



Die Macht der Dringlichkeiten

Vom Umgang mit der Zeit: Gesellschaftlicher Wandel und psychische Verarbeitungsmuster

von Vera King

Dringlichkeiten geben häufig den Takt im Alltag vor. Denn Wettbewerbsdruck und damit verbundene Beschleunigung verändern nicht nur die Arbeitswelt, sondern auch den Familienalltag und die individuelle Lebensführung. Doch weshalb gewinnen im Umgang mit der Zeit Kriterien der Effizienz und »Rendite« so leicht an Bedeutung? Offenbar wird es keineswegs nur als leidvoll erlebt, sich daran anzupassen.

» ... ich habe auch dieses Jahr wie jedes Jahr den Entschluss gefasst, in diesem Jahr mehr Freizeit zu haben, ja und merke aber auch, wie schnell das, dieser Vorsatz kippen kann also: wenn ich mir auch fest vornehme, diesen Samstag halte ich mir frei und da treffe ich mich mit einer Freundin und fahre keine Ahnung irgendwo hin – dann hält das so lange, bis ich gefragt werde, ob ich diesen Samstag nicht was machen kann, und obwohl ich genau weiß, ich will nicht, ich kann nicht, höre ich im gleichen Moment, wie ich sage: ja klar, mache ich ... «

Diese Passage stammt aus einem Interview mit dem 35-jährigen Paul S., der in einem Forschungsprojekt, in dem es u. a. um biografische Zeitgestaltung geht, seine Lebensgeschichte ausführte (siehe APAS-Projekt, Seite 43). Was Paul S. hier beschreibt, dürfte manchem durchaus bekannt sein – vielleicht nicht genau so, aber ähnlich, zumindest zeitweilig: ein Lebensalltag, bei dem Dringlichkeiten immer wieder den Takt und die Entscheidung vorgeben. Aus soziologischer Perspektive drückt sich darin aus, wie sich Zeitregime gesellschaftlich verändert haben, und zwar als Folgen von Beschleunigung (Aubert 2009). Beschleunigung ist verbunden mit der auf dynamischem Wachstum basierenden



Illustrationen: Katinka Reinke

Wertschöpfung im Kapitalismus. Sie wurde – wie es Hartmut Rosa (2005) betont hat – gesteigert durch die ökonomischen, technischen und politischen Veränderungen der Globalisierung, denn damit nahmen Prozess-, Kommunikations- und Informationsgeschwindigkeiten noch rasanter zu. Die kleinsten zeitlichen Unterschiede wiegen schwer im Wettbewerb. Dies kann zu entgrenzten Arbeitszeiten führen (Haubl & Voss 2008), wenn Beschäftigte kurzfristig verfügbar sein sollen, um rasch etwas zu erledigen, wie bei Paul. Zeitrhythmen, die – wie beispielweise das freie Wochenende – vielen gemeinsam sind, nehmen dann eher ab. Es gilt, Optionen offenzuhalten, wandlungsbereit und flexibel zu bleiben. Diese Veränderungen bleiben nicht ohne Folgen für Muster der Lebensführung, für die Gestaltung von Beziehungen, auf Selbst- und Körperbilder, für das Verhältnis zur Welt (King & Gerisch 2009, Schreiber et al. 2015).

Die veränderten Muster der Lebensführung (Max Weber 1905) müssen von mehreren Seiten betrachtet werden: Sie sind bedingt durch veränderte Produktions- und Arbeitsverhältnisse. Sie gehen – sozialpsychologisch formuliert – überdies mit neuen Formen der Verinnerlichung von Machtverhältnissen einher, dies trifft besonders

Individuen mit »passförmigen« biografischen oder psychischen Dispositionen. Und die Veränderungen der Lebensführung haben weitreichende Folgen: Sie können spezifische psychische und

