

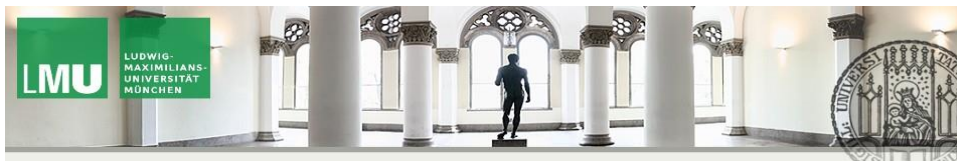
Das erschöpfte Selbst in der Speed-Gesellschaft – Plädoyer für eine kritische Gesellschaftsdiagnostik



ÖSTERREICHISCHE **ARGE**
SUCHTVORBEUGUNG



Vortrag bei der ARGE Tagung „Gesellschaft unter Druck
– was nun?“ vom 21. – 23. Oktober 2019 in Wien



Das erschöpfte Selbst in der Speed-Gesellschaft – Plädoyer für eine kritische Gesellschaftsdiagnostik

Meine Perspektive

Der globalisierte Kapitalismus hat zu einer spürbaren Beschleunigung und Verdichtung der Abläufe in den beruflichen und privaten Lebenswelten geführt. Die deutlichen Belege für eine Zunahme von Burnout und Depressionen, aber auch aktuelle Suchtphänomene lassen sich als Hinweise auf diese Entwicklung verstehen. Sie führen bei zunehmend mehr Menschen zu dem Gefühl der Erschöpfung, aber auch zur Suche nach Mitteln zu ihrer Überwindung.

Die in einer spezifischen gesellschaftlichen Periode dominanten Suchtmittel verweisen auf deren normativen Erwartungen. Speed-Drogen finden hier ihren Anschluss: Ihr Gebrauchswertversprechen zielt auf Selbstoptimierung.

Psychoziale Probleme bedürfen einer individuell-biographischen Analyse auch einer spezifischen Gesellschaftsdiagnostik.

Meine Fragen und Antworten

- Der globale Kapitalismus: Ein „Brandbeschleuniger“
- Das „erschöpfte Selbst“: Opfer der Beschleunigung?
- Zunahme des „proteischen“ Menschenbildes
- Entstehung einer „Müdigkeitsgesellschaft“
- Der Zwang zur Selbstoptimierung
- Eine hochtourige Beschleunigungsgesellschaft
- Gibt es Gegenstrategien?

Meine Fragen und Antworten

- **Der globale Kapitalismus: Ein „Brandbeschleuniger“**
- Das „erschöpfte Selbst“: Opfer der Beschleunigung?
- Zunahme des „proteischen“ Menschenbildes
- Entstehung einer „Müdigkeitsgesellschaft“
- Der Zwang zur Selbstoptimierung
- Eine hochtourige Beschleunigungsgesellschaft
- Gibt es Gegenstrategien?

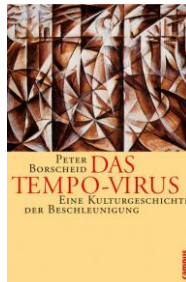
Ausgangsfrage

Die Geschichte der Menschheit ist auch eine Geschichte der Beschleunigung. Und jeder Beschleunigungsschub, der mit technischen Innovationen verbunden war, hat Ängste und Befürchtungen erzeugt. In aller Regel hat die Menschheit diese Veränderungen in ihr Normalitätsverständnis integriert.

Gibt es Gründe, den aktuellen Modernisierungsschub an Beschleunigung anders einzuordnen?

Zur Aktualität unseres Themas





**Schlaf als
verlorene Zeit**

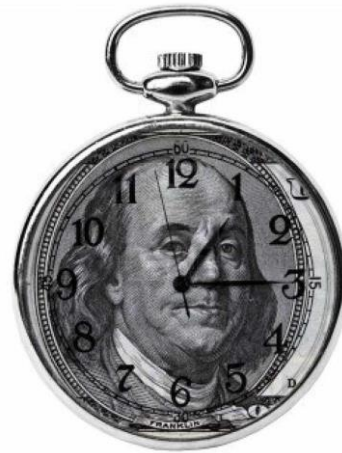


Die Endlichkeit der Welt: Wieviel Zeit bleibt noch?



„Die Welt rast ihrem
Ende entgegen“

verkündete 1014 Wulfstan,
der Erzbischof von York





So viel Speed
bringt GPU-
Beschleunigung
wirklich





Turbotrauern



Quelle: SPIEGEL Online 23.01.2013 – Karikaturen von Tom Cool



Einfache Trauer:

Der Tod eines geliebten Menschen führt typischerweise zu Traurigkeit und Schlafstörungen, die Betroffenen können an Gewicht verlieren. Mediziner streiten darüber, wie viel Trauer normal ist – und wann sie in eine krankhafte Depression mündet. DSM IV ging von zwei Monaten aus DSM V setzt zwei Wochen an.

