

01 Stefanie Graefe

Signet und O-Ton

[0:04] Erschöpfung statt Gelassenheit. Warum Achtsamkeit die falsche Antwort auf so ziemlich jede Frage ist. Ein Podcast von Katrin Fischer. Was ist denn eigentlich sozusagen wiederum so ein bisschen das Betriebsgeheimnis der Resilienz? Und ich glaube eben, das ist dieses allgemeine Versprechen von Handlungsfähigkeit eben in der Vielfachkrise und in der individuellen Krise oder in der gesellschaftlichen Krise. Egal, was für eine Krisenerscheinung auftaucht, Resilienz ist irgendwie so ein Haltegriff.

Kathrin Fischer:

[0:34] Ich freue mich sehr, dass ich diesen Podcast mit Stefanie Gräfe starten kann. Dr. Stefanie Gräfe ist Soziologin an der Friedrich-Schiller-Universität in Jena am Lehrstuhl für politische Soziologie. Und sie hat sich in mehreren Publikationen kritisch mit dem Begriff der Resilienz auseinandergesetzt. Das ist ein Begriff, der in den letzten Jahren gemeinsam mit dem Hype um Achtsamkeit wahnsinnig populär geworden ist. Und deshalb lohnt es sich für einen Podcast, der sich mit dem Spannungsverhältnis von Erschöpfung und Gelassenheit beschäftigt, diesen Begriff genauer zu untersuchen. Und zwar nicht auf einer individualpsychologischen Ebene. Wir fragen nicht nach Kindheitserfahrung und Traumabearbeitung, sondern auf einer sozialwissenschaftlichen Ebene frage ich danach, warum Menschen ausgerechnet seit 10, 20 Jahren, seitdem ist der Begriff Resilienz zumindest so erfolgreich, auch unbedingt resilient werden wollen. Warum dieser Begriff so einen Siegeszug angetreten hat und was das über unsere Gesellschaft verrät. [1:30] Und genau so geht auch Stefanie Gräfe in ihrem 2019 erschienenen Buch Resilienz im Krisenkapitalismus vor. Und sie versteht, das ist natürlich für diesen Podcast besonders interessant, Resilienz als eine Antwort auf Erschöpfung. Wenn Erschöpfung die Krise ist, ist Resilienz, so sagt sie, der Krisenbearbeitungsvorschlag. Und deshalb haben wir in unserem Gespräch, das wir bereits Ende Juli geführt haben, erstmal über die Zunahme von Erschöpfungszuständen und deren Ursachen gesprochen, dann über Resilienz und am Ende auch über den Zustand unserer Demokratie. Und dann geht's los mit dem allerersten Gespräch. Viel Spaß.

Kathrin Fischer:

[2:06] Also vielleicht erst mal die Frage zu Beginn, damit wir die Denkbewegung nachvollziehen können. Wieso verstehen Sie Resilienz als Antwort auf Erschöpfung? Also was hat Sie zu diesem Zusammenhang gebracht?

Stefanie Graefe:

[2:18] Ja, da muss ich natürlich so ein ganz bisschen ausholen, weil das ein großer Bogen ist. Ich habe angefangen, mich mit dem Thema zu beschäftigen. Erst tatsächlich mit dem Thema Erschöpfung. Das hat auch einen persönlichen Hintergrund, aber es hat auch den Hintergrund, dass ich, aber das ist schon ewig her, das war irgendwie Mitte der Nullerjahre oder so, oder zweite Hälfte der Nullerjahre, dass ich das so festgestellt habe, dass es immer mehr so Artikel gibt und auch Alltagsgespräche, Radiobeiträge und so weiter, die sich damit beschäftigen, dass Menschen durch Arbeit krank werden, also psychisch krank. Und dann tauchte eben dieser Begriff Burnout, den ich natürlich wie alle anderen auch schon mal vorher gehört hatte, aber nie so richtig wahrgenommen habe, der tauchte

auf einmal immer häufiger auf in diesen Mediendebatten. Genau, und weil ich eben zu der Zeit selber auch so ein bisschen erschöpft war und mich gefragt habe, wie das alles so weitergeht, auch mit meinem beruflichen Leben und das alles schwierig fand, fand ich das dann ganz interessant.

Stefanie Graefe:

[3:13] Und habe mich dann so ein bisschen damit beschäftigt, was ist eigentlich die Ursache davon oder wie kann man das erklären, dass Menschen jetzt durch Arbeit vor allen Dingen eben psychisch belastet werden und nicht mehr so sehr physisch vielleicht, wobei es das natürlich auch immer noch gibt, wie das in den Jahrzehnten und Jahrhunderten davor der Fall war, dass Arbeit vor allem auch eine physische Belastung und körperliche Belastung war. Und was hat das damit zu tun, wie sich Subjektivität verändert? Weil das ist das Thema, was mich eigentlich sowieso am meisten interessiert. Wie verändert sich Subjektivität so im Wandel von Gesellschaften? Und vor allen Dingen da interessiert mich vor allen Dingen jetzt so der jüngere Wandel. Also das, was wir jetzt so in der Soziologie, Übergang von Fordismus in Post-Fordismus, gibt auch noch viele andere Begriffe, aber das ist so ein Begriffspaar, was ich so ganz passend finde, wie sich das da so verändert. Genau, und dann habe ich eben auch so ein Doppelinteresse heraus. Einerseits, was passiert gesellschaftlich? Wie werden die Debatten geführt? Wie ändert sich der Blick auf Arbeit und Subjektivität und andererseits durchaus auch aus so einem persönlichen Interesse? Aber ich dachte, wer weiß, vielleicht kann ich da ja für mich auch was rausziehen. Eben auch so die einschlägige Ratgeberliteratur, die dann ja auch so explodiert ist zu diesem Themenfeld Erschöpfung, Burnout, Stress, angeguckt. Das hat auch ein bisschen zu tun mit der theoretischen Perspektive, die ich habe. Kann ich ja nachher vielleicht nochmal was zu sagen. Also da geht man so ein bisschen davon aus, dass Ratgeber, also nicht, dass die jetzt irgendeine Form von Wahrheit abbilden, aber dass die was anzeigen, was eine Gesellschaft gerade wichtig und problematisch findet, wo man so meint, dass es irgendwie Gesprächs- und Handlungsbedarf gibt.

Stefanie Graefe:

[4:38] Ja, und in diesen Ratgebern tauchte eben immer häufiger der Begriff der Resilienz auf und wurde dann eben so ein bisschen auch so ein Ideal eines resilienten Subjekts skizziert. Das fand ich interessant, weil mir da das so schien, dass das doch ein bisschen eine Veränderung ist gegenüber dem Handlungsideal des unternehmerischen Selbst, das schon in der Zeit davor eben untersucht und beschrieben worden ist als übergreifendes Handlungsideal für neoliberale Gesellschaften. Und das stimmt in gewisser Weise auch immer noch, würde ich sagen. Also das unternehmerische Selbst ist eben das Selbst, was rational handelt, was effizient handelt, was wirtschaftlich handelt, was vor allen Dingen auf die eigene Nutzenmaximierung orientiert ist und was das ganze Leben als Unternehmen und sich selbst eben auch als Unternehmer oder Unternehmerinnen, Unternehmerinnen ihrer selbst begreift. Und ich hatte dann den Eindruck, dass sich dieses resiliente Subjekt da irgendwie so einfügt, aber dass es darauf nochmal einen neuen Akzent setzt. Und das fand ich spannend. Und deswegen habe ich angefangen, mich damit zu beschäftigen. Und das hat dann irgendwie sehr lange gedauert und dauert bis heute an, diese Beschäftigung, weil ich es immer noch sehr interessant finde.

Kathrin Fischer:

[5:40] Naja, es scheint ja auch, dass Sie da tatsächlich zu einem sehr fruchtbaren Begriff gekommen sind. Und ich verstehe das dann so, dass Sie sozusagen aus einer persönlichen Betroffenheit, aber mit

dem intellektuellen Handwerkszeug, das Sie eben haben, darauf geguckt haben und dann festgestellt haben, das ist ein fruchtbares Feld, um genau das, was wir ja auch im Gespräch machen wollen, nämlich um die Psyche der Menschen zu untersuchen, die eben in der Gegenwartsgesellschaft leben, in dieser Art von Kapitalismus, in dieser Art von, also Kapitalismus ist ja auch ein kulturelles Unterfangen, also die davon geprägt werden und stellen fest, ah, damit komme ich, das ist ein neues Werkzeug, da komme ich ganz gut an die Psychen der Menschen ran, also im Sinne von Beschreibung natürlich.

Stefanie Graefe:

[6:25] Ja, genau, ich habe eben Ihre Frage gar nicht beantwortet, das ist mir gerade aufgefallen. Sie hatten mich ja gefragt, warum ich glaube, dass Resilienz eine Antwort ist, das habe ich ja noch gar nicht gesagt.

Kathrin Fischer:

[6:34] Aber es schien ja so, dass das in den Ratgebern ein bisschen so auch formativ wird.

Stefanie Graefe:

[6:39] Also genau, also die Idee, die ich dann hatte und die andere auch hatten, aber die mir dann jetzt auch sehr, sehr einleuchtete, war, dass sozusagen das unternehmerische Selbst als übergreifendes Handlungsideal im Neoliberalismus, also wenn man es ganz einfach sagt, höher, schneller, weiter, also was immer effektiver, immer effizienter sein soll und immer neue Ziele anstreben soll, immer die eigene Leistungsfähigkeit steigern soll, dass das natürlich nicht funktioniert. Also weil auch der Mensch ein endliches Wesen ist. Wir leben nicht nur auf einem endlichen Planeten, sondern eben auch der Mensch sein endliches Wesen. Das geht also nicht. Das produziert Probleme und Verschleißerscheinungen, unter anderem eben zum Beispiel Burnout, Stress und so weiter. Und dann ist Resilienz darauf die Antwort. Also Resilienz ist dann im Grunde sozusagen ein Konzept, was sagt.

Stefanie Graefe:

[7:27] Okay, also wir haben es ein bisschen übertrieben. Ja, also ganz so geht es nicht. Aber wir müssen an der Grundidee nichts ändern, wenn du es schaffst, an deiner Resilienz zu arbeiten und deine Resilienz zu steigern. Und diese Idee, dass sozusagen der Kapitalismus, das klingt immer so ein bisschen bescheuert, weil der Kapitalismus ist ja keine Person, also der denkt eigentlich gar nichts, aber etwas vereinfacht, könnte man das so sagen, als System, in der Lage ist, Antworten auf Krisenerscheinungen, die er selbst produziert, zur Verfügung zu stellen. Das ist sozusagen so eine Grundidee, die überhaupt nicht von mir kommt, unter anderem von den französischen Soziologen Luc Boltanski und Yves Ciapello, aber man könnte sagen, gewissermaßen war die auch schon bei Max Weber da und vielleicht auch bei Marx. Also der Kapitalismus ist in der Lage, sich immer wieder selbst aus sich selbst heraus zu erneuern. Das ist eigentlich so sein Erfolgsgeheimnis. Also deswegen erhält er sich über alle Krisen hinweg doch sehr, sehr stabil bis heute und hat sich weltweit durchgesetzt und muss aber eben, genauso wie Sie es eben gesagt haben, nicht nur jetzt im engeren Sinne ökonomische Probleme lösen, sondern eben auch kulturelle Probleme oder Probleme, die mit

der Subjektivität und auch der Psyche zu tun haben, die eben durch Arbeit beispielsweise und Leben im Kapitalismus produziert werden.

Stefanie Graefe:

[8:36] Und da frage ich mich eben oder denke, dass Resilienz in diesem Sinne ein Versuch ist, ein Problem zu lösen, was eben durch die Form von Arbeit, wie sie sich insbesondere in den letzten 30 Jahren, sagen wir mal 30, 40 Jahren, in den hochindustrialisierten kapitalistischen Gesellschaften, das ist immer der Fokus, den ich habe. Es geht nicht um Arbeit jetzt im Ganzen oder auf der ganzen Welt, da haben wir ja noch mit ganz anderen Themen und Problemen zu tun. Also für diese Zeitraumbeschiene sozusagen ein zentrales Problem, was eben in der Soziologie mit diesem Begriff Subjektivierung von Arbeit auch versucht wird zu greifen, gegeben ist und Resilienz eben sowas ist wie so eine Norm oder so ein Angebot, so ein Handlungsangebot, ein Deutungsangebot mit diesen Problematiken so umzugehen, dass sich an der prinzipiellen Anforderung arbeitsbereit, arbeitsfähig und auf Leistungssteigerung orientiert zu sein, nichts ändert. Das ist sozusagen die Grundidee, ja.

