

Zählen, messen, kontrollieren. Über eine ambivalente Technik der (Post)Moderne oder: wie aus persönlichem Geltungsdrang ein gesellschaftliches Problem werden kann

Nils Zurawski, Akademie der Polizei Hamburg/Universität Hamburg

Summary. Being better, improving, perfecting oneself – an urge that is stimulated, controlled and satisfied not least by digital technologies such as fitness wristbands. With the quantification of the tangible world as well as the social life, we have to ask for the moral basis of the relevant measurements and what a sociology of a better self may look like. Which meaning is ascribed to metric indicators in relation to power and domination in a (post)modern world? A theoretical and empirical perspective.

Keywords. Self-optimization, quantified-self, measuring, distinction, societal self-awareness, subjectivity, indicators, doping

Zusammenfassung. Besser sein, besser werden, sich perfektionieren – ein Drang, der nicht zuletzt mithilfe digitaler Technologien wie Fitnessarmbändern angeregt, überprüft und befriedigt werden soll. Mit der Quantifizierung der erfahrbaren Welt und des sozialen Lebens muss die Frage gestellt werden, welche moralischen Grundlagen die entsprechenden Maßeinheiten haben und was eine Soziologie vom besseren Selbst ausmacht. Welche Bedeutung haben metrische Indikatoren für Macht- und Herrschaft in einer (post)modernen Welt? Eine theoretisch-empirische Betrachtung.

Schlüsselwörter. Selbstoptimierung, „Quantified-Self“, Messen, Distinktion, Selbsterkenntnis der Gesellschaft, Subjektivierung, Indikatoren, Doping

1. Einleitung

Sind Zählen und Messen ein Problem, wie es der Titel des Aufsatzes suggerieren möchte? Handelt es sich nicht, so der berechtigte Einwand, um Kulturtechniken, die wichtig, für ein Leben im 21. Jahrhundert gar zentral

sind, menschliche Konstanten, ohne die individuelle als auch soziale Sinn-erzeugung gar nicht denkbar wären? Ja, das ist wohl so. Und dennoch lohnt sich ein Blick darauf, gerade auf die Selbstverständlichkeit mit der wir gegenwärtig (seit etwa 250) Jahren, die Dinge zählen, sie messen und gesellschaftliche Kontrolle und Herrschaft auch damit vor allem bürokratisch operationalisieren. Um zu zeigen, welche Rolle das Zählen und Messen insbesondere für eine wie auch immer verstandene Verbesserung des Selbst tatsächlich hat, möchte ich mit einer Anekdote starten, die zeigt, wie selbstverständlich dieses in Alltagserzählungen zum Vorschein kommt.

In dieser Anekdote, kolportiert von einer Freundin, die in einem größeren Unternehmen arbeitet, geht es um acht Teilnehmer:innen eines Führungskräfteseminars. Diese wurden, nicht unüblich in solchen Seminarkontexten, nach ihren Stärken und Schwächen gefragt. Sechs von ihnen antworteten auf die Frage nach ihrer persönlichen Schwäche: Perfektionismus. Was hier sicherlich auch zu einem großen Teil blanke Koketterie ist sowie eine als wünschenswert angenommene Antwort in einem Führungskontext unter Kolleg:innen, verweist gleichzeitig aber auf einen sozialen Diskurs der Gegenwart, nämlich den der Selbstoptimierung, einem „zentralen Topos“ der Gegenwart (vgl. Röcke 2021: 216).

Dieses Phänomen hat nicht zuletzt mit dem Aufschwung digitaler Technologien und Medien über die „Quantified-Self“-Bewegung auch den Mainstream jenseits von Foucault erreicht und ist Teil aktueller Gegenwartsdiagnosen und weitergehender sozialer Theorien, die nicht nur auf eine (durchaus hohe) Verbreitung von modischen Fitnessbändern zurückzuführen sind. Insbesondere durch eine massenhafte Verbreitung von Smartphones und entsprechenden digitalen Angeboten, Leistungen zu protokollieren, Körperdaten zu messen und darauf beruhende Erkenntnisse zu teilen, die dann wiederum zu einem Teil sozialer Interaktionen und Subjektivierungsprozessen werden, ist Selbstoptimierung ein Thema. Und es sind durchaus unterschiedliche Dimensionen, die in der Untersuchung und Debatte eine Rolle spielen können – von der Verbesserung eigener Leistungen in Schule, in Onlinespielen oder beim Sport bis hin zu Gewichtskontrollen oder sozial erwünschten und erwarteten Verhaltensweisen, die man zur „öffentlichen“ Vorführung hin optimieren muss und will.

