

Leistung und Erschöpfung Burnout in der Wettbewerbsgesellschaft

Herausgegeben von Sighard Neckel
und Greta Wagner

Burnout ist ein Modethema, selbst »Burnout ist ein Modethema«-Artikel sind inzwischen in Mode. Dennoch wirft Burnout wichtige zeitdiagnostische Fragen auf, mit denen sich renommierte Sozialwissenschaftler in diesem Band befassen: In welchem Zusammenhang stehen der Wandel der Arbeitswelt und kollektive Erschöpfung? Ist Burnout eine »erfundene« Krankheit? Welche Rolle spielen Prominente, die sich »geoutet« haben? Und warum findet gerade das Bild des leeren Akkus solche Resonanz?

Sighard Neckel ist Professor für Soziologie an der Goethe-Universität Frankfurt am Main. Zuletzt publizierte er in der edition suhrkamp zusammen mit Claudia Honegger und Chantal Magnin den Band *Strukturierte Verantwortungslosigkeit* (es 2607), der im September 2010 zum Sachbuch des Monats gewählt wurde. Greta Wagner ist wissenschaftliche Mitarbeiterin am Fachbereich Gesellschaftswissenschaften der Goethe-Universität Frankfurt am Main und promoviert zu Neuroenhancement.

Suhrkamp

Erste Auflage 2013
 edition suhrkamp 2666
 Originalausgabe
 © Suhrkamp Verlag Berlin 2013
 Alle Rechte vorbehalten, insbesondere das der Übersetzung,
 des öffentlichen Vortrags sowie der Übertragung
 durch Rundfunk und Fernsehen, auch einzelner Teile.
 Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form
 (durch Fotografie, Mikrofilm oder andere Verfahren)
 ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert
 oder unter Verwendung elektronischer Systeme
 verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.
 Satz: Hümmer GmbH, Waldbüttelbrunn
 Druck: Druckhaus Nomos, Sinzheim
 Umschlag gestaltet nach einem Konzept
 von Willy Fleckhaus: Rolf Staudt
 Printed in Germany
 ISBN 978-3-518-12666-0

Inhalt

SIGHARD NECKEL UND GRETA WAGNER	
Einleitung: Leistung und Erschöpfung	7
I. Burnout als Pathologie	27
G. GÜNTER VOSS UND CORNELIA WEISS	
Burnout und Depression – Leiterkrankungen des subjektivierten Kapitalismus oder: Woran leidet der Arbeitskraftunternehmer?	29
ELIN THUNMAN	
Burnout als sozialpathologisches Phänomen der Selbstverwirklichung	58
MONICA TITTON	
Erschöpfte Prominenz	86
II. Burnout als Diagnose	105
PATRICK KURY	
Von der Neurasthenie zum Burnout – eine kurze Geschichte von Belastung und Anpassung	107
LINDA V. HEINEMANN UND TORSTEN HEINEMANN	
Die Etablierung einer Krankheit? Wie Burnout in den modernen Lebenswissenschaften untersucht wird	129
FRIEDER VOGELMANN	
Eine erfundene Krankheit? Zur Politik der Nicht- existenz	148

III. Burnout als Metapher 163

ROLF HAUBL

Burnout – Diskurs und Metaphorik 165

ULRICH BRÖCKLING

Der Mensch als Akku, die Welt als Hamsterrad
Konturen einer Zeitkrankheit 179

IV. Burnout als Innovation 201

SIGHARD NECKEL UND GRETA WAGNER

Erschöpfung als »schöpferische Zerstörung«
Burnout und gesellschaftlicher Wandel 203

Über die Autorinnen und Autoren 219

SIGHARD NECKEL UND GRETA WAGNER

Einleitung: Leistung und Erschöpfung

In den letzten Jahren fand in Deutschland eine öffentliche Auseinandersetzung mit dem Phänomen »Burnout« statt, in der das Ausbrennen der Leistungsgesellschaft und die Beobachtung einer grassierenden Erschöpfung zum medienwirksamen Thema wurden. Kaum eine Zeitschrift, die Burnout nicht als Aufmacher hatte, kaum ein Fernsehmagazin, das darüber nicht berichtet hätte. Schon bald jedoch nahm die Debatte eine Wende, und es erschienen Artikel, die das Erschöpfungssyndrom wahlweise als Medienblase abtaten und den hierzu schreibenden Journalisten das wahre Burnout bescheinigten, Burnout als Ausdruck reiner Larmoyanz beschrieben oder als Modekrankheit entlarvten. Die Vorhaltung, Burnout sei eine pathologische Mode, zielt auf die mangelnde anthropologische Konstanz des Syndroms ab und darauf, dass sich recht unterschiedliche Beschwerneisse mit ihm verbinden. Genau diese Unbestimmtheit und Zeitgebundenheit jedoch ist es, die Burnout zu einem besonders lohnenden Gegenstand soziologischer Gegenwartsanalyse macht. Mithilfe des Burnout-Syndroms wird offenbar ein Unbehagen am Leistungsdruck im heutigen Berufsleben, an der Beschleunigung von Arbeit und Kommunikation, an alltäglicher Überforderung und neu empfundenen Formen von Entfremdung artikuliert, die den persönlichen Zumutungen einer entfesselten Wettbewerbsgesellschaft den Rang einer öffentlich debattierten Pathologie verleihen. Viel ist über die Ätiologie, über die individuellen Präventionsstrategien und Behandlungsmöglichkeiten von Burnout ge-

