

## Praxishilfen und Publikationen

### Neuerscheinungen (Frühjahr 2013)

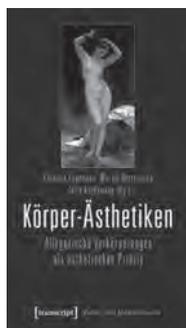
#### Zum Thema

Bücher, die sich mit der Funktion und dem Erhalt des Körpers beschäftigen, werden gerne aus dem Regal gegriffen bzw. online bestellt: Bücher zur Fitness, zur Diät und gesunder Ernährung, Yoga, erotische Romane sowieso, esoterische Literatur. In diesem Segment der Ratgeber gibt es durchaus auch kritische Bücher, wie z.B. der neue Titel **Schwer verdaulich: Wie uns die Ernährungsindustrie mästet und krank macht** vom Rinderzucht-Spezialisten Pierre Weill, das im April als Taschenbuch herausgekommen ist (12,95 Euro, Systemed, als Hardcover 2009 erschienen), dazu passt **Das Kohlenhydratkartell: Über die Diätkatastrophe, die finsternen Machenschaften der Zuckerlobby und Wege aus dem Diätendschun- gel** von Clifford Opoku-Afari (12,95 Euro, Systemed). Oder wie wäre es mit **Weizenwampe: Warum Weizen dick und krank macht** (William Davis, Goldmann). Bücher, die für diejenigen gedacht sind, die nicht nur schlank, sondern auch bewusst durchs Leben gehen wollen. Diesem Prinzip folgt auch das neue Buch **Die Vermessung der Frau: Von Botox, Hormonen und anderem Irrsinn** von Regula Stämpfli (17,99 Euro, Gütersloher Verlagshaus), das der Frage nachgeht, warum insbesondere Frauen alles für die Schönheit tun und sich freiwillig auf die »Schlachtbank der Körperindustrie« führen lassen und trotzdem nicht glücklicher werden. Sie zieht in dieser Streitschrift aktuelle Zahlen und auch Aspekte aus Kunst, Literatur und Geschichte heran, um zweifelhafte Schönheits- und Gesundheitsideale zu hinterfragen.

Auch im Bereich der Wissenschaft ist im Frühjahr einiges zum Thema erschienen. Besonders bemerkenswert ist die **Philosophie des Körpers** des Jungstars der französischen Philosophenszene Michela Marzano. Sie erklärt die wichtigsten Körpertheorien

von Platon bis Nietzsche (14,99 Euro, Diederichs). Von dem in diesem Heft öfter zitierten Philosophen Michel Foucault ist bei suhrkamp ein Band mit zwei Vorträgen erschienen: **Die Heterotopien. Der utopische Körper: Zwei Radiovorträge** (12 Euro, suhrkamp taschenbuch wissenschaft). Die Beiträge wurden 1966 in der Sendung »Culture française« ausgestrahlt. Genau zum Thema passt das Buch, das soeben von den Erziehungswissenschaftler/-innen Christiane Thompson, Ralf Mayer (Halle-Wittenberg) und Michael Wimmer (Hamburg) herausgegeben wurde: **Inszenierung und Optimierung des Selbst: Zur Analyse gegenwärtiger Selbsttechnologien** (39,99 Euro, Springer VS). Thema des Buches sind die kulturelle Formen und Praxen der Inszenierung und Optimierung des Selbst. »Wie ist diese Ambivalenz von Selbstschöpfung und Selbstdisziplinierung in der Arbeit am Selbst zu deuten? Wie ist dies auf gegenwärtige (pädagogische) Praxen und Verfahren der Inszenierung und Optimierung des Selbst zu beziehen? Und: Wo verlaufen die Grenzen des Selbst?« sind die Fragen, die der Band zu beantworten versucht.

