

# Burnout als Ausdruck von Kritik an sich wandelnden Strukturen

von *Katrin Nötling*

XII

abstract

In diesem Artikel soll anhand von Ausschnitten aus Interviews mit Burnout-Betroffenen und Beobachtungsprotokollen von öffentlichen Informationsveranstaltungen zu Burnout aufgezeigt werden, wie die unterschiedlichen Akteure über die Thematisierung von Burnout eine Alltagskritik üben. Diese Alltagskritik ist auf der Ebene der Arbeitswelt, der Ebene handlungsleitender Strukturen und der Ebene der Zeit zu finden. Über Burnout werden somit zentrale Elemente des gesellschaftlichen Wandels zum Objekt der Kritik. Burnout bietet jedoch nicht nur die Möglichkeit für Kritik, sondern macht diese an bestehenden Normen und Strukturen erst möglich.

## Einführung in das Phänomen Burnout

Burnout ist ein gesellschaftliches Phänomen, welches schon seit Jahren in der Wissenschaft und in der Öffentlichkeit, besonders in den Medien, zu einem viel diskutierten Thema geworden ist. Dies zeigen unter anderem die zahlreichen Zeitungsberichte sowie der Anstieg der Ratgeberliteratur zum Thema (vgl. Heinemann/Heinemann 2013: 131). Idiosynkratisch an diesem Phänomen ist nicht nur die damit einhergehende öffentliche Diskussion um Krankheitstage

am Arbeitsplatz und somit verbundene Schäden an der Volkswirtschaft, sondern auch die Debatte darüber, ob es sich bei Burnout um eine „Volkskrankheit“ handelt und inwiefern aktuelle Arbeitskulturen und Lebensstile für Burnout verantwortlich zu machen sind. Insbesondere im Bezug auf die Erwerbsarbeit und moderne Technologien wird darüber diskutiert, inwieweit Burnout Resultat eines sozialen Wandels ist, zum Beispiel eines Wandels der Arbeitsmarktstrukturen.

Burnout wurde zuerst in der Psychologie beschrieben und 1974 von dem Psy-

choanalytiker Herbert J. Freudenberger popularisiert. Mit dem Begriff versuchte Freudenberger das Phänomen des physischen und psychischen Abbaus ehrenamtlicher Mitarbeiter\_innen in Hilfseinrichtungen (zum Beispiel Frauenhäuser, therapeutische Wohngemeinschaften) näher zu beschreiben (vgl. Freudenberger 1974: 159f.). Trotz der 40-jährigen psychologischen Burnout-Forschung ist die Forschungslage weiterhin divers. Dies wird unter anderem an den verschiedenen Definitionsversuchen des Phänomens deutlich.

Auch ist die Forschungslage bezüglich der Fragen, ob es sich bei Burnout um eine Krankheit handelt, wer Gefahr läuft, an ihr zu erkranken, und welche Risikofaktoren zu einem Burnout führen, nicht eindeutig. Manche Theorien verorten Burnout als eine Erschöpfung im Beruf (vgl. Rösing 2008; Schaufeli/Enzmann 1998), andere wiederum beschränken Burnout nicht nur auf die Arbeitswelt, sondern erkennen in dem Phänomen einen Spezialfall der Depression (vgl. Hallsten 1993).

Wie sich jedoch in verschiedenen medialen, aber auch wissenschaftlichen Bearbeitungen von Burnout zeigt, scheint eine Auseinandersetzung mit diesem Thema meist mit einer Form der Kritik, zum Beispiel an bestehenden Arbeitsver-

hältnissen, einherzugehen (vgl. Maslach/Leiter 2001). Trotzdem wird weiterhin an einem Phänomen geforscht, auf dessen allgemeingültige Kriterien und physische und psychische Indikatoren sich in der Forschung noch nicht verständigt wurde (vgl. Heinemann/Heinemann 2013: 131).

Dieser soziologische Beitrag geht der Frage nach, inwiefern über Burnout eine Akteurskritik zum Ausdruck kommt, welche den sozialen Wandel thematisiert. Akteurskritik ist hierbei als eine nicht

wissenschaftlich reflektierte Alltagskritik zu verstehen. Es wird nachgezeichnet, wie sozialer Wandel über die Thematisierung von Burnout durch die Betroffenen sowie durch pro-

fessionelle, mit Burnout in Verbindung kommende Akteur\_innen (zum Beispiel Ärzt\_innen, Sozialarbeiter\_innen usw.) als ursächlich für das Phänomen dargestellt wird.

Zunächst wird ein kurzer Überblick über den soziologischen Diskurs zum Thema gegeben. Darauf folgt eine Darstellung zur Herkunft der zugrundeliegenden Daten. Im Anschluss daran werden anhand der ausgewerteten Interviews und Beobachtungsprotokolle Ansatzpunkte für eine Akteurskritik aufgezeigt, welche ein Leiden an gesellschaftlichen Strukturen äußert.

## Trotz der 40-jährigen psychologischen Burnout-Forschung ist die Forschungslage weiterhin divers.

## Der soziologische Diskurs zu Burnout

Da die angelsächsische wissenschaftliche Bearbeitung des Phänomens Burnout stark von der sozialpsychologischen Forschung geprägt und dominiert ist, beschränkt sich die Darstellung auf den deutschen soziologischen Diskurs zu Burnout.

Die Soziologie bearbeitet das Thema Burnout nicht singular, sondern im Zusammenhang mit der Depression als Phänomen der Erschöpfung. Meist wird Burnout als Folge kapitalistischer Arbeits- und Lebensweisen dargestellt (vgl. Graefe 2010: 229). Dabei schließen die Beiträge des soziologischen Diskurses an die Arbeits- und Industriosozologie, die Gesundheitssoziologie sowie an Theorien zum sozialen Wandel an (vgl. Neckel/Wagner 2013).

Burnout wird aus einer arbeitssoziologischen Perspektive mit der Subjektivierung von Arbeit erklärt, welche im Zusammenhang mit der Entgrenzung der Arbeit diskutiert wird (vgl. Moldaschl/Voß 2003: 15). Subjektivierung der Arbeit ist eine Bezeichnung für das Phänomen der „zunehmenden Bedeutung von subjektiven Potentialen und Leistungen im Arbeitsprozess“ (ebd.: 16). Entgrenzung der Arbeit beschreibt den Wegfall handlungsleitender und -ermöglichender Strukturen, was zu einer größeren und flexibleren Handlungsvielfalt für die Arbeitenden führt (vgl. Voß/Weiß 2005: 140). Das eigene Arbeitsvermögen soll

selbstverantwortlich und unter Druck, welcher durch Zielvereinbarungen, Ergebniskontrollen und befristete Beschäftigungsverhältnisse ausgeübt wird, gesteuert werden (vgl. Voß/Weiß 2013: 34). Die erweiterten Anforderungen an den/die Arbeitnehmer\_in an die Selbstgestaltung der Arbeit bergen die Gefahr einer Überlastung in sich. Günther Voß und Cornelia Weiß deuten Burnout und Depression als neue Leiterkrankungen in einer entgrenzten und subjektivierten Arbeitswelt, in der die Betroffenen nur in der Krankheit einen Ausweg aus dem Arbeitssystem erkennen.