Dabei ist die Selbstoptimierung nicht allein auf eine Nutzung solcher Technologien zu reduzieren, sondern umfasst Gesellschaft und soziale Phänomene in zentral prägender Weise. Obschon das „Selbst“ so prominent in dem Begriff vorkommt, muss Selbstoptimierung als soziale Praxis begriffen werden, die über den Aspekt eines individuellen Trainings, wie es beispielsweise aus dem Sport seit langem bekannt und dort gebräuchlich ist, weit hinaus geht. Diese soziale Praxis geht auch über ein Streben nach Perfektion hinaus, auch wenn diese ein wichtiger Teil davon ist – „perfekt sein“ wird hier zu einem Imperativ. Jenseits der theoretischen Einbettungen des Begriffes und seiner historischen Herleitung, erscheint es mir wichtig und für eine Diskussion des Begriffes und seiner sozialen Bedeutung zentral, darauf zu schauen, wie und woran beispielsweise diese hier ange-

sprochene Perfektion zu messen ist. Welche Vergleichsmöglichkeiten bieten sich, woran erkenne ich Perfektion oder das Optimum, und wie sind solche Referenzen in gesamtgesellschaftliche Prozesse und Entwicklungen eingebettet? Um zu verstehen, warum Selbstoptimierung nicht einfach nur eine übersteigerte Version von Perfektionsdrang ist, die als Neurose bei Individuen vorkommt, sondern warum es sich dabei um eine konsequente Entwicklung handelt, die nicht zufällig mit der ubiquitären digitalen Durchdringung der Lebenswelten einhergeht, möchte ich einen (nicht nur historischen) Blick auf verschiedene Praktiken des Zählens und Messens werfen. Diese sind in besonderer Form konstitutiv für eine Moderne und als Technik aus unseren Lebenswelten nicht mehr wegzudenken. Letztlich sind damit auch Praktiken der Kontrolle und Überwachung verbunden, denn auch Selbstoptimierung ist ein ganz selbstverständlicher Teil einer Kultur der Überwachung, die als Konsumpraxis Teil von Gewohnheiten und Lebenswelten geworden ist (vgl. Zurawski 2021).

An diese einleitenden Worte anschließend, soll, über eine Einordnung des Begriffes der „Selbstoptimierung“ und die Bedeutung von Zählen und Messen in der Moderne, an einem Beispiel gezeigt werden, wie sich gleichzeitig Widersprüche und Komplizenschaft in dem Drang nach individueller Verbesserung und kollektiver Kontrolle, Überwachung und Beeinflussung aufzeigen lassen. Zählen und Messen ist sozial ebenso hilfreich und gesellschaftlich emanzipatorisch wie totalitär und destruktiv. In einem digitalen Zeitalter sind sie unentrinnbare Aspekte von Macht und Herrschaft sowie der individuellen Freiheit.

2. Die Soziologie vom besseren Selbst

Es scheint mir einigermaßen sicher zu sein davon zu sprechen, dass Foucault am Anfang einer Verwendung des soziologischen Konzeptes der Selbstoptimierung steht – auch wenn Röcke (2021: 123) zufolge Selbstoptimierung als Begriff bei ihm gar nicht vorkommt. Die von Foucault in verschiedenen Schriften ins Spiel gebrachten „Selbst-Techniken“, die „Selbstführung“ sowie eine „Regierung des Selbst“, sind in diversen Ansätzen zum Thema Selbstoptimierung die zentralen Bezugspunkte (vgl. Foucault 1986a, 1986b; siehe auch Butler 2015). In Foucaults *Überwachen und Strafen* (1994) ist eben auch eine Form von Selbstführung oder -überwachung mit dafür verantwortlich, dass der von ihm geschilderte Panoptismus als ein Machtinstrument und Teil von Machtkonstellationen erfolgreich sein kann. Es waren dann insbesondere soziologische Gegenwartsanalysen, die sich den neoliberalen Entwicklungen und Krisen zugewendet haben, über die das Konzept vermehrt in die Diskussion eingebracht wurde. Darunter waren Begriffe wie das „unternehmerische Selbst“ (vgl. unter anderem Bröckling 2002), in dem eine in der Gesellschaft generell festgestellte Ökonomisierung auch das Individuum und dessen Zurichtung als Teil einer Warenordnung und Konsumkultur thematisiert wurde.¹ Bauman hat hier mit seinem

Begriff des „Konsumismus“ in die gleiche Richtung gedacht und diese Tendenzen ähnlich beschrieben (2009: 21f.). Jüngst sind zwei Publikationen erschienen, die sehr elaborierte Einordnungen dazu vornehmen. Zum einen die erwähnte Monographie von Röcke (2021), die darin eine *Soziologie der Selbstoptimierung* (so auch der Titel) entwirft und die Leitidee der Gegenwart, so ihre Bezeichnung, historisch einordnet und für weitere Analysen theoretisch brauchbar macht. Zum anderen ist zu dem Thema ein Sammelband von King, Gerisch und Rosa (2019) erschienen, welcher im Titel auch die bereits hier benutzte Rede von der Perfektion aufnimmt: *Lost in Perfection*. In diesem Sammelband werden weitere Aspekte und Dimensionen des Themas verhandelt und somit der Horizont der Debatte entsprechend erweitert. Mit dem darin befindlichen Aufsatz „Optimierung mit Zahlen und digitalen Parametern“ (King u.a. 2019) bewegt sich die Analyse dann auch wieder auf die entsprechenden Praktiken und den hier gewählten Fokus zu.