Ein schnell wirksames Mittel der individuellen Beschleunigung?

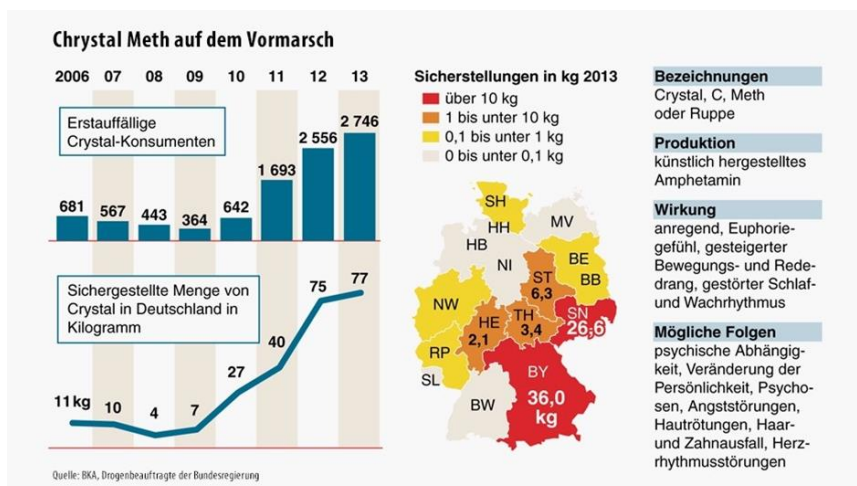
Crystal Meth die Droge der Speedgesellschaft



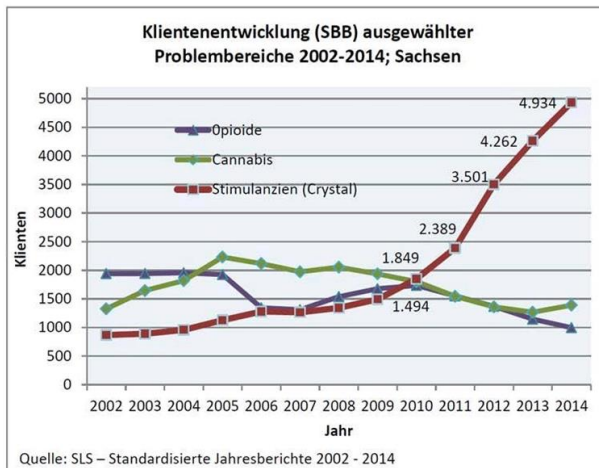
Meine Fragen und Antworten

- Der globale Kapitalismus: Ein „Brandbeschleuniger“
- Das „erschöpfte Selbst“: Opfer der Beschleunigung?
- Zunahme des „proteischen“ Menschenbildes
- Entstehung einer „Müdigkeitsgesellschaft“
- Der Zwang zur Selbstoptimierung
- Eine hochtourige Beschleunigungsgesellschaft
- Gibt es Gegenstrategien?

Crystal Meth die Droge der Speedgesellschaft



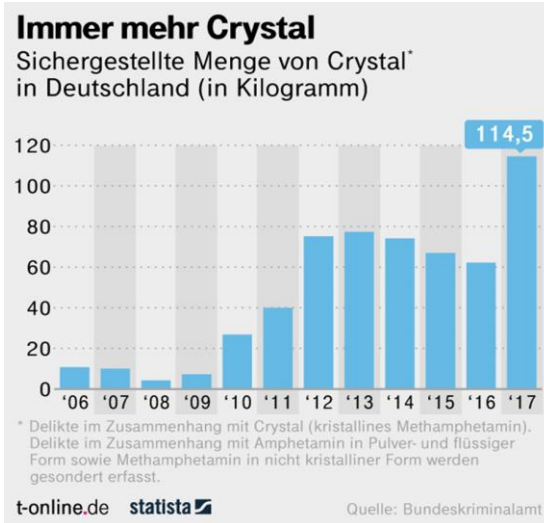
Crystal Meth die Droge der Speedgesellschaft



Veränderungen
Crystal-
Beratungs-
bedarf gegenüber
dem Vorjahr:

- 2014: + 16 %
- 2013: + 22 %
- 2012: + 47 %
- 2011: + 29 %
- 2010: + 24 %

Crystal Meth die Droge der Speedgesellschaft





BEZIRKSKLINIK HOCHSTADT



In der Bezirkssuchtklinik Hochstadt in Oberfranken besteht das Klientel in den letzten Jahren zu fast 100% aus Konsumenten von Crystal Meth