Kathrin Fischer:

[9:31] Also ich fand es ja total einleuchtend und in der Podcast heißt ja Erschöpfung statt Gelassenheit. Viele Menschen sind erschöpft, alle strengen sich an und wollen gelassen werden. Achtsamkeitspraktiken gehören dazu und das Ziel, der Zielzustand ist ja immer der resiliente Zustand. Und wenn man das beschreibt, was versucht man durch Achtsamkeit oder so zu erreichen? Positiv, gelassen, freundlich, akzeptierend, widerstandsfähig. Und das ist ja in diesen Begriff mit rein. Ich würde aber gerne weiter sozusagen an Ihrem Buch so ein bisschen mich entlanghangeln, weil ich das einleuchtend fand. Und wenn man versteht, warum sozusagen Resilienz die Antwort auf Erschöpfung ist, dann würde ich gerne nochmal auf Erschöpfung gucken. Und auch warum, was Sie ja gerade auch geschrieben haben, warum sozusagen die Gegenwartsgesellschaft, in der wir leben, so viel Erschöpfung produziert, beziehungsweise, und das wäre jetzt die Frage, die Sie ja auch in Ihrem Buch behandeln, produziert sie tatsächlich mehr Erschöpfung oder gibt es mehr Aufmerksamkeit? Also das war ja so ein bisschen eine Frage. Gibt es tatsächlich mehr Menschen, die unter Depression, Burnout, Erschöpfung leiden? Oder ist das, was früher Rückenschmerzen war, heute als Depression diagnostiziert? Und Sie haben so eine schöne Formulierung. Ist es eine Erfahrung von Menschen oder ist es eine Erfindung der Medien? Wie verorten Sie das?

Stefanie Graefe:

[10:47] Genau, also das ist tatsächlich eine Diskussion, die eben auch geführt worden ist. Man könnte vielleicht sagen, dass ich auch diese, was ich am Anfang beschrieben hatte, diese gesellschaftliche Sorge um die Erschöpfung, die sich eben unter anderem in dieser Ratgeberliteratur, aber auch in den Medienbeiträgen ausgedrückt hat, dass die sich auch verändert hat jetzt in den letzten 15 Jahren. Und ab vielleicht so 2012, 2013 immer häufiger die Frage gestellt wird, also nachdem es erst so ein großes Erschrecken gab und man teilweise den Eindruck hatte, jetzt passiert tatsächlich auch was. Also durch die Zahlen, die eben vor allem von den Krankenkassen vorgelegt werden, die ja regelmäßig Berichte schreiben und dann zu bestimmten Themen und eben vor allen Dingen die Arbeitsunfähigkeitstage erfassen und eben auch die Diagnosen für diese Arbeitsunfähigkeitstage. Und diese Statistiken, die waren eben so der Anlass, weil man gesehen hat, die psychischen Erkrankungen sind auf einem sehr hohen Niveau, sind immer noch nicht die meisten Diagnosen, aber

sie sind je nach Krankenkasse entweder auf Platz zwei oder Platz drei oder Platz vier. Und da sind sie eben sehr, sehr stabil jetzt seit geraumer Zeit. Also es gibt einen hohen Anteil an Arbeitsunfähigkeitsdiagnosen, die eben mit einer psychischen Erkrankung begründet werden. Und darin wiederum, das ist jetzt auch nicht nur Stress und Erschöpfung, sondern zum Beispiel auch Suchterkrankungen und so weiter, aber spielen eben diese stressbedingten Diagnosen eine große Rolle und eben auch, wenn man es jetzt im ganz größeren Vergleich sieht, im Vergleich zu den 1980er Jahren, eine deutlich größere Rolle eben.

Kathrin Fischer:

[12:11] Das heißt dann Anpassungsstörung oft, ne? Ist die Diagnose nicht?

Stefanie Graefe:

[12:15] Genau, Anpassungsstörung ist eine mögliche Diagnose. Anpassungsstörung ist ein bisschen auch so eine Sammeldiagnose für unterschiedliche Formen von, ich würde eben sagen jetzt Erschöpfung, um das so ein bisschen alltagsweltlich auch zusammenzufassen. Und Anpassungsstörung heißt eben nicht, dass man sich weigert, sich anzupassen, sondern dass man mit äußeren Stressoren konfrontiert ist. Das können Ereignisse oder eben länger andauernde Bedingungen sein, wo eben dann die Person, die Persönlichkeit, der Organismus und die Psyche Schwierigkeiten hat, sich daran anzupassen. Das kann ein Stressereignis sein, wie eine Trennung oder eine Arbeitslosigkeit.

Stefanie Graefe:

[12:50] Es kann aber eben auch eine Dauerbelastung sein durch Arbeit. Und da hat es eben so diese Sorge gegeben. Und so vielleicht 2012, 2013 mehr hatten sich dann so ein bisschen, aber auch die kritischen Stimmen, die gesagt haben, ist das jetzt eigentlich wirklich so? Also haben wir tatsächlich jetzt hier einen Anstieg oder eine Veränderung im Krankheitsgeschehen oder haben wir nicht eine Veränderung auch in der gesellschaftlichen, subjektiven und auch ärztlichen Wahrnehmung vor allen Dingen? Und ja, ich würde eben sagen, es ist beides tatsächlich. Also man kann diese Ebene der gesellschaftlichen Deutung und Interpretation und damit auch die der Veränderung von Subjektivität, die kann man natürlich nicht rauslassen. Also das kann man vielleicht auch ganz gut zum Beispiel an der Diagnose Burnout sehen, die eine Zusatzdiagnose war, die jetzt eine eigenständige Diagnose wird, aber die meiste Zeit über eine Zusatzdiagnose war und eigentlich überhaupt erst so seit 2005, 2006 mit diagnostiziert worden ist. Ja, das ist ja klar. Also solange die nicht diagnostiziert wurde, weil Ärzte vielleicht auch gar nicht wussten, dass es diese Möglichkeit gibt oder nicht genau wussten, was damit gemeint ist oder was auch immer, taucht die natürlich auch nicht auf in den Statistiken und steigt an in dem Moment, wo es eben häufiger diagnostiziert wird. Und das ist ganz gut belegt, also dass zum Beispiel HausärztInnen sagen, sie selber haben eine andere Sensibilität zu diesem Thema, aber eben vor allen Dingen auch die PatientInnen, die zu ihnen kommen, kommen oftmals schon mit der Erwartung, dass sie eben auch so eine Diagnose gestellt bekommen, weil sie sich selber schon in diesen Begriffen der psychischen Erschöpfung ihr Leiden beschreiben.

Stefanie Graefe:

[14:17] Also da hat es auf jeden Fall eine Veränderung der Wahrnehmung gegeben, die wir, glaube ich, nicht wegdiskutieren können. Auf der anderen Seite haben wir aber auch genügend Belege jetzt aus der Stressforschung und aus der Arbeitsmedizin, die zeigen, es haben sich aber eben auch die Arbeitsverhältnisse verändert und es haben sich auch die Stressoren, also die Belastungen, die von außen quasi auf das Subjekt einwirken, verändert. Also da gibt es so weichere Faktoren und härtere Faktoren. Aber wir haben es in vielen, vielen Arbeitsfeldern eben tatsächlich objektiv mit einer Verdichtung von Arbeit zu tun. Wir haben es mit einer Intensivierung von Arbeit zu tun. Wir haben es auch mit einer Entgrenzung von Arbeit zu tun, die unterschiedliche Dimensionen nochmal hat. Wir haben viele Bereiche, jetzt prominent ist ja der Bereich der Pflege zum Beispiel und der Gesundheitsversorgung, wo eben auch einfach wirklich durch eine Umstellung des Systems auf eben Wirtschaftlichkeit in vielen Einrichtungen Personalknappheit sozusagen zum Standard gehört. Und das bedeutet einfach eine objektive Zunahme an Arbeitsbelastung. Das heißt, ich glaube, es ist tatsächlich beides und wir werden, also es ist Erfahrung und ein Stück Erfindung ist natürlich ein bisschen zugespitzt und polemisch. Das wurde aber in der Diskussion und wird auch zum Teil auch so zugespitzt eben, dass gesagt wird, es hat sich eben im Grunde nichts am Krankheitsgeschehen geändert, nur die Diagnosen haben sich verändert.

Stefanie Graefe:

[15:32] Und ich würde eben sagen, es ist beides und es hängt beides miteinander zusammen. Wir haben eine veränderte Subjektivität, wir haben aber auch veränderte Arbeitsformen. Und das greift eben sehr eng ineinander. Das können wir wahrscheinlich nie ganz sauber trennen und sagen, hier ist jetzt die Veränderung der Wahrnehmung und hier ist jetzt das tatsächlich veränderte Krankheitsgeschehen, weil da natürlich das eine in das andere übergeht. Die spannende Frage ist aber, warum hat sich jetzt diese Faktoren wie Arbeitsverdichtung und so weiter, die sind natürlich total wichtig und die rutschen manchmal auch in so manchen sozialwissenschaftlichen Debatten so ein bisschen hinten runter, weil die andere Frage natürlich etwas spannender ist eigentlich oder wo man etwas mehr drüber nachdenken muss. Warum verändert sich Subjektivität? Warum verändern sich unsere Ansprüche an Arbeit? Warum gibt es eine höhere Bereitschaft? Das ist gut dokumentiert. Sich mit der eigenen Arbeit zu identifizieren und wirklich zu sagen, mein Erfolg, aber auch mein Selbstverständnis als Person hängt stark davon ab, wie ich arbeite.

Stefanie Graefe:

[16:28] Wie ich vorankomme im beruflichen Leben und Erwerbslosigkeit zum Beispiel ist einfach wirklich schwere Situation und schwere Bürde für viele Menschen, ist also nicht mehr etwas, wo es ja auch mal so ein bisschen so eine andere Kultur gab, kann ich mich auch ein bisschen daran erinnern, ja, also Ende der 1980er, 1990er Jahre, wo man so sagt, gut, ja, dann ist man halt mal arbeitslos, wird sich schon wieder was anderes finden. Also warum ist das so stark stigmatisiert? Warum hat das so eine hohe Bedeutung für uns? Und das ist natürlich eine spannendere Frage, aber das sollte nicht dazu verleiten, dass man das andere aus dem Blick verliert. Das wird tatsächlich eine objektive Zunahme an Belastung in vielen, vielen Bereichen beobachten können, zusammen mit einer höheren Entsicherung, Prägarität von Arbeit. Also zum Beispiel ein Bereich, der einem jetzt nicht immer so als erstes einfällt, wenn man an Burnout denkt. Da denken die meisten an LehrerInnen zum Beispiel, die eben auch tatsächlich von Erschöpfung stattgetroffen sind, an SozialarbeiterInnen, an Gesundheitsbereich oder IT-Branche auch, also so hochqualifizierte Wissensbereiche. Aber beispielsweise die Logistik ist ein Bereich, in dem eben die Zahlen für psychische Diagnosen sehr hoch sind. Also Leute, die Pakete ausfahren zum Beispiel und solche Sachen. Also das fällt einem

dann immer nicht so als erstes ein. Aber da haben wir es eben zu tun mit einer extremen Arbeitsverdichtung auf der einen Seite, bei einem gleichzeitig hohen persönlichen Risiko zum Teil, je nachdem, wie wir beschäftigt sind. Also häufig sehr prekären Arbeitsverhältnissen, sehr niedriger Entlohnung und einer hohen körperlichen und psychischen Belastung eben auch. Deswegen glaube ich, beides hängt ganz eng miteinander zusammen.

Kathrin Fischer:

[17:56] Dann kann ich ja gleich bei dieser Frage anschließen, wenn man sagt, woran liegt es denn, dass wir bereit sind, uns so intensiv mit Arbeit zu identifizieren? Ist das sozusagen eine Folge der sogenannten Counterculture der 68er, die eben Individualität immer stärker in den Vordergrund gebracht haben? Weil das ist ja auch eine Frage, was mich natürlich im Hintergrund jetzt bei unserem Gespräch auch interessiert, ist ja genau das, wie werden Psychen geformt? Wir denken ja alle, wir sind individuell und wir merken ja gar nicht, wie wir durch sozusagen geschichtliche Veränderungen in unserer innersten Wahrnehmung von uns selbst und unserer Umwelt verändert werden. Das ist ja wie das Wasser, in dem man schwimmt. Insofern wäre das ja schon eine Frage. Warum spielt Arbeit so eine wichtige Rolle für unsere Identität und auch diese sinnhafte Arbeit?

Stefanie Graefe:

[18:44] Ja, ich mache mal eine kleine Klammer am Anfang. Ich frage mich seit einiger Zeit, ob das eigentlich für die ganz aktuelle Gegenwart noch in der gleichen Weise zutrifft. Also, dass ich mich jetzt mit dem Thema beschäftigt habe, habe ich ja schon gesagt. Das ist ja jetzt auch schon ein ganz schöner langer Zeitraum und ich habe so ein bisschen die Wahrnehmung, aber können wir vielleicht gleich nochmal drüber sprechen. Ich bin da auch gar nicht sicher, dass sich das auch gerade so ein bisschen verändert. Aber jetzt mal so einen Schritt zurück, finde ich schon diesen Gedanken ganz richtig. Und dass es was zu tun hat mit unseren veränderten Ansprüchen ans Leben, an die Biografien und damit an uns selbst. Und dass das eben, ich sage jetzt mal wieder, dem Kapitalismus, so ganz vereinfachend, irgendwie geglückt ist, das eben mit dem Thema Arbeit zu verkoppeln. Man könnte sich tatsächlich vorstellen, dass es ja auch viele andere Bereiche gibt, in denen man eben Identität gestaltet, auslebt und so weiter. Und da gibt es auch historische Beispiele für das, beispielsweise der Bereich der Kunst, der sozialen Bewegung, der alternativen Lebensform und so weiter. Das waren ja auch Bereiche, in denen Menschen ihre Identität eingebracht haben und das dann eben wichtiger fanden als anderes. oder natürlich eben auch der Bereich der Familie, des privaten Lebens. Und warum ist es jetzt genau Arbeit? Und da würde man jetzt oder würde ich jetzt zusammen mit vielen anderen SoziologInnen tatsächlich sagen, das hat was damit zu tun, dass es... In gewisser Weise so ein geniales Zusammentreffen gab aus einer veränderten Erwartung, die Menschen an ihr eigenes Leben mitbringen, die tatsächlich mit dem Stichwort 68 ein bisschen was zu tun hat.