Aber worum geht es nun im Kern bei diesen und anderen ähnlichen Beschreibungen von Selbstoptimierung? Zunächst einmal geht es darin auch immer um Gegenwartsdiagnosen der Spätmoderne oder eines Spätkapitalismus, wie vor allem Reckwitz es immer wieder betont. Dessen Begriff ist die Singularität, die im Endeffekt auch beinhaltet, dass jede/r für sich ein Ideal schaffen muss, nämlich über eine „Selbstkulturalisierung der Lebensstile“ (Reckwitz 2017: 283). Nur die Optimierung des Selbst, so kann man daraus lesen, ermöglicht die angestrebte Einzigartigkeit (Reckwitz 2017: 9), mit der man sich dann auf dem Markt einer Konsumgesellschaft anbieten kann, wie man es im Sinne Baumans formulieren könnte – wobei Konsum dabei dann alles wäre, eben auch die Warenförmigkeit des Selbst (vgl. dazu auch Zurawski 2021). Selbstoptimierung ist der Weg um einzigartig zu werden – die notwendige Strategie um in der Spätmoderne und ihrer total ökonomisierten Lebenswelt als Individuum Bedeutung zu erlangen, und letztlich am gesellschaftlichen Leben sinnvoll teilzuhaben. Diese sich bereits länger anbahnenden Entwicklungen zu dem, was mal mit Spätmoderne, Postmoderne, Spätkapitalismus, Hyperkapitalismus, Neoliberalismus und weiteren begrifflichen Variationen und Kombinationen bezeichnet wird, haben mit der Digitalisierung einen kongenialen Begleiter gefunden. Dass sich diese Kombination so entwickelt hat, war nicht zwangsläufig, ist gegenwärtig aber nicht mehr voneinander getrennt zu denken. Um in der Welt der Singularitäten seinen selbstoptimierten Wert erfolgreich zu Markte tragen zu können – und dieser Markt ist überall, zwangsläufig nicht länger nur eine Option – braucht es Maßeinheiten, Messgeräte und eine Kultur, in der das zusammenlaufen kann. Einen Vorschlag dafür, wie und warum die Digitalisierung möglicherweise vorhandene Bedürfnisse befriedigen konnte und deshalb so erfolgreich war, habe ich in *Überwachen und Konsumieren* (Zurawski 2021) detailliert ausgeführt. Für eine Selbstoptimierung ist diese Begeisterung elementar, da mit den digitalen Technologien neue und enorm starke Mechanismen zur Verfügung stehen, die nun im Zuge eines „Quantifizierungskults“ (Mau 2017: 10) wirkmächtig und sehr effizient zum Einsatz kommen können. Mau weist darauf hin, dass Quantifizierungen und quantifizierte Selbstbeschreibungen die soziale

Welt nicht kreieren, gleichwohl sie ein Modus zur Herstellung von Differenz seien, die sich dann in der Erfahrung einer Singularität widerspiegeln können. Obschon sich auch Mau mit seiner Analyse innerhalb des Rahmens und der Verhältnisse einer Spätmoderne befindet (er verweist prominent auf *Der neue Geist des Kapitalismus*, vgl. Boltanski und Chapiello 2003), richtet er seine Beobachtungen und Untersuchungen wesentlich eindringlicher auf die Zahlen, die Messverfahren, sowie auf die Zusammenhänge von Maß, Erkenntnis und sozialer Ordnung. Ein wenig überraschend finde ich seine eher wenigen Bezüge zum Phänomen der Überwachung, ist doch genau diese Verbindung mehr als prominent untersucht und theoretisch erarbeitet worden. Man schaue sich zum Beispiel einmal die englischsprachigen Veröffentlichungen im Journal *Surveillance and Society* an, die eine Schlagwortsuche nach „quantified“ im Archiv hervorbringen. Stefan Selke hat bereits 2014 in seinem Buch *Life Logging* einen ähnlichen Fokus auf die Digitalisierung und mit ihr der Zentrierung des „Ich“ in und durch die Angebote digitaler Services gelegt. Eine seiner zentralen Fragen, die auch im nächsten Kapitel eine wichtige Rolle spielen wird, war dabei: Wie viel Wissen über sich selbst benötigt der Mensch? (Selke 2014: 23).

