



Leseprobe aus Eulenbach, Selbstoptimierung – theoretische  
und empirische Erkundungen, ISBN 978-3-7799-6033-1

© 2022 Beltz Juventa in der Verlagsgruppe Beltz, Weinheim Basel  
[http://www.beltz.de/de/nc/verlagsgruppe-beltz/  
gesamtprogramm.html?isbn=978-3-7799-6033-1](http://www.beltz.de/de/nc/verlagsgruppe-beltz/gesamtprogramm.html?isbn=978-3-7799-6033-1)

# Inhalt

Selbstoptimierung als Gegenstand theoretischer und empirischer Erkundungen – Zur Einführung <i>Marcel Eulenbach</i>	7
<b>Kapitel 1: Selbstoptimierung zwischen institutioneller Vermittlung und subjektiverender Aneignung</b>	31
„Arbeitsleben ist kein Wunschkonzert“ – Zur Rekonstruktion der Ideologie der Arbeit in Identitätskonstruktionen junger Erwachsener <i>Anna Kristina Sailer</i>	32
Theoretische und empirische Erkundungen zur Lern- und Selbstoptimierung von bildungsbenachteiligten Jugendlichen <i>Alena Berg und Katja Serry</i>	52
Selbstpositivierung als Selbstverhältnis des optimierten Selbst – Subjektivierungsmodi in Soft Skill Trainings <i>Cornelia Schendzielorz</i>	75
<b>Kapitel 2: Grenzen und Resistenzen der Selbstoptimierung</b>	93
Grenzen der Selbstoptimierung im aktivierenden Sozialstaat <i>Dominik Wagner-Diehl</i>	94
„Ich muss mich jetzt auf die Schule konzentrieren, ich muss mein Abi irgendwie schaffen“ – Burnout als ein spezifisches Belastungserleben im Kontext von Schule <i>Marcel Eulenbach</i>	111
<b>Kapitel 3: Theoretische Flankierungen</b>	139
Optionalisierung als Selbstoptimierung – Genese und Kritik einer Programmatik der Lebensführung <i>Boris Traue</i>	140
Zombies und Cyborgs – Subjekt(ivierungs)formen der Gegenwart <i>Katarina Froebus und Martin Karcher</i>	155
Selbstverwirklichung und Selbstoptimierung – Sozialisationstheoretisch betrachtet <i>Matthias Grundmann</i>	173
<b>Die Autorinnen und Autoren</b>	188

# Selbstoptimierung als Gegenstand theoretischer und empirischer Erkundungen – Zur Einführung

Marcel Eulenbach

„Selbstoptimierung“ ist ein Begriff, der längst in der wissenschaftlichen Kommunikation und im öffentlich-medialen Sprachgebrauch angekommen ist. Sozialwissenschaftlichen Überlegungen zufolge verweisen selbstoptimierende Verhaltens- und Lebensweisen auf gesellschaftliche Einflüsse, denn die Subjekte positionieren sich damit zu Subjektanforderungen, die Teil einer „Kultur der Optimierung“ (Lindner 2015, S. 83) sind. Selbstoptimierung hat demnach den Rang einer kulturellen Leitvorstellung, deren Wirkmächtigkeit wiederum auf Vorstellungen der Machbarkeit, Gestaltbarkeit, Potenzialausschöpfung – kurz: Veränderbarkeit – beruht, die das Selbstverständnis der vergesellschafteten Subjekte mehr denn je prägen (Mayer/Thompson 2013; King et al. 2014; Röcke 2017). Von den unzähligen Aspekten des Selbst und der Lebensführung, die heute als veränderbar gelten, sind viele zu Domänen der Selbstoptimierung geworden: Karriere, Bildung, Attraktivität, Fitness, Ernährung, Gesundheit, berufliche und private Beziehungen, Partnerwahl, Sexualität und andere mehr (Werle 2010; Schreiber et al. 2015; Straub/Balandis 2018). Ein zentrales Merkmal der Selbstoptimierung ist die Verinnerlichung einer spezifischen Verantwortung, die sich auf das selbstständige Suchen, Erkennen und Ergreifen von Verbesserungsmöglichkeiten bezieht. Letztlich ist diese ‚Arbeit am Selbst‘ auf Selbstüberschreitung bzw. auf die Überschreitung von fortlaufend erneuerten Ziellinien hin angelegt. Ein vorab festgelegtes Endziel existiert dabei nicht (King et al. 2014; Straub/Balandis 2018). Diese Eigenlogik der Selbstoptimierung ist mit der Erfüllung sozialer Erwartungen vereinbar, impliziert sie doch „eine kaum eingeschränkte Disponibilität für Veränderungen und damit ein Unterworfensein unter wechselnde Ansprüche und Anforderungsprofile“ (Mayer/Thompson 2013, S. 7 f.). Ausgehend von dieser ‚Ansprechbarkeit‘ der Subjekte für wechselnde Ansprüche wird Selbstoptimierung in (großen Teilen) der sozialwissenschaftlichen Diskussion im Zusammenhang einer sich verschärfenden Leistungsgesellschaft thematisiert – als eine Form sozial erwünschter Selbstregulierung, bei der die Subjekte im Sinne der Verbesserung ihrer Leistungs- und Konkurrenzfähigkeit an sich arbeiten.

Verfolgt man die sozialwissenschaftlichen Auseinandersetzungen um Selbstoptimierung, so knüpfen diese vorrangig an drei Theoriestränge an: 1) Das arbeits- und industriesoziologische Konzept des *Arbeitskraftunternehmers* (Voß/Pongratz 1998), das schon vor mehr als zwei Jahrzehnten zur Bestimmung der

damals neuen Grundform der Arbeitskraft eingeführt wurde und bis heute die Diskussionen um die Veränderungen der Erwerbsarbeit prägt. Demnach sind nicht nur die Anforderungen an die Selbstorganisation der Arbeitsvollzüge gestiegen, Beschäftigte haben ihre Arbeitskraft auch kontinuierlich als eine an der Nachfrage orientierte Ware zu formen. Damit wird ihnen letztlich eine optimierte Lebensführung abverlangt, bei der die individuellen Ressourcen systematisch im Sinne der Erwerbserfordernisse einzusetzen sind (Voß/Pongratz 1998; Pongratz/Voß 2004).

2) Eine umfassende theoretische Bestimmung von Selbstoptimierung ist mit der Perspektive der *neoliberalen Gouvernamentalität* verbunden. Zentral ist hier der Machttyp der Gouvernamentalität, eine „Kunst des Führens“ (Foucault 2004, S. 241), bei der die Macht über andere darauf gründet, dass diese anderen sich in Übereinstimmung mit fremdgesetzten Ansprüchen selbst transformieren oder – anders gesagt – selbst führen. Folgt man dieser Perspektive, so gründet die Gouvernamentalität der Gegenwartsgesellschaft auf der Ausbreitung ökonomischer Prinzipien, die, weil sie Institutionen, soziale Verhältnisse und zwischenmenschliche Beziehungen durchdringen, den Rahmen für die Selbstführung der Individuen bilden. Ausgehend von diesem neoliberalen Gesellschaftsbild wird die Subjektfigur des sich optimierenden bzw. „unternehmerischen Selbst“ (Bröckling 2007) zum dominanten Vergesellschaftungsmodus erklärt.

3) *Modernisierungstheoretische Anschlüsse* beziehen die Leitvorstellung der Selbstoptimierung auf die Steigerungslogik, die in vielen Bereichen sozialer Praxis als Folge der Weiterentwicklung von Produktion und Konsum, der Digitalisierung und einer sich globalisierenden (Finanzmarkt-)Ökonomie Einzug gehalten hat (Schreiber et al. 2015; King et al. 2018). Insbesondere Marktmechanismen und Wettbewerbe, die nicht nur die Arbeit, sondern die gesamte Lebensführung der Individuen erfassen, bringen hohe Leistungs- bzw. Optimierungsanforderungen mit sich (Neckel 2008, 2014; King et al. 2014), die darüber hinaus aufgrund risikoreicher Lebens- und Karrierewege in Zeiten sozialer Beschleunigung gestiegen sind (Sennett 1998, Rosa 2012).

Mit diesen Theoriesträngen liegen eigenständige Lesarten der Selbstoptimierung vor. Die sozialen Voraussetzungen für Subjektivität, die dabei jeweils geltend gemacht werden, lassen sich wiederum nur aus ihrer Verschränkung mit makrostrukturellen Prozessen heraus verstehen. Aus diesen Gründen führe ich im Folgenden zunächst in die Lesarten der Selbstoptimierung ein (1). Anschließend wird anhand eines knappen Überblicks über Beschreibungen und Befunde zu zentralen Bereichen der Lebenswelt deutlich gemacht, dass Selbstoptimierung eine dominante Subjektanforderung in der Gegenwartsgesellschaft darstellt. Ob dies einen Einfluss auf Individuen hat, und wenn ja, wie er beschaffen ist – die Beantwortung dieser Fragen ist nur auf der Grundlage von empirischen Erkenntnissen zu den individuellen Umgangsweisen mit der „Kultur der Optimierung“ (Lindner 2015, S. 83) möglich (2). Es folgt die Vorstellung der Beiträge dieses Bandes, der einige Anmerkungen zu den methodisch-methodologischen Zugängen, die mit den theoretischen Lesarten der Selbstoptimierung verbunden sind, vorangestellt werden (3).

## 1. Theoretische Lesarten der Selbstoptimierung

Selbstoptimierung ist eine paradoxe Anforderung, da sie anders als eine Handlungsanweisung keinen konkreten ‚Auftrag‘ beinhaltet und häufig nicht über Sanktionspotenziale verfügt, sodass sie auch nicht als (direkter) Zwang erfahren wird. Vielmehr entfaltet sie sich durch institutionelle und diskursive Rahmenbedingungen, die das Handeln zwar nicht determinieren, aber einen Einfluss darauf haben, wie ‚freie‘ Subjekte auf sich selbst einwirken.

### 1.1 Arbeit und Arbeitskraftunternehmer/in

In den Institutionen der Arbeitswelt werden Beschäftigte immer seltener ‚gegängelt‘, vielmehr haben die Handlungsspielräume und Möglichkeiten für selbstgestaltetes Arbeiten zugenommen. Solche Rahmenbedingungen bringen den „Arbeitskraftunternehmer“ hervor, der – so der Untertitel eines einschlägigen Aufsatzes (Voß/Pongratz 1998) – eine „neue Grundform der Ware Arbeitskraft“ darstellt, die den verberuflichten Arbeitnehmer sukzessiv ablöst. Sie liegt vor, wenn Personen in formell *unselbstständigen* Arbeitsverhältnissen unternehmerisch agieren. Die Merkmale einer unternehmerischen Arbeitskraft sind demnach weder an das Unternehmer/in-Sein gebunden noch werden sie vorrangig an freiberuflichen Tätigkeiten festgemacht (z. B. als Bauingenieur oder Anwältin), in denen die Gewinnmaximierung ebenfalls eine große Rolle spielt. Ausschlaggebend ist vielmehr, wie die lohnabhängige Arbeit in Unternehmen organisiert wird.