Alain Ehrenbergs *Das erschöpfte Selbst* stellt einen wichtigen und häufig rezipierten Beitrag zur soziologischen Burnout-Forschung dar. Es handelt sich bei Ehrenbergs Buch um eine gesellschaftstheoretische Zeitdiagnose, in der er Depression und Erschöpfung als ein gesellschaftliches Phänomen zu deuten versucht. Ehrenberg erkennt die Ursache für die Zunahme psychischer Erkrankungen in den gestiegenen Anforderungen an Autonomie, Eigeninitiative und Selbstverantwortung für das Individuum. Er geht davon aus, dass unterschiedliche Zwangsmechanismen wie Disziplin und Gehorsam an Bedeutung verloren haben und gleichzeitig dem Individuum die Verantwortung für seine Biografie übertragen wurde. Es sei zur Norm geworden, dass jedes Individuum einzeln und besonders ist und sich jede/r Einzelne primär über seine/ihre Identi-

tät definiere und individuell die Initiative für sich und sein/ihr Leben ergreifen müsse. Dies führe, verbunden mit dem Verschwinden von Regulierungs- und Disziplinarmächten, dazu, Ursachen für das Scheitern im Individuum zu suchen. Daraus resultiert das Bewusstsein des Individuums, unzulänglich zu sein. Erschöpfung betrachtet Ehrenberg daher als eine Folge der Norm, man selbst zu werden, aber auch individuell für die eigene Biografie verantwortlich zu sein (vgl. Ehrenberg 2008).

Stefanie Graefe hingegen versteht Burnout als ein „Grenzereignis“ (Graefe 2010: 249), welches ermöglicht, sich auf der Grenze zwischen dem aktuellen kapitalistischen System und einer „anderen Welt“ zu bewegen. Erschöpfung stellt demnach für sie zum einen eine „faktische Funktionsstörung“ dar, welche aufzeigt, woran die Menschen im aktuellen (Arbeits-)System erkranken. Zudem deutet sie Burnout als eine „potentielle Widersetzung“ der Betroffenen gegen das aktuelle System (Graefe 2010: 231, 247).

Auch Sighard Neckel und Greta Wagner fokussieren sich in ihrer Arbeit zu Burnout auf das kapitalistische Wirtschaftssystem und die Wettbewerbsgesellschaft. Für sie stellt der/die Burnout-Betroffene den „schumpeterschen Unternehmer“ (vgl. Neckel/Wagner 2013: 212ff.) wirtschaftlicher und sozialer Veränderungsprozesse dar, der/die durch den Zusammenbruch seiner/ihrer vorherigen

Antriebsmotive frei wird, neue Formen der Subjektivierung ökonomischer Muster zu konstruieren. Ihrer These folgend erfüllt die Burnout-Krise den impliziten Auftrag, eine neue Form des Ressourcenmanagements zu ermöglichen, in der das Subjekt einen neuen Umgang mit seinen eigenen Ressourcen lernt und sich von der Logik der endlosen Steigerung des eigenen Potenzials emanzipiert (vgl. Neckel/Wagner 2013: 214f.). Somit erkennen Neckel und Wagner in Burnout eine Form des sozialen Wandels, welcher auf eine Veränderung des eigenen Ressourcenmanagements und der stetigen Selbstoptimierung abzielt.

Im Gegensatz dazu thematisiert Hartmut Rosa Burnout und Depressionen nur am Rande, versteht beide Phänomene in seiner Theorie der Beschleunigung jedoch als Reaktionen auf eine zeitliche Überlastung und einen erhöhten Stresslevel, welcher durch eine tendenzielle De-Synchronisation zwischen dem Individuum und seiner sozialen Umgebung ausgelöst werde (vgl. Rosa 2011: 224f.).

Patrick Kury stellt in einer wissenschaftsgeschichtlichen Analyse fest, dass im Verlauf der letzten 130 Jahre verschiedene Belastungsphänomene – wie Neurasthenie (Ermüdungssyndrom) um 1900, die Managererkrankung in den 1950er Jahren und aktuell Burnout – mit verschiedenen Deutungen zu den Ursachen auftauchten und teilweise auch wieder verschwanden (vgl. Kury 2013). Kury sieht darin eine sich wiederholende

Manifestation gesellschaftlicher Vorstellungen zur Physis und Psyche des Menschen. Während sich in der Erkrankung der Neurasthenie die Vorstellung vom Organismus als einen Stromkreislauf manifestiert, kommt in der Managererkrankung ein Zusammenhang zwischen dem Herzkreislaufsystem, der Automatisierung und den gestiegenen Belastungen infolge des Wiederaufbaus und des Wirtschaftswachstums zum Ausdruck. Burnout stellt laut Kury eine Störung des körperinternen biochemischen Informationssystems in Zeiten der Flexibilisierung und der digitalen Kommunikationstechnologie dar (vgl. ebd.: 123). Somit thematisieren und verkörpern die verschiedenen Belastungsphänomene das jeweilige gesellschaftliche Verständnis bezüglich des sich beschleunigenden ökonomischen, gesellschaftlichen und technischen Wandels in den unterschiedlichen Epochen (vgl. ebd.).

Die hier vorgestellten Ergebnisse stammen aus einer Diplomarbeit, die der Frage nach der sozialen Konstruktion von Burnout und ihrer biografischen Einbettung in den Lebenslauf nachgeht. Entsprechend dem Sozialkonstruktivismus (vgl. Berger/Luckmann 2009) und dem Symbolischen Interaktionismus (vgl. Blumer 1973) wird Burnout als ein soziales Konstrukt verstanden, welches nicht in einer naturalistischen Form existiert, sondern Deutungs- und Aushandlungsprozessen unterliegt und in Handlungen und Interaktionen der Individuen

ständig reproduziert und neu konstruiert wird. Um besser verstehen zu können, wie Burnout von den Betroffenen gedeutet wird, ist eine Hinwendung zu subjektiven Bedeutungszuschreibungen der Betroffenen notwendig.

Für die Beantwortung der Forschungsfrage wurden narrative Interviews mit vier Betroffenen geführt. Hierbei wird der im öffentlichen Diskurs ausgetragene Deutungskampf um die gesellschaftliche Bedeutung von Burnout sowie dessen Status als Krankheit beleuchtet. Primär liegt der Fokus jedoch bei den Betroffenen selbst, die durch Selbst- und Fremddiagnosen von Burnout in diese Deutungskämpfe geraten und sich beispielsweise durch Hinwendung oder Abgrenzung zu Burnout positionieren müssen. Die von sozialen Kontaktpersonen, Therapeut\_innen und Ärzt\_innen an die Betroffenen herangetragenen Interpretationsschemata der Symptome tangieren das Selbst der Betroffenen und werden von ihnen nicht fraglos hingenommen. Die Betroffenen können sich gegenüber solchen übermächtigen Theorien nicht neutral verhalten (vgl. Riemann 1984: 118f.). Sie überprüfen die einem Burnout zugesprochene Symptomatik mit ihren persönlichen Erlebnissen, versuchen sich im Krankheitsbild zu verorten, vor den Deutungen anderer zu schützen und ihre Identität in Einklang mit der Deutung des Phänomens zu bringen. Sie bemühen sich, die Diagnose vor anderen zu rechtfertigen oder lehnen sie ab.

