

„Du bist deines eigenen Glückes Schmied“

Die Anrufung zum Glücklichen in der Gegenwartsgesellschaft

Eine soziologische Analyse

Sally Mich, Matrikelnr. 01617797

Innsbruck, Februar 2024

Masterarbeit

eingereicht an der Universität Innsbruck, Fakultät für Soziale und Politische Wissenschaften
zur Erlangung des akademischen Grades

Master of Arts (MA)

UC 066 905 Masterstudium Soziologie: Soziale und Politische Theorie

Betreuer:

Assoz. Prof. Dr. Frank Welz

Institut für Soziologie

Fakultät für Soziale und Politische Wissenschaften

Danksagung

An dieser Stelle würde ich mich gerne für die viele Unterstützung bedanken, die ich im Prozess der Erstellung der Masterarbeit erhalten habe.

Ich bedanke mich besonders beim Herrn assoz. Prof. Dr. Frank Welz, der mich im Schreibprozess ermutigt hat, mit mir wertvolle Ideen besprochen und mit mir gemeinsam über die Thematik diskutiert hat. Dadurch entstanden viele neue Gedankengänge, die diese Arbeit bereichert haben. Ich bedanke mich auch bei meinem Kommilitonen Paul fürs Korrekturlesen.

Ein besonderer Dank gilt auch den beiden Interviewten, die bereit waren, ein Interview mit mir durchzuführen und mir persönliche Informationen zugänglich machten, ohne die ich die Forschungsfrage nicht in der Empirie hätte überprüfen können. Ihre Beiträge wurden zu wesentlichen und wertvollen Bausteinen für die ich sehr dankbar bin.

Großer Dank geht auch an meine Eltern, meine Schwester und Freunde und Freundinnen, die mich motiviert und unterstützt haben.

Abstract

Die vorliegende Masterarbeit untersucht den Glücksboom in der neoliberalen Gesellschaft. Es wird davon ausgegangen, dass sich durch die Herausbildung einer neoliberalen Gesellschaft ein Subjekt herauskristallisierte, welches sich selbst als eigenen Unternehmer sieht und dies auf alle Bereiche des persönlichen Lebens überträgt.

„Alle, vom Kleinkind bis zum Rentner, vom Kindergarten über die Hochschule bis zum Wasserwerk, sollen sich unternehmerisch verhalten, sollen im Wettbewerb die Erstplatzierten und Exzellenten [sein], niemand und nichts darf einfach nur gut sein.“ (Demirović 2008: 17)

Dieses neoliberale Subjekt sei auch auf das moderne Glückskonzept übertragbar. Die Idee „Du bist deines eigenen Glückes Schmied“ durchzieht dabei die Glücksvorstellung der Teilnehmer und Teilnehmerinnen der Gesellschaft. Sei dein eigener Unternehmer und deine eigene Unternehmerin, verbessere dich ständig selbst und entscheide dich glücklich zu sein. Glück und Glücklichsein habe nun etwas mit einer Geisteshaltung zu tun, einer Vorstellung, eines Know-how, welches erlernbar sei.

Zu Beginn wird die Beschreibung Foucaults der geschichtlichen Verschiebung hin zu einer neoliberalen Gesellschaft vorgestellt. Dann werden einige Glückstheorien der neoliberalen Gesellschaft dargestellt und erläutert.

In einem nächsten Schritt werden nun diese Theorie und die Glücksvorstellung empirisch untersucht. Dabei wurden die Glücksvorstellung einer jungen Studentin und die Glücksvorstellung einer älteren Dame abgefragt und miteinander verglichen. Hierbei sollen deren Glücksvorstellung aufgezeigt werden, um zu sehen, inwiefern sie sich unterscheiden und ob der theoretische Rahmen empirisch gestützt werden kann.

Es soll aufgezeigt werden wie stark die Gesellschaft unsere Vorstellungen prägt, wie wir Kinder unserer Zeit sind und wie sehr unsere Vorstellung „Sei deines eigenen Glückes Schmied“ mit dem neoliberalen Konzept verknüpft ist.

Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung
2. Bedeutungswandel des Glücks: Vom Wohlfahrtsstaat zum Neoliberalismus
3. Theoretischer Rahmen
 - 3.1. Die geschichtliche Verschiebung hin zu einer neoliberalen Gesellschaft nach Michel Foucault
 - 3.2. Das Glücksdiktat und wie es unser Leben beherrscht - Eva Illouz und Edgar Cabanas
 - 3.3. Sein Glück machen – Arbeit am Glück als neoliberale Regierungstechnologie - Stefanie Duttweiler
 - 3.4. Das Wellness-Syndrom. Die Glücksdoktrin und der perfekte Mensch - Carl Cederström und André Spicer
 - 3.5. Glück in der Schulbildung
 - 3.6. Fear of Missing out
4. Empirisches Forschungsdesign
 - 4.1. Methode der Datengewinnung: das narrative Interview
 - 4.2. Auswahl der Interviewpartner/ Interviewpartnerinnen und Prozess der Datenerhebung
 - 4.3. Auswertungsmethode
 - 4.3.1. Methodik der qualitativen Inhaltsanalyse nach Mayring
 - 4.3.2. Durchführung der qualitativen Inhaltsanalyse
 - 4.4. Ergebnisse
 - 4.5. Analyse der Ergebnisse
5. Fazit
6. Literaturverzeichnis
7. Anhang

- 7.1. Interviewleitfaden
- 7.2. Transkript Interview 1
- 7.3. Transkript Interview 2
- 7.4. Kodierleitfaden
- 7.5. Eidesstattliche Erklärung

1. Einleitung

Glücklichsein gilt als moderner denn je. „Sei deines eigenen Glückes Schmied, erfülle dich selbst!“, so lauten die Anforderungen der neoliberalen Gesellschaft. Jedes Individuum sei selbst für sein Glück verantwortlich und es werde zur täglichen Aufgabe eines Jeden und einer Jeden, für das eigene Glück zu sorgen. Dies ist natürlich eine riesige Chance, das steht ganz außer Frage. Es gibt nun eine große Anzahl an Möglichkeiten und jede Person kann ihren Weg wählen. Der und die Einzelne hat die freie Wahl, wie er und sie glücklich werden kann und dem eigenen Ich wird hierbei auch die ganze Verantwortung in die Wiege gelegt. Doch ist dieses Glück wirklich losgekoppelt vom gesellschaftlichen System und fern von Strukturen und Leitbildern?

Bei einer näheren Betrachtung der Thematik „Glück“ ergeben sich sehr viele Fragen und es wird immer mehr zu einem leeren Signifikanten, der nie wirklich erreicht werden kann und eine permanente Hingabe erfordert. In dieser Masterarbeit soll dieser Glückshype, diese permanente Suche nach einem glücklichen Leben, näher betrachtet und im Hinblick auf gesellschaftliche Leitbilder untersucht werden.

Wie Hoyer es in seinem Artikel beschreibt, ist Glück zu einem Modethema unserer Zeit geworden und schlägt sich in verschiedensten Wissensbereichen nieder. Glücksexperten und Glücksexpertinnen sind auch keine Seltenheit mehr, wobei das Glücklichsein erlernbar sowie trainierbar sei: Jeder könne sich mit Anstrengung selbst glücklich machen (vgl. Hoyer 2014: 9).

„Wer mit solchen heiteren Botschaften auftrumpft, reitet nicht nur auf der Glückswelle, sondern obendrein auf der neoliberalistischen Welle.“ (Hoyer 2014: 9)

Dadurch, dass sich die Idee des Arbeiters und der Arbeiterin hin zu einem Unternehmer und einer Unternehmerin verschiebt, und zwar hin zu einem Unternehmer seiner Selbst und Unternehmerin seiner Selbst, entsteht eine Veränderung in den Köpfen der Menschen. Das neoliberale Individuum solle innovative sowie kalkulative Fähigkeiten haben und risikobereit sein. Das Subjekt gelangt hierbei in einen appellativen Modus, in dem das Subjekt ein Unternehmer seiner Selbst werden soll und sich im Markt immer mit anderen Unternehmen behauptet (vgl. Gertenbach 2008: 106-109).

Der Unternehmer seiner Selbst und die Unternehmerin ihrer Selbst seien daher natürlich auch für das eigene Glück verantwortlich. Die ganzen Möglichkeiten und die große Freiheit, die in der neoliberalen Wirtschaft herrschen, sind auch in der neoliberalen Gesellschaft als Privileg und Geschenk angepriesen. Nur du selbst kannst dein eigenes Unternehmen ausbauen und erweitern. Dein Mindset ist entscheidend und die Art wie du selbst denkst, präge dein Handeln maßgeblich. Das Individuum kommt immer mehr in den Vordergrund und alle Angelegenheiten werden der eigenen Person zugeschrieben.

Wie sich die Glücksvorstellung in den Jahren gewandelt hat und wie sie sich entwickelt hat, soll in den nächsten Kapiteln näher untersucht werden. Dadurch soll die Entwicklung des Glückskonzeptes aufgezeigt werden und ihre Wandlung hin zu einer persönlichen Entscheidung beleuchtet werden. Hierbei soll auch hinterfragt werden, ob und wie das Glückskonzept von einem wirtschaftlichen System beeinflusst wird und inwiefern diese die Vorstellung vom Glücklichsein prägen und mitbeeinflussen.

Den Wohlfahrtsstaat durchzogen Werte wie Sicherheit und ein geregeltes Umfeld. In der neoliberalen Gesellschaft hingegen wurde Freiheit des Marktes aber auch ein freies Individuum zu Leitwerten. Begleiterscheinung war die Idee, jeder und jede könne sein Leben und somit auch das eigene Glück in die Hand nehmen. Diese Vorstellung nahm ihren Lauf und bildete sich immer mehr und stärker aus. Glück und Glücklichsein wurden zu einem Modethema, dem immer mehr Suchverläufe gewidmet wurden. Es geht nicht mehr um Schwierigkeiten und Problematiken, die einer Person in ihrem Leben begegnen, sondern darum wie diese betrachtet und gehandhabt werden.

Menschen denken oft, sie seien mit ihren Schwierigkeiten alleine und sie entspringen nur individuellen Tatsachen oder Ereignissen. Ein persönliches Anliegen in dieser Arbeit ist es auch aufzuzeigen, wie gesellschaftlich geprägt unsere Gedanken, Vorstellungen und Überzeugungen sein können und sind. Auch wenn wir überzeugt von einer Gesellschaft der Individuen sind, sind wir doch Individuen dieser selben Gesellschaft.

Diese Masterarbeit stellt folgende Forschungsfragen: Inwiefern ist diese Form von Glücksstreben ein Kind seiner Zeit? Erkennen wir hierbei einen Unterschied in den Altersgruppen der Gesellschaft? Inwiefern ist die Glücksvorstellung ein Produkt der neoliberalen Gesellschaft oder mit dieser Ideologie verbunden? Wie gleicht dieser Glückshype dem Konzept des neoliberalen Unternehmers seiner Selbst und Unternehmerin ihrer Selbst?

Diese Fragen sollen vorwiegend theoretisch, aber schließlich auch in einer kleinen Forschung untersucht und anschließend beantwortet werden.

Zu Beginn dieser Masterarbeit wird eine kleine Geschichte der Bedeutung des Glücks angebracht, in der aufgezeigt werden soll, welchen Wandel das Glück in der Geschichte durchlaufen hat und welche Werte und Leitlinien sich dabei in der modernen Gesellschaft verschoben haben.

In dieser Arbeit wird dann in einem nächsten Schritt auf das Konzept der neoliberalen Gesellschaft von Michel Foucault eingegangen. Hierbei skizziert er historisch den Wandel hin zu einer neoliberalen Gesellschaft und zeigt hierbei entscheidende geschichtliche Veränderungen auf. Da meine Masterarbeit auch wesentlich auf seinen Ideen aufbaut, ist dieses Kapitel der Darstellung seiner Ideen ein wertvoller und zugleich wesentlicher Teil.

In einem weiteren Punkt wird der *state of the art* dargestellt und diese verschiedenen und doch sehr ähnlichen Theorien zum Glück in der neoliberalen Gesellschaft beschrieben. Hierbei werden sowohl die Thesen von Eva Illouz und Edgar Cabanas zum Glücksdiktat, als auch die empirische Forschung von Stefanie Duttweiler skizziert. Als dritte theoretische Befassung mit der Thematik wird noch das Wellness-Syndrom mit der Glücksdoktrin von Carl Cederström und André Spicer erwähnt und interessante Thesen aufgezeigt.

Hierbei wird dann auch der Aspekt „Glück in der Schulbildung“ als Thematik angeschnitten, da es interessant ist wie das Schulfach „Glück“ vermarktet und angepriesen wird. Ein kleiner Exkurs zum Thema „Fear of Missing out“ (FOMO) wurde auch noch angebracht, da dieses Phänomen als eine Begleiterscheinung für die neoliberale Gesellschaft gedacht werden kann. Diese neue Angstform soll nicht wertend behandelt werden, sondern einfach nur angesichts der Thematik einen kleinen Aspekt in dieser Masterarbeit füllen.

Daran schließt ein empirischer Teil an, in dem zwei Interviews, einmal mit einer älteren Dame und einmal mit einer jungen Studentin, durchgeführt wurden. Zu Beginn wird das Forschungsdesign mit der Interviewmethodik aber auch der Auswertungsmethodik beschrieben.

Die Empirie und die Theorie sollen am Ende der Arbeit nochmals miteinander verwoben werden, wobei dann in einem Fazit die Forschungsfragen beantwortet und die These bestätigt oder widerlegt werden soll.

2. Bedeutungswandel des Glücks: Vom Wohlfahrtsstaat zum Neoliberalismus

Ein Streben nach Glück und eine Suche nach dem Glück ist aktueller denn je. Duttweiler beschreibt es als eine „Verpflichtung, jederzeit und überall für sein Glück zu sorgen und sein Leben zu genießen.“ (Duttweiler 2007: 11)

Duttweiler offenbart, dass der wissenschaftliche Diskurs des Glücks in den 1980er Jahren begann und die wissenschaftliche Erforschung deutlich zunahm und sich in den verschiedensten Wissenschaften entwickelte, in der Psychologie, in der Neurowissenschaft, der Biochemie oder den Sozialwissenschaften. Am meisten über das Glück problematisiert, wurde jedoch in den Lebenshilferatgebern, die das Glück durch eine Anleitung oder Befolgung gewisser Anweisungen befördern sollte. Glücklichsein wird zu einem Lifestyle (vgl. ebd.: 11f.).

„Seit 1990 haben wir eine regelrechte Inflation des Glücks. Du [das Glück] machst Schlagzeilen, flimmerst durch TV. Jährlich erscheinen 700 neue Esoterikbücher, die dich versprechen.“ (Seiwert & Gay 2002: 13)

Die Suche selbst nach Glück ist an sich nichts Neues und zieht sich historisch durch die ganze Geschichte. Besonders mit der Aufklärung spielt das Glück im Diesseits eine immer wichtiger werdende Rolle. Pankoke schreibt hierzu:

„Im 18. Jahrhundert verschiebt sich die Glücksbestimmung von den äußeren Verhältnissen der Macht und des Geldes auf die inneren Beziehungen von Glaube und Liebe und folgt dabei der klassisch soziologischen Modernisierungsformel *>Vom Schicksal zur Wahl<*.“ (Pankoke 2001: 1249)

Glück werde von da an in der Allgemeinheit nicht mehr als Zufall verstanden und sei auch nicht mehr mit dem persönlichen Schicksal gleichzusetzen, welches nicht verändert werden kann. Durch eine Säkularisierung und eine beginnende Rationalisierung verlor die Vorbestimmtheit durch Gott an Bedeutung und die Zuständigkeit des und der Einzelnen begann zu wirken. Auch durch die neue Anzahl an Optionen und die Freiheit des Wählens wurde es immer offensichtlicher, dass das Glück am eigenen Selbst läge und selbst geschaffen werden könne. Des Weiteren finde das Glück nun Einzug in die Politik und gelte als Voraussetzung und Vorbedingung für den Staat. Somit wird es zu einem Baustein des Staates, wie Michel Foucault es beschreibt (vgl. Duttweiler 2007: 12f.).

Duttweiler führt nun auch Thesen von Immanuel Kant an, der im Glück die Lösung aber auch die Möglichkeit des eigenen Glückes fand. Die Natur selbst garantiere dabei die Möglichkeit eines Jeden und einer Jeden glücklich zu werden und zu sein, wobei sich die Frage nach dem

Glück vom Haben zum Sein begibt. Individuelle Lebensgestaltung und Handlungsoptionen füllen den neuen Raum. Die Begriffe „Glück“ und „Selbst“ koppeln sich aneinander (vgl. Duttweiler: 13). Glück kann hier nach Luhmann als eine „reflektierte Individualität“ beschrieben werden (Luhmann 1998: 805).

Im Folgenden soll auf den geschichtlichen Wandel der Glücksidee näher eingegangen werden, indem konkrete Vorstellungen verschiedener Denker angeführt werden, wobei dann die Idee des Glücks im Wohlfahrtsstaat und schließlich in der neoliberalen Gesellschaft beschrieben wird.

Schon im Begriff des Wohlfahrtsstaats wird suggeriert, dass das Glück der Menschen und das Wohl verpflichtet und begünstigt wird. Der Staat soll ein Garant geordneter Verhältnisse sein, wobei die Eigendynamik des Marktes dem und der Einzelnen nicht spürbar gemacht werden soll. Dessen unerwünschte Folgen sollen nicht auf den Akteur oder der einzelnen Akteurin lasten. Der Staat soll als Obersorge fungieren und somit Sicherheit und Wachstum regeln und daher garantieren. Kritiker und Kritikerinnen sagen, das größte Problem sei, dass er funktioniere und somit das Glück ersticke. Sein Erfolg werde dadurch zu seinem größten Vernichter, denn je besser der Wohlfahrtsstaat funktioniere, desto höher würden die Erwartungen steigen und somit der Glücksgehalt auch durch das Veralltäglichen verschwinden. Jede Handlung, um das Glück zu verbessern, zerdrücke es (vgl. Bellebaum & Braun 1998: 30-32).

Es gebe kein Dokument im Wohlfahrtsstaat, in dem eine Verpflichtung des Staates auf Glück des Bürgers und der Bürgerin festgelegt sei, doch das Wohl der Menschen sei im Sozialstaat besonders wichtig, sei es die Sicherheit aber auch die Gerechtigkeit und Lebensqualität der Teilnehmer und Teilnehmerinnen. Diese Vorstellungen weisen einen Bezug zu einem Glücksempfinden auf, indem sie wesentlich zum Glück der Gesamtheit und dem und der Einzelnen beitragen. Dieses Netz der Wohlfahrt und die soziale Sicherheit verschwinde aber immer mehr in der neoliberalen Gesellschaft, denn die Bürokratie des Wohlfahrtsstaates solle nur staatlich genormtes Glück vermitteln und dies sei nicht ausreichend und auf Dauer nicht das erstrebenswerteste (vgl. Bellebaum & Braun 1998.: 8f.).

Im Neoliberalismus gab es nun eine starke Verschiebung in der Glücksvorstellung, die sich gegen die Idee des Wohlfahrtsstaates und seinen idealen Vorstellungen der Gesellschaft und des Marktes wandte. Antriebskraft sei es nun selbst Glück zu empfinden sowie danach zu streben und die Selbstverwirklichung führe dort hin.

Duttweiler schreibt hierzu:

„Diese Konstellation des Glücks konzentriert die Einzelnen vor allem auf sich selbst und gestattet und bewirkt eine nahezu vollständige Befreiung von äußeren Einflüssen und determinierenden Bedingungen.“ (Duttweiler 2007: 14)

Der Weg zu diesem gehypten Glück wird von Glücksratgeber geschildert und somit ermöglicht. Glück und Glücklich Sein sei als Ziel im Leben angesehen und trage zu einer Intensivierung positiver Gefühle bei. Passend dazu nehme die Beratung als Lebensberatung immer mehr Raum in der Gesellschaft ein. Diese verfolge das Ziel, die Selbstbestimmtheit und Selbstverantwortung des Klienten und der Klientin zu fördern. Der Einzelne und die Einzelne werden für sich selbst und für das eigene Glück verantwortlich (vgl. Duttweiler 2014: 6).

In einem nächsten Schritt werde ich die Geschichte der Gouvernamentalität von Michel Foucault beleuchten, um dann im Folgenden auf ausgewählte Theorien des Glücks in der neoliberalen Gesellschaft einzugehen.

3. Theoretischer Rahmen

In diesem Teil der Masterarbeit wird der theoretische Rahmen und wissenschaftliche Studien und Publikationen zur Thematik Glück in der neoliberalen Gesellschaft unter die Lupe genommen. Zu Beginn wird die geschichtliche Verschiebung hin zu einer neoliberalen Gesellschaft nach Michel Foucault beschrieben. Hierbei sollen die Gegenwartsgesellschaft und ihre Anrufung zum Unternehmer und Unternehmerin des eigenen Selbst aufgezeigt werden.

Darauf wurden drei Publikationen von Soziologen und Soziologinnen aber auch Psychologen und Psychologinnen ausgewählt. In den letzten beiden Unterkapiteln dieses theoretischen Rahmens werden noch zwei Themenblöcke angeschnitten, die als interessante Beiträge erachtet wurden. Dies ist einmal das Glück in der Schulbildung und das Phänomen FOMO.

3.1. Die geschichtliche Verschiebung hin zu einer neoliberalen Gesellschaft nach Michel Foucault

Im geschichtlichen Zeitverlauf stellte sich immer wieder die Frage der Regierung. Besonders bezeichnende Fragen waren hierbei, wie sich regieren aber auch wie regiert werden solle und wie die anderen regieren sollen. Michel Foucault stellt eine Problematik des Regierens im Allgemeinen fest und zeigte nun diese auf (vgl. Foucault 2010: 91f.).

Schon mit Machiavellis „Il Principe“ aus dem 16. Jahrhundert wurde diskutiert, wie regiert werden solle, wie eine Regierung eines Fürsten aufrecht erhalten bleiben solle und wie des

Weiteren auch dessen Fürstentum erhalten aber auch gestärkt und geschützt werden könne. Hierbei spiele die Kunst des Regierens und die Kunst ein Fürst zu sein die entscheidende Rolle. Diese zu beherrschen sei essentiell und Machiavelli beschreibt diese Führungskunst in seinem Buch (vgl. Foucault 2010: 95f.).

In einem weiteren Gedankenschritt spricht Foucault nun darüber, dass das eigentliche Wesen einer Regierung die Kunst sei, die Macht in Form von einer Ökonomie auszuüben (vgl. ebd.: 100).

Nun heiße Regieren daher, über die Menschen in ihren Beziehungen aber auch die Menschen in ihren Sitten und Bräuchen zu regieren und auch in ihrem Denken die Verantwortung zu übernehmen. Hierbei nennt Foucault die Metapher eines Schiffes. Ein Schiff zu lenken heiße die Verantwortung zu übernehmen, sei es für das Schiff, die Ladung aber auch die Leute. Miteinbezogen in diese Verantwortung sind auch die Winde, Klippen und Unwetter. Diesen hergestellten Zusammenhang bezeichnet Foucault als Lenkung/gouvernement. Es bedeutet in diesem Kontext sowohl Acht zu geben auf Dinge, die eintreten könnten aber auch auf Dinge die man tun kann. Regieren bedeutet daher die Dinge zu regieren, die unterschiedlicher nicht sein können. In einem weiteren Schritt führt er dieser Definition noch eine Zweckmäßigkeit hinzu, die das Regieren von einer Souveränität abgrenzt (vgl. ebd.: 101f.).

„Meines Erahnens haben wir es mit einem wichtigen Bruch zu tun: Während der Zweck der Souveränität in ihr selbst liegt und sie aus sich selbst in der Form des Gesetzes ihre Instrumente zieht, liegt der Zweck der Regierung in den von ihr geleiteten Dingen.“ (ebd.: 104)

Es gehe daher besonders auch darum, über was regiert werden solle, denn die Dinge selbst würden die Regierung bestimmen.

Den Merkantilismus nennt Foucault in diesem Sinne als „(...) die erste Rationalisierung der Ausübung der Macht als Praktik des Regierens“ (ebd. 107). Diese ist bis zum Beginn des 18. Jahrhunderts nicht von der Stelle gekommen, da das Hauptziel die Macht des Souveräns blieb. (vgl. ebd. 108).

Im Laufe seiner historischen Schilderungen erwähnt Foucault einige interessante Tatsachen, nämlich die eigenen Regelmäßigkeiten einer jeden Bevölkerung, die eigene Effekte mit sich bringen würden (vgl. ebd.: 110).

„Das Interesse als Bewusstsein jedes einzelnen der Individuen, aus denen sich die Bevölkerung zusammensetzt, und das Interesse als Interesse der Bevölkerung unabhängig von den individuellen

Interessen und Bestrebungen derer, aus denen sie sich zusammensetzt, werden die Zielscheibe und das fundamentale Instrument der Regierung der Bevölkerungen sein.“ (Ebd.: 111)

Entscheidend wurde diese Thematik des Regierens als es darum ging, welche juristische und institutionelle Form und welche Rechtsgrundlage man für eine Souveränität des Staates wählen konnte (vgl. ebd.: 112).

Foucault beschreibt dies als ein Dreieck bestehend aus „Souveränität – Disziplin – gouvernementale Führung“, dessen Hauptzielscheibe die Bevölkerung ist und dessen wesentliche Mechanismen die Sicherheitsdispositive sind.“ (ebd.: 114)

Foucault versteht unter Gouvernamentalität

„die Gesamtheit, gebildet aus den Institutionen, den Verfahren, Analysen und Reflexionen, den Berechnungen und den Taktiken, die es gestatten, diese recht spezifische und doch komplexe Form der Macht auszuüben, die als Hauptzielscheibe die Bevölkerung, als Hauptwissensform die politische Ökonomie und als wesentliches technisches Instrument die Sicherheitsdispositive hat.“ (ebd.: 114f.)

Er versteht aber auch darunter die Kraftlinie, die den Machttypus Regierung zu seiner Stellung geführt hat und spezifische Regierungsapparate aber auch Wissensformen hervorgebracht hat. Die Gouvernentalisierung erfolgte Schritt für Schritt und wandelte sich immer weiter (vgl. ebd.: 115).

In der Mitte des 18. Jahrhunderts entwickelte sich eine neue Regierungskunst, die sich durch eine minimale Regierung auszeichnete, eine genügsame Regierung. Um den Liberalismus und seinen Ursprung zu erklären, beschreibt Foucault den Markt als einen Ort der Gerechtigkeit im Mittelalter, denn er war ein mit Reglementierungen belegter Platz. Es war auch ein Ort der Verteilungsgerechtigkeit, weil die Waren den Regeln des Marktes unterworfen waren und man sich arrangieren konnte. Der Schutz des Käufers und der Käuferin wurde sichergestellt und die Abwesenheit von Betrug gewährleistet. Der Markt war daher ein Ort der Rechtsprechung und das System stellte den Markt also wesentlich zu einem Ort der Gerechtigkeit sicher (vgl. ebd.: 118-123).

Genau dies wandelte sich in der Mitte des 18. Jahrhunderts, denn der Markt erschien von da an als etwas, das spontanen und natürlichen Mechanismen gehorchte und wenn man ihm freien Lauf lassen würde, würden sich die Preise ganz von selbst bilden. Dies kann als der wahre Preis bezeichnet werden, somit enthülle der Markt selbst die Wahrheit. Er entspreche einem Wahrheitsstandard und ermögliche somit die falschen von den richtigen Regierungspraktiken

zu unterscheiden. Er könne somit eine Regierungspraxis verifizieren oder falsifizieren. Der Markt wandelt sich daher von einer Lage der Rechtsprechung hin zu einem Platz des Wahrspruchs (vgl. ebd.: 123-126).

„Die politische Ökonomie war bis in ihre theoretische Formulierung hinein in dem Maß von Bedeutung – zwar nur in dem Maß, aber das ist beträchtlich –, wie sie angegeben hat, wo die Regierung das Prinzip der Wahrheit ihrer eigenen Regierungspraxis finden sollte.“ (ebd.: 125)

Foucault ist der Meinung, dass den Systemen der Veridiktion besonderes Augenmerk gegeben werden muss. Der Diskurs in dem Recht und Wahrheit in Beziehung stehen und indem formuliert, was wahr und falsch sein soll und kann, sei daher von besonderer Bedeutung (vgl. ebd.: 129).

Die politische Ökonomie, die Freiheit des Marktes war aber nicht vorstellbar ohne sich die Frage der Begrenzung des öffentlichen Marktes zu stellen. Es gab nicht ein Verschwinden des Rechtes, sondern eine Verschiebung des Schwerpunktes des öffentlichen Rechts (vgl. ebd.: 133f.).

Hier beschreibt Foucault nun die Entstehung eines radikalen und eines revolutionären Weges. Der radikale gründet sich auf die traditionellen Positionen des Rechts und der revolutionäre gründet sich auf die gouvernementale Vernunft. Hierbei kann man sich diese Wege aber nicht als vollständig getrennt vorstellen, sondern als heterogen. Durchgesetzt hat sich dabei der radikale Weg. (vgl. ebd.: 137-141).

„(...) deshalb wird am Ende dieses Problem der Nützlichkeit, der individuellen und kollektiven Nützlichkeit, der Nützlichkeit eines Einzelnen und aller, der Nützlichkeit der Individuen und der allgemeinen Nützlichkeit, das große Kriterium für die Ausarbeitung der Grenzen der öffentlichen Macht und für die Bildung eines öffentlichen Rechts und eines Verwaltungsrechts sein.“ (Ebd.: 141)

Die gouvernementale Vernunft richtet sich in ihrem Interesse zwischen individuellen und kollektiven Interessen und zwischen dem sozialen Nutzen aber auch dem ökonomischen Profit und letztens zwischen dem Gleichgewicht des Markts und der öffentlichen Gewalt (vgl. ebd.: 142).

Gegner des Neoliberalismus sei eine gesteuerte Wirtschaft oder Staatsinterventionen oder die Planung der Wirtschaft. Kurzum: es herrscht eine gewisse Staatsphobie. Das Beispiel, auf dem Foucault im Rahmen seiner Beschreibung näher eingeht, ist der deutsche Neoliberalismus. Hierbei beschreibt er eine Situation der Forderungen vom Wiederaufbau, Planung aber auch

Vergemeinschaftung. Es entstand hier die Idee, staatliche Interventionen auf eine allgemeine Weise zu begrenzen und dass die Legitimität des Staates auf eine wirtschaftliche Freiheit gegründet werden kann (vgl. ebd.: 150-156).

Es entsteht daher dieses interessante Phänomen, dass die Wirtschaft das öffentliche Recht schafft. Sie erzeugt Legitimität für den Staat. Alle Wirtschaftspartner stimmen diesem Konsens durch ihre Anteilnahme am Markt zu (vgl. ebd.: 160).

„Die Wirtschaft erzeugt Zeichen, politische Zeichen. Sie erzeugt politische Zeichen, die es gestatten, die Strukturen, Mechanismen und Rechtfertigungen in der Macht aufrechtzuerhalten. Der wirtschaftlich freie Markt bindet in politischer Hinsicht und verleiht politischen Bindungen Ausdruck. (...) Der Staat gewinnt sein Gesetz wieder, gewinnt sein juridisches Gesetz und seine wirkliche Grundlage in der Existenz und in der Praxis dieser wirtschaftlichen Freiheit.“ (Ebd.: 161f.)

Nun solle die Wirtschaft in der Lage sein, sich selbst zu behaupten, nachdem die Geschichte den deutschen Staat verneint habe. Eine Zeit des Wirtschaftswachstums solle hierbei beginnen können. Die Wurzel dieses ökonomischen Staates sei vollkommen ökonomisch, wobei der staatliche Handel geöffnet wird (vgl. ebd.: 162).

Die klassische politische Ökonomie beschreibe die Güterproduktion aufbauend auf dem Land, Kapital und Arbeit. Land und Kapital wurden hierbei erforscht, doch die Arbeit blieb unhinterfragt. Sie wurde in ihren Untersuchungen lediglich auf den Faktor der Arbeitszeit reduziert. Keynes hat hierbei den Blick auf die Arbeit selbst verändert, denn er sieht sie als Produktionsfaktor. Die Kritik der Neoliberalen an die klassische Ökonomie bestand im Grunde darin, diese Arbeit wieder in die Analyse der Wirtschaft miteinzubeziehen. Dies wurde von einigen bestrebt, besonders Theodore Schultz und Gary Becker (vgl. ebd.: 183-185).