Die Schönheit des Körpers ist ein immer wieder aufgegriffener Topos von Kunst und Kultur. **Körper-Ästhetiken: Allegorische Verkörperungen als ästhetisches Prinzip** heißt das von Cornelia Logemann, Miriam Oesterreich und Julia Rüthemann herausgegebene neue Buch, das zum Ziel hat, den Zusammenhang von Ästhetik und Geschlecht vom Mittelalter bis zur Gegenwart und die Wechselwirkungen des allegorischen und natürlichen Körpers zu untersuchen (32,80 Euro, Transcript). Dass nackte Männer am Strand um die Jahrhundertwende noch als Skandal



bewertet wurden, hat Edvard Munch erfahren müssen. Das Buch **Badende Männer: Der nackte männliche Körper in der skandinavischen Malerei und Fotografie des frühen 20. Jahrhunderts** stellt mit Edvard Munch, Eugène Jansson, J.A.G. Acke und J.F. Willumsen vier skandinavische Künstler vor, die um 1910 das Baden, ihren eigenen nackten Körper und den männlichen Akt entdeckten. Die Reaktionen des Publikums reichten von Zensur bis zur Feier einer als spezifisch nordisch aufgefassten Natürlichkeit. Die Autorin Lill-Ann Körber ist eine junge Wissenschaftlerin (Skandinavistik/Kunstgeschichte) der Humboldt-Universität und schon mit zahlreichen Preisen geehrt worden (34,80 Euro, Transcript). Das jetzt erschienene Buch beruht auf ihrer Dissertation.

#### Fachliteratur

Im Bereich der Erwachsenenbildung ist in diesem Frühjahr vor allem die Überarbeitung des DIE-Buches »Kompetenz für Kursleitende« von Ekkehard Nuissl und Horst Siebert erwähnenswert, allerdings umbenannt in **Lehren an der VHS** (19,90 Euro, W. Bertelsmann) – was gleich die Frage aufwirft, ob es außerhalb der VHS keine Erwachsenenbildung gibt. Von Rolf Arnold sind soeben zwei Bände erschienen: **Die transformierende Kraft des begleiteten Selbstlernens** (19,80 Euro, Schneider) und **Leitfaden zur Gestaltung interaktiver Lernangebote in der Altenbildung: Erfahrungen und Best Practices aus dem Projekt »Lernend Altern«** (zus. mit Frank Bomarius, 19,80 Euro, Schneider). Um **Neue Vermessungen. Katholische Erwachsenenbildung heute im Spannungsfeld von Kirche und Gesellschaft** geht es in einem neuen von Horst Ziegler und Ralph Bergold herausgegebenen Band. Viele, die Rang und Namen in der Szene katholischer Erwachsenenbildung haben, kommen in dem Buch zu Wort. In der nächsten Ausgabe unserer Zeitschrift wird eine ausführliche Rezension erscheinen (19,90 Euro, Krüger Druck + Verlag).

Michael Sommer

## INTERNETRECHERCHE

### Immer schön schön sein!

Raten Sie einmal, worum es bei dieser Beschreibung geht: »Eine Sonde wird mittels verschiedener Kältemittel – beispielsweise flüssiger Stickstoff – auf eine Temperatur von bis zu –196 Grad Celsius gebracht. Durch eine entsprechend lange Behandlungszeit wird eine Erfrierung zweiten Grades erzeugt, bei der es zur Bildung von Eiskristallen kommt. Entscheidend ist, dass man die gewünschte pathologische Kältereaktion an den betroffenen Hautstellen erzielt.« Das »Kryo-peeling« ist eine von acht Methoden, die das Portal [www.schoenheitstipps.com](http://www.schoenheitstipps.com) vorschlägt, um hässliche Altersflecken auf der Haut zu bekämpfen. Hinter der werbefreien Homepage steckt übrigens Berufs-Blondine Natalie Langer (»Big Brother«, »Dirndlkalender 2012« und Ähnliches), die ausgiebig eigene Promi-Tipps verrät und so wahrscheinlich auf sich aufmerksam machen will. Immerhin listet Google die Seite bei der Suchanfrage »Schönheitstipps« ganz oben. Im Impressum steht übrigens kein Name, sondern nur eine Agentur, hinter der sich aber die gebürtige Oberlausitzerin verbirgt.