In dieser Hinsicht kann man auch die Analyse von Mau lesen, zielt doch seine Analyse auf die Bedingungen und Konsequenzen sozialer Wertigkeiten ab, wie sie in einer Quantifizierung des Sozialen angelegt sind. Der von Duttweiler, Gugutzer, Passoth und Strübig herausgegeben Sammelband *Leben nach Zahlen* (2016) widmet sich ebenfalls dem Self-Tracking aus verschiedenen Perspektiven und mit einer Reihe sehr instruktiver Beispiele. Die Situation am pointiertesten auf den Punkt bringt allerdings Simanowski, wenn er sagt, dass die „Digitalisierung der Gesellschaft die Erweiterung des Zollstocks in das Soziale“ sei (2017: 51). Und genau dieser Zollstock und seine sozialen Einbettungen und Bedingungen bedürfen eines genaueren Blickes.

3. Zahlen, Muster und die Selbsterkenntnis der Gesellschaft

Die Menschheitsgeschichte ist neben vielen anderen auch eine Geschichte der Vermessung der Welt in all ihren Facetten (vgl. unter anderem Zurawski 2014: 177ff.; Haustein 2007). Nassehi hat diesen Gedanken in Bezug zum Digitalen noch wesentlich konkreter formuliert – und dabei auch indirekt die von Selke gestellte Frage nach der benötigten Menge an Wissen beantwortet. Die moderne Gesellschaft, so Nassehi, sei immer schon digital gewesen (2019: 11). Das irritiert beim ersten Lesen, ergibt aber Sinn, wenn man ihm folgt, dass er damit die (wissenschaftliche) Selbstbeobachtung von Gesellschaften meint, deren Anfänge in die Aufklärung gelegt werden können. Ob es dazu des Kunstgriffes und der Verwirrung mit dem Begriff „digital“ bedurft hätte, kann man diskutieren. Zentral ist aber sein Argument, dass sich alles in Daten zerlegen lässt, die dann rekombinierbar werden und so für alles Mögliche zu gebrauchen seien (Nassehi 2019: 35f.). Worum

es bei Nassehi geht, ist eine Ordnung der Welt durch Daten oder, etwas schlichter, durch die bürokratische Behandlung von Welt, ihrer Einteilung in Kategorien, die auf einem System der Kontrolle beruhen, welches wiederum die Daten braucht um zu kontrollieren, um zu arbeiten, um sinnvoll (in der ihr eigenen Logik) zu funktionieren (Nassehi 2019: 43). Die Moderne ist das Projekt der Rationalisierung der Welt – und ihrer Entzauberung, nicht zuletzt durch die Wissenschaften, wie wir sie heute kennen – mit weitreichenden Folgen für die Konstitution von Gesellschaft und ihren Entwicklungsmöglichkeiten. Für Nassehi sei die Gesellschaft dadurch auf sich „selbst aufmerksam“ geworden. Was ist passiert und was passierte seitdem – und warum ist das wichtig für eine Diskussion zur Selbstoptimierung?

Dazu noch einmal zurück zu Nassehi und seinem Argument der Digitalisierung von Gesellschaft. Dass die Gesellschaft auf sich selbst als Gesellschaft aufmerksam geworden sei, verortet Nassehi in das 18. und 19. Jahrhundert (Nassehi 2019: 45), die Zeit also kurz nach der Aufklärung, dem Aufkommen von Massenindustrien, der Bürokratisierung von Gesellschaft, dem Aufkommen von Nationalstaaten als vorherrschender Organisationsform politischer Einheiten, die sich nicht zuletzt auf das Muster ethnischer Homogenität stützen wollten und zunehmend auch taten. Das Zeitalter des Nationalismus, wie diese Epoche hinsichtlich der politischen Organisation von Gesellschaft auch genannt wird, war auch ein Zeitalter der Bürokratisierung, dem zentralen Treiber hinter den Zahlen, Statistiken und Vermessungen, die Nassehi in seiner Verwendung des Begriffes „Digitalisierung“ meint. Dass in dieser Zeit sowohl Jeremy Bentham das Panopticon erdacht hat (vgl. O'Malley 2010), sowie ein „soziologisches“ Denken Einzug in gesellschaftliche Betrachtungen hielten, sind keine Zufälle, sondern eng damit verbunden. Um solchermaßen zunehmend komplexe Gebilde zusammenzuhalten und zu regieren, brauchte man zum einen Zahlen, zum anderen aber vor allem Methoden, um Sinn aus den so erhobenen Zahlen zu ziehen. Rottenburg und Merry (2015) beschreiben das sehr detailliert in ihrer Arbeit zu Indikatoren und wie über diese aus Quantifikation Regierungs- und Herrschaftswissen wird. Dass das auch in kleinen Maßstäben relevant sein kann, zeige ich weiter unten.