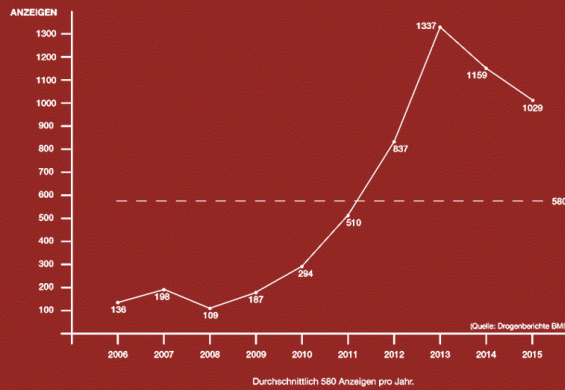
ÖSTERREICHISCHE **ARGE**
SUCHTVORBEUGUNG

Heiner Keupp – Reflexive Sozialpsychologie –



Crystal Meth die Droge der Speedgesellschaft

ANZEIGEN PRO JAHR SEIT 2006 IN ZUSAMMENHANG
MIT CRYSTAL METH ÖSTERREICHWEIT:

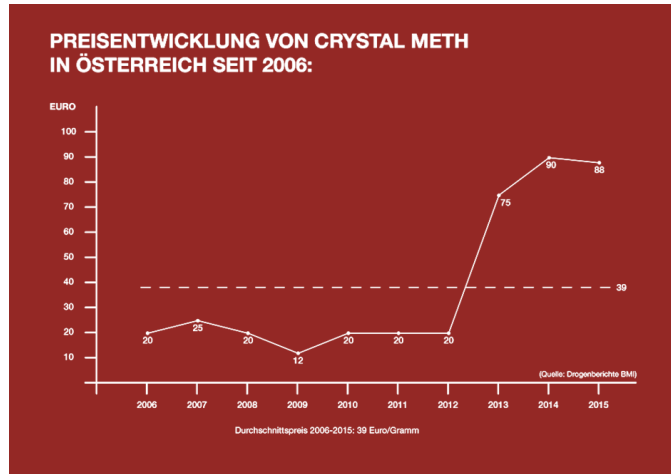


ÖSTERREICHISCHE **ARGE**
SUCHTVORBEUGUNG

Heiner Keupp – Reflexive Sozialpsychologie –



Crystal Meth die Droge der Speedgesellschaft



„Es bestätigt sich der Trend in Richtung aufputschende Substanzen – insbesondere Methamphetamin (Crystal Meth), Amphetamin und Kokain. Neben dem Preisverfall von Kokain und in Teilen Österreichs hohen Verfügbarkeit von Methamphetamin in den letzten Jahren dürften auch gesamtgesellschaftliche Entwicklungen ein Grund dafür sein – vor allem die Suche nach aufputschenden Substanzen als Anpassung an die sozialen und wirtschaftlichen Anforderungen einer zunehmenden Leistungsgesellschaft.“

FACTSHEET SUCHT

Überblick über statistische Kennzahlen zur Abhängigkeit, zum Konsum von psychoaktiven Substanzen und zu Verhaltenssuchten in Österreich

Version 2.7 | 26. Juli 2017

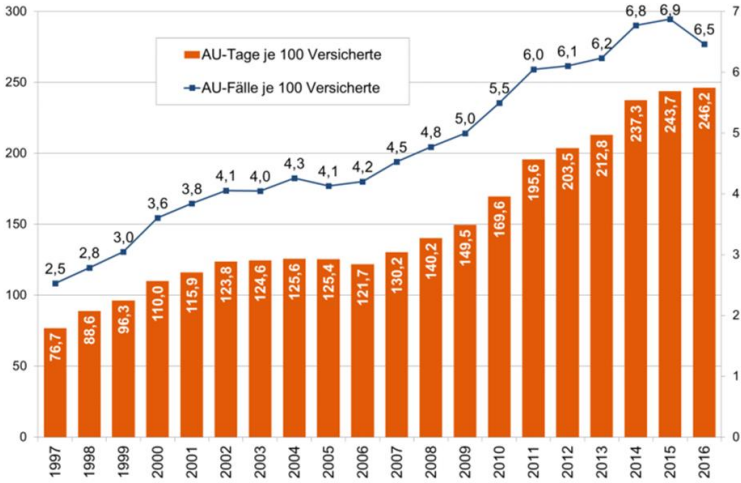
Institut Suchtprävention, pro mente OÖ

Das „erschöpfte Selbst“ zahlt den Preis der Speed-Gesellschaft

Das erschöpfte Selbst in der Speed-Gesellschaft – Plädoyer für eine kritische Gesellschaftsdiagnostik