Die neoliberalen Akteure und Akteurinnen verweisen einen Fehler in der Betrachtung der Arbeit als Kraft und Zeit. Sie sei der Fehler des Kapitalismus selbst. Die klassische Ökonomie war nicht in der Lage die Arbeit in ihrer Ausgestaltung zu berücksichtigen. Untersuchungen sollen nach neoliberalen Theorien substituierbare Entscheidungen sein, das heißt es gehe darum, wie knappe Ressourcen auf verschiedene konkurrierende Zwecke verteilt werden. Zwecke zwischen denen man wählen muss, sollen hierbei betrachtet werden. Wie Foucault es hier in seinen Vorlesungen beschreibt: „(...) und die ökonomische Analyse soll als Ausgangspunkt und als allgemeinen Bezugsrahmen die Untersuchung der Art und Weise haben, wie die Individuen diese knappen Ressourcen auf alternative Zwecke verteilen.“ (ebd.: 188)

Die Ökonomie verschiebt sich in diesem Prozess zu einer Wissenschaft des menschlichen Verhaltens. Es geht um die Beziehung zwischen Zwecken und Mitteln. Die Arbeit erscheint hier nicht mehr nur als Zahnrad. Es geht folglich um eine Analyse der inneren Rationalität der Marktteilnehmer und Marktteilnehmerinnen und deren strategischen Planung der Handlungen. Essentiell erscheine hierbei wie der Arbeiter und die Arbeiterin dabei die eigenen Ressourcen einzusetzen. Der Standpunkt des Arbeiters und der Arbeiterin gerät ins Zentrum der Wiedereinführung der Arbeit in die Ökonomie. (vgl. ebd.: 188f.).

Schwerpunktsetzung in diesem Kontext sei die Betrachtung des praktizierten ökonomischen Verhaltens. Dieses werde vom Arbeiter und der Arbeiterin berechnet und rationalisiert. Zum ersten Mal gehe man nicht mehr von einem Objekt aus, sondern von einem Subjekt, einem Wirtschaftssubjekt. Wenn die Arbeit vom Standpunkt des Arbeiters und der Arbeiterin gesehen wird, dann umfasst sie das Kapital, eine Fähigkeit und andererseits ein Einkommen. Arbeit sei also Kapital und Einkommen in einem gleichen Moment. Das Kapital werde hierbei untrennbar mit der Person verbunden, die es besitze. Der Kapitalismus behaupte ja, dass der Arbeiter und die Arbeiterin in eine Maschine gewandelt wurden, aber es sei eine Maschine, die nicht vom Arbeiter und von der Arbeiterin getrennt gesehen werden kann. Entfremdung findet somit keine statt. Diese Maschine kann nämlich nicht einfach in einen Lohn verwandelt werden. Sie besitzt nämlich ihre Arbeitsdauer, Lebensdauer, Verwendbarkeit und ihr Überholt sein und Altern (vgl. 189-192).

Der Arbeiter und die Arbeiterin selbst erscheinen als ein Unternehmen mit dem eigenen Kapital, das in Abhängigkeit von verschiedensten Variablen ein Einkommen einbringt. Die Wirtschaft bestehe nun aus Unternehmenseinheiten.

„Es handelt sich also um ein Ganzes aus Maschine und Fluss, und Sie sehen, dass man sich hier ganz weit von der Vorstellung der Arbeitskraft, die zum Marktpreis verkauft werden sollte, entfernt hat und bei einem Kapital gelandet ist, das in ein Unternehmen investiert wird. Das ist keine Vorstellung der Arbeitskraft, sondern eine Vorstellung der Kompetenz als Kapital, das in Abhängigkeit von verschiedenen Variablen ein bestimmtes Einkommen einbringt, welches ein Lohn ist, ein Lohneinkommen, sodass der Arbeiter selbst sich als eine Art von Unternehmen erscheint.“
(ebd.: 192)

Die Gesellschaft und somit auch die Wirtschaft bestehe nun aus Unternehmenseinheiten, wobei dieser Neoliberalismus als eine Rückkehr zu der Vorstellung eines homo oeconomicus erscheine. Die Vorstellung des homo oeconomicus als ein Tauschpartner und Tauschpartnerin verschiebt sich zu einem Unternehmer und Unternehmerin, ein Unternehmer und eine

Unternehmerin des eigenen Selbst, „der für sich selbst sein eigenes Kapital ist, sein eigener Produzent, seine eigene Einkommensquelle.“ (ebd.: 193)

„Man muss den Konsum als eine Unternehmensaktivität betrachten, durch die das Individuum eben auf der Grundlage des verfügbaren Kapitals seine eigene Befriedigung produziert.“ (ebd.: 194)

Foucault nennt das Kapital dieses Unternehmers und dieser Unternehmerin, durch dessen er Vergütung zugeteilt bekommt, sein Humankapital. Dieses Humankapital besteht aus zwei Teilen: dem Angeborenen und dem Erworbenen. Vieles sei von der Genetik bestimmt und dadurch haben wir vieles vererbt und angeboren bekommen. Das Kapital auszubilden und zu erarbeiten bildet den zweiten Teil dieses Humankapitals. Dieses ergibt sich aus sogenannten Bildungsinvestitionen aber auch aus Zeit mit den Eltern, kulturelle Anreize, die das Kind bekommt, insgesamt die Lebensbedingungen eines Menschen formen sein Bildungskapital (vgl. ebd.: 194-199).

Es lasse sich generell nach Foucault eine Wachstumspolitik feststellen, die sich auf die Modifikation des Niveaus und Investition in Humankapital messen lässt (vgl. ebd.: 202).

Nun stellt sich Foucault auch die Frage wie dieses Phänomen in der Gesellschaft wirkt und hierbei lässt sich eine Ökonomisierung des Nichtökonomischen festmachen. Zum Beispiel seien die Liebe und die Zuwendung einer Mutter eine Investition in die Zukunft des Kindes und die Mutter erhalte dafür einen psychischen Ertrag, eine Befriedigung. Die erzieherische Beziehung kann daher als eine Investition in Kapital sehen und ihren wirtschaftlichen und psychologischen Nutzen analysieren (vgl. ebd.: 209f.).

Alles kann daher in zeitliche oder wirtschaftliche Kosten berechnet und zum Beispiel ein Ehevertrag als Einsparung von Transaktionskosten gesehen werden. Ein traditionell nicht-ökonomisches Verhalten wird wie vorhin erwähnt in ökonomischen Begriffen interpretiert. Des Weiteren sieht Foucault auch eine Kritik und Einschätzung der Handlungen der öffentlichen Gewalt in Begriffen des Marktes (vgl. ebd.: 212-215).

Bei Foucault wird mit dem Begriff „Regierung“ eine Verbindung von Politik und Macht beschrieben, die historisch in Veränderung ist und strukturelle Differenzen im Feld mit sich bringen kann (vgl. Kammler et al. (Hrsg.) 2020: 126).

Eine effektive Wissenschaft der Politik, welche nun Analysen und Reflexionen sammelt, könne nun das Verhalten der Menschen in einer Gesellschaft regulieren. Gouvernamentalität sei die

modernste Phase des Regierens und diese spezifische Form des Regierens kombiniert Politik mit Macht (vgl. Kammler et al. (Hrsg.) 2020: 127).

Führung der Führungen meint hiermit, dass das Regime die einzelnen Bürger und Bürgerinnen dazu motiviert, sich in einer gewünschten Weise zu verhalten und Machtausübung bestehe hier darin, die Führung zu lenken und somit auf Wahrscheinlichkeiten von Verhalten einzuwirken. Dieser „Untergrund aus Machtbeziehungen“ (Kammler et al. (Hrsg.) 2020: 129) durchzieht die ganze Gesellschaft. Es manifestiert sich in den verschiedensten Beziehungen, in unterschiedlichsten und variabelsten Kombinationen, veränderbaren Intensität und Autorität, institutionalisiert oder informell. Macht ist immer und überall vorhanden, und dadurch auch Widerstand (vgl. ebd.: 129).

Interessant ist hierbei die Ökonomisierung der ganzen Gesellschaft. Dies könne daher in einem zweiten Gedankengang bedeuten, dass das aktuelle ökonomische Regime nicht nur die Ökonomie durchzieht, sondern auch der Ökonomie unabhängigen Aktivitäten und Gedankengänge der Menschen. Das heißt daher, dass der Neoliberalismus auch wirtschaftlich unabhängige Teilbereiche mitbestimmen kann und zugleich soll. Es kann eine Ökonomisierung des Sozialen festgemacht werden.

Foucault skizziert in seinen Texten eine Epoche, die von Sicherheit geprägt ist, die Wohlfahrts- und Sozialstaatlichkeit, die ab dem 19. Jahrhundert zum Vorschein tritt. Es entsteht eine Sicherheitsgesellschaft, die juristische und disziplinarische Elemente umgruppiert und sie im Sinn verändert. Die Technik des Verbots wird ersetzt durch eine intervenierende und präventive Form von Techniken. Sie baut auf Wahrscheinlichkeitskalkülen auf und es geht um gesellschaftliche Effizienz und eine Bilanz von Kosten/Nutzen (vgl. ebd.: 155).

Hierbei handelt es sich um vier Züge: Schaffung von Sicherheitsräumen, Perfektionierung des Umgangs mit zufälligen Ereignissen, Normalisierungsformen, Korrelation zwischen Sicherheitstechnik und Bevölkerung (vgl. ebd.: 156).

Mit dem liberalen Regime wird eine Grenze des Regierungshandeln erstellt und es geht darum, ein Übermaß an Regierungshandeln zu vermeiden. Es geht um ein Naturrecht und es gehe nicht mehr um die Weisheit eines Fürsten und Fürstin, sondern um die Weisheit eines Wirtschaftsexperten und Wirtschaftsexpertin. Das neue Prinzip des Marktes wirkt als eine Form der Selbstbegrenzung der politischen Vernunft. Foucault behauptet aber, dass es durch die Maxime des Machen-lassens kein Mehr an Freiheiten ergebe. Es gebe nicht Freiheit, sondern organisiere ein Management der Freiheit (vgl. ebd.: 158f.).

„Die Freiheit ist nicht einfach da, wird anerkannt oder gewährt, sondern sie wird hergestellt oder zerstört, weil (und soweit) sie für einen Gesamtnutzen erforderlich ist.“ (Ebd.: 159)

Sicherheit des Verfolgen-könnens eigener Interessen ist die Sicherheit im Liberalismus. Wie spielen hierbei regulative Interventionen als Freiheitssicherung mit rein (vgl. ebd.: 159)?

Ein zu starker Staat zerstöre Freiheit und Wirtschaft, ein liberaler Staat unter die Aufsicht des Marktes sei somit eine neue Option: der Neoliberalismus. Der Wettbewerb müsse Marktprinzip sein und Ziel dessen, die Bedingungen des Wettbewerbes zu sichern. Eine Unternehmensgesellschaft soll geschaffen werden (vgl. ebd. 159f.).

„Die Stärkung des Elements des Rechts deutet Foucault als Schutz der Wirtschaft vor dem Staat: Alle Eingriffe in die Wirtschaft sollen Rechtsform haben.“ (Ebd.: 160)

Einst Instrumente der Kontrolle, die in medizinischen, psychiatrischen und polizeilichen Wissensformierungen eingesetzt wurden, wurden in Werkzeuge der Selbstermächtigung verwandelt. Es wurden zu digitale Selbsttechnologien und es entstand eine allgemeine Erfassungssehnsucht. Eine Datafizierung unserer Lebenswelt wurde geschaffen (vgl. ebd.: 336f.).

Durch diese geschichtliche Beschreibung der Wirtschaftspolitik wird die Bildung dieses unternehmerischen Selbst aufgezeigt, welches selbst für sich verantwortlich ist, ständig an sich arbeiten soll und der eigene Führer und Führerin des Selbst sind. Jeder Arbeiter und jede Arbeiterin haben das eigene Kapital, welches es zu verwalten gibt und welches am Markt gezielt eingesetzt werden soll und kann. Wir wandeln uns hin zu einem eigenen Unternehmer, einem Unternehmer unserer Selbst, welches wir ständig verbessern und ausweiten können und sollen.

Nun stellt sich die Frage, ob wir eine generelle Ökonomisierung der ganzen Gesellschaft feststellen können und inwiefern wir zu neoliberalen Subjekten dieser Gesellschaft geworden sind. Nun ist es Ziel dieser Arbeit die Glückssuche im Kontext dieser neoliberalen Gesellschaft zu betrachten. Dafür werde ich nun verschiedene Theorien vorstellen.

3.2. Das Glücksdiktat und wie es unser Leben beherrscht - Eva Illouz und Edgar Cabanas

Edgar Cabanas und Eva Illouz wenden sich in ihrer Veröffentlichung „Das Glücksdiktat und wie es unser Leben beherrscht“ der Glücksthematik zu und betrachten hierbei besonders die Aufforderung zum Glücklichsein. Wie im Titel des Buches bereits deutlich wird, beschäftigen

sie sich hierbei auch besonders mit der Glücksproblematik und dieser Veralltäglichen dieses Strebens.

„Kurz vor dem Jahr 2000 führte Amazon noch dreihundert Bücher mit dem Wort ‚happiness‘ im Titel; heute sind es über zweitausend. Eine einfache Suche im Netz ergibt hunderttausende Treffer, von den täglichen Tweets, Instagram- und Facebook-Posts gar nicht erst zu reden.“
(Cabanas & Illouz 2019: 10)

Cabanas und Illouz zeigen auf, wie sich die Bedeutung und das Verständnis von Glück explosionsartig sowie radikal gewandelt hat. Das Glücksverständnis hat nichts mehr mit Schicksal und Lebensumständen gemein, auch nicht mit einer Abwesenheit von Leid, sondern es gab eine Verschiebung in der Bedeutung, die es zu unserer persönlichen Aufgabe macht und jeden und jede Einzelne zum Schriftsteller unseres Lebensglücks.

„(...) Glück gilt in unseren Zeiten vielmehr als eine Geisteshaltung, die sich willentlich herbeiführen lässt, als Resultat der Mobilisierung unserer inneren Stärken und unseres ‚wahren Selbst‘, (...) als der Maßstab, an dem wir den Wert unserer Biographien, die Größe unserer Erfolge und Niederlagen sowie den Stand unserer psychischen und emotionalen Entwicklung messen müssen.“ (Cabanas & Illouz 2019: 11)

Glücklichsein werde daher auch zum Lebensziel. Der Charakter dieser glücklichen Person sei individualistisch und spiegle sich in Selbsttreue. Eigene Initiativen ergreifen, Rückschläge verkraften aber auch Optimismus und große emotionale Intelligenz machen diesen idealen Glücksmenschen aus. Jeder und Jede sei für das eigene Schicksal und somit auch das eigene Glück verantwortlich. Die jeweilige Situation sei der persönliche Verdienst und dem Individuum zuzuschreiben. Hierbei gibt es Gewinner und Gewinnerinnen und auch Verlierer und Verliererinnen. Strukturelle Prozesse werden in den Hintergrund verdrängt (vgl. ebd.: 11f.).

Die Positive Psychologie brachte das Konzept Glück weit vorwärts und es wandelte sich von einer entfernten unklaren Vorstellung und utopischem Luxus hin zu einem greifbaren Ziel, welches für jeden und jede erreichbar scheinen. Glücklichsein wurde messbar gemacht und zu einem Konzept ausgebildet mit verschiedenen Definitionen eines gesunden Individuums. Förderliche Charakterzüge sind neben den vorhin erwähnten auch Selbstachtung, Autonomie, Eigenmotivation und Resilienz. Diese sollen ein Aufblühen und somit Erfolg und Glück mit sich bringen (vgl. ebd.: 15).

Das Streben nach Glück wurde zu einer ernsthaften Sache. In ihrem Buch gehe es Illouz und Cabanas nicht darum, sich gegen das Glück zu stellen oder aufzuzeigen, dass man nicht etwas am persönlichen Glück verbessern kann. Es steht im Vordergrund darzustellen, dass diese

hochgelobte Glücksidee beschränkt sei und dessen Deutungsansprüche hinterfragbar seien. Die resultierenden Ergebnisse aus der Wissenschaft darüber erweisen sich auch teilweise widersprüchlich. Cabanas und Illouz begründen ihre Anführungen auf die Erkenntnistheorie, die Soziologie, die Phänomenologie und aus moralischen Erwägungen (vgl. ebd.: 16f.).

Gesellschaftlich gesehen werde die Annahme verbreitet, dass sehr viel in unserer eigenen Verantwortung liege, auch ob wir arm oder reich sind, gesund oder krank seien, Erfolg haben oder scheitern. Die strukturellen Probleme werden außen vorgelassen. Die Gesellschaft an sich wird ausgeklammert, als gebe es nur einzelne Individuen (vgl. ebd.: 18).

„Die Vorstellung von Glück, wie sie heute von den entsprechenden Forschern und Experten formuliert und gesellschaftlich umgesetzt wird, dient dabei zuallererst der Propagierung ebenjener Werte, die für die weltweite neoliberale Revolution Pate standen.“ (Ebd.: 18)

Der Autorin und dem Autor gelingt es nun die neoliberalen Werte und die neuen Werte des glücklichen Menschen miteinander in Verbindung zu setzen. Genau diese Leitlinie verfolgen sie unter Anderem in ihrem Buch. Interessanterweise fügen Cabanas und Illouz hier nun die Ökonomen der Chicagoer Schule an, die die Welt dazu überzeugt haben, die individuelle Glückssuche in den Vordergrund zu bringen und kollektive Interessen außen vorzulassen. Somit soll ein gutes Leben für alle garantiert werden können. Die beiden bringen in diesem Rahmen Ausführungen von Thatcher selbst an, in denen sie darüber spricht, diese kollektivistische Gesellschaft zurückzudrängen und die persönliche Gesellschaft, die vergessen war, voranzubringen. Diese Glücksforschung, dieses hochgepriesene Konzept von Glück symbolisiert daher den Sieg des neoliberalen Konzeptes der individuellen, atomisierten Gesellschaft über die kollektive (vgl. ebd.: 18f.).

Die negativen Folgen glücksstrebender Menschen werden kaum genannt, denn es werden „Happychonder“ und „Glückssucher und Glückssucherin“ hervorgebracht, die auf ihr Selbst fixiert sind und permanent ihre Macken beseitigen wollen und sich dabei verändern und verbessern wollen. Glück wird zur perfekten Ware. Dieses Streben nach Glück macht uns schließlich auch verantwortlich, wenn wir unfähig sind dieses erfüllte erfolgreiche Leben zu führen. Klarmachen wollen sie in ihrer Veröffentlichung, wie gut sich die Glücksidee eignet, das neoliberale Denken der Menschen zu rechtfertigen und die Ideologie des Neoliberalismus in der Gesellschaft voran zu bringen. Glück als Gefühlsware, die breit verkauft wird, sei ein nächster Punkt auf dem sie in diesem Buch eingehen (vgl. ebd.: 9-22).

Wie nun dieses Glück in der Gesellschaft messbar gemacht werden kann und wie diese Zahl dann aussagekräftig sein kann, wird in den folgenden Kapiteln thematisiert und kritisiert. Diese

subjektiven Auskünfte seien nämlich auch subjektiv und können somit auch unterschiedlich gedeutet werden. Sie werfen auch die Frage auf, ob dies nicht ein Ablenkungsmanöver sei, dieses Glück als Richtschnur staatlicher Maßnahmen darzustellen und ob hierbei nicht strukturelle Problemlagen der Politik und Ökonomie unsichtbar gemacht werden und im Hintergrund bleiben (vgl. ebd.: 56-58).

„Eine der wichtigsten Folgen der Vermessung des Glücks besteht sicherlich in dem Umstand, dass mit ihr heikle politische und wirtschaftliche Fragen auf scheinbar nichtideologische technokratische Weise zu lösen sind. Ob es sich um die Evaluierung einer Impfkampagne, einer schulischen Neuerung oder einer steuerlichen Maßnahme handelt, stets wird nun das Gesamtglück als objektiver Maßstab ausgegeben.“ (Ebd.: 60)

Die neoliberale Gesellschaft habe das individuelle Glücksstreben in den Mittelpunkt gebracht. Das Zentrum dieser individualistischen Sozialphilosophie bilde das Selbst, welches das Glück sucht und autonom und unabhängig am Markt teilhabe und somit die Gesellschaft bilde, wie es Nicole Aschoff charakterisiert. Alle Individuen seien hierbei freie, strategisch handelnde Wesen, die Verantwortung für das eigene Handeln und die persönlich getroffenen Entscheidungen tragen würden. Sie hätten ihren seelischen Zustand unter Kontrolle, würden ihre Lebensziele verfolgen und ihre Interessen befriedigen, indem sie ihr Lebensglück finden würden (vgl. ebd.: 66).

„Wir wollen zeigen, dass sich Glück in neoliberalen Gesellschaften als ein sehr nützliches Vehikel erwiesen hat, um den Individualismus in der scheinbar nichtideologischen Sprache der neutralen und maßgeblichen Wissenschaft wiederzubeleben, zu legitimieren und neu zu institutionalisieren.“ (Ebd.: 67)

Hierbei verweisen sie auch auf Michel Foucault, der aufgezeigt hat, dass neutrale Diskurse überzeugen und somit institutionalisiert werden können. Glück würde zu einem mächtigen Instrument gemacht, welches einwandfrei zur aktuellen Ideologie passen würde. Die Idee des Glücks verdanke ihre besondere Stellung dem weitreichenden zugrundeliegenden Individualismus (vgl. ebd.: 67f.).

Die Vertreter und Vertreterinnen der Positiven Psychologie würden behaupten, dass Individualismus zum Glück führe und dass mehr individualistisches Handeln auch zu einem glücklicheren Leben führe. Sie zeigen auf, wie sehr Glück von individuellen und psychologischen Faktoren abhängt und dass man es wollen und sich dafür entscheiden kann, sich selbst dabei verbessert und das Know-how erlangen kann. Die subjektive Wahrnehmung der Umstände und nicht die Umstände selbst seien dabei das Wesentliche. Doch es stelle sich

die Frage, wie gesund der Rückzug in das eigene Selbst sei. Sofern es auch weitreichende persönliche Folgen haben kann, sich nur mit dem eigenen Selbst zu beschäftigen, so werden auch Fortschritte eines kollektiven Wandels der Sozialpolitik gehemmt und stark eingeschränkt (vgl. ebd.: 69-80).

Im Rahmen dieses Glücksdiskurses und der Beschäftigung mit dem eigenen Ich erlange das Achtsamkeitskonzept eine Wichtigkeit. Sich auf die innere Landschaft einlassen, die Momente und Gefühle erleben, das Leben genießen und eine positive Haltung einzunehmen sei die Devise. Es relativiere sich auch im Gesundheitssektor als zentrales Thema. Nach den beiden Autoren seien es jedoch lediglich Techniken, sich auf das eigene Selbst zu konzentrieren und die Welt zu vergessen. Bewirken könne dies jedoch eine Entfernung zum eigenen Selbst und eine Abspaltung. Das Soziale werde hierbei nur beschränkt verstanden (vgl. ebd.: 80-83).

„Wir müssen uns also fragen, ob die Angebote der Positiven Psychologie und ihr individualistischer Begriff vom menschlichen Glück nicht dazu beitragen, einiges von der Unzufriedenheit zu erzeugen und zu nähren, gegen die sie Abhilfe zu schaffen verspricht. (ebd.: 83)

Diesen interessanten Gedankengang finde ich entscheidend. Denn es muss der Gedanke gefasst werden, inwiefern dieses ganze Streben nach diesem individuellen Glück nicht selbst auch eine Menge an Unglück und Unzufriedenheit mit sich bringe. Denn wenn die Gesellschaft wirklich so glücklich wie noch nie wäre, warum gibt es dann so große Nachfrage an Beratung, Psychologen, Selbsthilfebüchern und -Apps? Diese Nachfrage erhöhe sich genau aus dem Grund, weil die Menschen nicht glücklich sind oder dieses Glück zumindest nicht ausreiche. Das kollektive Sozialgefüge schwäche sich zunehmend und ein egozentrischer Individualismus entstehe, der auch weitreichend Krankheitsbilder wie Narzissmus, Depressionen und Angstzustände mit sich bringe. Einsamkeit habe verheerende Folgen auf den Menschen. Für viele Philosophen und Philosophinnen aber auch für Soziologen und Soziologinnen wäre genau diese Gemeinschaft so wichtig und unentbehrlich. Denn genau diese gebe Orientierung und Sinn. Zunehmender Individualismus bringe auch eine steigende Depression- und Selbstmordrate mit sich. Eine der zentralen Folgen dieses Glücks-Hypes seien ein tiefes Gefühl der Einsamkeit und Verzweiflung (vgl. ebd.: 83-86).

Glück könne zu Einsamkeit und Distanziertheit beitragen und sich daher auch zu Narzissmus, Egozentrik, Egoismus entwickeln. Natürlich gehe mit diesem Glückskonzept auch eine Neigung zu Selbstvorwürfen einher. Es werden persönliche Makel festgestellt und die Unzufriedenheit mit sich selbst werde dadurch größer, wenn etwas nicht nach Plan gelinge. Ein

Zeichen mangelnden Willens und ein gescheiterter Lebensplan sei es nicht glücklich oder nicht glücklich genug zu sein. Dies sei ein Grund für Scham- und Schuldgefühle und eine Verletzung des Selbstwertgefühls (vgl. ebd.: 83-86).

Die Aufnahme der Positiven Psychologie in die Erziehung wurde befürwortet. Es solle sogar ein Schulfach eingeführt werden, in dem Glück gelehrt werden soll. Begründet wurde dies damit, dass genau Glück eine gute Variable für schulische Leistungen und künftige Erfolge sei. Zudem würden sie im Erwachsenenalter Depressionsraten geringer halten (vgl. ebd.: 88-90).

All diese Glücksprogramme würden eine Vermittlung von emotionalen sowie unternehmerischen Kompetenzen, Führungskompetenzen, Entwicklung eines kritischen Geistes und logisches Denkvermögen bevorzugen. Sie würden auf das Wohlwollen der neoliberalen Bildungskultur treffen. Ideale Schüler und Schülerinnen würden mit Selbstachtung und Selbstverantwortung aber auch Verantwortungsbewusstsein, Organisationsvermögen und Flexibilität in Verbindung gesetzt werden. Eigene Talente und Fähigkeiten kennen und vermarkten und dabei das volle Potenzial verwirklichen sei hierbei sinnvoll (vgl. ebd.: 90).

Doch während die positiven Auswirkungen schulischer Programme zur Förderung des Glücks in das Rampenlicht gestellt würden, würden mögliche negative Auswirkungen in den Keller gefegt. Es könne nach Untersuchungen von Katherine Ecclestone und Dennis Hayes zu einem anfälligen und verletzlichem Ich kommen, welches sie „vermindertes Ich“ nennen. Viele Personen würden hierbei in einen Teufelskreis aus Angst und therapeutischer Abhängigkeit kommen, wobei auch die generelle Wirkung dieser Methodik in Frage gestellt wird. Viele dieser pädagogischen Initiativen fielen enttäuschend aus oder gelten sogar als fehlgeschlagen. Dieses Selbstwertgefühl, das dadurch geschädigt wird, habe eine Vielzahl an unterschiedlichen Auswirkungen auf undenkbar viele Aspekte in unserem Leben (vgl. ebd.: 91-95).

Nathaniel Branden nennt mangelndes Selbstwertgefühl als Indikator für Angstzustände, Depressionen aber auch Angst vor Nähe bis zu Gewalt an Kinder. Er schreibt, dass kein einziges psychologisches Problem nicht auf dieses fehlende oder unzureichende Selbstwertgefühl zurückgeführt werden könne (vgl. ebd.: 95-97). Die Selbstverantwortung geht mit dem Selbstwertgefühl Hand in Hand, da alles Scheitern somit dem Eigenen Selbst zugeschrieben wird.

„Das moderne Verständnis des Glücks hat diesen Prozess weiter beflügelt und die weitverbreitete Annahme gefördert, die Individuen müssten nur hart an sich arbeiten, um die nunmehr ihnen selbst zugerechneten Leistungsprobleme zu lösen und beruflich Erfolge zu

feiern. Einer der entscheidenden Beiträge der Positiven Psychologie hierzu war nicht die Beseitigung, sondern die Umkehrung der Bedürfnispyramide.“ (ebd.: 109)

Nicht nur im persönlichen Feld, sondern auch im Berufsfeld gelangt das Glückskonzept immer mehr ins Rampenlicht. Im Arbeitsverständnis wurde Glück als Folge von guten Arbeitsbedingungen und der Arbeitsleistung gesehen. Doch andere sehen dies genau umgekehrt, glückliche Arbeitnehmer und Arbeitnehmerinnen seien leistungsfähiger und produktiver. Diese würden besser mit organisatorischen Veränderungen klarkommen, würden parallele Anforderungen zurecht lösen, seien auch risikobereiter und würden sinnvollere Entscheidungen treffen. Des Weiteren würden glücklichere Menschen auch bessere soziale Netzwerke pflegen (vgl. ebd.: 109-11).

Immer mehr Manager und Managerinnen würden außerdem behaupten, sie würden Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen nach ihrer Ausstrahlung von Positivität auswählen und einstellen. Daraus ergab sich ein Diskurs von einem „positivem psychologischem Kapital“. Alle glücksrelevanten Eigenschaften gelte es zu fördern, denn nur ein glücklicher Arbeiter und eine glückliche Arbeiterin würden ihr volles Potenzial entfalten und würden mit Höhen und Tiefen im Beruf umgehen können (vgl. ebd.: 112f.).

„Statt sie einer `Top-down`-Kontrolle zu unterwerfen, versuchen die Unternehmen nunmehr, aus ihren Mitarbeitern aktive `autonome Einheiten` für die Verinnerlichung, Repräsentation und Reproduktion der Unternehmenskultur zu formen – das heißt, sie auf ihre allgemeinen Prinzipien, Werte und Ziele zu verpflichten.“ (Ebd.: 116)

Arbeit solle in diesem Kontext weniger als Pflicht, sondern als eine Chance betrachtet werden und genauso frei, fördernd und kreativ solle der Arbeitsplatz gestaltet werden. Die organisatorischen Ungewissheiten sollen durch Flexibilität der beschäftigten Personen in den Griff bekommen werden können und die Techniken der positiven Psychologie sollen dabei helfen, diese Anpassungsfähigkeit zu erreichen. Auch Autonomie sei weitgehend ein entscheidender Faktor, der zu Erfolg bringen soll (vgl. ebd.: 118-126).

Als glückliche Person solle man aber nicht nur ein besserer Arbeiter oder eine bessere Arbeiterin sein, zudem auch noch ein besserer Bürger und Bürgerin. Eine einflussreiche und wachsende Industrie des Glücks hat sich entwickelt, durch die das Individuum in ein glücklicheres Selbst verwandelt werden solle. Es werden unzählige Glücksprodukte und Glücksdienstleistungen verkauft, die meistens direkt aber auch indirekt mit Glück und glücklich sein vermarktet würden (vgl. ebd.: 129f.).

Die Vorstellung vom Glück als ein Kampf sowie eine Geschichte der persönlichen Verbesserung und als Weiterentwicklung und Selbstverbesserung sei in den Köpfen der Menschen angesiedelt. Des Weiteren werde Glück und Positivität dargestellt als etwas, welches kontinuierlich verbessert werden kann. Es sei ein Prozess der Selbstgestaltung und kombiniert somit eine ständige Arbeit an sich und die Unvollständigkeit dieses Selbst. Genau aus diesem Grund verwandle sich das Glück zu einer idealen Ware des Marktes (vgl. ebd.: 132-134).

„Es[, das Glück,] ist vielmehr selbst zum Produkt schlechthin geworden, zum wirtschaftlichen Motor eines Marktes, der den Individuen eine kontinuierliche Steigerung ihres Glücks in Aussicht stellt – insofern es der Maßstab ist, an dem sich die Selbstverwirklichung und Selbstermächtigung des Individuums, die sich im Markt entfalten, messen lassen müssen.“
(ebd.: 135)

Dienstleistungen, Therapien, Produkte, Techniken würden konsumiert, mit dem Ziel, sich selbst persönlich zu wandeln. Die Investition lohne sich dabei natürlich, denn wer wolle nicht ein besserer, gesunder, anpassungsfähiger, produktiver Bürger und Bürgerin sein. Glück werde aber nicht zu einem Konsum eines bestimmten Angebots oder Ware, sondern zu einem Lebensstil in Psychobürgern und Psychobürgerinnen neoliberaler Gesellschaften. Streben nach Glück werde sozusagen zu einer zweiten Natur. (vgl. 135-137).