Stefanie Graefe:

[20:14] Also dieser Abschied aus den ganz stark geprägten Normalvorstellungen davon, wie ein Leben auszusehen hat, hin zu Vorstellungen von Selbstverwirklichung, von Autonomie, von Selbstgestaltung auch, von der Möglichkeit, Dinge auch mal ganz anders zu machen als erwartet und so weiter. Dass das eben so eine ganz hohe Bedeutung gewonnen hat, so Pi mal Daumen ab den 1970er-Jahren und sich gerichtet hat, muss man sich ja auch immer wieder so ein bisschen vor Augen führen. Ich merke immer, wenn ich mit Studierenden zu tun habe, dass das manchmal gar nicht so einfach zu

vermitteln ist, weil die sich das gar nicht mehr vorstellen können. Also wie unfassbar spießig die Gesellschaft auch war, jetzt in Deutschland beispielsweise oder in Westdeutschland, Ostdeutschland auch, anders, aber in Westdeutschland in den 1950er, 1960er Jahren, also was für ein Mief das tatsächlich war, wie autoritär, wie patriarchal die war und wie stark sie eben auch immer noch durchsetzt war mit dem Erbe des Nationalsozialismus, also ein bisschen eben in die personalen Dimensionen, dass eben viele Leute nach wie vor da in Ämtern und so weiter waren. Und gegen diese verkrustete, erstarrte Normalität hat sich dann eben dieser Aufbruch der späten 1960er und 1970er Jahre gerichtet. Ganz wichtig, da eben die Frauenbewegung, auch die Ökologiebewegung und so weiter.

Stefanie Graefe:

[21:24] Und die hatten wirklich das Ziel, ja, also mehr Autonomie, mehr Selbstgestaltungsmöglichkeiten, auch mehr Selbstverwirklichung, überhaupt diese Wahrnehmung des eigenen Selbst und eben nicht nur der äußeren Normen, die tradiert werden, dass das eben ganz, ganz wichtig wird. Und dann ist etwas passiert, was vielfach beschrieben worden ist, dass genau dieses Begehren, sagen wir mal, nach mehr Autonomie, vereinfacht gesagt.

Stefanie Graefe:

[21:47] Gewisserweise aufgegriffen worden ist und in neue Formen der Organisation von Arbeit und der Steuerung und des Managements von Arbeit überführt worden ist. Und dann, wenn man es jetzt ganz einfach sagt, sozusagen der Kapitalismus gekommen ist und gesagt hat, okay, ihr wollt mehr Autonomie haben, das könnt ihr haben, aber im Unternehmen, in der Arbeit und nach unseren Regeln. Und das ist zum Beispiel das, was jetzt in der Arbeitssoziologie als indirekte Steuerung beschrieben wird. Also auch in Unternehmen und Organisationen ändert sich die Struktur eben von so einer vertikalen hierarchischen Kommandostruktur hin zu einer stärker horizontal flexibilisierten Arbeitskultur, bei der sehr viel Wert gelegt wird auf Eigeninitiative, auf Networking, auf Kooperation mit anderen, auf das Einbringen eigener Ideen mehr oder weniger. Ja, manchmal ist das auch etwas, was eher behauptet als tatsächlich gewollt ist, aber eben sozusagen erwartet wird, dass die Menschen ihre Persönlichkeit mitbringen in die Arbeit und sie dort einsetzen und sie auch permanent weiterentwickeln und viele Arbeitsplätze sind tatsächlich so gestaltet worden.

Stefanie Graefe:

[22:53] Also unser, beide, auch wenn unsere Arbeit jetzt jeweils etwas unterschiedlich ist, aber wir arbeiten beide an Universitäten. Sie haben vorher als Journalistin gearbeitet. Das sind so typische Beispiele dafür, aber wir finden das eben auch inzwischen in vielen anderen Bereichen, also ohne ganz hohes Maß an Selbstorganisation, ohne hohes Maß an Selbstmotivation und sich immer wieder sagen, was will ich genau und in welcher Reihenfolge, wie setze ich die Prioritäten und so weiter, sind diese Formen von Arbeit ja kaum zu bewältigen. Und das trifft auf sehr, sehr viele Arbeiten zu, dass sozusagen Freiräume zugestanden werden, auch so gewisse Kreativitätspotenziale zugestanden werden. Die sind häufig dann eben in Wirklichkeit dann eben doch recht limitiert, wenn man genauer hinguckt.

Stefanie Graefe:

[23:34] Aber die Anforderung eben an die Arbeitssubjekte sozusagen ist, bring deine Persönlichkeit mit. Also früher im Fordismus oder zugespitzt eben im Bild der Fabrik als typischer Ort der Produktion im Fordismus. Da ging man quasi hin morgens und hat seine Persönlichkeit an der Garderobe abgegeben, wenn man das mal so sich vorstellt. Hat dann als Verlängerung der Maschine gearbeitet und das eigentliche Leben fand dann nach der Arbeit statt. Und diese Vorstellung ist, glaube ich, nicht nur Vorstellung, sondern eben auch diese Praxis, die ist, glaube ich, sehr weiträumig sozusagen ausradiert worden. Wir müssen im Gegenteil unsere Persönlichkeit mitnehmen und einbringen in die Arbeit. Und das führt dann einen Umkehrschluss dazu, dass wir, das kennen wir ja auch viele von uns, wenn die Arbeit fertig ist, dann eigentlich gar keine Energie mehr hat, um die eigene Person in anderen Bereichen einzubringen und einzusetzen. Also da hat tatsächlich so eine Umkehrung stattgefunden und die macht uns verlässlich, die macht uns anfällig eben für Erschöpfung und Stress.

Kathrin Fischer:

[24:28] Genau, Sie hatten zwar gerade auch gesagt, das kann sich jetzt mittlerweile ändern mit der Arbeit und die Millennials oder so sind vielleicht anders. Ich habe auch ein Patenkind, die ist 26 und sagt, so wie du arbeitest, will ich auf keinen Fall arbeiten oder Ihre Mutter. Aber das würde ich jetzt trotzdem mal ganz kurz nach hinten stellen, weil Sie ja jetzt schon die Erschöpfung ins Spiel gebracht haben. Und wir reden ja sozusagen gerade über Neoliberalismus und wie der Gegenwartskapitalismus dazu beiträgt, dass wir erschöpfter sind. Und das beschreiben Sie ja in Ihrem Buch auch. Und ich beziehe mich jetzt ja immer auf Resilienz im Krisenkapitalismus, was schon 2019 erschienen ist. Aber das, was Sie gerade gesagt haben, die Subjektivierung und sozusagen auch die Freiheitsgrade, die Autonomie, die wir haben, Das beschreiben Sie schon, finde ich, sehr schön, dass es zum Teil, was Sie ja gerade auch angedeutet haben, gar nicht so ist. Also es wird bei der Arbeit eine bestimmte Art von Selbstverwirklichung nur gefördert. Wir denken alle, es ist so eine Art künstlerische Selbstverwirklichung. In Wirklichkeit geht es eher um eine Organisation.

Kathrin Fischer:

[25:28] Und auch das, was Sie beschreiben, diese Subjektivierung, führt ja dazu, dass wenn man scheitert, die ganze Person scheitert oder wenn man kritisiert wird. Und was ich unheimlich spannend fand, war, dass das natürlich auch zu einer Ausweitung von Konkurrenz führt. Also es geht, dass man permanent mit anderen Persönlichkeiten arbeitet. In Konkurrenz darum steht, wer, ich weiß nicht, die Geistreichste oder die Person. Also es geht viel tiefer als früher. Und das sind ja so Punkte, die zu einer Erschöpfung führen. Also diese Art der Subjektivierung und Sinnaufladung von Arbeit macht uns dann am Ende auch erschöpfter.

Stefanie Graefe:

[26:05] Ja, das würde ich auf jeden Fall sagen. Oder zumindest anfälliger für Erschöpfung, sagen wir es mal so. Weil es gibt ja auch trotzdem immer noch ganz schön viele Leute, die damit irgendwie auch klarkommen. Das fällt manchmal so ein bisschen hinten runter, wenn man die Perspektive, das geht mir dann auch manchmal so stark jetzt eben auf die Erschöpfung richtet, dass man so ein bisschen vergisst, dass aber die meisten Leute nach wie vor eben irgendwie klarkommen. Wobei, wenn man sie jetzt fragt nach ihrem subjektiven Stressempfinden, dann sagen eben sehr, sehr viele und auch die große Mehrheit, dass sie sich sehr, sehr gestresst fühlen. Genau, das mit der

Konkurrenz ist, glaube ich, ein wichtiger Punkt. Und da könnte man jetzt auch wiederum sagen, wenn man sich das jetzt von der Geschichte und Logik des Kapitalismus anguckt, das ist in das System eingelagert. Der Kapitalismus basiert sehr wesentlich auf dem Prinzip der Konkurrenz. Das wissen wir alle. Also Unternehmen, die nicht konkurrenzfähig sind, verschwinden halt vom Markt. Die müssen konkurrenzfähig bleiben. Aber was eben in diesem Übergang, den ich jetzt schon versucht habe, so ein bisschen zu beschreiben, der letzten 50 Jahre passiert ist, ist, dass dieses Prinzip der Konkurrenz, was eben, wenn man so will.

Stefanie Graefe:

[27:06] Ein bisschen eingeeht war vorher und sich eben auf diese Akteure, also Unternehmen sind ja auch soziale Akteure, beschränkt hat und innerhalb des Unternehmens beispielsweise oder auch in Gesellschaften, jetzt diesen wohlfahrtsstaatlich organisierten Gesellschaften des globalen Nordens eben abgedeckt wurde durch staatliche Institutionen, durch Sozialpartnerschaften, durch andere Formen der Betriebsorganisation und der Personalführung und so weiter. Und da gehört eben zu dieser Veränderung von Arbeit und Arbeitsorganisation auch, dass das Prinzip der Konkurrenz eben in die Arbeit mit reingenommen wird, dass also beispielsweise in einem Unternehmen Abteilungen zueinander in Konkurrenz gesetzt werden oder Standorte, dass Wettbewerbe ausgeschrieben werden. Und ja, und bisweilen, also ich habe ja auch Interviews gemacht und habe da zum Beispiel ein Interview gemacht mit jemandem aus einem Chemieunternehmen, also jetzt weit weg von irgendwie Wissensproduktion, sozialer Arbeit und so weiter.

Stefanie Graefe:

[27:59] Ein globales Chemieunternehmen und die haben eben so Ausschreibungen gemacht innerhalb des Unternehmens, wo einzelne Standorte zueinander in Konkurrenz gesetzt wurden und es war eben wirklich klar, sobald diese Ausschreibung verliert, der Standort wird geschlossen. Und das ist ein unglaublich hohes Druckmittel eben. Also so eine Verallgemeinerung des Konkurrenzprinzips oder ich habe ja auch Seminare gemacht für Betriebs- und Personalräte in Banken und Versicherungen zum Beispiel ist das oder war es da zumindest übliches Mittel auch, dass quasi so Wochenübersichten gemacht wurden. Und bei den Beratern geguckt wurde, wer hat am meisten verkauft und dann so ein Ranking gemacht wurde, was dann montags ausgehängt wurde, konnte man immer sehen, man ist auf Platz 17 von 20 oder so. Das macht einen unfassbaren Druck, das macht sehr viel mehr Druck, als wenn man einen cholerischen Chef hat oder jemanden, vor dem man vielleicht mal Angst hat oder den man doof findet oder der einem Anweisungen gibt. Also dieser permanente Vergleich mit anderen, ja, übt eben eine ganz eigene Art von Stress aus. Und dann haben wir natürlich eine Alltagskultur, die hinzukommt, hinzukommt, die eben auch neoliberal geprägt ist und in der es eben immer darum geht, die eigene Person, die eigene Persönlichkeit so zu gestalten, dass sie von anderen unterscheidbar wird. Wenn wir in den 50er Jahren jetzt als Gegenpol vielleicht so diese Idealvorstellung hatten, dass man eben sein soll, wie es die Norm verlangt und wie es die Mehrheit verlangt, also so nach dem Sprichwort, das höher stehende Gras trifft die Sense.

Stefanie Graefe:

[29:19] Also ich kann mich auch noch an diese Sprüche erinnern, von älteren Generationen, glaubst du, dass du was Besonderes bist? Also das war was Schlimmes. Man glaubte, dass man was Besonderes ist, während das jetzt eine Anforderung ist. Also man muss die eigene Besonderung

unter Beweis stellen. Und das macht sich zum Beispiel, kann man daran sehen, dass junge Menschen Angst haben, ihr Lebenslauf sei zu stromlinienförmig. Also sie müssen auf jeden Fall in zwei Städten studiert haben. Sie müssen im Ausland gewesen sein, pipapo. Also damit eben dieses ganz individuelle Profil erkennbar ist, weil das ist das, was sie sozusagen dann auf dem Arbeitsmarkt einbringen können. Und das würde ich schon sagen, ist so eine Verallgemeinerung dieses Konkurrenzprinzips.