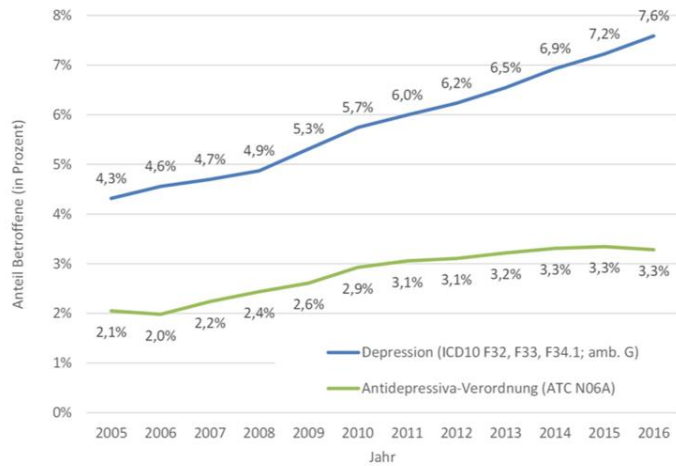


Das erschöpfte Selbst in der Speed-Gesellschaft – Plädoyer für eine kritische Gesellschaftsdiagnostik



Quelle: DAK Gesundheitsreport – 27. Januar 2017

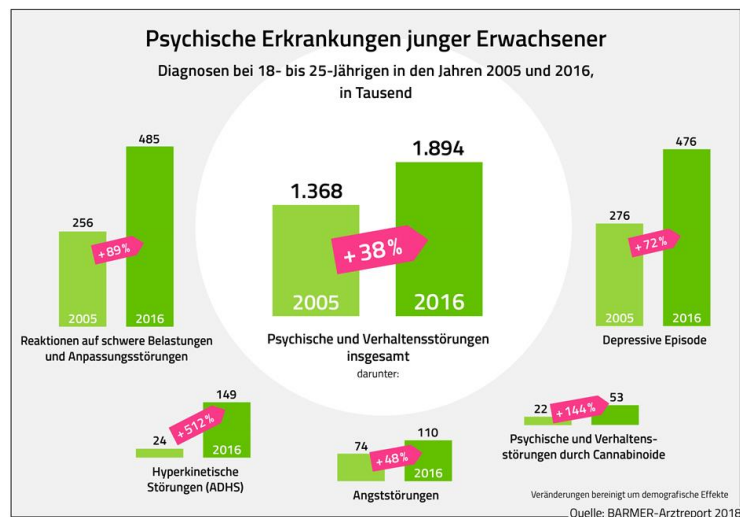
Depressionen bei jungen Erwachsenen



Barmer Arztreport 2018

ÖSTERREICHISCHE ARGE
SUCHTVORBEUGUNG

Heiner Keupp – Reflexive Sozialpsychologie



Barmer Arztreport 2018

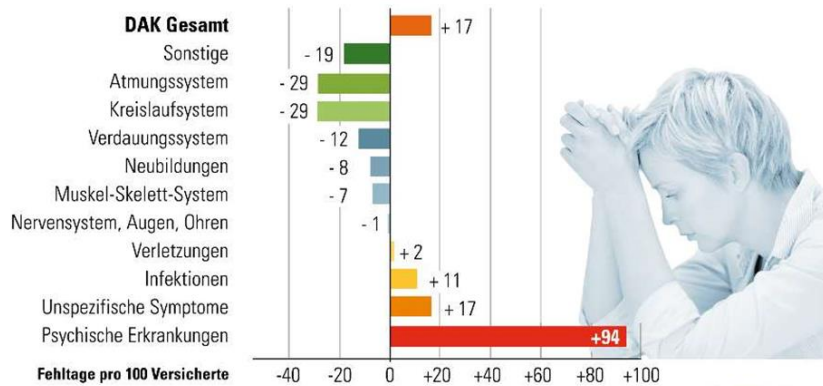
ÖSTERREICHISCHE ARGE
SUCHTVORBEUGUNG

Heiner Keupp – Reflexive Sozialpsychologie



Verschiebung des Krankheitsspektrums

Veränderung der Fehltage pro 100 Versicherte zwischen 2000 und 2012



QUELLE DAK Gesundheitsreport 2013

DAK
Gesundheit

ÖSTERREICHISCHE ARGE
SUCHTVORBEUGUNG

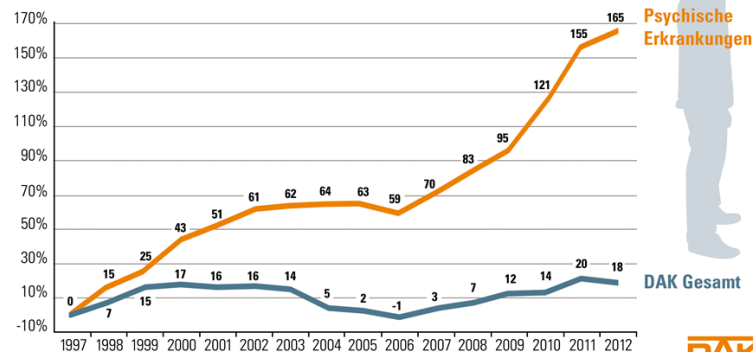
Heiner Keupp – Reflexive Sozialpsychologie