Sich selbst zu steuern nimmt in der Gesellschaft generell eine immer größer werdende Rolle ein. Logischerweise begann diese Entwicklung, denn wenn das Individuum fern von gemeinschaftlichen Vorgaben und strikten Regeln sich selbst frei bewegen und entscheiden könne und müsse. Die Fremdsteuerung und Vorgaben von außen fallen weg und diese Leere muss in irgendeiner Weise geschlossen werden.

Self-management zähle daher zu den wichtigsten Eigenschaften eines glücklichen Subjektes. Selbstmotivation aber auch Kontrolle und Steuerung würden helfen Erfolgchancen im ganzen Lebensspektrum zu maximieren. Glück solle in diesem Kontext nun auch noch kontinuierlich sein und zu einer Gewohnheit werden sowie ein automatisiertes inneres Verhalten mit beständigen Routinen sein (vgl. ebd.: 137-141).

Doch wie soll diese ganze Kontrolle und Steuerung gelingen und wie können uns hierbei Hilfsmittel unter die Arme greifen können? Da kommt ganz klar unser ständiger Begleiter in den Blick, unser Smartphone mit unzähligen Apps. Ob Trainingsapps, Schlafapps oder Ernährungsapps, sie alle finden immer mehr Platz in unserem Alltag und die Selbstvermessung wird immer wichtiger. Auch Glück soll nun in einer App greifbarer gemacht werden.

Illouz und Cabanas beschreiben nun eine App mit über drei Millionen Nutzerinnen, die aus den verschiedensten Glücksapps heraussticht. Natürlich gebe es auch vergleichbare Apps über Wohlbefinden, Selbstentfaltung oder „Happy Life“. Doch „Happify“ steche als populärste Smartphone-Applikation im Markt der Glückswaren hervor. Die Gefühlslage könne durch dieses Hilfsmittel in Echtzeit überwacht und reguliert werden. Nutzer und Nutzerinnen würden Instruktionen und Tipps erhalten, wie sie auf positive Gedanken und Gefühle hinarbeiten können und somit höhere Lebensziele erreichen und natürlich allgemein glücklicher werden können. Der Vollzugang würde 15.49 € im Monat kosten (vgl. ebd.: 142).

Am Beginn werde in der Appnutzung ein Fragebogen ausgefüllt, in welchem persönliche Ziele abgefragt, aber auch aktuelles Glücksniveau gemessen würden. Innere Stärken sollen hierbei auch erkannt und erfasst werden. Die Berufung finden, Stress abbauen, Erfolg anspornen, Eheleben verbessern seien einige Inhalte, die in verschiedensten Programmen geboten und empfohlen. Dazu gehöre es auch „negative Gedanken zu überwinden“. Experten und Expertinnen der Positiven Psychologie und emotionaler Resilienz geben hierbei ihr Wissen weiter. Die Macht der Positivität werde hochgepriesen und Nutzer und Nutzerinnen werden darauf angehalten, die Anweisungen zu befolgen, um das Glücksniveau innerhalb weniger Tage zu verdoppeln (vgl. ebd.: 142f.).

Belohnungen für das Durchlaufen des Programms seien sogenannte „Glückspunkte“ und es gebe zudem eine tagesaktuelle Statistik über die eigenen Fortschritte. Die Gefühlsstatistik könne mit körperlichen Daten wie Herzfrequenz und Schlafmuster verbunden werden. Die Daten würden natürlich auch in einem nächsten Schritt gemeinschaftlich verglichen und in Online-Wettbewerbe ausgetragen werden. Die Inhaber und Inhaberinnen dieser App würden sich wechselseitig Tipps geben und austauschen können. In der Premiumversion gebe es weitere Tipps zu Intimität, Liebe, Familie sowie Arbeits- und Finanzbereich. Produktivität am Arbeitsplatz durch positive Gefühle könne hierbei trainiert werden, wobei das finanzielle Wohlbefinden verbessert werden könne (vgl. ebd.: 143f.).

„Der Erfolg von Happify und vergleichbaren Gefühlswaren hängt an dem so engen wie wechselseitigen Verhältnis zwischen der Quantifizierung und der Kommerzialisierung des Glücks.“ (ebd.: 145)

Behauptungen wie 86 Prozent seien nach acht Wochen glücklicher geworden, würden natürlich Kunden und Kundinnen anlocken. Das angeblich erfolgreiche Verhältnis vom Aufwand und Nutzen sei einer der Gründe für die gelungene Institutionalisierung des Glücks im Konsum sowie in den verschiedenen Organisationen und in der Politik. Diese Self-Tracking Apps in den

verschiedensten Bereichen würden auch die Bereitschaft der Individuen sich selbst zu messen und zu überwachen, zeigen. Doch der Autor und die Autorin führen hierbei diese Applikation als massenhafte Überwachungsinstrumente an. Diese Gefühle sowie Gedanken und Körpersignale würden in große Statistiken eingehen, die wiederum Verhaltensprofile erstellen würden und dadurch somit das menschliche Verhalten erforschen aber auch vorhersehbar machen. Darauf würden dann eine Beeinflussung und Steuerung angeknüpft und aufgebaut werden können (vgl. ebd.: 146).

Doch die Individuen der neoliberalen Gesellschaft würden gar nicht daran denken, die Veröffentlichung und Weitergabe ihrer Daten zu hinterfragen. Sie hätten dieses selbstgesteuerte Leben verinnerlicht. Doch Cabanas und Illouz kritisieren diese übermäßige Beschäftigung mit dem eigenen Selbst und dem eigenen Innenleben. Es würden sich eben neue Formen der Unzufriedenheit und Frustration ergeben, wie vorhin schon geschildert (vgl. ebd.: 146f.).

Dieses verlockende Versprechen sich selbst vollständig zu steuern, könne sich aber schnell in eine Drohung verwandeln. Denn wer sich nicht unter Kontrolle hätte und sich nicht ständig selbst überwachen würde, würde ins Risiko geraten, ein undisziplinierter unglücklicher Mensch zu werden, der sich nicht um das eigene Wohlbefinden und um das eigene Selbst kümmere (vgl. ebd.: 147).

Darüber hinaus, würden die Subjekte nicht mehr über ihre Innerlichkeit in verschiedenen Apps herausfinden und sich selbst kennenlernen, sondern ihre Innenwelt an Annahmen und Forderungen anpassen, um diesen zu genügen. Ihnen würde vorgezeigt, wie sie zu handeln, fühlen und denken haben. Spannenderweise sei die zweite große Charaktereigenschaft des glücklichen Bürgers und der glücklichen Bürgerin Authentizität. Man müsse herausfinden, wer man wirklich sei und was man könne, um sich selbst zu verwirklichen (vgl. ebd.: 148f.).

Authentizität solle die Selbstachtung und -wirksamkeit stärken und werde somit auch gleichbedeutend mit psychischer Gesundheit und Autonomie. Selbstvertrauen gehe dadurch natürlich mit einher. Wirtschaftlich werde Authentizität mit Nützlichkeit gleichgesetzt. Dadurch, dass jeder und jede im Markt nach den eigenen Vorlieben agiere, werde jede Form von Konsum eine authentische Wahl, die das Selbstbild ausdrücke und bejahe (vgl. ebd.: 149-151).

Personal Branding nennt sich die Vermarktung der eigenen Authentizität, das Zur-Ware-Machen. In sich selbst investieren und sich „konfektionieren“ verwandele das Subjekt in eine Marke, die sich von anderen unterscheide. Habe sich ein Individuum selbst bestimmt, gelte es

diese Eigenheiten auszudrücken und mit Strategien erfolgreich zu verkaufen. Donna Freitas schreibt in ihrem Buch „The Happiness Effect“ über eine durchgeführte Studie, in der sich herausstelle, dass es gesellschaftlich besonders wichtig sei, glücklich zu wirken. (vgl. ebd.: 151-155).

Aufblühen sei des Weiteren auch einer der grundlegendsten Aspekte für die Definition menschlichen Glücks. Es funktioniere mit dem Glück so, dass die Subjekte besser abschneiden, weil sie aufblühen und glücklich sind und nicht glücklich sind, weil sie besser abschneiden. Das Aufblühen selber also ist das Ziel, das diese positiven Folgen mit sich bringt. Gesellschaften selbst sollen sich entwickeln und fortschreiten, wenn die Bürger und Bürgerinnen darin aufblühen (vgl. ebd.: 159-160).

Was ergibt sich nun aber aus diesen drei wichtigen Charakterzügen eines glücklichen Menschen? Cabanas und Illouz haben hier einen neuen Typen von „Glücksgestörtem“ charakterisiert: „der permanente Selbsterschaffer“ und Selbsterschafferin (ebd.: 160).

Der Neoliberalismus lebe von dieser permanenten Selbstverbesserung. Diese Glücksindustrie bestehe und nähere sich nämlich aus dieser Unvollständigkeit, denn genau so verkaufe sie ihre Waren. Stets liege dem Ganzen der Gedanke zu Grunde, dass es keinen Endpunkt gebe, dass man nie „genug“ von etwas sei. Sich nicht verbessern zu wollen sei nämlich ein psychischer Defekt und es gebe immer einen Teil im Leben, an welchen man arbeiten und sich verbessern könne und welchen es sich weiterzuentwickeln lohne. Alle Aspekte unseres Lebens können aufgerüstet werden. Zum einen gebe es das Bemühen, ständig die beste Version von sich selbst zu erreichen, aber zum anderen gehe dies mit einer grundsätzlichen Unvollständigkeit einher, die auch nie in eine Vollständigkeit gewandelt werde (vgl. ebd.: 160-162).

„Das Ideal permanenter Selbstentfaltung ist wie eine Fata Morgana am Horizont (...) Dieses Streben [nach Glück] könnte sich als eine erschöpfende, obsessive und letztlich enttäuschende Erfahrung erweisen.“ (ebd.: 166f.)

Nach der Meinung des Autors und der Autorin sei durch dieses Glücksstreben ein neuer Zeitgeist entstanden, der Glück zur Norm gemacht habe. Glücklichessein entwickle sich zur Normalität eines jeden einzelnen Bürger und jeder einzelnen Bürgerin (vgl. ebd.: 172f.).

Was aber werde den Menschen aus diesen ganzen Ermutigungen und Möglichkeiten zum Glücklichessein denn mitgeteilt? Leid solle nur sinnvoll sein, wenn man positives daraus ziehe und dauerhaftes Leid sei immer selbst gewählt (vgl. ebd.: 195).

„Wenn die Gestressten, die Deprimierten, die Ausgegrenzten, die Ausgebeuteten, die Armen, die Bankrotten, die Süchtigen, die Trauernden, die Kranken, die Einsamen, die Arbeitslosen, die Nostalgischen und die Gescheiterten kein glücklicheres und erfüllteres Leben führen, so deshalb, weil sie sich nicht ernsthaft genug darum bemüht haben.“ (ebd.: 195f.)

Platz für Beschwerden aber auch Mitgefühl und Mitleid scheine in einer solchen Gesellschaft nicht angebracht, wenn jeder für das eigene Leid selbst verantwortlich ist. Diese „tyrannische Positivität“ sei nämlich empirisch und objektiv untersucht und begründet worden (vgl. ebd.: 196).

„Die zufriedenen Individuen, die das »Verdienst«, mit ihrem Leben glücklich zu sein, sich selbst zuschreiben, glauben sich berechtigt, allen anderen, denen es nicht so geht, die Schuld an ihrer Unverantwortlichkeit zu geben, daran, dass sie nicht die richtigen Entscheidungen getroffen, sich nicht an widrige Umstände angepasst und flexibel aus Niederlagen Chancen für ein besseres Leben gemacht haben.“ (Ebd.: 199)

Dies bedeute daher, dass die Unglücklichen nicht nur mit ihrem Unglück zu leiden haben, sondern auch mit der Schuld daran, dass sie leiden und unglücklich seien. Sie würden nämlich nicht aus dem Negativen Positives schaffen und die Schwierigkeiten überwinden. Traurigkeit und Hoffnungslosigkeit seien immer nur Phasen und Rückschläge, die sich bei Bemühungen verflüchtigen. Doch ungeachtet der guten Absichten den Menschen Mittel in die Hand zu geben sowie sich selbst glücklich zu machen, führe es dazu, dass wir Leidende missverstehen und ihnen gleichgültig begegnen würden. Doch stelle sich die Frage, ob es denn nicht immer so eine große Wahl an Entscheidungen geben würde, die unser Leben zum Positiven hätten verändern können (vgl. ebd.: 199f.).

„Es gibt kein einziges, maximal authentisches, gewissermaßen höchstes Selbst zu erreichen, so wenig wie ein einziges höchstes Ziel im Leben. Dasselbe gilt für die Idee des Glücks. Mit jeder moralischen Wahl, sei sie frei oder aufgezwungen, individuell oder kollektiv, wird immer irgendein anderes Gut geopfert – eine erstrebenswerte Identität, Werte, für die zu kämpfen es sich lohnt, gesellschaftliche Projekte, die eine Umsetzung verdient hätten. Hierin liegt eine unaufhebbare Tragik der Wahl, die dem persönlichen, sozialen und politischen Leben innewohnt. Nicht einmal die beste aller Glückswissenschaften könnte und die großen oder kleinen Schmerzen und Verluste ersparen, die unweigerlich mit den großen oder kleinen Opfern verbunden sind, die wir im Leben bringen müssen.“ (Ebd.: 200)

Cabanas und Illouz beenden das Buch, indem sie Glück als eine Obsession beschreiben, „ein falsches und trügerisches Geschenk“ (ebd.: 201). Sie beschreiben es als ein machtvolleres Mittel,

das durch Organisationen und Institutionen Individuen schaffe, die gehorsame Arbeiter und Arbeiterinnen seien. Sie definieren es als ein Werkzeug der Macht (vgl. ebd.: 203).

In der Soziologie des Glücks, die der Psychologe Cabanas Edgar und die Soziologin Illouz Eva hervorbringen, kritisieren sie die dominierende Glücksforschung der Positiven Psychologie und Ökonomie. Die Menschen würden zu gehorsamen „Psychobürgern“ (ebd.: 136) und „Psychobürgerinnen“ hingeführt und die vom Neoliberalismus wünschenswerten Ziele würden zu gültigen Leitlinien transformiert. Sie stellen fest, wie ähnlich der glückliche Bürger und die glückliche Bürgerin dem Ideal eines neoliberalen Bürgers und einer neoliberalen Bürgerin seien. Es ergebe sich eine durchgehende Selbstopтимierung sowie Arbeit am eigenen Selbst und schaffe somit auch ein Leid. Dieser Wandel des Glückes vom Schicksal und Zufall zu einem zu erreichenden Zustand im Neoliberalismus bewirke eine Infragestellung des Konstruktes Glück in ihrer Publikation zum Glücksdiktat. Dem Glück wird eine Objektivität unterstellt, die dem und der Einzelnen somit eine Selbstverantwortung an diesem prognostiziert.

Besonders interessant wird hierbei die Idee, dass das Glück des Individuums gar nicht das eigentliche Ziel darstelle. Das Glück des Marktes, welches durch das Glück vieler Individuen gefördert werde, stehe wesentlich im Zentrum. Dieses glückliche an sich selbst arbeitende Individuum ist nämlich aus der Perspektive der neoliberalen Gesellschaft ein erfolgreicher Unternehmer, sowohl des eigenen Selbst, als auch im Wettbewerb.

„Dies reiche so weit, dass das Individuum Sicherheiten (wie z.B. einen sicheren Arbeitsplatz) aufgeben und an seinem eigenen persönlichen „Brand“ arbeiten solle. Das Individuum werde so zu einem „Mini-Kapitalisten“ und habe dementsprechend Interesse an wirtschaftlicher Freiheit, Steuersenkungen und Deregulierung, was der neoliberalen Ideologie entspreche. Es gehe dabei weniger um eigenes persönliches Wachstum - das Individuum solle sich der eigenen persönlichen Grundsituation gar nicht allzu bewusst sein und sich mit systemischen Problemen beschäftigen -, sondern um die Verbesserung jener Fähigkeiten und Attribute, die einen finanziellen Mehrwert generieren würden.“ (Stoll 2022: 49)

In diesen Anführungen ergeben sich nun verschiedene Fragen und Widersprüche. Zum einen gebe es die Notwendigkeit eines Experten oder Expertin, wobei zum anderen diese Betonung des „Self-Made“ heraussticht. Es existieren sowohl Anleitungen zur Orientierung, als auch Bedarf der eigenen Entscheidung. Auch nennenswert scheint dieser Gedanke der strukturellen Prämissen und Rahmenlinien und wie die Glücksvorstellung darin verwickelt ist.

Im Folgenden soll nun eine weitere Ausführung zur Glücksthematik der neoliberalen Gesellschaft dargestellt und erläutert werden, Schwerpunkt ist hierbei das Machen des eigenen Glücks.

3.3. Sein Glück machen – Arbeit am Glück als neoliberale Regierungstechnologie - Stefanie Duttweiler

Auch Stefanie Duttweiler beschäftigt sich mit Glück und dessen gesellschaftlicher Wirkung und Ursprung. Glück zu suchen und danach zu streben scheine zu einem neuen Lifestyle geworden zu sein. Man könnte es eine Glückshysterie nennen sowie eine Inflation des Glücks. Ob in Büchern sowie Fernseher oder Konsumartikel: das Glück begegne einem heute immer und überall omnipräsent (vgl. Duttweiler 2007: 11f.).

Im 18. Jahrhundert verschiebe sich die Glücksbestimmung vom Schicksal zur Wahl, das heißt von den äußeren Verhältnissen der Macht zu inneren Verhältnissen wie Glaube und Liebe. Säkularisierung und Rationalisierung würden die Frage nach dem Glück schließlich in die Hände des und der Einzelnen katapultieren und entwickle sich somit zur persönlichen Zuständigkeit. Glücklichkeit werde hierbei zu einer Lebenseinstellung und verschiebe sich auch von einer Habens- zu einer Seinsfrage. Selbstverwirklichung sei einer der großen Schlüsselbegriffe. Obwohl die Glücksfrage so alt wie die Menschheit selbst sei, so sei dieser Glücksboom aktueller und problematischer denn je. Genau daher fragt sich Duttweiler, ob es nicht eine Verbindung zwischen der aktuellen Form der Vergesellschaftung und dem Boom des Glücks gebe (vgl. Duttweiler 2007: 12-14).

Duttweiler lehnt sich hierbei besonders an die Theorie und die Publikationen Foucaults und beschreibt Problematisierungen als produktive Praktiken.

„Es sind Praktiken, die verändern: Sowohl die Gegenstände des Diskurses, indem sie sie hervorbringen, als auch den Diskurs, indem sie seine Gegenstände konstellieren und zu weiteren Diskursen anreizen; ebenso die Weisen des Wissens über den Menschen wie seine konkrete Formierung.“ (Ebd.: 15)

Dadurch, dass Glück also problematisiert werde, werde der ganze Glücksdiskurs produktiv geschaffen. Duttweiler beschreibt in diesem Kontext die Glücksformel als eine Gleichung und die Lebenshilferatgeber scheinen diese Gleichung zu lösen, indem sie zum Glück hinführen. Die Glücksversprecher würden Variablen und Formen vorstellen, diese Gleichung aber nicht konkret vorrechnen (vgl. ebd.: 15).

Duttweiler stützt sich nun auf die Thematik der Gouvernamentalität. In dieser Theorie wird nämlich nach diesen Problematisierungen gefragt. „Mit Foucault lassen sich diese Beziehungen und diskursiven Konstellationen als je historische Ausprägungen der politischen Rationalität analysieren.“ (Ebd.: 17) Hierbei werden Mikropraktiken betrachtet, die dann Auswirkungen auf Makroprozesse haben würden. Regieren bedeute hierbei die Führung und Sorge der Gesamtheit aber auch der Einzelnen (vgl. ebd.: 18).

In diesem Gedankengang sei es wichtig die Führung sowohl in Verschränkungen der Führung anderer, als auch der Selbstführung zu betrachten. Die Fremdführung bestimme in gewisser Weise die Selbstführung, wie sie darüber denke und diese problematisiere. Diese sozial vorgegebenen Formen, wie sie Stefanie Duttweiler bezeichnet, würden sowohl Eingriffe in die Wahrheit, als auch Strukturierungen der eigenen Lebensführung vornehmen (vgl. ebd.: 19).

Duttweiler beschäftigt sich nun in ihren Analysen mit der aktuellen Gouvernamentalität. In der Gouvernamentalität der Gegenwart sei die Freiheit, besonders die Freiheit im ökonomischen Sinne, zentral. Der Wohlfahrtsstaat gelte mittlerweile als bürokratisch und ineffektiv und er solle die Freiheit in seinen Besitz nehmen und einschränken. Der Status des Bürgers und der Bürgerin solle aktiver sein und die Eigenaktivität fördern. Kernbegriffe sind Selbstverantwortung, Selbstbestimmung und Selbstverwirklichung (vgl. ebd.: 20f.).

Der Wohlfahrtsstaat gerate zudem auch noch durch das abnehmende Wirtschaftswachstum und der immer mehr werdenden Sozialausgaben in die Krise. Selbstregulation des Marktes gewinne hier wiederum an Stärke und es werde geglaubt, dass dieser das Wohl der Gesellschaft garantieren könne. Es entstehe hierbei eine Umorganisation des Staates, aber es gehe auch zusätzlich mit einer Ökonomisierung des Sozialen einher und die Beziehung der Einzelnen zum eigenen Ich würden nach den Gesetzen des Marktes organisiert werden, besonders im Sinne der Steigerung der eigenen Arbeitskraft (vgl. ebd.: 21).

Investiert werden könne hierbei sowohl in Liebe und Ernährung als auch in Fähigkeiten, Ausbildung und Erziehung. Die Grundlage des Regierens ändere sich in eine völlig andere Weise. Die Freiheitsidee sei künstlich arrangiert und finde ihre Verwirklichung in einer Risikobereitschaft und in einem Unternehmergeist. Das Leitbild wandle sich in einen Unternehmer seiner Selbst und eine Unternehmerin ihrer Selbst. Persönliche Wahl und Autonomie würden sich neben Selbstverwirklichung zu einem Ideal entwickeln (vgl. ebd.: 21). „Es erweist sich als performative Problematisierungsformel (...)“ (ebd.: 22), die den Markt und den Staat aber auch die Beziehung zwischen den Individuen forme und beeinflusse.

Selbstorganisation statt Kommando, Selbstverantwortung statt Hierarchie, alles werde nun individuell ausgehandelt statt betrieblich vereinheitlicht. Individueller Erfolg sei das oberste Ziel und die Selbstregulierung verordne sich in einem vorstrukturierten Raum im Markt. Die eigenen Fähigkeiten sollen vorangetrieben werden und es gehe auch darum sich zu vermarkten (vgl. ebd.: 22f.).

Grenzen würden sich in zeitlicher, sachlicher und sozialer Dimension vermischen. Individualität und Einzigartigkeit seien die neuen Merkmale einer guten Stellung im Markt und Selbstverantwortung sowie Wille zur Freude seien eine Ressource geworden. Arbeit werde subjektiviert und wirke zugleich subjektivierend (vgl. ebd.: 23).

„Sich nicht um Glücksgefühle, Sinnerfüllung oder Selbstverwirklichung bei der Arbeit zu bemühen, sich negativen Empfindungen und Gedanken oder Passivität hinzugeben, gilt nun als Verfehlung gegenüber sich selbst und seinem wirtschaftlichen Erfolg. (...) Eigenschaften wie Optimismus, Eigenständigkeit, Individualität, Flexibilität [sic] Kreativität und zuletzt auch Glücksfähigkeit, die dem unternehmerischen Selbst zugesprochen werden, werden zu Kriterien sozialer und ökonomischer Inklusion. Subjektivierung von Arbeit erweist sich somit als ambivalent: Sie ist Anspruch und Anforderung zugleich.“ (ebd.: 24)

Doch nicht nur im Markt, generell werde das Individuum zu einem Unternehmer seines Selbst und eine Unternehmerin ihrer Selbst. Es solle sich an Lösungen beteiligen, die früher in die Zuständigkeiten des Staates fielen. Die Lage würde sich somit als eine Regierung auf Distanz beschreiben lassen. Durch Eingliederung in ein bestehendes Netz würden Neuerungen entstehen können. Regierungsführung durch Auferlegen gerate aus der Mode und Worte wie Freiheit und Möglichkeiten würden immer wieder sowohl durch die Köpfe der Einzelnen als auch in strukturellen Dimensionen kreisen (vgl. ebd.: 24-26).

Diese von dem Inneren ausgehende Steuerung werde auch im Kontext des Glücklichseins relevant. Duttweiler will nun Parallelen des unternehmerischen und des glückssuchenden Selbst aufzeigen oder hiermit zumindest zeigen, dass sie sich nicht gegenseitig ausschließen (vgl. ebd.: 26f.).

„Die Arbeit am eigenen Glück evoziert Weisen der Selbstbezüglichkeit und produziert Ressourcen, die auch für das unternehmerische Selbst charakteristisch sind.“ (ebd.: 27)

Das Leben und dessen gesamte Führung umzuorganisieren, um sich somit auf die Suche des eigenen Glückes zu begeben, werde immer mehr zum Lebensinhalt der einzelnen Menschen. Sowohl die vergangene sowie die aktuelle aber auch die zukünftige Lebensführung werde von nun an in den Blick genommen und Gefühle, Handlungen und Einstellungen müssen betrachtet

werden. Lebensratgeber würden helfen, da sie Verfahren und Wissen zur Verfügung stellen würden, um ein glückliches Leben gestalten zu können. Diese Praktiken der Selbstveränderung versteht Duttweiler im Sinne Foucaults als Technologien des Selbst (vgl. ebd.: 27f.).

„(...) sie bezeichnen ein Praxisverhältnis der Selbsttransformation bzw. der zielgerichteten Einwirkung auf sich selbst. Technologien des Selbst etablieren dabei bestimmte Weisen der Selbstbezüglichkeit, die von Kausalität, Intentionalität und Operationalität geprägt sind.“ (Ebd.: 28)

Diese Technologien seien an Schemata gebunden, die sozial vorgeschlagen und aufgezwungen werden. Sie würden zu Steuerungsformeln verdichtet. Selbstführung bette sich in Macht- und Wissensformationen ein und das Selbst produziere die eigenen Machtverhältnisse selbst (vgl. ebd.: 28f.).

„Diese Selbstkonstitution des Subjektes ist wesentliches Element des Prozesses der Subjektivierung; er stellt keine einfache Internalisierung äußerer Zwänge dar, sondern vollzieht sich im Zusammenspiel von Verstehensformeln, Zurichtungsstrategien und den Weisen des Selbstbezugs. (...) Damit nimmt Foucault eine radikale Wendung vor, die dem konstruktivistischen Paradigma verpflichtet ist. Es ist die gesellschaftliche Produktion von Bedeutung, die Erfahrung strukturiert und nicht umgekehrt; nicht die Erfahrung verleiht den Zeichen ihre Bedeutung, die Zeichen ermöglichen bestimmte Erfahrungen.“ (ebd.: 29f.)

Daher stellt sich diese Studie Duttweilers die Frage nach den Konstitutionsbedingungen für diese neue Entwicklung der aktuellen Vergesellschaftung, in der Glück zum zentralen Punkt des Selbstbezugs gemacht werden würde (vgl. ebd.: 30).

Mithilfe dieser Technologien des Selbst würden bestimmte Fertigkeiten erworben und Einstellungen angeeignet werden. Sie seien in bestimmter Weise mit Herrschaft und Macht verbunden und produzieren und setzen Zeichen. Lebenshilferatgeber seien solche Schulungen und würden auf Veränderungen der individuellen Einstellung abzielen. Bestimmte Fähigkeiten würden verbessert und die Erfahrungsmöglichkeiten eines Individuums erweitert werden (vgl. ebd.: 31).

Die Anrufung dieses Glücksversprechen betreffe die Allgemeinheit. Lebensgestaltung werde strukturiert und Selbstführung aufgezeigt. Duttweiler führte ihre Untersuchung an leicht zugängliche Bücher mit „Glück“ im Titel aus dem Jahr 1990-2004 im deutschsprachigen Raum durch. Sie befasste sich näher mit 30 Bücher. Diese Glücksratgeber würden die Einzelnen zur Selbstoptimierung und zur Veränderung von Mechanismen adressieren, wobei sie als produktiv und performativ gesehen werden können. (vgl. ebd.: 31f.).

Diese Glücksratgeber können sehr kritisch betrachtet werden und als ein Eingriff und Beeinflussung der Bewusstseinszustände gesehen werden, wobei Gefahren wie Realitätsverlust oder Symptomverbot nicht außer Acht gelassen werden können. Leser und Leserinnen können zu unerreichbaren und unreifen Zielen reichen und eine vollkommene Selbstverantwortung in sich aufnehmen, die sich dann zu Versagensängsten und Schuldbewusstsein hin entwickeln können. Es wird suggeriert, dass das Leben sowohl kontrollierbar als auch planbar und optimierbar sei. Duttweiler sammelt hierbei verschiedene Aussagen und Daten von Soziologen und Soziologinnen und Psychologen und Psychologinnen, die ähnliche Untersuchungen oder Ideen dazu verfolgt haben (vgl. ebd.: 34f.).

„Ratgeber verpflichten auf Erfolg und Optimismus, verdammen alles Negative, forcieren Selbstkontrolle und Selbstrationalisierung und postulieren weitreichende Veränderungen, deren Machbarkeit unrealistisch sind.“ (Ebd.: 36)

Duttweiler hat aber nicht die Intention diese Ratgeber als Lügen zu entlarven, sie will die Konstruktion des Imperativs der Glücksproduktion aufzuzeigen und die produktive Wirkung für die Subjektivierung und die neoliberale Gouvernamentalität schildern (vgl. ebd.: 36).

Die Autorin gehe von der Theorie aus, dass diese Form der Glückssuche nicht eine naturgegebene Selbstverständlichkeit sei, sondern ein diskursiver Effekt und abhängig von Problematisierungen. Diskurse würden nämlich spezifisches Wissen produzieren und Gegenstände auf gewisse Weise erfahrbar machen. Wirklichkeiten werden geschaffen und es sei nicht entscheidend, was Wahrheit ist, sondern ob es als Wahrheit angesehen und als wahr geglaubt werde (vgl. ebd.: 38f.).

Es herrsche ein großer Bedarf an Orientierung, denn es herrsche eine generelle große Ratlosigkeit. Diese Verunsicherung durch die große Selbstverantwortung der Einzelnen sei ein wichtiges Thema (vgl. ebd.: 41f.). Duttweiler beschreibt den glücklichen Unternehmer und die glückliche Unternehmerin folgenderweise:

„(...) seine Fähigkeiten, seine Möglichkeiten und seine konkrete Lebensführung werden als gestaltungsoffen aber auch als gestaltungsbedürftig vorgestellt und ihm selbst und anderen gemäß diesem Imperativ geformt.“ (ebd.: 55)

Alles müsse weiterentwickelt und geformt werden ob Wohlbefinden, Schönheit, Sinnerfüllung oder Gesundheit. Es gehe nicht um Kontinuität, sondern um Veränderung in allen Lebensbereichen. Planung werde schwierig und Flexibilität zu einer Bedingung und Verpflichtung. Daraus würden sich fatale Verunsicherungen kristallisieren: Selbstzweifel,

Angst und Überforderung seien ständige Begleiter und es bestehe ein permanenter Verdacht, nicht zu genügen und Enttäuschung zu erfahren (vgl. ebd.: 55f.).

Beratungsbedarf entstehe zudem auch durch die immer wachsende Masse an Wissen und an eine Überfüllung an Informationen. Je mehr sich Wissen über einem bestimmten Fachbereich etabliert, desto weniger könne dieses überblickt werden und eine Orientierung im Leben geben. Handeln werde immer abhängiger von Wahl und Entscheidung und schlussfolgernd auch zunehmend riskanter (vgl. ebd.: 56-58).

Erst wo objektive und subjektive Richtigkeit und Schwerpunktsetzung zusammenkommen, könne eine richtige Entscheidung getroffen werden. Diese müsse sich auf innere Antriebe stützen und die Ausrichtung ans individuelle Glück trete ins Rampenlicht. Jede Gewissheit und Entscheidung sei von verschiedensten Möglichkeiten umzingelt. Dadurch, dass immer alles auch anders sein könne, seien wir von Unsicherheiten bedroht. Die Verantwortung für die Entscheidungen und die folgende Reihe an Ereignisketten und getroffenen Wahlen liege und bleibe beim eigenen Selbst (vgl. ebd.: 58f.).