Die Bewertungsmaßstäbe für die erkennbaren Muster ergaben und ergeben sich aus dem Zeitgeist heraus, eben nicht aus den Mustern selbst, wie heute gern angesichts einer vermeintlichen Objektivität von „Big Data“ und Algorithmen hoffend behauptet wird. Die Gesellschaften wurden modern und somit komplex, arbeitsteilig, wie Durkheim es gegen Ende des 19. Jahrhunderts in seinem Buch *Über die Teilung der sozialen Arbeit* (1992 [1893]) als zeitgenössische Gegenwartsdiagnose beschrieben hatte und damit die Begründung der Soziologie als Fach der Moderne und ihrer Verwerfungen vorangetrieben hat. Dabei bezog sich Durkheim (1990: 347ff.) unter anderem auf den Sozialstatistiker Adolphe Quetelet (1796–1874, siehe für weitere Informationen zu ihm Amatrudo 2010), um sein Programm, in dem er „Soziales mit Sozialem“ erklären wollte, zu begründen (vgl. Durkheim 1991). Die zur gleichen Zeit entstehende Wissenschaft der Kriminologie, die damals nicht unbedingt so hieß, sich aber bereits mit gesellschaftlichen Abwei-

chungen befasste, die eben nicht rein individuell zu erklären seien, verließ sich zunehmend auch auf Statistiken, Muster, Vermessungen und Kennzahlen, um „den Verbrecher“ trennscharf von anderen Mitgliedern der Gesellschaft zu bestimmen. Damit verbundene Namen sind vor allem Cesare Beccaria sowie Cesare Lombroso (vgl. Yar 2010; Bradley 2010; Kunz und Singelstein 2016 zur Geschichte der Kriminologie). Auch in der Medizin machten sich Forscher wie Joseph Gall im 19. Jahrhundert daran, Menschen zu vermessen – die Wissenschaft hieß Phrenologie –, um Aussagen über ihren Charakter machen zu können. Später haben das manche Anthropologen und Ethnologen übernommen und Schädelvermessungen als eine zentrale Erhebungstechnik der Völker in den von Europa kolonisierten Ländern entwickelt (vgl. auch Zurawski 2014: 163ff.). Verbunden damit ist in diesem Zusammenhang auch Appadurais Feststellung, dass „Minderheiten“ als auch Mehrheiten jedweder Form die

Produkte einer durch und durch modernen Welt der Statistiken, Volkszählungen, Bevölkerungskarten und anderer staatlicher Instrumente sind, die es im Großen und Ganzen erst seit dem 17. Jahrhundert gibt (vgl. Appadurai 2009: 56f; auch Axelsson und Sköld 2011).

Die deutschen Nationalsozialisten haben diese Ideen von Minderheiten, Mehrheiten und ihrer Erkennbarkeit letztlich totalitär ausgeweitet und die Auslöschung der Juden und anderer „Volksfeinde“ auch mit vielen dieser pseudowissenschaftlichen Ideen begründet. Der hier wichtige Punkt dabei ist, dass (Kenn)Zahlen und Muster zu den zentralen Werkzeugen der Einteilung von Gesellschaft und Menschen wurden, an die Bewertungen sowie mitunter weitreichende und fatale Konsequenzen geknüpft worden sind. Dabei sind diese Kennzahlen, Bewertungen und auf Ihnen beruhende wissenschaftliche Erkenntnisse auf keinen Fall nur negativ, sondern ein hochambivalentes Phänomen moderner Gesellschaften. Die gegenwärtige Corona-Pandemie und auch der Klimawandel zeigen, wie wichtig wissenschaftliche Erkenntnisse für den sozialen Umgang und die politische Steuerung sind. Aber auch sie ergeben sich nicht aus den Zahlen selbst, vielmehr unterliegen ihre Bewertung gesellschaftlichen Aushandlungen, was insbesondere die Politik in der Corona-Pandemie sehr deutlich vor Augen führt. Sie zeigen aber auch ihre ambivalente Natur und lassen vermuten, dass Zahlen oder Maßeinheiten, die Menschen bewerten wollen, wie sie in der „Quantified-Self“-Bewegung im Rahmen von Selbstoptimierung eine wichtige Rolle spielen, nicht ohne Problem sind, bisweilen sogar blanker Unsinn. Das allerdings hindert nicht daran, sie zu Maßstäben von Bewertungen, Einteilungen und gesellschaftlicher Ordnung zu machen – heute so wenig wie zuvor.

Die Zählmechanismen und die Mustererkennung der digitalen Gegenwart (digital hier im Sinne digitaler Computertechnologie) sind bestimmt von Algorithmen, Codierung, Programmierung, Künstlicher Intelligenz oder „Big Data“. Damit wird die Geschichte und die Bedeutung von Überwachung und Kontrolle in modernen Gesellschaften in den Blick genommen, die sich eben nicht