Somit wird Burnout nicht nur sozial, sondern speziell auch biografisch konstruiert.

Das narrative Interview bietet im Besonderen die Möglichkeit für die Betroffenen, Burnout in ihrem eigenen Relevanzsystem darzustellen und dessen Verlauf zu beschreiben. So wird es möglich, an die sozial konstruierten Wissensbestände über Burnout vorzudringen. Weiterhin konnten aus den Narrationen der Betroffenen biografische Knotenpunkte herausgearbeitet werden, welche die Deutung von bestimmten Symptomen als Burnout für die Betroffenen ermöglichen.

Da Burnout keine eigene diagnostische Kategorie darstellt, war es im Sinne der Forschungsfrage nur relevant, dass die Befragten sich selbst, unabhängig einer psychologischen Deutung, ein Burnout zuschreiben, da nur in diesen Fällen die biografische Konstruktion von Burnout herausgearbeitet werden kann. Die Interviewten wurden über ein Burnout-Forum im Internet, über eine Psychotherapeutin sowie über das berufliche Umfeld der Forscherin rekrutiert und gebeten, ihren Lebensweg hin in ein Burnout und darüber hinaus zu beschreiben.

Um sich der sozialen Konstruktion von Burnout zu nähern, wurde ein zweiter Zugang über die teilnehmende

Beobachtung zweier öffentlicher Informationsveranstaltungen zum Thema gewählt. Von Interesse waren hier neben der öffentlichen Darstellung des Phänomens auch die öffentlichen Deutungs- und Aushandlungsprozesse zwischen den Referent\_innen im Kontakt mit den interessierten Besucher\_innen. Ziel der Auswertung dieses Fragments des öffentlichen Diskurses war es, Strukturen in der öffentlichen Auseinandersetzung mit dem Thema zu erkennen.

Die erste Informationsveranstaltung fand in einem Krankenhaus mit einer psychiatrischen Abteilung statt. Die vortragende Sozialpädagogin lehnte sich stark an den psychologischen Burnout-Diskurs an.

Die zweite Informationsveranstaltung wurde in einem Vortragssaal der Mediziner- und Ärztekbank durchgeführt. Hier referierten ein Allgemeinmediziner, ein Betriebswirtschaftler und ein Anwalt für Arbeitsrecht zum Thema.

Bei den Interviewten handelt es sich um zwei Frauen und zwei Männer. Sie werden im Folgenden Esther, Sabine, Uwe und Karl genannt.

Der Forschungsprozess und die Auswertung erfolgten im Sinne der *grounded theory*. Weil schon ein einziger Fall eine „allgemeine konzeptuelle Kategorie“ oder eine „allgemeine konzeptu-

**Somit wird Burnout  
nicht nur sozial,  
sondern speziell auch  
biografisch konstruiert.**

elle Eigenschaft“ aufzeigen kann, ist für die Generierung von Theorie die Anzahl der Fälle nicht entscheidend. Das vorliegende Datenmaterial bestehend aus vier Interviews und zwei Informationsveranstaltungen ist daher für eine theoretische Sättigung ausreichend (vgl. Glaser/Strauss 2010: 47f.).

### **Anschlussmöglichkeiten für eine Akteurskritik**

Dieses Kapitel widmet sich den Thesen, welche aus dem Material entwickelt wurden. Anhand von Zitaten aus den Interviews und dichten Beschreibungen (Geertz 1991) aus den Beobachtungsprotokollen soll gezeigt werden, wie über Burnout eine den gesellschaftlichen Wandel thematisierende Akteurskritik zum Ausdruck kommt.

Die geäußerte Kritik wird auf drei Ebenen vorgestellt, welche von den Betroffenen und professionellen Akteur\_innen als ursächlich für Burnout gedeutet werden: Die Ebene der Arbeitswelt, der handlungsleitenden Strukturen und der Zeit.

#### **Die Ebene der Arbeitswelt:**

Auf die Frage, wie sich Uwe das Aufkommen und das häufige Thematisieren von Burnout in der heutigen Zeit erklärt, antwortet er:

„[...] äh dass du durch die ganze Art und Weise wie sich unser Leben verändert, durch Arbeitsverdichtung,

durch permanente Produktivitätssteigerungserwartung und so weiter und so fort, dass dadurch vielfach auch Druck aufgebaut wird, denn es früher garnet gab [...]. Oder auch so, was du ja früher immer hattest, du konntest [...] bis Mitte der 70er oder auch 80er, du hast einen Beruf gelernt, du hast in deinem Beruf gearbeitet und du bist relativ sicher davon ausgegangen, dass du den bis zur Rente machst. ((I: Ja)) Das merkst du selbst selbst im Lehrbetrieb. Du kriegst befristete Verträge, du wirst nach Möglichkeit [...] zwar gut ausgenutzt oder kriegst gesagt wie gut du bist, aber wenn's an die Verlängerung geht, bist du auf einmal verzichtbar.“ (Uwe, Zeile 498–507)

Uwe spricht hier an, dass sich aus seiner Sicht die Arbeitswelt verändert hat. Die Veränderung zeige sich in der Erwartung einer stetig steigenden Produktivität bei gleichbleibender bzw. verringerter Arbeitszeit und einer somit eintretenden Verdichtung der Arbeit sowie in häufig wechselnden Beschäftigungsverhältnissen. Diese Veränderung sorge für einen erhöhten Druck, den er in der Vergangenheit nicht erlebt habe. Obwohl sich Uwe, wie er im Verlauf des Interviews immer wieder betont, in seinem Beruf sehr wohl fühlt und einen für ihn befriedigenden Kontakt zu seinen Kolleg\_innen und zum Führungspersonal pflegt, thematisiert er schlechte Arbeitsbedingungen als ursächlich für Burnout.

Dies legt nahe, dass Burnout so stark mit der Arbeitswelt verknüpft ist, dass selbst ohne eine biografische Übereinstimmung die Arbeitswelt als Auslöser für Burnout thematisiert werden muss. Weiterhin zeigt sich in Uwes Aussagen, dass die Unmöglichkeit der Planbarkeit der Berufsbiografie zu Unsicherheitsgefühlen im Individuum führen kann, welche dann als Auslöser für Krisen wie ein Burnout gedeutet werden.