Mit dieser Steigerung der Verunsicherung entwickle sich eine Form der Kompensation: die Beratung. Lebenshilferatgeber seien dabei eine bestimmte Art von Beratung (vgl. 59f.).

Die Ratgeber erweisen sich als sehr unterschiedlich, doch es sei ihnen allen gemein, dass sie Glück als ein Resultat sehen würden, ein Resultat aus Arbeit an sich selbst, die mithilfe von Methoden und Ideen der Durchführung von den Autoren und Autorinnen geschildert wird. Das Streben nach Glück werde stark normalisiert und entproblematisiert. Glück werde daher natürlich erreichbar, gestaltbar und steigerbar (vgl. ebd.: 91f.).

Duttweiler präsentiert nun in einem nächsten Schritt wie sich solche Ratgeber vermarkten würden. Sie würden unzureichendes Glück normalisieren und naturalisieren. Dies könne jedoch verhindert werden und die Arbeit am Glück werde sowohl selbstverständlich als auch notwendig. Sie würden einen universellen Beratungsbedarf in den Raum stellen. (vgl. ebd.: 97f.).

Natürlich würden sie das Glück nicht nur von Unglück, sondern auch von einem falschen Glück abgrenzen. Es liege nicht in Angeboten der Glücksindustrie oder Massenartikel, sondern es werde als ein innerer Zustand beschrieben. Aktiv am eigenen Glück teilzuhaben und nicht nur passiv durchs Leben zu gehen, sei hierbei ausschlaggebend (vgl. ebd.: 99-101).

So würden Optimismus, Sinn, Erfüllung und Aktivität Glück bringen. Interessanterweise würden äußere Zustände nicht Unglück mit sich bringen oder eine Glückserfüllung hindern.

Die individuelle Reaktion darauf mache einen Unterschied. Es entstehe eine Distanzierung von Gesellschaft und Individuum, welche ein alleinstehendes Individuum hinterlasse (vgl. ebd.: 102).

Glück hänge in keinem Maße an Reichtum, Schönheit oder Status, sondern sei nur durch Offenheit und Subjektivität gekennzeichnet. Selbstbestimmt handeln, Umwertung von negativen Ereignissen sowie Freiheit seien Devisen zum Glück. Selbstbestimmtes Entscheiden und Aufgehen in einer Tätigkeit mache glücklich. Neues ausprobieren und Risikobereitschaft würden auch zu wichtigen Faktoren zum Glücklichseins und Glücklich gehören. Viele dieser Eigenschaften würden in der Auffassung von Lebendigkeit konvergieren. Genuss und Freude seien auch Ankerpunkte des Glücks, denn beide würden ausschlaggebende Auswirkungen auf den Selbstwert haben (vgl. ebd.: 103-107).

„Die durch die Hochgefühle ausgelöste Intensivierung des Lebens wird in Ratgebern jedoch nicht nur als Zweck, sondern auch als Mittel zur Optimierung anderer Zwecke gesetzt.“ (ebd.: 109)

Dies gehe soweit, dass ein glückliches Leben eine Kette an weiterer positiver Lebenseigenschaften und Lebensinhalte begünstigen würde. Finanzieller Erfolg solle damit einhergehen und Glück und materieller Erfolg seien ein wechselseitiges Verhältnis. Glück sei somit zugleich Mittel und Zweck. Permanente Veränderung werde in einem weiteren Schritt als Normalität des Menschen gefasst. Es gehe somit auch um Selbsttransformation (vgl. ebd.: 109f.).

Interessanterweise seien sich die Glücksratgeber trotzdem in gewissen Punkten einig, nämlich in dem, dass das Glück im Augenblick passiere und immer nur in der Gegenwart stattfinden würde (vgl. ebd.: 110).

„Glück als sinnstiftende Problematisierungsformel, die auf individuelle Erfüllung zielt und Individualität als Erfüllung ausweist, vollbringt so eine spezifische Leistung: Sie verkoppelt die individuelle Ausrichtung des Lebens mit einer abstrakten normativen Orientierung. Normalität und Individualität werden verschränkt und kreieren eine Metaregel: Folge dem, was *dich* glücklich macht!“ (Ebd.: 119)

Ratgeber würden nun also unterstützen und ermöglichen, glücksbringende Entscheidungen zu treffen und ein Wissen bereitstellen, das Glück selbst durch Entscheidungen zu beeinflussen. Sie würden dazu anregen, die Erfahrungen stets neu zu interpretieren und neue Entdeckungen zu machen, um sein Glück stets zu optimieren. Glück erscheine daher als Lohn einer Anstrengung und als eine Selbsttechnik. Es gipfle in eine von drei verschiedenen Modi des

Selbstbezugs: die Selbsterkenntnis, die Selbstgestaltung und die Selbststimulation (vgl. ebd.: 151f.).

„Glück erweist sich als Produkt einer Arbeit an sich selbst – und das Selbst als Produkt der Arbeit am eigenen Glück.“ (Ebd.: 212)

Glück sei für jeden erreichbar, denn es gehe um die richtigen Übungen. An sich selbst arbeiten sei daher dem Glück gleichgesetzt und zugleich Voraussetzung und Ergebnis. Foucault fasst dies unter den Begriff der Selbsttechnologien. Man wirke so auf sich ein, dass man einen neuen besseren Zustand erreiche. Ratgeber würden solche Techniken bereitstellen. (vgl. ebd.: 212f.).

Anwendungen solcher Techniken würden Abläufe zu Routinen gestalten und einen nicht zwingen, durchgehend sich bewusst für das Glück entscheiden. Die Arbeit am Glück werde zur täglichen und omnipräsenten Routine (vgl. ebd.: 213).

Spezifische Individualität soll hierbei erkannt und auch verfügbar gemacht werden. Auch nach außen hin erlauben diese Techniken dem Selbst den Umgang mit der Welt und dessen Einflüsse zu beherrschen. Grenzen zwischen der Welt und dem eigenen Ich können gezogen werden. So könne man sich von unglücklichen Faktoren und/oder Menschen distanzieren. Autonomie sowie Einzigartigkeit würden stark gefördert (vgl. ebd.: 213f.).

Der Maßstab liege hierbei im Glücksgefühl selbst, das wir empfinden und hiermit kann überprüft werden, welche Verfahren und Techniken uns dabei wirklich helfen (vgl. ebd.: 214).

„Die Soziologie der Gefühle hat diese Authentizität als notwendige Fiktion dechiffriert: Was im eigenen Erleben als unwillkürlich, unverfügbar und natürlich erscheint, ist wesentlich bestimmt von sozialen Gefühlsregeln. Mit anderen Worten: Die vermeintliche Selbstevidenz der Selbst-Erfahrung ist abhängig vom Zusammenschluss individueller und sozialer Codierungen. (...) Im vorliegenden Fall gibt der Diskurs des Glücks die überindividuelle Problematisierungsformel vor, die dazu anregt, Einstellungen, Zustände und Empfindungen nach Maßgabe des Glücks neu zu codieren und stellt normierte Verfahren zur Glücksproduktion bereit.“ (ebd.: 215)

Der soziale Anteil dieses Prozesses werde hierbei betont. Dadurch, dass wir Gefühle aber meist als individuell empfinden und dem eigenen Körper zuordnen, werde das Soziale verdeckt und das Glücksgefühl werde als authentisch erlebt (vgl. ebd.: 215).

Es entstehe ein Moment der Aufforderung am eigenen Glück zu arbeiten und die Techniken des Glücks würden das Selbst und die eigene Identität produzieren. Neben den vorhin genannten Ausbau der Individualität und Autonomie ergebe sich auch eine detailversessene

und minutiöse alles umgreifende Arbeit am eigenen Selbst, wobei kein Aspekt dabei prinzipiell ausgeschlossen werden könne (vgl. ebd.: 216).

„Körper, Gefühle und Gedanken sind gleichberechtigte Angriffspunkte und zugleich gleichwertige Ausgangspunkte der Veränderung. Damit wird die Idee einer Kohärenz stiftenden Instanz des Geistes, die Körper und Gefühle beherrscht, zugunsten einer Atomisierung und Autonomisierung der Einzelemente verabschiedet.“ (Ebd.: 217)

Der Bezug zu sich selbst könne als Technisierung des Menschen verstanden werden und dies könne als Entfremdung interpretiert werden. Solche sozialen Diskurse und Praktiken würden auf die Konzeption aber auch Konstitution der Subjekte einwirken (vgl. ebd.: 217).

„Indem sich das Selbst in immer komplexere Anordnungen zerlegt, sich in verschiedene, kaum eingrenzbar Angriffspunkte der Selbstbearbeitung ausdifferenziert, neue Fähigkeiten ausbildet und sich nach Maßgabe der eigenen Vorstellungen selbst gestaltet, baut es sein >wahres Wesen< allererst aus, auf das es sich bezieht.“ (ebd.: 217)

Das Individuum entwerfe sich immer wieder in seiner Selbstgestaltung und Arbeit an sich selbst. Die Logik einer Substanz werde hierbei ersetzt durch eine Logik der Konstruktion. Duttweiler beschreibt diese Orientierung am Glück als hochpolitisch. Die aktuelle Gesellschaft brauche nämlich genau diese individualisierten Menschen. Erst die Wechselseitigkeit dieser Autonomie der Gesellschaft und der Autonomie der Subjekte kreierte die Möglichkeit der Existenz und des Funktionierens beider (vgl. ebd.: 217-220).

Duttweiler sieht sich nun in einem letzten Schritt diese Spannung zwischen der gesellschaftlichen Ordnung der Freiheit an, denn die Freiheit des Subjekts und die eigene Verantwortung trage zur aktuellen Vergesellschaftung bei. Am eigenen Glück zu arbeiten zeige sich als funktional für die Individualitätssteigerung, fördere Entscheidungsfähigkeit und Selbstsicherheit (vgl. ebd.: 221).

„Sein Glück zu machen heißt, sich selbst zu verwirklichen – und dies als das Wesentliche des Lebens anzusehen.“ (ebd.: 221)

Duttweiler kommt zum Schluss, dass Kritik sehr angebracht sei, denn diese Ratgeber fördern eine Flucht aus der gesellschaftlichen Wirklichkeit. Sie würden ein authentisches Selbst ausbilden, welches gegenüber der Gesellschaft stehe. Es seien äußerst wirksame Momente einer neoliberalen Gouvernamentalität. Unentwegte Selbstproblematik sowie Selbstverbesserung und die Ausbildung dieser Palette an Eigenschaften seien die gesellschaftlichen Auswirkungen dieser Entwicklung. (vgl. ebd.: 221f.).

Duttweilers Untersuchungen konnten darlegen, dass Wissenspraktiken, Machtpraktiken und Selbstpraktiken sowohl sozial als auch individuell hergestellt werden und Selbstbestimmung, Individualität und Freiheitserwartungen nicht fix sind. Dieses Glücksstreben schließe an Überzeugungen der Moderne an und sei zukunfts- und fortschrittoptimiert. Diese Machteffekte würden ein spezifisches Selbst- und Weltverhältnis erschaffen (vgl. ebd.: 224f.).

Das Ich gleiche einem uneingeschränkten Souverän und einer Souveränin, welcher und welche sich dahingehend entwickeln und verändern kann, um das eigene Glück zu produzieren (vgl. ebd.: 228).

„Auch die Diskurse um Gesundheit, Fitness, Wellness, Jugendlichkeit und Schönheit setzen unhintergehbare Werte und gelten als flexible Fluchtpunkte der Selbstverbesserung, die nie wirklich eingeholt werden können und die der ständigen Aufmerksamkeit bedürfen.“ (ebd.: 229)

Auch hier gebe es keine Grenze, kein Limit, kein Ziel zu erreichen, sondern es durchziehe sich eine permanente Herausforderung. Der Diskurs des Glücks umfasse alles und werde zu einem intrinsischen Antrieb. Es gehe darum eine flexible Anpassung an äußere Bedingungen zu ermöglichen und zugleich Mittel zu schaffen, sich gegen Vereinnahmung gesellschaftlicher Erfordernisse abzukoppeln und sich somit nicht zu überfordern. Die Glücksarbeit sei zugleich ein begrenzender und ein begrenzter Eskapismus. Der Realität wird hierbei aus dem Weg gegangen (vgl. ebd.: 229f.).

Das Glücksgefühl könne zudem auch noch als sehr produktiv angesehen werden und verbessere die Arbeitsfähigkeit und Leistungsfähigkeit. Glücklich sein gelte als Produktivkraft für Erfolg. Glücksratgeber würden hiermit exakt die Eigenschaften und Fähigkeiten produzieren, die für das unternehmerische Selbst wünschenswert seien (vgl. ebd.: 231f.).

Als Ergebnis der Studie kann festgehalten werden, dass Glück dazu beitrage, die aktuelle gesellschaftliche Ordnung zu stabilisieren. Es sei ein konstitutives Element und für die Entwicklung der Gesellschaft sehr bedeutend. Es sei nicht, wie generell angenommen, eine private Angelegenheit, sondern hochpolitisch, wie Duttweiler es formuliert (vgl. ebd.: 233f.).

„Diese Diskurse, Verfahren und Praktiken konstruieren Bedingungen, die die neoliberale Transformation des Sozialen nicht nur plausibilisieren, sondern auch konkret mitproduzieren.“ (ebd.: 235)

3.4. Das Wellness-Syndrom. Die Glücksdoktrin und der perfekte Mensch - Carl Cederström und André Spicer

Cederström und Spicer beschreiben in ihrer Veröffentlichung zum Glück ein Wellness-Syndrom. Wellness sei dabei heutzutage eine moralische Aufforderung geworden und dies in breiten Teilen der Gesellschaft. Alles solle darauf hinzielen, unser Wohlbefinden zu verbessern und dessen Erfüllung hätte sich in allen Aspekten und Facetten unseres Lebens eingeschlichen. Dies betreffe nicht nur einige wenige Anhänger einer Gemeinschaft, es würde sich so wie es die Autoren beschreiben zum Mainstream entwickeln. Cederström und Spicer wollen in ihren Ausführungen aufzeigen, wie das Wohlbefinden zu einer Ideologie geworden sei. Besonders deutlich werde ihre Auswirkung an Menschen, die dieses Ziel nicht zu erreichen scheinen. Diese würden als schwach deklariert sowie als faul und willenlos angesehen (vgl. Cederström & Spicer 2016: 7-9f.).

„Dieser ideologische Wechsel ist Teil einer größeren Transformation in der gegenwärtigen Kultur, in der individuellen Verantwortung und Selbstdarstellung mit der Mentalität marktliberaler Ökonomen verschmelzen.“ (Cederström & Spicer 2016.: 10f.)

Es gehe in diesem Sinne nur darum, den Marktwert zu verbessern. Beim Rauchen lassen liege der Sinn zum Beispiel nicht um die Lebenserwartung oder um das Geldsparen. Es ziele auf den Aspekt des Marktes, um eine Verbesserung der Stellung im Markt. Genauso verhalte es sich auch mit dem Glück. Die beiden Autoren möchten den moralischen Imperativ aufzeigen. Hierbei erwähnen sie den brillanten Begriff von Alenka Zupancic: die Bio-Moral. Mit Biomoralität beschreibt Zupancic die Aufforderung, glücklich und gesund zu sein (vgl. Cederström & Spicer 2016.: 11f.).

Die Autoren des Wellness-Syndroms beschreiben diese besondere Situation als eine Aufforderung des Über-Ich¹s, das sonst für Strafen zuständig wäre und unsere Moralvorstellungen durchsetze. Dieses Über-Ich fordere uns plötzlich auf, Spaß zu haben sowie unser Ich auszudrücken und das Vergnügen im Leben zu finden. Cederström und Spicer seien aber überzeugt, dass dieser Befehl nicht unser Wohlbefinden verbessern solle. Sie finden es keine gute Nachricht, wenn sich ein Vergnügen hin zu einer Verpflichtung wandeln würde. Uns werde in diesem Prozess gar nicht so sehr bewusst, wie spontan dies in uns selbst entstehe und dass es von außen auf unser Inneres auferlegt werde (vgl. ebd.: 12f.).

Das Wellness-Syndrom umfasse Angst, aber auch Selbstvorwurf und Schuld. Die zugrundeliegende Annahme sei die, dass jedes Subjekt autonom aber auch leistungsfähig sowie willensstark sei und danach strebe sich zu verbessern. Dies gelinge durch das Wählen des

¹ „durch die Erziehung entwickelte und als eine Art Richtschnur der Kontrolle dienende, regulierende Instanz der Persönlichkeit“ (Duden Online 2024: 1)

eigenen Schicksals. Doch so positiv dies auch scheinen möge, es bringe Schuldgefühle und Versagensängste mit sich. Diese große Verantwortung, die durch diese Wandlung jedem Individuum in die Hände gelegt werde, bringe auch die Gefahr mit sich, die falsche Wahl zu treffen oder treffen zu können. Als Beispiel dieses Wellness-Syndroms wird in diesem Kontext das Essen genannt, das zu einem gewissenhaften Nahrung-zu-sich-nehmen geworden ist sowie eine Form der Medikation. (vgl. ebd.: 13f.).

„All die Freuden, denen wir zu frönen pflegten, sind nun Freuden mit einem ultimativen Ziel – die Verbesserung unseres Wohlbefindens.“ (ebd.: 15)

Ein Gedanke, der den Autoren dabei aufkommt, ist die Frage, was mit dem Rest der Gesellschaft geschehe, wenn ein Individuum so stark mit sich selbst und seinem Wohlbefinden beschäftigt sei. Es sei eine verlockende Alternative zu einem Nachdenken über die Welt geworden, wenn sich der Mensch in sich selbst zurückziehe und sich nur Fragen zum eigenen Selbst und dessen Verbesserung stelle (vgl. ebd.: 16).

In einem weiteren Schritt beschreibt die Veröffentlichung nun die neue Mode des Coachings, das in so vielen verschiedenen unterschiedlichen Facetten Einklang in die Gesellschaft gefunden habe. Auch wenn dadurch keine Schwerpunkte festgelegt würden, so liege all diesen Formen der Gedanke zu Grunde, dass der Mensch sein inneres Potenzial befähigen und freisetzen könne (vgl. ebd.: 20).

„Um man selbst zu werden, muss man besser werden – und um besser zu werden, muss man seine Ziele erreichen. Selbsterkundung und Selbstentdeckung verwandeln sich in Selbstverwirklichung und Selbststeigerung.“ (ebd.: 21)

Durch diese neue Eigenverantwortung und Selbstschuld werde das Über-Ich noch strafender und strenger, weil die Kehrseite dieser Selbstfaszination dann Selbsthass sei. Andere Leute seien nur noch soweit interessant, inwiefern sie etwas dem eigenen Ich etwas sagen würden. Es gebe in jeden Kontext ein Mehr an etwas, das wir tun hätten können. Somit entstehe ein narzisstisches Subjekt. Die Autoren erkennen ein postmodernes Über-Ich, welches uns befehle zu genießen. Doch Genuss könne nicht befohlen werden, was bedeutet, dass es ein ironisches Genussversprechen bleibe (vgl. ebd.: 24f.).

„Wir sollten anerkennen, dass das gecoachte Selbst, das unterwiesen wurde, voller Verantwortung für seine Lebenswahl zu übernehmen, das Selbst ist, das oft bestens gewappnet ist, die widersprüchlichen Anforderungen des heutigen Kapitalismus zu erfüllen: gleichzeitig extrovertiert und introspektiv, flexibel und konzentriert, anpassungsfähig und eigensinnig zu

sein. (...) Entscheidend ist nicht, was man erreicht hat, sondern was man werden kann. Was zählt, ist das potentielle, nicht das tatsächliche Ich.“ (ebd.: 25-32)

In dieser Beschreibung des neuen Zustands des Ichs, stelle sich nun die Frage, inwiefern etwas Antrieb für diese Gestaltung als Unternehmer und Unternehmerin sein könne und inwiefern diese Wandlung im Beruf und im persönlichen Leben akzeptiert werden könne. Dieser ständige Zustand von Unsicherheit bringe uns dazu Ziele aufzustellen, zu investieren, flexibel zu sein, aber auch Risiken einzugehen, um Profit zu maximieren. Diese große Verantwortung und Wahl sei daher zugleich eine Aufforderung. Es scheine eine völlige Zufälligkeit zu herrschen und ein damit einhergehender ständiger Entscheidungsmoment in all unseren Lebensfacetten. Natürlich würden wir auch die alleinige Verantwortung für unsere getroffenen Entscheidungen tragen (vgl. ebd.: 33).

Folgender Punkt der Veröffentlichung ist nun das Streben nach Achtsamkeit, welches seine große Anziehungskraft teilweise auch aus der Unterstützung der Wissenschaft erhalte. Dabei zeigen die Autoren auf, dass es sich gar nicht um wissenschaftliche Ergebnisse handle, die der Achtsamkeit diese Macht verleihen. Das Gefühl, dass sie sich wahr anfühle und dass es die Aura der Wissenschaft habe, verleihe ihr diese besondere Stellung. Des Weiteren sei Achtsamkeit vielversprechend in Bezug auf die endemischen Schwierigkeiten wie Angst, Stress oder etwa Unsicherheiten. Sie sei daher ein Weg, die Verantwortung auf den und der Einzelnen abzuwälzen. Sie liefere uns ein Werkzeug zur Selbsthilfe. Hierbei werde daher nicht die Umgebung hinterfragt, in der sich die Probleme ergeben, sondern der Umgang damit werde essentiell und zu einer persönlichen Entscheidung (vgl. ebd.: 36-38).

Für den Fortschritt der Glücksidee seien nun zwei begünstigende Faktoren entscheidend gewesen: eine Entpolitisierung und ein Bedeutungsschub für Moral. Zudem sei durch die Wahlfreiheit die Verantwortung des eigenen Wohlbefindens größer geworden (vgl. ebd.: 43).

„Dies ist die Essenz des positiven Denkens: Es verbindet magisches Denken (du kannst mit einer positiven Einstellung alles erreichen) mit einem rigorosen Beharren auf persönlicher Verantwortung (wenn du scheiterst, ist es deine Schuld).“ (ebd.: 85)

Ein wesentliches Element dieser Positivität sei dessen Erfolgsversprechen. Glück soll mit Erfolg Hand in Hand oder Schulter an Schulter gehen. Es ermögliche eine Reihe von neuen Möglichkeiten und solle der Schlüssel für alles Gute sein. Glück werde als Ort deklariert, an dem Erfolg beginne (vgl. ebd.: 86-88).

Wahres Glück sei aber nicht in gesellschaftlichen Codes zu finden und habe Reichtum und Ruhm zum Ziel, sondern sei im Inneren zu finden. Glück sei Hinwendung und liege in unserem Ermessen und unseren Händen. Es stelle sich als immer verfügbar dar, welches jeder in sich trage. Die Person müsse sich nur für das Glück entscheiden (vgl. ebd.: 89-91).

Die Autoren beschreiben diesen Glückshype als eine oberflächliche Suche nach Glück, die sich in eine Obsession wandle. Wenn die Glücksvorstellung näher betrachtet werde, lasse das Paradox nämlich seinen Umhang fallen und zeige sich deutlich. Einerseits würden wir unsere Einstellung ändern müssen und es sei eine individuelle Wahl. Andererseits sei es ein tiefes Gefühl, welches nicht leicht auf uns zu komme, einer ständigen Entscheidung bedarf und nicht jeder einzelnen Person einfach zuteilwerde (vgl. ebd.: 91-93).

Es gebe nun einen weiteren interessanten Punkt, der in diesem Kontext beleuchtet werden könne. Glücklichkeit fördere die Produktivität eines Arbeiters und einer Arbeiterin. Dies mache es noch erstrebenswerter, sei es für das eigene Ich oder für das ganze Unternehmen und den Markt. Von tausenden Studien sei es bestätigt und erhalte durch seine Entdeckung ein großes Ausmaß an Wichtigkeit. Dies kann als Grund für das immer zentraler werdende Glück angesehen werden. Die Ideologie werde gut verpackt und schiebe dem und der Einzelnen die Verantwortung in die Schuhe. Wie aussagekräftig nun diese ganzen Studien seien, könne auch in Frage gestellt werden (vgl. ebd.: 97f.).

In diesem Rahmen zitieren sie Giorgio Agamben: „Wer glücklich ist, kann nicht wissen, dass er es ist[...], das Subjekt des Glücks ist kein Subjekt per se und hat nicht die Form eines Bewusstseins.“ (ebd.: 98f.) Sie fügen hinzu: „Glück ist flüchtig, fragil und trügerisch. Immer auf der Flucht. Es überrascht uns in Momenten und flieht, wenn wir es am meisten erwarten.“ (ebd.: 99)

Cederström und Spicer erwähnen hierbei die Tatsache, dass der britische Premierminister David Cameron sich für die Glücksforschung interessiert hätte und den Versuch gestartet habe, das Glück zu messen und zu verbreiten. Natürlich solle dabei immer noch „die Wirtschaft in Gang halten“ oberstes Ziel sein. Das nun aber die Wirtschaft auch dadurch in Gang gehalten werde, ergebe sich nicht zufällig. Wohlbefinden würde besser arbeitende und verantwortungsbewusstere Arbeiter und Arbeiterinnen hervorbringen. Positive Einstellung sei dazu noch ein effektives Heilmittel in verschiedensten Bereichen, wobei auch medizinische Versorgung seltener werden könne (vgl. ebd.: 100f.).

Es entstehe ein Raum der ständigen Verbesserung, des ständigen Messens seiner Leistung und der Arbeit an dem eigenen Ich. Sich selbst zu beobachten, als wären wir ein Unternehmen, passe einwandfrei in das Bild eines idealen Akteurs und einer idealen Akteurin im Neoliberalismus. Der Mensch werde zu einem Produkt sowie zu einem Aushängeschild und ein Manager und Managerin des eigenen Lebens und Lebenslaufes, der ständig aus den ganzen Möglichkeiten entscheiden und die Verantwortung tragen müsse. Das Life-Tracking werde in diesem Rahmen eine Methode, um sich effektiver zu machen. Beobachtet werden kann dessen Ausbreitung auf die ganze Gesellschaft in verschiedensten Bereichen und Formen (vgl. ebd.: 132-135).

Dahinter stehe nicht nur die Erkenntnis, dass wir Menschen Produkte seien, die wir auf dem Markt verkaufen. Dieses Produkt solle zudem noch ständig verbessert werden. Selbstmanagement sei der einzig verfügbare Weg. Die Autoren beschreiben es als eine Illusion aus Wahlfreiheit und Autonomie (vgl. ebd.: 139).

„Je mehr wir uns auf die Maximierung unseres Wohlsens konzentrieren, desto entfremdeter und frustrierter werden wir anscheinend. Die hektische Suche nach der perfekten Diät; das paranoide Streben nach Glück; der aufgezwungene Workout am Arbeitsplatz; die endlosen Life-Coaching-Sitzungen; das minutiöse Tracking der Körperfunktionen; die Verwandlung des ganzen Tages in ein Spiel – die verzweifelten Versuche, die eigene Produktivität durch Wellness zu erhöhen, schaffen ihre eigenen Probleme. Sie befördern einen ansteckenden Narzissmus, der uns die große Wendung nach innen aufdrängt und den Körper zur ersten und letzten Sorge macht. Sie erzeugen ein schleichendes Angstgefühl, das von der stets gegenwärtigen Verantwortung kommt, jede Wahl eines Lebensstils zu rechtfertigen und zu kontrollieren. Sie schüren ein Schuldgefühl, das von dem unvermeidlichen Versagen herrührt, wenn wir unsere Diät nicht befolgen oder unsere Lebensziele nicht erreichen. Menschen, deren Leben von der Wellness-Ideologie beherrscht wird, sind nicht gesünder, glücklicher und produktiver. Sie sind auch narzisstisch, besorgt und schuldbewusst. Sie sind Opfer des Wellness-Syndroms.“ (ebd.: 171)

In diesen Zeilen erkennen wir auch negative Auswirkungen dieses Glücksstrebens. Diese werden uns jedoch nicht aufgezeigt und es werde natürlich auch nicht davor gewarnt. Nun seien wir auch immer mehr mit dieser Thematik beschäftigt, wobei wir die Politik ganz vergessen würden. Verbesserungsvorschläge würden sich immer mehr auf das eigene Leben und nicht die ganze Gesellschaft beziehen. Wir würden die politische Beteiligung nicht mehr fordern und es gehe nun um persönliche Rehabilitation (vgl. ebd.: 172).

Nach diesen Thesen zur Thematik des Glücks scheint ein weiterer Aspekt des Lebens eine Darstellung zu verdienen, dessen Betrachtung es sich lohnt. Die Pädagogik, also wie die Kinder und Jugend erzogen werden, wird hierbei interessant. Ich finde, eine Gesellschaft enthüllt in ihrer Erziehung der Kleinsten wesentliche Merkmale und moralische Vorstellungen. Ziele und Prioritäten werden den Kindern mitgegeben und sie werden geformt. Natürlich kann hierbei die Frage gestellt werden, ob die Kinder bereits als Unternehmer und Unternehmerinnen ihrer Selbst erzogen werden und wie in diesem Rahmen die Glücksthematik gehandhabt wird.

3.5. Glück in der Schulbildung

In diesem Kapitel werden Teile aus der Schulbildung zur Thematik des Glücks angeführt. Diese sollen zeigen, wie stark dieser Glückshype unser Leben und unsere Gesellschaft bestimmt. Glück wurde in den vorherigen Anführungen beschrieben, als ein gesellschaftliches Leitbild, welches erlernbar sei und ein gewisses Know-how erfordere. Nun stellte sich mir die Frage, ob dies nun daher in die Erziehung Eingang finde.

Glück sei in keinem Fall zufällig, sondern erlernbar, weshalb es möglich sei, dieses Glück durch „Flourishing“ zu messen. Die Positive Psychologie wolle einen Gleichklang in positiven und negativen Emotionen unterstützen und somit ein ganzheitliches Wohlbefinden fördern (vgl. Hentsch 2020: 1).

Diese Rahmenlinien und Vorstellung der Förderung und Messung von Glück sollen nun in diesem Kapitel aufgezeigt werden. Interessanterweise hat sich seit einigen Jahren ein neues Fach in verschiedensten Schulen in Deutschland und Österreich herauskristallisiert: das Fach Glück.

Tobias Rahm, der Leiter des Instituts für Pädagogische Psychologie der TU Braunschweig, plädiert mit diesen Worten für das Unterrichtsfach „Glück“:

„Das Lebenszeitrisiko an einer Depression zu erkranken liegt für Männer bei ungefähr zwanzig, für Frauen bei etwa dreißig Prozent. Bei diesen Zahlen muss man sich überlegen, ob man dagegen nicht massiv vorgehen sollte. Es gibt zwar Präventionsprogramme, doch laut einer Studie der WHO aus dem Jahr 2015 kosten Depressionen und Angststörungen durch Behandlung, Klinikaufenthalt, Abwesenheit vom Arbeitsplatz, etc., die EU-Wirtschaft jährlich 170 Milliarden Euro. Vor diesem Hintergrund halte ich es für absolut angezeigt, zu sagen wir möchten mehr Menschen in den Zustand des Aufblühens bringen. Wenn wir das ganze gesellschaftlich verankern wollen, müssen wir dafür natürlich in die Bildungssysteme rein und es Kindern frühzeitig beibringen.“ (ebd.: 1)

Hier werden die Wirtschaft sowie die wirtschaftlichen Vorteile, die glückliche Menschen mit sich bringen können, und die Nachteile, die unglückliche Menschen mit sich tragen, sogar wortwörtlich erwähnt. Dieses Erlernen des Glücklichseins scheint wichtig und unentbehrlich für die ganze Gesellschaft. Es können Kompetenzen erworben werden, die die Wahrscheinlichkeiten eines Aufblühens erhöhen und ein glückliches Leben ermöglichen und begünstigen.

Rahm schildert nun diverse Beispiele und seine Lieblingsübung, die aus der Positiven Psychologie stamme. Diese nenne sich: „Drei gute Dinge“. Dabei formuliere man drei Wochen lang jeden Abend drei gute Dinge, in welche wir persönlich verwickelt waren beziehungsweise selbst an dessen Gelingen beigetragen haben. Mehrere Studien sollen deren positive und wirksame Effekte belegen, die sich auch noch ein halbes Jahr später zeigen sollen. Wer also nur eine Woche lang diese fünf Minuten in die positive Wahrnehmung investiert, solle nachhaltig auf das eigene Leben einwirken und dieses positiv verbessern (vgl. ebd.:1).