in Videotechnik oder einer Vorratsdatenspeicherung erschöpft (oder gar darin begründet), sondern in der vollständigen Rationalisierung und weitgehenden Bürokratisierung von Gesellschaft seit rund 250 Jahren. Selbstoptimierung kann somit als Form einer solchen Überwachung im Sinne einer vollständigen Rationalisierung im Prozess der Subjektivierung verstanden werden. Selbstoptimierung ist dabei mehr als nur eine Selbstkontrolle bezogen auf sich selbst, und beinhaltet auch immer einen gesellschaftlichen Bezug, da hier nicht individuelle Bedürfnisse (allein) verhandelt werden, sondern Menschen, über welche Kennzahlen auch immer, zu einem Teil sozialer Konstruktionen werden, die wirkmächtig zu einem Teil von Macht und Herrschaft sowie gesellschaftlicher Steuerung werden können. Dass manche Vorgänge dabei von Individuen mit Verweis auf Moden, effektive Lebensführung oder den Spaß an der Sache bewusst und gern unterstützt werden und an ihnen partizipiert wird, steht dem nicht entgegen, sondern ist elementar für die Umsetzung dieser Kontrolle. Darüber hinaus bedeutet Selbstoptimierung immer auch eine aktive Gestaltung gesellschaftlicher Teilhabe. Der Prozess selbst zielt ab auf die gesellschaftliche Integration des Individuums, konträr zur vermeintlichen Singularität der Erscheinungsweisen und Distinktionsmechanismen, über welche diese Anschlüsse gestaltet werden sollen. Anhand eines anschaulichen empirischen Beispiels möchte ich das Zusammenspiel von individueller Selbstoptimierung, Kontrolle, der Problematik von Kennzahlen sowie daraus abzuleitenden Subjektivierungsstrategien im Sinne einer soziologischen Theorie der Selbstoptimierung, wie sie oben referiert wurde, aufzeigen. Es kann daran deutlich werden, warum aus einem persönlichen Geltungsdrang durchaus ein gesellschaftliches Problem werden kann. Als Beispiel nutze ich Erkenntnisse aus einer Forschung zu unerlaubter Leistungssteigerung im Sport und die entsprechende Überwachung von Sportler:innen. Von diesem recht speziellen Feld lassen sich durchaus allgemeinere Schlussfolgerungen zur Bedeutung und den Konsequenzen von Kennzahlen und Bewertungseinheiten im Hinblick auf soziale Dynamiken ziehen.

4. Sekunden, Kilos, Siege – Aspekte absoluter Leistungsoptimierung

Auch wenn der für das Beispiel gewählte Bezug ein Forschungsprojekt zum Thema Dopingkontrollen war (vgl. Zurawski und Scharf 2019 zum Forschungsprojekt im Detail), so konnten wir darüber hinaus wichtige Erkenntnisse zur Selbstoptimierung gewinnen, die auch jenseits des Sports anschlussfähig sind. Neben den Eigenheiten der Optimierung im Leistungssport soll hier vor allem das Zählen selbst sowie die Bedeutung von Kennzahlen und Bewertungsmaßstäben im Mittelpunkt stehen.

Interviews mit Leistungssportler:innen, die Marcel Scharf und ich im Rahmen unserer Forschung zu Dopingkontrolltechnologien gemacht haben (vgl. Zurawski und Scharf 2019), haben u.a. sehr anschaulich gezeigt, wie weitgehend eine persönliche Leistungsoptimierung in das Leben dieser Menschen eingreift. Mit dem Begriff „Hyperinklusion“ (vgl. Bette und Schimank

2006) lässt sich diese tiefgreifende Einbettung in das Leben der Sportler:innen am besten fassen. Leben und Leistungssteigerung und damit die Unterwerfung aller Lebensbereiche um sich zu optimieren sind nicht zu trennen. Die von uns geführten Interviews mit deutschen Spitzenathlet:innen waren gespickt mit Bemerkungen zu Körpergewicht, Ernährung, Schlaf- und Ruhezeiten, logistischen Anstrengungen die Tage optimal zu organisieren, damit so wenig Zeit wie möglich verschwendet wird für Dinge, die nicht zur Leistungssteigerung beitragen können oder diese gar verhindern. Zwei anekdotische Begebenheiten von Interviewsituationen können das illustrieren. Unsere Interviews fanden zu einem Teil an der Deutschen Sporthochschule in Köln statt, in einem Gebäude im fünften Stock. Zwei der dort interviewten jogten die Treppen hinauf, um zu uns zu kommen und machten darüber auch eine Bemerkung. Einer von ihnen kam gerade von einer 70 km langen Trainingsfahrt auf dem Rad. Das Interview gehörte zum Tagesablauf, wahrscheinlich als Ruhepause gekennzeichnet, an deren Ende der Trainingstag einfach wieder aufgenommen wurde. Ähnliche Situationen lassen sich für fast alle Sportler:innen erzählen. Interviews fanden an Rennstrecken, in Trainings- und Mittagspausen oder Umkleidekabinen statt. Die geschilderten Tages- beziehungsweise Trainingsabläufe drehten sich nahezu ausschließlich um Wege, Techniken und Strategien der Leistungssteigerung, wie folgende Auszüge deutlich machen können. Als erstes drei Interviewauszüge von einem Gespräch mit einem Radrennfahrer, der den Sport zum Zeitpunkt des Interviews im Mai 2013 professionell betrieben hat (auf dem Level so genannter Kontinental-Teams, als drittes Level professionellen Radrennsports):²