AUF DEN PUNKT GEBRACHT

- Wird die Dringlichkeit zum obersten Prinzip, verschieben sich Prioritäten und schließlich auch Bewertungen.
- Effizienz-Logiken im Familienalltag führen oft dazu, dass Bedürfnisse kleingeredet werden – nicht ohne Folgen für die nächste Generation.
- Permanente Zeitoptimierung provoziert immer neue Schleifen der Selbstbeobachtung und instrumentelle Gestaltungen von Beziehungen.
- Das Leben im Modus der Dringlichkeiten kann von eigenen Defiziten ablenken; gleichzeitig schafft es neue Phantasmen der Befriedigung und des Umgangs mit der Endlichkeit.

biografische Tendenzen verstärken und wirken sich nicht zuletzt auf Entwicklungsbedingungen der Nachkommen aus (King 2013).

*Verschiebung der Prioritäten:
»Aufgaben, die immer zu kurz
kommen, müssen... schließlich
abgewertet werden«*

Bereits Niklas Luhmann (1994) hatte darauf hingewiesen, dass sich in der modernen Gesellschaft infolge veränderter Arbeitsorganisation zeitliche Prioritäten wandeln: Das Dringliche gewinnt gegenüber dem Wichtigen schleichend, aber wirkungsvoll an Bedeutung. Weniger Zeit bleibt dann für das, was zwar als wertvoll erachtet wird, aber keine unmittelbar merklichen Verluste nach sich zieht, wenn es vernachlässigt wird: »In dem Maße, wie der Anteil der Frist-sachen in der begrenzt verfügbaren Zeit zunimmt [...], verkürzt sich die Zeit, die für nicht gebundenes Handeln noch frei ist ... Aufgaben, die immer zu kurz kommen, müssen aber schließlich abgewertet werden und den Rang des weniger Wichtigen erhalten, um Schicksal und Bedeutung in Einklang zu bringen. So kann sich allein aus Zeitproblemen eine Umstrukturierung der Wertordnung ergeben.« (S. 148) Diese schleichende Verschiebung der To-do-Listen und schließlich der Wertordnung beinhaltet sowohl ein erhebliches Potenzial der Selbst-Entfremdung als auch des Bedeutungsverlusts von sozialen Beziehungen.



Die Auswirkungen lassen sich auch in Familien beobachten. »Wenn wir unsere Termine erst einmal aufeinander abgestimmt haben, werden wir alle zusammen ein ganz entspanntes Essen machen«, diese typische Äußerung zitierte Arlie Hochschild (2002) in ihrer Studie aus den USA, bei der sie Beschäftigte einer Firma sowohl bei der Arbeit als auch im Familienalltag untersucht hatte. Hochschild stellte fest, dass das zunächst als wichtig Erachtete – gemeinsam verbrachte Zeit und Muße mit den Kindern – aufgrund von dringlichen Anforderungen bei der Arbeit oft »vertagt« wird. Zeitstress und fortlaufende Dringlichkeiten führen häufig dazu, dass die Effizienz-Logiken im Familienalltag selbst gesteigert werden – z.B. wenn Eltern versuchen, Abläufe straff und instrumentell durchzuorganisieren. Auch dabei finden sich Umwertungen im Sinne Luhmanns: Bedürfnisse nach gemeinsamer Zeit, die »einfach so«, zweckfrei, miteinander verbracht wird, werden mitunter eher kleingeredet. Gerade auch über das, was in der Familie gelebt wird, übersetzt sich sozialer Wandel in veränderte psychische Dispositionen der Folgegeneration. Ein Kernelement sorgender Beziehungen ist die »Gabe von Zeit« (King 2011); diese hat eine zentrale Bedeutung im Generationenverhältnis, wird aber gleichzeitig durch die Logik der Dringlichkeiten erschwert.