Stefanie Graefe:

[29:53] Und das Konkurrenzprinzip zeichnet sich eben dadurch aus, das fand ich eben eine ganz schöne Beschreibung bei Georg Simmel, dass man quasi nebeneinander herrennt und versucht, Platz Nummer eins zu ergattern und sich dabei im Grunde nicht mehr anguckt, sondern auf das Ziel fixiert ist. Also dass es auch so einen Verlust vielleicht gibt von Sozialität oder der Idee, dass man auch etwas gemeinsam machen könnte oder gemeinsam erreichen könnte. Wobei Simmel eben auch, andere eben auch, man auch sagen könnte mit Simmel und anderen, dass das dann passiert, wenn diese Konkurrenz entgrenzt und verallgemeinert wird. Das ist kein Problem, wenn es begrenzte Wettbewerbe gibt. Das kann auch Spaß machen. Das kann auch Leistung anstacheln oder Ehrgeiz, was nicht immer schlecht sein muss. Aber wenn es sozusagen zum verallgemeinerten Grundprinzip des Handelns wird, dass ich mich also in jeder Situation frage, wie kann ich meine Besonderheit, meine Individualität jetzt kenntlich machen, dann ist das für sich genommen schon, würde ich sagen, schon auch ein potenzieller Belastungsfaktor.

Kathrin Fischer:

[30:48] Ja, das zeigt sich ja auch in den ganzen, also jede Kochshow ist mittlerweile konkurrenz organisiert. Wir sind ja immer noch beim Thema Erschöpfung und damit wir zur Resilienz kommen, müssen wir uns, glaube ich, ein bisschen sputen, aber ich wollte trotzdem noch, ich hatte mir noch aufgeschrieben, ja, es ist so spannend, ich hatte mir noch aufgeschrieben, es ist sozusagen die Konkurrenz und die Subjektivierung von Arbeit und dann gibt es eben diesen spezifischen Autonomiebegriff, das fand ich auch sehr spannend, Und der eben eine hohe Frustration erzeugt bei der Arbeit. Man denkt eigentlich, man könnte sich verwirklichen. Das ist so, wie Sie das auch, das romantische Ideal, das Künstlerideal, das jetzt irgendwie in die Erwerbsarbeit reingekommen ist. Aber wenn man genauer hinkommt, geht es eigentlich darum, in Projekten einen hohen Grad an Selbstorganisation zu haben, der gar nicht so viel mit dieser romantischen Autonomie zu tun hat, der eben auch, glaube ich, zu einer Erschöpfung führt, weil er erstens schon mal irgendwie immer frustrierend ist, weil man im Kopf was anderes hat. Und weil er doch sehr hohe Anforderungen hat. Und dann haben Sie noch einen Punkt, da können wir gleich danach kommen, eben die Krisenförmigkeit des gegenwärtigen Kapitalismus. Aber können Sie zu diesem Autonomiebegriff vielleicht nochmal was sagen?

Stefanie Graefe:

[32:00] Ja, gerne, weil das ist das, was mir auch so besonders wichtig ist oder mir auch besonders Spaß gemacht hat beim Drang rumknobeln. Und da war jetzt so ein bisschen der Anlass, dass es in der Soziologie schon so eine lange Tradition gibt, Autonomie zu problematisieren. Und ich immer so ein bisschen das Gefühl hatte, irgendwas fehlt mir da so. Und es gibt so eine ganze Reihe von Texten

und AutorInnen, die dann sagen, also zum Beispiel Arjan Ehrenberg ist ein wichtiger französischer Autor jetzt zum Thema Depression und Erschöpfung.

Stefanie Graefe:

[32:26] Also den kann man so lesen, dass er sagt, wir leiden heutzutage eigentlich daran, dass wir zu viel Autonomie haben. Wir müssen zu viel entscheiden und wir können zu viel entscheiden und wir haben zu viele Möglichkeiten. Also das ist so jetzt etwas vereinfacht gesagt, aber ist so eine sehr populäre Deutung. Und ich hatte immer so ein bisschen, dass ich dachte, eigentlich finde ich nicht, dass man so viel Autonomie haben kann. Das läuft mir irgendwie nicht ein. Und könnte es damit was zu tun haben, was für eine Art von Autonomie das eigentlich ist, dass das vielleicht eher so ein bisschen das Problem ist. Und genau, das habe ich jetzt auch nicht neu erfunden, diese Idee, dass es unterschiedliche Formen oder Dimensionen von Autonomie gibt. Ich habe es ein bisschen versucht dann zu systematisieren und habe dann eben grob drei Formen von Autonomieunterschieden, die für unsere Gesellschaft sehr bedeutsam sind. Das ist die Selbstbestimmung, das ist natürlich ganz zentral, auch ein demokratischer Grundwert. Das ist die Selbstverwirklichung, das ist eben das, was wir jetzt so beschrieben haben, dieses vielleicht auch im Zuge von 68 und folgende so wichtig gewordene Vorstellung eben der, Ich verwirkliche mich als individuelle Persönlichkeit selbst, ist aber natürlich auch schon älter, kommt eigentlich auch aus der Romantik und meine Individualität bringe ich zum Ausdruck. Und dann gibt es aber noch eine andere Form von Autonomie, die gerade im Zusammenhang mit Arbeit sehr zentral ist und das ist die Selbstorganisation. Und das heißt, ich organisiere mein Leben oder meine Arbeit, meine Tätigkeiten selbst, ohne jetzt, dass mir jemand dafür eine unmittelbare Anweisung gibt.

Stefanie Graefe:

[33:46] Handle selbstständig in dem Sinne eben, dass es niemand anders ist, der mir das abnimmt oder das für mich tut.

Stefanie Graefe:

[33:53] Und meine Idee ist so ein bisschen, dass wir es mit einer Verwechslung eigentlich zu tun haben, also dass wir in Arbeits- und Lebensverhältnissen sind, die quasi den Anschein erwecken, als würde es um Selbstbestimmung, aber vor allen Dingen eben um Selbstverwirklichung gehen, als könne man sich beispielsweise in der Erwerbsarbeit total selbst verwirklichen. Und wenn man genauer hinguckt, dann stellt man fest, in vielen Fällen heißt eben dieses mehr Autonomie konkret eigentlich mehr Selbstorganisation, also höhere Anforderungen an Selbstmanagement, an Zeitplanung, an Effizienztechniken. Es gibt einen ungeheuren Markt alleine für die Frage, wie plane ich meine Arbeit. Ich habe selber so eine To-Do-App auf meinem Handy und auf dem Rechner, ohne die würde ich überhaupt nicht klarkommen. Aber das ist autonom in gewisser Weise. Also das ist natürlich was anderes, ob ich jetzt sage, ich spreche mit Ihnen darüber, wann wir unseren Podcast aufnehmen und gucke, wie passt das in meinen Zeitplan rein, als wenn ich das einfach rein diktiert kriege in meinen Kalender oder in so starren Zeitstrukturen arbeite, dass ich da sowieso nichts zu entscheiden habe.

Stefanie Graefe:

[34:53] Das ist was anderes und ich schätze das auch wert, dass ich solche Sachen selbst entscheiden kann. Aber das ist ja die reine Tatsache, dass ich jetzt den Termin frei mit Ihnen bestimmen kann und keinen Chef habe, der mir das jetzt vorschreibt. Das ist jetzt für mich eigentlich noch keine Autonomie oder das ist eine sehr beschränkte Autonomie. Das ist eine ganz begrenzte Form von Autonomie. Ich kann innerhalb eines gegebenen Settings bestimmte Prioritäten setzen oder ich kann in meiner Arbeit entscheiden, ob ich Gutachten montagsmorgens schreibe oder sonntagnachmittags.

Stefanie Graefe:

[35:26] Ich kann aber nicht entscheiden, sie nicht zu schreiben beispielsweise. Also ich habe jetzt noch, würde ich sagen, tatsächlich relativ viel Freiheit. Zeitsouveränität würde man das nicht sagen. Ja, Zeitsouveränität ist bei vielen Menschen aber dann auch begrenzt. Innerhalb sehr begrenzter Zeiten kann man dann irgendwie Prioritäten setzen. Und häufig ist es dann so, man hat diese Zeitsouveränität, aber der Zeitraum insgesamt ist eigentlich viel zu knapp gemessen. Und dann nützt einem das schon mal gar nichts mehr. Dann kann man nur noch selbst entscheiden, wie man sich jetzt antreibt, das irgendwie doch alles hinzukriegen. Und da schrumpft dann dieses Autonomieideal und diese Erwartung und diese Vorstellung, dass ich jetzt tatsächlich in der Arbeit beispielsweise mich selbst verwirkliche, das schrumpft dann eben auf so ganz begrenzte Formen der Organisation letztlich zusammen, des Managements und der Organisation. Und ich habe so ein bisschen die Idee, dass das auch ein Grund sein könnte für diese Zunahme auch an gefühlter Belastung, nicht nur die objektive Belastung, die wir haben, sondern die gefühlte Belastung, weil ich immer wieder eigentlich in diese Täuschungs- oder Enttäuschungssituation komme. Dass ich denke, ja, es geht ja darum, dass ich mich selbst verwirkliche in der Arbeit. Nein, es geht darum gar nicht, sondern es geht darum, dass ich mich selbst organisiere darin, wie ich die Anforderungen am besten erfülle, die ich mir aber selber nicht ausrufen kann, also die an mich gestellt werden, sei es durch die Organisation, sei es durch den Arbeitsmarkt, durch die Abteilung, durch Überlebensnotwendigkeiten oder was auch immer.

Kathrin Fischer:

[36:46] Ich meine, die ganze Rhetorik darum ist ja auch so, wenn Sie sich Stellenausschreibungen angucken, Man sucht immer jemanden, der begeisterungsfähig ist und eigene Ideen hat und in ein tolles Team passt und, und, und. Also diese Enttäuschung ist auch nicht einfach nur im Subjekt verortet, weil es zu blöd ist, sondern es ist eine Phase, die unsere Gesellschaft Arbeit entgegenbringt und dann stellt man fest, ich fand das auch sehr klug und konnte auch sagen, dass das für meine eigene Arbeit auf jeden Fall auch so zutrifft und finde es auch ganz hilfreich, sich dann mal klarzumachen, okay, da gibt es eine Diskrepanz, unter der ich leide und da kann man es vielleicht ein bisschen selber zurechtrücken. Also das ist dann natürlich wieder eine individuelle Technik, da kommen wir ja gleich drauf.

Kathrin Fischer:

[37:24] Und Sie haben auch gesagt, ein Teil dessen, und das trifft natürlich, ich meine, wir reden jetzt 2022 miteinander, drei Jahre nachdem Ihr Buch erschienen ist. Da liegt eine Pandemie dazwischen, da liegt jetzt ein Krieg dazwischen, da liegt jetzt sozusagen ein Energieengpass dazwischen, um den es jetzt soziale Kämpfe gibt. Das heißt, der Begriff der Krise hat jetzt in den drei Jahren nochmal eine ganz andere Aktualität bekommen. Aber Sie sagen, für die Gegenwart ist sozusagen die Normalität der Katastrophe, die Allgegenwart der Krise, was ja eigentlich ein Widerspruch ist, wenn man sagt,

die Katastrophe ist der Ausnahmezustand. Wenn man sagt, okay, wir leben jetzt dauerhaft in der Ausnahme, geht das überhaupt? Aber das, sagen Sie, ist kennzeichnend für unsere Gegenwart. Können Sie das noch mal kurz erläutern? Ich meine, im Moment hat man das Gefühl, es erläutert sich von allein. Es erläutert sich so ein bisschen von dir. Man muss nichts mehr dazu sagen. Aber 2019 war es noch gar nicht so.

Stefanie Graefe:

[38:20] Ja, ich meine, da war es natürlich eigentlich auch schon so. Also wenn man jetzt mal sagt, es gibt diese drei ganz großen Krisenerscheinungen, also die aktuellen, die Pandemie, der Krieg und die Klimakatastrophe, dann würde ich jetzt doch sagen, also die größte davon ist die Klimakatastrophe, weil die Auswirkungen einfach so extrem grundlegend und langfristig sind. Und die war natürlich 2019 eigentlich auch schon voll klar. Aber trotzdem hat sich eben, finde ich, auch in den letzten drei Jahren nochmal was geändert. und ich nehme das auch in meinem Umfeld wahr. Also das ist jetzt auch zum Beispiel die Wärme im Sommer, die Hitze. In Flensburg ist das glaube ich noch nicht so vielleicht noch nicht ausgeprägt, aber in Berlin ist das wirklich krass. Da kann man die Augen nicht mehr vor verschließen. Das kriegt wirklich jeder mit. Also es werden Stadtbäume gegossen von Anwohnern, weil eben klar ist, die haben einfach kein Messer. Und so weiter und so fort. Und die Flutkatastrophe im Ahrtal letztes Jahr. Aber die Pandemie natürlich auch und die nächste kommt vielleicht gleich schon. Und der Krieg dann noch obendrauf. Also da jetzt im, Ende Februar dieses Jahres, da gab es auch, also hatte ich auch auf einmal, obwohl ich mich jetzt mit dem Thema Krise so länger schon beschäftigt habe und dieser Begriff der Vielfachkrise, da bin ich ja ganz gut auf den Punkt und den habe ich jetzt zum Beispiel aus einem Text, der ist 2011 erschienen, also ist jetzt gar nicht neu. Also die Idee, es gibt unterschiedliche Krisenerscheinungen und das Besondere ist aber, dass die nicht einfach so nebeneinander vor sich hin bestehen, sondern dass die sich wechselseitig beeinflussen und verstärken und diese Verpflichtung wird immer enger. Da ging es vor allem auch nochmal um die Finanzkrise, die da ja auch noch nicht so lange vorbei war.