schrieben worden. Wege zur Stärkung der Resilienz und zur wirksamen therapeutischen Eigenbehandlung sind gefragte Wissensgebiete. So hilfreich die Selbsttechniken der Erschöpfungsvermeidung auch sein mögen, so erkennbar folgen sie einer Ideologie der Eigenverantwortung, die Krankheit als Mangel an Selbstsorge und Scheitern als persönliche Schwäche deklariert. »Als würde man den Arbeitern einer Asbestfabrik empfehlen, zu Hause besser Staub zu wischen, um ihre Lungen vor Krebs zu schützen« (Minkmar 2012), richten sich die öffentlichen Empfehlungen zur Stressprophylaxe auf eine vermeintlich persönliche Misere, die ihre Ursachen ebenso in den sozialen Lebensmodellen der Gegenwart hat wie ihre Lösungen gesellschaftliche Veränderungen erforderlich machen.

Gleichwohl ist zur Vorbeugung und Therapie von Burnout inzwischen ein neuer Markt entstanden, auf dem mithilfe der blühenden Rätgeberliteratur ein präventives Verhaltensregime angepriesen wird. Auffallend ist dabei vor allem die Symbolik des Burnout-Begriffs. Obgleich sich Burnout-Symptome klinisch nicht wesentlich von denen einer Depression unterscheiden, scheint die Popularität des Burnout nicht zuletzt damit erklärbar zu sein, dass sich seine Diagnose als »eine Art Verwundetenabzeichen« (Schmidbauer 2012, S. 159) der Leistungsgesellschaft tragen lässt. Wer ausgebrannt ist, muss zuvor für etwas gebrannt haben, was die Erkrankung vom Stigma des individuellen Versagens befreit. Wo Märkte immer weitere Möglichkeiten des Wachstums erschließen, die Person umfassend ökonomisch in Wert gesetzt werden muss und die Konkurrenz um die *Employability* an der subjektiven Lebensführung zerrt, da erscheint der Erschöpfte als leidender Antiheld einer Erfolgskultur, deren alleiniges Maß der eigene Vorrang im Wettbewerb ist.

Schon der Begründer der Burnout-Forschung jedoch, der New

Yorker Psychoanalytiker Herbert J. Freudenberger, hat bei der ätiologischen Beschreibung von Burnout neben der schieren Überlastung die Erwartungsenttäuschung ins Zentrum gestellt. Ausbrennen bedeute, »sich selbst bei dem Versuch zerstören, unter Aufbietung aller Kräfte unrealistische Erwartungen zu verwirklichen, die selbstgesetzt oder vom Wertsystem der Gesellschaft aufgezwungen sind« (Freudenberger/Richelson 1983, S. 38). Bezog Freudenberger seine Burnout-Forschungen der siebziger Jahre auf soziale Berufe, bei denen übergroßes Engagement aufgebracht wurde, um Klienten, Schülerinnen oder Patienten zu helfen, so sind die Leistungserwartungen in der heutigen Arbeitswelt weit über soziale Berufe hinaus vielfach maßlos und unrealistisch geworden. Beschäftigte aller Branchen sind angehalten, sich umfassend mit ihren Unternehmen zu identifizieren, als diene deren Erfolg zugleich einem höheren Zweck, der nur durch den vollständigen Einsatz der Mitarbeiterinnen zu verwirklichen sei.

Burnout im Helfermilieu

Der Blick zurück auf die Anfänge der Burnout-Forschung erschließt daher interessante Zusammenhänge zwischen der Genealogie des Burnout und jener der modernen Berufswelt der Gegenwart. In den siebziger und achtziger Jahren expandierten die sozialen Dienste im öffentlichen Betreuungs- und Fürsorgebereich. Eine Generation angehender Sozialarbeiter wurde ausgebildet, die nicht nur ihren Klienten helfen wollten, sondern auch versuchten, durch die eigene Arbeit zu einer sozialeren und gerechteren Welt beizutragen. Die entstandenen Stellen wurden mit Absolventinnen besetzt, die voller Idealismus und mit dem Willen zur Veränderung mit Schülern, Klienten

und Patienten zu arbeiten begannen. Sie brachten ihre Subjektivität, ihr Mitgefühl, ihre politisch-utopischen Ansichten und ihr Wertesystem in ihre Arbeit ein. Wenn sie merkten, dass ihre Klienten sich nicht helfen ließen, nicht dankbar waren für das Engagement, das ihnen zuteilwurde, wenn sie feststellten, dass bürokratische Abläufe in Behörden ihrem Engagement entgegenarbeiteten, dass die Arbeit, mit der sie sich stark identifizierten, ihren Ansprüchen nicht gerecht wurde, dann zeigten diese Sozialarbeiterinnen Anzeichen emotionaler und körperlicher Erschöpfung. Sie wurden zynisch und grenzten sich aggressiv von ihren Klienten ab, denen sie eigentlich helfen sollten.