War es in der fordistischen Industriearbeit völlig ausreichend, dass Arbeitskräfte in festen Produktionsroutinen vordefinierte Ergebnisse liefern, reicht dies in der postfordistischen Arbeitswelt nicht mehr aus, weil die Marktlogik nun auch die Organisation der Unternehmen erfasst hat, die sich in ihren internen Abläufen und Arbeitsbeziehungen flexibilisieren. Die Arbeitnehmer/innen<sup>1</sup> stehen aufgrund dessen unter einem Anpassungs- bzw. Flexibilisierungsdruck (Sennett 1998). Der „Arbeitskraftunternehmer“ wird anhand von drei Merkmalen charakterisiert (Voß/Pongratz 1998; Pongratz/Voß 2004): Erstens soll die Arbeitskraft selbstorganisiert ins Unternehmen eingebracht werden („Selbstkontrolle“). Dies ist insofern paradox, als dass dazu Gestaltungsspielräume eingerichtet werden, die „im Sinne betrieblicher Ziele genutzt werden müssen und oft mit erheblich steigendem Leistungsdruck einhergehen“ (Voß/Pongratz 2004, S. 10). Zweitens reicht es nicht mehr aus, ‚Arbeitskraftbesitzer/in‘ zu sein, vielmehr soll die Arbeitsperson eine produktive Beziehung zu ihrem eigenen

---

1 Die in diesem Sammelband vertretenen Autor/innen wurden gebeten, in ihren Beiträgen eine gendersensible Sprache zu verwenden. Wie bzw. in welcher der geläufigen Varianten dies geschieht, blieb ihnen überlassen.

Arbeitsvermögen unterhalten („Selbstökonomisierung“). Gefordert ist demnach die Weiterentwicklung der eigenen Fähigkeiten unter der Maßgabe ihrer ökonomischen Verwertbarkeit (z. B. durch Lebenslanges Lernen). Die Parallele zur Selbstoptimierung wird mit Blick auf das dritte Merkmal vollends offensichtlich: Die instrumentelle Ausrichtung der Lebensführung im Dienste „der Entwicklung und Erhaltung des Arbeitsvermögens und der daraus entstehenden Arbeit an sich“ (Voß/Pongratz 1998, S. 143). Erwartet wird die Nutzung von privaten Ressourcen vor allem zeitlicher und sozialer Art zur Steigerung der Arbeitskraft, was mit einer Rationalisierung von Familien- und Intimbeziehungen einhergeht („Verbetrieblichung der Lebensführung“) (ebd.).

Diese Annahmen zum Arbeitskraftunternehmer konnten in mehreren Studien überprüft und bestätigt werden, wenn auch mit gewissen Abstrichen bei den vorgenannten drei Merkmalen (Voß 2017). Das Konzept erwies sich als differenzierungsfähig und wurde z. B. bezogen auf geschlechtsspezifische Unterschiede erweitert (ebd.), auf universitäre Arbeitsverhältnisse übertragen (Lenger 2015) oder zur Erklärung von Depression und Burnout – den „Leiterkrankungen der entgrenzten und subjektivierten Arbeitswelt“ (Voß/Weiß 2013, S. 37) – herangezogen. Der Typus des Arbeitskraftunternehmers prägte überdies die Diskussion um die ‚doppelte Subjektivierung von Arbeit‘ in postfordistischen Arbeitsverhältnissen. Hiermit werden zum einen subjektive Ansprüche und auf die Arbeit gerichtete Bedürfnisse, die von Beschäftigten geltend gemacht werden, bezeichnet, und zum anderen die verstärkte Ausschöpfung subjektiver Potenziale durch die Unternehmen erfasst (Hardering 2011, S. 62 ff.). Das Konzept des Arbeitskraftunternehmers lenkt den Blick auf den individuellen Umgang mit dem arbeitsorganisatorisch ermöglichten Zugriff auf subjektive Potenziale, und es „ist neu, dass dieser Zugriff nun im Modus einer höchst paradoxen Selbstbestimmung erfolgt: Die Menschen werden veranlasst, systematischer und tiefergehend als bisher nun auch noch ihre gesellschaftliche Nutzung und Verwertung selbst aktiv zu betreiben“ (Voß/Weiß 2013, S. 46). Mit dem Konzept des Arbeitskraftunternehmers liegt somit eine Beschreibung vor, die sich nicht auf die normativen Facetten von Selbstoptimierung beschränkt, sondern auch empirische Erkenntnisse dazu integriert, wie diese sich in der Subjektivität von Individuen niederschlagen – freilich bezogen auf das Feld der Arbeit.

## 1.2 Neoliberale Gouvernamentalität

Wird Selbstoptimierung in einem arbeitssoziologischen Bezugsrahmen thematisiert, so haben wir es mit einer Form der Selbstregulierung zu tun, die an den Leistungsregimen der Arbeitswelt ausgerichtet ist. Dabei macht das Subjekt in einer Weise von seiner Autonomie Gebrauch, die seine ökonomische Verwertbarkeit steigert. Allerdings werden Individuen auch jenseits der Institutionen der

Arbeit dazu aufgefordert, sich im Sinne eines verallgemeinerten Unternehmer-Modells zu optimieren. Dies zu erklären beanspruchen die an Foucault (2004) anschließenden Studien zur neoliberalen Gouvernamentalität. Sie konstatieren eine neoliberale Regierungsweise bzw. Gouvernamentalität, die nicht allein auf politischer Machtausübung basiert, denn sie vermag es, die politische Führung der Subjekte mit ihrer Selbstführung zu verknüpfen. Letztlich geht es darum, die freiheitliche Existenz der Individuen zu wahren, aber durch die Ausrichtung an einer unternehmerischen Handlungslogik zugleich berechenbar zu machen (Rose 2000; Lemke/Krasmann/Bröckling 2000; Opitz 2004; Bröckling 2007; Gertenbach 2008; Duttweiler 2016). Die Rahmenbedingungen dieses Regierens werden durch eine tiefgreifende „Ökonomisierung des Sozialen“ (Bröckling/Krasmann/Lemke 2000) hergestellt. Damit ist die Umgestaltung von vormals nicht-ökonomischen Feldern nach ökonomischen Prinzipien gemeint, also „die Universalisierung des Wettbewerbs und die Erfindung marktförmiger Handlungssysteme für Individuen, Gruppen und Institutionen“ (ebd., S. 16). Das sich optimierende bzw. „unternehmerische Selbst“ ist vor diesem Hintergrund als ein gesellschaftlich gefordertes Subjekt zu verstehen, das der Offenheit und Unbestimmtheit neoliberaler Lebensverhältnisse im Modus allseitiger Aktivität begegnet und damit Verantwortung für sich selbst übernimmt. Zugleich wird dem Subjekt zugemutet, die mit dem Übergang zu dieser Gesellschaftsform gestiegenen Exklusionsrisiken eigenverantwortlich zu bearbeiten.

Mit dem Begriff „Gouvernamentalität“ wird dieses Regieren von Subjekten auch in einer anderen Hinsicht verständlich: Foucault bezieht ihn auch auf die Machtwirkung von Wissen und dessen Funktion in Subjektivierungsprozessen. Deutlich wird dies insbesondere an seinen Erläuterungen zu den „Technologien des Selbst“ – Praktiken der Selbstformung, in denen sich die Subjekte auf der Grundlage verfügbarer Wissensbestände bzw. Diskurse selbst auslegen (Foucault 1987, 1993). Somit wird von einer sprachlichen Bedingtheit des Subjekts ausgegangen, das nur in der Bezugnahme auf Diskurse und die in ihnen erzeugten, historisch variierenden Subjektvorgaben zu einem sprechenden und handelnden Wesen werden kann.<sup>2</sup> Diskurse produzieren also kontingente ‚Wahrheiten‘ über den Menschen, die es empirischen Subjekten ermöglichen, sich in der Orientierung daran selbst zu formen und darüber Anerkennung zu erlangen. Von einer deterministischen Wirkung wird dabei nicht ausgegangen. Neuere gouvernamentalitätstheoretische Arbeiten erkennen in dem sich optimierenden bzw. unternehmerischen Selbst ein solches „Wahrheitsregime“ (Bröckling 2007, S. 31), das sich u. a. in den Wissensressourcen

---

2 Neben dem Werk Foucaults stellt die Gouvernamentalitätsforschung weitere subjekt(ivierungs)theoretische Bezüge her. Zu den bedeutsamen Referenzen zählen Arbeiten Judith Butlers, insbesondere „Psyche der Macht. Das Subjekt der Unterwerfung“ (Butler 2001).

von Expertengruppen, in institutionellen Logiken, in soziologischen, psychologischen und ökonomischen Theorien, in Erfolgsratgebern und therapeutischen bzw. Coaching-Ansätzen artikuliert. Dieses kulturell gleichsam vorgezeichnete Subjekt vereinigt verschiedene Subjektanforderungen wie Aktivität, Eigenverantwortung, Selbstbestimmung, Flexibilität, Ehrgeiz und Berechnung (Rose 2000; Bröckling 2007; Glauser 2016). Die Breite der Diskurse, in denen es zur Geltung kommt, hat zu Schwerpunktsetzungen in seiner Analyse geführt. Im Vordergrund stehen Schlüsselwerke der politischen Ökonomie zu (Neo-)Liberalismus und Humankapitaltheorie, Strategiepapiere überstaatlicher Organisationen wie der OECD sowie Texte aus dem Bereich des (Selbst-)Managements. Zu den letztgenannten gehören neben populären Erfolgsratgebern, die das Subjektideal des Selbstunternehmers auf die gesamte Lebensführung übertragen, Texte zur Personalführung, die erfolgversprechende Kooperations- und Kommunikationsformen – z. B. Projektarbeit oder Qualitätsmanagement – instruktiv aufbereiten (Opitz 2004; Bröckling 2007; Gertenbach 2008; Spilker 2010). Da Diskurse soziale Realitäten und Praxen in Institutionen prägen, kann die Gouvernementalitätsforschung, die diesen Zusammenhang auch reflektiert, mit ihren Analysen (z. B. zum Qualitätsdiskurs oder zu Programmatiken wie dem „Lebenslangen Lernen“) einen wichtigen Beitrag zum Verständnis institutioneller Prozesse (in Unternehmen, öffentlichen Verwaltungen, Bildungseinrichtungen etc.) leisten (Bröckling 2000; Masschelein/Simons 2005; Klingovsky 2013; Bröckling/Peter 2014). Diese Studien untersuchen soziale Praxis aber nicht *in actu*, sondern anhand der sie strukturierenden Wissensbestände.

Bröckling (2007) verwendet Metaphern wie „Kraftfeld“ oder „Sog“ (ebd., S. 38f.), um zu verdeutlichen, dass die diskursiven Konstruktionen des unternehmerischen bzw. selbstoptimierten Subjekts zwar machtvoll auf die Subjektconstitution einwirken, es sich aber doch um einen Prozess der Ko-Konstruktion unter Beteiligung des Subjekts handelt – so wie man einer Sogwirkung im Wasser nachgeben oder sich ihr widersetzen kann. Die diskursive ‚Anrufung‘ des Subjekts kann also an dessen Widerstand scheitern. Umgekehrt ist es so, dass das unternehmerische Subjektideal für diejenigen, die es erreichen möchten, stets unerreichbar bleibt. Der Grund dafür liegt im Subjektivierungsregime selbst. Gertenbach (2008) führt dazu aus: „Zwar erscheint das unternehmerische *Selbst* im neoliberalen Diskurs als anthropologische Figur, das unternehmerische *Handeln* ist jedoch an mehrere Bedingungen – wie Innovationsfähigkeit, Kalkulation und Risikobereitschaft – gebunden. In der Kluft zwischen diesen Polen eröffnet sich ein Bereich, der nicht nur eine subjektivierende Anrufung in sich trägt“ (ebd., S. 109; Hervorh. i. O.). Letztlich werden die Subjekte also ‚angerufen‘, die ihnen zugänglichen Bedingungen erfolgreichen Handelns zu verbessern, wodurch sie zugleich – da es ein Handeln in einem wettbewerbsförmigen Umfeld ist – in einen unabschließbaren Prozess der Selbstoptimierung verstrickt werden. In ähnlicher Weise bestimmt Bröckling (2007) das sich optimierende



bzw. unternehmerische Selbst und spricht von einer „Realfiktion“: „Das unternehmerische Selbst bezeichnet überhaupt keine empirisch beobachtbare Entität, sondern die Weise, in der Individuen als Personen adressiert werden, und zugleich die Richtung, in der sie verändert werden und sich verändern sollen. Es handelt sich um eine Realfiktion“ (ebd., S. 46). Obwohl das fiktive Subjektideal letztlich uneinholbar ist, hat es reale Folgen, da es einen steten Antrieb zur Überschreitung bzw. Optimierung des eigenen Status Quo evoziert.