Stefanie Graefe:

[39:46] Demokratiekrisen, die dann auch deutlicher wurden, eben durch das Auftauchen rechtspopulistischer Akteure in vielen, vielen Ländern und so weiter und so fort. Und jetzt, also als der Krieg jetzt anfang, Ende Februar, da war auch ich dann so an so einem Punkt, dass ich irgendwie dachte, also wenn jetzt als nächstes die Nachricht kommt, dass, irgendwelche Aliens Kontakt aufgenommen haben zum Pentagon und mal fragen, ob sie auf den Mond ihren Müll abladen können, also würde ich mich jetzt auch nicht mehr total nennen. Also man weiß gar nicht, was jetzt noch irgendwie passieren soll. Und da würde ich eben sagen, ist Resilienz natürlich, also für Resilienz als Konzept ist das natürlich ein extrem günstiger Epoche, weil Resilienz ist eben ein Krisenbewältigungskonzept. Also vielmehr bedeutet der Begriff ja im Grunde auch gar nicht. Also nämlich, dass man in der Lage ist, mit Krisen so umzugehen, dass man davon eben nicht grundlegend beeinträchtigt wird. Das ist sozusagen die Minimaldefinition und die ist ja so simpel, dass man sich schon fast fragen könnte, gut, dass das jetzt Menschen gut finden, wenn sie von Krisen nicht so schwer beeinträchtigt werden.

Stefanie Graefe:

[40:44] Ist so klar, dass man sich fast fragt, wie kann es dann ein Begriff, der im Grunde gar nicht viel anderes meint, eigentlich schaffen, da so eine steile Karriere hinzulegen. Und da würde ich sagen, das hat eben was damit zu tun, dass viele, viele Menschen eben doch Zweifel haben, ob wir als Kollektiv, als Gesellschaft oder als Weltgesellschaft, aber eben auch als Einzelne tatsächlich in der Lage sind, dieses Ausmaß an Krisenhaftigkeit und Krisengeschehen, wie wir es jetzt erleben, noch irgendwie zu bewältigen. Und das wiederum finde ich eine sehr berechtigte Sorge. Und dann verstehe ich auch die Konjunktur des Resilienzbegriffs und die Popularität. Ich bin trotzdem nicht ganz sicher, ob er das so einlösen kann, was er verspricht.

Kathrin Fischer:

[41:23] Aber das ist doch eine schöne Überleitung zu der Frage. Wir haben jetzt über die Erschöpfung geredet und dann sagen Sie eben, Resilienz ist die Antwort auf Erschöpfung, ist die Antwort auf diesen Krisenmodus. Sie haben ja gerade schon gesagt, was es ist eigentlich. Es ist eine Form von Widerstandsfähigkeit. Es ist eigentlich die Fähigkeit, zurückzukommen in einen Zustand vor einem Schock. Warum sind Sie so skeptisch, was den Begriff der Resilienz angeht?

Stefanie Graefe:

[41:52] Ja, genau. Also vielleicht nochmal einmal ganz kurz einen Schritt zurück. Also Erschöpfung, würde ich sagen, ist eben ein, damit habe ich mich jetzt beschäftigt. Habe ich ja erzählt am Anfang, wie ich dazu gekommen bin, zu dem Resilienzthema dann über die Erschöpfung. Aber Resilienz als Konzept umfasst ganz, ganz viele andere Bereiche und ist jetzt gar nicht so, dass da Erschöpfung jetzt so das Vordringliche ist. Das war ein bisschen meine Präferenz. Also es gibt eigentlich, wenn man es sich genau anguckt, kaum noch Bereiche, die irgendwie gesellschaftlich, politisch gestaltet werden, wo Resilienz nicht auftaucht oder wo das nicht angeboten wird, auch als Lösungskonzept. Ich habe nachher zufälligerweise noch ein Gespräch verabredet mit einem Palliativmediziner, weil in der Palliativmedizin jetzt eben auch Resilienz das große Thema ist zum Beispiel. Oder ich habe mich beschäftigt auch mit Resilienz im Alter. Das ist auch eine große Frage, wie kann man alte Menschen resilient machen? Das sind alles aber so Bereiche, die vielleicht noch so unter die psychologische Resilienz fallen. Aber es gibt eben auch EU-Programme, Weltbankprogramme, WHO natürlich, die Resilienzstrategien entwickeln. Also auch in ganz anderen Bereichen. Militärisch spielt das natürlich eine große Rolle, ökologisch ganz wichtig und so weiter und so fort. Also es ist ein riesen...

Stefanie Graefe:

[43:04] Oder sagen wir mal so, das Konzept beansprucht, ein Riesenfeld von Problemen abdecken zu können. Und genau, da kann man sich dann so ein bisschen fragen, kann dieses Konzept das einlösen?

Stefanie Graefe:

[43:18] Und ich habe mich eben lange gefragt, auch weil ich einerseits dann dachte, es ist im Grunde so ein bisschen trivial. Also es geht darum, gut durch Krisen durchzukommen. Andererseits erklärt das natürlich jetzt nicht diese Popularität des Konzeptes. Was ist denn eigentlich sozusagen wiederum jetzt so ein bisschen das Betriebsgeheimnis der Resilienz? Und ich glaube eben, das ist

dieses allgemeine Versprechen von Handlungsfähigkeit eben in der Vielfachkrise und in der individuellen Krise oder in der gesellschaftlichen Krise, egal, also egal, was für eine Krisenerscheinung auftaucht, Resilienz ist irgendwie so ein Haltegriff, wo man sich dann orientieren kann. Und man muss vielleicht noch mal kurz dazu sagen, dass das Konzept zwei Wurzeln hat, wenn man so will, oder zwei Quellen. Nämlich einmal die psychologische Resilienz kommt aus den 70er Jahren von einer US-amerikanischen Psychologin, die so eine Langzeitstudie auf Hawaii gemacht hat mit Kindern. Und dann eben festgestellt hat, ein bestimmter Anteil dieser Kinder entwickelt sich wieder erwarten, sozusagen positiv in Führungsstrichen, für die hat sie dann eben den Begriff Resilienz geprägt, also unter schlechten Bedingungen sich positiv entwickeln, ist damit gemeint. Und dann gibt es natürlich andere Quelle, das ist eben die ökologische Resilienz, die ökologische Systemtheorie, Ökosystemtheorie, wo ja eben im gleichen Zeitraum entwickelt worden ist, dieser Begriff und eben die Fähigkeit meint, eines Ökosystems sich eben wiederum auch unter widrigen oder sogar katastrophalen Bedingungen zu regenerieren und zu erholen.

Stefanie Graefe:

[44:42] Und von da aus hat dieser Begriff so seine Erfolgsgeschichte angetreten, die bis heute beeindruckend ist, würde ich sagen. Also es ist eigentlich kein Thema gibt, wo das nicht auftaucht. Und dieses Betriebsgeheimnis, habe ich dann vermutet, liegt vielleicht so ein bisschen in der Schnittstelle zwischen diesen beiden ganz unterschiedlichen Theorietraditionen. Auch Psychologie und Ökosystemtheorie haben wirklich denkbar wenig miteinander zu tun. Jetzt von den Denkvoraussetzungen und da habe ich mich gefragt, was ist denn das Gemeinsame? Und das Gemeinsame ist eben eigentlich so die Idee.

Stefanie Graefe:

[45:13] Dass Krisen, Katastrophen, Schocks und so weiter, dass das äußere Bedingungen sind, die selbst unverfügbar sind. Also an deren Eintreten oder Nicht-Eintreten ich als individuelle Akteurin, aber überhaupt Gesellschaften auch im Grunde nichts ändern können. Aber was sie können, ist eben sich besser oder schlechter darauf einstellen und besser oder schlechter damit umgehen.

Stefanie Graefe:

[45:37] Und je nachdem, ob man das eben gut oder schlecht macht, kommt man eben relativ stabil durch die Krise oder eben nicht. Und das ist eigentlich die gemeinsame Grundidee und die, könnte man sagen, ist wiederum vielleicht ein bisschen trivial auf der einen Seite und auf der anderen Seite aus meiner Sicht aber durchaus auch ein bisschen gefährlich, weil eben die Frage nach den Krisenursachen, die ja völlig unterschiedlicher Art sein können, Krisen können ja ganz unterschiedliche Ursachen haben, aus dem Blick rückt, weil das systematisch in dem Konzept sozusagen nicht mitgedacht wird, sondern die Krise ist etwas, was passiert, was zum menschlichen oder überhaupt zum Leben dazugehört. Das ist also sozusagen unverfügbar, daran kann ich nichts ändern, aber ich kann an meiner Reaktion darauf etwas ändern. Also es ist im Grunde ein reaktives Konzept und deswegen denke ich im Kern auch konservativ. Also es geht eben nicht darum, sich zu überlegen, wie möchte ich oder möchten wir, dass menschliches Zusammenleben zum Beispiel aussieht und wie müssen wir das gestalten, sondern wie reagieren wir darauf, wenn etwas Unvorhergesehenes passiert oder etwas, was eben für uns ein Problem darstellt, ohne, wir gehen

eben nicht mehr davon aus, dass wir das Problem selbst beseitigen können oder die Ursachen dafür in den Griff kriegen können.

Kathrin Fischer:

[46:49] Ich habe auch noch mal geguckt, es gibt ja die sieben Säulen der Resilienz. Da ist zum Beispiel auch eine Akzeptanz. Also man akzeptiert die Dinge, wie sie sind. Und das ist ja was anderes, wenn man, selbst eine Flutkatastrophe hat ja Ursachen in einer bestimmten Art der Lebensweise, des Wirtschaftens, wie wir mit Natur umgehen. Aber selbst wenn man früher jetzt gesagt hätte, es gibt Ursachen von außen, an denen wir nichts ändern, geht dieses oder jemand stirbt, Ja,

Kathrin Fischer:

[47:17] Hat diese Akzeptanz mittlerweile sozusagen alle soziale Bereiche durchdrungen? Ist das? Es ist ja sowas eigentlich wie eine Resignation. Ich sage so, ich kann an meinen Arbeitsverhältnissen nichts ändern. Sie haben da wunderbare Beispiele auch in Ihrem Buch, wo man sagt, eigentlich sind die Arbeitsverhältnisse schwierig, aber wir reagieren immer nur auf unser Verhalten. Dann machen wir halt Yoga, um uns zu stärken, anstatt zu sehen, keine Ahnung, die Klassen sind zu groß oder die Arbeitsverdichtung ist zu groß. Und ich versuche kollektiv gemeinsam mit anderen, mit Gewerkschaften oder wie auch immer etwas daran zu ändern. All das scheint aus dem Blick gerückt zu sein. Das ist ja dann auch eine Kritik, dass es so äußerst individuell ist. Ich akzeptiere ganz gleich, ob sozial oder sonst wie, was von außen auf mich zukommt. Atme tief ein, begegne dem mit Wertschätzung, reibe bei mir und möglichst nicht wütend, was ja auch irgendwie, finde ich, schwierig ist. Dann werden manche Leute depressiv, andere werden vielleicht dann mal plötzlich zu Tätern. Ich weiß es nicht, aber Gefühle, die eigentlich gesunde Marker sind, dürfen nicht ausgelebt werden. Man atmet ein, man ist wertschätzend, man ist akzeptierend und man ist immer bei sich. Im Grunde genommen ist es ja ganz schrecklich.

Stefanie Graefe:

[48:27] Also es könnte schrecklich sein, sagen wir mal so. Also ich würde auch da sagen, auch das, was ich jetzt zugespitzt und kritisch beschreibe in dem Buch, natürlich ist jetzt Gott sei Dank jetzt nicht die absolute Realität schon, Sondern es ist eine Tendenz, die ich wahrnehme und die ich sehe und von der ich glaube, dass sie sich möglicherweise verstärkt, je offenkundiger die Nichtregierbarkeit der Krisenphänomene sozusagen wird. Ja, also man könnte sagen, es ist einerseits ein resignatives Konzept, weil es sagt, ich muss mich eben anpassen. Also Akzeptanz ist ein ganz wichtiger Begriff auch in diesem Zusammenhang.

Stefanie Graefe:

[49:00] Adaption ist quasi das systemtheoretische Äquivalent. Also ich passe mich flexibel an, an sich radikal permanent verändernde Umstände. Also ein bisschen möbenartig bin ich in der Lage, mich immer wieder auf Neues einzustellen und bin darin ganz flexibel und geschmeidig. Das ist so ein bisschen... Man könnte aber auch sagen, dass gerade in diesen populärpsychologischen Resilienzdiskursen, also es über Resignation hinausgeht und es teilweise fast in Richtung von so einer Idealisierung auch von Krisen oder Katastrophen führt. Also zum Beispiel am Beispiel der

Flutkatastrophe letztes Jahr in der Ahr, da gab es dann danach teilweise auch ResilienzexpertInnen oder eine Resilienzexpertin, die dann auch in den Hauptnachrichten irgendwie auftauchte, abends im Fernsehen und eben auch erklärte, wie jetzt die Leute, die Überlebenden da im Ahrtal und in den anderen Flutgebieten, wie die jetzt ihre Resilienz stärken können. Und da habe ich dann auch noch mal ein bisschen auf deren Seite gestöbert, weil mich das immer so interessiert. Und dann hat sie da tatsächlich so Beispiele, wo sie sagt, ja, es gibt auch Leute, ich weiß immer nicht, ob diese Beispiele echt oder erfunden sind, aber von irgendjemandem, der irgendwo anders mal dessen Haus eben weggespült wurde und der dann in den Trümmern irgendwas Tolles entdeckt hat, auf dem er dann eine neue Karriere aufbauen konnte oder da eine tolle Idee gekriegt hat.