Herbert Freudenberger, der sich in der Sozialarbeit mit Drogenabhängigen in New York engagierte, war es, der diesen Prozess erstmals als »Burnout« beschrieb. Freudenberger wurde 1927 in Deutschland geboren und floh als Zwölfjähriger vor den Nazis in die USA, wo er bei einer Tante in New York aufwuchs. Er engagierte sich neben seiner eigenen psychotherapeutischen Praxis in der Free-Clinic-Bewegung in Spanish Harlem (vgl. Kury 2012, S. 276) und beobachtete bei sich und seinen Kollegen zunehmende emotionale Entleerung, Müdigkeit und zynische Einstellungen gegenüber den Klienten. 1974 erschien sein viel zitierter Aufsatz »Staff burn-out« im *Journal for Social Issues* (Freudenberger 1974). Die Diagnose »Burnout« erlebte in diesen Jahren eine große Konjunktur in den helfenden Berufen. Die damals entstehende Literatur richtete sich an ein politisch-kulturelles Milieu, in dem sich viele Angehöriger dieser Berufe bewegten. Freudenberger selbst begründete im Jahre 1975 in seinem Aufsatz »The staff burn-out syndrome in alternative institutions« die besonders hohe Gefahr des Ausbrennens bei freiwilliger Arbeit mit Drogenabhängigen oder beim Engagement in Frauengruppen mit der großen

Hingabe der Mitarbeiterinnen. Weil man sich in seinem eigenen alternativen Helfermilieu als sozial, politisch, spirituell oder intellektuell erleuchtet begriff und nichts weniger anstrebte, als dies auch anderen zu ermöglichen, war die Fallhöhe in solchen Gruppen und Institutionen besonders hoch (vgl. Freudenberger 1975, S. 74).

Auch die schwedischen Autorinnen Barbro Bronsberg und Nina Vestlund, die in der Erwachsenenbildung arbeiteten, beschrieben 1988 im Vorwort ihres Buches *Ausgebrannt. Die egoistische Aufopferung*, wie sie im alternativen Milieu der achtziger Jahre zur Beschäftigung mit Burnout kamen:

»Wir hielten beide Kurse zum Selbstbewußtseinstaining ab. Es waren anregende, interessante und lehrreiche Kurse, in denen nicht nur wir, sondern auch die Teilnehmer alles hergaben. Ein kurzer Abriss über das Ausgebranntsein weckte ganz besondere Aufmerksamkeit. [...] Mit der Zeit veranstalteten wir eigene Kurse über das Ausbrennen und seine Vermeidung, und viele, viele kamen. An jenem Tag, als eine Großkommune bei uns anfragte, ob wir in ihrem Bereich 16 (sechzehn!) Kurse über das Ausbrennen halten wollten, machten wir uns vor Verzweiflung und Begeisterung durch lautes Schreien Luft.« (Bronsberg/Vestlund 1988, S. 7)

Die Ursachen für Burnout wurden in dieser Zeit in verschiedenen Formen der Einschränkung und Verhinderung von beruflicher Selbstverwirklichung und Kreativität gesehen; verkrustete, unflexible Strukturen und bürokratische Abläufe würden Mitarbeiter am Selbstausdruck hindern und zu Burnout führen.

»Was schöpferische Tätigkeit behindert. Hemmungen. Furcht vor Blamage. Eingefleischte Gewohnheiten. Unterdrücken der Phantasie. Verhinderung neuer Schritte durch Worte wie »unmöglich!«, »unrealistisch!«. Mechanisches Reagieren auf die Umgebung. [...] Um

kreativ zu sein, muß man gegen althergebrachte Regeln verstoßen.«
(Bronsberg/Vestlund 1988, S. 31)

Der Kampf gegen Burnout war gerahmt als politischer Kampf für bessere Arbeitsbedingungen, für mehr Gestaltungsspielräume und größere Möglichkeiten der Selbstentfaltung bei der Arbeit. Für den amerikanischen Social-Policy-Professor Howard Karger war er auch ein Kampf gegen den Kapitalismus insgesamt. In seinem Aufsatz »Burnout as alienation« entwickelte er einen marxistischen Burnout-Begriff, mit dem er Burnout in sozialen Berufen als Äquivalent zur Entfremdung von Industriearbeitern konzipierte (vgl. Karger 1981).

Die bekanntesten Forschungen zu Burnout wurden im Anschluss an Freudenberg von den Psychologinnen Christina Maslach – die auch das diagnostische Verfahren, das Maslach Burnout Inventory (MBI), entwickelt hat (Maslach/Jackson 1981) – und Ayala Pines durchgeführt. Pines sieht die Ursache von Burnout insbesondere in der Notwendigkeit, Emotionen in die berufliche Arbeit einzubringen. Bei Helfern, deren Gefühlswelt ständig angesprochen wird, komme es zu einer gegenseitigen Durchdringung von Berufs- und Privatleben. Wer in der Arbeit mit seinen Klienten nichts erreicht, glaubt daher, nicht nur fachlich, sondern auch menschlich gescheitert zu sein (vgl. Pines et al. 1983, S. 63). Burnout sei eine reaktive Depression, die der Enttäuschung folge, für den Einsatz der ganzen Person nicht belohnt worden zu sein.

Das unternehmerische Selbst und seine Selbstverwirklichung

In der aktuellen Ratgeberliteratur werden die helfenden Berufe zwar weiterhin als besonders anfällig für Burnout charakteri-