Auch Sabine erkennt Ursachen für Burnout in der Arbeitswelt:

„Ich kenne das aus so vielen Spaten, aus so vielen Untersuchungen, welche Formen des Unterdrucksetzens es inzwischen, so dieses, wie nennt man das noch mal, Management by objectives. Das ist ganz klar, das und das habe ich in einer bestimmten Zeit zu erreichen, da wird benchmarking betrieben, da werden die Leute massiv unter Druck gesetzt. Und das hat halt Konsequenzen, zum Teil strukturelle, zum Teil persönliche und ähm, das gab es sicherlich auch früher schon, Burnout, könnte ich mir vorstellen. Aber es ist eine Art des neoliberalen Führens von Menschen, habe ich den

Verdacht, dass auch in dieser Form einfach Konsequenzen hat.“ (Sabine, Zeile 246–255)

Sabine nennt einen neoliberalen Führungsstil als strukturelle Ursache für Burnout, welcher sich durch hohen Druck auf die Mitarbeiter\_innen sowie einer starken Leistungsorientierung auszeichnet. Sie kritisiert hier ein Phänomen, welches in der Soziologie als Subjektivierung und Entgrenzung der Arbeit beschrieben wird: Der/die

**Dies legt nahe, dass Burnout so stark mit der Arbeitswelt verknüpft ist, dass selbst ohne eine biografische Übereinstimmung die Arbeitswelt als Auslöser für Burnout thematisiert werden muss.**

Arbeitnehmer\_in bringt sein/ihr gesamtes subjektives Potenzial in die Arbeit ein und soll das eigene Arbeitsvermögen selbstverantwortlich organisieren. Zur Steuerung des Arbeitsvermögens werde Druck auf den/die Arbeitnehmer\_in in Form von Zielvereinbarungen, Ergebniskontrollen und befristeten Beschäftigungsverhältnissen aufgebaut (vgl. Voß/Weiß 2013: 37).

Ähnlich wie Uwe bedeutet für Sabine das Sprechen über Burnout auch, eine Alltagskritik an bestehenden Arbeitsstrukturen zu äußern – welche jeweils jedoch nur teilweise aus dem eigenen biografischen Erleben heraus entwickelt wird. Dies deutet darauf hin, dass die



soziale Konstruktion von Burnout eine Arbeits- und Leistungsorientierung beinhaltet, welche Teil einer Alltagskritik am Arbeitssystem wird.

Karl hingegen kritisiert im Gegensatz zu den anderen Interviewteilnehmer\_innen nicht systemimmanente Arbeitsstrukturen, sondern führt als Belege seiner Kritik an der Arbeitswelt gezielt Beispiele aus seiner eigenen Berufsbiografie an:

„Man ist im Außendienst gewesen, ich hatte meine Vorgaben, meine zeitlichen Vorgaben und die hat man dann erfüllt und dann war gut (3). Ja, man hatte Angst gehabt die Vorgaben, man bekam zeitliche Vorgaben, also ich konnte nicht bei irgendeiner Firma so lange bleiben wie ich wollte. Da hieß es 6 Stunden und mehr kriegst du nicht. Da musste ich da alles erfassen.“ (Karl, Zeile 56–58; 75–78)

Auch Karl berichtet von zeitlich begrenzten Arbeitsvorgaben in der neoliberalen Arbeitswelt. Diese beschleunigte Form der Arbeit und die Durchsetzung zeitlicher Normen durch Fristen und Arbeitszeitbegrenzungen erlebte er als große Belastung. Er konstruiert in seiner Erzählung eine positive Arbeitswelt bei seinem alten Arbeitgeber, bei dem er gute Arbeit in einer für ihn angemessenen Zeit abgeben konnte, im Gegensatz zu einer schlechteren Arbeitswelt bei seinem neuen Arbeitgeber, der es ihm

durch eine zeitliche Verknappung und schlechte Administration erschwert, eine zufriedenstellende Arbeit abzuliefern. Dies führte zu Versagensängsten bei ihm.

Auch bei den öffentlichen Informationsveranstaltungen wird Arbeit thematisiert. So spricht die Sozialpädagogin von gestiegenen Arbeitsanforderungen für die/den einzelne/n Arbeitnehmer\_in und sagt, dass viele Arbeitnehmer\_innen sich nicht gegen anfallende Mehrarbeiten wehren würden – aus Angst vor einem Karriereknick oder dem Verlust des Arbeitsplatzes. Zur Prävention gegen Burnout empfiehlt sie daher, sich in einer positiven und bejahenden Haltung sich selbst und der Arbeit gegenüber zu üben sowie sich selbst realistische Ziele zu stecken und nicht zu hohe Ansprüche an sich selbst zu haben. Weiterhin vertritt sie die Meinung, dass es in den meisten Firmen nicht üblich sei, dem/den Arbeitnehmer\_innen ein positives Feedback für deren geleistete Arbeit zu geben. Deshalb sei es ihrer Meinung nach wichtig, die eigene Leistung anzuerkennen und sich selbst zu loben. Für die Vorbeugung von Burnout helfen laut der Sozialpädagogin eine klare Aufgabenverteilung im Team sowie der regelmäßige Austausch in Teambesprechungen und eine eindeutige Kommunikation untereinander. Auch im Team solle eine wertschätzende Haltung gelebt und das Gegenüber mit Verständnis und Rücksicht behandelt werden. Vorgesetzte sollen die

Probleme ihrer Mitarbeiter\_innen ernst nehmen, Aufgaben klar und deutlich verteilen und die Leistung der Mitarbeiter\_innen wahrnehmen und anerkennen. Weiterhin beschreibt die Referentin in ihrem Vortrag, dass Institutionen mit klaren Organisationsstrukturen und angemessenen Rahmenbedingungen – beispielsweise mit einer guten Arbeitsplatzgestaltung, einem realistischen Stellenschlüssel sowie einer positiven Firmenkultur Burnout vorbeugen können.

Die Sozialpädagogin äußert in ihrem Vortrag Kritik an bestehenden Arbeitsverhältnissen und empfiehlt dem Individuum, sich selbstverantwortlich vor diesen krankmachenden Strukturen zu schützen.

Auch der Betriebswissenschaftler benennt Kritikpunkte an der Arbeitswelt. Wichtig für die Prävention von Burnout sind für ihn die Einführung eines Führungsstils ohne Druckausübung auf die Mitarbeiter\_innen sowie eine betriebliche Gesundheitsförderung. Da in den Führungsetagen seiner Meinung nach jedoch unfähiges Führungspersonal sitzt, welches seine Position aufgrund von Kontakten und guten kommunikativen Fähigkeiten erhalten und das Führen von Mitarbeiter\_innen nicht gelernt habe,

**Mittels dieser Individualisierungsstrategie wird die Verantwortung für die Gesundheit in das Subjekt verlagert, welches sich selbst vor einem Burnout bewahren muss.**

setzt sich das Konzept der „drucklosen Führung“ nur sehr schleppend durch.

Die Referent\_innen skizzieren in ihren Vorträgen das Bild von hilflosen Arbeitnehmer\_innen, welche einem inkompetenten Führungspersonal ausgeliefert

sein. „Der/Die Chef\_in“ oder „das Führungspersonal“ werden als Feindbilder ohne Kompetenzen konstruiert, welche Druck auf den/die Arbeitnehmer\_innen ausüben und gegen die sich diese/r eigenver-

antwortlich, zum Beispiel durch Stressreduktion, schützen müssen. Mittels dieser Individualisierungsstrategie wird die Verantwortung für die Gesundheit in das Subjekt verlagert, welches sich selbst vor einem Burnout bewahren muss. Weiterhin versuchen die Referent\_innen in ihren Vorträgen, zum Beispiel durch das Werben für betriebliche Gesundheitsförderung, Anschluss an den kapitalträchtigen Markt, welcher sich um Burnout herum entwickelt hat, zu finden.