Wir hatten ein Trainingslager auf Mallorca im Februar/März. Ich war mit einigen im Januar schon zwei Wochen und ich war im Dezember schon eine Woche auf Mallorca trainieren, ich hab über zehn- elftausend Kilometer jetzt auch seit November. Ich war im Fitnesscenter, Krafttraining machen, Rückentraining, Stabilitätstraining, Sauna, Spinning. Wir waren viel Laufen, Athletik, Dreisprung, ich hab auf Mallorca auch mal den Sandstrand lang ne Stunden gejoggt. Wir haben EBs gemacht, Kreiseln, also Schnell-Fahren-Übungen, Sprinttraining, Bergtraining, wir haben alles, gemacht. Also Leistungsdruck ist da ohne Ende. [...] Es gibt keine Leistungsgrenzen, man kann seine Grenzen immer wieder neu, man wird immer wieder, wo man schon hunderttausende von Rennen gefahren ist, egal, es ist immer wieder eine neue Aufgabe.

Folgendes Zitat des Radfahrers betrifft das Doping und eine Reflexion darüber, was Doping kann und nicht kann und welche Gedanken dabei mit eine Rolle spielen:

Wenn man nicht die Beine dazu hat, fährt man den vieltrainierten auch nicht so einfach davon beziehungsweise es gibt die körperliche Barriere, man kriegt dann Krämpfe, das macht nur schnell, aber diese Grundlage, die muss man immer, wenn man die nicht hat. Man kann ein bisschen übern Schmerz gehen so künstlich und so, kann man auch gut, vielleicht 60 Kilometer oder so, ja, das ist das ideal, aber wenns

mal länger ist, 120 oder so, das ist schwierig. Klar, man denkt immer: Wenn man 'n Tritt mehr hätte, könnt man bissl länger übn Punkt fahren, ja dann, aber, ja das ist halt, muss man schon, muss man schon einen starken Charakter haben, gell!

Die Aussage eines Handballers (Interview Januar 2015, Bundesliga, Nationalmannschaft) steht exemplarisch für die Haltung der meisten in der Studie interviewten Sportler:innen und dürfte auch darüber hinaus und bis heute gelten:

Also für mich bedeutet das natürlich immer an seine Leistungsgrenze zu gehen. Immer besser zu werden, so fühle ich auch. Ich habe immer das Bedürfnis, egal in welchem Bereich es ist, mein Maximum zu geben. Oder auch dementsprechend die Leistung abzurufen, die benötigt wird, um die Leistung anzuheben.

Hier ist insbesondere die Formulierung „Leistung abrufen“ interessant, da diese suggeriert, dass alles bereits da ist und es an einem selbst liegt, das auch entsprechend zu nutzen, „abzurufen“, und sich damit gewissermaßen verfügbar zu machen. Andersherum gelesen würde das bedeuten, dass bei einer Niederlage oder der Nichterfüllung von gewissen Zielen oder Kennzahlen, ein individueller Fehler vorliegt, nämlich die Unfähigkeit „Leistungen abzurufen“ und entsprechend zu „performen“. Beide Wertungen sind im Sinne der theoretischen Rahmungen von Selbstoptimierung, wie oben ausgeführt, wichtige, jedoch problematische Aspekte mit weitreichenden Folgen.

Das abschließende Zitat eines Schwimmers (Interview März 2014, Olympiasieger, Weltmeister) soll das Bild abrunden und hier vor allem verdeutlichen, dass eine Selbstoptimierung, wie sie im Leistungssport selbstverständlich ist, eine absolute ist, die mehr oder weniger gleichzusetzen ist mit dem Alltag und der Lebenswirklichkeit dieser Athlet:innen:

Interviewer: Wie viel trainierst du so am Tag?

Athlet: Sechs Stunden?

I: Jeden Tag.

A: Nicht jeden, Sonntag ist frei. Also reine Trainingszeit sind es zwei Stunden morgens zum Beispiel. Gestern bin ich halt um 7 aus dem Haus gegangen und komme um 10:15 Uhr wieder. Eine Viertelstunde Erwärmung, dann dehnen danach, ruck-zuck sind drei Stunden um. Ich war gestern beim Schwimmen, dann hatte ich mit-tags Mentaltraining. Ich war acht, neun Stunden unterwegs gestern beim Schwimmen.

I: Nur fürs Schwimmen?

A: Nur fürs Schwimmen. Die reinen Trainingszeiten sind dann halt so fünf bis sechs Stunden. Viel mehr ist es nicht. Aber wenn du dann noch Anfahrt, Erwärmung, Dehnung, Physio, Mentaltraining, Presse, Promo so was mit reinrechnest...