siert. Mittlerweile gilt jedoch jeder als potenziell betroffen, von der Führungskraft bis zur einfachen Angestellten. Seit 2004 sind die Arbeitsunfähigkeitstage wegen Burnout um das 18-Fache gestiegen (vgl. BKK Gesundheitsreport 2012, S. 43).¹ Dies wirft die Frage auf, ob die idealistischen Helfer der achtziger Jahre etwas gemeinsam haben mit den Erwerbspersonen der Gegenwart. Es scheint, als identifizierten sich Berufstätige in allen Branchen heute in ebensolcher Weise mit Unternehmenszielen wie linke Lehrer der achtziger mit ihren schwierigen Schülern. Und tatsächlich zeichnen sich heutige Arbeitswelten vielfach gerade durch jene Organisationsformen aus, die in der Burnout-Literatur der siebziger und achtziger Jahre gefordert worden waren: flexible Arbeitszeiten, Enthierarchisierung, Selbstorganisation und Möglichkeiten für das Einbringen eigener Interessen. Durch diesen Wandel wurde allerdings nicht vorrangig die Selbstverwirklichung bestärkt, sondern unternehmerisches Handeln gefördert. Luc Boltanski und Ève Chiapello (2003) haben gezeigt, dass der »neue Kapitalismus« die Kritik, die noch in den siebziger Jahren an ihm geübt wurde, endogenisiert hat, und so stand beim Einzug flexibler Arbeitsverhältnisse in die Unternehmen jener Einspruch gegen Hierarchie, Bürokratie und Entfremdung Pate, dessen Wortführer einst das alternative Milieu und die neuen sozialen Bewegungen gewesen waren.

Berufstätige sind heute gehalten, in Bezug auf ihre eigene Arbeitskraft unternehmerisch zu handeln und diese fortwährend zu optimieren, was G. Günther Voß und Hans J. Pongratz (1998) als Erwerbstypus des »Arbeitskraftunternehmers« beschrieben haben. Ihm scheint es heute ähnlich zu ergehen wie dem idealistischen Helfer aus der Sozialarbeit der siebziger und achtziger Jahre: Beide sind gezwungen, ihre Subjektivität einzubringen, und ihr Anliegen besteht in beiden Fällen darin,

die Grenzen zwischen Arbeit und Privatem wieder einzuziehen. Die Ansprüche auf Selbstverwirklichung, die einst durch ein Aufbrechen verkrusteter Strukturen verwirklicht werden sollten, sind nunmehr von einer Forderung zu einer Anforderung geworden, zu einem »institutionalisierten Erwartungsmuster der sozialen Reproduktion«, dessen innere Zweckbestimmung verloren gegangen ist (vgl. Honneth 2002, S. 146). Längst gilt es, die eigene Arbeit als Ausdruck intrinsischer Interessen hervorzuheben und zu zeigen, dass man nicht arbeitet, weil man es muss, sondern weil man es will. Auf diese Weise bekommt der Begriff der Entfremdung eine neue Bedeutung: Entfremdet zu arbeiten, der eigenen Arbeit fremd zu sein, ist kein gesellschaftlicher Zustand mehr, welcher der Kapitalismuskritik verfällt, da die Erwartung, eins zu werden mit der eigenen Arbeit, eine der Zumutungen der Gegenwart ist. Heute scheint subjektive Widerständigkeit gerade darin zu liegen, sich der Arbeit nicht so stark anzuverwandeln, dass man mit ihr identisch wird. Burnout-Patienten lernen in Therapien denn auch, ebenjene Fremdheit wiederherzustellen, die die Identifikation mit der Arbeit auflockern soll.

Burnout in der Wettbewerbsgesellschaft

Einander im Modus des Wettbewerbs zu begegnen und andere ebenso als potenzielle Konkurrenten zu betrachten wie sich selbst im Hinblick auf die eigene Wettbewerbsfähigkeit zu evaluieren ist zu einer alltäglichen Praxis geworden. Wettbewerbe vermögen heute derart ubiquitär die Sozialordnung zu bestimmen, dass ihre Abwesenheit oder geringe Bedeutung in jenen gesellschaftlichen Bereichen, die nach wie vor weniger wettbewerbsorientiert organisiert sind, zur Ursache für Fehlfunktio-

nen aller Art erklärt werden kann. Nun sind Wettbewerbe insofern modernen Gesellschaften inhärent, als die Verteilung von Gütern und Positionen gerade nicht allein durch ständische Zuteilung, offenen Kampf oder hierarchische Planung erfolgt (vgl. Rosa 2009). Vorausgesetzt ist hierbei indes, dass Wettbewerbe bestimmten Zwecken dienen und sich in ihrer Geltung auf jene Bereiche begrenzen, die zur Realisierung dieser Zwecke vorgesehen sind. Werden Wettbewerbe jedoch sachlich und zeitlich entgrenzt, werden immer mehr Güter und Leistungen mittels Konkurrenz distribuiert, dann definieren sie eine gesellschaftliche Ordnung als Ganzes und wachsen weit über ihre funktionale Zweckbestimmung hinaus. Die Wettbewerbsgesellschaft der Gegenwart ist seit dem Jahr 1990 entstanden. Bis dahin konkurrenzferne Institutionen wie Krankenhäuser, öffentliche Verwaltungen oder Universitäten wurden wettbewerbsförmig organisiert. Sei es durch Privatisierung, die solche Institutionen einem Markt zugeführt hat, oder durch die Erzeugung künstlicher Wettbewerbe, bei denen neue Regeln von Governance fehlende Märkte ersetzen (vgl. Binswanger 2010).