### frauenschoenheit.de

Um Schönheit kümmern sich traditionell vor allem Frauen- (und Männer-) Magazine, die das Internet selbstverständlich auch mit ihrem Content bevölkern: [gofeminin.de](http://gofeminin.de), [brigitte.de](http://brigitte.de), [www.ihr-wellness-magazin.de](http://www.ihr-wellness-magazin.de), [gala.de](http://gala.de), [maedchen.de](http://maedchen.de) usw. Während diese Seiten durchaus seriös sind, tummeln sich auf diesem Sektor auch unzählige zwielflichtige Angebote, die es meist darauf abgesehen haben, per gut klingender Adresse viele Besucherzahlen anzulocken und so mit eingebauter Werbung Geld zu verdienen. Ganz dreist ist z.B. [www.frauenschoenheit.com](http://www.frauenschoenheit.com) mit automatisch übersetzten Inhalten und ohne jedes Impressum. Klostprobe: »Wenn Sie Ihren Tag be-

ginnen, müssen zu reinigen und tun es immer so sanft. Sie werden sofort das Gefühl wacher dem Moment, Wasser Ihre Haut berührt, und Sie gelten Ihrer Reinigungsmittel.« Hinter manchen Fallen stecken auch Online-Agenturen, die mit Internetadressen handeln, wie z.B. [hausfrauentipps.de](http://hausfrauentipps.de) mit 266 Schönheitsideen.

### Sagenhafte 91 Kilo

Ein breites Feld der Selbstoptimierung ist der Körperumfang. Ähnlich wie beim Zeitschriftenmarkt ist das Internet nur so gepflastert mit Abnehm-tips und -stories. Tanja, die unglaubliche 65 Pfund verloren hat, Petra hat 12 Kilo geschafft, »jennjenn« sagenhafte 91 Kilo und so weiter. Abnehm-Geschichten sind ein häufiges Sujet für Blogs, geschrieben hauptsächlich von Frauen, die unbedingt ihr Glück mit der Welt teilen wollen (z.B. [hintermir.blogspot.com](http://hintermir.blogspot.com), [pfundiges.blogspot.de](http://pfundiges.blogspot.de), [www.gesund-abnehmen-blog.de](http://www.gesund-abnehmen-blog.de)). Durch die Veröffentlichung soll wohl die Selbstdisziplin erhöht und Anerkennung durch die Kommentare gesucht werden. Der Blog [schweinehundkiller.de](http://schweinehundkiller.de) listet übrigens 77 solcher Abnehblogs auf. Puja, 20 Kilo weniger: »herzlich willkommen in meinem ganz eigenen plätzchen im netz! ich bin eine von den guten (selbständig im sozialen bereich) und möchte durch gesunde vollwertige ernährung und regelmäßige bewegung schlanker und fitter werden.« ([furchtloserbach.wordpress.com](http://furchtloserbach.wordpress.com)).

Während Dünnssein mehr zu den Basics der Optimierungsbemühungen zählt,

sind Tattoos eher was für Spezialisten/-innen, Die Körperbilder haben in den letzten Jahren einen großen Popularitätsschub erfahren und sich aus der Rockerszene heraus seuchenhaft als Mode für alle entwickelt. Rund 25 Prozent aller jungen Leute zwischen 25 und 34 Jahren sollen tätowiert sein. Auf der Seite [www.hagalil.com](http://www.hagalil.com), die Seite zum jüdischen Leben, legt ein Rabbi dar, dass im Judentum Tätowierungen nach der Tora verboten sind. »Es heißt nämlich ›und eingätzte Schrift sollt ihr an euch nicht machen‹ (3. Moses 19, 28).« Daher sei das Tätowieren eine Sünde. Die Tora betone an mehreren Stellen die Wichtigkeit des gesunden Körpers. Jede Art von Beschädigung des eigenen Leibes ist strikt verboten.

Was würde dann der Rabbi zu Piercings sagen? Bei [www.piercing-bewertung.de](http://www.piercing-bewertung.de) kann jeder ein Foto von eigenen Piercings hochladen und bewerten lassen. Sieger ist übrigens ein Bild, das »erst ab 18 Jahren eingestuft« und nur für registrierte Nutzer zu sehen ist. Unter den ersten zehn meistkommentierten Piercings finden sich übrigens nur zwei jugendfreie. Trotzdem verkneife ich mir die Registrierung, um in die tieferen Regionen dieser Seite einzutauchen.

Was nun wird im Internet als »schön« bewertet? Ergebnis: Wer bei der Bildersuche unter google den Begriff »Schönheit« eingibt, findet die Wahrheit: nur schöne Frauen. Einziger Mann unten den ersten hundert: ein Wissenschaftler, der über die Schönheit der Quantenphysik schreibt.