LMU

LUDWIG-MAXIMILIANS-UNIVERSITÄT MÜNCHEN

Überproportionaler Anstieg der Fehltage aufgrund psychischer Erkrankungen

Zunahme um 165 Prozent seit 1997



QUELLE DAK Gesundheitsreport 2013

DAK
Gesundheit

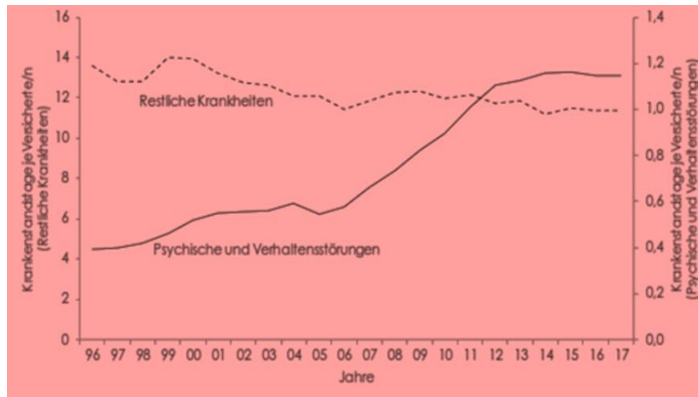
ÖSTERREICHISCHE ARGE
SUCHTVORBEUGUNG

Heiner Keupp – Reflexive Sozialpsychologie

LMU

LUDWIG-MAXIMILIANS-UNIVERSITÄT MÜNCHEN

Entwicklung der psychischen Krankheiten in Österreich



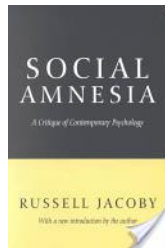
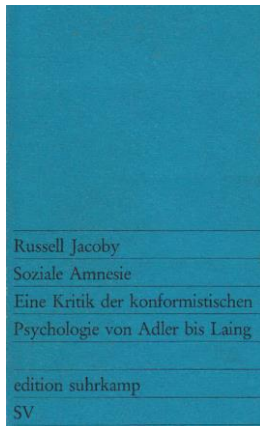
Quelle: Hauptverband der Sozialversicherungsträger, WIFO-Berechnungen: Fehlzeitenreport 2018

Zwischenbilanz

Es ist notwendig, die inflationäre Verwendung der Diagnose Depression kritisch zu reflektieren. Die Hauptnutznießer dieser diagnostischen Gepflogenheit ist die Psychopharmaindustrie.

Unstrittig dürfte sein, dass immer mehr Menschen die mit der Globalisierung verbundenen Veränderungen in ihrer Arbeits- und Alltagswelt als Herausforderungen und Belastungen erleben, die ihre Bewältigungsmöglichkeiten überschreiten. Die „Klinifizierung“ der daraus folgenden psychischen Probleme enthält die Gefahr der Individualisierung gesellschaftlicher Probleme.

Wir brauchen eine Gesellschaftsdiagnostik der „Beschleunigungsgesellschaft“.



Russell Jacoby

Von der Notwendigkeit einer psychologischen Gesellschaftsdiagnostik als Alternative zur weitverbreiteten „Gesellschaftsvergessenheit“ oder „sozialen Amnesie“ der psychosozialen Professionen.

Meine Fragen und Antworten

- Der globale Kapitalismus: Ein „Brandbeschleuniger“
- Das „erschöpfte Selbst“: Opfer der Beschleunigung?
- **Zunahme des „proteischen“ Menschenbildes**
- Entstehung einer „Müdigkeitsgesellschaft“
- Der Zwang zur Selbstoptimierung
- Eine hochtourige Beschleunigungsgesellschaft
- Gibt es Gegenstrategien?