Im alltäglichen Erleben von Arbeit, Bildung und Beruf macht sich die Wettbewerbsgesellschaft insbesondere in der Erfahrung geltend, dass sich die zeitlichen Abstände erheblich verkürzt haben, in denen man Wettbewerben ausgesetzt ist oder sich für sie vorbereiten muss. Wer beim erfolgreichen Eintritt in eine berufliche Statusposition bisher eine gewisse Sicherheit hatte, von Bewährungsproben vorerst verschont zu sein, sieht sich heute nach kurzer Zeit wieder zur Disposition gestellt. Im Wettbewerb erreichte Positionen werden nicht »positional« auf Dauer gestellt, sondern müssen »performativ« immer wieder aufs Neue ausgehandelt werden (vgl. Rosa 2009, S. 662). Zentrale Instrumente dieser besonderen Art, den so-

zialen Konkurrenzkampf Beschleunigungsregeln zu unterwerfen, sind etwa befristete Arbeitsverträge, interne Wettbewerbe oder die Mehrfachbesetzung von Positionen, die aktuell immer nur eine Person einnehmen kann. Insbesondere das Instrument der Befristung sorgt dafür, dass Beschäftigte fortwährend ihren eigenen Nutzen für das Unternehmen unter Beweis stellen müssen. Befristungen ohne Ende insinuiert, dass Personen ihre Leistungsbereitschaft aufgeben würden, wenn sie die Angst vor der Beschäftigungslosigkeit verlören – eine Art institutionalisiertes Misstrauen, das sich gegen die Arbeitsperson richtet. Die ruhelose Gehetztheit moderner Arbeitsverhältnisse findet ihren Grund daher nicht nur in der Entgrenzung von Arbeitszeiten, sondern ebenso in der Begrenzung heutiger Beschäftigungsformen.²

In der Erfahrungsweise des Berufslebens schlägt sich dies als permanent empfundener Druck nieder, außergewöhnliche Leistungen vollbringen zu müssen, um die eigene Beschäftigung zu rechtfertigen, und die Qualität der eignen Arbeit möglichst sichtbar zu inszenieren. Ebenso wichtig wird, das Portfolio seiner Kenntnisse und Fähigkeiten stets zu erweitern und hierbei möglichst ganz bei sich selbst zu sein. Das Gebot der persönlichen Optimierung geht mit dem performativen Anspruch auf die eigene Selbstverwirklichung heute offenbar eine kräftezehrende Verbindung ein, bedeutet die ständige Sorge, hinter Erwartungen zurückzubleiben, doch auch, sich selbst Enttäuschungen zu bereiten.

Alain Ehrenberg (2008) hat die Erschöpfung des modernen Subjekts denn auch als Erschöpfung, man selbst zu sein, interpretiert, als Krankheit der Verantwortlichkeit und der Unzulänglichkeit. Wie auch soll man je wissen, ob man genug gearbeitet hat? Wo das Leistungsprinzip beanspruchte, für den Umfang und die Anstrengung verrichteter Tätigkeiten zu entlohnen,

wird es heute durch ein Gratifikationssystem abgelöst, das den wirtschaftlichen Erfolg zum Maßstab materieller und symbolischer Anerkennung macht. Erst der Vorrang im Wettbewerb signalisiert, dass die eigene Anstrengung ausreichend war (vgl. Neckel 2008). Und da der Aufwand, den die Konkurrentin betreibt, in der Regel unbekannt ist, könnte es immer noch ein bisschen mehr sein, das es zu leisten gilt.

In der verbleibenden Zeit soll man sich mit der Verbesserung der eigenen Wettbewerbsfähigkeit befassen. Doch Wettbewerbe sind Ausscheidungskämpfe und notwendigerweise damit verbunden, dass sie Verlierer produzieren. Häufig genug gehen diejenigen, die in Konkurrenz treten müssen, dabei vollkommen leer aus, wenn die Gewinne nur denjenigen zufallen, die sich am erfolgreichsten durchsetzen konnten (vgl. Neckel 2006). Derlei Nullsummenspiele zeitigen einen Ressourcenverschleiß, bei dem sich die Konkurrenten unter Aufbietung all ihrer Kräfte bald nur noch für die Steigerung ihrer Wettbewerbsfähigkeit selbst anstrengen müssen. Immer weniger können sie sicher sein, für diese Anstrengungen überhaupt etwas zu erhalten. Die Wettbewerbsgesellschaft, die beansprucht, die subjektiven Ressourcen von Leistung vermehren zu wollen, vernutzt jene menschlichen Potenziale, die sie zu steigern vorgibt. Burnout erscheint als die psychische Seite solch destruktiver Wettbewerbsformen, als Menetekel einer Ressourcenvernichtung, die schließlich die Subjektivität erreicht.

Über dieses Buch

Leistung und Erschöpfung will ein Beitrag zur Diskussion über Burnout sein und hierbei die subjektive Erfahrung von Burnout ebenso verhandeln wie dessen Hintergrund im Kontext

gesellschaftlichen Wandels, die diskursive Aufladung des Phänomens nicht weniger wie die Wissensformen, die sich heute auf eine Krankheit wie Burnout richten. Der Band besteht demzufolge aus vier Abteilungen, in denen Burnout als Pathologie, als Diagnose, als Metapher und als Innovation in den Blick gerät.

Die ersten drei Beiträge widmen sich Burnout als einer Pathologie. Pathologien betreffen die Entstehung und Ausprägung eines Krankheitsgeschehens im medizinischen, aber auch im gesellschaftlichen Sinne, indem sie Störungen und Fehlentwicklungen des Sozialen bezeichnen (vgl. etwa Honneth 1994).