Michael Sommer



»Schönheit« im Internet

## Literatur zum Thema

### KÖRPERSOZIOLOGIE



Robert Gugutzer/Moritz Böttcher (Hg.)  
**Körper, Sport und Religion. Zur Soziologie religiöser Verkörperungen**  
 Wiesbaden (Springer VS Verlag) 2012,  
 367 S., 39,95 Euro

Gugutzer, Robert  
**Verkörperungen des Sozialen. Neophänomenologische Grundlagen**

#### und soziologische Analysen

Bielefeld (transcript Verlag) 2012, 252 S., 28,80 Euro

Ein Gewinn des Sammelbandes »Körper, Sport und Religion« liegt zunächst einmal in der Irritation. Verschränkt er doch Disziplinen und Perspektiven, die gewöhnlich nicht zusammenkommen, auch nicht zusammengedacht werden. Wovor »gestandene Religionskenner« evtl. ihren systematisch verstellten Blick abwenden mögen: Hier schreiben an religiösen Fragestellungen und Entwicklungen interessierte Sozialwissenschaftler erfrischend unkonventionell und grenzüberschreitend über ihre Zugänge, ihre theoretischen Konzeptionen, ihre Fragestellungen, Begriffe und Methoden zum Feld des Religiösen – in der Schnittmenge von Körper, Sport und Religion. Das ist manchmal ungewohnt verstörend, aber äußerst gewinnbringend für neue Sichtweisen und interdisziplinäre Dialoge!

Deutlich werden jedenfalls vielfache Entgrenzungen zwischen Religion(en), Sport und Körperpraktiken. Säkularisierte religiöse Bedürfnisse fließen in neue körperbezogene Konzepte und Praktiken von Selbstbildung, Ästhetik und Sport ein. Leiblichkeit erfährt im Trend- und Extremsport eine religiöse Aufladung; im Sport lassen sich Erfahrungen von Selbsttranszendenz und quasireligiöser Vergemeinschaftung dechiffrieren. Die Beiträge des Sammelbandes begeben sich dabei auf eine vielfältige Spurensuche: Ekstase, Selbstzucht, Transzendenzerfahrung in Fußballstadien und beim Tango; Heilssuche und religiöse Körperpädagogiken in Christentum und Islam; Stadien und Fitnessstudios als sakrale Orte des Körperkultes; Trauer und Abschiedsrituale; Pilgern, Le Parkour und »Runengymnastik«; Olympiade und Stadionkirchen; Bourdieu, Foucault und Heidegger; Hirntod, kollektive Emotionen, Wellnesskulte und Esoterik ... Der Sammelband präsentiert ein weites Spektrum offener Fragen, vielfältiger Denkmuster und Theorieansätze – eher ein Potpourri als ein systematischer Überblick. Das ist gut so! Denn das Gemeinsame ist ein »nachkonstruktivistischer Bodyturn« der Soziologie. Und das lohnt die Lektüre allemal.

Zum weiteren systematischen Verständnis dieses Bodyturns empfehle ich als Grundlagenwerk Robert Gugutzers Monografie »Verkörperungen des Sozialen«. Zwischen den allzu einfachen Extremen eines Konstruktivismus, dem alles Soziale

zum prinzipiell neu beschreibbaren »Text« gerät, und eines Biologismus, der störungsfrei alles Verhalten an der evolutionären Matrix ausrichtet, findet Robert Gugutzer eine Mitte ausgehend von neophänomenologischer Leibphilosophie (Herrmann Schmitz). Das Bourdieu'sche Konzept des Habitus wird anschlussfähig an die differenzierte Phänomenologie leibbezogenen Spürens und leiblicher Erfahrungen. Gugutzer sieht sich theoriegeschichtlich in der Tradition einer »katholischen Konstruktion« des Leibes (S. 28). »Leiblich-affektives Betroffensein« wird Angelpunkt einer körperorientierten, leibbasierten Soziologie; der passiv erfahrene, eigensinnige Leib, der sich der bewussten Kontrolle entzieht, wird analytisch zum Subjekt und gewinnt Handlungsrelevanz.