Stefanie Graefe:

[50:13] Also wunderbar stellt sich jetzt dieses Unglück eigentlich als super neue, tolle Gelegenheit heraus. Das sind so die fortgeschrittenen Resilienzdiskurse, würde ich sagen, die eben nicht nur sagen, du musst dich damit irgendwie arrangieren, du musst gut durchkommen, du musst zusehen, dass du hinterher genauso rausgehst, wie du reingegangen bist, sondern nein, du kannst dich dadurch weiterentwickeln und man könnte sagen, ein bisschen weiter geht das dann in Richtung auch dieser Schockdoktrin, was die Naomi Klein ja geprägt hat, auch so ein bisschen diesen Begriff des Schock- oder Desasterkapitalismus, also eigentlich brauchen wir Krisen und Katastrophen, um eben Entwicklungspotenziale zu generieren und, Da würde ich jetzt sagen, das ist sowohl auf der psychologischen Ebene als auch auf der politischen eine Tendenz, die sich hoffentlich jedenfalls jetzt noch nicht total durchgesetzt hat, aber die ich schon wahrnehme als eine Krise, als Chance. Das ist ja auch im Grunde schon so ein Bon mot, was so ganz bekannt ist, aber das eben nochmal so ein bisschen zugespitzt denken. Und damit wird natürlich delegitimiert zum Beispiel, dass man sagt, man leitet Ansprüche ab beispielsweise daraus, dass man eben besonders verletzlich ist in einer Krisensituation. Wenn man dann sagt, nee, guck mal, also was jetzt diese Situation für dich, die Corona-Pandemie oder was auch immer es ist, was die jetzt für dich ganz individuell und persönlich für Entwicklungschancen bietet, dann delegitimiert man natürlich eben auch nicht nur die Frage nach den Ursachen und den Verantwortlichen und der Verantwortlichkeit und dem, was man ändern könnte, um Krisen und Katastrophen zukünftig zu vermeiden, sondern man delegitimiert auch Ansprüche, die sich daraus ergeben.

Stefanie Graefe:

[51:42] Ja, also wenn man jetzt zum Beispiel Opfern von Rassismus sagt, guck, das gibt es jetzt, soweit ich weiß, glaube ich, so zugespitzt in der Form noch nicht, aber in vielen von diesen Resilienzratgebern geht es so ein bisschen in diese Richtung, werden eben zum Beispiel Menschen, die von Rassismus oder eben auch Überlebende von Gewalt, Flucht, Folter und so weiter, werden da gerne vorgestellt, ja, auch sehr gerne Holocaust-Überlebende als Beispiele, ja. Also wenn man dann soweit ist zu sagen, guck mal, selbst unter diesen Umständen haben Leute noch ein tolles Leben anschließend geführt, dann ist natürlich jede Kritik irgendwie an problematischen, exkludierenden, hierarchisierenden Strukturen von vornherein so ein Stück delegitimiert, weil man ja, man würde sich ja dann einer Wachstumsgelegenheit verweigern.

Kathrin Fischer:

[52:24] Ich meine, das ist das eine, da können wir auch gleich nochmal drauf kommen, auf die politische Dimension. Aber ich finde es auch, also es gibt ja auch den Begriff des Cruel Optimism. Also ich finde es unglaublich grausam, wenn mir sowas, also auch schlimme Lebensumstände werden dann, ist ja nicht eine Gelegenheit, ist ja dann schon fast eine Forderung zu performen, singulär zu performen, also Konkurrent in anderen, besser resilient aus der Krise rauszugehen. Also wenn man das so weiterdenkt, ist es schon eigentlich eine sehr grausame Art des Umgangs, die wenig Raum für Verletzlichkeit lässt.

Stefanie Graefe:

[53:00] Ja, oder die einerseits Verletzlichkeit anerkennt, das gehört damit ja auch zusammen. Also Verletzlichkeit oder Vulnerabilität und Resilienz sind auch so Konzepte, die durchaus eng zusammenhängen. Andererseits aber die Verantwortung für die Bewältigung von konkreten Verletzungen sozusagen wieder an das Individuum oder sein unmittelbares Umfeld. Das ist gar nicht immer nur das Individuum in diesem Zusammenhang, sondern es können durchaus auch Communities sein, also das ganz unmittelbare Lebensumfeld, zurückdelegiert. Und das ist ein Trend, den wir ja sowieso beobachten. Also das jetzt zum Beispiel im Zuge der Veränderung auch von Sozialstaat, von sozialer Sicherung und so weiter, dass immer mehr Verantwortung zum Beispiel auch delegiert wird oder versucht wird, Konzepte entwickelt wird, wie man die betroffenen Subjekte sozusagen einbeziehen kann. Und sei es auch durch ehrenamtliche Arbeit beispielsweise und damit auch eine Entlastung staatlicher Haushalte herbeiführt und so weiter. Also immer dieses Moment der Zurückdelegation von Verantwortung für Probleme, die woanders produziert worden sind, an anderer Stelle produziert worden sind. Und das gerät so ein bisschen aus dem Blickfeld, weil es eben zentral um die Frage der individuellen Bewältigung geht und eben nicht mehr so sehr um die Frage der Vermeidung von Krisen und auch nicht so sehr um die Frage der Verantwortung für Krisen. Also das.

Kathrin Fischer:

[54:19] Gemachtwerden der Krise wird

Stefanie Graefe:

[54:21] Sozusagen aus dem Blick genommen und erscheint gar nicht mehr als so sinnvolle Fragestellung herum.

Kathrin Fischer:

[54:29] Also da sind wir wieder bei der Psyche des neoliberalen Subjekts. Also man schaut nicht nach außen, man guckt nur nach innen, man bewältigt es. Dadurch wird man natürlich relativ still politisch. Das ist ja auch etwas, was wir beobachten. Es gibt natürlich die Fridays for Future, es gibt MeToo und so weiter. Man kann sagen, es gibt auch andere Bewegungen, aber wenn man auf Wahlbeteiligungen und so weiter schaut, wenn man anschaut, wer so noch in Parteizugehörigkeit hat, sich politisch engagiert, habe ich schon den Eindruck, es gibt so eine Endkollektivierung, die vielleicht damit in Zusammenhang steht. Ist das so?

Stefanie Graefe:

[55:04] Ja, da bin ich nicht so ganz sicher. Also ich glaube, auch das ist ein Trend, der sich so ein bisschen umkehrt gerade. Und wir haben es schon auch mit Formen von Repolitisierung zu tun. Allerdings sind das nicht immer unbedingt erfreuliche Formen von Politisierung. Also wenn wir uns zum Beispiel jetzt in Deutschland die Geschichte der AfD angucken.

Stefanie Graefe:

[55:22] Also das ist natürlich eine Form von Politisierung oder Pegida eben als Vor- und Beiläufer. Also das kann man ja nicht negieren, dass das auch eine soziale Bewegung in gewisser Weise ist, wo Menschen sich äußern und auch jetzt in der Corona-Pandemie die Impfkritiker und Maßnahmengegner und so weiter. Das sind ja schon alles politische Äußerungen auch. Nur haben sie eben eine problematische Schlagseite und in gewisser Weise könnte man aber eben auch sich fragen, ob das nicht auch mit dieser Idee, dass es sozusagen um Krisenbewältigung geht und mit einer sozusagen simplen Form, dass es eben eine simple Form der Krisenbewältigung gefunden werden muss, also mit dieser Vorstellung durchaus auch was zu tun hat. Also das ist eine Frage, die mich jetzt aktuell sehr beschäftigt, wo ich noch nicht so ausgearbeitet ist zu sagen kann, aber wie hängt eigentlich Resilienz, Diskurse und Resilienz als normatives Konzept, was unbestreitbar eben einen großen Wirkungsradius hat, wie hängt das eigentlich mit diesen Autoritarismus-Tendenzen, die wir ja jetzt weltweit beobachten können, zusammen gibt es da sozusagen eine Schnittstelle. Und da bin ich mir noch nicht so ganz sicher, ob das so ist. Es gibt auch Positionen, die sagen, Resilienz ist es umgekehrt genau, das Verhältnis. Also Demokratien sind per se resilienter zum Beispiel eben als autokratische Systeme.

Stefanie Graefe:

[56:43] Und wir können deshalb eigentlich ganz beruhigt sein, weil wir leben in einem demokratischen System und das ist von sich aus krisenfester als autokratische Systeme, bin ich auch nicht so sicher, ob das so ist. Also das ist eine starke These. Ich finde eigentlich, dass die derzeitige Situation und die Entwicklung auch der letzten zweieinhalb Jahre nicht unbedingt in so eine Richtung weist. Also auf jeden Fall führen Krisen eher zu einer Zunahme von so autoritär orientierten Bewegungen und nicht unbedingt zu einer Zunahme von Demokratie. Und das wird jetzt durch die Art und Weise, wie die Krisen gesteuert werden, jetzt auch nicht unbedingt besser.

Stefanie Graefe:

[57:15] Aber ich glaube, dass diese grundsätzliche Idee, wir haben es mit Krisen zu tun, die bewältigt werden müssen und darauf müssen wir den Fokus richten. Und alle anderen Fragen müssen wir mal hinten anstellen, dass die eher dazu in der Lage ist oder in Gefahr ist, eben solche Tendenzen zu verstärken. Dem wirklich was entgegenzusetzen. Aber das ist, wie gesagt, noch so ein bisschen vorläufig alles, was ich mir da so zu überlegen. Und ich habe auch ein bisschen die Idee oder die Vermutung, dass es sein könnte, dass es so zwei Arten von Resilienz gibt, so zwei Formen eigentlich. Einmal so eine privilegierte Reform, wo das eben wirklich sozusagen so eine soziale und psychotechnik wird, um eben das eigene Leben und das eigene Fortkommen zu verbessern. Also ich will ja auch gar nicht abstreiten, dass diese Mentaltechniken, die da angeboten werden, in der einen

oder anderen Situation nicht auch was nützen können. Also das so anzuwenden, um irgendwie noch ein bisschen besser durchzukommen. Hatten wir in der Corona-Pandemie ganz viel so Ratschläge.

Stefanie Graefe:

[58:10] Also den super Top-Ratschlag fand ich, sich morgens eine Handvoll Linsen in die eine Hosentasche zu tun und jedes Mal, wenn einem was Nettes passiert, also wenn jemand einen freundlich anlächelt oder so, eine Linsen in die andere Hosentasche zu tun und abends zu zählen, wie viel Linsen man rechts hat und dann zu denken, ist doch alles gar nicht so schlimm mit dem Lockdown und so weiter. Und ich dachte, das kann nur für Leute funktionieren, die nicht wirklich existenziell bedroht sind durch die Krise. Für alle anderen ist das einfach ein Hohn, so ein Ratschlag. Und die sind überhaupt nicht mitgedacht. Da ist überhaupt nicht mitgedacht jemand, der seinen Job verloren hat, oder die alleinerziehend ist, in einer kleinen dunklen Wohnung sitzt und das nützt der nichts damit, den Menschen. Also das ist so die eine, so eine privilegierte Form von Resilienz. Und die andere Form wäre quasi so eine Erwartung, sieh zu, wie du durchkommst und tue das möglichst stillschweigend, also so eine härtere Form der Resilienz, die eben eher für die weniger Privilegierten dann gedacht ist. Das ist so ein bisschen meine Befürchtung. Und so eine Aufteilung wiederum könnte nun auch dazu beitragen, dass sich so rechtspopulistische, autoritäre Politik- und Weltdeutungsangebote, dass die eben mal Attraktivität gewinnen.

Kathrin Fischer:

[59:17] Also ich kann da gut anschließen, auch wenn Sie sagen, das ist alles noch, befindet sich in einem Denkstadium, weil ich denke, zum einen ist ja das, was Sie gerade ausgeführt haben, es sind individuelle Techniken und was, glaube ich, in diesen autoritären Gemeinschaften passiert oder ich weiß nicht, ob Sie das Buch gelesen haben von Bernhard Schling, die Enkeling, das fand ich ganz interessant, wo so eine völkische Gemeinschaft dargestellt wird, wo man sagt, es geht eben um Gemeinschaft, da wird eben ganz viel gemeinsam gemacht. Das hat man ja auch, ich will jetzt nicht sagen, dass die recht sind, auf gar keinen Fall, aber manche religiösen, sehr engen Gemeinschaften, Hutterer, Amish People, wie auch immer, wo man sagt, da ist diese Individualisierung und Endkollektivierung noch nicht. Da ist vielleicht auch Autonomie nicht in dem Fall vorhanden. Ich will das um Gottes Willen gar nicht idealisieren. Ich glaube nur manchmal bei diesen autoritären Bewegungen, Hat Gemeinschaft einen anderen Stellenwert? Und dann denke ich manchmal, was ich vorhin nur so angedeutet habe, wenn man immer seine Gefühle runterschlucken muss, um eben wertschätzend, lächelnd allem zu begegnen, was einem widerfährt, weil das die neue Anforderung an Reife und sonst wie ist, dass das dann vielleicht irgendwann mal im gesellschaftlich etwas weiter entfernten Bereich explodiert und man ein sogenannter Wutbürger in wird, könnte ich mir jetzt mit Küchenpsychologie zumindest irgendwie vorstellen. Ich weiß nicht, wie Sie das sehen.