G. Günther Voß und Cornelia Weiß betrachten die Zunahme von Burnout und depressiven Erkrankungen im Kontext des Wandels einer entgrenzten Arbeitswelt. Abhängig Beschäftigte werden angehalten, sich unternehmerisch zu verhalten und die eigene Arbeitskraft fortwährend zu optimieren. Die Steuerung des Arbeitsvermögens findet selbstverantwortlich und unter dem Druck von Zielvereinbarungen, Ergebniskontrollen und exakten Befristungen statt. Gemeinsam mit Hans J. Pongratz prägte G. Günther Voß 1998 dafür den Begriff des »Arbeitskraftunternehmers« (Voß/Pongratz 1998), der die soziologische Forschung zur »Subjektivierung« von Arbeit nachhaltig geprägt hat. In ihrem Aufsatz fragen G. Günther Voß und Cornelia Weiß nun 15 Jahre später: *Woran leidet der Arbeitskraftunternehmer?*

Die schwedische Soziologin *Elin Thunman* hat Interviews mit Burnout-Patienten geführt, die mindestens sechs Monate lang krankgeschrieben waren. Im Zentrum ihrer Untersuchung steht der Wunsch ihrer Gesprächspartner nach Authentizität in der Arbeit, der in Konflikt gerät mit gleichzeitigem Leistungsdruck sowie der Verknappung der Ressourcen, die zur Erledigung der Aufgaben zur Verfügung stehen. Burnout ist Thunman zufolge

Leiden an der heutigen Norm der Selbstverwirklichung und an der Inszenierung von Authentizität, die zur Bürde geworden ist.

Monica Tutton zeigt an den beiden bisher bekanntesten Burnout-Fällen im deutschsprachigen Raum auf, in welcher kontrastreicher Weise die Krankheit medial dargestellt und verarbeitet wird. Miriam Meckel legte während ihres Aufenthalts in einer Burnout-Klinik ein literarisches Zeugnis von ihren inneren Konflikten und Ängsten ab, die zur Selbstüberforderung führten. Anders Ralf Rangnick, der sein Burnout eher als Folge falscher Ernährung begriff und bei seiner Rückkehr in die Öffentlichkeit glaubhaft zu machen versuchte, dass Burnout zwar seinen Körper, aber nicht seine Psyche betraf. In beiden Fällen wurde Burnout als eine biografische Passage verwendet, die zu einer verbesserten Nutzung der eigenen Ressourcen hinführen soll.

Die drei darauf folgenden Beiträge befassen sich mit Burnout als Diagnose. Da die Unterscheidung von Gesundheit und Krankheit von Normen abhängt, verweisen Krankheitsbefunde immer auch auf Konstrukte von Normalität. Bei psychischen Erkrankungen stellt sich die Frage umso dringlicher, welche Zustände als normal eingestuft werden und welche nicht.

Patrick Kury geht dieser Frage aus wissenschaftsgeschichtlicher Perspektive nach, indem er die drei Zivilisationskrankheiten Neurasthenie, Managerkrankheit und Burnout in ihrer Genese betrachtet. So wurde Neurasthenie Ende des 19. Jahrhunderts von Zeitgenossen zur Modekrankheit erklärt und als ein Leiden der Oberschicht an der urbanisierten und technisierten Moderne verstanden. Die Managerkrankheit wiederum brachte die krankmachenden Spezifika der fünfziger Jahre im Nachkriegsdeutschland, ihre Schuldverdrängung und Konsumlust zum Ausdruck. Burnout schließlich wird von Kury als Leiden

am rasanten gesellschaftlichen Wandel seit 1990 begriffen, der digitalen Revolution und dem flexiblen Kapitalismus. Kury fragt nach den gesellschaftlichen Funktionen solcher Zivilisationskrankheiten und zeigt den Zusammenhang von Belastung und Anpassung auf.

Linda Verena und Torsten Heinemann widmen sich der psychologischen und neurowissenschaftlichen Forschung über Burnout. Die Studien, die hierzu seit 1974 erschienen sind, unterziehen sie einer systematischen Analyse und zeigen, dass die umfangreiche Literatur zwar Faktoren zu benennen vermag, die das Auftreten des Burnout-Syndroms begünstigen, dass jedoch keine einheitlichen Diagnosekriterien der Symptomatik selbst vorliegen. Dies führt zu der Paradoxie, dass Ursachen für ein Phänomen erforscht werden, dessen Gestalt selbst noch ungeklärt ist. Die Autoren plädieren dafür, Burnout nicht vor-schnell als Krankheit zu rahmen, ohne jedoch deren Symptomatik in Abrede zu stellen, und schließen ihren Beitrag mit der Frage ab, warum in der Gesellschaft der Gegenwart auf Überforderung nicht einfach mit dem Einlegen einer Pause reagiert werden kann.

Frieder Vogelmann wirft die Frage auf, welche Bedeutung der Behauptung zukommt, Burnout sei keine Krankheit, und unterscheidet dabei verschiedene Begründungen, vom Vorwurf medizinischer Unschärfe bis zur Aussage, dass pathologisch allein das heutige Ausmaß gesellschaftlicher Anforderungen sei. Klassifikationen wie Burnout haben eine Auswirkung auf jene, die mit solchen Klassifikationen gemeint sind, und gleichzeitig wirken die derart Klassifizierten wiederum auf die Klassifikationen ein – ein Mechanismus, den der kanadische Wissenschaftstheoretiker Ian Hacking als »Loopingeffekt« bezeichnet hat. Aber auch das Verweigern einer Klassifikation, mithin die Behauptung, Burnout existiere als Krankheit gar nicht, hat

Auswirkungen auf die Leidenden, weshalb Vogelmann dafür argumentiert, den Loopingeffekt auch dann zu reflektieren, wenn man Burnout als »erfundene Krankheit« deklariert.