*Triumph über die Vergänglichkeit:
»Gerade dieses Motiv kann
auch individuell die Bereitschaft
verstärken, sich dem Zeitdruck
zu unterwerfen.«*

Sich den Dringlichkeiten zu unterwerfen, hat nicht nur damit zu tun, dass ein Ausstieg aus der beschleunigten Lebensführung lediglich um den Preis des Misserfolgs möglich ist. So kann ein Arbeitskontext, der von den Individuen »alles fordert«, nicht nur leidvoll sein, sondern auch die Hoffnung nähren, dort die ersehnte umfassende Bestätigung zu bekommen. Anpassung kann auch motiviert sein durch den Versuch, über Begrenztheit und Vergänglichkeit zu triumphieren: »Zeit zu gewinnen, um mehr von der Welt zu haben«, so Blumenberg (2001). Gerade dieses Motiv kann auch individuell die Bereitschaft verstärken, sich dem Zeitdruck zu unterwerfen. Insofern können nicht nur der starke äußere Druck, sondern auch der eigene Drang eine zugleich kollektiv bejahte Abhängigkeit erzeugen: von dem lustvoll erlebten »Kick«, die Anforderungen der Dringlichkeiten zu meistern. Umso

»APORIEN DER PERFEKTIONIERUNG IN DER BESCHLEUNIGTEN MODERNE«

In einem transdisziplinären, von der Volkswagenstiftung geförderten Forschungsprojekt untersuchen Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler in Frankfurt, Jena und Berlin, wie soziale Praktiken zunehmend so optimiert werden, dass sie mit den Herausforderungen der gesellschaftlichen Dynamisierung Schritt halten. Das Projekt »Aporien der Perfektionierung in der beschleunigten Moderne«, das von der VolkswagenStiftung im Bereich »Schlüsselthemen für Wissenschaft und Gesellschaft« gefördert wird, endet nach fast fünf Jahren Laufzeit im Sommer dieses Jahres. Sprecherin des Projekts ist Prof. Dr. Vera King, Goethe-Universität und Sigmund-Freud-Institut, sie leitet es in Kooperation mit Prof. Dr. Benigna Gerisch, International Psychoanalytic University Berlin (IPU), und Prof. Dr. Hartmut Rosa, Friedrich-Schiller-Universität Jena und Max-Weber-Kolleg Erfurt. Mitgearbeitet haben u. a. Julia Schreiber (Sigmund-Freud-Institut), Benedikt Salfeld-Nebgen und Christiane Beerbom (IPU Berlin), Niels Uhlendorf und Katarina Busch (Universität Hamburg), Diana Lindner (Friedrich-Schiller-Universität Jena). Ende 2017 erscheint bei Routledge (London) der Band »Lost in Perfection«. Impacts of Optimisation on Culture and Psyche«, herausgegeben von Vera King, Benigna Gerisch und Hartmut Rosa; zum Abschluss des Projekts wird eine Monografie publiziert.

Wettbewerbsdruck und sich damit ändernde Formen der Anerkennung konfrontieren den Einzelnen in seiner Lebensführung mit neuartigen Perfektionierungsansprüchen und Widersprüchen und stellen seine bisherigen Integrationsfähigkeiten infrage. Welche Konsequenzen dies für soziale Beziehungen und Selbstentwürfe – auch für das Körper-Selbstverhältnis – hat, steht im Zentrum des Projekts. Dabei nehmen die Forscherinnen und Forscher besonders die vielschichtige Verzahnung von individuellen biografischen und psychischen Dispositionen auf der einen Seite und gesellschaftlichen Optimierungsanforderungen auf der anderen Seite in den Blick.

Um dieser komplexen Vermittlung von Sozialem und Individuellem im Kontext des kulturellen Wandlungsprozesses nachgehen zu können, haben die Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler in ihrer interdisziplinären Untersuchung mehrere qualitative und quantitative Methoden kombiniert: Zunächst haben die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der drei Teilprojekte gemeinsam eine Fragebogenerhebung mit