Rahm argumentiert nun für eine Einführung des Schulfachs, da es politisch wertvoll sei. Die Wahrscheinlichkeit des Aufblühens erhöhe sich nämlich signifikant. Potentiale, die sich daraus ergeben, seien menschenverändernd und daher auch gesellschaftsverändernd. Die Vermittlung von Kompetenzen zum Glücklichsein würden positiv auf das Leben eines Menschen strahlen. Spannenderweise betont er in seinen Worten auch wiederum die ökonomischen Auswirkungen des Schulfachs und die daraus resultierenden Vorteile. Rahm baut nun auf diese Möglichkeit, diese ganzen Fähigkeiten zu lehren und somit zu trainieren und erlernen. Alle sollen kooperieren, um Glücklich Sein zu fördern und ermöglichen. (vgl. ebd.: 1)

Hier stellt sich nun die Frage, ob dieses Glück nun dem Einzelnen und der Einzelnen oder dem Markt nützen solle. Hier kommt wieder dieses neoliberale Konzept in den Mittelpunkt. Da die Wirtschaft explizit erwähnt wird, kann der Gedanke bestätigt werden, dass Glück und Wirtschaft Hand in Hand gehen.

Wie dieses Erlernen des Glücks nun gelingen soll, werde auch dargestellt. Es gehe um Skills und Kompetenzen, Probleme zu bewältigen und somit Glück zu fördern. Mit offenen Augen die Welt sehen, positive Dinge bemerken und nach ihnen zu suchen, bringe Glück. Es gehe auch darum, negative Emotionen nicht überproportional wahrzunehmen und daher einem verzerrendem Negativitätseffekt entgegenzuwirken. Denn Fakt sei, negative Informationen würden schneller unsere bewusste Verarbeitung erreichen. Dies gründe in unseren Instinkten, auf solche negativen Emotionen wie Angst sofort zu reagieren. Solche sozialen Stressoren wären damals zwar andere gewesen, aber es gebe sie weiterhin in unserem Leben. Diese

Instinkte hätten sich hin zu Werteverletzungen und Bedrohungen unsere Ziele verschoben und würden unser Stresssystem aktivieren, damit wir darauf in einer bestimmten Weise reagieren können. Unsere Handlungstendenzen seien hierbei nicht einer großen Bandbreite zugehörig, sondern seien meist Flucht oder Angriff. In positiven Handlungsoptionen hingegen sei diese Bandbreite ganz eine andere und eine viel größere (vgl. ebd.: 1).

Fredrickson Barbara meint, dass wir durch häufigere positive Emotionen aufblühen können, da wir diese größere Bandbreite an Handlungsoptionen haben würden und somit ganz unterschiedliche Verhaltensweisen an den Tag legen können. Je mehr wir diesen Tendenzen nachgehen würden, desto eher würden sich unsere Ressourcen erweitern. Das bedeute, dass nur das Erleben von mehr positiven Emotionen eine Wirkung auf unser ganzes Verhalten mit sich bringen würde (vgl. ebd.:1).

In Australien sei eine Erziehung zum Glück schon seit 2007 auf dem Programm und bringe Erfolge mit sich. Australien bilde mittlerweile über 10.000 Lehrer und Lehrerinnen weiter, die dann anschließend Glücklich Sein und die Positive Psychologie lehren können. Der Lehrplan, welchen sie dann verfolgen sei auch öffentlich zugänglich. Dieser beinhalte Unterrichtseinheiten von zwei Stunden pro Woche und beginne mit der ersten und gehe bis zur zwölften Klasse (vgl. ebd.: 1).

Ein großer Bedarf dieses Faches „Glück“ zeige sich in der Zahl der erkrankten Personen. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) veröffentlichte eine Zahl von ca. 350 Millionen an depressiven Störungen erkrankten Menschen. Depressionen seien eine der häufigsten psychischen Krankheiten, die am meisten unterschätzt werden (vgl. ebd.: 1).

In diesem Kontext des Schulfaches möchte ich nochmals auf Cabanas und Illouz eingehen. Diese belegen ein exponentielles Wachstum an Unsicherheit am Arbeitsplatz durch Ungewissheit, Instabilität in ökonomischen Belangen, Konkurrenz und Dezentralisierung von Organisationsstrukturen sowie die Herausbildung und Verstärkung eines therapeutischen Ethos. Individuelle Selbstverwirklichung und emotionale Stabilität sowie Gesundheit seien daher Zentrum des Fortschritts. Dabei ist es wichtig aufzuzeigen, wie stark sich neoliberalistische Ideen in die Natur des Menschen einfügen konnten und nun als natürlich gelten würden (vgl. Cabanas & Illouz 2015: 564).

„Laut dieser Ideologie gelten alle Individuen als freie, strategisch agierende, eigenverantwortliche und autonome Wesen, die sowohl ihre seelischen Befindlichkeiten als auch ihre Beziehungen zu anderen beherrschen können, um ihr Eigeninteresse und vor allem

das zu verfolgen, was als ihr inhärentes Ziel gilt. Das Erlangen von Glück.“ (Cabanas & Illouz 2015: 564)

Sie beschreiben Glück im Neoliberalismus als ein moralisches Gebot und als einen gewaltigen Bezugsrahmen. Es werde zudem immer mehr in den verschiedenen Staaten gemessen und berechnet. Ob Fachzeitschriften oder Fragebögen: das Glück dehne sich im Netzwerk rasant aus. Es gäbe ein glücksbasiertes Repertoire an Techniken, mit denen Arbeitsleistung gesteigert, Anforderungen zu bewältigen und Veränderung in Strukturen zu meistern. Zudem gehe es darum scheitern in produktiver und positiver Form zu bewältigen, Netzwerke zu errichten und Ziele zu verfolgen. Es werden aber auch den Regierungen und den Unternehmen Mittel geboten, um das Glück zu kalkulieren und managen aber auch zu vergleichen (vgl. ebd.: 565).

Eines dieser Wege sei nun die Pädagogik und die Verfolgung des Glücksethos in Schulen. Doch was aus dieser Suche nach Glück und der Selbstverantwortung in diesem Bereich auch mit sich bringen könne, soll in der nächsten Ausführung geschildert werden.

3.6. Fear of Missing out

Stress sei den Menschen einer neoliberalen Gesellschaft ein Begriff und sogar ein äußerst häufiges Problem vieler Menschen. Alles selbst erreichen, sich ständig entscheiden und an sich zu arbeiten kostet natürlich sehr viel Energie und ist somit Auslöser für Stress.

Doch neben dem allen bekannten Stress, der aus konkreten Aufgaben und Anforderungen bestehe, gebe es auch noch einen Stress aus potentiell versäumten Gelegenheiten. Dieses Phänomen werde mit dem Akronym FOMO beschrieben und bezeichne die Angst etwas zu verpassen. Wir würden in einem ständigen Informationsfluss leben, indem das Individuum ständig selektieren und entscheiden müsse. Dadurch, dass Wissen ständig zunehme, komme damit eine dauernde Wahl aus den Möglichkeiten hinzu und es ergebe sich eine permanente Gelegenheit, etwas zu verpassen, versäumen sowie sogar bereuen (vgl. Spengler 2022: 67-69).

Wir seien Unternehmer und Unternehmerinnen unserer Selbst, würden in dieser ständigen Selbstverbesserung leben und an unserem glücklichen Ich arbeiten. Dass damit ein Überschuss an Möglichkeiten und eine Angst des richtigen Wählens entstehe, wäre nur eine Frage der Zeit gewesen. Es ergebe sich daher auch im Kontext des Glücklichseins eine Fülle an verschiedenen Wegen und Möglichkeiten der Selbstentfaltung sowie der permanenten Arbeit an sich selbst.

„Gemeinhin verbirgt sich dahinter ein pathologischer Befund über die Gegenwartsgesellschaft; nämlich, dass die Sorge des oder der Einzelnen, etwas verpassen zu können, den Anschluss zu verlieren, in Stress und Belastung münden.“ (Spengler 2022: 69)

Andreas Spengler betrachtet nun dieses Phänomen mithilfe dem Machtbegriff von Foucault. In der aktuellen Vergesellschaftung verhalte sich das Individuum eigenverantwortlich und aktiv, im Gegensatz zu früheren Gesellschaftsformen, in denen das Individuum normiert wurde. Indem sich dieses klassische Lebenslaufregime auflöse, ergebe sich eine Freisetzung der Individuen. Es gebe nun eine Fülle an nie dagewesenen Möglichkeiten und jeder Einzelne und jede Einzelne erhalte die Möglichkeit zu wählen. Hierbei erwähne Spengler den französischen Philosophen Gilles Deleuze, der diesen Gewinn an Freiheit als Kontrollmechanismus und Regierungstechnologie beschreibe (vgl. Spengler 2022: 72-74).

Informationstechnologien und Kommunikationstechnologien würden ständig wachsen und seien für den und der Einzelnen nicht mehr erschließbar. Es stellt sich nun die Frage, wie ein Individuum nun daraus wählen könne und den Überblick behalten könne, um wettbewerbsfähig zu bleiben. Das Pädagogische weite sich über die ganze Gesellschaft aus, in Form von Selbstkontrolle, Selbstbeobachtung, Selbstreflexion. Gouvernamentalität könne als eine Herrschaft über sich selbst gesehen werden. Ein Stichwort hierzu sei auch „lebenslanges Lernen“ (vgl. Spengler 2022: 74f.).

Hierbei zitiert Spengler eine Aussage von Hardering und Wagner, welche ich auch anbringen möchte:

„Die alleinige Verantwortung für das effektive Management subjektiver Ressourcen liegt beim Individuum, das nicht einfach überfordert ist, sondern überfordert wird und das dieser Überforderung nur durch Arbeit an sich selbst begegnen kann.“ (Hardering & Wagner 2018: 274 f.)

Diese Fülle an nie da gewesenen Möglichkeiten gebe es auch im Bereich des Glücklicheins. Es gebe unzählige verschiedene Wege sein Leben zu gestalten und Schwerpunkte in den unterschiedlichsten Aspekten zu setzen. Alles zu überblicken und zu wählen gestalte sich als überaus schwierig und münde in Stressformen wie im FOMO.

4. Empirisches Forschungsdesign

Nach dieser theoretischen Erarbeitung der Thematik „Glück im Neoliberalismus“ stellt sich nun die Frage, ob dieser Glückshype wirklich aus dem Neoliberalismus hervorgehen konnte oder von dessen Ideologie herangewachsen sei. Daher soll nun das Glücksverständnis vom Neoliberalismus und vom Wohlfahrtsstaat miteinander verglichen werden. In einer empirischen Forschung wird versucht, beide Glücksbilder zu erfassen und diese miteinander sowie mit der

Theorie zu vergleichen. Dies könne ein Versuch sein, um einen neoliberal gefärbten Glückshype aufzuzeigen.

Es wurde nun anhand von zwei Interviews das Glücksverständnis der Interviewten erfasst. Einmal wurde eine Person, die im Wohlfahrtsstaat geboren wurde, zu ihrer Auffassung von Glück befragt. In einem zweiten Interview wurde ein Interview mit einer jungen Studentin, die im Neoliberalismus aufgewachsen ist, geführt. Es stellte sich die Frage, welche Bilder die beiden vom Glück und Glücklichkeit aufzeigten. Ziel war ein Vergleich und eine Beantwortung der Forschungsfragen sowie die Überprüfung der Thesen.

Im empirischen Teil dieser Masterarbeit soll die These überprüft werden, dass die Glücksvorstellung eng mit der aktuellen Vergesellschaftung verbunden ist und neoliberale Züge aufweist. Hier stellt sich nun die Frage, ob unsere Glücksvorstellung und unser Glücksstreben bloß ein Kind seiner Zeit sei und inwiefern die Glücksvorstellung im Wohlfahrtsstaat eine andere war.

Denken wir an unsere Großeltern, dann erkennen wir, dass ihnen besonders die Gesundheit, aber auch staatliche Sicherungen und Pensionsgelder, Krankenversicherung sowie ein gesichertes Umfeld besonders wichtig waren. Die Familie wurde dabei auch als etwas sehr Wertvolles, wenn nicht sogar als das Wertvollste, betont. In unseren heutigen Vorstellungen geht es jedoch um Selbstentfaltung, Selbstverwirklichung und Wachstum. Um diese These zu untersuchen, möchte ich daher im Rahmen meiner Masterarbeit das Glücksbild einer älteren Person und einer jüngeren Person gegenüberstellen. Beide sind in einer unterschiedlichen Zeitspanne aufgewachsen und haben ein anderes gesellschaftliches Umfeld erfahren.

Forschungsdesign waren zwei narrative, leitfadengestützte Interviews. Ein zuvor ausgewählter Impuls leitete das Interview ein, wobei dann anschließend gezielt Fragen zur Glücksvorstellung gestellt wurden. Eine große Freiheit für die Interviewten sollte dadurch gewährleistet werden. Zu Beginn sollten die Befragten anhand eines Impulses selbst frei erzählen. Durch die große Bandbreite, die dieser Einstieg ermöglichte, hatten sie selbst die Wahl, wie sie auf die Frage antworten möchten und welche Schwerpunkte sie gleich unbewusst schon am Anfang setzten.

Nach einer Auswertung der Interviews beginnt die Verbindung und der Vergleich mit dem theoretischen Rahmen. Schwerpunkt ist die Beantwortung der Forschungsfrage und auch die Bestätigung oder Widerlegung von Thesen aus dem theoretischen Rahmen.

Mir geht es besonders darum zu ergründen, wie stark unsere Individualität und unsere Selbstentwicklung von gesellschaftlichen Vorstellungen geprägt werden. Zudem soll

geschildert werden, wie stark das Gesellschaftliche in eine persönlich geglaubte Glücksvorstellung eindringt. Generell ist eine Behandlungsweise einer bestimmten Problematik nicht von der Gesellschaft unabhängig denkbar und frei von strukturellen Zwängen. Die Ideologie einer Gesellschaft dringt tief in uns ein, schon in der Bildung unseres Denkens von klein an.

Freies Erzählen ist im narrativen Interview besonders wichtig und den Interviewten soll ein relativ großer Freiraum ermöglicht werden. Die Thematik ist zudem auch sehr sensibel und privat, weshalb den Interviewten die Entscheidung gelassen werden soll, inwieweit sie in die Tiefe gehen wollen und welche Details sie preisgeben wollen.

Daher verliefen auch beide Interviews divers ab und Susanne, die junge Studentin, antwortete prägnant und ging gleich auf das Wesentliche ein und schilderte detailliert ihre Glücksvorstellung. Bei Franca, der älteren Dame, war das nicht der Fall. Sie erzählte mir gleich Persönlichstes und ich musste mehrmals nachfragen, um auf ihre Glücksvorstellung eingehen zu können. Doch auch dies offenbarte Relevantes, aber dazu mehr in der Schilderung der Ergebnisse.

Diese Masterarbeit stellt folgende Forschungsfragen: Inwiefern ist diese Form von Glücksstreben ein Kind seiner Zeit? Erkennen wir hierbei einen Unterschied in den Altersgruppen der Gesellschaft? Inwiefern ist die Glücksvorstellung ein Produkt der neoliberalen Gesellschaft oder mit dieser Ideologie verbunden? Wie gleicht dieser Glückshype dem Konzept des neoliberalen Unternehmers seiner Selbst und Unternehmerin ihrer Selbst?

Zielsetzung dieser Forschung ist ein qualitativer Zugang zu der Glückswahrnehmung sowie Glücksdefinierung und dessen Stellenwert im Leben. Dabei geht es auch darum, ob Personen, die nicht in einer Zeit des Neoliberalismus geboren sind, Glück anders beschreiben und an anderen Werten und Leitlinien festmachen. Ziel ist hierbei die Beantwortung der Forschungsfragen und ein Vergleich der Ergebnisse der beiden Interviews.

Im theoretischen Rahmen wurden zwar negative Auswirkungen dieses Glücksstrebens aufgezeigt, diese sollen aber im Interview nicht näher vertieft werden. Es gehe nur um die Erfassung des Glücksverständnisses der Interviewten. Eine Frage zum Phänomen „FOMO“ wurde jedoch am Ende gestellt, da ich zwischen den beiden Interviewten einen Vergleich in dieser Thematik anstellen möchte.

4.1. Methode der Datengewinnung: das narrative Interview

Forschungsmethode sind hierbei zwei narrative Interviews mit einmal einer Person, die in der neoliberalen Gesellschaft aufgewachsen ist, und ein zweites Mal mit einer Person, die noch im Wohlfahrtsstaat herangewachsen ist.

Die im Interview angewandte Form ist ein narratives Interview, weil es das Ziel war, ein sehr offenes Gespräch zu führen und somit den Befragten einen möglichst großen Spielraum in der Beantwortung oder in der Stellungnahme zum Impuls zu ermöglichen. Es solle auch nicht nach Informationen gefragt werden und es sei auch wichtig, dass sie ihnen selbst auch Unbewusstes darlegen und offenbaren.

Die besondere Überlegung, die dieser Interviewform zugrunde liegt, ist diese, dass in Erzählungen, besonders Stehgreiferzählungen, das Wichtige und Relevante zum Ausdruck kommt. Darin kommen nämlich die Orientierungsstrukturen in den Vordergrund, die das faktische Handeln reproduzieren sollen (vgl. Przyborski et al. 2014: 80).

Damit sollen dahinterliegende Strukturen erfasst werden können und es gehe nicht darum bewusst eine Person zu fragen, wo sie sich einordnen würde, sondern darum, dass sie es in ihren Erzählungen ganz unbewusst zum Ausdruck bringt. Dabei werden unsichtbare Strukturen sichtbar gemacht, über die sich der Interviewte und die Interviewte gar nicht im Klaren sein müssen.

Die Struktur der Erfahrung komme am besten in der Struktur der Erzählung zum Vorschein. Es gebe nämlich Zugzwänge des Erzählens, die ganz natürlich in menschlichen Erzählungen herrschen. Es gebe erstens den Zwang zur Detaillierung, weiteres den Gestaltschließungszwang und schließlich den Relevanzfestlegungs- und Kondensierungszwang. Diese würden in alltäglichen Erzählungen in unserem Leben vorkommen, denn man lege automatisch Relevanzen in Erzählungen fest, schildere Details und gestalte auch die Erzählung nach eigenem Ermessen. Daher ergebe sich in den Erzählungen eine Ordnung, die dem Kommunikationsverlauf folge (vgl. Przyborski et al. 2014: 80f.).

Das narrative Interview beginnt mit einem Vorgespräch, in dem sich die Beteiligten bekannt machen. Die Anonymität, das Forschungsinstrument und die Thematik werden gleich zu Beginn erläutert. Es muss gesagt werden, dass es sich um ein narratives Interview handle und die Person von sich aus eine Stehgreiferzählung hervorbringen soll. Das eigentliche Interview beginnt nun mit dem besonders wichtigen und entscheidenden Teil: dem Erzählstimulus. Hier schließt sich dann nämlich die narrative Eingangserzählung des Befragten an. Wichtig ist

hierbei ein richtiges Maß an Interesse zu vermitteln. Dies erfolgt durch Zustimmung sowie Nicken. Wichtig ist es hierbei, dem Interviewten einen Raum zu ermöglichen, Erzählungen hervorzubringen und Erfahrungen zu schildern. An diese erste Phase schließt sich ein Nachfrageteil an, um Weiteres hervorzulocken (vgl. Przyborski et al. 2014: 85).

4.2. Auswahl der Interviewpartner/ Interviewpartnerinnen und Prozess der Datenerhebung

Die Auswahl der Interviewpartner und Interviewpartnerinnen folgte einer zufälligen Auswahl. Zu Beginn wurde der Versuch unternommen, Personen auf der Straße und in Altenpflegeheime anzusprechen. Es stellte sich als sehr schwierig heraus, Teilnehmer und Teilnehmerinnen für ein Interview zu finden. Somit entschied ich mich dafür, im Bekanntenkreis nachzufragen und mir auf diese Weise unbekannte Interviewpartner oder Interviewpartnerinnen zu erhaschen, indem ich diese drum bat, in ihrem Umfeld Personen nach einem Interview zu fragen. Somit gelang es mir zwei Interviewpartnerinnen zu finden, die ich beide nicht persönlich kannte.

Im Vorgespräch wurde ein kurzer Smalltalk geführt. Es folgte eine Zusicherung der Anonymisierung der Daten und die Bitte um eine Aufzeichnung, um das Gespräch transkribieren zu können.

Die Small-Talk Phase sei für das Vertrauen und den Beginn des Interviews sinnvoll, da es dem und der Interviewten beim „Joining“ erlaube, in die Situation einzutreten und anzukommen und mit der eigenen Befindlichkeit wahrgenommen zu werden (vgl. Przyborski et al 2014: 67).

Im Anschluss folgte eine kurze Erläuterung der gewählten Interviewform, dem narrativen Interview. Dabei machte die Interviewerin aufmerksam, dass die persönliche Erzählung im Vordergrund steht und nicht bloß Fakten oder Allgemeines. Das Interview begann mit dem zuvor ausgewählten erzählgenerierenden Impuls. Er soll auf das Problem hin zentrieren, aber auch offen gestaltet sein und eine Erzählung hervorlocken und erlauben.

In diesem Fall wurde lange über einen geeigneten Erzählstimulus nachgedacht. Es gehe ja nämlich darum, zu untersuchen, welche Strukturen hinter dem Glücksbegriff der Interviewten liegt. Daher wurde der Impuls auf folgende Weise gestellt: „Denken Sie an das letzte Mal oder an einen Moment, der ihnen als erstes einfällt als sie sich unglücklich gefühlt haben. Wie haben Sie darauf reagiert? Können sie mir bitte die genaue Situation beschreiben.“

Die Idee dahinter war, dass in so einer Antwort der unbewusste Umgang mit dem eigenen Glücksgefühl erforscht werden kann. Darin werde nämlich klar, ob eine Person sich selbst das

Glück zuschreibe, der Umgebung den Ursprung dafür gebe und inwiefern diese das Glück erstrebe und unglückliche Momente zulasse. Natürlich wurde auch der Gedanke gefasst, dass dieser Impuls sehr persönlich ist und daher vielleicht schwierig als Einstieg in ein Interview wäre, da noch kein Vertrauensverhältnis aufgebaut wurde. Jedoch wurde daran der Gedanke angehängt, dass der Interviewte oder die Interviewte selbst entscheiden kann, wie tief sie in die Erzählung gehen möchte.

Die beiden Interviews wurden nach den Transkriptionsregeln nach Pzyborski, Wohlrab, Sajr verschriftlicht und ist im Anhang einsehbar.

4.3. Auswertungsmethode

Ich habe lange überlegt und abgewogen, welche Auswertungsmethode am passendsten in dieser empirischen Forschung wäre und habe mich dann für eine Inhaltsanalyse nach Mayring entschieden. Diese ist zwar eine Methode, die auch besonders in der Sozialwissenschaft kritisch betrachtet wird, doch bin ich der Meinung, dass es das primäre Ziel dieser beiden Interviews war, den zuvor angeführten theoretischen Rahmen in einer kleinen Forschung an der Empirie zu überprüfen und genau dies scheint mit dieser Methode möglich und passend.

Trotzdem war es mir besonders wichtig, nicht nur die Forschungsfrage zu überprüfen, sondern auch offen für andere Entdeckungen am transkribierten Material zu sein. Die Methode ist zwar vorwiegend deduktiv und es geht besonders um eine Überprüfung der Theorie in der aktuellen Gesellschaft, jedoch war ich sehr bemüht, offen gegenüber den Interviews zu sein und daher auch induktiv Kategorien zu bilden. Ähnlich wie Eva Illouz und Edgar Cabanas, versuche ich, die Theorie an aktuellen Fällen zu plausibilisieren. In der Auswertung der Interviews wurden besonders auf die neoliberale Anrufung und auf das persönliche Glücksempfinden geachtet und die Informationen entnommen.

4.3.1. Methodik der qualitativen Inhaltsanalyse nach Mayring

Bei der qualitativen Inhaltsanalyse gehe es darum, Texte regelgeleitet auszuwerten, damit die Auswertung und die Ergebnisse intersubjektiv überprüfbar seien. Daher werde ich in einem ersten Schritt die genaue Methodik und die einzelnen Schritte näher beschreiben. Ziel dieser Methode sei die Erfassung des manifesten und latenten Sinngehaltes der vorliegenden Schriftstücke. (vgl. Mayring & Fenzl 2014: 543f.).

Die qualitative Inhaltsanalyse zeichne sich besonders durch ihre Orientierung an Kategorien aus, die mithilfe des theoretischen Rahmens im Vorhinein deduktiv festgelegt oder induktiv

erschlossen werden können. Das Kategoriensystem sei für die Analyse das große Instrumentarium, denn damit werde das Material analysiert und die Textstellen berücksichtigt, die sich auf die relevanten Kategorien beziehen (vgl. Mayring & Fenzl 2014: 544f.).

Das Material werde zu Beginn in ein Kommunikationsmodell eingefügt. Dabei würden Textproduzent, sozio-kultureller Hintergrund, aber auch Situation, Wirkung und Zielgruppe festgelegt und definiert werden. Ziel sei es Schlussfolgerungen über das vorliegende Transkript hinaus treffen zu können (vgl. Mayring & Fenzl 2014: 545f.).

Der Vorgang bestehe nun aus einem Zuordnen von entweder induktiv am Material herausgearbeiteten Kategorien oder deduktiv durch die Theorie entnommenen Kategorien an einzelne Textpassagen. Dies folge nach bestimmten Zuordnungsregeln. Vor dem Beginn der Analyse werden die Analyseeinheit, die Kontexteinheit und die Auswertungseinheit festgelegt. Diese legen die Reihenfolge sowie den kleinsten und größten Textbestandteil für die Zuordnung zu den Kategorien fest. Dies diene nämlich der Gewährleistung der inhaltsanalytischen Gütekriterien und macht sie somit sinnvoll überprüfbar (vgl. ebd. 545-547).

Wichtig im Prozess der Inhaltsanalyse sei auch die Erstellung eines Kodierleitfadens, der die Definition der Kategorien, aber auch die Ankerbeispiele sowie die Kodierregeln zur Abgrenzung festhalte und darstelle. Dieser werde gleich zu Beginn erstellt und ständig erweitert. Somit solle die Auswertung im Nachhinein plausibilisiert werden und intersubjektiv nachvollziehbar sein (vgl. ebd.: 551).

Die qualitative Inhaltsanalyse sei dabei auch systematisch sowie kontrolliert. Der Theoriebezug sei der wichtigste Nachweis der Validität und daher sei der theoretische Bezugsrahmen essentiell. Für die Eindeutigkeit und Trennschärfe der Kategorisierung sei die Regelgeleitetheit eine wichtige Voraussetzung (vgl. Mayring & Zikuda-Gläser 2008: 51).

Für Mayring bestehe die qualitative Inhaltsanalyse aus drei Stufen. Die erste Stufe bestehe aus der Entwicklung der Fragestellung, aber auch der Formulierung von Begriffen, Kategorien und der Entwicklung der Analyseinstrumente. In der zweiten Phase werde dieses auf das Material angewandt. In einem dritten Schritt folge die Rückbeziehung der Ergebnisse auf die Fragestellung (vgl. Mayring & Zikuda-Gläser 2008: 51).

Ich habe durch die Literatur bereits einige Kategorien deduktiv formuliert und werde diese nun am empirischen Material anwenden. Nach einer Erarbeitung von ca. 50% folgt eine kurze Kontrolle, ob mit diesem Instrumentarium eine Antwort auf die Forschungsfrage erfolgen kann, wobei dann folglich das ganze Material durchgearbeitet wird.

Es gibt nun jeweils verschiedene Unterformen und Verfahren der qualitativen Inhaltsanalyse, die unterschiedliche Inhalte aus den Transkripten herausfiltern möchten. Ich werde versuchen, deduktiv Kategorien aus der Theorie und der Forschungsfrage zu erschließen, aber auch ermöglichen, dem Material offen zu begegnen und eventuell neue Kategorien zu bilden oder bestehende zu überarbeiten.

Passend für diese empirische Forschung ist die Form der Strukturierung, also die deduktive Theorienanwendung. Dabei gebe es noch eine Unterform: die inhaltliche Strukturierung. Sie wolle Material zu bestimmten Thematiken extrahieren und zusammenfassen. Welche Inhalte hierbei relevant seien, werde aus der Theorie und den daraus abgeleiteten Kategorien erschlossen. Nach der Bearbeitung des Textkorpus werde das extrahierte paraphrasierte Material zuerst in der Unterkategorie sowie dann in der Hauptkategorie zusammengefasst (vgl. Mayring 2015: 103).

Dadurch, dass hier die Einschätzung durch die analysierende Person besonders in den Vordergrund trete, sei ein explizierter Kodierleitfaden erforderlich, damit genaue Regeln eingehalten werden können. Die Techniken der deduktiven Kategorienanwendung und Strukturierung seien besonders wichtig (vgl. ebd.: 16).

Zudem brauche es eine Quellenkunde für das Material, in der hervorgeht, woher das Material stamme. Das Vorverständnis müsse explizit dargelegt werden. (vgl. ebd.: 32).

4.3.2. Durchführung der qualitativen Inhaltsanalyse

Die Analyse beginnt mit einer Festlegung des Materials, welche in dieser Analyse die beiden transkribierten Interviews darstellen. Es soll einmal das Interview mit der älteren Dame ausgewertet werden, die für die Gruppe der Personen aus dem Wohlfahrtsstaat stehen soll (Interview 1). Im zweiten Fall (Interview 2) soll das Interview mit der jüngeren Dame ausgewertet werden, die die Gruppe aus der neoliberalen Gesellschaft beziehungsweise der aktuellen Gesellschaft vertreten soll.

Um diese Interviews nun in ein Kommunikationsmodell einzuordnen, werde ich die interviewten Personen kurz darstellen. Im ersten Interview war die befragte Person eine Dame namens Franca, die 87 Jahre alt ist. Beruflich war sie Schneiderin und Angestellte im Gastbetrieb, nun ist sie pensioniert. Sie besuchte eine Haushaltsschule und dann ein Jahr eine Fortbildungsschule. Im zweiten Interview war die befragte Person eine Dame namens Susanne, die 20 Jahre alt ist. Sie ist Studentin, studiert Psychologie im 1. Semester und hilft beruflich im Familienbetrieb etwas mit. Die Teilnahme an den beiden Interviews war freiwillig. Das erste

Interview fand im Haus der älteren Dame statt und das zweite Interview in einem öffentlichen Lokal, auf Wunsch von Susanne.

Da mit Hilfe der qualitativen Inhaltsanalyse und der Auswertung des Materials eine Antwort auf die Forschungsfragen gegeben werden soll, werde ich sie hierbei nochmal kurz anführen. Fragestellung dieser Arbeit ist, inwiefern diese Form von Glücksstreben ein Kind seiner Zeit sei und ob wir einen Unterschied in den Altersgruppen der Gesellschaft erkennen können. Des Weiteren soll der neoliberale Anteil an dieser Vorstellung erforscht werden können. Die These hierbei ist die, dass die Gesellschaft, in der wir aufwachsen, unser Glücksbild leitet, weshalb wir eine neoliberale Glücksvorstellung haben. Diese soll nun in der Auswertung überprüft werden.

Die Kodiereinheit, das heißt der minimale Textteil, der in eine Kategorie fallen kann, soll in dieser Analyse ein „Satzglied“ sein, damit auch ein kleinster Teil eines Satzes in eine Kategorie fallen kann. Die Kontexteinheit, der größte Textteil, der in eine Kategorie fallen darf, soll hierbei ein sinnzusammenhängender Absatz darstellen. Die Auswertungseinheit gibt vor, mit welchem Textteil die Auswertung beginnt. Dies sollen in dieser Analyse die Fundstellen des jeweiligen Erhebungszeitpunktes sein. Die Kategorien werden aus dem theoretischen Rahmen definiert und festgelegt.