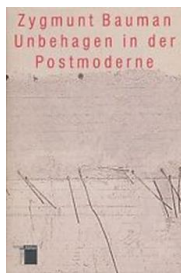
„Der Tod des Selbst“

„Es gibt wenig Bedarf für das innengeleitete, 'one-style-for-all' Individuum. Solch eine Person ist beschränkt, engstirnig, unflexibel. (...) Wir feiern jetzt das proteische Sein (...) Man muss in Bewegung sein, das Netzwerk ist riesig, die Verpflichtungen sind viele, Erwartungen sind endlos, Optionen allüberall und die Zeit ist eine knappe Ware“

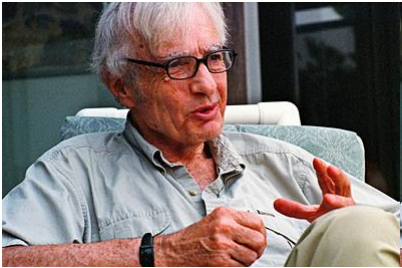
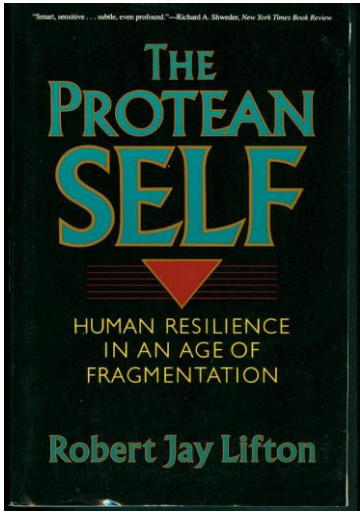
Quelle: Kenneth J. Gergen: The self: Death by technology (2000).



Der „postmoderne Reinheitstest“



„Man muss in der Lage sein, sich von den grenzenlosen Möglichkeiten des Verbrauchemarktes und der von ihm propagierten ständigen Erneuerung verführen zu lassen; man muss sich freuen können über die Chance, Identitäten anzunehmen und wieder abzulegen und sein Leben auf der endlosen Jagd nach immer intensiveren Glückserlebnissen und immer aufregenderen Erfahrungen zu verbringen. Nicht jeder besteht diesen Test. Die dies nicht schaffen, sind der ‚Schmutz‘ der postmodernen Reinheit.“



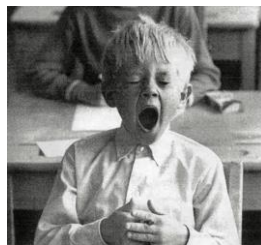
Robert Jay Lifton, geboren 1926 in New York, ist Professor für Psychiatrie und Psychologie an der New York University



Quelle: Erasmus Francisci: Der Hölliche Proteus, oder Tausendkünstige Versteller [...]. Nürnberg 1690.

Meine Fragen und Antworten

- Der globale Kapitalismus: Ein „Brandbeschleuniger“
- Das „erschöpfte Selbst“: Opfer der Beschleunigung?
- Zunahme des „proteischen“ Menschenbildes
- Entstehung einer „Müdigkeitsgesellschaft“
- Der Zwang zur Selbstoptimierung
- Eine hochtourige Beschleunigungsgesellschaft
- Gibt es Gegenstrategien?



Die „Gewalt der Positivität“

Die Arbeitswelt setzt auf Eigenmotivation, Initiativegeist und Selbstverantwortung. Die Disziplinargesellschaft, von der Stechuhr regiert, wurde von der Leistungsgesellschaft abgelöst, in der jeder sich konditioniert, als sei er sein eigener Unternehmer. Die „Negativität des Sollens“ hat sich zu einer viel effizienteren „Positivität des Könnens“ entwickelt. Obamas millionenfach reproduzierter Slogan „Yes, we can“ hat darin seine alptraumhafte Kehrseite.

Das sich selbst ausbeutende Subjekt ist Täter und Opfer zugleich, Herr und Knecht in einer Person. Allgegenwärtige Werbesprüche gellen wie zum Hohn in ihr nach: „Die Klage des depressiven Individuums ‚Nichts ist möglich‘ ist nur in einer Gesellschaft möglich, die glaubt Nichts ist unmöglich.“



Heiner Keupp – Reflexive Sozialpsychologie –



ÖSTERREICHISCHE ARGE
SUCHTVORBEUGUNG

Heiner Keupp – Reflexive Sozialpsychologie –



Meine Fragen und Antworten

- Der globale Kapitalismus: Ein „Brandbeschleuniger“
- Das „erschöpfte Selbst“: Opfer der Beschleunigung?
- Zunahme des „proteischen“ Menschenbildes
- Entstehung einer „Müdigkeitsgesellschaft“
- **Der Zwang zur Selbstoptimierung**
- Eine hochtourige Beschleunigungsgesellschaft
- Gibt es Gegenstrategien?