Es zeigt sich, dass unabhängig der eigenen Erwerbsbiografie bestehende Arbeitsstrukturen, das heißt die Subjektivierung und Entgrenzung der Arbeit, als Ursachen für Burnout herangezogen und kritisiert werden. Damit stellt das bestehende Arbeitssystem einen generellen Bezugspunkt für Alltagskri-

tik dar, welche über die Thematisierung von Burnout geäußert werden kann, ohne persönliche Erfahrungen dahingehend gesammelt zu haben. Aber nicht nur Arbeitsstrukturen, sondern auch Personengruppen, wie „das Führungspersonal“, werden – dargestellt als die Personifizierung des Arbeitssystems –

zum Objekt der Kritik. Burnout wird als Beleg für die Berechtigung dieser Kritik an den Arbeitsstrukturen von den Akteur\_innen herangezogen.

## Die Ebene handlungsleitender Strukturen

Als weitere Ursache für Burnout thematisiert Uwe den Wegfall handlungsleitender Strukturen am Beispiel der Familie.

„[...]was ich auch noch mit reinnehmen würde, [...] diese Auflösung sozialer Strukturen bei uns. Also dieser ganze westliche, die ganze westliche Hemisphäre, die Auflösung der Familie, du hast die Patchworkfamilie und und und. Das sind halt alles so Dinge, wo du früher so einen relativ einfachen Eckpunkt bekommen hast, mit dem hast du dich bewegt und heute, wir haben ständig irgendwelche neuen Wahrheiten. Ja, das heißt dieser permanente Anpassungsdruck an veränderte Umstände. Also das

alles denke ich in der Summe, ähm, kann's recht gut erklären, warum das Phänomen Burnout einfach auch so viel mehr ähm, net nur diagnostiziert wird, sondern eben auch drüber diskutiert wird.“ (Uwe, Zeile 516–525)

Uwe benennt hier, was auch Zygmunt Bauman in seinem Buch *Flüchtige Zeiten* (2008) beschreibt. Bauman erkennt die heutige Zeit als eine Zeit des Übergangs von einer „festen“ in eine „flüchtige“ Phase der Moderne. Diese ist gekennzeichnet durch die kurze Dauer sozialer Formen, wie allgemein akzeptierte Verhaltensmuster und Strukturen, welche individuelle Verhaltensspielräume begrenzen. Da sich soziale Formen in dieser flüchtigen Moderne nicht verfestigen, können sie nicht mehr als Bezugsrahmen für menschliches Handeln und Lebensstrategien herangezogen werden (vgl. Bauman 2008: 8). Uwe nennt als Beispiel die für ihn festzustellende Auflösung der Familie. Eine Veränderung der bisherigen Struktur der Familie, bestehend aus Vater, Mutter und Kindern, kommt für ihn nicht einer Erweiterung der Familie mit neuen Bezugspersonen für die Kinder gleich, sondern beinhaltet für ihn eine Auflösung, einen Zerfall des ihm bekannten Konzepts von Familie. Dies bedeutet

## Burnout wird als Beleg für die Berechtigung dieser Kritik an den Arbeitsstrukturen von den Akteur\_innen herangezogen.

für ihn einen Wegfall struktureller Vorgaben, innerhalb derer sich das Individuum bewegen und verorten kann, und führt zu Unsicherheiten und dem Druck, sich immer wieder an neue Gegebenheiten anpassen zu müssen.

Sabine entwickelt folgende Theorie zur Ursächlichkeit von Burnout:

„Und ich kann mir schon vorstellen, bestimmte Ansprüche sind schlicht und ergreifend gewachsen und Strukturen haben sich verändert beispielsweise solche Geschichten inzwischen diese klassische Rollenverteilung wie sie meine Eltern schon hatten. Meine Mutter blieb ab dem ersten Kind zu Hause, mein Vater geht arbeiten, sorgt für die Familie, ähm, da kann man sicherlich auch sowas wie einen Burnout entwickeln. Aber wenn ich mir keine Gedanken machen muss um meine Kinder, wenn ich mir keine Gedanken machen muss um meine Wäsche, wenn ich mir keine Gedanken machen muss um sonst was ähm lässt es sich natürlich auch wesentlich leichter bestimmte Mengen an Arbeit verrichten. Und ähm, das ist schon ein bisschen schwieriger geworden.“  
(Sabine, Zeile 217–225)

Sabine beschreibt allgemein, dass sich Strukturen verändert haben und Ansprüche gewachsen sind. Dies führt sie näher an dem Beispiel der veränderten Rollenerwartung der Geschlechter aus.

Für Sabine bedeutet der Einstieg der Frau in die Erwerbsarbeit einen erhöhten Stress für beide Geschlechter, da die Hausarbeit und Betreuung der Kinder nicht mehr alleinig von der Frau tagsüber übernommen wird, sondern ausgelagert bzw. in der Freizeit erledigt werden müssen. Für sie hat die Auflösung dieser Rollenstrukturen zur Folge, dass die Aufgabenfülle der/des Einzelnen ansteigt. Dies kann ihrer Meinung nach zu einer Überforderung führen. Das Zitat von Sabine lässt die Deutung zu, dass sie in der traditionellen geschlechterbezogenen Rollenverteilung einen Vorteil gegenüber den aktuell sich verwischenden Geschlechternormen erkennt, da durch die traditionelle Arbeitsteilung in Haus- und Erwerbsarbeit der/die Einzelne entlastet wird und mehr Arbeit verrichtet werden kann. Da die Arbeitsteilung heute nicht mehr direkt am Geschlecht festgemacht werden kann, sondern Aushandlungsprozessen unterliegt, bedeutet das, laut Sabine, eine schwierigere Situation für beide Geschlechter.

In den Interviews zeigt sich eine Kritik an der Auflösung handlungsleitender Strukturen. Dies wird an der Veränderung von Geschlechternormen und dem traditionellen Familienmodell näher ausgeführt. Diese Kritik kann als ein Wunsch nach Retraditionalisierung gedeutet werden. Dieser wird von den Betroffenen als Form der Vereinfachung und Komplexitätsreduktion des Lebens verstanden, welche mit einer gefühlten

Sicherheit und Stressreduktion in Verbindung gebracht wird.

## Die Ebene der Zeitnormen

Weiterhin zeigt sich, dass Zeitnormen zum Gegenstand von Kritik werden. Hierzu thematisiert Esther Folgendes:

„Und (3) ja, dass alles so schnelllebig ist und. Ich meine früher hat man einen Brief geschickt, heute schreibt man eine E-mail, ja? Ähm, ja diese ständige Verfügbarkeit, diese ständigen Reize so, das ständig alles auf einen einprasselt und dass man auch ständig alles sofort gelöst haben muss und ja, eben dieses viele, für die Kinder dieses viele Programm. Damit fängt es ja irgendwie schon an. Und (3) ich habe vorher auch viele Dinge gleichzeitig gemacht irgendwie, ja? Das, das Radio laufen gehabt und die Kinder liefen hier rum und haben gespielt oder was und ich habe nebenbei noch telefoniert oder. Das versuche ich jetzt irgendwie runter zu schrauben und nee ich mach auch nur eins und ich mach auch den PC nicht mehr so viel an.“ (Esther, Zeile 1318–1327)