Das ist auch pädagogisch hochbedeutsam: Veränderungen, sozialer Wandel, die Transformation gesellschaftlicher Ordnung beginnen in einem körperlichen Unwohlsein, das sich als innerer Widerstand, als »spürbares Betroffensein von sozialen Missständen, Ungerechtigkeiten, Benachteiligungen, Unsicherheiten und Ähnlichem« (S. 57) äußert. Praktische ästhetische Bildung wird Selbstbildung, sie vollzieht sich »im Medium sinnlich basierter, körperlich ausgeführter und reflexiv verarbeiteter Praktiken« (S. 144). Dies hat pädagogische Relevanz, wenn es um »gestimmte Räume« und atmosphärisches Verstehen, um Leibgedächtnis, spürbare Gewissheiten und eigensinniges Handeln geht. An den Beispielen Tango, der Trendsportart Le Parkour, an Essstörungen und praktiziertem religiösem Ordensleben sowie in Filmanalysen vermag Gugutzer exemplarisch zu zeigen, welches Erkenntnispotential eine solche Soziologie gesellschaftlicher Verkörperungen liefern kann. Dies ist (noch) kein Mainstream, aber lohnend und im Ergebnis vielleicht »spürbar gewiss«.

Hans Prömpfer

### GESUNDHEITSBILDUNG



Sylvana Dietel

**Gefühles Wissen als emotional-körperbezogene Ressource. Eine qualitative Wirkungsanalyse in der Gesundheitsbildung**

Wiesbaden (VS Verlag für Sozialwissenschaften/Springer Fachmedien) 2012,  
 397 S., 39,95 Euro

Der Ausgangspunkt der knapp 400-seitigen Arbeit (als Dissertation im Fach Erziehungswissenschaft von der Philosophischen Fakultät der Humboldt-Universität zu Berlin angenommen) ist die Feststellung, dass heute ein »stabiler Emotionshaushalt« und emotionale Sprachfähigkeit von besonderer Bedeutung angesichts gesellschaftlicher und arbeitsstruktureller Veränderungen mit ihren Folgen für Beruf und Lebensführung seien. Es gelte, »gesund, entwicklungs- und entscheidungsfähig« zu bleiben (S. 15). Welchen Beitrag kann hier, so fragt Dietel, Erwachsenenbildung leisten: Wie können emotionales Lernen in der Erwachsenenbildung und die Entwicklung

einer emotionalen Reflexionskompetenz unterstützt werden? Diese wichtige Frage sucht Dietel durch die Untersuchung von Angeboten der »emotional-körperbezogenen Gesundheitsbildung« zu beantworten, in deren Zentrum Emotionen, Körper, Erfahrung und Ausdruck stehen (keine Entspannungskurse). Dietel will die emotionalen Wirkungen der Teilnahme an Veranstaltungen untersuchen und die Auswirkungen auf Gesundheit klären. In der Gesundheitsbildung müssten jetzt »Selbstbildungs- und Entwicklungsprozesse mit Mehrwert – Lebensbejahung, Lebendigkeit, Genuss, Weltzugewandtheit, Glück und Zufriedenheit sind hier die Stichworte – in den Blick kommen« (S. 19). Ihre Untersuchung zielt darauf, wie »Emotionen zum emotional-körperlich-kognitiven Lerninhalt« werden und »zum Aufbau emotionaler Ressourcen« wie zum »Erwerb von ›gefühltem Wissen‹« (S. 145) führen können.

In sechs Kapiteln werden diese Stränge verfolgt: In Kapitel 1 werden der Bereich der Gesundheitsbildung sowie deren Bild in der Erwachsenenbildung verhandelt. Diese 100 Seiten klären den Gegenstand, die Entwicklung von Gesundheitsbildung und ihre »Verwobenheit« mit gesellschaftlichen Fragen, skizzieren Angebote und Orte, beschreiben die Expansion dieses Programmbereichs in den Weiterbildungseinrichtungen (bes. den Volkshochschulen). Diese Nachfrageentwicklung finde, das merkt die Autorin kritisch an, in der wissenschaftlichen Beschäftigung mit diesem Bereich keine Entsprechung (S. 69). Abschließend werden die Teilnahmebedürfnisse, Gesundheitsverständnisse, die Bezüge zwischen kultureller Bildung und Gesundheitsbildung sowie die verschiedenen Konzepte gesundheitsbezogenen Lernens vorgestellt. Hier sind die relevanten empirischen Daten und die thematisch einschlägige Literatur umfassend aufgearbeitet.

Kapitel 2 stellt die »disziplinorientierten Bezüge zur Kategorie Gender« her und behandelt die Themen Gender und Gesundheit sowie Gender und Emotionen. Das dritte Kapitel entfaltet die seit den 1990er Jahren durch Emotions- und neurobiologische Forschungen nachgewiesene zentrale Bedeutung von Emotionen für Bildungsprozesse.