Die Metaphorik des Burnout, das Thema der dritten Abteilung dieses Buches, weist eine Vielfalt an Bildern und Assoziationen auf. Dies legt nahe, dass es sich bei Burnout um eine Art von Verdichtungssymbol handelt. Susan Sontag hatte in *Krankheit als Metapher* am Beispiel von Krebs analysiert, wie Krankheit als ein Symbol verwendet wird, das in seiner Bedeutung über die Krankheit selbst hinausweist, im Fall von Krebs etwa auf einen vermeintlich emotional gehemmten Charakter (vgl. Sontag 1981). Auch Burnout ist ein symbolträchtiges Leiden, jedoch verweist es nicht eindeutig auf eine persönliche Schwäche, da es auch für eine aufopferungsvolle Anstrengung in der Vergangenheit stehen kann. Das Stigma individuellen Versagens birgt es offenbar immer dann, wenn Burnout als Hinweis auf einen zu hohen Aspirationsgrad gelesen wird oder als Folge der Unfähigkeit, seine Ressourcen gewinnbringend einzusetzen.

Rolf Haubl nimmt sich aus sozialpsychologischer Perspektive des öffentlichen Diskurses um Burnout sowie der in ihm erzeugten Bildern des Brennens, Abbrennens und Ausbrennens an. Derlei Metaphern heben einzelne Bedeutungen eines Phänomens hervor und verdecken dabei andere, womöglich unliebsame Aspekte. Wird Burnout etwa mit dem Bild eines erloschenen Streichholzes symbolisiert, impliziert dies einen unumkehrbaren Prozess des Abbrennens, der einsetzt, sobald das Feuer entfacht ist. Beruhigend hingegen wirkt das beliebte Bild des leeren Akkus, lässt sich dieser doch immer wieder aufladen. Gilt es, ein »Leben auf der Überholspur« zu führen, steht die Konkurrenz im Zentrum der symbolischen Bedeutungsproduktion.

Im Beitrag von *Ulrich Bröckling* wird Burnout als eine Zeitkrankheit verstanden, in deren Diskurs eine implizite Anthropologie eingelassen ist. Bröckling dechiffriert die Ratschläge zur Lebensführung, die der Burnout-Diskurs anbietet, und analysiert ein Therapie- und Präventionsregime, das ausgerechnet auf weitere Formen von Selbstökonomisierung abstellt, wo es darum geht, den Pathologien der Wettbewerbsgesellschaft zu entkommen.

Burnout als Innovation zu betrachten, wie dies der Titel der vierten Abteilung vorschlägt, bricht die Perspektive. So gewiss Burnout ein Krisenphänomen ist, so wenig muss ein Erschöpfungssyndrom gleichbedeutend mit Stillstand sein. Es kann den Beginn eines Wandels und von etwas Neuem signalisieren, ohne dass bereits klar wäre, welche normative Ausrichtung solche Innovationen von Subjektivität aufweisen werden. *Sighard Neckel und Greta Wagner* folgen abschließend der Frage, wie moderne Erwerbspersonen zur Innovation ihrer eigenen Arbeitskraft gelangen. Unternehmen stehen unter ständigem Innovationsdruck, um ihre Position auf dem Markt zu verteidigen, weshalb Joseph Schumpeter zufolge eine »schöpferische Zerstörung« je bestehender wirtschaftlicher Strukturen notwendig sei. Dies wurde von Schumpeter auch hinsichtlich der »subjektiven Kräfte« des Wirtschaftslebens verstanden, die gleichfalls durch Krisen erneuert würden. Burnout könnte genau solche Krisen markieren, mit denen eine Transformation des modernen Arbeitssubjekts eingeläutet wird, das in Zeiten begrenzter Ressourcen haushälterischer mit seinen Kräften umgeht und sich möglicherweise gerade dadurch als gut angepasst an einen neuen Typus von ökonomischer Modernisierung erweist.

*

Dieses Buch ging, wie manche andere auch, aus langen Gesprächen an einem langen Abend hervor. Im November 2011 fand sich in einer Frankfurter Bar das neue Team einer Professur zusammen, das seinen Einstand an der Goethe-Universität begehen wollte. Im Laufe der folgenden Stunden kam eine Diskussion über Burnout auf, der viele weitere Diskussionen folgen sollten. Wir bemerkten, dass sich mit Sighard Neckels Forschungen zur Erfolgskultur der Marktgesellschaft und Greta Wagners Arbeiten über Neuroenhancement und pharmakologische Leistungssteigerung eine Gemeinsamkeit der soziologischen Interessen ergab, die im Phänomen des »Burnout« fast zwangsläufig ein verbindendes Thema fand. Kurz darauf wunderten wir uns, dass es hierzu kaum sozialwissenschaftliche Untersuchungen gab, während eine deutsche Wochenzeitung bereits die Frage aufwarf: »Noch jemand ohne Burnout?« Im Herbst 2012 organisierten wir im Rahmen des 36. Kongresses der Deutschen Gesellschaft für Soziologie eine Veranstaltung über Burnout, woraus endgültig der Plan des vorliegenden Buches entstand. Thomas Miemietz danken wir herzlich für die Unterstützung bei der Einrichtung der Beiträge. Unser Dank gilt weiterhin Heinrich Geiselberger für das ausgezeichnete Lektorat und die freundliche Zusammenarbeit.