Dass das neoliberale Subjektivierungsprogramm erfolgreich ist, obwohl sich darin eine kaum verhohlene Verwertungslogik ausdrückt – auch dies kann die gouvernementalitätstheoretische Perspektive erklären. Denn die Anrufungen des unternehmerischen Selbst gelten nicht einfach der ökonomischen Funktionserfüllung, sie ‚erinnern‘ die Subjekte also nicht nur an die ihnen auferlegten Pflichten, sondern stellen zugleich die Befriedigung ihrer ‚authentischen‘ Bedürfnisse in Aussicht. Aufgrund dieser Mehrdeutigkeit kann die Steigerung der Handlungs- und Leistungsfähigkeit, die zunächst ein Anforderungsprofil darstellt, als Eigenbedürfnis erscheinen: „Persönliches Wachstum und Akkumulation von Humankapital bedingen einander; die Arbeit an sich selbst und das *training for the job* fallen zusammen“ (ebd., S. 73; Hervorh. i. O.).

### 1.3 Modernisierungstheoretische Anschlüsse

Modernisierungstheoretische Erklärungen der Selbstoptimierung gehen von gesellschaftlichen Ökonomisierungstendenzen aus und stimmen darin mit der gouvernementalitätstheoretischen Lesart überein. Im Unterschied dazu werden diese Tendenzen aber an den institutionellen Wandel rückgebunden, der durch Weiterentwicklungen in den Bereichen Technologie, Produktion, Kommunikation (Digitalisierung) und Mobilität angetrieben wird, und sich darüber hinaus in einem zunehmenden Veränderungstempo vollzieht (soziale Beschleunigung). Damit gehen Steigerungsprozesse in nahezu allen Bereichen sozialer Praxis einher. Aus modernisierungstheoretischer Sicht stehen diese Steigerungsprozesse im Vordergrund, sie evozieren aufseiten der Subjekte Anstrengungen der Selbstoptimierung. Demnach handelt es sich bei der Selbstoptimierung um einen Prozess der permanenten Überschreitung von Ziellinien, der nicht von seinem Ende her gedacht werden kann (King et al. 2014; King/Gerisch 2015; Schreiber et al. 2015; Uhlendorf et al. 2016; Salfeld-Nebgen et al. 2016). Diskursive Konstruktionen der Selbstüberschreitung bzw. -optimierung werden hier vor allem in Form von Erwartungen untersucht, die von Expert/innen aus verschiedenen institutionellen Feldern artikuliert werden (King et al. 2018). Das Interesse richtet sich also weniger auf großrahmige Diskurse. Anders als unter dem Label „neoliberale Gouvernementalität“ werden diskursive Verhältnisse somit als *eine*, aber nicht als die zentrale Dimension gesellschaftlichen Wandels wahrgenommen.

Die modernisierungstheoretisch fundierte Auseinandersetzung mit Selbstoptimierung wartet überdies mit einer konzeptionellen Bestimmung dieses Selbstverhältnisses auf. Zurückgewiesen werden Annahmen kausaler Wirkungszusammenhänge zwischen der gesellschaftlichen und der individuellen Ebene. Der oben geschilderte institutionelle Wandel schlägt also nicht einfach auf das Subjekt-Sein durch. Entscheidend ist vielmehr die Vermittlung von sozialen und individuellen bzw. intrapsychischen Bedingungen. Selbstoptimierung wird folglich als Wechselwirkung zwischen institutionellen Anforderungen und psychischen Dispositionen bzw. Bewältigungsmustern sowie biografischen Erfahrungen und Motiven konzipiert (Schreiber et al. 2015; King et al. 2018). Erklärbar wird so, weshalb Optimierungszwänge unterschiedlich verarbeitet und von einigen Menschen zustimmend bis euphorisch aufgenommen werden. Nachvollziehbar wird auch die Möglichkeit einer maßvollen Arbeit an sich selbst, die auf einer hinreichenden Selbstabgrenzung gegenüber unrealistischen Optimierungserwartungen beruht.

Die Frage nach den individuellen Folgen der Steigerungslogik wird insbesondere als Frage nach ihrer Übersetzung in Muster der individuellen Lebensführung gestellt. Mit dem Konzept der „alltäglichen Lebensführung“ schließt die modernisierungstheoretisch fundierte Auseinandersetzung mit Selbstoptimierung an die Forschungslinie zum Arbeitskraftunternehmer an (Salfeld-Nebgen et al. 2016). Mit diesem Konzept wird folgenden Tatsachen Rechnung getragen: Zum einen können sich aufgrund unterschiedlicher und sich teilweise widersprechender Anforderungsprofile, die in den verschiedenen Lebensbereichen bestehen, Vereinbarkeitsprobleme hinsichtlich der darauf jeweils bezogenen Optimierungsanstrengungen ergeben. Zum anderen rückt damit in den Blick, dass Familien- und Freundschaftsbeziehungen, obwohl sie zunächst Ressourcen für Selbstoptimierung sind, im Ringen darum erodieren können. Anhand der Lebensführung können Abwertungen bzw. Instrumentalisierungen sozialer Beziehungen infolge einer einseitigen Orientierung an Optimierungsanforderungen sichtbar werden, was meist mit der Unterdrückung persönlicher Bedürfnisse und Interessen einhergeht (King et al. 2014; Salfeld-Nebgen et al. 2016).

Wenn sich die Lebensführung danach ausrichtet, „der Verpflichtung zur Hyperleistung zu begegnen, die uns die Gesellschaft in allen Bereichen auferlegt“ (Aubert 2009, S. 98), so ist dies insbesondere der Omnipräsenz von Marktmechanismen geschuldet. Unter dem Label der „Marktgesellschaft“ arbeitet Neckel (2008) die Funktionsweise von Markt und Wettbewerb als Strukturierungsprinzipien der modernen Sozialordnung heraus. In Marktgesellschaften wird die Gewinn- und Wettbewerbslogik auf außerökonomische Bereiche ausgedehnt und drängt andere normative Grundlagen der Ressourcenverteilung wie Recht und Bedürftigkeit in den Hintergrund (ebd., S. 53 ff.). Da sich „auch Körper- und Persönlichkeitsbilder, Beziehungsformen und Kulturstile zu Schauplätzen von Wettbewerben verwandeln“ (ebd., S. 110) und die sozialen Medien neue

Aufmerksamkeitsökonomien hervorbringen (z. B. Instagram, TikTok), nehmen soziale Vergleiche, Rangordnungen, Ausscheidungskämpfe und Konkurrenz im Alltag zu. Auch die symbolische Dimension des Konsums ist hier zu nennen, denn die Konsumprodukte bieten sich als Identitätsressourcen an, mit deren Hilfe Individuen sich besondern und ihren eigenen Marktwert steigern können (Bauman 2009, S. 71 ff.).

Um den Drang bzw. Druck zur Selbstoptimierung in diesen Zusammenhang einzuordnen, ist auf die gestiegene Bedeutung des *Erfolgsprinzips* hinzuweisen. Marktgesellschaften zeichnen sich nämlich dadurch aus, dass in ihnen Markterfolge, nicht jedoch die Leistungsbeiträge der Gesellschaftsmitglieder prämiert werden, sodass ein Widerspruch zum Leistungsprinzip entsteht (Neckel 2012). Markterfolge sind „gegenüber der Art ihres Zustandekommens [...] gleichsam ‚blind‘ und neutral“, ganz anders als die Reziprozität des „Leistungsprinzips, das mit seinem inneren Regelwerk von Aufwand und Entschädigung Normen der Gegenseitigkeit folgt und wirtschaftliche Erträge gerade auch am Ausmaß von Anstrengung und Belastung bewerten soll“ (Neckel 2008, S. 91 f.). Angesichts der Dominanz des Erfolgsprinzips werden berufliche Tätigkeiten, die sich nicht über einen messbaren Output oder einen individuell zurechenbaren Gewinn abbilden lassen, materiell und symbolisch abgewertet, etwa im Bereich körperlicher Schwerarbeit, in sozialen Berufen, aber auch in Wissenschaftszweigen, deren Erkenntnisse keine ökonomischen Profite abwerfen (Voswinkel 2002; Neckel 2008, S. 85 f.).

Erfolge können also unabhängig von einem vorher betriebenen Aufwand zustande kommen. Da Wettbewerbe die Vorrangstellung bestimmter Leistungen gegenüber anderen honorieren, resultiert der Erfolg stets auch aus dem Verhalten der anderen ‚Mitspieler/innen‘ und ist insofern kontingent. Anders gesagt: Erfolg ist nicht als Gelingensresultat eigener Handlungen antizipierbar.<sup>3</sup> Darüber hinaus ist die im Erfolg sich ausdrückende Anerkennung eine, die das Individuum nicht für seine Konformität erhält, sondern dafür, dass es sich von anderen unterscheidet. Der bzw. die Erfolgreiche erhält also gerade für ihre bzw. seine Einzigartigkeit Bewunderung (Neckel 2014, S. 39) – ein Zusammenhang, der sich an den Erfolgen der Wirtschafts-, Medien- und Sportprominenz besonders gut ablesen lässt. Damit geht aber auch einher, dass der Erfolg von heute den von gestern überboten hat. Diese Überbietungslogik bringt eine „Kultur der permanenten Steigerung und der fortwährenden Selbstoptimierung“ (ebd.)

---

3 Dass Erfolge nur teilweise von der Aufwandsseite her zustande kommen, trägt überdies zu einem „performativen Leistungsverständnis“ (Neckel 2008, S. 13) bei: Weil als Leistung nur gilt, was zur Verwirklichung eines Erfolges geführt hat, wird die Leistungsverausgabung – der betriebene Aufwand, der Einsatz von Zeit, Fähigkeiten und Qualifikationen – von Bemühungen überlagert, die sich auf die Beeinflussung der sozialen Zuschreibungsprozesse von Erfolg richten, also von der Selbstvermarktung bzw. der Inszenierung der eigenen „Erfolgstüchtigkeit“ (Ichheiser zit. n. Neckel 2008, S. 51).

hervor. Gestützt wird diese Kultur durch die besondere Dramatik des Scheiterns: Werden Erfolge in der gesellschaftlichen Wahrnehmung trotz ihrer Kontingenz als persönliche Verdienste angerechnet, so gelten Misserfolge umgekehrt als individuelles Scheitern. Bleibt der Erfolg aus, so können sich Individuen kaum noch auf widrige Umstände oder auf Fremdverschulden berufen – ihr Misserfolg erscheint als selbstverschuldetes Versagen.