Beim Durchgehen der Transkription des ersten Interviews wurden zu Beginn die Stellen markiert und dann in einem weiteren Schritt die Kategorien zugeordnet. Dabei wurden Kategorien zusammengeführt sowie Definitionen verändert. Zu jeder Kategorie werden Ankerbeispiele gesammelt, das heißt Beispiele, die unter diese Kategorie fallen und exemplarisch für diese Kategorie stehen sollen. Diese werden in den Kodierleitfaden eingefügt, wobei auch Kodierregeln formuliert und die jeweiligen Fundstellen den Kategorien zugeordnet werden. Im Fall einer Relevanz für die Forschungsfrage und einer nicht angemessenen Zuordnungsmöglichkeit wurden neue Kategorien gebildet.

Nun wurde das Interview mit dem neuen Kategoriensystem durchforstet. In einem nächsten Schritt bearbeitete ich das Transkript 2 und vollzog dieselben Schritte. Auch hierbei habe ich eine neue Kategorie gebildet. Induktiv erarbeitete Kategorien waren einmal „Glück als Dankbarkeit und Zufriedenheit“ sowie „Glück als Freude an Erlebtem“ und „Glück als das Erreichen eigener Leistungen und Ziele“. Schließlich wurde auch noch die Kategorie „Glück als Gesundheit“ eingefügt. Diese kamen nämlich einige Mal zu Wort und passten nicht in bereits deduktiv formulierte Kategorien.

Folgende Kategorien wurden für die beiden Interviews gewählt und bilden den Kodierleitfaden.

Tabelle 1: Kategorien

K1 Glück als ein unbeeinflussbares, zufälliges Ereignis	K6 Glück als das Erreichen eigener Leistungen und Ziele
K2 Glück als eine bewusste Entscheidung	K7 Glück als Zufriedenheit und Dankbarkeit
K3 Unternehmer meiner Selbst	K8 Glück als Gesundheit
K4 Glück im persönlichen Umfeld	K9 Unglück
K5 „Glück als Freude an Erlebtem“	

Der Kodierleitfaden mit den Fundstellen, Ankerbeispielen und Kodierregeln ist im Anhang ersichtlich. Im folgenden Schritt werde ich auf die einzelnen Kategorien und deren Fundstellen eingehen. Dafür habe ich mich entschieden, zuerst die jeweilige Kategorie zu erläutern, den herausgefilterten Inhalt zusammenzufassen sowie darzustellen und dann jeweils ein Fazit daraus zu ziehen. Dieses soll dann in einem nächsten Schritt mit dem theoretischen Rahmen verbunden werden. Dadurch soll die Forschungsfrage beantwortet und die Thesen bestätigt oder widerlegt werden.

4.4. Ergebnisse

Im folgenden Kapitel sollen nun die Ergebnisse der Analyse genauer betrachtet werden. Daher führe ich die jeweilige Kategorie an, schildere verschiedene Ankerbeispiele dazu und werde die Fundstellen aus den jeweiligen Interviews miteinander vergleichen, sowohl kategorisch als auch allgemein. In einem nächsten Schritt werden daraufhin die Ergebnisse mit der Theorie verglichen und Unterschiede und Gemeinsamkeiten angeführt.

K1 Glück als ein unbeeinflussbares, zufälliges Ereignis

Die erste Kategorie, die gebildet wurde, war „Glück als ein unbeeinflussbares, zufälliges Ereignis“. In dieser Kategorie ging es darum, dass in einer bestimmten Aussage das Glück oder Glücklichkeit einem zufälligen Ereignis zugeordnet wird, welches ich nicht direkt beeinflussen kann.

In diese Kategorie fielen nur Aussagen aus dem ersten Interview mit Franca. Susanne verband ihren Glücksbegriff nie mit einem zufälligen Ereignis. Susanne machte zu Beginn des

Interviews eine Differenz auf, indem sie fragte, ob ich ein Interview zum Glück oder zum Glücklichsein mache. Hierbei wurde klar, dass sie beides voneinander trennte und im Verlauf des Interviews vom Glücklichsein sprach.

Im Interview 1 hingegen sprach Franca öfters von Glück als etwas, das nicht in ihrer Hand lag. Sie erwähnte oft Glücksfälle als Momente, in denen sie am meisten Glück hatte. Dies war ihr Glücksbegriff und dies machte sie glücklich. Folgende Ankerbeispiele wurden dazu gefunden.

Fundstelle 1: „und nor isch holt olm die Ongst gwesen (2) dass er nimmer kimb ober zan Glick isch er widr zrug kemmen.“ (Interview 1: Z47-48)

(Übersetzung: „und dann ist dann immer die Angst gewesen (2), dass er nicht mehr kommt aber zum Glück ist er wieder zurückgekommen.“)

Franca beschreibt hier eine Sorge, die sie hatte, nämlich die, dass ihr Vater nicht mehr aus dem Krieg zurückkehren werde. Dies ist ein zufälliges, von ihr nicht beeinflussbares Ereignis. Sie hatte in keiner Hinsicht einen Einfluss darauf, ob er zurückkommen würde und sie definiert dies als einen Glücksfall.

Fundstelle 2: „dass mir eigentlich a großes Glick isch a gwesn dass mein Monn bei der Transportfirma nia koan Toater gwesen isch, nia verunglickt isch de gonzen Johre“ (Interview 1: Z250-251)

(Übersetzung: „dass für mich eigentlich a großes Glück ist es gewesen, dass mein Mann bei der Transportfirma nie kein Toter gewesen ist, nie verunglückt ist die ganzen Jahre“)

Das Glück, welches sie in diesem Fall beschreibt, ist wiederum ein von ihr unbeeinflussbares Ereignis. Sie hatte nicht in der Hand ob in der Firma ihres Mannes jemand verunglücken würde. Dies beschreibt sie als großes Glück.

Das Glück, das sie in beiden Beispielen schilderte, war ein zum größten Teil von ihrer Macht unabhängiges Ereignis, welches sie nicht beeinflussen konnte. Sie hatte daher noch klare Teile in ihrer Vorstellung vom Glück als ein zufälliges nicht beeinflussbares Ereignis.

K2 Glück als eine bewusste Entscheidung

Im Gegensatz zur ersten Kategorie, ist hierbei das „dafür Entscheiden“ der Ursprung des Glücks beziehungsweise des Glücklichseins. Franca äußerte im Interview nicht diese Art von Glücksvorstellung der bewussten Entscheidung sowie der Arbeit am eigenen Selbst. Bei Susanne hingegen fand ich viele verschiedene Textstellen im Interview, die ich dieser Kategorie

zuordnete. Sie wiederholte sich öfters und betonte die Formulierung, dass Glück eine Entscheidung sei.

Fundstelle 1: „wenn i mi drzua entschieden hon okay des moch i (.) und des wor a irgendwia a Entscheidung okay iaz (.) will i nimmer unglücklich sein iaz will i nimmer lei do umerhengen und rern und so nor ischs a besser gongen also famirausgsegn hot des a viel drmit zu tian also glücklich sein isch famirausgsegn a (.) a Entscheidung de man treffen muas also as Glück hupft oan famirausgsegn a net un also man muas wirklich äh sich a drzua entscheiden zu sogen okay (.) i will glücklich sein und jo (3)“ (Interview 2: 12-17)

(Übersetzung: „wenn ich mich dazu entschieden habe okay das mach ich (.) und das war auch irgendwie eine Entscheidung okay jetzt (.) will ich nicht mehr unglücklich sein ich will nicht mehr nur rumhängen und weinen und so dann ist es auch besser gegangen also von mir aus gesehen hat das auch viel damit zu tun also glücklich sein ist von mir ausgesehen eine (.) Entscheidung die man treffen muss also das Glück springt einen von mir aus gesehen nicht an also man muss wirklich äh sich dazu entscheiden zu sagen okay (.) ich will glücklich sein und ja (3)“)

Sie beschreibt hier eine bewusste Entscheidung, nicht mehr unglücklich zu sein, die ihr persönlich half, aus den negativen Gefühlen heraus zu kommen. Dies antwortete sie auf den Impuls, wie sie aus einem unglücklichen Moment ausbrach. Sie erzählt, dass das Glück einen nicht anspringt und dass es dieser Entscheidung bedarf, sich glücklich zu machen.

Fundstelle 2: „die Entscheidung- glücklich sein man muas sich oanfoch aktiv drzua entscheiden und man muas a epes fir sein eigenes Glück tean, man muas tean wos oan gfollt, man muas sich a entscheiden glücklich zu werden, glücklich za sein famirausgsegn“ (Interview 2: Z38-40)

„Übersetzung: Die Entscheidung- glücklich sein man muss sich einfach aktiv dazu entscheiden und man muss auch etwas für sein eigenes Glück tun, man muss tun was einem gefällt, man muss sich auch entscheiden glücklich zu werden, glücklich zu sein von mir ausgesehen“

Sie erwähnt ganz klar immer wieder den Begriff des Entscheidens, betont den aktiven Teil und äußert hierbei nicht den geringsten Zweifel. Sie wirkt sehr entschlossen und denkt nicht lange nach.

K3 Unternehmer meiner Selbst

Ich habe mich nun auch dazu entschieden, Aspekte in den Interviews zu suchen, die diese generell und ständige Arbeit am eigenen Ich darstellen. Hierbei gehe es besonders um die ständige Selbstverbesserung und die Arbeit am eigenen Ich, welche zentral für diese Masterarbeit waren. Diese Stellen aus dem Interview überschneiden sich daher auch mit anderen Kategorien, zeigen aber nochmals direkter und teils losgelöst vom Glück nochmal

diesen Unternehmer und Unternehmerin des eigenen Selbst auf. Dies soll ein Kennzeichen für ein neoliberales Ich sein.

Francas Aussagen konnten wiederum nicht in diese Kategorie eingeordnet werden, aber einige Stellen aus Susannes Interview passten eindeutig zu einem neoliberalen Selbst.

Fundstelle 1: „man muas a wirklich des suachen was oan glücklich mocht (2) und i denk sel isch sicher net eps oanfoches ober im Laufe des Lebens kimb man wirklich drauf was glücklich mocht und (1) und wohrscheinlich wert sich des a zukünftig viel verändern meine Vorstellung fa Glück und vielleicht seins nor wenn i amol Kinder hon glücklich sein häng donn fa meine Kinder o und i denk des ändert sich sicher in die Lebenssituationen ober“ (Interview 2: Z64-68)

(Übersetzung: „man muss auch wirklich das suchen was einem glücklich macht (2) und ich denke das ist sicher nicht etwas was Einfaches aber im Laufe des Lebens kommt man wirklich darauf was einem glücklich macht und (1) und wahrscheinlich wird sich das auch zukünftig viel verändern meine Vorstellung vom Glück und vielleicht sind´s dann wenn ich mal Kinder habe glücklich sein von meinen Kindern ab und ich denke das ändert sich sicher in die Lebenssituationen ober“)

Hier wird das Glück erstens mit dem Modalverb „muss“ als ein Imperativ beschrieben, welches eine Notwendigkeit und einen Zwang ausdrückt. Ich muss an mir arbeiten; ich muss suchen, was mich glücklich macht. Diese Suche, die im Gegensatz zum „Glück haben“ steht ist besonders kennzeichnend für ein neoliberales Subjekt. Es geht um etwas Aktives und es ist eine Arbeit. Glück springt einen nicht an und wird nicht einfach gefunden. Es bedarf einem Streben und einer Suche danach. Hierbei wird diese ständige Arbeit am eigenen Selbst geäußert, die permanente Neufindung des Glücks aber auch der Imperativ der Glücksproduktion. Susanne zeigt sich hier auch als eine „Managerin des eigenen Lebenslaufs“ und dies zeigt auf, dass die Glückssuche nie ein Ende findet. Sie beschreibt nämlich, dass es immer etwas anderes sein wird und man ständig an sich arbeiten soll und eben auch muss. Das ist nicht einfach passiv und kommt auf einem zu: es ist ein aktiver Prozess.

Susanne beschreibt nun auch eine „Fear of Missing out“, die sie fühlte und auch immer noch fühlt. Diese ganzen Möglichkeiten werden zu einem Druck, der auf einen lastet und sie erklärt auch, dass man auf sozialen Medien täglich so vielen Möglichkeiten begegnet und sich somit selbst die Frage stellen kann, was ich nicht alles verpasst habe und verpassen kann.

Fundstelle 2: „Jo i sog bsunders in mein Olter kennt man des Gefühl schun ziemlich guat epes zu verpassen“ (interview 2: 97-98)

(Übersetzung: „ja ich sag besonders in meinem Alter kennt man dieses Gefühl schon ziemlich gut etwas zu verpassen“)

Fundstelle 3: „i denk in Leben kann man so viel verpassen“ (Interview 2:108-109)

(Übersetzung: „ich denke im Leben kann man so viel verpassen“)

Nun zeigt sich hierbei natürlich auch noch ein neoliberaler Aspekt, der besonders aus dem wirtschaftlichen Modell des Neoliberalismus hervorgeht, der Aspekt der Freiheit, den Susanne auch einige Mal im Interview erwähnt hat. Für sie ist Freiheit Glück. Als ich sie gefragt habe, welcher Moment ihr gleich einfällt, an dem sie besonders glücklich war, erwähnte sie den Urlaub in Thailand. Gleich zu Beginn betonte sie den Aspekt der Freiheit den sie fühlte.

„drei Wochen richtig glücklich (1) zem hon i mi oanfoch extrem frei gefühlt (.)“ (Interview 2:Zeile 22)

(Übersetzung: „drei Wochen richtig glücklich (1) da hab ich mich einfach extrem frei gefühlt (.)“)

Franca äußert keine dieser Punkte. Sie erwähnt trotz Krieg und Einschränkungen in ihrem Lebenslauf nie die Freiheit und sie äußerte sich mit einem Kichern, dass sie die Angst, etwas zu verpassen, nicht kennen würde.

K4 Glück im persönlichen Umfeld

Dieser Kategorie konnten nun Ausschnitte aus beiden Interviews zugeordnet werden. Beide betonten den Reichtum, Menschen in ihrem Umfeld zu haben, die sie gernhaben, unterstützen und für einen da sind. Franca war besonders stolz auf ihre Enkel und sie betont das Glücklichein durch ihre Enkel, die sie glücklich machen.

Fundstelle 1: „glücklich bin i olm wenn i holt so hauptsächlich über meine Enkel.“ (Interview 1: Z91)

(Übersetzung: „glücklich bin ich immer wenn ich einfach so hauptsächlich über meine Enkel.“)

In diesem Beispiel zeigt sie auf, wann sie glücklich ist und dies ist Glück in der persönlichen Umgebung, in ihrem Umfeld.

Susanne hingegen war für die große Unterstützung ihrer Familie dankbar. Ihr geht es besonders um die Unterstützung der persönlichen Mitmenschen, die ihr als das Wertvollste im Außen erscheinen und sie „reich“ machen.

Fundstelle 2: „Reichtum mehr fa i hon Menschen um mir de mi gern hobn, de mi unterstützen“ (Interview 2: Z35-36)

(Übersetzung: „Reichtum mehr von ich habe Menschen um mich die mich gern haben die mich unterstützen“)

Sowohl Susanne als auch Franca erwähnten, dass es wichtig sei, eine gewisse materielle Basis zu haben, denn ohne diese wäre es schwierig, glücklich sein zu können.

Dies war nun klar eine Übereinstimmung in beiden Interviews. Familie ist für beide Glücksvorstellungen von besonderer Bedeutung. Die persönliche Umgebung hat also in beiden Fällen der Definition des Glücksverständnis, auch wenn sie noch so verschieden erscheinen, eine wichtige Stellung.

K5 „Glück als Freude an Erlebtem“

Auch diese Kategorie fand in beiden Interviews Verwendung. Dieser Moment der Freude, des Glücklichseins in einem Augenblick oder bei einer Tätigkeit, war für beide eine Definition von „Glück“. Hobbys, Spaß haben sowie Erlebnisse und Urlaube tragen zum Glücklich Sein bei. Es wird in diesem Sinne also als kurzfristiges Glücksempfinden, das aber auch langfristig Auswirkungen haben kann, verstanden. Es ist die Freude in Momenten, die einem Glücklichsein ermöglicht.

Fundstelle 1: „sel wor oaner fa meine glicklichen Sochen wirklich und viele ondre Sochen mir hom a schiane Fohrten gmocht und a paar Urlaube schiane hot man a gmocht“ (Interview 1: Z112-113)

(Übersetzung: „das war einer von meinen glücklichen Sachen wirklich und viele andere Sachen wir haben auch schöne Fahrten gemacht und ein paar Urlaube schöne hat man auch gemacht“)

Fundstelle 2: „man muas a epes fir sein eigenes Glück tean, man muas tean wos oan gfolgt“ (Interview 2: Z39)

(Übersetzung: „man muss auch etwas für sein eigenes Glück tun, man muss tun was einem gefällt“)

In beiden Interviews werden diese Erlebnisse, diese Freude und Spaß leben mit dem Glücksbegriff verbunden.

K6 Glück als das Erreichen eigener Leistungen und Ziele

Diese Beschreibung des Glücks als das Erreichen von Leistungen und Zielen wurde nur im ersten Interview von Franca mehrfach erwähnt. Große Leistungen und Ziele machten sie stolz und glücklich und auf die denkt sie sichtlich gerne zurück. Aber auch kleine geschaffte Ziele auf To-Do-Listen waren für sie glückliche Momente.

Fundstelle 1: „glücklich bin i olm gwesn wenn igneda Plan a Orbeit de i vor kop hon sel ausongen isch“ (Interview 1: Z114-115)

(Übersetzung: „glücklich bin ich immer gewesen wenn irgendein Plan eine Arbeit die ich vor gehabt hab das ausgegangen [gelungen] ist“

Für Franca war dies ein besonders glückliches Gefühl, wenn sie irgendwas, das sie sich vornahm, erreichte und abhaken konnte. Die Größe dieser Tätigkeit war dabei nicht immer entscheidend oder ausschlaggebend für das Glücksempfinden.

K7 Glück als Zufriedenheit und Dankbarkeit

Zufriedenheit und Dankbarkeit sind sowohl bei Franca im ersten Interview, als auch bei Susanne im zweiten Interview ein wichtiges Thema. Schätzen und zufrieden sein mit dem was man hat, wird mit Glücklich sein gleichgesetzt.

Fundstelle 1: „glücklich isch man wenn man wenn man zufrieden isch“ (Interview 1: Z142)

(Übersetzung: „glücklich ist man wenn man wenn man zufrieden ist“)

Fundstelle 2: „wenn man zufrieden isch isch man eigentlich glücklich“ (Interview 1: Z144)

(Übersetzung: „wenn man zufrieden ist ist man eigentlich glücklich“)

K8 Glück als Gesundheit

Glück als Gesundheit kam nur einmal in einem Interview vor. Da ich es aber keiner anderen Kategorie zuordnen konnte und wollte, formulierte ich diese Kategorie induktiv. Es war eine wichtige Stelle, in der Franca Gesundheit als ein großes Glück beschrieb. Ich habe diese Kategorie erstellt, da ich diese Aussage exemplarisch dafür finde, wie sich ihr Glücksverständnis wieder vom Glück als eine Einstellungssache stark abgrenzt. Natürlich kann man gesund leben, jedoch kann man gesundheitliche Fälle nicht gänzlich vermeiden oder mit einer Einstellung überwinden. Diese Aussage wurde auch dem Glück als Zufall zugeordnet, weil sie dies nicht bewusst lenken und entscheiden kann. Franca sieht hierbei großes Glück im Besiegen von einer Krankheit.

„und a Glick a großes Glick dass i von der Tumorerkrankung auserkommen bin.“ (Interview 1: Z247-248)

(Übersetzung: „und ein Glück ein großes Glück dass ich von der Tumorerkrankung raus gekommen bin.“)

K9 Unglück

Diese letzte Kategorie formulierte ich aus dem Grund, dass ich finde, dass mit einem Gegenteil auch wichtige Aussagen zum Glück getroffen werden können. Indem man aufzeigt, was

Unglück für die beiden Befragten bedeutete, konnte gezeigt werden, was sie unglücklich macht und was sie dadurch auch glücklich macht.

Interessanterweise erwähnten beide Interviewten das Studium. Franca wurde es nicht ermöglicht, studieren zu gehen, und dies war für sie großes Unglück. Sie konnte nicht selbst wählen und keine bewusste Entscheidung konnte ihr aus dieser Situation raushelfen.

Susanne hingegen war kränklich und konnte am Beginn des Studiums nicht erscheinen und teilnehmen. Sie konnte die ersten Wochen nicht mit dem studieren beginnen und war daraufhin sehr eingeschüchtert und ängstlich. Susanne konnte sich jedoch mit der bewussten Entscheidung aus dieser Situation raushelfen und sie entschied sich, wieder glücklich zu sein. Hingegen wurde es Franca nicht ermöglicht oder sie wurde sogar daran gehindert, Architektur zu studieren. Dies formulierten beide als Unglückssituation.

Des Weiteren erwähnte Franca gleich zu Beginn den Tod ihrer Mutter, der wiederum aufzeigt, wie wichtig Gesundheit und Familie für sie war und ist.

Nun wurden alle Kategorien dargestellt und die Ankerbeispiele präsentiert und näher beschrieben. Es scheint sich schon ein erstes Bild abzuzeichnen. Diese Ergebnisse sollen nun zusammengefasst sowie mit dem inhaltlichen Teil der Masterarbeit vereint werden.

4.5. Analyse der Ergebnisse

In diesem Kapitel soll nun die Empirie mit der Theorie verbunden werden, wodurch dann anschließend die Forschungsfrage beantwortet und die Thesen bestätigt oder widerlegt werden können.

Insgesamt zeigt sich klar ein großer Unterschied in den beiden Interviews mit Susanne und Franca, die beide sehr unterschiedlich über das Glück sprachen. Im Interview mit Franca, der älteren Dame, wurde Glück sehr mit unbeeinflussbaren zufälligen Ereignissen konnotiert. Sie beschrieb Glücksfälle als Glück, welches aus dem eigenen Möglichkeitsrahmen von Selbstbestimmung und Mindset entfernt war. Glück waren für sie meist Ereignisse, die ihr „glücklicherweise“ widerfahren waren. Darauf hatte sie keinen direkten Einfluss. Dies stellte gewiss keine persönliche Entscheidung zum Glücklichsein oder ein Know-how dar. Besonders die Familie stand auch im Fokus ihres Glücksempfindens, weiters auch Zufriedenheit, Dankbarkeit sowie auch Gesundheit. Franca verband zudem Glück und Glücklichsein mit Hobbys, Reisen und Lachen. Unglück hingegen war für sie der Tod ihrer Mutter und die Tatsache, dass sie nicht die Möglichkeit bekam, Architektur zu studieren. Franca las nie einen

Glücksratgeber und der Begriff war ihr so fremd, dass sie nicht einmal wusste, was ich darunter verstehen würde. Mit der Angst, etwas zu verpassen, verläuft es ähnlich, da ihr dies wiederum kein Begriff war. In ihr konnte ich keine Eigenschaften eines neoliberalen Selbst erkennen. Sie sprach weder von einem lebenslangen Entwickeln oder Verbessern, noch von einer eigenen Verantwortung. Glück war für sie etwas, das von außen auf sie eintraf, und sie erwähnte nie Begriffe wie „Positivität“, „Entscheidung“ oder Ähnliches in diese Richtung.

Das Interview mit Susanne verlief in eine ganz andere Richtung. Sie antwortete direkt auf meine Fragen und obwohl sie mir versicherte, dass sie sich nicht wirklich im Leben mit dieser Frage des Glücklichseins auseinandersetzte oder beschäftigte, sowie nie einen Glücksratgeber las oder eine Beratung aufsuchte, sprach sie ohne langes Nachdenken wie aus einem Glücksratgeber. Genauso hatten die zuvor genannten Theoretiker und Theoretikerinnen die neoliberale Glücksvorstellung beschrieben. Glück ist in Susannes Vorstellungen eine Entscheidung und ein lebenslanger Prozess, der nie zu Ende zu gehen scheint. Dies war die Nachricht aus ihren Worten, die ein klares Bild eines Schmiedes des persönlichen Glückes abzeichneten. Susanne beschreibt auch ein Know-how zum Glücklichsein, das man erlernen kann. Beim Glücklichsein handelt es sich um eine Einstellungssache. Freiheit spielt auch eine Rolle, genau wie in der neoliberalen Gesellschaft, in der diese zentral ist. Natürlich blieben bei ihr aber Familie und Freunde, also ihre Umgebung, als ein großer Reichtum nicht im Schatten. Auch Dankbarkeit und Zufriedenheit gehen mit Glück Hand in Hand. Hier kann man eine Parallele zwischen den beiden Befragten ziehen, denn beiden ist dieses persönliche Umfeld und auch Dankbarkeit sowie Zufriedenheit ein Thema, das mit Glück und Glücklichsein verbunden werden kann.

Cabanas und Illouz (vgl. Cabanas & Illouz 2019: 11) beschreiben in ihrer Veröffentlichung eine Verschiebung der Vorstellung von Glück hinzu einer Geisteshaltung. Genau dies kann auch aus den beiden Interviews entnommen werden. Susanne ist überzeugt, dass Glücklichsein einer persönlichen Entscheidung bedarf. Diese Wandlung in der Geisteshaltung geschieht aktiv und bedarf der bewussten Hingabe. Wie auch im theoretischen Rahmen öfters skizziert, sieht auch Susanne sich selbst für ihr Glück verantwortlich. Dabei gebe es ein bestimmtes Repertoire, mit welchem man erlernen könne, glücklich zu sein.

Genau diese Form des Lebensziels, glücklich zu sein, beschrieben auch Cabanas und Illouz. Sie betonten dabei die persönliche Verantwortung des eigenen Glückes, wobei Glücklich Sein als eigener Verdienst definiert wird, das einem nicht einfach in die Hände fällt (Cabanas & Illouz 2019: 11f.). Strukturelle Prozesse wurden auch bei Susanne vorwiegend in den

Hintergrund gedrängt. Sie behauptete nur, dass es nicht allen Menschen, z.B. depressiven Menschen, möglich wäre, glücklich zu sein, und dass man eine materielle Basis braucht. Wenn aber diese gewisse Grundmöglichkeit des Glücklichseins gegeben ist, bedarf es immer noch eine Entscheidung und eine Arbeit am eigenen Glück.

Glück beschreiben der Psychologe und die Soziologin als greifbares Ziel, wobei das Streben danach zu einer ernsthaften Sache werde (vgl. ebd.: 15-18). Diese Meinung teilt auch Susanne und sie stellt es auch nicht als eine Utopie dar, sondern als ein machbares Ziel, das mit einem gewissen Know-how erlernt werden kann, also ein Streben danach bedarf.

Susanne zeigt zudem diesen individuellen Aspekt von Glück auf, denn jeder müsse selbst finden, was ihn oder sie glücklich macht. Dass das Glück individualistisch sei, wird auch im Glücksdiktat beschrieben. Denn auch wenn dieses ein Know-how bedarf, sei es trotzdem etwas Individuelles (vgl. ebd.: 11f.).

Alle Individuen seien freie, verantwortungstragende Wesen. Das Glück liege daher in der eigenen Verantwortung und könne durch das Erlangen des Know-hows und der Veränderung der subjektiven Wahrnehmung erreicht werden (vgl. ebd.: 66-72). Diese Meinung kann auch bei Susanne erkannt werden. Franca hingegen sprach nie von etwas Ähnlichem, denn sie beschrieb Glück nicht als eine Geisteshaltung, sondern sah es in Ereignissen, die teils gar nicht oder zumindest nicht gänzlich in ihrem Einfluss stehen konnten. Gesundheit und das persönliche Umfeld sind ihr auch besonders wichtig, wobei sie beides nicht direkt beeinflussen kann, beziehungsweise es nicht nur einer bestimmten Geisteshaltung bedarf. In ihrer Glücksvorstellung gibt es aber auch einen aktiven Teil vom Glücklichsein. Dieser betreffe selbst erreichte Leistungen, unabhängig von deren Größe, sowie Dankbarkeit und Zufriedenheit.

Daher, dass das Glück in der neoliberalen Gesellschaft ein Prozess der Selbstgestaltung und persönlichen Verbesserung sei und es eine ständige Arbeit an dem eigenen Selbst bedarf, ergebe sich eine omnipräsente Unvollständigkeit dieses Selbst (vgl. ebd.: 132-134). Auch Susanne teilt die Meinung eines nicht abgeschlossenen Glücks und glaubte an die Vorstellung, dass der Inbegriff dieses Glücks ständig wandle. Ein Individuum arbeitet ständig am eigenen Glück und muss dieses suchen, wobei dessen Inhalt sich immer und ständig im Laufe eines Lebens verändere und entwickle. Es gebe nie diesen einen Endzustand, den es zu erreichen gilt. Franca erwähnte nichts in die Richtung und wählte keine Worte wie „Verbesserung“ oder eine Arbeit am eigenen Selbst. Sie sprach zwar davon, dass sich auch ihr Glücksbegriff wandelte und

erwähnte hierbei die Pubertät, aber sie ging nicht spezifisch darauf ein, dass sich das Glück immer ändere und erst gefunden werden muss.

Zusammenfassend beschreiben Cabanas und Illouz einen Wandel vom Glück als Schicksal und Zufall zu einem erreichbaren Zustand. Mit dieser Theorie des Glückes als Entscheidung kommt dann natürlich eine persönliche Verantwortung einher und somit auch eine Schuld, wenn es einem nicht gelingen soll, glücklich zu sein. Das Individuum nutze in dem Fall seine Möglichkeiten nicht so, wie es eigentlich könnte. Daraus ergibt sich natürlich ein unfassbarer Druck, der sich in eine Obsession des Glückes verwandeln kann.

Auch Duttweiler (vgl. Duttweiler 2007: 12-24) beschreibt diesen Wandel des Glücksbegriffs. Dabei definiert sie es als einen Prozess der Verschiebung des Glücks von einer Haben- zu einer Seinsfrage. Genau zu diesem Schluss kann man auch aus den beiden Interviews kommen, denn Franca spricht noch sehr von „Glück haben“, hingegen Susanne nur mehr von „glücklich sein“ und macht hierbei gleich anfangs den Unterschied zwischen „Glück“ und „Glücklichsein“ auf. Gleich zu Beginn des Interviews, bevor die Aufzeichnung startete, fragte sie die Interviewerin, ob es denn im Interview um „Glück“ oder um „Glücklichsein“ gehe. Susanne sprach nie von einem Glücksfall, welchen sie nicht beeinflussen konnte. Ausnahme war dabei nur die Unterstützung ihrer Familie, für welche sie sehr dankbar war und welche sie glücklich machte.

Duttweiler (vgl. Duttweiler 2007:20) erwähnte in der Thematik des Glücks auch den Begriff „Freiheit“, welche besonders ökonomisch aber schließlich auch gesellschaftlich zentral wurde. Susanne sprach auch von Freiheit in einem ihrer glücklichsten Momente, dadurch kann daraus geschlossen werden, dass Freiheit für sie ein Glücksgefühl ist. Sie konnotiert Glück und Freiheit, welches auch auf neoliberalistische Wurzeln zurückzuführen ist.

Die Suche nach dem Glück als Lebensinhalt, wie Duttweiler (vgl. Duttweiler 2007: 27f.), dieses Streben der Lebensführung beschreibt, kann auch bei Susanne erkannt werden, die auch klar macht, dass Glück das wichtigste im Leben sei. Glücksratgeber habe sie selbst keine gelesen, was noch mehr deutlich macht, wie sehr der gesellschaftliche Aspekt der Glücksvorstellung in ihre eigene persönliche Glücksvorstellung einfließt und diese vereinnahmt. Denn obwohl sie sich nicht aktiv damit beschäftigt oder sich beraten ließ sowie Ratgeber las, idealisiert sie genau dieses neoliberale Glücksverständnis. Zweifel macht sie in diesem Verständnis von Glück keine auf.

Die Praxis der Selbstveränderung (vgl. ebd.: 27f.) stellt auch Susanne in ihrem Glückskonzept dar. Susanne macht es jedoch nicht an einen Ratgeber fest, sondern sieht es als eine ständige Neuentwicklung und Verschiebung von Präferenzen und Prioritäten.