Anmerkungen

- ¹ »Da jedoch das Burn-out-Syndrom als Krankheitsentität nicht eindeutig definiert ist und weiterhin keine eigene Kennzeichnung in der ICD zur Verfügung steht, beziehen sich die dargestellten Zahlen wie im Vorjahr auf den ICD-Schlüssel Z73 *Probleme mit Bezug auf Schwierigkeiten bei der Lebensbewältigung*. Nicht selten dürfte allerdings die entsprechende Symptomatik auch mit dem ICD-Code F43.0 *akute Belastungsreaktion*, dem ICD-Kode F48.0 *Neurasthenie (Ermüdungssyndrom)* oder dem ICD-Kode R53 *Unwohlsein und Ermüdung* verschlüsselt werden,

sodass die realen Zahlen möglicherweise die hier angegebenen noch übersteigen.« (BKK Gesundheitsreport 2012, S. 43)

- 2 Psychische Belastungen sind überdurchschnittlich ausgeprägt bei prekären wirtschaftlichen Verhältnissen, wie sie bspw. durch befristete Beschäftigung oder Arbeitslosigkeit entstehen (vgl. Schmiede 2012, S. 120).

Literatur

- Binswanger, Mathias (2010), *Sinnlose Wettbewerbe. Warum wir immer mehr Unsinn produzieren*, Freiburg: Herder.
- BKK Gesundheitsreport (2012), *Gesundheit fördern – Krankheit versorgen – mit Krankheit leben*, online verfügbar unter: (http://www.bkk.de/fileadmin/user_upload/PDF/Arbeitgeber/gesundheitsreport/Gesundheitsreport_2012/Gesundheitsreport_2012.pdf) (Stand Februar 2013).
- Boltanski, Luc/Ève Chiapello (2003), *Der neue Geist des Kapitalismus*, Konstanz: UVK.
- Bronsborg, Barbro/Nina Vestlund (1988), *Ausgebrannt. Die egoistische Aufopferung*, München: Heyne.
- Ehrenberg, Alain (2008), *Das erschöpfte Selbst. Depression und Gesellschaft in der Gegenwart*, Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Freudenberger, Herbert J. (1974), »Staff burn-out«, in: *Journal of Social Issues* 30/1 (S. 159-165).
- (1975), »The staff burn-out syndrome in alternative institutions«, in: *Psychotherapy. Theory, Research and Practice* 12/1 (S. 73-82).
- Freudenberger, Herbert J./Geraldine Richelson (1983), *Mit dem Erfolg leben*, München: Heyne.
- Honneth, Axel (1994) (Hg.), *Pathologien des Sozialen. Die Aufgaben der Sozialphilosophie*, Frankfurt am Main: Fischer.
- (2002), »Organisierte Selbstverwirklichung. Paradoxien der Individualisierung«, in: *Befreiung aus der Mündigkeit. Paradoxien des gegenwärtigen Kapitalismus*, herausgegeben von dems., Frankfurt am Main/New York: Campus (S. 141-158).
- Kury, Patrick (2012), *Der überforderte Mensch. Eine Wissensgeschichte vom Stress zum Burnout*, Frankfurt am Main/New York: Campus.
- Karger, Howard J. (1981), »Burnout as alienation«, in: *Social Service Review* 55/2 (S. 270-283).
- Maslach, Christina/Susan E. Jackson (1981), »The measurement of experienced burnout«, in: *Journal of Occupational Behavior* 2/2 (S. 99-113).

- Minkmar, Nils (2012), »Eine Art Erholung. Die große Müdigkeit«, in: *Frankfurter Allgemeine Zeitung* (24. Dezember), S. 23.
- Neckel, Sighard (2006), »Gewinner – Verlierer«, in: *Deutschland – eine gespaltene Gesellschaft*, herausgegeben von Stephan Lessenich und Frank Nullmeier, Frankfurt am Main/New York: Campus (S. 353-371).
- (2008), »Leistung und Erfolg: Die symbolische Ordnung der Marktgesellschaft«, in: ders., *Flucht nach vorn. Die Erfolgskultur der Marktgesellschaft*, Frankfurt am Main/New York: Campus (S. 45-64).
- Pines, Ayala/Elliot Aronson/Ditsa Kafry (1983), *Ausgebrannt. Vom Überdruß zur Selbstentfaltung*, Stuttgart: Klett-Cotta.
- Rosa, Hartmut (2009), »Von der stabilen Position zur dynamischen Performanz. Beschleunigung und Anerkennung in der Spätmoderne«, in: *Sozialphilosophie und Kritik*, herausgegeben von Rainer Forst, Martin Hartmann, Rahel Jaeggi und Martin Saar, Frankfurt am Main: Suhrkamp (S. 655-671).
- Schmidbauer, Wolfgang (2012), »Mehr Hofnarr als Hofrat. Über die Krisen der Psychotherapie«, in: *Kursbuch 170 »Krisen lieben«*, Hamburg: Murrmann (S. 150-173).
- Schmiede, Rudi (2011), »Macht Arbeit depressiv? Psychische Erkrankungen im flexiblen Kapitalismus«, in: *Nachrichten aus den Innenwelten des Kapitalismus. Zur Transformation moderner Subjektivität*, herausgegeben von Cornelia Koppetsch, Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften (S. 113-138).
- Sontag, Susan (1981), *Krankheit als Metapher*, Frankfurt am Main: Fischer.
- Voß, G. Günter/Hans J. Pongratz (1998), »Der Arbeitskraftunternehmer. Eine neue Grundform der »Ware Arbeitskraft«?«, in: *Kölner Zeitschrift für Soziologie und Sozialpsychologie* 50/1 (S. 131-158).