Ihre Arbeit versteht sie als Beitrag zur Neukonzeption der Gesundheitsbildung: Auf der Basis wirkungsbezogener Selbstbeschreibungen gehe es darum, ein Konzept für »gefühltes Wissen« (S. 187/188) im Sinne eines freien, kreativen, körperbezogenen Emotionsreflexions- und Ausdruckslernen in der Gesundheitsbildung zu erarbeiten.

Den Kern ihrer Forschungsarbeit stellt die Untersuchung von zwei Angeboten und deren Wirkungen auf die Teilnehmenden (Biodanza/Mimedance) mit dem Untersuchungsinstrumentarium der qualitativen Sozialforschung dar. Sie folgt einem abduktiven Ansatz, der Theorie in Auseinandersetzung mit den Daten entwickelt. Auszüge aus den Interviews und Diskussionen werden themenbezogen in Kapitel 5 präsentiert, wodurch der/die Leser/-in einen fundierten Einblick in die Schwierigkeiten der Sprachfindung bei der Verbalisierung von Emotionen erhält. Die biografischen Einzelfallanalysen zeigen typische Wirkungsverläufe körper- und emotionsbasierter Bildungsprozesse im Lebens(ver)lauf. Hier ist eine Fülle von so bislang nicht verfügbarem Material bereitgestellt, was über

den Einblick in die Forschungswerkstatt auch für Praktiker/-innen der Gesundheitsbildung interessant und spannend zu lesen ist.

Im letzten (sechsten) Kapitel werden die Ergebnisse gebündelt. Dietel hebt überzeugend die Bedeutsamkeit »gefühlten Wissens« für Beschäftigungsfähigkeit, Sozialität, Offenheit und Aktivität hervor und beschreibt den Ertrag »nach innen«, der in der »Entstehung« eines »stabilisierenden, reflektierenden, entscheidungsbezogenen, kreativitätsfördernden, ressourcenerkennenden Selbst« (S. 348) liege. Sie verdeutlicht verschiedene konkrete Verwendungszusammenhänge ihrer Arbeit: Einmal könnten »Wirkbewusstsein durch Diskursivität« und (Selbst-)Aufklärungsprozesse methodisch in Gang gesetzt werden (S. 352 f.): So etwas wie die Gruppendiskussionen im Forschungsprojekt könnte ähnlich auch am Ende eines Kurssemesters stattfinden. Weiter präsentiert Dietel ein didaktisches Seminarkonzept zur Gesundheitsbildung mit vier Modulen »Gefühltes Wissen als emotionale Ressource«, das so unmittelbar umgesetzt werden kann. Und schließlich entfaltet die Autorin die Bedeutung dieses Ansatzes für Employability. Dietels Buch ist ein wertvoller Beitrag zur Gesundheitsbildung, einem zunehmend wichtigen Arbeitsfeld der Erwachsenen- und Weiterbildung mit hohem Informationsgehalt und Anregungspotenzial für die Praxis.

Petra Herre

## KÖRPEROPTIMIERUNG



Anna Sieben, Katja Sabisch-Fechtelpeter, Jürgen Straub (Hg.)

**Menschen machen. Die hellen und die dunklen Seiten humanwissenschaftlicher Optimierungsprogramme**

Bielefeld (transcript) 2012, 498 S., 36,80 Euro

Der von Anna Sieben, Katja Sabisch-Fechtelpeter und Jürgen Straub herausgegebene Sammelband trägt den richtungweisenden Untertitel »Die hellen und die dunklen Seiten humanwissenschaftlicher Optimierungsprogramme«. Hier wird deutlich, dass es um ein kritisches Aufspüren und Nachdenken jener Mechanismen und Praktiken geht, welche den Menschen optimieren (vgl. S. 15 f.) (oder es ihn wenigstens glaubend machen). Die Relevanz der kritischen Sicht ist im Buch deutlich spürbar, denn: »Die zwielfichtige Chance, Menschen mehr und mehr fabrizieren zu können und dadurch die bislang unüberwindbare Grenze des Denk- und Machbaren zu verschieben, wird uns noch länger beschäftigen.« (S. 20)

Nach einem Vorwort und einem einleitenden Beitrag der Herausgeber/-innen wird sich in einem ersten thematischen Block der biopolitischen Manipulation und Politisierung des Körpers zugewandt: Anhand dessen wird die Spannweite der Normierungs- und Optimierungsprogramme deutlich. Sie reichen von Nora Rucks Beitrag zu Schönheit und Schönheitschirurgie über Jürgen Staubs kritische Bestandsaufnahme zu einer

optimierenden Eugenik bis zu Katja Sabisch-Fechtelpeters Analyse der biopopulären und öffentlichen Debatten um sogenannte »Impfungen« gegen Krebs.