Für Esther sind gesellschaftliche Veränderungen, speziell die gefühlte Beschleunigung der Zeit, ursächlich für die Erkrankung an Burnout. Dies verdeutlicht sie am Beispiel der E-Mail, die – im Vergleich zu einem Brief – das Geschriebe-

ne unmittelbar an den Adressaten übermittelt, und des daraus resultierenden Gefühls der ständigen Verfügbarkeit für andere. Weiterhin würde, laut Esther, der/die Einzelne mit Reizen überhäuft; selbst Kinder seien ihrer Meinung nach von der Schnelllebigkeit der Welt betroffen und würden damit schon in jungen Jahren überfordert. Anders als Sabine und Uwe distanziert sie ihre eigene Erfahrungswelt als Betroffene nicht von ihren Definitionsversuchen, sondern führt ein Beispiel aus ihrer eigenen Biografie an. Mit der Aussage, dass sie den PC nicht mehr so häufig einschalten würde, hebt Esther hervor, dass sie sich nicht mehr so sehr der Vielfalt und ständigen Verfügbarkeit der Medien aussetzen möchte. Sie knüpft hier an eine, auch im öffentlichen Diskurs prävalente, Alltagskritik an den modernen Technologien und Medien an. Hinter der Kritik steht die Deutung, dass ein zu großer Konsum der Medien das Individuum überfordern würde, beispielsweise durch die ständige Erreichbarkeit über das Mobiltelefon. Dahinter verbirgt sich eine Normalitätsunterstellung, die vorgibt, welches Ausmaß an Konsum gesund und welches ungesund für das Individuum sei. Esther erkennt erste Anzeichen der Überforderung schon bei ihren Kindern:

„Ja, das ist jetzt wie mit dem Kleinen. Der beschäftigt sich jetzt schon den ganzen Vormittag nur mit so elektrischen Gedöns wo ich dann sage ok,

das ist eine Ausnahme, weil wir hier quatschen, dann ist er wenigstens ruhig, ja, aber ähm, das ist jetzt auch sowas. Ich habe schon vorher immer gesagt: „Nee, ihr könnt nicht so viel Fernsehen gucken“ und habe versucht das bei denen zu beschränken, aber jetzt denke ich, hat das nochmal einen handfesten Grund, dass ich das denen beschränke, ja, oder klar, es sind auch mal viele Situationen mit dabei wo ich sage das sind Ausnahmesituationen und ich will meine Ruhe haben ok, geht jetzt meinewegen tatsächlich an den PC oder Spiel mit dem Handy oder so [atmet ein] aber ich sag mal wenn ich wieder fit bin, dann hört das bei denen auch wieder auf, ja? Weil ich glaube, dass das denen gar nicht gut tut diese vielen elektrischen Dingen da rummachen.“ (Esther, Zeile 1346–1357)

Esther äußert den Medien gegenüber eine konservative Haltung. Bevor sie erkrankte, versuchte sie die Mediennutzung ihrer Kinder zu beschränken; erst durch ihre Erkrankung habe sie jetzt ein glaubhaftes Argument dafür. Hier verdeutlicht sich die Vorstellung, dass Esthers Überforderung und Erkrankung auch eine Reaktion auf eine Überlastung durch technische Geräte und Medienkonsum darstellen. Fernseher, Computer und Mobiltelefone werden als Gegenstände gedeutet, die den Menschen ablenken und schädigen. Sie setzen den

Menschen unter Stress, da sie die Kommunikationsmöglichkeiten und -wege beschleunigen. Esther setzt um, was sie in ihrer Therapie gelernt hat und was auch in den Informationsveranstaltungen empfohlen wurde, um Stress zu reduzieren: Sie versucht, den Umgang mit Medien zu reduzieren, plant medienfreie Zeiten ein und ist bestrebt, auch ihren Kindern einen bewussten Umgang mit den Medien vorzuleben.

Die Phase der Therapie nach seinem Zusammenbruch beschreibt Karl als eine Zeit der Entschleunigung, in der er gezwungen wird, sich mit sich selbst auseinanderzusetzen und herauszufinden, was er eigentlich möchte:

„Und das dauert halt seine Zeit und ganz ganz langsames reparieren. Ganz langsam. Sie können da nicht mit dem Hammer und Meißel rangehen dieses verkrustete, sondern Sie müssen da ganz groß mit so einem großen Pinselchen dran arbeiten. Das ist die Erfahrung die ich gemacht habe.“ (Karl, Zeile 521–524)

Wie Esther äußert auch Karl einen Wunsch nach Entschleunigung. Burnout wird von Karl als ein Ausbruch aus einer schnelllebigen Welt konstruiert und als Möglichkeit, ein entschleunigtes Leben zu führen. Seine Maßnahmen zur Entschleunigung beinhalten das Ausscheiden aus dem Beruf und seine Verrentung.

Auch in den öffentlichen Informationsveranstaltungen werden eine Reizüberflutung durch die Vielzahl an Medien sowie die Beschleunigung als Auslöser für Stress und Burnout gedeutet. Als Beispiel dafür nennt die Sozialpädagogin die ständige Erreichbarkeit mit dem Mobiltelefon, welche Stress auslöse. Sie betont, dass sich die Menschen wieder auf sich selbst besinnen sollten. Man sollte ihrer Meinung nach lernen, auch mal nichts zu tun. Hierfür sei es wichtig, sich nicht von Medien ablenken zu lassen, sondern sich medienfreie Zeiten einzuplanen. Währenddessen könne man beispielsweise über den eigentlichen Sinn des Lebens nachdenken. In seiner Freizeit solle man Hobbies ausüben und Entspannungstechniken, wie zum Beispiel Yoga, erlernen, um den Alltag zu entschleunigen.

In den Interviews und den Informationsveranstaltungen wird eine Kritik an Zeitnormen deutlich, die Hartmut Rosa in seiner Theorie der Beschleunigung beschreibt (vgl. Rosa 2008). Rosa erkennt Zeit als ein soziales Konstrukt, welches im sozialen Leben stets präsent ist. Er stellt dar, dass kapitalistische Strukturen, welche in der Zeitstruktur eingebettet sind, Auswirkungen auf das soziale und materielle Leben der Gesellschaft haben (vgl. ebd.: 221ff.). Er geht davon aus, dass moderne Gesellschaften durch zeitliche Normen, wie Fristen und Ablaufpläne, synchronisiert werden. Eine De-Synchronisation tritt dann auf, wenn zwei

Prozesse sich nicht in gleicher Weise beschleunigen lassen (zum Beispiel gewisse Funktionen im menschlichen Körper). Jedoch gibt es auch Prozesse, die sich noch nicht beschleunigt haben oder Tendenzen einer Entschleunigung aufzeigen (zum Beispiel die Ausbildung) (vgl. ebd.: 223). Das Individuum, welches die zeitlichen Normen nicht erfüllen kann, macht sich schuldig, den sozialen Erwartungen nicht zu entsprechen. Aus diesem Grund deutet Rosa Depression und Burnout als Reaktionen der Betroffenen auf eine zeitliche Überlastung und einen erhöhten Stresslevel, welcher durch eine tendenzielle De-Synchronisation zwischen Individuum und sozialer Umgebung ausgelöst wird (vgl. ebd.: 236ff.). Rosa geht davon aus, dass die Beschleunigungsprozesse die Beziehung der Menschen zur Welt erschweren. Dies zeige sich in den unterschiedlichen Formen der Entfremdung als Resultat dieser Beschleunigungsprozesse. So würden sich die Menschen vom Raum, von der Dingwelt, von ihren eigenen Handlungen und der Zeit entfremden. Gleichzeitig setzten eine soziale Entfremdung und eine Entfremdung vom eigenen Selbst ein (vgl. ebd.: 235f.).