Duttweiler führt nun einen Imperativ der Glücksproduktion und die produktive Wirkung der Subjektivierung an (vgl. ebd.: 36), welche beide auch in Susannes Worten feststellbar sind. Ihre Betonung des Müssens zeigte klar einen Imperativ auf, welcher in folgenden Worten erkannt werden kann:

„man muas a wirklich des suachen wos oan glücklich mocht“ (Interview 2: Z64)

(Übersetzung: „man muss auch wirklich das suchen was einen glücklich macht“)

Hier wird klar, dass in ihrer Vorstellung Glücklichsein eine Suche und ein Streben ist, welches einem nicht einfach in die Hände fällt. Dieses kann im Gegensatz zu Francas Glücksbegriff stehen, welche von einem zufälligem von ihr nicht direkt beeinflussbarem Glück sprach. Dabei stellt sich die Frage, warum diese zwei gegensätzlichen Vorstellungen vom unbeeinflussbaren und nur in meinem Einfluss stehenden Glück entstanden sind. Ob dies an den neuen Möglichkeiten und der Freiheit liege, bleibt unhinterfragt. Interessanterweise erzeugen beide ein Glücksgefühl, wobei eines unbeeinflussbar und eines beeinflussbar sei und sogar den Imperativ des Einflusses in sich trägt.

Daher, dass, um dieses Ziel des Lebens zu erreichen, dessen Inhalt sich ständig wandelt, alles weiterentwickelt und geformt werden muss, stellt Duttweiler eine generelle Überforderung und Angst fest. Jede Entscheidung, die eine Person getroffen hat, wird umzingelt von anderen Möglichkeiten. Alles kann immer auch anders sein und die Verantwortung der eigenen Entscheidung kann eine Last auf den Schultern sein (vgl. ebd.: 55-59). Susanne bestätigt hierbei auch die „Fear of Missing Out“. Es gebe nämlich eine ständige Wahl und eine Entscheidung und es werden Einem ständig andere Wege und Optionen aufgezeigt. Susanne beschreibt hierbei auch den ständigen Kontakt mit Social Media, der diese Angst, etwas zu verpassen, fördert.

Franca hingegen kann nicht einmal nachvollziehen, was ich mit dieser Angst etwas zu verpassen meine und behauptet, dass sie diese gar nicht kenne. Hierbei eröffnet sich mir auch der Gedanke, dass dies mit dem Unterschied vom Haben oder Sein des Glücksbegriffes abhängen kann oder zumindest auch damit zu tun haben könne.

Glück wird in der Literatur als ein innerer Zustand beschrieben, an dem man aktiv teilnimmt (vgl. ebd.: 99-101). Auch diese These wird von Susanne unterstützt und unterstrichen. Es gehe

um die individuelle Reaktion (vgl. ebd.: 102) und auch hier bringt Susanne schon gleich zu Beginn des Interviews diesen Entscheidungsfaktor ein. Sie bedarf zwar Unterstützung ihrer Liebsten, aber dann entschied sie sich, sich selbst aus dem Unglücklichsein rauszuholen und Positivität zu leben.

Duttweiler nennt nun auch einige Faktoren zum Glücklichsein, die sie mit Susanne teilte. Diese waren die Freiheit, die Entscheidung und die Umwertung von negativen Ereignissen, sowie Genuss und Freude (vgl. ebd.: 103-107). „Genuss“ und „Freude“ teilte hierbei auch Franca und beide Befragten schreiben diesen Begriffen Wichtigkeit zu.

Auch Cederström und Spicer (vgl. Cederström & Spicer 2016: 11-13) beschreiben in ihren Ausführungen diesen moralischen Imperativ, Spaß zu haben und Vergnügen im Leben zu finden. Diesen ständigen Entscheidungsmoment in allen Lebensbereichen und die Verantwortung jeder dieser Entscheidungen wird von ihnen auch in den Mittelpunkt gestellt (vgl. Cederström & Spicer 2016: 33).

Wir sind ein Unternehmer unserer Selbst und wir sind unser eigenes Glückes Schmied. Wir arbeiten an unserem Glück und an einer ständigen Verbesserung aller Lebensinhalte. Dass damit ein Überschuss an Möglichkeiten und eine Angst und Sorge der richtigen Wahl entsteht, war nur eine Frage der Zeit. Es ergibt sich daher auch im Kontext des Glücklichseins eine Fülle an verschiedenen Wegen und Möglichkeiten der Selbstentfaltung sowie der permanenten Arbeit an sich selbst. FOMO kann daher eine natürliche Folge dieses Prozesses sein.

Die These, dass unsere Gesellschaft unser Weltbild präge, in diesem Fall das Glücksbild, kann bestätigt werden. Theoretische Annahmen wurden hierbei bestätigt und Susanne präsentierte, dass sie eine Unternehmerin ihrer Selbst sei und zeigte sich klar als ihr eigenes Glückes Schmied. Die neoliberale Wirtschaftspolitik und die neoliberale Gesellschaft fließen klar in unser Leben ein und dies nicht nur im wirtschaftlichen Bereich, sondern omnipräsent in jeden Winkel unseres Lebens. Dies fließt in unsere Denk- und Handlungsweisen ein und umfasst unser Bewusstsein.

Ich finde es spannend, dass sich in den beiden Interviews zwei Extreme herauskristallisierten. Obwohl beide die Werte Dankbarkeit, Zufriedenheit und auch die persönliche Umgebung als Glücksdefinition teilten, klaffen ihre Vorstellungen schließlich weit auseinander. Franca sieht das Glück und die glücklichen Momente in unbeeinflussbaren Momenten, während Susanne nur von dieser Geisteshaltung, der Entscheidung und der aktiven Teilhabe am Glücksprozess spricht.

5. Fazit

Die Glückssuche ist heute und war auch schon im antiken Griechenland ein Bestandteil im Leben der Menschen. Sie war vom Beginn der Menschheit an eine omnipräsente Frage, die jedoch aktueller und problematischer denn je wurde. Das Glücksstreben erlebt einen Boom in der neoliberalen Gesellschaft und die Vorstellung, was glücklich mache und wie das Glück des Lebens erreicht werden kann, scheint plötzlich greifbar und für jeden möglich. Glück wurde immer mehr zu einer persönlichen Entscheidung sowie eine Arbeit an seinem eigenen Unternehmen, dem eigenen Ich.

Die These, dass es einen Unterschied in der Bedeutung und der Erreichung des Glücks im Wohlfahrtsstaat und in der neoliberalen Gesellschaft gebe, konnte bestätigt werden. Sowohl die Literatur als auch die Empirie zeigten auf, dass das neoliberale Selbst die Vorstellung des eigenen Glückes schmiedete. Die beiden Interviews zeigten klar einen Unterschied auf und beide teilten unterschiedliche Vorstellungen vom Glück haben und glücklich sein. Auch wenn diese Hypothese nur in einer kleinen Forschung anhand zwei Interviews untersucht wurde, zeigt sich schon ein klares Bild, welches in weiteren qualitativen aber auch quantitativen Forschungen untersucht werden kann. Diese Untersuchung weist eine Richtung auf und kann in weiterführenden Arbeiten ausgeweitet werden.

Im Glücksbegriff von Franca, die hierbei das Glücksbild des Wohlfahrtsstaates repräsentieren soll, ist das Glück meist etwas Unbeeinflussbares, welches ihr in einem Glücksfall passierte oder widerfahren war. Susanne teilte das neoliberale Verständnis vom Unternehmer des eigenen Selbst und somit auch vom Schmied des eigenen Glückes.

Glück, schreibt Duttweiler (vgl. ebd.: 233f.), trägt dazu bei, die aktuelle gesellschaftliche Ordnung zu stabilisieren. Es ist ein konstitutives Element und ist für die Entwicklung der Gesellschaft sehr bedeutend. Es ist gar keine private Angelegenheit, sondern hochpolitisch.

„Glück erweist sich als Produkt einer Arbeit an sich selbst – und das Selbst als Produkt der Arbeit am eigenen Glück.“ (Duttweiler 2007.: 212)

Glück hänge nun im klassischen Sinne nicht von einem Zufall ab, außer es gehe vielleicht um eine Prüfung, um ein Spiel oder um ein Ereignis, welches sich nicht erklären lässt. Allgemein durchzieht sich aber eine neue Vorstellung vom Glücklichsein, in welcher die Arbeit am eigenen Selbst den entscheidenden Unterschied macht.

6. Literaturverzeichnis

- Bellebaum, Alfred & Braun, Hans et al. (1998): Staat und Glück. Politische Dimensionen der Wohlfahrt. Opladen/Wiesbaden: Westdeutscher Verlag.
- Cabanas, Edgar & Illouz, Eva (2015): Fit fürs Glück. Positive Psychologie und ihr Einfluss auf die Identität von Arbeitskräften in neoliberalen Organisationen. In: Verhaltenstherapie & psychosoziale Praxis, 47. Jg. (3). 563-578.
- Cabanas, Edgar & Illouz, Eva (2019): Das Glücksdiktat: Und wie es unser Leben beherrscht. Berlin: Suhrkamp.
- Cederström, Carl & Spicer, André (2016): Das Wellness-Syndrom: die Glücksdoktrin und der perfekte Mensch. 1. Aufl. Berlin: Edition Tiamat.
- Demirović, Alex (2008): Neoliberalismus und Hegemonie. In: Christoph Butterwegge, Bettina Lösch und Ralf Ptak (Hrsg.): Neoliberalismus. Analysen und Alternativen. Wiesbaden: VS Verl. für Sozialwiss. 17–33.
- Duden Online (2024): Über-Ich. Cornelsen Verlag. Verfügbar unter: https://www.duden.de/rechtschreibung/Ueber_Ich (Stand: 12.01.2024)
- Duttweiler, Stefanie (2007): Arbeit am Glück als neoliberale Regierungstechnologie. Konstanz: UVK-Verlagsgesellschaft.
- Duttweiler, Stefanie (2014): Vom wahren und falschen Leben. Glücksratgeber als Lebenshelfer im Neoliberalismus. In: Praktische Theologie. Zeitschrift für Praxis in Kirche, Gesellschaft und Kultur. 17. 6-11.
- Foucault, Michel (2010): Kritik des Regierens. Schriften zur Politik. Ausgewählt und mit einem Nachwort von Ulrich Bröckling. Berlin: Suhrkamp.
- Gertenbach, Lars (2008): Die Kultivierung des Marktes. Foucault und die Gouvernamentalität des Neoliberalismus. 2. Aufl. Berlin: Parados.
- Hardering, Friedericke & Wagner, Greta (2018): Vom überforderten zum achtsamen Selbst? Zum Wandel von Subjektivität in der digitalen Arbeitswelt. In: Thomas Fuchs/Lukas Iwer/Stefano Micali (Hrsg.). Das überforderte Subjekt. Zeitdiagnosen einer beschleunigten Gesellschaft. Berlin: Suhrkamp. 258–278.

- Hentsch, Anna-Kathrin (2020): Glück als Unterrichtsfach. National Geographic. Wissenschaft. Verfügbar unter: <https://www.nationalgeographic.de/wissenschaft/2020/05/glueck-als-unterrichtsfach> (Stand 14.06.23)
- Hoyer, Timo (2014). Lernziel Glück? Ein Uding macht Schule. Erwachsenenbildung: Vierteljahresschrift für Theorie und Praxis. 60(2), 9-13. Bielefeld: W. Bertelsmann. Verfügbar unter: <https://doi.org/10.3278/EBZ1402W009> (Stand 27.04.2023)
- Luhmann, Niklas (1998): Die Gesellschaft der Gesellschaft. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Mayring, Philipp (2015): Qualitative Inhaltsanalyse. Grundlagen und Techniken. 12. Überarbeitete Aufl. Weinheim: Beltz.
- Mayring, Philipp & Fenzl, Thomas (2014): Qualitative Inhaltsanalyse. In: Baur, Nina et Blasius, Jörg (Hrsg.) (2014): Handbuch Methoden der empirischen Sozialforschung. Wiesbaden: Springer VS.
- Mayring, Philipp & Zikuda-Gläser, Michaela (2008): Die Praxis der Qualitativen Inhaltsanalyse. 2. Aufl. Weinheim und Basel: Beltz.
- Pankoke, Eckhart (2001): Kulturen des Glücks. Sinnkonstruktionen von Schicksalsfragen, in: Allmendinger, Jutta (Hrsg.) (2001): Gute Gesellschaft? Verhandlungen des 30. Kongresses der Deutschen Gesellschaft für Soziologie, Leske + Budrich: Opladen, 1247-1254.
- Przyborski, Aglaja et al. (2014): Qualitative Sozialforschung. Ein Arbeitsbuch. 4. Erweiterte Auflage. München: Oldenbourg.
- Kammler, Clemens et al. (Hrsg.) (2020): Foucault Handbuch. Leben – Werk – Wirkung. 2. Auflage. Stuttgart: J.B. Metzler.
- Seiwert, Lothar & Gay, Friedbert (2002): Das 1 x 1 der Persönlichkeit. Sich selbst und andere besser verstehen. Beruflich und privat das Beste erreichen. Das DISG-Persönlichkeitsmodell anwenden. Landsberg, München: Mvg-Verlag.
- Spengler, Andreas (2022): Machtanalytik: Fear of Missing Out. In: Mundt, Igmarr (Hrsg.) et al. 10 Minuten Soziologie: Stress. Bielefeld: Transcript Verlag. 67-80.
- Stoll, Christian (2022): Positive Psychologie und Neoliberalismus: eine qualitative Analyse exemplarischer Artikel. Masterarbeit. Leopold-Franzens-Universität Innsbruck.

7. Anhang

7.1. Interviewleitfaden

Beschreibung der Interviewform – narratives Interview – mir geht es um ihre Erzählungen und keine Verallgemeinerungen, sondern exakte Beispiele – zum Schluss stell ich dann noch ein paar Fragen

Anonymisierung, werde das Interview aufnehmen zur Transkription und dann wieder löschen

Es dauert ca. 20-30 Minuten

1.

Erzählgenerierender Impuls:

-

Denken Sie an das letzte Mal oder an einen Moment, der ihnen als erstes einfällt als sie sich unglücklich gefühlt haben. Wie haben Sie darauf reagiert? Können sie mir bitte die genaue Situation beschreiben.

-

Denken Sie nun hingegen an das Glück in ihrem Leben, was fällt ihnen spontan dazu ein. Erzählen Sie mir bitte etwas dazu.

2.

Weitere Fragen

-

Hat sich ihre Glücksvorstellung, ihre Vorstellung was glücklich macht in den Jahrzehnten geändert? (in den Jahren – bei Jüngeren)

1)

Inwiefern sehen sie das Glück in Ihrem Inneren oder in die Umstände, also in der Umgebung, außen?

-

Wenn Sie jetzt zwei Begriffe nennen sollten, was für Sie Glück ist, was würden Sie sagen?

(Selbstverbesserung, Gerechtigkeit, Reichtum und Schönheit, Freiheit, Umwertung von negativen Ereignissen, Schicksal, Lebensumstände, Subjektive Wahrnehmung der Lebensumstände also das was ich über meine Lebensumstände denke, Innere Stärken ausbauen, Autonomie, Positivität, Achtsamkeit, Selbstmanagement, Erfolg, Familie, Gesundheit, Individualität)

-

Haben Sie jemals eine Beratung aufgesucht und/oder einen Ratgeber zur Hand genommen?
Wenn ja, warum?

-

Kennen sie die Angst etwas zu verpassen, eine Gelegenheit nicht zu nutzen?

Möchten Sie vielleicht noch irgendetwas ergänzen, das Sie wichtig finden und was nicht zur Sprache kam?

Kurz noch zu ihrer Person – Alter: Geschlecht: Ausbildung: Beruf:

7.2. Transkript Interview 1

Interview Transkript

Interviewdatum: 25.09.2023

Datum der Bearbeitung: 26.09.-27.09.2023

Interviewdauer: 00:19:34 + 00:03:59

Transkript vorgenommen von: Sally Mich

I: Interviewerin

F= Franca

(1) = Pause mit Anzahl der Sekunden

(.) = kurzes Absetzen, kurze Pause unter einer Sekunde

┌ = Überlappung bzw. direkter Anschluss beim Sprecherwechsel

Wort = starke Betonung

Wo- = Abbruch eines Wortes

@Wort@ = Lachend gesprochene Äußerungen

@(.)@ = Kurzes Auflachen

() Unverständliche Äußerungen. Die Länge der Klammer entspricht etwa der Dauer der unverständlichen Äußerungen

Die Interviewerin betritt das Haus von Franca, diese ist sichtlich schon nervös für das Interview. Sie hofft sie kann gut helfen und obwohl ihr bereits im Vorfeld gesagt wurde, dass es nur um ihre persönlichen Erzählungen geht, ist sie unsicher. Daher schildert die Interviewerin nach einem kurzen Smalltalk nochmal die Interviewform und erläutert ihr kurz,

dass es um die Thematik „Glück“ geht. Es wird nochmals nach Aufnahme des Interviews gefragt und anschließend die Anonymisierung versichert. Dann startet die Aufzeichnung.

Interviewerin: So. do her in der Mitte einer. Also (2) denken Sie an das letschte Mol oder an an Moment, der Ihnen als erstes einfällt, wo sie sich unglücklich gfüht haben. Wia hoben Sie drauf reagiert? Und wia wor die Situation?

Franca: jo der erste Moment wo i, wo i richtig unglücklich wor, wo i richtig (gezrog) worden isch ((redet besonders schnell, man merkt dass es sie sehr trifft und sie nuschelt daher) wia meine mama gstorben isch (1) de de wor. I wor vierzehn johr olt (1) und sie isch (1) plötzlich isch sie sie sich gstorben sie hot in Februar in mein jingsten Bruader isch ge isch geboren und nocher hem hom sie an Kaiserschnitt gmocht und eheh sie sein holt olm erst long gwortet. Isch jo spot gwesn erst bis sie erst den schnitt do gmocht. Und. Nor isch sie sem schon amol letz gwesen nor isch sie hoam kemmen fir 2 wo- 3 wochen. Und nocher afoanmol hot sie Krämpfe gekriag und nor hom sie sie ausi ins ins Kronkenhaus und ihr Orzt der ihr in Kaiserschnitt gmocht hot wor es wor a Sunntig wor zem net do und norhot sie a Darmverwicklung kop und hom sie gmiast nomol operieren und hot sich nimmer erholt. Domols hots koan Flebo geben und es hot koan äh äh jo koan Flebo und isch praktisch verdustet. Sie hot nix kennt essen und isch mit 40 Johr gstorben.

└ I: Mmh

└ F: sel wor der greste Schock vos mir als Kinder in a Familie erleb hobn weil i wor die ältigste fa fünf gschwister. (2)

I: Und wia hosch di aus den ausergholt oder wia-

└ F: joo es hot holt mir hom zum glick hom mr weil äh vor sie äh äh äh wenn sie zum schluss schwonger isch gwedn hom mir a haushilfe a hausholtshilfe kop de isch fa Gummer gwesen und de isch zun glick ba ins no geblieben und de hom mir recht gern kop und de hot ins do holt ausergholt di erste Zeit und isch ba ins geblieben no siebn johr bis der jingste siebn johr olt isch gwesen und as schlimmste isch holt gwesen mein Voter weil der sel sich holt fost zomgebrochen

└ I: jo

F: und mir sein holt jung gwedn nor hom mr holt gmiast schaugn wias weiter geat.

L: Jo (2) isch schon schwierig

L: F: Jo (2)

I: Tuat mir load

F: jo es isch holt so gwesen jo. Des wor holt äh jo zu erst wor holt der Krieg und zem sein holt ollgemeine Sochn gwesen dass man olm die Flugzeig fa di Flugzeig hot man Ongst kop van bombardieren de sein olm do dribr gfolgen. Und i woas fa der Schual aus bin i a amol schnell über die Wies umi gloffen bis hoam und hinter insertn Haus in Wold obn isch aso a kloaner punker gwesen hom sie gmocht zem isch man nor holt schnell innigongen und sel worn holt die Schrecken fan Krieg wenn sie in Bozen bombardiert hobn sel wor a und nor ausgean hot man überhaupt nia gekennt weil es wor jo man hot olls gmiast wenns dunkel gworden isch hot man gmiast olls mit schwarze Vorhäng die Fenster zuahängen dass koan Liacht auserscheint dass die Flugzeig koane (schnauft schwer ein) äh praktisch koan Onholtspunkt hobn wo die Häisr sein zan bombardieren und nor hot man holt gmiast olls verdunkeln

L: I: mhm

L: F: sel worn holt die Kriagszeiten und nor zem hot man holt nor a fost nix gekriag Brot hom sie lei fan Polentamehl gmocht und und und nor hots amol koan Brot und nicht geben und holt isch wirklich und der Voter isch a in Kirag gwesen. Die mami isch alloan wgesen mit ins Kinder und nor isch holt olm die Ongst gwesen (2) dass er nimmer kimb ober zan Glick isch er widr zrug kemmen. Und der Bruader fa meiner Mama isch a in Krieg gfolen in Russlond enten. Des sein holt die Eindrücke de i die schlimmsten gwesen wos

L: I: Mhm

L: F: de in der Jugend gwesen sein.

I: Und wia bisch du mit dem umgongen?

F: (trauriger Säufzer) jo es isch holt als Kind als Kind (spricht sehr traurig mit zitternder Stimme) nimmt man holt des fan Krieg es wor Olltog und man hpot nix anders gekennt

L: Jo

F: domols des isch aso gwesen und drnoch wenn die mama gstorben isch sel wor schon schlimm weil äh de de de Haushälterin holt de wos gwesen isch des Hausmadl de hot ins holt gheb aso de hot sich um ins gekümmert und nor isch man holt widr schual gongen und wos nocher as schlimmste isch gwesen weil i het gern studiert (1) und und und sie hom mi schon gmeldet kop meine die Schualdirektorin weil i mi hon mi olm leicht geton ban lernen und nor wor i schon eingeschrieben und die schwester fa mein voter und er de hom gsog wos willschn des kostet lei geld wos willschn de gitsch studieren lossen sie soll lei in Gosthaus gean und i Gosthaus fa mein Großvoter nor hon i sem gmiast orbeiten bin i so ungeru gongen i woas hinter der Tir hon i oft greit weil i hon gmiast in Gosthaus gean und net studiern hon geterft. Und nocher hon i holt gmiast bis i gheiratet hon zehn johr in Gostbetrieb orbeiten (2) und zem hon i nor mein Monn kennenglernt (2) und es hot a scheane Augenblicke gebn weil äh die Augenblicke in Gostbetrieb hosches a oft lustig und so und a oframol schean und vieles wor holt net so schean weil weil i bin behandelt worn wie a Deanstboten net als wie die Enkelin do fa der Großmutter (1) hon i et viel Beziehung kop i bin wie a Deanstbotin behandelt wordn i hon mit die sem gessn. Die orbeitsstunden eingeholten und es sich holt so gwesen (1) und deswegen hon i olm gsog i mechet olls lei @koan Wirt@ @(.)@

I: @(.)@

F: @(. . .)@ jo und aso

└ I: und er isch koan Wirt?!

F: Na

I: Guat

F: er hot an Autotransportbetrieb kop und durch des bin i nor weil sie hom in Bozen in der Stdot a Station kop a Wohnung weil sie olm fa unten aus gfohrn sein sie worn die ersten de fa Südtirol noch Deitschlond gfohrn sein sein Bruader hot des in die Wege gleitet und nocher hom sie unten gwohnt in Bozen und 1960 hom mir nochher gheiratet sem wor i viarazwanzig und er siebnazwanzig (1) und nor bin i noch Bozen oidnkemmen und sel hot mir gepasst (1) i hon nor dreißig johr in Bozen gwohnt bis mir do gebaut hobn

I: aah

F: (2)

I: und iaz ondersch: wenn Sie on die glicklichen Momente in Leben deken wos follt ihnen donn so ein?

L: F: glücklich

L: spontan

L: glücklich bin i olm wenn i holt so hauptsächlich über meine Enkel. Weil de wirklich in Ordnung sein (1) obs iaz der Fritz oder Luis isch oder die Julia oder und a de was far ondrn Tochter in Turin sein de sein de hon i zwor weaniger in Kontakt weil sie hot an Italiener unten gheiratet de kennen net de kennen net so sie hot imene net Deitsch glernt sel wor a großer Fehler und ober sie tean olle orbeiten sein fleißig und kemmen a oanmol in Jahr auer und sel isch holt mit Enkel bin i holt glücklich. Und was i nocher (.) mein Plan do des Haus zu realisieren weil mein Monn hot olm do inner gwellt widr wenn er in Betrieb aufgib

L: : I: Jo

F: Mir hom zwor unten a Wo- mir wollten do bauen nor hom mir koane Genehmigung gekriag weils weils miten Grünzone und es isch holt aso a schwierige Zeit wegn die Baugründe und so weiter und er hot olm innergwellt und nor hon i durch Zuafoll af den Grund do kemmen und nor hom mir den Grund gekaft und nor hom mr holt weil mir net glei bauen hom geterft glei nor hom mr gsog iaz wenn mir iaz as geld kolten nor verliern mr olls zem wor a große Inflation domols und nocher hom mr unten die Wohnung gekaft mit den Geld und hom donn erst drnoch ungfong bauen und hom holt gonz longsom gebaut und in der Wohnung in Bozen isch iaz die Tochter die älteste. Und sel hot mi holt glücklich gmocht dass mir do an Grund gekriag hobm durch an Zuafoll und und dass der Plan aufgongen isch den i olm ghob hon. Weil mir sein amol unten vorbeispaziert und nor hon i do auergschaug und hon gsog do herobn war schean wenn man a Haus het

I: @(.)@

F: und sel wor oaner fa meine glicklichen Sochen wirklich und viele ondre Sochen mir hom a schiane Fohrten gmocht und a poor Urlaube schiane hot man a gmocht und sel isch fein gwesen ober glücklich bin olm gwesn wenn irgenda Plan a Orbeit de i vor kop hon sel ausgongen isch und sel hot mi nor zufrieden gmocht und glücklich. A iaz wenn i aufschreib afn Zettl was i zu tian hon wenn i afnocht sel erledigt hon nor bini holt glücklich oder zufrieden. Und wennis net geat nor muas mans holt weiterschiabn ober sel sich holt olm und i sog und sischt sein mri eigentlich olm zufrieden gwedn. Und i i hon gern so (zittrige stimme) olls a bissl in Ordnung kop und a bissl ordentlich ober i hon mi nia gsehnt in in in in große in

ondre Sphären in große sogmor Hotelbesitzer oder oder was was i was mit Reichtum zu sein oder so weil i olm ghosst hon die Ungleichheit zwischen reich und arm (1)

I: Jo

F: Die große Schere de olm isch zwischen die armen und die reichen. Mir hom zwor holbwegs guat gelb ober mir hom gonz viel arbeiten gmiast und sporen. (3)

I: jo sel glab i

F: und des mocht oan a Zufriedenheit und jo isch man holt a glücklich dass es gelungen isch und die ondren Sochen de kemmen in Leben äh mit Kronkheit i hon an Darmtumor kop und sel wor a net leicht. Hon a Chemo gmiast mochn ober i hon mi ibroll widr ausergwickelt und erholt und die Kinder die Enkel de fa der Laura der Fritz und die Julia de sein olm do gwesen sogmor sein gwesen fost wie meine Kinder. Sel isch holt shean gwesen (2)

I: Jo

F: Jo (2)

I: Nor schaugmr mol af meine Frogen. Hm. Ob sich die Glücksvorstellung in die Jahrzehnte amol geändert hot? Zum Beispiel hosch friar gedenkt des mocht glücklich und heit denksch epe anders mocht glücklich oder isch des-?

└: F: Jo jo

└: I: olm gleich

geblieben?

F: jo sel schon weil friar wenn man jung isch gwesen mit der jungen Liebe und so weiter nor isch man zem glücklich und später hot man holt a ondre a ondre Sochen was man- glücklich isch man wenn man wenn man zufrieden isch wenn olls holbwegs a bissl kloppet und und i muas iaz was was i was für große Events sein dass man glücklich wert man muas- wenn man zufrieden isch isch man eigentlich glücklich (3) wenn man zufrieden isch es kann net olm olls guat gean und i sog man mog lei heit in die Nachrichten einischaugn nor isch man glücklich und zufrieden. Wenn man die Nachrichten heit sig nor sog man Gott sei donk mir sein in Himmel

I: Jo

F: Tasch du sogen dein Glück kimb fa innen oder eher fa außen die Umstände fa des was draußen isch?

Na sicher fa innen. Weil wenn i wenn i mi hot olm glücklich gmocht i hon olm gernkreativ epes gmocht. Wos mi bissl unglücklich gmocht hot isch dass i net sudieren gean gekennt hon weil i het gern Architektur oder epes gmocht ober glücklich hot mi gmocht wenn i hon gekennt lesen i hon viel glsen wenn i hon gekennt molen i hon viel gmolen i hon fir die Kinder olls selber gnahnt. Kreative sochen mochen zem vergisst man also olles andere und wenn epes gelingt (1)

l: I: Jo

F: (1) nor isch man glücklich (2) von außen jo von außen. Wenn man sig dass die Umwelt oan äh äääh dasses oan holbwegs guat geat dass die Umwelt oan schätzt ober as glückliche dass i kann sogen iaz muas i in a Luxushotel gean um glücklich zu sein af an sellan Gedonken bin i gor nia kemmen (1) weil sel nutzt a nix lei sel (1)

I: nana logisch (3) sel nutzt nix

F: und iaz isch bini holt glücklich wenn widr a Tog guat umergeat, dass die ondern olle zufrieden sein, dass man kann mitnond a bissl spielen (1)

I: Jo (9) wenn du iaz so oan zwoa Begriffe nennen sollesch wos fir die Glück war? Wos taschen zem sogen? Keine Ahnung wos hon i do aufgeschrieben. Verschiedene Begriffe on sich sekber arbeiten oder die Familie oder die Gesundheit oder Reichtum oder a Schönheit oder Erlebnisse oder

l: F: Naaa. Erlebnisse können a glücklich mochen. Guate Erlebnisse oder Erfahrungen ober hauptsächlich isch mir die Familie und die Gsundheit sel isch mir as wichtigste

I: Jo

F: wenn i no long a bissl do kann umermorxn

I: jo

F: (2) sel isch mir- na Reichtum Reichtum überhaupt net sel hot mi nia nia greizt dass i wegen sem kann glücklich sein weil man isch zem a net gegen Kronkheiten gefeigt oder andere (1) Unglücksituationen na holbwegs an Lebensstandard dass man net muas jeden Tog rechnen dass man epes zan essen hot sel schon (1) und sel hom mir holt a viel gorbeitet um sel za erreichn und iaz sel isch Glück

I: Jo

F: jo (2)

I: und (3) hom sie jemols an Glücksratgeber glesn?

F: wos? An Glücksratbere?

I: jo genau (.) na oder?

F: na @hahaha@

I: jo do gibts heit gonz viele fa de Biacher

F: aso?

I: jo

F: na sel hon i net. Isch des in Internet drinnen?

I: net lei in Internet des sein Biacher de kann man kafen wo man sein Glück findet und-

F: na sel hon i nia glesn

I: a ok

F: i hon glesn glesn hon i historische Romane hon i gonz gern glesen und zum Beispiel a (1) englische Schriftsteller und und und Bibliografien fa berühmte Leit fan Gorbatschov und de Leit (1) ober lei sette Sochen hon i gern glesn (1) schon oftramol a epes leichts a oder a irdenda Witzbuach (1) as oanzige wos mi oftramol a bissl äh (.) praktisch gstört hot oder wos- dass mein Monn mit di Witz und so weanig locht- i het oftramol liaber dass er a bissl lustiger war i bin olm gern in a Gesellschaft wo man a kann ibr epes dribr lochen oder iber sich selber lochen. Ober ihm za lochen bringen sel isch hegstens oje wenn ihm epes passiert wo er sem locht @(.)@

I: @(.)@

F: sel isch as oanzige wenn i kann ändern dass i sel ändern tat

I: (2) lochen?1

F: jo

I: sel isch schon wichtig

F: sel war holt wichtig und iaz bin i holt viel do alloan und nor kann i holt net alloan lochen @(.hähähä)@ sel schaug bled aus

I: na wieso?

F: nana ober hel isch-

I: na man locht sich schon leichter za zweit

F: jo nana sel schon weil i hon junger a Theater gspielt

I: ah

F: und zem hot man schonsem isches holt schon lustig gwesn und sel isch holt und a in Urlaub hom mr a Ehepoor gekennt aus Köln de olm mit ins am Meer unten gwesn sein Cattolica ober iaz sein mr schon a poor Jahr nimmer gwesn weil mir nimmer kennen.und mit de hom mr holt a olm lustig kop (3)

I: und heizutog isch gonz verbreitet die Ongst epes za verpassen.

F: Oje

I: kennsch du sel?