Deutlich wird somit: Aufgrund der ‚Pflicht zum Erfolg‘, die sich im Zuge der Vermarktlichung der Sozialstruktur auf viele Bereiche sozialer Praxis bezieht, unterliegen die Individuen einem hohen Wettbewerbsdruck. Dieser evoziert Optimierungsanstrengungen, die auf das Selbst und die Lebensführung gerichtet sind (King et al. 2014). Die Arbeitswelt gilt dabei als wichtigste Domäne marktformiger Vergesellschaftung<sup>4</sup>, wobei es in modernisierungstheoretischer Lesart nicht von vornherein ausgemacht ist, wie sich ihre Optimierungsanforderungen in die Lebensführung der Individuen übersetzen. Unter Verweis auf psychodynamische Erkenntnisse wird betont, dass es entscheidend auf die Vermittlung von Optimierungsanforderungen mit psychischen Dispositionen und biografischen Erfahrungen ankommt, sodass die an die Individuen herangetragenen Optimierungsziele auf unterschiedliche Weise subjektiv bedeutsam werden. So *können* sie funktional für psychische Motive und Bewältigungsmuster sein und den Individuen ‚gelegen kommen‘, die sich dann darauf ausrichten oder sich geradezu euphorisch in Optimierungsanstrengungen stürzen. Vor diesem konzeptionellen Hintergrund interessieren sich Vertreter/innen dieser Theorie-*linie* auch für den Zusammenhang von arbeitsbezogenen Optimierungsanforderungen und Burnout bzw. Erschöpfungszuständen (Salfeld-Nebgen et al. 2016; Uhlendorf et al. 2016). Damit wird zugleich die Annahme zurückgewiesen, individuelle Befindlichkeiten im Sinne von Überlastung, Erschöpfung, Burnout etc. ließen sich aus sozialen und kulturellen Bedingungen ableiten – eine Annahme, die insbesondere im Zuge der Rezeption des Konzepts des „erschöpften Selbst“ (Ehrenberg 2008) vertreten wurde (King et al. 2018).

---

4 Hier zeigt sich eine Parallele zu der Rolle, die dem Arbeitsmarkt in Individualisierungsprozessen zugeschrieben wird. Denn die Chancen auf individualisierte Existenzformen, die Beck (1984) mit dem Begriff der „Arbeitsmarkt-Individualisierung“ (ebd., S. 488; Hervorh. i. O.) kennzeichnet, sind ihm zufolge nur um den Preis der Vereinzelung der Individuen in den Konkurrenzbeziehungen des Arbeitsmarktes zu haben (ebd., S. 488f.). Dass Beschreibungen von Individualisierungs- und von Selbstoptimierungsprozessen weitgehend kompatibel sind, kann an dieser Stelle nur angedeutet werden – es zeigt sich z. B. auch mit Blick auf das, was mit dem paradoxen Begriff der ‚Individualitätsnorm‘ zum Ausdruck gebracht wird: die soziale Anforderung, jeder bzw. jede möge sich unter den Bedingungen kultureller Pluralisierung durch das bestimmen, was sie oder ihn von allen anderen unterscheidet (Prisching 2009, S. 16ff.; Abels 2010, S. 43ff.). Reckwitz (2017) erkennt darin den Lebensstil der Singularisierung, mit dem die neue Mittelklasse Authentizität ausdrückt, der aber zugleich „auf diversen Märkten – vor allem dem beruflichen Markt der *creative economy*, aber auch dem Partnerschaftsmarkt – einen Vorteil verschaffen [kann]“ (ebd., S. 307).

## 2. Zur gegenwärtigen Kultur der Optimierung

Zu den aktuell beobachtbaren Veränderungen von Lebensbedingungen gehört zweifellos die Vehemenz, mit der Individuen zur Selbstoptimierung angehalten werden, wie ich im Folgenden anhand von Erkenntnissen und Beschreibungen zu verschiedenen Dimensionen der Lebenswelt und des Aufwachsens aufzeige. Die Rede von der „Kultur der Optimierung“ (Lindner 2015, S. 83) macht darauf aufmerksam, dass sich Optimierungsanforderungen in vielen Bereichen sozialer Praxis normalisiert haben. Gleichwohl treten sie insbesondere im Zusammenhang mit dem Wandel der Arbeitswelt in Erscheinung.

Infolge der Dezentralisierung, Entgrenzung und Vermarktlichung von Arbeit sind die Arbeitsweisen in vielen Branchen organisatorisch, zeitlich und örtlich flexibler geworden. Vordergründig betrachtet hat dies dazu beigetragen, Verhaltenszwänge zugunsten von Möglichkeiten für selbstständiges Arbeiten abzubauen (Minssen 2019, S. 45 ff.; Seifert 2009; Winker/Carstensen 2004). Dass diese Veränderungen jedoch ambivalente Folgen für die Subjekte haben, lässt sich an der Projektarbeit als eine dezentrale, außerhalb rigider Betriebsstrukturen angesiedelte Arbeitsweise verdeutlichen: Mit der Projektarbeit sind zwar die Freiräume für eine selbstständige Arbeitsgestaltung gewachsen, aber auch die Anforderungen an die Selbstorganisation der Beschäftigten. Zudem unterliegen Projektteams häufig einer indirekten Leistungssteuerung durch das Management, das die Erfordernisse des Marktes über Kennziffern und Zielvereinbarungen bis ‚hinunter‘ auf die Projektebene weiterleitet und den Mitarbeiter/innen damit eine höhere Verantwortung zumutet, sollen sie ihr eigenes Tun doch als einen unmittelbaren Beitrag zum Unternehmenserfolg wahrnehmen. Dies ist Ausdruck der übergreifenden Strategie, den Markt zum Bezugspunkt des Handelns aller Beschäftigten zu machen (Minssen 2019, S. 20, 64 ff.). Letztlich wird ihnen damit nahegelegt, selbstbestimmt, aber im Sinne der Profitmaximierung tätig zu werden, d.h. sich selbst im Hinblick auf ihren Leistungsoutput zu optimieren. Hinzu kommt, dass Erfolgs- und Gruppendruck in der Projektarbeit häufig zusammenfallen, denn die allgegenwärtige Sorge um den Erfolg kann zu einer Kontrolle aller durch alle führen (Sennett 1998, S. 147 ff.).

Nicht nur bezogen auf die Projektarbeit wird sichtbar, dass Unternehmen den Subjektstatus ihrer Beschäftigten berücksichtigen, um damit das Arbeitskraftpotenzial nur umso effizienter nutzen zu können. Dies zeigt sich auch an der Förderung ‚weicher‘, kaum standardisierbarer Kompetenzen wie Kommunikations- und Teamfähigkeit, an denen Bedarf herrscht, weil „Regeln, Routinen und Vorgehensweisen in Unternehmen nur unvollständig vorab definiert werden können“ (Minssen 2019, S. 106) und somit kommunikativ auszuhandeln sind. Auch Kreativität gilt als ökonomische Ressource, die Innovationsfähigkeit garantieren und Chancen auf höhere Gewinne eröffnen soll (Hardering 2011, S. 63 f.; Bröckling 2007, S. 168 ff.). Diese Humanressourcen können allerdings unter den Bedingungen von (offenem) Zwang und Repression weder entstehen noch unternehmerisch verwertet

werden. Daher verbindet sich das Zugeständnis von Freiräumen mit der Zielsetzung, dass die Beschäftigten ihre Produktivität selbstbestimmt steigern (Klingovsky 2013). Optimierungsanstrengungen auf sich zu nehmen ist unter diesen Bedingungen verlockend, weil damit vermeintlich Autonomie ermöglicht wird. „Gerade im Arbeitskontext erscheinen Zwänge häufig maskiert und verschleiert, indem sie diskursiv in Fiktionen von Selbstbestimmung umgedeutet werden“ (Schreiber et al. 2015, S. 29).

Auch arbeitslose Menschen werden an ihrer Bereitschaft zur Selbstoptimierung gemessen. Seit dem Inkrafttreten der Hartz-IV-Gesetze ist der Umgang mit ihnen – als Klient/innen der Sozialverwaltung und in beruflichen Maßnahmen – verstärkt auf ihre Aktivierung ausgerichtet (Lessenich 2008, S. 85 ff.). Gesellschaftliche, soziale und psychische Ursachen von Arbeitslosigkeit werden zugunsten einer Sichtweise relativiert, die das Verhalten der Betroffenen problematisiert und ihnen Passivität bei der Arbeitsplatzsuche unterstellt. Aus diesem Grund sollen sie mithilfe von Aktivierungsmaßnahmen zu mehr Eigeninitiative bewegt werden (Lutz 2010, S. 53 ff.; Motakef 2015, S. 47). Flankierend sind Zwangsmaßnahmen wie die Kürzung von Leistungsbezügen bei Verstößen gegen Eingliederungsvereinbarungen möglich, auch wenn davon nur ein geringer Anteil der Leistungsbeziehenden betroffen ist (Laskus/Rudzio/Schirmer 2018). Hinter der Aktivierungslogik steht eine Neuausrichtung des Sozialstaats: Während das frühere Sozialstaatsmodell an der kollektiven Verantwortung für individuelle Notlagen orientiert war, setzt der reformierte Sozialstaat stärker auf private Vorsorge und Selbsthilfe, also auf Eigenverantwortung, die „zugleich Zeichen persönlicher Autonomie *und* Ausweis sozialer Verantwortlichkeit“ (Lessenich 2008, S. 83; Hervorh. i. O.) sein soll. Individuen werden nicht nur im Kontext von Arbeitslosigkeit zu Verantwortlichen gemacht. Auch bezogen auf Gesundheitsrisiken bzw. Erkrankungen wie Stress, Übergewicht oder Diabetes, die sich negativ auf die Beschäftigungsfähigkeit auswirken können, greift das diskursive Muster einer individuellen Zurechnung, das besonders über die allgegenwärtigen Aufrufe zur Prävention vermittelt wird (Lindner 2015; Vobruba 2012). Sichtbar werden somit unterschiedliche Facetten der als „Responsibilisierung“ bezeichneten „Verantwortungs- und Zuständigkeitsdelegation vom Staat auf den Einzelnen“ (Duttweiler 2007, S. 272). Diese subtile Form der Verhaltenssteuerung zielt bei arbeitslosen Menschen auf die Erzeugung bzw. Verstärkung selbstoptimierenden Verhaltens – als unablässiges Bemühen um einen Arbeitsplatz bzw. um zusätzliche Qualifikationen, die die eigenen Chancen auf dem Arbeitsmarkt erhöhen können.

Anforderungen der Selbstoptimierung sind aber nicht auf das Erwerbsleben und damit letztlich auf das Erwachsenenalter beschränkt. Im Jugendalter, das vormals durch den Aufschub von Aufgaben mit ‚Ernstcharakter‘ gekennzeichnet war, treten diese Anforderungen in Gestalt von Bildungszwängen auf. Zwar sind zunächst die erweiterten Zugangsmöglichkeiten zu höherer Bildung zu konzedieren: So ist der Anteil der Schulabgänger/innen mit Hochschulreife gegenläufig zu dem mit Hauptschulabschluss im Verlauf der letzten beiden Jahrzehnte deutlich gestiegen. Dies ist nicht zuletzt der Tatsache geschuldet, dass das

Abitur mittlerweile auch an Gesamtschulen und beruflichen Gymnasien erworben werden kann. Dieser Entwicklung stehen allerdings anhaltende Probleme bei den nachschulischen Übergängen gegenüber, von denen nicht nur die Schulabgänger/innen mit Hauptschulabschluss betroffen sind. Während viele von ihnen dauerhaft an der Integration ins Erwerbssystem scheitern, sind Jugendliche mit einem mittleren und hohen Schulabschluss trotz ihrer deutlich besseren Ausgangslage prinzipiell mit langen und unabsehbaren Übergängen konfrontiert. Dies verstärkt die Zertifikatorientierung im Sinne der Bemühung, den ‚Tauschwert‘ des angestrebten Abschlusses durch bestmögliche Abschlussnoten zu maximieren. Neben der Planungssicherheit beim Übergang in Ausbildung oder Studium geht es dabei – gerade für Gymnasiast/innen – häufig auch darum, mit einem hervorragenden Bildungszertifikat möglichst viele Anschlussoptionen zu erhalten. Es zeigt sich eine Lernhaltung der Selbstoptimierung, insofern die Verwertbarkeit von Lernleistungen für die zukünftige Erwerbsintegration in den Vordergrund rückt (Heitmeyer/Mansel/Olk 2011; Mansel 2011; Luedtke 2014; Helsper 2015; Fraij/Maschke/Stecher 2015; Eulenbach 2016; BMBF 2020).