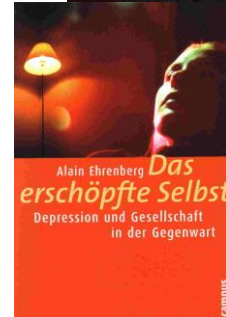
Die Grenzen der „unternehmerischen Anrufung“ und des „Subjektivierungsregimes“

„Weil die Anforderungen unabgeschlossen sind, bleibt der Einzelne stets hinter ihnen zurück. (...) Im Unglück der Depressiven wird die Kluft zwischen dem Anspruch an die Individuen und ihren stets unzureichenden Anstrengungen sichtbar.“

„Depressive Erschöpfung (ist) die dunkle Seite der auf Dauer gestellten Hyperthymie des unternehmerischen Selbst.“

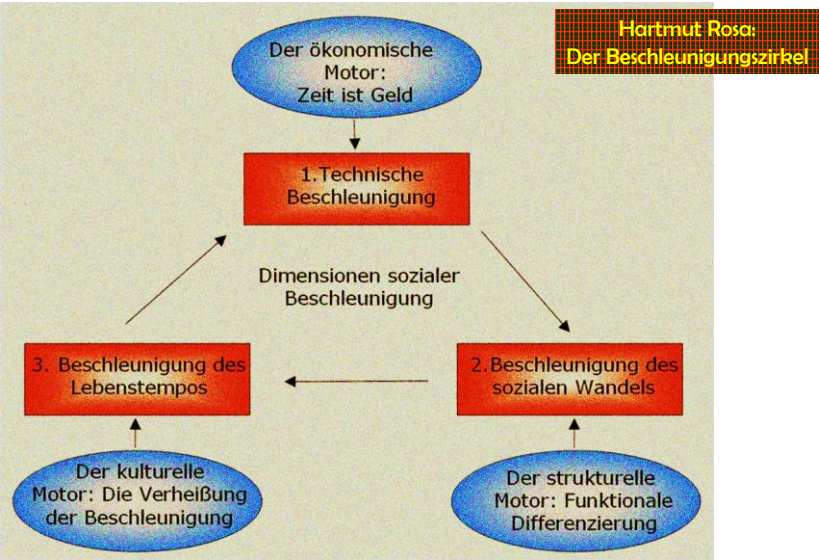
Das „erschöpfte Selbst“ – Denkanstoss von Alain Ehrenberg

Dieses Selbst wird gesteuert von der Annahme, dass alles möglich sei. Und dass es ausschließlich in seiner Verantwortung liege, aus der Fülle der Möglichkeiten das je eigene „gelingende“ Leben zu stricken. Ehrenberg hält diese Behauptung nicht für richtig, sondern für mächtig. Sie wirkt wie eine innere Stimme, die den Unzufriedenen einflüstert, dass es anders hätte kommen können, wenn sie nur die richtige Wahl getroffen hätten. Unter der Last der Verantwortung brechen die solcherart belasteten Selbst oft zusammen.



Meine Fragen und Antworten

- Der globale Kapitalismus: Ein „Brandbeschleuniger“
- Das „erschöpfte Selbst“: Opfer der Beschleunigung?
- Zunahme des „proteischen“ Menschenbildes
- Entstehung einer „Müdigkeitsgesellschaft“
- Der Zwang zur Selbstoptimierung
- **Eine hochtourige Beschleunigungsgesellschaft**
- Gibt es Gegenstrategien?



These

Unter aktiver Beteiligung psychosozialer Angebote passen sich immer mehr Menschen der unaufhaltsamen Beschleunigungsdynamik an, der gesellschaftliche und berufliche Fitness-Parcours hat kein erreichbares Maß, ein Ziel, an dem man ankommen kann, sondern es ist eine nach oben offene Skala, jeder Rekord kann immer noch gesteigert werden. Hier ist trotz Wellness-Industrie keine Chance eine Ökologie der eigenen Ressourcen zu betreiben, sondern in einem unaufhaltsamen Steigerungszirkel läuft alles auf Scheitern und einen Erschöpfungszustand zu.

These

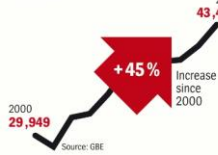
Schon vor Jahren ist uns die „Erschöpfung der utopischen Energien“ (Jürgen Habermas) diagnostiziert worden und ein „minimal self“ (Christopher Lasch), das eine Fixierung auf Alltagsbewältigung ohne übergreifende Idee. Wir haben es mit einer tiefen Krise im gesellschaftlichen Selbstverständnis zu tun, das sich nicht einmal mehr über unterschiedliche mögliche Zielvorstellungen streitet, sondern einfach keine mehr hat. In allen gesellschaftlichen Bereichen, in der Politik, in der Wirtschaft und zunehmend auch in den privaten Welten geht es ums „Überleben“, ums „Durchhalten“. Hier zeichnet sich eine Gesamtsituation ab, die man mit dem Begriff „erschöpfte Gesellschaft“ überschreiben könnte.

Erschöpfung ist also nicht nur ein individuelles, sondern auch ein gesellschaftlich-politisches Phänomen.