Rosa deutet zeitliche Normen als eine der dominierenden Normen in modernen Gesellschaften. Sie unterscheiden sich grundlegend von anderen, zum Beispiel politischen oder moralischen Normen, da sie zwar sozial konstruiert seien, jedoch nicht als gerechtfertigte Normen, sondern als naturgegebene Tatsachen

aufzutreten und scheinbar ohne Sachzwänge von außen existieren. Da sie jedoch außerhalb einer politischen Debatte stehen, habe die Gesellschaft weiterhin die Möglichkeit, sich als frei und nur minimal restriktiv wahrzunehmen. Rosa schreibt den Zeitnormen einen totalitären Charakter zu, da sie Druck auf den Willen und die Handlungen von Subjekten ausüben, auf alle Subjekte in gleicher Weise einwirken und sich nicht auf einen Teilbereich der Gesellschaft beschränken (vgl. ebd.: 232ff.). Durch diesen scheinbar naturgemäßen Zustand sei es fast unmöglich, zeitliche Normen zum Objekt der Kritik und Rechtfertigung werden zu lassen (vgl. ebd.: 221f.).

Burnout stellt sich in den Interviews und Beobachtungsprotokollen jedoch als eben jener Ausweg für Kritik dar. Über Burnout scheint es möglich zu werden, diese zeitlichen Normen zu enttarnen und zum Objekt der Kritik werden zu lassen. Dies könnte erklären, warum gerade im Zusammenhang mit dem Phänomen Burnout eine massive Kritik an den Zeitnormen, welche sich auch in einer Medienkritik verdeutlicht, nicht nur in den Interviews, sondern auch im öffentlichen Diskurs zu erkennen ist.

## **Burnout und Kritik am sozialen Wandel**

Es zeigt sich daher, dass über die Thematisierung von Burnout eine Akteurskritik an neoliberalen Arbeitsmarktstrukturen, an der Auflösung handlungsleitender

Strukturen wie auch an Zeitnormen geübt wird. Hierbei werden zentrale Merkmale des gesellschaftlichen Wandels zum Objekt der Kritik. Diese formulierte Akteurskritik geht mit der Vorstellung einher, der aktuelle gesellschaftliche Zustand sei im Vergleich zur Vergangenheit schlechter zu bewerten. Die Kritik richtet sich gezielt an die Veränderung des traditionellen Familienmodells und der Geschlechterrollen, welche nun nicht mehr als handlungsleitende Strukturen herangezogen werden können, die Medien und veränderte Kommunikationswege, welche die Beschleunigung der Zeit repräsentieren, sowie an aktuelle Arbeitsverhältnisse. Es wird die Verdichtung der Arbeit und die Unsicherheit bezüglich einer nicht mehr planbaren Berufsbiografie als Anschlussmöglichkeiten für Kritik konstruiert. Über die Differenzierung zwischen „dem Führungspersonal“ und „dem/der Mitarbeiter\_in“, wird der/die Arbeitnehmer\_in als Leidtragende/r des Arbeitsmarktes und der schlechten Arbeitswelt konstruiert, welche/r dem Führungspersonal scheinbar hilflos ausgeliefert ist. Dies lässt die Deutung zu, dass Erschöpfung als soziales Konstrukt eine Arbeits- und Leistungsorientierung beinhaltet, welche als krankmachend verstanden wird. Wer an Burnout erkrankt, äußere demnach ein Leiden an gesellschaftlichen Strukturen, die einem Wandel unterworfen sind.

Burnout wird als Moment der Kritik an den überfordernden und krankma-



chenden Strukturen herangezogen und auf eine Zeit verwiesen, in der es weniger Technik, scheinbar weniger Arbeitsdruck und festere soziale Strukturen gab. Idiosynkratisch an dieser Erkrankung ist jedoch nicht nur die Formulierung einer Kritik, sondern, dass über die Thematisierung von Burnout Kritik beispielsweise an Zeitnormen erst möglich wird. Burnout wird als ein scheinbarer Beleg für die Berechtigung von Kritik herangezogen. Über Burnout wird es erst möglich, diese krankmachenden Strukturen (beispielsweise Zeitstrukturen) zu enttarnen und zum Objekt für Kritik werden zu lassen. Somit ist Burnout nicht nur als ein gesellschaftliches Leiden sondern speziell auch als eine Form der Kritik an krankmachenden Strukturen zu verstehen.

## ZUR AUTORIN:

**Katrin Nötling**, 24, studiert Soziologie (Diplom) an der Technischen Universität Darmstadt. Zu ihren wissenschaftlichen Interessengebieten zählen: Biografieforschung, sozialer Wandel, Ökonomie und Lebensführung, Stadtsoziologie, Gender Studies.

## LITERATUR

- Bauman, Zygmunt** (2008): *Flüchtige Zeiten. Leben in der Ungewissheit*. Hamburg: Hamburger Edition.
- Berger, Peter L./Luckmann, Thomas** (2009): *Die gesellschaftliche Konstruktion der Wirklichkeit. Eine Theorie der Wissenssoziologie*. Frankfurt am Main: Fischer.
- Blumer, Herbert** (1973): *Der methodologische Standort des Symbolischen Interaktionismus*. In: Arbeitsgruppe

Bielefelder Soziologen (Hrsg.): *Alltagswissen, Interaktion und gesellschaftliche Wirklichkeit*. Bd. 1: *Symbolischer Interaktionismus und Ethnomethodologie*. Reinbek: Rowohlt, S. 80–146.

**Bröckling, Ulrich** (2013): *Der Mensch als Akku, die Welt als Hamsterrad. Konturen einer Zeitkrankheit*. In: Neckel, Sighard/Wagner, Greta (Hrsg.): *Leistung und Erschöpfung. Burnout in der Wettbewerbsgesellschaft*. Berlin: Suhrkamp, S. 179–199.

**Burisch, Matthias** (2010): *Das Burnout-Syndrom*. Berlin: Springer.

**Ehrenberg, Alain** (2008): *Das erschöpfte Selbst. Depression und Gesellschaft in der Gegenwart*. Frankfurt am Main: Suhrkamp.

**Franke, Klaus** (1955): *Die sogenannte Managerkrankheit. Ihre Ursachen, ihre Behandlung, ihre Verhütung*. Stuttgart: Friedrich-Karl Schattauer.

**Freudenberger, Herbert J.** (1974): *Staff Burnout-Out*. In: *Journal of Social Issues*, Jg. 30/1, S. 159–165.

**Geertz, Clifford** (1991): *Dichte Beschreibung. Beiträge zum Verstehen kultureller Systeme*. Frankfurt am Main: Suhrkamp.