Die Optimierung von Bildung spiegelt sich aber auch in den gesellschaftlichen Regulierungen des Bildungssystems wider. Dies zeigt sich zum einen auf struktureller Ebene: So wird die Steigerung von Bildungsleistungen angestrebt und durch Output-Steuerung des Schulwesens umgesetzt. Dieser Steuerungsmodus verknüpft die Einführung von Bildungsstandards mit regelmäßigen Schulleistungstests (PISA, IGLU, TIMSS etc.), die den Output messen und damit ein Steuerungswissen für die Schulentwicklung hervorbringen. Zum anderen ist die diskursive Überformung dieser strukturellen Veränderungen zu nennen: Die öffentliche und politische Verständigung über Bildungsbelange ist von einer Steigerungs- und Verwertungssemantik geprägt, die im Nachgang des ‚PISA-Schocks‘ an Bedeutung gewonnen hat (Bernhard 2013; Ludwig-Mayerhofer 2014; Reinders 2016; Stark 2019).

Die Optimierungslogik verändert indes auch die erzieherische Einflussnahme der älteren auf die jüngere Generation.<sup>5</sup> In der gesellschaftlichen Auseinandersetzung

---

5 Als erziehungswissenschaftliches Thema bezieht sich „Optimierung“ – so die Ankündigung zum 27. Kongress der Deutschen Gesellschaft für Erziehungswissenschaft (2020) – unter anderem auf „[d]ie Einflüsse anderer Funktionssysteme (Ökonomie, Politik, Medizin, Medien etc.) auf die pädagogische Praxis sowie die Erziehungswissenschaft“ ([www.dgfe2020.uni-koeln.de/dgfe2020-optimierung/zum-kongress](http://www.dgfe2020.uni-koeln.de/dgfe2020-optimierung/zum-kongress)). Solche Einflüsse werden von Erziehungswissenschaftler/innen etwa mit Blick auf die Bologna-Reform – die Vereinheitlichung des europäischen Hochschulraums – thematisiert. Analysen der gouvernementalen bzw. ökonomischen Logik dieser Reform machen darauf aufmerksam, dass Studierende darin als Manager/innen eines verwertungsdienlichen Lernprozesses adressiert werden (Masschelein/Simons 2004, Pongratz 2009; Reinders 2016). Bezüge zur Selbstoptimierung werden überdies in den Auseinandersetzungen mit Programmen des lebenslangen Lernens hergestellt (Klingovsky 2013; Felden, von 2019a). Des Weiteren ist das ambivalente Verhältnis von Bildung und Optimierung Gegenstand von bildungstheoretischen Reflexionen (Mayer/Thompson 2013; Ricken 2021).

um Familienerziehung werden neue Begründungsmuster für ‚gute‘ Erziehung lanciert: Diese soll als eine quasi unternehmerische Handlung betrieben werden, die sich auf die Optimierung kindlicher Bildungsprozesse zu richten und dadurch zum Schul- und letztlich auch Berufserfolg der Kinder beizutragen habe (King/Busch 2012; Thompson 2015; Oliveras 2019). Dies lenkt den Blick darauf, dass Eltern eine zentrale Rolle bei der Vermittlung gesellschaftlicher Optimierungszwänge an ihre Kinder spielen können. Ferner sind bereits Vorschulkinder mit institutionalisierten Praktiken der Leistungsfeststellung konfrontiert. Die frühkindlichen Betreuungseinrichtungen haben sich in den letzten Jahren stark gewandelt. Darin spiegeln sich pädagogische und politische Interessen wider, etwa, dass den Kitas neben Erziehungs- nun auch Bildungsaufgaben zugeschrieben werden (BMFSFJ 2013, S. 6ff.; Angermüller/Maesse 2015). Damit erfährt die kognitive Förderung von Kleinkindern auf der Basis wissenschaftlicher Erkenntnisse eine deutliche Aufwertung. Diese an sich positive Entwicklung hat ihre Schattenseite darin, dass damit Klassifikationspraktiken verbunden sind: So kommt es u. a. zur Feststellung von Kompetenzen, vor allem im Bereich sprachlicher Fähigkeiten, was wiederum im Lichte der diskursiven Konstruktion von Defiziten und daraus abgeleiteten Unterstützungsbedarfen weitere professionelle Interventionen nach sich ziehen kann (Angermüller/Maesse 2015, S. 79 ff.). Dies läuft darauf hinaus, „Kinder bereits vor dem Eintritt in die Schule einem leistungsorientierten Test- und Bewertungsregime zu unterwerfen und damit durch die Vergabe von ‚Noten‘ (wenn auch in einem weniger verschulden Sinn) in einer Leistungs- bzw. Kompetenzhierarchie zu verorten“ (ebd., S. 84).

Der Überblick lebensweltlicher Dimensionen, der in diesem Rahmen freilich nur schlaglichtartig erfolgen kann, macht deutlich, dass Optimierungappelle längst nicht mehr auf die Arbeitswelt beschränkt, sondern auch in die Erwartungshorizonte des Sozialstaats und des Bildungssystems eingedrungen sind. Überdies werden Eltern im öffentlichen Diskurs verstärkt in ihrer Zuständigkeit für die ‚Bildungsoptimierung‘ ihrer Kinder adressiert.

### **3. Zu den Beiträgen dieses Bandes**

Während sich die Rede von einer „Kultur der Optimierung“ (Lindner 2015, S. 83) auf eine Vielzahl von Beobachtungen und Befunden stützen kann, mangelt es an Analysen, die vor diesem Hintergrund Aspekte der individuellen Subjektkonstitution in den empirischen Blick nehmen. Ob und inwiefern Selbstoptimierungsanforderungen Einfluss auf Subjektivierungsprozesse nehmen ist eine Frage, die bislang nur in der Arbeitssoziologie auf breite Resonanz stieß und eine kumulative Forschung anregte. Dabei wurde methodisch schon früh auf qualitative, am Einzelfall orientierte Interviewformen gesetzt (Pongratz/Voß 2004). Neuere Studien modernisierungstheoretischer Provenienz



untersuchen ebenfalls anhand von Interviewdaten, wie sich Subjekte zu den Leistungserwartungen der Arbeitswelt ins Verhältnis setzen. Sie gehen aber stärker als die Arbeitsforschung auf die Bedeutung biografischer Orientierungen und psychischer Dispositionen für unterschiedliche Aneignungs- und Verarbeitungsweisen des Optimierungsdrucks ein (King et al. 2018).

Die Berücksichtigung des Eigenanteils der Subjekte am Subjektivierungsgeschehen steckt indes auch hinter den methodischen Forderungen, die in den letzten Jahren aus dem Umfeld der Gouvernamentalitätsforschung, aber auch von Vertreter/innen einer davon beeinflussten Subjektivierungs- und Diskursforschung erhoben wurden. Bei aller Verschiedenheit dieser methodischen Forderungen zeigt sich ein gemeinsamer Ausgangspunkt: *Kritisiert wurde eine allzu deterministische Auslegung von Subjektivierung, welche die Prägekraft von kulturellen bzw. diskursiv strukturierten Vorstellungen überbetone und demgegenüber zu wenig berücksichtige, dass die Subjektbildung auch auf der individuellen Aneignung von Subjektmodellen beruht.* Daraus wurden in methodisch-methodologischer Hinsicht aber – wie bereits angedeutet – keine einheitlichen Konsequenzen gezogen (Tuider 2007; Bührmann/Schneider 2008; Bührmann 2012; Keller/Schneider/Viehöver 2012; Pfahl/Schürmann/Traue 2015; Wrana 2015; Geimer/Amling/Bosančić 2019b). Erkenntnisse dieser Methodendiskussion sind in den letzten Jahren insbesondere in der Diskursforschung produktiv gemacht worden. Die davon beeinflussten Untersuchungen galten allerdings meist *anderen* als den hier interessierenden Subjektivierungsprozessen, etwa denen von Adressat/innen pädagogischen Handelns oder der Subjektivierung im Kontext der Geschlechterordnung (Fegter et al. 2015; Geimer/Amling/Bosančić 2019a). Dass Subjektivierung im Sinne des individuellen Umgangs mit Selbstoptimierungsappellen untersucht wird, wie in den Beiträgen, die von Felden (2019a) zu Fragen der Rezeption von Anforderungen des lebenslangen Lernens versammelt, stellt eher die Ausnahme dar.

Nach wie vor sind Studien rar, die den individuellen Folgen des gesellschaftlichen Leitbilds der Selbstoptimierung auf den Grund gehen und dieses Vorhaben mit dem Anspruch verbinden, der Eigenlogik von Subjektivierungsprozessen gerecht zu werden. Die Beiträge dieses Bandes mit empirischem Fokus lösen diesen doppelten Anspruch auf der Grundlage qualitativer Interviewdaten ein. Sie tragen damit zur Beantwortung der Frage bei, ob und inwiefern sich Selbstoptimierung an den Subjekten selbst rekonstruieren lässt, kommen dabei allerdings zu unterschiedlichen Antworten. Die Beiträge des ersten Kapitels gehen der „Selbstoptimierung zwischen institutioneller Vermittlung und subjektivierender Aneignung“ nach und zeigen anhand von Fallrekonstruktionen, dass sich Anforderungen der Selbstoptimierung in den Relevanzstrukturen von Individuen niederschlagen, sodass die Wirkmächtigkeit dieser hegemonialen Subjektnorm hier eher bestätigt wird. Im Zentrum des Beitrags von *Anna Kristina Sailer* steht die Fallanalyse eines 23-jährigen Teilnehmers einer Aktivierungsmaßnahme.

Als Arbeitssuchender unterliegt er einem sozialstaatlichen Regime, das die Verfasserin zunächst in den Blick nimmt: Demnach ist der ‚aktivierende‘ Sozialstaat nicht nur durch strukturelle Merkmale und solche auf der Ebene symbolischer Repräsentationen gekennzeichnet, sondern auch durch die damit verbundenen Subjektpositionen, die sich auf der Grundlage materieller und symbolischer Differenzlinien eröffnen. Junge Erwachsene sind damit in besonderer Weise konfrontiert, wie *Sailer* an dem von ihr interviewten jungen Erwerbslosen deutlich macht, der nicht nur beispielhaft dafür stehen kann, dass die „Ideologie der Arbeit“ (Gorz 2010) Spuren in den Identitätskonstruktionen junger Menschen in prekären Übergangssituationen hinterlässt. Sichtbar wird in dieser Fallanalyse auch, wie aus Prozessen des ‚Positioniert-Werdens‘ aktive Herstellungsprozesse von Identität im Sinne der ‚Selbstpositionierung‘ werden.