1 000 Befragten durchgeführt. Anschließend hat Hartmut Rosa mit seinem Team neben einer Diskursanalyse der Leitmedien außerdem Expertinnen und Experten aus unterschiedlichen gesellschaftlichen Teilbereichen befragt, wie sie institutionelle Optimierungsanforderungen bestimmen. Die Sozialpsychologin King untersucht biografische und psychische Muster der Bewältigung von Optimierungsansprüchen und geht zugleich der Frage nach, wie sich dadurch Sozialisationsprozesse der nächsten Generation verändern. Mit der pathologischen Seite der Selbstoptimierung beschäftigt sich die Psychoanalytikerin Gerisch: Sie untersuchte u. a. Patientinnen und Patienten mit der Diagnose Depression und Burnout sowie Personen mit der Diagnose Bulimie. Die Patientenbiografien aus dem Berliner Teilprojekt wurden verglichen mit den Befunden von Personen ohne Diagnosen aus dem Teilprojekt von Vera King, aber auch mit Probandinnen, die eine Schönheitsoperation haben durchführen lassen. Durch diese Kontraste konnten im Gesamtprojekt die Umschlagstellen fokussiert werden, an denen Selbstoptimierung in Autodestruktion übergeht.

Publikationen zum Projekt z. B. in:

King, V. & Gerisch, B. (2015) (Hrsg.), *Perfektionierung und Destruktivität*, Schwerpunktheft der Zeitschrift psychosozial, Zeitschrift für Sozialpsychologie und Kulturanalyse, Heft 3/2015.

Weitere Publikationen unter:

www.fb03.uni-frankfurt.de/45644310/publikationen sowie unter www.apas.uni-hamburg.de/ueber-apas.html

Literatur

Aubert N. (2009), *Dringlichkeit und Selbstverlust in der Hypermoderne*, in: King V, Gerisch B. (Hrsg.), *Zeitgewinn und Selbstverlust*, Frankfurt/M., 87–100.

Blumenberg H. (2001), *Lebenszeit und Weltzeit*, Frankfurt/M.

Bröckling U. (2007), *Das unternehmerische Selbst*, Frankfurt/M.

Ehrenberg, A. (2002), *Das erschöpfte Selbst*, Frankfurt/M.

Haubl R, Voß G (Hrsg.) (2008), *Riskante Arbeitswelt im Spiegel der Supervision*, Göttingen.

Hochschild A. (2002), *Keine Zeit. Wenn die Firma zum Zuhause wird und zuhause nur Arbeit wartet*, Opladen.

King, V. (2011), *Beschleunigte Lebensführung – ewiger Aufbruch*, *Psyche – Z Psychoanal.* 2011; 65: 1061–1088.

King, V. (2013), *Die Macht der Dringlichkeit*, *SANP* 2013; 164(7): 223–231.

King V. & Gerisch B. (Hrsg.) (2009), *Zeitgewinn und Selbstverlust. Folgen und Grenzen der Beschleunigung*, Frankfurt/M.

Luhmann N. (1994), *Die Knappheit der Zeit und die Vordringlichkeit des Befristeten*, in: ders., *Politische Planung*, Opladen, 143–164.

Rosa H. (2005), *Beschleunigung*, Frankfurt/M.

Schreiber, J.; Uhlendorf, N.; Lindner, D.; Gerisch, B.; King, V.; Rosa, H. (2015), *Optimierung zwischen Zwang und Zustimmung*, *Psychosozial. H.* 3/2015.

Weber M. (1905), *Die protestantische Ethik und der Geist des Kapitalismus*. Vollständige Ausgabe, Kaesler D, Hrsg., München 2010.

mehr gilt es dann, die eigene Leistungsfähigkeit oder den Körper immer weiter zu optimieren.

In den Darlegungen eines weiteren von uns Interviewten zeigt sich eindrücklich, wie bestimmend der Drang, sich selbst zu verbessern, und die Erfordernisse des Dringlichen für seine Lebensführung sind. Florians Lebenskonstruktionen erinnern an das Konzept des »unternehmerischen Selbst« von Bröckling (2007), das als Ausdruck der veränderten deregulierten Arbeits- und Produktionsverhältnisse beschrieben wurde: Dabei sei »die Maxime ›Handle unternehmerisch!‹ zur übergreifenden Richtschnur der Selbst- und Fremdführung« geworden. Der Ernährungsberater Florian K., Mitte 30, der sich gerne selbstständig machen würde, verkörpert diese Figur in einem umfassenden Sinne. Nicht nur, weil er von einer Vielzahl von Start-up-Plänen und »unternehmerischen« Projekten berichtet, sondern vor allem aufgrund der Logik, in der er sich selbst konstruiert und mit sich selbst umgeht: »... hab ich eben Besseres vor, joa das is die Motivation, die mich grade antreibt, da eben was Eigenes auf die Beine zu stelln, was sich in der Praxis etwas schwierig gestaltet, weil