**Glaser, Barney G./Strauss, Anselm L.** (2010): *Grounded Theory. Strategien qualitativer Forschung*. Bern: Hans Hufer.

**Graefe, Stefanie** (2011): *Formierte Gefühle – erschöpfte Subjekte*. In: Koppetsch, Cornelia (Hrsg.): *Nachrichten aus den Innenwelten des Kapitalismus. Zur Transformation moderner Subjektivität*. Wiesbaden: VS, S. 139–143.

**Graefe, Stefanie** (2010): *An den Grenzen der Verwertbarkeit. Erschöpfung im flexiblen Kapitalismus*. In: Becker, Karina/Gertenbach, Lars/Laux, Henning/Reitz, Tilman (Hrsg.): *Grenzverschiebungen des Kapitalismus. Umkämpfte Räume und Orte des Widerstands*. Frankfurt am Main: Campus, S. 229–252.

**Hallsten, Lennart** (1993): *Burning out: A framework*. In: Schaufeli, Wilmar B./Maslach, Christina/Marek, Tadeusz (Hrsg.): *Professional Burnout: Recent developments in theory and research*. Bristol: Taylor & Francis, S. 95–113.

**Haubl, Rolf** (2007): *Krankheiten, die Karriere machen: Zur Medizinalisierung und Medikalisierung sozialer Probleme*. In: Wärrlich, Christian/Reinke, Ellen (Hrsg.): *Auf der Suche. Psychoanalytische Betrachtungen zum AD(H)S*. Gießen: Psychosozial-Verlag, S. 159–186.

- Haubl, Rolf** (2013): Burnout – Diskurs und Metaphorik. In: Sighard Neckel; Greta Wagner (Hrsg.): Leistung und Erschöpfung. Burnout in der Wettbewerbsgesellschaft. Berlin: Suhrkamp, S. 165–178.
- Heinemann, Linda von/Heinemann, Torsten** (2013): Die Etablierung einer Krankheit? Wie Burnout in den modernen Lebenswissenschaften untersucht wird. In: Neckel, Sighard/Wagner, Greta (Hrsg.): Leistung und Erschöpfung. Burnout in der Wettbewerbsgesellschaft. Berlin: Suhrkamp, S. 129–147.
- Kury, Patrick** (2013): Von der Neurasthenie zum Burnout – eine kurze Geschichte von Belastung und Anpassung. In: Neckel, Sighard/Wagner, Greta (Hrsg.): Leistung und Erschöpfung. Burnout in der Wettbewerbsgesellschaft. Berlin: Suhrkamp, S. 107–128.
- Legewie, Heiner; Schervier-Legewie, Barbara** (2011): „Forschung ist harte Arbeit, es ist immer ein Stück Leiden damit verbunden. Deshalb muss es auf der anderen Seite Spaß machen“. Anselm Strauss im Gespräch mit Heiner Legewie und Barbara Schervier-Legewie. In: Mey, Günter/Mruck, Katja (Hrsg.): Grounded Theory Reader. Wiesbaden: VS, S. 69–78.
- Maslach, Christina** (1976): Burned-out. In: Human Behavior, Jg. 9, S. 16–22.
- Maslach, Christina** (1993): Burnout: A multidimensional perspective. In: Schaufeli, Wilmar B./Maslach, Christina/Marek, Tadeusz (Hrsg.): Professional Burnout: Recent developments in theory and research. Bristol: Taylor & Francis, S. 19–32.
- Maslach, Christina/Leiter, Michael P.** (2001): Die Wahrheit über Burnout. Stress am Arbeitsplatz und was Sie dagegen tun können. Wien: Springer.
- Mey, Günter/Mruck, Katja** (2011): Grounded Theory-Methodologie: Entwicklung, Stand, Perspektiven. In: Mey, Günter/ Mruck, Katja (Hrsg.): Grounded Theory Reader. Wiesbaden: VS, S. 11–50.
- Moldasch, Manfred/Voß, G. Günter** (2003): Subjektivierung von Arbeit. Mering: Rainer Hampp.
- Neckel, Sighard; Wagner, Greta** (2013): Erschöpfung als „schöpferische Zerstörung“. Burnout und gesellschaftlicher Wandel. In: Neckel, Sighard/Wagner, Greta (Hrsg.): Leistung und Erschöpfung. Burnout in der Wettbewerbsgesellschaft. Berlin: Suhrkamp, S. 203–217.
- Przyborski, Aglaja/Wohlrab-Sahr, Monika** (2009): Qualitative Sozialforschung. Ein Arbeitsbuch. München: Oldenbourg.
- Riemann, Gerhard** (1984): „Na wenigstens bereitete sich da wieder was in meiner Krankheit vor“. In: Kohli, Martin/Robert, Günther (Hrsg.): Biographie und soziale Wirklichkeit. Neue Beiträge und Forschungsperspektiven. Stuttgart: J.B. Metzler, S. 118–141.
- Rösing, Ina** (2008): Ist die Burnout-Forschung ausgebrannt? Analyse und Kritik der internationalen Burnout-Forschung. Heidelberg: Asanger.
- Rosa, Hartmut** (2011): Entfremdung in der Spätmoderne. Umriss einer Kritischen Theorie der sozialen Beschleunigung. In: Koppetsch, Cornelia (Hrsg.): Nachrichten aus den Innenwelten des Kapitalismus. Zur Transformation moderner Subjekte. Wiesbaden: VS, S. 221–252.
- Schaufeli, Wilmar/Enzmann, Dirk** (1998): The Burnout Companion to Study and Practice. A critical Analysis. London: Taylor&Francis.
- Schütze, Fritz** (1983): Biographieforschung und narratives Interview. Neue Praxis, Jg. 13/3, S. 283–293.
- Schütze, Fritz** (1984): Kognitive Figuren des Stehgreiferzählens. In: Kohli, Martin/Robert, Günther (Hrsg.): Biographie und soziale Wirklichkeit. Neue Beiträge und Forschungsperspektiven. Stuttgart: J.B. Metzler, S. 78–117.
- Thunman, Elin** (2013): Burnout als sozialpathologisches Phänomen der Selbstverwirklichung. In: Neckel, Sighard/Wagner, Greta (Hrsg.): Leistung und Erschöpfung. Burnout in der Wettbewerbsgesellschaft. Berlin: Suhrkamp, S. 58–85.
- Voß, G. Günther/Pongratz, Hans J.** (1998): Der Arbeitskraftunternehmer. Eine neue Grundform der Ware Arbeitskraft? Kölner Zeitschrift für Soziologie und Sozialpsychologie, Jg. 50/1, S. 131–158.
- Voß, G. Günter/Weiß, Cornelia** (2005): Subjektivierung von Arbeit – Subjektivierung von Arbeitskraft. In: Kurz-Scherf, Ingrid/Correll, Lena/Janczyk, Stefanie (Hrsg.): In Arbeit: Zukunft. Die Zukunft der Arbeit und der Arbeitsforschung liegt im Wandel. Münster: Westfälisches Dampfboot.
- Voß, G. Günther/Weiß, Cornelia** (2013): Burnout und Depression – Leiterkrankungen des subjektiven Kapitalismus oder: Woran leidet der Arbeitskraftunternehmer? In: Neckel, Sighard/Wagner, Greta (Hrsg.): Leistung und Erschöpfung. Burnout in der Wettbewerbsgesellschaft. Berlin: Suhrkamp, S. 29–57.