*Alena Berg* und *Katja Serry* gehen in ihrem Beitrag auf die Lern- und Selbstoptimierung von bildungsbenachteiligten Jugendlichen ein. Wie sie in ihren theoretischen Erkundungen ausführen, wird die Jugend in der pädagogischen Jugendforschung vorrangig als ‚Schuljugend‘ gefasst, deren Lebensgestaltung durch die gesellschaftliche Anforderung des Bildungserwerbs mit dem Ziel der Arbeitsmarktintegration geprägt ist. Vor diesem Hintergrund vermissen die Verfasserinnen eine Auseinandersetzung mit der Frage, ob auch bei bildungsbenachteiligten bzw. ‚bildungsfernen‘ Schüler/innen Orientierungen am Leitbild des intrinsisch motivierten, selbstgesteuerten und insofern selbstoptimierten ‚Lernselbst‘ zu beobachten sind. In ihren empirischen Erkundungen gehen *Berg* und *Serry* den Selbstoptimierungsprozessen von bildungsbenachteiligten Jugendlichen nach – u. a. auf der Ergebnisgrundlage einer Studie zu ehemaligen Schüler/innen sogenannter Praxisklassen, indem sie die Ergebnisse dieser Studie einer Re-Analyse unterziehen.

*Cornelia Schendzielorz* befasst sich in ihrem Beitrag mit Weiterbildungsmaßnahmen, die dem Erwerb arbeitsbezogener Schlüsselkompetenzen (‚Soft Skills‘) dienen. In diesen Soft Skill Trainings wird den Individuen ermöglicht bzw. werden sie dazu aufgefordert, durch Selbstreflexion und Bewusstmachung von Eigenverantwortung eingefahrene Denk- und Handlungsweisen zu überwinden. Wie die Verfasserin deutlich macht, greift es jedoch zu kurz, diesen Optimierungsdiskurs schlicht als Anrufung zu einer ökonomisch verwertbaren Selbstführung zu verstehen. Die Selbstführungsmodi, die *Schendzielorz* sowohl in der Dimension ihrer Vermittlung durch Kursleiterinnen als auch in der ihrer Aneignung durch Kurs-Teilnehmer/innen herausarbeitet, zeigen: Die Maxime der Eigenverantwortung schließt auch ein, sich selbst im Arbeitskontext vor Überlastung durch eine allzu bereitwillige Übernahme von Aufgaben zu schützen. Ausgehend davon unternimmt die Verfasserin mit dem Begriff der ‚Selbstpositivierung‘ eine begriffliche Neujustierung.

Das zweite Kapitel des Bands steht unter der Überschrift „Grenzen und Resistenzen der Selbstoptimierung“. Wenn sich „die Strategien der Zurichtung

und der Selbstzurichtung“ nach Bröckling (2007) „niemals bruchlos in Selbstdeutungen und individuelles Verhalten [übersetzen]“ (ebd., S. 283), so eröffnet dies zugleich den Blick auf die Grenzen des Leitbilds der Selbstoptimierung bzw. auf Resistenzen diesem gegenüber. Diesem Thema widmet sich *Dominik Wagner-Diehl* in seinem Beitrag. Er schließt zunächst an den kritischen Diskurs des ‚aktivierenden Sozialstaats‘ an, dessen Maßnahmen für Menschen im Arbeitslosengeld II-Bezug darauf gerichtet sind, die Leistungsbeziehenden auf Eigeninitiative und -verantwortung zu verpflichten, um sie zur Arbeitssuche zu bewegen. Obwohl hier strukturelle Bedingungen in Betracht zu ziehen wären, die verhindern, dass die Betroffenen ihre Situation tatsächlich verändern können, werden sie für ihre Erwerbslosigkeit doch persönlich verantwortlich gemacht. Dass diese Logik der Responsibilisierung allerdings die Eigenlogik der Auseinandersetzung mit der zugeschriebenen Verantwortung unterschlägt, das zeigt *Wagner-Diehl* anhand von Ausschnitten aus Interviews, die mit zwei auf Arbeitslosengeld angewiesenen Frauen geführt wurden.

Als eine weitere Grenze der Selbstoptimierung wird in den Blick genommen, dass die ‚Arbeit am Selbst‘ die zu ihrer Aufrechterhaltung notwendigen Ressourcen aufzehren kann. Dies ist der Fall, wenn sich Individuen verausgaben, wenn sie ihre Bedürfnisse nach psycho-vegetativer Regeneration übergehen und schließlich einen Burnout erleiden. *Marcel Eulenbach* bezieht dieses Thema auf das Jugendalter. Zunächst wird der Prozess des ‚Ausbrennens‘ anhand eines Interviews mit einer Abiturientin rekonstruiert. Im Weiteren zeigt der Verfasser, dass Burnout zwar sozialwissenschaftlich breit diskutiert, dabei aber als eine im Arbeitskontext auftretende Krise verhandelt wird – und mithin nicht als Problematik des Jugendalters erscheint. Allerdings unterliegen auch Jugendliche jener ‚verordneten Autonomie‘, die im sozialwissenschaftlichen Burnout-Diskurs der Arbeitswelt zugeordnet und bezogen darauf als ‚Auslöser‘ für Burnout identifiziert wird. Um dies zu verdeutlichen, nimmt *Eulenbach* eine subjektivierungstheoretische Perspektive auf das schulische Lerngeschehen bzw. auf das ‚selbstgesteuerte Lernen‘ ein. Lernbezogene Belastungen hängen aber auch damit zusammen, dass sich Jugendliche den gesellschaftlichen Optimierungsdruck zu eigen machen, der durch Vorstellungen der ökonomischen Verwertbarkeit sowie Steigerbarkeit des Lernens, die allerdings auch in der Schule an Einfluss gewonnen haben, vermittelt wird.

Das dritte, mit „Theoretische Flankierungen“ überschriebene Kapitel macht zunächst auf eine Auslassung in den eingangs dargestellten Lesarten der Selbstoptimierung aufmerksam: Zwar sind die Anrufungen der Selbstoptimierung kaum zu trennen von gesellschaftlichen Interessen an der Steigerung des Subjekts und an seiner ökonomischen Inwertsetzung, zugleich wird das Leitbild der Selbstoptimierung aber auch von solchen Diskursen getragen, in denen semantisch gerade nicht die Selbstinstrumentalisierung des Subjekts, sondern seine Selbstverwirklichung im Vordergrund steht (Felden 2019b). *Boris Traue*

widmet sich einem außerökonomischen Diskurs, der wie kaum ein anderer an der normativen Vorstellung der Selbstverwirklichung orientiert ist: den therapeutisch-beraterischen Wissensformen, die eine bedeutende Rolle bei der Herausbildung von Identitäten und Handlungsfähigkeiten von Subjekten spielen. Indem *Traue* die ‚Optionalisierung‘ als Kern jenes ‚Wissens‘ bestimmt, das in der Praxis aktueller Therapie und Beratung (z. B. im Coaching) hervorgebracht wird, liefert er zugleich einen Beitrag zum Verständnis von Selbstoptimierung als einer gesellschaftlich dominanten Anrufungsfigur. Wird den Klient/innen in der Beratungspraxis nahegelegt, ihre Optionen im Horizont einer erstrebenswerten ‚Zukunftsversion‘ ihrer selbst zu bewerten und durch geschickte Optionswahl die eigene Selbstmodifikation einzuleiten, so erscheint das ‚Selbst‘ hier vorrangig als Potenzial, das im Sinne der Steigerung auszuschöpfen ist.

Das Thema der Selbstoptimierung wird auch in populärkulturellen Kontexten aufgegriffen – in der Science-Fiction vorrangig als Körperoptimierung. In diesem Genre erscheint der Körper gerade nicht als naturgegeben, sondern in seiner technischen Reproduzierbarkeit. Damit wird uns letztlich ein Merkmal der gegenwärtigen Kultur vor Augen geführt, „denn die Motivation zum technischen Enhancement<sup>6</sup> des Körpers ist in dieser Kultur mitenthalten“ (Spreen 2015, S. 107). Ganz in diesem Sinne bergen die populärkulturellen Figuren ‚Cyborg‘ und ‚Zombie‘ für *Katarina Froebus* und *Martin Karcher* weniger ein utopisches bzw. dystopisches Potenzial, vielmehr richten die Verfasserin und der Verfasser ihren Blick darauf, was diese Figuren zum Verständnis gegenwärtiger Subjektivierungsformen beitragen können – und knüpfen damit zugleich an die erziehungswissenschaftliche Diskussion um das Erkenntnispotenzial literarischer Werke und populärkultureller Produkte an. Diese interessante Unternehmung – Zombie und Cyborg als Subjektivierungsmodelle zu lesen – bildet für *Froebus* und *Karcher* den Ausgangspunkt, um das Verhältnis von Selbstermächtigung und Selbstoptimierung aus erziehungswissenschaftlicher Perspektive zu befragen.

*Matthias Grundmann* schließt mit seinem Beitrag die „Theoretischen Flankierungen“ ab. Er unterzieht das Selbstverhältnis der Selbstoptimierung einer sozialisationstheoretischen Lesart. Dazu werden subjekttheoretische Überlegungen an den Anfang gestellt, in denen der Verfasser das Subjekt als Wesen bestimmt, das seine ‚Substanz‘ nur über Austauschbeziehungen zu anderen entwickeln kann und sich über die Plessner’sche Differenz von ‚Körper-Sein‘ und ‚Körper-Haben‘ charakterisieren lässt. Unter der Voraussetzung dieser ‚exzentrischen Positionalität‘ ist es dem Menschen möglich, sich selbst mit Vorstellungen über sich selbst gegenüber zu treten, sodass das Subjekt eben auch

---

6 Unter „Enhancement“ (engl. Steigerung, Erhöhung) werden alle Modifikationen des Körpers oder seiner Funktionen gefasst, die sich nicht auf die Vorbeugung oder Heilung von Krankheiten beziehen, sondern allein der „Verbesserung“ dienen, wie etwa Schönheitschirurgische Eingriffe (Fenner 2019, S. 19).

als Vorgriff auf das zu verstehen ist, was es aktuell noch nicht ist. Dieser Zusammenhang wird von *Grundmann* sozialisationstheoretisch erweitert: Das Eingebundensein in eine Mit-Welt als Grundbedingung menschlicher Existenz bedeutet auch, dass soziale Maßstäbe und Erwartungen von Bezugsgruppen sowie Wünsche nach Anerkennung als unhintergehbare Voraussetzungen des Subjekts in Rechnung zu stellen sind. Damit werden die sozialen Umwelten aber auch zu Quellen für Vorstellungen eines ‚Optimums‘, an dem Individuen sich und Leben ausrichten können.

Den Autorinnen und Autoren sei herzlich gedankt – und zwar nicht nur dafür, dass sie mit ihren Beiträgen die Diskussion um Selbstoptimierung bereichert haben. Denn die Fertigstellung des Bands hat viel länger gedauert als gedacht. Dass den Autor/innen dabei nicht die Geduld ausging, dafür bin ich ihnen dankbar – und hoffe zugleich, dass der fertige Band ein wenig für diese Geduldsprobe entschädigt. Für inhaltliche Anregungen und erhellende Kommentare zu dieser Einleitung, aber auch zu meinem empirischen Beitrag, danke ich Regina Soremiski, Benjamin Bunk, Teresa Streiß, Christophe Lerch, Johanna-Luise Dörr, Carl Eberhard Kraatz und Ellen Balthasar. Mein besonderer Dank gilt Christine Wiezorek, die meine Auseinandersetzung mit dem Thema der Selbstoptimierung nun schon seit Längerem mit ihren kritisch-konstruktiven Gedanken begleitet, die aber auch Anlässe für den Austausch mit Kolleg/innen geschaffen hat. Für die Mitwirkung bei der Formatierung des Manuskripts danke ich Franziska Schendel und ganz besonders Anastasia Falkenstern – ihr prüfender Blick kann es mit jedem Algorithmus aufnehmen. Meinen Dank möchte ich auch Svenja Dilger, die bei Beltz Juventa das Lektorat übernommen hat, und dem Verlagsleiter Frank Engelhardt für die professionelle Begleitung des Buch-Projekts aussprechen.