Na na de ongst kenn i net epes zu verpassen (1) weil i sog vielleicht isches a as Olter dass man nimmer aso (1) wenss oan gsundheitlich nimmer so guat fühlt dass man irgendwo wea hot des was man friar amol gern gongen war des fahlt oan nimmer so (1) mir fahlts net (1) weil mir fahlt lei die Zeit sel zu tean was i gern tat @(.)@ ober epes zu verpassen hon i jo verpassen as Studium hon i verpasst isch net meine Schuld gwesn ober schusch epes zu verpassen

I: Jo

F: außer jo oftramol wenn man wenn man an Plan hot und hot schon oftramol an Einfluss wenn man den umsetzt ob a Zeit der Inflation isch ob man as Geld schützen will wenn man sette Sochen verpasst nor sein sie firs gonze Leben verpasst (2) i denk mir fot die Leit de heit hom gwellt epes epes bauen und hom Kredite aufnummen und iaz nimmer derzohln sel isch schon (1) Schickssolsschläge oder Rückschläge

I: jo

F: (2) gewisse sochen muas- deswegn tua i gonz gern (zeigt auf Zeitung) die Zeitung do lesen weil oftramol drfrog man epes was man schusch net drfrogen tat was wichtig isch ober schisch verpassen was die Feste? Mir sein friar a so so Feste gongen und wondern gongen

ober wenn i donn net gian hon gekennt isch mir gleich i hon olm gwisst was tean drhoam. Nia zeit long gworden. Nia zeit long.

I: @(.)@

F: (2) sel isch holt fein

I: jo (1) nor wors des mit meine Frogen. (1)

F: was den?

I: des wors schon mit meine Frogen. Megsch du epes ergänzen?

F: wor des schon?

I: jo. Megsch du no epes drzua sogen zun Glück iaz vielleicht was dir fir kimp was no net gsog gworden isch epes zan Glück? Oder?

F: epes zan Glück (2) was kannt i no sogen zan Glück (1) jo wie gsog as Glück isch holt meine Familie (2) und a Glick a großes Glick dass i von der Tumorerkrankung auserkommen bin. Sel isch a großes Glick. Weil es sein viele umer de i gekennt hon de gestorben sein wegen gleichen. Tumor. Sel isch a großes Glick (1) und schunsch (1) du schusch eigentlich dass mir eigentlich a großes Glick isch a gwesen dass mein Monn bei der Transportfirma nia koan Toater gewesen isch, nia verunglickt isch de gonzen Johre

I: Mhm

F: sel isch a großes glick. Dass er olm gsunder hoam kemmen isch (3) schusch war i do gstonde sel hon i schon oft ongst kop. Dass i mit die drei Kinder do stea. Am onfong hom mr a lei schulden kop. Mir hom nix kop ban heiraten. Gor nix. Die wohnung gmietet und in wagen hom mr gmiaast ozohl. und wenn zem epes passiert war zem. Sel isch a großes Glick

I: na guat

F: a unbezohlbores Glück

I: jo danke

F: isch des genua? Geat des holbwegs?

I: perfekt. Do gibts net geat des holbwegs do geats um deine Erzählungen. Mochmr mol a stopp.

Aufnahme beendet

Ich erkläre ihr nochmals dass es mir nur um ihre Erzählungen geht. Wir sprechen ein wenig über meine Masterarbeit, das moderne Glück. Ich merke, dass es interessant wird und starte erneut eine Aufnahme. Wir sprechen gerade über die Veränderungen in der Gesellschaft.

F: fa jung bis iaz. I muas sogen de gonzen Veränderungen heit do kimm i a nimmer mit mit de gonzen Internet und de gonzen äh (1) jo wos holt olls isch de gonze Einstellung fürs Leben und as schlimmste wos isch wos oan wirklich Ongst mocht isch isch die Umwelt. (2)

I: jo

F: Die Umwelt mocht oan schon Ongst

L: I: af jeden Foll

L: F: weil wenn des so weiter

geat. Weil olls extrem gworden isch die Leit sein Extrem di- die Natur extrem es isch olls extrem gworden.

I: jo

F: die orbeit. Die Leit sein gstressst bis zum geht nicht mehr. (2)

I: jo und heitzatog wenn jung bisch donn hosch so viele Meglichkeiten donn muasch di frogn wo gea i hin

L: F: jo

I: und wos moch i. As Gegentoal fan Problem wia friar.

F: jo

I: sem wor oft du bisch in gleichen widr einikemmen

F: jo eben jo (1) und heit mu- muasch eigentlich viel selber entscheiden wos tua i den iaz wos ischn besser friar hot man vieles oanfoch vorgeschrieben gekriag.

I: jo

F: sem isch man so innigwoachsen und man hot koa ondre Möglichkeit kop (2) jo sel isch es

Ma es gib olm Vor und Nochtuale ober momentan isch schon extrem wenn man schaug. Es isch glab i a. dass man- friar hot man jo nicht drfrog. Es hot jo koan Fernsehr koan Internet und nicht geben. Heit drfropsch jeden Tog olls wos af der gonzen Welt passiert. Isch friar a passiert

I: mhm

F: ober man hots net drfrog

I:jo

F: nor isch man zem ruhiger gwesn. (2)

I: sel sog der Tatta fa ins a olm. Fa mir und far Luciana. Soger olm. Des isch olm schon passiert lei iaz segmrs holt

L: F: iaz segmrs jo

I: In die Zeitungen

F: jo. Jo iaz segn mr olls de gonzen Erdbeben und des wos gwesn isch friar hegstens wenn oaner amol in de Länder hinkemmen isch und iaz isch- wenn man iaz vergleicht die gonze die gonze rechtsextreme Politik – isch a a Gefohr iz holt dass ollaweil mehr so leit sein nor entstean so Kriege net?

I: jo

F: sel isch holt – und no a gonze Soche isch dass- dass viel mehr olte Leit sein (2) friar sein sie- i woas wenn oans sechzig johr olt gworden isch nor sein sie olt gwesn. Sem hom sie an Krebs kop nor sein sie gstorben ober heit sein so viele olte Leit und as soziale kimp nimmer nochi. Die Leit olle za drholten und za pflegen. Sel isch holt a (1) fir die jungen leit isches isches a groaße aufgob nocher

I: des hots nia geben des Problem

F: na nor woas man a net wia wia umgean. Jo eben hots des net geben. Und die Leit kennen a net olm in Sozialvorsorge einzohln die jungen miasen merst schaugn wia sie um die Runden kemmen.

I: Mhm

F: iaz isch holt so Orbeit war genua ober die Leit de die Schualung und des hobn sein holt a net genua. Es fahlt ibroll. Qualifizierte Orbeiter fahln (2)

I: jo nor sog i danke

F: @jo hahahha@ hon i za viel gred?

I: na überhaupt net. Do gibbs koan zu viel

F: @ha aso@

I: na isch perfekt aso danke.

7.3. Transkript Interview 2

Interview Transkript

Interviewdatum: 02.11.2023

Datum der Bearbeitung: 06.11.2023

Interviewdauer: 00:14:03

Transkript vorgenommen von: Sally Mich

I: Interviewerin

S: Susanne

(1) = Pause mit Anzahl der Sekunden

(.) = kurzes Absetzen, kurze Pause unter einer Sekunde

┌ = Überlappung bzw. direkter Anschluss beim Sprecherwechsel

Wort = starke Betonung

Wo- = Abbruch eines Wortes

@Wort@ = Lachend gesprochene Äußerungen

@(.)@ = Kurzes Auflachen

() Unverständliche Äußerungen. Die Länge der Klammer entspricht etwa der Dauer der unverständlichen Äußerungen

Die Interviewerin trifft Susanne an einer Bushaltestelle. Wir gehen gemeinsam in eine Bar, sie erzählt kurz etwas zu ihrem Beginn des Studiums und sie fragt genau nach Details zum Interview, ist sichtlich nervös wegen des Interviews. Ich erkläre ihr die Interviewform und erkläre ihr, dass es um ihre Erzählungen geht und um exakte Beispiele nach denen ich frage und sage ihr auch, dass ich am Ende noch ein paar Fragen stellen werde. Sie wollte dann

genau wissen wie das Interview abläuft und ich erkläre ihr, dass es mit einem Impuls beginne. Susanne wusste im Vorfeld schon, dass es um die Thematik Glück gehen werde.

Interessanterweise fragt sie nochmal nach, ob es um glücklich sein oder um Glück gehe, das heißt sie machte eine Differenz zwischen beiden auf. Ich antworte darauf es gehe um Glück und glücklich sein. Sie fragt nochmal nach ob es okay ist, wenn sie nachdenkt und nicht immer sofort antwortet und ich zeige ihr auf, dass dies natürlich erwünscht sei, sie soll sich jede Zeit nehmen, die sie braucht. Ich versichere ihr die Anonymisierung und wir starten die Aufnahme.

Interviewerin: Guat. Denk an das leste Mol oder a Moment, der dir als erstes einfällt, wo du di unglücklich gfühlst hosch und wia hosch af de Situation reagiert? Wenn mir des genauer beschreiben kannesch

Susanne: Okay also. Wenn i mit der Uni ongfongen hon also iaz Onfong Oktober nor bini kronk gworden und hon net gekennt Uni gian und nor wor i volle unglücklich.

I: Mhm

S: Und äh nor hon i a nimmer Uni gian gwellt und nor honi holt a bissl Ongst kop weil i grot die erste Woche gfahlt hon und so uund in den Moment äh isch mirs eigentlich net so guat gongen. Also i wor eigentlich ziemlich traurig uuund hon a bissl Ongst kop in sem Moment äh ober wos mir zem volle gholfen hot wor dass meine Familie und a mein Freund mi holt mir holt volle zuagredet hobn und gsog hobn es geat uund jo (1) uuuund mir isch a firkemmen nor wenn i mi drzua entschieden hon okay des moch i (.) und des wor a irgendwia a Entscheidung okay iaz (.) will i nimmer unglücklich sein iaz will i nimmer lei do umerhengen und rern und so nor ischs a besser gongen also famirausgsegn hot des a viel drmit zu tian also glücklich sein isch famirausgsegn a (.) a Entscheidung de man treffen muas also as Glück hupft oan famirausgsegn a net un also man muas wirklich äh sich a drzua entscheiden zu sogen okay (.) i will glücklich sein und jo (3)

I: Okay hosch guat gschildert wia du drauf reagiert hosch und iaz (1) umgekehrt wenn du an a glückliche Situation denksch wos follt dir drzua ein? Wos worn fir di a richtig glücklicher Moment?

S: Hmmm (2) i bin lestes Jahr noch Thailond gfohn drei Wochen und sem muas i sogen wor i drei Wochen richtig glücklich (1) zem hon i mi oanfoch extrem frei gfühl i hon mi (.) wia i selber gfühl und des hot mir oanfoch a guat geton und i muas a sogen dass de Glücklichkeit sich drnoch ano auswirkt hot af die negsten Monate also i wor donn a ziemlich in der

negsten Zeit a glücklich no fa de drei Wochen und es mocht mi logisch olm no glücklich wenn i drauf zrugdenk und jo es isch a scheans Gefühl man isch do frei von Sorgen, man denkt weaniger ons negative (.) man sig as positive wenn man glücklich isch uund jo (1)

I: Also wenn du iaz Glück in zwoa Worte zommfossen miasesch was sel fir di isch (.) loss dir ruhig Zeit ban denken. Wenn so sogen tasch was mocht Glück aus (2) (ich merke sie grübelt) z.B Erfolg, Scheanheit oder kein Ahnung Familie, epes erreichen....

S: - Mhm kann i des a bissl beschreiben?

I: Jo sowieso

S: also oannmol tat i wia du grot gsog hosch Reichtum sogn ober net Reichtum fan Materiellen also sicher zum Toal a fan materiellen also es isch wichtig a poor Grundlogen zu hoben wia Geld sel bedeutet a irgendwo Freiheit und sel isch sicher wichtig ober a Reichtum mehr fa i hon Menschen um mir de mi gern hobn, de mi unterstützen uund (2) iiii (1) kann tean was i will und also eher di sel Ort fa Reichtum und der zwoate Begriff war iaz des was i drvor schon erwähnt hon die Entscheidung- glücklich sein man muas sich oanfoch aktiv drzua entscheiden und man muas a epes fir sein eigenes Glück tean, man muas tean was oan gfollt, man muas sich a entscheiden glücklich zu werden, glücklich za sein famirausgsegn

I: und wia tuat man donn sel oder wia-

S: Indem man oanfoch glabi Sochen tuat de oan guat tean, de oan gfoln, oanfoch des findet was oan ausmocht, was oan passt- i find die sem Sochen (ogib) und oanfoch vielleicht a donkbor und zufrieden isch weil i glab dass (1) donkborkeit und zufriedenheit a irgendwia glücklichsein so hervorrufft (3)

I: Jo (2) oane Frog was i no hon ähm wenn du so denksch on deiner Glückvorstellung bol du bissl jünger worsch, hot sie sich irgendwann amol gändert in die lesten Johre? Oder hosch du eigentlich schon olm so Glück definiert für di?

S: (1) Na also i muas sogen i hon iaz nia wirklich aktiv so drüber nochgedenkt über des Thema ober es hot sich sicherlich viel verändert (2) weil äh (2) es hom sich es hot sich a oanfoch meine Lebenssituation verändert und eben a lestes Jahr hon i in der Firma fa mein Papi gorbeitet und zem bin i a (1) sem wor i unglücklich erster wor i eigentlich olm glücklich und nor bin i (1) a draufkemmen dass (.) wirklich die Lebenssituation also man muas wirklich des tean was oan gfollt um a glücklich zu sein. Friar hon i sem hon i eigentlich eher gmoant dass as Glück so epes isch oke glücklich isch man (.) und glücklich isch man in gewisse

Situationen und iaz bin irgendwia so der Meinung dass man sich a selber epes firs Glück tean muas selber man muas sich aktiv drzua entscheiden des zu tian wos oan gfollt und dodurch nor a glücklich zu werden (.) und i denk in den Aspekt hot sich in die lesten Johre a viel ba mir gändert (1) und i glab desto älter man wird sig man a mehr irgendwia (.) dass man selber epes drzua tean muas glabi und dass as Glück oan net unhupft und dass es a net normal isch dass man fan nix auser glücklich isch und dass man olm glücklich isch

I: Jo und in der Firma wor net deinigs?

S: Na es wor net meinigs und i wor oanfoch net glücklich und i denk sel hot a viel zu sogen man muas a wirklich des suachen wos oan glücklich mocht (2) und i denk sel isch sicher net eps oanfoches ober im Laufe des Lebens kimb man wirklich drauf wos glücklich mocht und (1) und wohrscheinlich wert sich des a zukünftig viel verändern meine Vorstellung fa Glück und vielleicht seins nor wenn i amol Kinder hon glücklich sein häng donn fa meine Kinder o und i denk des ändert sich sicher in die Lebenssituationen ober friar wor es Glück sicher a bissl simpler definiert fa mir selber als wias iaz isch (.) uund (.) mittlerweile bin i wirkclih so der Überzeugung dass i sog okay jo glücklich sein hot a sicher viel drmit zu tean mit (1) a gewisser Grundloge wia kann i überhaupt glücklich sein zum Beispiel a Mensch der unter Depressionen leidet kann net glücklich sein ober ondrerseits denk i a (1) okay wenn man die Grundloge hot oke i kann glücklich sein oke zum Beispiel a die materiellen Mittel wia i erster gsog hon donn denki muas man ano selber drzua beirogen und selber entscheiden oke i will glücklich sein und i tua iaz epes fir mein Glück und jo (2)

I: des isch sicher viel a Einstellungssoch

S: Jo sel denk i a (.) und eben wia a gsog zum Beispiel dass i mi in Thailond glücklich gefühlt hon des wor vielleicht a so a gewisser (1) ähm (1) woasch a der Ortswechsel hot in den Foll a oanfoch viel ausgmocht dass i gedenkt hon boa cool iaz gea i noch Thailond und wenn i noch Thailond gea nor bini glücklich und donn irgendwia ruuft des a automatisch des Gefühl hervor glücklich sein her

I: Jo (3) iaz schaug i no kurz wos fir a frog i no hon (2) ajo no hosch du jemols a Beratung aufgsuacht oder an Glücksratgeber glesn?

S: (2) Na sel hon i eigentlich nia (2)

I: Okay

S: Also wie gsog i hon mi net viel eigentlich mitn Thema Glücklich sein befasst äh eher isch des so kommen in de Momente in de i net glücklich wor dass i mi gfrog hon oke was mocht mi glücklich wie kann i glücklich sein (.) ober i denk sicher dass sel hilfreich sein kannt also wenn man zu an Tiefpunkt kimb wo man sog oke i find- i kann mein oagenes Glück net finden i woas nimmer wie i glücklich sein kann i glab schun dass sel donn sicher helfen kann (2)

I: Ober selber hosch nia a Buach glesen-

S: Na selber nia (2)

I: No oane Soch des isch glabi meine leste Frog – jo kennsch du die Ongst epes zu verpassen? Do gibts a mittlerweile an Begriff – FOMO – des hoast fear of missing out und no zum Abschluss ob du des Gefühl ba dir kennsch dass du sogsch jo oke

S: Jo i sog bsunders in mein Olter kennt man des Gefühl schun ziemlich guat epes zu verpassen weil (2) äh irgendwo man isch a durch die sozialen Netzwerke irgendwie volle mit ondre Leit verbunden und man sig olm was ondre tian und nor denkt man jo vielleicht sollet i a do sein – es wert oanfoch af die sozialen Netzwerke fa jemanden – man sig a hundert fünfhundert Leit wie sie leben und wenn man des sig donn hot man logisch Ongst wieso leb i net des oke vielleicht verpass i grot was und überhaupt kimp mir vor iaz mittlerweile geats besser ob so in der Pubertät hot man donn schon in Drong kop oke i muas iaz olls- i muas die Welt derreisen i muas sel tian und i muas (2) ober i muas sogen i hon schon olm no ongst (.) was zu verpassen (2) also a durchs Studium vielleicht a dass man drhoam epes verpasst oder vielleicht a später wenn i denk i will Kinder vielleicht dass i in sem Moment verpass oder

I: Mhm

S: Dass i in Moment verpass in richtigen Partner zu finden oder (2) i denk in Leben kann man so viel verpassen ober i denk man sollet holt net af die Sochen schaugen de man verpasst hot sondern auf die Gelegenheiten de man gnutzt hot und af die Sochen de man net verpasst hot (1) des isch glabi heutzotog no viel schwarer ba di jungen Leit (1) und isch viel ausgeprägter des Gefühl epes verpasst zu hoben wie gsog a wirklich mit olle verknüpft isch und jeden Tog af Instagram zum Beispiel zu segn oke wo sein ondre und nor sigsch a eindeutig oke was verpass i (2)

I: jo

S: und überhaupt friar ban ausgean ischs a oft so gwesen dass wenn net mitgongen bisch nor hom dir a ondre Leit as Gefühl geben oke du verpassch epes (2) und i denk des isch schon ba die jungen Leit sehr ausgeprägt des Gefühl (.) und irgendwia will man so viel und irgendwia hot man donn dechtersch net die Zeit und man will vielleicht oftramol zu viele Sochen und nor logisch isch a die Ongst do verpass i vielleicht epes (2)

I: Man hot zu viele Meglichkeiten

S: Man hot zu viele Meglichkeiten

I: weil friar hosch holt net-

S: |Genau

I: entscheiden gekennt

S: |und dodurch dass man de gonzen Meglichkeiten eben a viele kann man nutzen (.) irgendetes verpasssch olm i moan du konnsch sogen mit de gonzen Meglichkeiten de man heit hot verpasst man epes (.) ober i denk es isch eben wichtig zu seggen was man vielleicht net verpasst- verpassen wert man olm epes ober isch a wichtig in den Moment Prioritäten zu setzen und zu sogen okay des verpass i ober drfir leb i a sondre

I: Mhm

S: Und i denk des isch a wichtig dass man am Ende vom Leben net sog oke i hon iaz was verpasst sondern a die Momente sig de man wirklich gieb hot und de man genutzt hot (2)

I: Jo (1) mechesch du no irgendetes sogen zum Glück was dir fir kimb isch no net zur Sproch kemmen?

S: Jo also i denk mol glücklich sein isch so epes fan wichtigsten was a Mensch an Eigenschoften- die wichtigste Eigenschoft de a Mensch besitzen kann – i moan wenn mir net glücklich sein sel isch eigentlich as wichtigste im Leben- famirausgsegn isch sel sogor der Sinn des Lebens oanfoch glücklich sein oanfoch (.) weil wenn man net glücklich isch donn mocht eigentlich olls ondre koan Sinn (1) i moan des isch oanfoch as Gefühl (1) i woas iaz net ischs genau a Gefühl oder ischs eher a Emotion oder ischs eher a äh (1) holt af olle Fälle isch as Gefühl jo eigentlich fa jeden as Ziel des glücklich sein- zufrieden sein zu erreichen – donkborkeit erreichen und i denk des isch a wichtig äh glücklich sein häng donn a zomm mit- sig i donn wenn i olt bin (2) mein Leben als erfüllt on oder net und bis zum Schluss im Leben denk i jo af meine glücklichen Momente und net af die Momente wo man net glücklich wor

und i denk es isch sehr wichtig dass de glücklichen Momente im Leben a überwiegen und dass man eben a glücklich isch (3)

I: Glabsch es gib do so wia a Rezept oder irgendetes wo sogen kannesch- oder isch des fir jeden epes eigenes?

S: (1) i denk schon dass es sehr individuell isch eigentlich dass jeder ondre Sochen hot de oan glücklich mochen ober i denk zum Beispiel a dass Donkborkeit viel drzua beitrogen kann und äh (2) jo (1)

I: und sel kann man lernen? Oder?

S: Jo i denk schon dass man gewisse Sochen lernen kann und a Optimismus zum Beispiel viel drzua beitrogen kann wia man Sochen sig wos i fir Erwartungen hon, wia i die Welt sig, ob i iaz positiv denk, ob i iaz negativ denk und logisch werts sel wiederum fa gonz vile Umwelteinflüsse bestimmt wia i denk zum Beispiel wenn i in die Medien lies jeden Tog oke zem isch Kriag do isch Kriag nor (2) hon i logisch a negativere Denkweise und i denk a positive isch zum Beispiel isch a epes wos viel zum Glück beitrog und sel kann i a natürlich lernen (2) und i denk es isch a guat wenn man sich mit glückliche Menschen umgib und wenn man oanfoch a viel positive Sochen sig weil glücklich sein isch a positives Gefühl und sel wert donn a sicher durch positive Sochen erreicht

I: Jo (4) tat i sogen (2) jo des wors eigentlich donn

S: Hosch no Frogen? Hon i zu wianig gsog?

I: Na des passt guat so, danke

Wir sprechen noch übers Interview, sie will wissen, was genau meine Masterarbeit behandelt und wir sprechen noch allgemein etwas, ich bedanke mich und wir verlassen die Bar.

7.4. Kodierleitfaden

Kategorie	Definition	Ankerbeispiele	Zeilen- verweise	Kodierregeln
K1 Glück als ein zufälliges Ereignis	Das Glück ist nicht in meiner Hand oder in meiner Leistung, sondern es ist ein „Glücksfall“ Das Glück ist hier nicht oder wenig beeinflussbar „da hab ich aber Glück gehabt“	„und nor isch holt olm die Ongst gwesen (2) dass er nimmer kimb ober zan Glick isch er widr zrug kemmen.“ (Interview 1: Z47-48) „dass mir eigentlich a groaßes Glick isch a gwesn dass mein Monn bei der Transportfirma nia koan Toater gwesen isch, nia verunglickt isch de gonzen Johre“ (Interview 1: Z250- 251)	Interview 1: Z20-Z24 Z47-Z48 Z107-Z109 Z247-248 Z250-251 Z253 Z259	In diese Kategorie fallen Beispiele von Glück, die nicht in meiner Macht stehen oder von meiner Einstellung, von meiner Perspektive abhängen. „zum Glück“ als von mir unabhängiges Ereignis, welches ich nicht beeinflussen kann.

Kategorie	Definition	Ankerbeispiele	Zeilen- verweise	Kodierregeln
K2 Glück als eine bewusste Entscheidung	Glücklich sein ist eine Entscheidung, Glück ist eine persönliche Aufgabe und somit ein eigener Verdienst. Glücklich sein ist eine Art Lebensstil, dessen Know-How erlernbar ist. Daher ist Glück eine Wahl, eine bestimmte positive Perspektive auf die Welt	<p>„wenn i mi drzua entschieden hon okay des moch i (.) und des wor a irgendwia a Entscheidung okay iaz (.) will i nimmer unglücklich sein iaz will i nimmer lei do umerhengen und rern und so nor ischs a besser gongen also famirausgsegn hot des a viel drmit zu tian also glücklich sein isch famirausgsegn a (.) a Entscheidung de man treffen muas also as Glück hupft oan famirausgsegn a net un also man muas wirklich äh sich a drzua entscheiden zu sogen okay (.) i will glücklich sein und jo (3)“ (Interview 2: 12-17)</p> <p>„die Entscheidung- glücklich sein man muas sich oanfoch aktiv drzua entscheiden und man muas a epes fir sein eigenes Glück tean, man muas tean wos oan gfollt, man muas sich a entscheiden glücklich zu werden, glücklich za sein famirausgsegn“ (Interview 2: 27-40)</p>	Interview 2: Z12-17 Z27 Z38-40 Z56-58 Z72-75	Glück ist eine Einstellungssache; geht darum wie man mit etwas umgeht, Glücklich sein als eine bewusste Haltung, liegt also nur in meiner Perspektive, meinem Blickwinkel also ist es meine Entscheidung

<p>K3 Unternehmer meiner Selbst</p>	<p>Anrufung/ Adressierung als neoliberales Subjekt, als Unternehmer und Unternehmerin meiner Selbst In diese Kategorie fallen Self-Tracking, Imperativ der Glücksproduktion, Manager und Managerin des eigenen Lebenslaufs, ständige Optimierung in jedem Bereich FOMO als Begleiterscheinung des neoliberalen Selbst, da zu viele Möglichkeiten Glück wird als Freiheit definiert</p>	<p>„man muas a wirklich des suachen wos oan glücklich mocht (2) und i denk sel isch sicher net eps oanfoches ober im Laufe des Lebens kimb man wirklich drauf wos glücklich mocht und (1) und wohrscheinlich wert sich des a zukünftig viel verändern meine Vorstellung fa Glück und vielleicht seins nor wenn i amol Kinder hon glücklich sein häng donn fa meine Kinder o und i denk des ändert sich sicher in die Lebenssituationen ober“ (Interview 2: Z64-68)</p> <p>„muas man ano selber drzua beitrogen und selber entscheiden, oke i will glücklich sein und i tua iaz epes fir mein Glück“ (Interview 2: Z74-75)</p> <p>„uund (2) iiiii (1) kann tean wos i will“ (Z36-37)</p> <p>„Jo i sog bsunders in mein Olter kennt man des Gefühl schun ziemlich guat epes zu verpassen“ (Interview 2: Z97-98)</p>	<p>Interview 2: Z22 Z36-37 Z38 Z56-58 Z60-61 Z64-Z68 Z72-75 Z97-102 Z108-109 Z118-120 Z130 Z147-148 Z151 Z155</p>	<p>Ist nicht ein Zustand den man erreicht, ist fließend, ändert sich auch ständig, muss permanent danach suchen Es ist ein Muss, Muss Glücklich sein, glückliche Momente müssen überwiegen – es ist ein Imperativ Glück kommt durch und die eigene Leistung, die Selbständigkeit an diesem Prozess Freiheit und viele Möglichkeiten sind Glück, kann selbst wählen und immer an mir arbeiten</p>
--	--	---	---	--

		<p>„i denk in Leben kann man so viel verpassen“ (Interview 2: Z108-109)</p>		
--	--	---	--	--

Kategorie	Definition	Ankerbeispiele	Zeilenverweise	Kodierregeln
K4 Glück in der persönlichen Umgebung	Glück im „außen“, ist mein Umfeld, meine Familie, meine Arbeit ect.	„glücklich bin i olm wenn i holt so hauptsächlich über meine Enkel.“ (Interview 1: Z91) „und sel isch holt mit Enkel bin i holt glücklich“ (Interview 1: Z96) „Reichtum mehr fa i hon Menschen um mir de mi gern hobn, de mi unterstützen“ (Interview 2: Z35-36)	Interview 1: Z20-Z24 Z24-Z25 Z47-Z48 Z91 Z96 Z114-Z115 Z130 Z158-159 Z170 Z246-247 Interview 2: Z10-11 Z35-36	Glück ist mein Umfeld: Familie, Arbeit, Besitz – alles was mich umgibt
K5 Glück als Spaß und Freude an Tätigkeiten haben	Das machen was einem wirklich gefällt, Hobbys; Spaß im Leben haben	„sel wor oaner fa meine glücklichen Sochen wirklich und viele ondre Sochen mir hom a schiane Fohrten gmocht und a poor Urlaube schiane hot man a gmocht“ (Interview 1: Z112-113) „man muas a epes fir sein eigenes Glück tean, man muas tean was oan gfoltt“ (Interview 2: Z39)	Interview 1: Z113 Z151-155 Z153-156 Z169 Z202-204 Z213 Interview 2: Z39 Z42-43 Z54 Z57	Glück als Freude an Tätigkeiten, Hobbys – grenzt sich von Glück als Positivität, Aufgabe, Umgebung ab Es geht darum, was mag ich wirklich, was macht mir Spaß, was gibt mir Freude und macht mich daher glücklich

Kategorie	Definition	Ankerbeispiele	Zeilen- verweise	Kodierregeln
K6 Glück als das Erreichen eigener Leistungen und Ziele	Sich Ziele setzen und diese erreichen, auch kleine	„glücklich bin i olm gwesn wenn igneda Plan a Orbeit de i vor kop hon sel ausgongen isch“ (Interview 1: Z114-115)	Interview 1: Z97 Z107-112 Z114-Z117 Z127-128 Z178-179	Etwas was man sich persönlich vornimmt oder will und dann erreicht las Glücksgefühl
K7 Glück als Zufriedenheit und Dankbarkeit	Glück wird in diesem Kontext als Zufriedenheit bezeichnet oder mit Glück gleichgesetzt Bin dankbar und schätze was ich habe	„glücklich isch man wenn man wenn man zufrieden isch“ (Interview 1: Z142) „wenn man zufrieden isch isch man eigentlich glücklich“ (Interview 1: Z144)	Interview 1: Z114-117 Z127 Z142 Z144 Z146-47 Z163-164 Z178 Interview 2: Z44 Z143-144 Z152	Glück wird als Zufriedenheit beschrieben oder Glück gleichgesetzt Im Gegensatz zu immer mehr, ein mehr an Glück sondern Dankbarkeit und Zufriedenheit, wird wörtlich genannt oder gleichgesetzt, beschrieben
K8 Glück als Gesundheit	Gesundheit ist Glück	„und a Glick a groaßes Glick dass i von der Tumorerkrankung auserkemmen bin.“ (Interview 1: Z247-248)	Interview 1: Z247-248	Gesundheit wird als Glück beschrieben

Kategorie	Definition	Ankerbeispiele	Zeilen- verweise	Kodierregeln
K9 Unglück	Kann auch aufzeigen, was eine Person glücklich macht, was ihr dafür wirklich wichtig ist.	„jo der erste Moment wo i, wo i richtig unglücklich wor (...) meine mama gstorben isch“ (Interview 1: Z4-6) „Wenn i mit der Uni ongfongen hon also iaz Onfong Oktober nor bini kronk gworden und hon net gekennt Uni gian und nor wor i volle unglücklich“ (Interview 2: Z4-5)	Interview 1: Z4-6 Z32 Z44-45 Z60 Z152-Z153 Z271-274 Z280 Z306-307 Interview 2: Z4-5 Z9 Z51-52	Was das schlimmste ist, Sorgen und Ängste

7.5. Eidesstattliche Erklärung



Eidesstattliche Erklärung

Ich erkläre hiermit an Eides statt durch meine eigenhändige Unterschrift, dass ich die vorliegende Arbeit selbständig verfasst und keine anderen als die angegebenen Quellen und Hilfsmittel verwendet habe. Alle Stellen, die wörtlich oder inhaltlich den angegebenen Quellen entnommen wurden, sind als solche kenntlich gemacht.

Die vorliegende Arbeit wurde bisher in gleicher oder ähnlicher Form noch nicht als Magister-/Master-/Diplomarbeit/Dissertation eingereicht.

22.01.2024

Datum

Gally Tisch

Unterschrift