Die Autorin

Prof. Dr. Vera King ist seit 2016 Direktorin am Sigmund-Freud-Institut und hat gleichzeitig die Professur für Soziologie und psychoanalytische Sozialpsychologie an der Goethe-Universität übernommen. Die Sozialpsychologin untersucht, wie sich gesellschaftliche Bedingungen auswirken auf die individuelle Lebensführung bis hin zur Dynamik des Psychischen. Das Thema »Zeit« ist hierbei besonders erhellend. Zeit ist ein wesentlicher Faktor der sozialen Ordnung und der Ökonomie, Machtverhältnisse drücken sich u. a. in ungleichen Zeitressourcen aus, und Zeit wird optimal zu »gewinnen« oder zu »nutzen« versucht. Zugleich bleibt aber das unaufhaltsame Vergehen von Lebenszeit. »Wie eben diese Heteronomie und Irreversibilität kulturell – kollektiv und individuell – bewältigt wird, ist daher eine sozialpsychologisch bedeutsame Frage«, so King.

king@soz.uni-frankfurt.de

ähm (schluckt) ich Frau und Kinder habe? ähm wir haben geheiratet, ähm ja, sodass – ein normalen Vollzeitjob? – dann eigenes Be-, das eigene Bedürfnis nach Sport, Training und so weiter, zusätzlich zu meinen Projekten und das aktive mh Management der Projekte ... mit der der der Öffentlichkeitsarbeit ... sind das unheimlich viele Baustellen, die ich irgendwie zurzeit bearbeite...«

Mit diesen Baustellen beschäftigt er sich gleichsam rund um die Uhr, was ihm wenig Zeit für anderes lässt, auch für seine Familie: Er erschafft sich aber immer neu die Illusion der Autonomie und die Vorstellung, auf dem richtigen Weg zu einem besseren, höheren und machtvolleren Lebensstil zu sein. Auch bei Florian K. erscheint das Dringliche immer wieder als zentral, während das länger Währende, wie die Beziehungen, eher störend wirken und schattenhaft bleiben. Er beschreibt sein Leben in den Formeln der Betriebswirtschaftslehre und der Sprache der Produkt- und Prozessoptimierung: »Daten sammeln, analysieren, Kennzahlen rausfinden, in Verhäl, ins Verhältnis setzen um eben da Rückschlüsse draus zu ziehn.... diese Prinzipien, die mich reizen un was ich halt spannend finde, hab ich dann mh an vieln Stelln eins zu eins aufs Training und auf das Selbstmanagement im weitesten Sinne ähm übertragen un auch geguckt okay ...wie kann ich das – wie auch immer ich möchte beeinflussen und verändern und – verbessern möglicherweise...«

Ähnlich wie Paul erwähnt er, dass er auch keine Zeit hat für Beziehungen, für Freundschaften: »aber ich hab deswegen auch kein Mangelgefühl oder bin jetzt deswegen traurig das is – einfach ne Phase un das is grade so – un das is einfach n selbstgewähltes Schicksal und auch da (.) weiß ich in Anführungsstrichen, warum es so is ...«

Zugleich ist Zeitoptimierung stets Thema und Ziel, er führt darüber fortlaufend Buch. Florian kreist inständig um sich selbst, in immer neuen Schleifen der Selbstbeobachtung – ohne dass wiederum dieses umkreiste Selbst eine Kontur bekäme.