Stefanie Graefe:

[1:00:39] Also ich halte das für plausibel. Ich habe zugleich immer so ein kleines Warnzeichen, was bei mir sozusagen aufploppt, wenn rechtspopulistische oder auch neofaschistische, also wir haben es ja teilweise, ist das ja auch nochmal in eine ganz andere Dimension auch, also wenn man die jetzt quasi nur als Reaktion auf, sagen wir mal.

Stefanie Graefe:

[1:01:00] Modernisierungs-Flexibilisierungstendenzen oder eben auch auf Krisenerscheinungen interpretiert. Also das spielt, glaube ich, eine wichtige Rolle, aber das ist, glaube ich, nicht die ganze Erklärung. Wir haben eben auch eine Tradition an Autoritarismus, die im Grunde nie richtig gebrochen oder nie richtig aufgearbeitet wurde, was, glaube ich, noch wirklich hinzukommt. Aber natürlich ist es unbestreitbar so, dass eben so Krisenzeiten Zeiten sind, in denen solche Deutungsangebote enorm an Attraktivität gewinnen. Und in dem Sinne kann ich mir das schon vorstellen. Es wird ja auch ein hohes Abstraktionsvermögen im Grunde verlangt.

Stefanie Graefe:

[1:01:35] Also jetzt zum Beispiel bei der Corona-Pandemie fand ich das sehr deutlich. Also wir haben es ja auch mit Krisen eines bestimmten Zuschnitts zu tun. Das sind ja Krisen des 21. Jahrhunderts. Das sind eben nicht einfach nur in Anführungsstrichen Erdbeben, die einfach passieren und wo man, also die gibt es natürlich auch noch, wo man einfach gucken muss, wie man klarkommt, wie man sein Haus wieder aufbaut oder so, sondern die haben ganz komplexe Ursachen, die man auch immer verstehen und nachvollziehen muss. Also um eine Klimakatastrophe, die kann ich ja nicht sinnlich erfahren, selbst wenn es draußen wärmer wird, dass das mit dem CO₂-Verbrauch zu tun hat, dass das, was damit zu tun hat, dass Menschen fliegen, Autofahren, Fleisch essen und so weiter, das weiß ich ja alles nur, weil mir das letztlich WissenschaftlerInnen erklärt haben. Sonst wüsste ich das nicht. Also das heißt, das ist schon eine ganz abstrakte Form, wie ich sozusagen lernen muss, dass es da einen Zusammenhang gibt und dass das auch irgendwas auf irgendeiner Ebene in meinem Verhalten zu tun hat. Und auf der Ebene kann ich dann eben, wenn ich bereit bin, das zu tun, das so nachzuvollziehen, dann bin ich natürlich auch wahrscheinlich bereit, jetzt diese verfeinerten psychologischen Selbstführungstechniken anzuwenden, um damit klarzukommen. Wenn ich aber das Gefühl habe, ich... Also ich bin jetzt ganz klar auf der Seite derjenigen, die vor allen Dingen eben diese Krisenauswirkungen zu spüren kriegen. Seite der Verlierer, ne?

Stefanie Graefe:

[1:02:51] Ich bin auf der Seite der Verlierer, wobei das eben auch nicht so ganz stimmt. Also die RechtspopulistInnen in Deutschland, die sind gar nicht so sehr eindeutig. Und bei den Corona-Maßnahmen, Kritiker, Impfkritiker und so weiter, erst recht nicht. Die sind nicht so eindeutig auf der Seite der Verlierer. Aber da gibt es auf jeden Fall so eine Verweigerung des Abstrakten, sage ich jetzt mal. Also diese Auseinandersetzung mit Komplexität und diese ganz grundlegende Wissenschaftsskepsis, das ist ja ein interessantes Moment, was da auftaucht. Und vielleicht eben auch damit verknüpft dann auf irgendeine Weise auch mit dieser Anforderung an permanente Selbstregulation, also sich permanent immer wieder neu zu justieren und immer wieder neu auf die Welt einzustellen, was ja das Resilienzkonzept irgendwie von uns verlangt. Also so könnte ich mir da irgendwie noch so einen Zusammenhang denken. Aber wie gesagt, das ist noch so ein bisschen unausgereift. Ich glaube nur, auf jeden Fall ist es nicht so. Und das ist das, was mich eigentlich am meisten wuschig gemacht hat, teilweise auch beim Lesen. Also dass ich immer wieder auf Texte stoße, bis hin eben zu Texten jetzt auch aus politischen Richtungen, die sich ausdrücklich irgendwie als links oder grün oder gesellschaftskritisch verstehen, die immer sozusagen suggerieren, eine Krise trägt die eigene Lösung quasi schon in sich.

Stefanie Graefe:

[1:04:00] Und wenn wir uns nur, wenn wir quasi dem Fluss folgen, dann wird sich das irgendwie alles schon fügen. Und eben, also Demokratien sind per se resilienter und umgekehrt tragen Krisen zur Stärkung von Demokratie bei. Und das halte ich, glaube ich, wirklich einfach für nicht zutreffend und für ein bisschen gefährlich auch. Also ich denke, es ist gerade umgekehrt. Also Krisen, zumal solche multiplen Krisensituationen sind eine Gefahr eben auch für demokratische Strukturen, für demokratische Legitimität. Sie treiben Polarisierungen voran. Sie legen eher autoritäre Lösungen nach. Und wenn man sich das nur vom Konzept her anguckt, was über die Ebene ist, die ich so am liebsten mag, dann ist das ja auch klar. Also bei einer Krise, wenn das Haus brennt, reißt man sich raus. Da setze ich mich nicht erst mit allen Nachbarn zusammen und starte einen demokratischen Prozess darüber, was jetzt der beste Ausweg ist und wer jetzt irgendwie das Sagen hat und wer nicht. Das macht man halt nicht, sondern man rennt raus und im Zweifel stößt man den Nachbarn noch weg mit dem Ellbogen, weil man eben Angst um sein Leben hat. Also eine Krise ist immer eine Situation.

Stefanie Graefe:

[1:04:57] In der demokratische Grundwerte und Normen tendenziell ins Hintertreffen geraten. Und das halte ich schon für ein Problem auch jetzt in den nächsten Jahren. Und wir haben ja jetzt ganz aktuell die Situation, dass jetzt zum Beispiel dieses 100 Milliarden Aufrüstungsprogramm schon spürbar jetzt auch zulasten, beispielsweise von Wissenschaftsförderung geht. Und das ist so ein kleines Beispiel jetzt dafür, dass man denkt, also im Sinne der Demokratie wäre es wichtig, eben kritische Wissenschaft zu fördern und zivilgesellschaftliche Prozesse auch der Auseinandersetzung mit der Realität. Aber unter dieser Überschrift der Krise und in der akuten Situation sind dann eben militärische Lösungen näherliegend und wichtiger. Werden anders bewertet und wird anders dafür Geld in die Hand genommen.

Kathrin Fischer:

[1:05:41] Dann hätte ich sozusagen zum Ende unseres Gesprächs bei dem Thema Demokratie noch zwei Fragen. Einmal in Ihrem Buch schreiben Sie, Resilienz als psychologisches und politisches Programm zielt, kurz gesagt, nicht auf Gleichheit, Freiheit oder Emanzipation, sondern auf die Akzeptanz des Unvermeidlichen. Darüber haben wir gerade gesprochen. Resilienz zielt somit nicht auf sozialen Fortschritt, sondern auf den Systemerhalt, genauer gesagt auf das Überleben des Systems und nicht auf seine Überwindung. Und da wäre halt die Frage, wenn wir jetzt über Krise und Gefährdung von Demokratie reden, ist Resilienz mit Kernkategorien emanzipatorischer Bewegung und Demokratie vereinbar? Das wäre die eine große Frage und die wäre dann vielleicht, was bräuchte es, um Demokratie resilient gegen die Anfeindungen oder gegen die Feinde aus ihren eigenen Reihen zu machen?

Stefanie Graefe:

[1:06:35] Ja, das sind zwei große Fragen zum Schluss. Ich habe eine schwierige Frage, ich muss mir eine mal eben aufschreiben, sonst vergesse ich das nämlich gleich wieder.

Kathrin Fischer:

[1:06:43] Ich erinnere Sie sonst dran. Also die nächste wäre ja erstmal, ist das vereinbar? Ist das vereinbar, genau.

Stefanie Graefe:

[1:06:50] Genau, und das ist eine Frage, die ich, nachdem ich das Buch geschrieben habe, ein paar Mal auch diskutiert habe, auch mit Leuten, jetzt auf Veranstaltungen, zum Beispiel mit Karl-Werner Brandt aus München, da waren wir bei uns in Jena zu Gast und gerade jetzt so aus dieser Ecke von Menschen, die sich... Sehr jetzt mit dem Thema Klimawandel und ökologische Transformation, sozial-ökologische Transformation beschäftigen, habe ich so häufiger das Argument gehört, dass man Resilienz eben auch in diesem Sinne verstehen kann und dass das nicht gut ist, das eben so grundlegend zu kritisieren, weil es ein wichtiges Konzept ist eben für so eine ökologisch-soziale und damit letztlich auch demokratische Transformation. Das meinen die auch immer, dass das demokratisch sein muss. Und der Karl-Werner Brandt, der spricht davon, dass in Zukunft Resilienzkonflikte zunehmen werden. Und also das heißt Konflikte zwischen unterschiedlichen sozialen Gruppen, aber wer weiß, vielleicht auch zwischen Staaten, zwischen Nord und Süd und so weiter, um die richtigen Resilienzstrategien und.

Stefanie Graefe:

[1:07:46] Damit letztlich um die Frage, wer eben aus welcher Krise am ungeschorensten, wenn man das überhaupt noch sagen kann, davon kommt. Und diese Idee, das mit den Resilienzkonflikten, das finde ich total super und einleuchtend auch, dass ich denen jetzt begegnen kann, indem ich selber sozusagen sage, wir müssen resilienter werden. Da bin ich eben immer noch so ein bisschen skeptisch und zwar deshalb einfach, weil ich glaube, der Begriff selber ist strukturkonservativ. Der meint eben nicht eine zivilgesellschaftlich von unten vorangetriebene demokratische Transformation, in der eben auch Systemfragen gestellt werden. Also zum Beispiel die Frage, wer profitiert eigentlich von den ökologisch katastrophalen Lebens- und Wirtschaftsweisen, wie wir sie haben, sondern Resilienz meint eben eigentlich eher die Anpassung.

Stefanie Graefe:

[1:08:31] Also im Bereich des Klimaschutzes gibt es diese plakative Gegenüberstellung von Klimaschutz und Klimaanpassung und vom Begriff her, vom Konzept her, ist Resilienz ganz eindeutig auf der Klimaanpassung. Was nicht immer falsch ist, natürlich macht das Sinn. Also ich habe jetzt zum Beispiel gelesen am Beispiel des Ahrtals, ich weiß nicht, ob Sie das auch gelesen haben, aber ich dachte, ich falle tot um, dass die Leute jetzt teilweise ihre Häuser genau an der gleichen Stelle wieder aufbauen, wo sie vorher gestanden haben. Also das ist natürlich jetzt im Sinne von Resilienz und Klimaanpassung absolut sinnfrei. Also da fragt man sich auch tatsächlich, wie kann das sein und wie kann es sein, dass es dafür Baugenehmigungen gibt? Also in so einer Hinsicht macht es natürlich Sinn, also auch jetzt über Krisenanpassungsstrategien nachzudenken, aber jetzt auf einer größeren normativen Ebene, auf einer größeren normativen Schiene, wäre ich da sehr skeptisch, weil der Begriff eben was anderes meint und weil der eine andere Geschichte hat. Und es geht eben immer um die Frage, wie kann ein System überleben unter widrigen Bedingungen? Die Bedingungen selber kann ich nicht ändern. Und die entscheidende Frage ist immer, wer definiert eigentlich, was das System ist? Diese Frage kann ich aber nicht mit dem Resilienzkonzept beantworten, weil das Konzept selber diese Frage ja aufwirft. Also da beißt sich so ein bisschen die Katze in den Schwanz meiner

Meinung nach. Und wir haben das in der Corona-Pandemie erlebt. Da kam dieser schöne Begriff der Systemrelevanz, der könnte auch so direkt aus dem Universum der Resilienz stammen. Und dann ist das aber eben was sehr Unterschiedliches, ob ich jetzt halt sage, das Gesundheitssystem ist systemrelevant.