## Literatur

- Abels, H. (2010): Identität. Über die Entstehung des Gedankens, dass der Mensch ein Individuum ist, den nicht leicht zu verwirklichenden Anspruch auf Individualität und die Tatsache, dass Identität in Zeiten der Individualisierung von der Hand in den Mund lebt. 2., überarbeitete und erweiterte Auflage. Wiesbaden: Springer VS.
- Andresen, S. (2018): Erziehung als Zumutung? Facetten einer herausfordernden Aufgabe. In: Pädagogik 70, H. 9, S. 44–47.
- Angermüller, J./Maesse, J. (2015): Regieren durch Leistung. Zur Verschulung des Sozialen in der Numerokratie. In: Schäfer, A./Thompson, C. (Hrsg.): Leistung. Paderborn: Ferdinand Schöningh, S. 61–108.
- Aubert, N. (2009): Dringlichkeit und Selbstverlust in der Hypermoderne. In: King, V./Gerisch, B. (Hrsg.): Zeitgewinn und Selbstverlust. Folgen und Grenzen der Beschleunigung. Frankfurt am Main/New York: Campus, S. 87–100.
- Bauman, Z. (2009): Leben als Konsum. Hamburg: Hamburger Edition.
- Beck, U. (1984): Jenseits von Stand und Klasse. Auf dem Weg in die individualisierte Arbeitergesellschaft. In: MERKUR 38, H. 5, S. 485–497.
- Bernhard, A. (2013): Humanressourcen und flexibles Subjekt: Anmerkungen zur vorherrschenden Bildungsauffassung und zu ihrer Bekämpfung im „Geist der Abspaltung“. In: Das Argument 55, H. 3, S. 371–383.

- Bröckling, U. (2007): Das unternehmerische Selbst. Soziologie einer Subjektivierungsform. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Bröckling, U./Krasmann, S./Lemke, T. (2000) (Hrsg.): Gouvernamentalität der Gegenwart. Studien zur Ökonomisierung des Sozialen. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Bröckling, U./Peter, T. (2014): Mobilisieren und Optimieren. Exzellenz und Egalität als hegemoniale Diskurse im Erziehungssystem. In: Krüger, H.-H./Helsper, W. (Hrsg.): Elite und Exzellenz im Bildungssystem. Nationale und Internationale Perspektiven. Zeitschrift für Erziehungswissenschaft. Sonderheft 19, S. 129–147.
- Bührmann, A. D. (2012): Das unternehmerische Selbst: Subjektivierungsform oder Subjektivierungsweise? In: Keller, R./Schneider, W./Viehöver, W. (Hrsg.): Diskurs – Macht – Subjekt. Theorie und Empirie von Subjektivierung in der Diskursforschung. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften, S. 145–164.
- Bührmann, A. D./Schneider, W. (2008): Vom Diskurs zum Dispositiv. Eine Einführung in die Dispositivanalyse. Bielefeld: transcript.
- Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF) (2020): Strukturdaten: Schulabsolventinnen/-absolventen und Schulabgänger/-innen nach Art des Abschlusses, Zeitreihe: 1960–2019 (Tab. 2.3.14). Datenlizenz Deutschland – Namensnennung – Version 2.0.
- Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) (2013): Bericht über die Lebenssituation junger Menschen und die Leistungen der Kinder- und Jugendhilfe in Deutschland – 14. Kinder- und Jugendbericht –. Deutscher Bundestag.
- Butler, J. (2001): Psyche der Macht. Das Subjekt der Unterwerfung. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Duttweiler, S. (2007): Beratung als Ort neoliberaler Subjektivierung. In: Anhorn, R./Bettinger, F./Stehr, J. (Hrsg.): Foucaults Machtanalytik und Soziale Arbeit. Eine kritische Einführung und Bestandsaufnahme. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften, S. 261–275.
- Duttweiler, S. (2016): Nicht neu, aber bestmöglich. Alltägliche (Selbst)Optimierung in neoliberalen Gesellschaften. In: Aus Politik und Zeitgeschichte 65, H. 37–38, S. 27–32.
- Ehrenberg, A. (2008): Das erschöpfte Selbst. Depression und Gesellschaft in der Gegenwart. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Eulenbach, M. (2016): Jugend und Selbstoptimierung. Wie die Entstandardisierung von Übergängen einer neuen Subjektivierungsform den Weg ebnet. In: Luedtke, J./Wiezorek, C. (Hrsg.): Jugendpolitiken. Wie geht Gesellschaft mit ‚ihrer‘ Jugend um. Weinheim/Basel: Beltz Juventa, S. 141–161.
- Felden, H. von (2019a) (Hrsg.): Selbstoptimierung und Ambivalenz: Gesellschaftliche Appelle und ambivalente Rezeptionen. Wiesbaden: Springer VS.
- Felden, H. von (2019b): Selbstoptimierung als gesellschaftlicher Zwang zum Selbstzwang. In: Felden, H. von (Hrsg.): Selbstoptimierung und Ambivalenz: Gesellschaftliche Appelle und ambivalente Rezeptionen. Wiesbaden: Springer VS, S. 3–14.
- Fenner, D. (2019): Selbstoptimierung und Enhancement. Ein ethischer Grundriss. Tübingen: Narr Francke Attempto.
- Fegter, S./Kessl, F./Langer, A./Ott, M./Rothe, D./Wrana, D. (2015): Erziehungswissenschaftliche Diskursforschung. Empirische Analysen zu Bildungs- und Erziehungsverhältnissen. Wiesbaden: Springer VS.
- Foucault, M. (1987): Interview mit Michel Foucault. Zur Genealogie der Ethik: Ein Überblick über laufende Arbeiten. In: Dreyfus, H./Rabinow, P. (Hrsg.): Michel Foucault. Jenseits von Strukturalismus und Hermeneutik. Weinheim: Athenäum, S. 265–292.
- Foucault, M. (1993): Technologien des Selbst. In: Martin, L. H./Gutman, H./Hutton, P. H. (Hrsg.): Technologien des Selbst. Frankfurt am Main: Fischer, S. 24–62.
- Foucault, M. (2004): Sicherheit. Territorium, Bevölkerung. Geschichte der Gouvernamentalität I. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Fraj, A./Maschke, S./Stecher, L. (2015): Die Scholarisierung der Jugendphase – ein Zeitvergleich. In: Diskurs Kindheits- und Jugendforschung 10, H. 2, S. 167–182.
- Geimer, A./Amling, S./Bosančić, S. (Hrsg.) (2019a): Subjekt und Subjektivierung. Empirische und theoretische Perspektiven auf Subjektivierungsprozesse. Wiesbaden: Springer.
- Geimer, A./Amling, S./Bosančić, S. (2019b): Einleitung: Anliegen und Konturen der Subjektivierungsforschung. In: Geimer, A./Amling, S./Bosančić, S. (Hrsg.): Subjekt und Subjektivierung. Empirische und theoretische Perspektiven auf Subjektivierungsprozesse. Wiesbaden: Springer, S. 1–15.

- Gertenbach, L. (2008): Die Kultivierung des Marktes. Foucault und die Gouvernementalität des Neoliberalismus. Berlin: Parodos.
- Glauser, L. (2016): Das Projekt des unternehmerischen Selbst. Eine Feldforschung in der Coachingzone. Bielefeld: transcript.
- Gorz, A. (2010): Kritik der ökonomischen Vernunft. Sinnfragen am Ende der Arbeitsgesellschaft. Zürich: Rotpunkt.
- Hardering, F. (2011): Unsicherheiten in Arbeit und Biographie. Zur Ökonomisierung der Lebensführung. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Heitmeyer, W./Mansel, J./Olk, T. (2011): Individualisierung heute: Verdichtung und Vernichtung? In: Heitmeyer, W./Mansel, J./Olk, T. (Hrsg.): Individualisierung von Jugend. Zwischen kreativer Innovation, Gerechtigkeitsuche und gesellschaftlichen Reaktionen. Weinheim/Basel: Beltz Juventa, S. 7–25.
- Helsper, W. (2015): Schülerbiographie und Schülerhabitus. Schule und Jugend als Ambivalenzverhältnis? In: Sandring, S./Helsper, W./Krüger, H.-H. (Hrsg.): Jugend. Theoriediskurse und Forschungsfelder. Wiesbaden: Springer VS, S. 131–159.
- Ichheiser, G. (1930): Kritik des Erfolgs. Eine soziologische Untersuchung. Leipzig: Hirschfeld.
- Keller, R./Schneider, W./Viehöver, W. (2012): Theorie und Empirie von Subjektivierung in der Diskursforschung. In: Keller, R./Schneider, W./Viehöver, W. (Hrsg.): Theorie und Empirie der Subjektivierung in der Diskursforschung. Diskurs – Macht – Subjekt. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften, S. 7–20.
- King, V./Busch, K. (2012): Widersprüchliche Zeiten des Aufwachsens – Fürsorge, Zeitnot und Optimierungstreiben in Familien. In: Diskurs Kindheits- und Jugendforschung 7, H. 1, S. 7–23
- King, V./Gerisch, B. (2015): Editorial. Perfektionierung und Destruktivität – Eine Einführung. In: psychosozial 38, H. 3, S. 5–11.
- King, V./Gerisch, B./Rosa, H./Schreiber, J./Salfeld, B. (2018): Überforderung als neue Normalität. Widersprüche optimierender Lebensführung und ihre Folgen. In: Fuchs, T./Iwer, L./Micali, S. (Hrsg.): Das überforderte Subjekt. Zeitdiagnosen einer beschleunigten Gesellschaft. Frankfurt am Main: Suhrkamp, S. 227–257.
- King, V./Lindner, D./Schreiber, J./Busch, K./Uhlendorf, N./Beerbom, C./Salfeld-Nebgen, B./Gerisch, B./Rosa, H. (2014): Optimierte Lebensführung – wie und warum sich Individuen den Druck zur Selbstverbesserung zu eigen machen. In: Dust, M./Kluge, S./Liesner, A./Lohmann, I./Salomon, D./Springer, J.-M./Steffens, G./Weiß, E. (Hrsg.): Jahrbuch für Pädagogik. Frankfurt am Main: Peter Lang, S. 283–299.
- Klingovsky, U. (2013): Lebenslanges Lernen im Postfordismus. Zur Transformation von Begründungsfiguren des Lehrens und Lernens. In: Magazin erwachsenenbildung, at 18. S. 2–10.
- Laskus, M./Rudzio, K./Schirmer, S. (2018): Wie fies ist Hartz? In: Die ZEIT, 29.11.2018, S. 23–24.
- Lemke, T./Krasmann, S./Bröckling, U. (2000): Gouvernementalität, Neoliberalismus und Selbsttechnologien. Eine Einleitung. In: Bröckling, U./Krasmann, S./Lemke, T. (Hrsg.): Gouvernementalität der Gegenwart. Studien zur Ökonomisierung des Sozialen. Frankfurt am Main: Suhrkamp, S. 7–40.
- Lenger, A. (2015): Arbeitskraftunternehmertum und projektbasierter Kapitalismus im wissenschaftlichen Feld. In: Routinen der Krise – Krise der Routinen. Verhandlungen des 37. Kongresses der Deutschen Gesellschaft für Soziologie in Trier, S. 1004–1015 [www.publikationen.sozioologie.de/index.php/kongressband\\_2014/issue/view/8](http://www.publikationen.sozioologie.de/index.php/kongressband_2014/issue/view/8) (28.06.2021).
- Lessenich, S. (2008): Die Neuerfindung des Sozialen. Der Sozialstaat im flexiblen Kapitalismus. Bielefeld: transcript.
- Lindner, D. (2015): Das hat niemand gesucht und gewollt – Optimierungsdruck im Gewand der Selbstverwirklichung. In: Conrad, R./Kipke, R. (Hrsg.): Selbstformung. Beiträge zur wissenschaftlichen Aufklärung einer menschlichen Praxis. Münster: Mentis, S. 83–96.
- Ludwig-Mayerhofer, W. (2014): Bildung zwischen Individualisierung und Exklusion. In: Schneider, W./Kraus, W. (Hrsg.): Individualisierung und die Legitimation sozialer Ungleichheit in der reflexiven Moderne. Opladen/Berlin/Toronto: Barbara Budrich, S. 167–192.
- Luedtke, J. (2014): Die Arbeitsgesellschaft unter Wandlungsdruck. Auswirkungen auf die Lage und Zukunft von Jugendlichen. In: Groenemeyer, A./Hoffmann, D. (Hrsg.): Jugend als soziales Problem – soziale Probleme der Jugend? Diagnosen, Diskurse und Herausforderungen. Weinheim/Basel: Beltz Juventa, S. 76–97.