*Zeitgewinn und Selbsttäuschung:
»Der äußere Zwang kann in
bejahender Selbstdisziplinierung
aufgehen.«*

In vielen Studien zu Erschöpfung (Ehrenberg 2004) oder Burnout werden vor allem solche Konstellationen betont, bei denen die Einzelnen hohen Anforderungen und Überforderungen

passiv leidend ausgesetzt sind. Die Fälle von Paul und Florian verdeutlichen demgegenüber, dass Anpassung an die Logik der Dringlichkeiten und Optimierung auch Befriedigung trotz potenziell hoher Kosten verspricht.

Paul arbeitet zwar nur noch, ist damit nicht ganz einverstanden, aber auch nicht völlig unzufrieden. Er bagatellisiert das Leiden eher und kaschiert seine Unterwerfung unter die Sachzwänge, indem er die Situation umwertet: Die Arbeit ist eben doch das, was ihn am meisten befriedigt. Seine Wahrnehmung: Es sind die anderen, die ihn manchmal an etwas erinnern, das anders sein könnte. Florian geht noch einen Schritt weiter als Paul: Er hat sich ganz und gar dem Modus des Buchhalterischen verschrieben – geprägt von Optimierung seiner Lebensführung, seiner Selbst, seines Körpers. Das System seiner Lebensführung ist gegen Selbstkritik immunisiert: Unzufrieden ist Florian allenfalls damit, dass er diese Optimierung noch nicht hinreichend umgesetzt hat. Veränderung bedeutet für ihn: noch mehr von dem, was ihn bereits umtreibt. Florian ist so in ständiger Bereitschaft, im nächsten Moment einer neuen, unaufschiebbaren, womöglich besseren Option nachzugehen.

Beschleunigung und Anforderungen zur Optimierung werden insofern subjektiv nicht unbedingt nur als negativ oder bedrängend erlebt. Vielmehr können zeitverdichtete, entgrenzte Arbeitswelten etwa für Menschen, die Defizite durch erhöhte aktuelle Ansprüche kompensieren, gerade attraktiv sein und ihre psychischen Dispositionen verstärken. Und es entstehen überdies neue, auch kollektiv bedeutsame Bewältigungs- und Abwehrmuster im Umgang mit Begrenztheit. Das Leben im Modus der Dringlichkeiten und das Streben, immer mehr in ein begrenztes Leben zu drängen, schaffen auch neue Phantasmen der Befriedigung und des Umgangs mit Endlichkeit. Das äußere Zwangsmoment – »Du musst jetzt, und zwar sofort, andernfalls drohen Dir Niederlage, Verlust oder Ausschluss« – kann auch aus diesen Motivierungen heraus in bejahender Selbstdisziplinierung aufgehen. Es kann in eine psychische Anpassung an das Geforderte münden, die die Spuren des Zwangs nur noch in Fragmenten, in Selbsttäuschungen, scheinbar unerklärlichen Erschöpfungen oder Beziehungsarmut in Erscheinung treten lässt. ●

– Anzeige –



GOETHE
UNIVERSITÄT
FRANKFURT AM MAIN



Auch in Frankfurt studiert?

Es lohnt sich, mit Ihrer Universität in Verbindung zu bleiben:

- Sie bleiben in Kontakt mit dem Nachwuchs Ihres Fachgebietes.
- Sie können sich mit anderen Ehemaligen austauschen und Ihr wertvolles Netzwerk erweitern.
- Sie erhalten Einladungen zu exklusiven Alumni-Veranstaltungen, Informationen über Weiterbildungsangebote und regelmäßig das Alumni-Magazin „Einblick“.
- Sie bleiben über Ihre Alma Mater auf dem Laufenden.

- Sie teilen Ihr Praxiswissen mit Studierenden – und erfahren, was Studierende heute bewegt.

Melden Sie sich jetzt an:
alumni@uni-frankfurt.de
www.alumni.uni-frankfurt.de

GOETHE
ALUMNI

DAS NETZWERK FÜR
ALLE EHEMALIGEN
DER GOETHE-UNIVERSITÄT

U-gmbh.de