Stefanie Graefe:

[1:09:49] Und muss geschützt und gestärkt werden. Das würde ich zum Beispiel finden. Das wäre in der Tat ein Begriff von Resilienz, den ich sinnvoll finde. Wir stellen dann aber fest, am Gesundheitssystem hat sich jetzt eigentlich nicht groß was geändert. Also die Pflege ist nach wie vor abgewertet und befindet sich in einem katastrophalen Zustand und teilweise eben die Gesundheitsversorgung auch. Aber auf der anderen Seite wurde Lufthansa gerettet mit Milliarden Steuergeldern. Also da scheint die Entscheidung darüber, welches System jetzt relevant ist, doch eindeutig gewesen zu sein. Beides könnte man mit dem Konzept der Resilienz rechtfertigen. Das heißt, es nützt mir eigentlich nichts. Also ich kann zwar Resilienz rufen, aber ich muss dann eben trotzdem erklären, was ich damit meine. Und wenn ich dann sage, ich finde jetzt die Pflege und die Gesundheitsversorgung wichtiger, dann brauche ich andere Begründungen dafür. Also ich brauche zumindest ergänzende Begründungen dafür. Nämlich sowas wie zum Beispiel, dass die Lebensqualität der Menschen ein wichtiger Faktor ist, dass die Gleichheit und Versorgung und so weiter, dass das eben alles wichtige Qualitäten sind und nicht einzig und allein das Wirtschaftswachstum und das Überleben großer Konzerne. Das kann ich nicht alleine mit dem Resilienzkonzept, glaube ich, nur schwer begründen. Und es wäre außerdem das erste Mal in der Geschichte, dass ein Begriff, der eigentlich nicht emanzipatorisch gemeint ist und gemeint war, war er tatsächlich nicht, emanzipatorisch angeeignet wird. Wüsste ich jetzt kein anderes Beispiel, wo das gelungen ist. Also wenn es so passieren sollte, dann super, bin ich die Erste, die das toll findet.

Stefanie Graefe:

[1:11:13] Dass sozusagen das historische Gewicht oder das konzeptionelle Gewicht des Begriffs, den immer wieder in die andere Richtung ziehen wird. Das wird sehr mühsam sein, ihn so zu definieren. Aber wie gesagt, ich würde mitmachen, wenn es eine Chance auf Erfolg gibt. Aber dann muss man es eben immer sehr deutlich sagen, was man meint. Also man kann ja nicht einfach Resilienz sagen. Man muss sagen, und darunter verstehen wir genau nicht eben die Lufthansa-Rettung, sondern wir verstehen etwas anderes darunter, weil, ja, und dann kommt der entscheidende Teil und der wichtige Teil und dann ist es vielleicht auch vorne fast so ein bisschen egal, welchen Begriff man verwendet.

Kathrin Fischer:

[1:11:43] Das heißt, es müssen natürlich schon andere Vorstellungen von was ist ein gutes Leben, was ist Gerechtigkeit, was ist Fairness, wie wollen wir unser Leben als Gesellschaft organisieren, wer soll profitieren, wer nicht. All diese Dinge müssen mit und das können wir nicht einfach mit einem Resilienzkonzept. Der kann flankierend dabei sein, so habe ich Sie eher verstanden, dass es eher eine Flankierung ist. Aber um Emanzipationen oder ökologische, soziale Transformationen zu ändern, ist es kein brauchbarer Begriff.

Stefanie Graefe:

[1:12:12] Nee, genau. Und wir müssen natürlich jetzt am Beispiel des Klimas auch fragen, was ist denn eigentlich die Ursache für diese Situation? Und wer profitiert auch von dem CO₂-Ausstoß beispielsweise? Und da kann ich mich aufs Individuum konzentrieren. Das ist eine wichtige Dimension, die würde ich auch gar nicht aussparen. Das hat mit unserem individuellen Konsumverhalten zu tun. Das kann ja niemand bestreiten. Aber das alleine ist doch wahrscheinlich ein bisschen kurz gegriffen. Und das ist eben was, was jetzt unter der Überschrift Resilienz manchmal so ein bisschen aus dem Blick gerät. Also die Frage auch nicht nur der Verantwortung, sondern auch des Profits. Also wer hat eigentlich was von den Verhältnissen, so wie sie sind? Und wer hat ganz besonders viel? Also wenn ich jetzt lese, dass die Mineralölkonzerne jetzt Milliarden Gewinne einfahren aus der aktuellen Krisensituation, könnte ich sagen, die sind voll resilient, aber finde ich halt trotzdem schwierig. Nur da brauche ich sozusagen auch normativ nochmal einen anderen Stützpunkt, um zu erklären, warum ich das schwierig finde, nämlich zum Beispiel so eine Idee von sozialer Gleichheit oder Gerechtigkeit oder so. Genau. Und was braucht die Demokratie? Ja, so in dieser Richtung. Also ich würde vor allen Dingen denken, sie braucht Diskurs, wie immer, Auseinandersetzung und eben nicht zu schnell sagen, so ist es jetzt eben. Also das ist auch ein bisschen eine Gefahr, die ich jetzt sehe in der Situation und auch in der Corona-Krise, obwohl ich natürlich absolut Corona.

Stefanie Graefe:

[1:13:29] Corona haben sie ja nicht geleugnet, teilweise schon, aber Corona-Maßnahmen, Kritiker, Impfkrieg und so weiter da also weitestens von entfernt bin. Trotzdem sehe ich so ein bisschen so eine Gefahr in so eine andere Richtung, dass wir jetzt in sowas kommen zu sagen, ja, die Wissenschaft hat festgestellt und daraus leitet sich jetzt ganz eindeutig ab, was zu tun ist, was auch nicht unbedingt, also auch kein demokratischer Impuls ist. Also wir müssen reden und erklären und uns auseinandersetzen. Da führt kein Weg dran vorbei. Und dafür brauchen wir zum Beispiel, um das tun zu können und um uns mit der Komplexität der Situation jetzt eben auch auseinandersetzen zu können, brauchen wir Bildung. Das ist eben ganz wichtig. Und wir wissen jetzt aus vielen Daten, dass nicht nur die Vermögensschere und die Einkommensschere, sondern auch die Bildungsschere sehr weit wieder auseinanderklappt. Und das halte ich zum Beispiel für ein ganz grundlegendes Leben und für einen großen Fehler eben auch. Also eine Gesellschaft, die an dem Punkt stark polarisiert ist, und das ist auch das, was recht gut belegt ist, dass jetzt Menschen, die zu rechtspopulistisch bis weiter rechts noch Politikangeboten neigen, die sind ökonomisch tatsächlich gar nicht so besonders schlecht gestellt, wie oft suggeriert wird, aber es gibt tatsächlich einen Bildungsgap.

Stefanie Graefe:

[1:14:37] Und das wäre jetzt so einer der Punkte, wo ich sagen würde, wenn ich eine positive Definition von Resilienz für eine demokratische Gesellschaft hätte, wäre das ein ganz wichtiger Punkt, dass auf Bildung sehr viel Wert gelegt wird, aber natürlich auch auf andere Themen. Und die Zivilgesellschaft, was immer das ist, aber die Möglichkeit, sich politisch zu betätigen und auch gehört zu werden tatsächlich und einbezogen zu werden in Entscheidungen, dass die eben gestärkt wird und dass die Frage nach den Verantwortlichkeiten gestellt wird und nach den Profiten. Also nochmal in einer anderen Art und Weise, als wir das jetzt haben. Und jetzt unter dem Eindruck des Krieges natürlich besonders. Eben alles auch ein Stück weit verständlich jetzt auch von Politikerseite eben unter diese Maßgabe der unmittelbaren Krisenbewältigung gestellt wird.

Kathrin Fischer:

[1:15:22] Also das würde ich dann zusammenfassen, wenn ich es richtig, also um zu verstehen, ob ich es richtig verstanden habe, weniger auf Sicht fahren, auf unmittelbare Krisenbewältigung hin zu der Entwicklung einer Vorstellung, welche Gesellschaft wollen wir sein?

Stefanie Graefe:

[1:15:36] Ja, das haben wir viel schneller jetzt gesagt.

Kathrin Fischer:

[1:15:39] Und dann die Institutionen stärken, die in diese Richtung gehen. Also Bildung heißt eben Schule stärken.

Stefanie Graefe:

[1:15:45] Und eben auch dafür sorgen, dass diese Bildungsschere nicht weiter auseinander geht. Also dass wir nicht auf der einen Seite so eine Akademisierung haben und andererseits nur einen Teil der nachwachsenden Generationen, der irgendwie abgehängt wird. Aber das ist natürlich jetzt auch nur ein Punkt. Also Gesundheitsversorgung ist natürlich ein ganz wichtiger anderer Punkt und so weiter und so fort. Aber sie haben es eigentlich perfekt besser, schöner hätte ich es gar nicht sagen können. Also dieses Fahren auf Sicht, das ist eigentlich das merkwürdige Erfolgsrezept, was man sagen könnte, was in gewisser Weise auch eine Resilienzstrategie ist. Also man reagiert dann, wenn es unbedingt nötig ist und dann genau so weit, wie es nötig ist, aber man stellt eben keine Grundsatzfragen mehr.

Kathrin Fischer:

[1:16:26] Das heißt aber, die letzte Frage an Sie, das würde mich jetzt interessieren, dass glaube ich, dass das Thema Resilienz Ihnen als Soziologin, die Sie sich eben mit Arbeit, Gesundheit, Gerechtigkeitsverhältnissen, politische Soziologie sich damit auseinandersetzen, dass Ihnen das Thema Resilienz wahrscheinlich noch eine ganze Weile erhalten bleibt, als Forschungsgegenstand, oder?

Stefanie Graefe:

[1:16:47] Ja, das Komische ist auch, ich bin eigentlich sonst, ist das häufig so, dass ich, wenn ich mich intensiv mit einem Thema beschäftigt habe, dass ich das dann auch gut weglegen kann und dann gerne was Neues machen möchte. Also ich mache auch was Neues jetzt, aber ich habe immer noch Interesse daran, weil ich auch glaube, dass es sich weiterentwickelt und weil ich jetzt eben auch fasziniert bin, also in welchen Bereichen das jetzt überall aufkloppt. Und ich glaube eben wirklich, das ist wie so eine Lupe, durch die man so ein bisschen vielleicht verstehen kann, wie sich Gesellschaften vor allem in ihrem Selbstverständnis gerade verändern. Wobei ich mir schon vorstellen könnte, dass der Begriff selber dabei vielleicht nicht unbedingt halten bleibt. Solche Begriffe haben ja auch

Konjunkturen. Ich könnte mir vorstellen, dass es vielleicht im Laufe der 20er Jahre auch noch andere Konzepte gibt, die ähnlich populär sind oder ihn vielleicht sogar ablösen. Aber dass diese Grundidee, dass wir uns vor allen Dingen auf die Bewältigung von Krisen konzentrieren müssen und alle anderen Fragen entsprechend zurückstellen müssen, mit den problematischen Konsequenzen, die ich versucht habe zu skizzieren, also die, glaube ich, wird uns noch ziemlich lange begleiten. Und das finde ich nach wie vor sehr, sehr interessant und wichtig auch.

Kathrin Fischer:

[1:17:49] Ja, Stefanie Gräfe, dann freut mich das, dass wir miteinander gesprochen haben, dass wir sozusagen über Erschöpfung, Resilienz, über Arbeitsverhältnisse hin zu Demokratie und Gesellschaft irgendwie den Begriff jetzt echt zusammen auffächern konnten, der ja so eine wichtige Rolle im Moment spielt. Und ich danke Ihnen ganz herzlich, dass Sie sich die Zeit genommen haben.

Stefanie Graefe:

[1:18:07] Ja, ich bedanke mich auch. Mir hat es total Spaß gemacht. Und ja, bedanke mich für die tollen Fragen und die Gelegenheit, hier über dieses Thema zu sprechen.

Kathrin Fischer:

[1:18:14] Das war die allererste Folge des Podcasts Erschöpfung statt Gelassenheit mit der Soziologin Stefanie Gräfe. Die Infos über Sie und Ihre Bücher verlinke ich im Text dieser Folge und ich freue mich natürlich über Feedback. Die nächste Folge geht in einem Monat online. Das ist dann ein Gespräch mit Ron Pörse. Ron lebt in den USA, in San Francisco. Er ist Management-Professor und Buddhist. Und er war der Erste, der die Achtsamkeitsbewegung öffentlich und mit sehr viel Resonanz angegriffen hat. 2013 hat er die Achtsamkeitsbewegung in den USA unter dem Titel Beyond Mac Mindfulness in der Huffington Post als vollständig kommerzialisiert kritisiert. Der Artikel wurde berühmt und 2019 hat Ron seine Kritik zu einem Buch ausgearbeitet in den USA vorgelegt und das ist 2021 auf Deutsch unter dem Titel Wie Achtsamkeit die Spiritualität des Kapitalismus wurde erschienen. Das Gespräch mit Ron habe ich auch schon aufgezeichnet, wir haben auf Englisch miteinander gesprochen und so werden wir das auch senden. Ron hatte schon in seiner ersten E-Mail angedeutet, dass er sich gar nicht mehr so sehr für Achtsamkeit interessiert, war dann aber trotzdem bereit mit mir über das Thema zu sprechen. Wir haben dann aber irgendwann doch über das gesprochen, was ihn mittlerweile viel mehr bewegt und das ist ein sehr großes Problem, nämlich die Aufspaltung der Welt in Subjekte und Objekte. Darüber haben wir dann am Ende ziemlich viel gesprochen. Werdet ihr ja, wenn ihr mögt, hören ab Mitte November.

Stefanie Graefe:

[1:19:42] Das war Erschöpfung statt Gelassenheit. Warum Achtsamkeit die falsche Antwort auf so ziemlich jede Frage ist. Ein Podcast von Katrin. Karin Fischer.