- Lutz, T. (2010): Soziale Arbeit im Kontrolldiskurs. Jugendhilfe und ihre Akteure in postwohlfahrtsstaatlichen Gesellschaften. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Mansel, J. (2011): Schulische Sozialisation. Zerstörung von Individualisierungspotenzialen? In: Heitmeyer, W./Mansel, J./Olk, T. (Hrsg.): Individualisierung von Jugend. Zwischen kreativer Innovation, Gerechtigkeitssuche und gesellschaftlichen Reaktionen. Weinheim/Basel: Beltz Juventa, S. 26–42.
- Masschelein, J./Simons, M. (2005): Globale Immunität oder Eine kleine Kartographie des europäischen Bildungsraums. Zürich/Berlin: diaphanes.
- Mayer, R./Thompson, C. (2013): Inszenierung und Optimierung des Selbst. Eine Einführung. In: Mayer, R./Thompson, C./Wimmer, M. (Hrsg.): Inszenierung und Optimierung des Selbst. Zur Analyse gegenwärtiger Selbsttechnologien. Wiesbaden: Springer VS, S. 7–28.
- Minssen, H. (2019): Arbeit in der modernen Gesellschaft. Eine Einführung. 2. Auflage. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Motakef, M. (2015): Prekarisierung. Bielefeld: transcript.
- Neckel, S. (2008): Flucht nach vorn. Die Erfolgskultur der Markgesellschaft. Frankfurt am Main/New York: Campus.
- Neckel, S. (2012): „Leistung“ und „Erfolg“. Eine Zeitdiagnose zum Wandel sozialer Ungleichheit. In: Jürgens, E./Miller, S. (Hrsg.): Ungleichheit in der Gesellschaft und Ungleichheit in der Schule. Eine interdisziplinäre Sicht auf Inklusions- und Exklusionsprozesse. Weinheim/Basel: Beltz Juventa, S. 47–58.
- Neckel, S. (2014): Die Pflicht zum Erfolg. Genealogie einer Handlungsorientierung. In: Hänzi, D./Matthies, H./Simon, D. (Hrsg.): Erfolg. Konstellationen und Paradoxien einer gesellschaftlichen Leitorientierung. Leviathan Sonderband 29. Baden-Baden: Nomos, S. 29–44.
- Oliveras, R. (2019): Freiheit in Grenzen: Erziehungsratgeber als Subjekt-Schulung. Ein Beispiel. In: Soziale Passagen 11, H. 1, S. 155–174.
- Opitz, S. (2004): Gouvernamentalität im Postfordismus. Macht, Wissen und Techniken des Selbst im Feld unternehmerischer Rationalität. Hamburg: Argument.
- Pfahl, L./Schürmann, L./Traue, B. (2015): Das Fleisch der Diskurse. Zur Verbindung von Biographie- und Diskursforschung in der wissenssoziologischen Subjektivierungsanalyse am Beispiel der Behindertenpädagogik. In: Fegter, S./Kessl, F./Langer, A./Ott, M./Rothe, D./Wrana, D. (Hrsg.): Erziehungswissenschaftliche Diskursforschung. Empirische Analysen zu Bildungs- und Erziehungsverhältnissen. Wiesbaden: Springer VS, S. 89–106.
- Pongratz, H. J./Voß, G. G. (Hrsg.) (2004): Typisch Arbeitskraftunternehmer? Befunde der empirischen Arbeitsforschung. Berlin: Edition Sigma.
- Pongratz, L. A. (2009): Bildung im Bermuda-Dreieck: Bologna – Lissabon – Berlin. Eine Kritik der Bildungsreform. Paderborn/München/Wien/Zürich: Ferdinand Schöningh.
- Prisching, M. (2009): Das Selbst, die Maske, der Bluff. Über die Inszenierung der eigenen Person. Wien, Graz, Klagenfurt: Molden.
- Reckwitz, A. (2017): Die Gesellschaft der Singularitäten. Zum Strukturwandel der Moderne. Berlin: Suhrkamp.
- Reinders, H. (2016): Vom Bildungs- zum Optimierungsmoratorium. In: Diskurs Kindheits- und Jugendforschung 11, H. 2, S. 147–160.
- Ricken, N. (2021): Optimierung – eine Topographie. In: Terhart, H./Hofhues, S./Kleinau, E. (Hrsg.): Optimierung. Anschlüsse an den 27. Kongress der Deutschen Gesellschaft für Erziehungswissenschaft. Leverkusen: Barbara Budrich.
- Röcke, A. (2017): (Selbst)Optimierung. Eine soziologische Bestandsaufnahme. Berliner Journal für Soziologie 27, H. 2, S. 319–335.
- Rosa, H. (2012): Weltbeziehungen im Zeitalter der Beschleunigung: Umriss einer neuen Gesellschaftskritik. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Rose, N. (2000): Das Regieren von unternehmerischen Individuen. In: Kurswechsel 2, S. 8–27.
- Salfeld-Nebgen, B./Gerisch, B./Beerbom, C./King, V./Lindner, D./Rosa, H. (2016): Bagatellisierung als Idealtypus. Über ein Muster der Lebensführung in Zeiten der Perfektionierung. In: Psychoanalyse im Widerspruch 55, H. 2, S. 9–30.
- Schreiber, J./Uhlendorf, N./Lindner, D./Gerisch, B./King, V./Rosa, H. (2015): Optimierung zwischen Zwang und Zustimmung. Institutionelle Anforderungen und psychische Bewältigung im Berufsleben. In: psychosozial 38, H. 3, S. 27–42.



- Seifert, M. (2009): Prekarisierung der Arbeits- und Lebenswelt. Kulturwissenschaftliche Reflexionen zu Karriere und Potenzial eines Interpretationsansatzes. In: Götz, I./Lemberger, B. (Hrsg.): *Prekär arbeiten, prekär leben. Kulturwissenschaftliche Perspektiven auf ein gesellschaftliches Phänomen*. Frankfurt am Main/New York: Campus, S. 31–53.
- Sennett, R. (1998): *Der flexible Mensch. Die Kultur des neuen Kapitalismus*. 3. Auflage. Berlin: Berlin.
- Spilker, N. (2010): *Die Regierung der Prekarität. Zur neoliberalen Konzeption unsicherer Arbeitsverhältnisse*. Münster: Unrast.
- Spreen, D. (2015): *Upgradekultur: Der Körper in der Enhancement-Gesellschaft*. Bielefeld: transcript.
- Stark, S. (2019): *Pisa, Ganztagschule, Bildungsstandards und Steuerungsfragen im Bildungssystem. Zum Zusammenhang von Bildungspolitik und Schulentwicklung & das Nachdenken über Bedingungen des Aufwachsens*. Unveröffentlichte Dissertation.
- Straub, J./Balandis, O. (2018): *Niemals genug! Selbstoptimierung und Enhancement. Attraktive Praktiken für verbesserungswillige Menschen*. In: *Familiendynamik. Systemische Praxis und Forschung* 43, H. 1, S. 72–82.
- Thompson, C. (2015): *Eltern als „Bildungsunternehmer“*. Zur Ausweitung und Radikalisierung optimiert-optimierender Bildung. In: *psychosozial* 38, H. 3, S. 13–25.
- Tuider, E. (2007): *Diskursanalyse und Biographieforschung. Zum Wie und Warum von Subjektpositionierungen*. In: *Forum: Qualitative Sozialforschung* 8, H. 2, 1–24.
- Uhlendorf, N./Schreiber, J./King/Gerisch, B./Rosa, H./Busch, K. (2016): *„Immer so dieses Gefühl, nicht gut genug zu sein“*. Optimierung und Leiden. In: *Psychoanalyse im Widerspruch* 55, H. 2, S. 31–50.
- Vobruba, G. (2012): *Gesundheit als Erfolg. Zur Wissenssoziologie von Gesundheitsgleichheit*. In: Brähler, E./Kiess, J./Schubert, C./Kiess, W. (Hrsg.): *Gesund und gebildet. Voraussetzungen für eine moderne Gesellschaft*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, S. 353–369.
- Voß, G. G. (2017): *Arbeitskraftunternehmer*. In: Hirsch-Kreinsen, H./Minssen, H., unter Mitarbeit von Rainer Bohn (Hrsg.): *Lexikon der Arbeits- und Industriosozologie*. 2., überarbeitete und aktualisierte Auflage. Baden-Baden: Nomos, S. 49–52.
- Voß, G. G./Pongratz, H. J. (1998): *Der Arbeitskraftunternehmer. Eine neue Grundform der Ware Arbeitskraft*. *Kölner Zeitschrift für Soziologie und Sozialpsychologie* 50, H. 1, 131–158.
- Voß, G. G./Weiss, C. (2013): *Burnout und Depression – Leiterkrankungen des subjektivierten Kapitalismus oder: Woran leidet der Arbeitskraftunternehmer?* In: Neckel, S./Wagner, G. (Hrsg.): *Leistung und Erschöpfung. Burnout in der Wettbewerbsgesellschaft*. Berlin: Suhrkamp, S. 29–57.
- Voswinkel, S. (2002): *Bewunderung ohne Würdigung? Paradoxien der Anerkennung doppelt subjektiver Arbeit*. In: Honneth, A. (Hrsg.): *Befreiung aus der Mündigkeit. Paradoxien des gegenwärtigen Kapitalismus*. Frankfurt am Main/New York: Campus, S. 65–92.
- Werle, K. (2010): *Die Perfektionierer. Warum der Optimierungswahn uns schadet – und wer wirklich davon profitiert*. Frankfurt am Main: Campus.
- Winker, G./Carstensen, T. (2004): *Flexible Arbeit – bewegliche Geschlechterarrangements*. In: Kahler, H./Kajatin, C. (Hrsg.): *Arbeit und Vernetzung im Informationszeitalter. Wie neue Technologien die Geschlechterverhältnisse verändern*. Frankfurt am Main/New York: Campus, S. 167–185.
- Wrana, D. (2015): *Zur Analyse von Positionierungen in diskursiven Praktiken. Methodologische Reflexionen anhand von zwei Studien*. In: Fegter, S./Kessl, F./Langer, A./Ott, M./Rothe, D./Wrana, D. (Hrsg.): *Erziehungswissenschaftliche Diskursforschung. Empirische Analysen zu Bildungs- und Erziehungsverhältnissen*. Wiesbaden: Springer VS, S. 123–141.