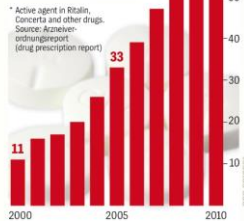


The Psycho Bubble

In-patient treatment of children and youths in psychiatry and psychotherapy in Germany



Daily doses of methylphenidate* prescribed by German statutory health funds, in millions



Meine Fragen und Antworten

- Der globale Kapitalismus: Ein „Brandbeschleuniger“
- Das „erschöpfte Selbst“: Opfer der Beschleunigung?
- Zunahme des „proteischen“ Menschenbildes
- Entstehung einer „Müdigkeitsgesellschaft“
- Der Zwang zur Selbstoptimierung
- Eine hochtourige Beschleunigungsgesellschaft
- Gibt es Gegenstrategien?

Abschlussthese 1

Subjekte einer individualisierten und globalisierten Gesellschaft können in ihren Identitätsentwürfen nicht mehr problemlos auf kulturell abgesicherte biographische Schnittmuster zurückgreifen. In diesem Prozess stecken ungeheure Potentiale für selbstbestimmte Gestaltungsräume, aber auch das Risiko und die *leidvolle Erfahrung des Scheiterns*. Die Zunahme psychosozialer Probleme verweist auf dieses Risiko. Sie ist aber nicht ein „Fluch der Freiheit“, sondern verweist auf einen Mangel im „Handwerk der Freiheit“.

Abschlussthese 2

Erforderlich ist eine Auseinandersetzung mit den vorherrschenden *Menschenbildannahmen*. Die Figur des „unternehmerischen Selbst“ ist auf den kritischen Prüfstand zu stellen. Sie verweist auf ein neoliberale Menschenbildes, das eine maximierte Selbstkontrolle als Fortschritt anpreist. Ausbeutung und Entfremdung wird zunehmend weniger als fremd gesetzter Zwang von Menschen erlebt, sondern wird mehr und mehr zu einer Selbsttechnologie, zu einer Selbstdressur, die allerdings in den Ideologien des Neoliberalismus in einem Freiheits- oder Autonomiediskurs daher kommt.

Abschlussthese 3

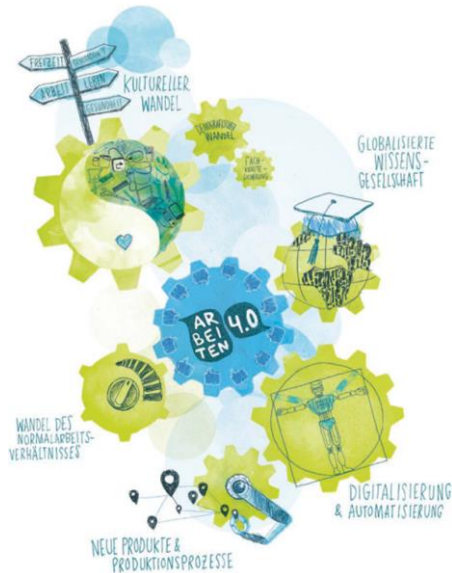
Statt Selbstoptimierung und Steigerung der eigenen „Fitness“ ist Selbstsorge notwendig, aber diese darf sich nicht in individualisierten Überlebensstrategien erschöpfen. Individuelle Selbstsorge braucht den Rahmen kollektiver Interessenvertretung (z.B. in Selbsthilfegruppen, Netzwerken, Gewerkschaften, Attac) möglich ist.

Und es ist dringend notwendig, neue Formen des Arbeitsschutzes zu entwickeln, die wirksame Antworten auf die wachsenden psychischen Belastungen und Störungen in der Arbeitswelt bilden.



Wie kann es gelingen, Freude an der eigenen Tätigkeit wieder zu gewinnen und das auf der Basis gelungener Selbstsorge.

Ein Beispiel ist das Burnon-Zentrum in Düsseldorf, das Menschen helfen will, wieder Feuer und Flamme zu spüren.



4.0 – Eine Revolution der Arbeitswelt wird vorhergesagt

Abschlussthese 4

Aus meiner Sicht bedeuten die Prozesse, die unter Arbeit 4.0 angekündigt werden, keinen qualitativen Wandel, sondern eher eine Intensivierung und Beschleunigung dessen, was jetzt schon immer mehr Menschen an die Belastungsgrenze geführt hat. Die Angst vor Arbeitsplatzverlusten erhöht den Belastungsdruck weiter.

Die Chance zu einem qualitativen Wandel besteht und erfordert einen umfassenden gesellschaftlichen Diskurs zu dem, was eine humane Gesellschaft 4.0 ausmachen sollte!



„In einer Leistungsgesellschaft, die Wachstum, Konsum und Erlebnissteigerung feiert, ist Nichtstun ein bitterer Genuss.“

Ulrich Schnabel: Vom Glück des Nichtstuns.

Entschleunigung





**Herzlichen Dank für
ihre Aufmerksamkeit**