Der zweite thematische Block beschäftigt sich mit psychologischen und religiösen Verbesserungsprogrammen der Seele. Jan Elbersfeld widmet sich in seinem Beitrag »Heilung der Psyche, Optimierung des Selbst« zunächst der historischen Entwicklung der Programme zur Optimierung des Selbst, insbesondere im Feld der Familientherapie, und endet mit der Betrachtung von Coaching und Beratung als modernen Strategien der Selbstregulierung. Einen ungewöhnlichen und provokanten Blick wirft Gala Rebane auf das Thema Anorexie, indem sie die Frage formuliert, inwieweit es sich dabei um eine psychische Störung oder um eine Selbstoptimierung handelt. Das Interessante an dem Beitrag ist das Spiel zwischen Innen- und Außenwahrnehmung u.a. von Kontrolle, Freiheit und Zwang, welches auch für andere Themen wie Bildung oder Coaching fruchtbar sein könnte. Anna Sieben öffnet den Blick dann wieder und vergleicht anhand von ausgewählten Aspekten grundlegend den psychologischen Optimierungsdiskurs des Behaviorismus mit dem der humanistischen Psychologie. Roland Kipke stellt in seinem Beitrag die menschliche Selbstformung im Schaffen der technischen Optimierungsstrategien in den Mittelpunkt. Dabei prüft er grundlegend und kritisch theoretisch angenommene Vorstellungen etwa zu Macht, Selbst, Selbstsorge, Person oder Autonomie und beabsichtigt, durch drei herausgearbeitete Zugänge (Dementieren, Kritisieren und Ignorieren) zu zeigen, dass auch ihnen wiederum eine Selbstformung innewohnt. Roland Reichenbach stellt in seinen Überlegungen das dilettantische Subjekt als Fluchtpunkt aus Kompetenz- und Optimierungsprogrammen heraus. Diese Denkfigur bietet die Möglichkeit, sich zu versuchen. Abschließend fragt Maik Arnold nach Strategien der religiösen Optimierung und Normierung. Neben dem Glauben an den »besseren Menschen« nimmt er dabei christliche Menschen- und Weltbilder sowie die »anthropologische Relevanz eines auf die Optimierung zielenden Handelns« (S. 343) in den Blick.

Im dritten Abschnitt zu »Verdateten Normalisierungen und Optimierungen« widmet sich zunächst Jürgen Link unter Einbezug soziologischer und politischer Beispiele dem gesellschaftlichen Rahmen der Optimierungsstrategien des Menschen. Stefan Rieger beschreibt anschließend den Parallelismus der Optimierung mit seinen Implikationen für Denken und Handeln des Menschen.

Einen anderen Zugang wählt der vierte Abschnitt. Hier geht es um literarische Entwürfe und Praktiken des besseren Menschen. Marie Guthmüller diskutiert zunächst Psychopharmaka und autobiographische Literatur in den USA und Frankreich, danach untersucht Ralph Köhnen die Selbstpoetik des guten Lebens in der frühen Neuzeit und schließlich analysieren Agnieszka Komorowska und Jörn Steigerwald die anthropologischen Muster bei Michel Houellebecq.

Ein zusammenfassender Beitrag von Jürgen Staub (Nachwort) zu Optimierungstypen schließt den sehr umfassenden und facettenreichen Sammelband. Die Autor/-innen werfen kritische Perspektiven auf die in Bildung, Gesellschaft, Medizin/

Psychologie und Literatur vorherrschenden Programmatiken der Optimierung des Selbst. Das Buch ist eine ungewöhnliche Zusammenstellung von Perspektiven, welche zugleich gerade den Charme der Lektüre ausmacht. Sie zeigt neue Denkwege auf, die in Zeiten eines permanent vorgetragenen Optimierungs- und Steigerungsethos eine Wohltat für Körper und Seele sind.

*Sebastian Lerch*