Neben interessanten Einblicken in das Leben von Spitzenathlet:innen weisen diese Interviewzitate auf folgende Aspekte in Bezug auf Selbstoptimie-

rung hin: Zum einen auf den Drang zur Perfektion, die hier mit absolutem Willen und Maßstab angestrebt und dem alles andere untergeordnet wird. Das ist im Rahmen einer Diskussion von Doping sehr wichtig zu beachten, letzteres ist aber nicht das Thema hier. Wichtig ist der Hinweis auf die Perfektionierung von Körper, Lebensführung und gesteckten Zielen, die sich immer wieder neu verschieben können, so dass auch Leistungsgrenzen flexibel und „grenzenlos“ werden können (oder vermeintlich sind). Eher implizit (wenn man sich längere Passagen und weitere Interviews anschaut, dann auch sehr anschaulich) wird in den gewählten Zitaten deutlich, dass es so etwas wie Maßstäbe geben muss, an denen sich Athlet:innen orientieren können und müssen. Denn die Frage nach dem Optimum erzwingt auch die Frage nach dem Maßstab und wer diesen wie festlegt. Worum es dabei geht, kann mit einem Zitat aus dem Film *Höllentour* von Pepe Danquart (2004) angedeutet werden, welcher die Tour de France aus Sicht der Fahrer des Team Telekom dokumentiert. Dort stellt Eric Zabel, zu der Zeit weltweit einer der besten Radrennfahrer, nach einem Tag im Sattel bei der Fahrt im Tourbus nach der Etappe zu seinen Teamkollegen etwas erschöpft fest: „42 (km/h), weißt du eigentlich, wie schlecht das ist?!?“ Wenn Etappendurchschnitt von 42 km/h schlecht ist, wie Eric Zabel hier moniert, dann stellt sich die Frage, was gut gewesen wäre und warum ein Optimum zu einem solchen wird. Wann ist das Optimum also erreicht und wer legt das fest? Da es bei dieser Aussage nicht um einen relativen Wert geht, also beispielsweise um die Frage, warum man nicht erster, stattdessen lediglich 25. geworden ist, sondern um eine Kennzahl, die etwas über die Güte einer Durchschnittsgeschwindigkeit auszusagen scheint, ist diese Frage umso interessanter. In den Aussagen der von uns Interviewten finden sich ebenfalls immer wieder auch Hinweise auf das eigene Körpergewicht, auf Laufzeiten, verschiedene Indikatoren, mit denen Leistung gemessen wird und die für eine Bewertung herangezogen werden, insbesondere wenn es um den Anspruch einer Förderung im deutschen Sportsystem geht (vgl. dazu Krivec 2019).

Wie diese Indikatoren, Mess- und Kennzahlen zustande kommen und welche Rolle sie innerhalb einer Diskussion zu Selbstoptimierung in einer durch Digitalisierung geprägten Welt der Singularität, des Konsumismus und der Marktförmigkeit sozialer Beziehung spielen, soll daher zum Abschluss betrachtet werden. Dabei im Fokus steht vor allem die Frage nach dem „Wie“ ihres Zustandekommens und der Verbindung individueller Eitelkeiten und gesellschaftlicher Dynamik.

5. „Nur 42 km/h“ oder Indikatoren als (Macht-)Konstrukt

Es wurde bereits mehrfach angedeutet, dass Messungen, die zur Bewertung von Situationen, sozialen Beziehungen, Wettbewerben oder Ähnlichem genutzt werden sollen, nur dann sinnhaft sind, wenn es Indikatoren gibt, mit denen man Aussagen über „gut“, „schlecht“, „viel“, „wenig“, „Einschluss“ oder „Ausschluss“, „gefährlich“ oder „wertvoll“ treffen kann. Letztlich handelt

es sich bei solchen Aussagen um moralische Wertungen, die durch ihre im weitesten Sinn statistische Erfassung und Verarbeitung eben diese moralische Aufwertung ersetzen wollen – eben durch vermeintliche objektive Zahlen selbst, wie Davies (2015: 286) diesen Widerspruch sehr treffend beschreibt. Die Herkunft, Entstehung und soziale Konstruktion solcher Kennzahlen und Indikatoren sind daher wichtig für eine Bewertung. Diese erfolgen je nach Kontext und Feld sehr unterschiedlich und werden auf verschiedene Art und Weise genutzt. Im Sport werden für den Zugang zu bestimmten Wettbewerben Normwerte gesetzt, beispielsweise um bei den olympischen Spielen an den Start gehen zu dürfen. Diese sind weder selbsterklärend noch natürlich in irgendeiner Weise, sondern bestehen aus statistischen Durchschnittswerten von Leistungsmessungen in den entsprechenden Disziplinen oder werden an errungenen Platzierungen über einen festgelegten Zeitraum und daraus resultierenden Rankings festgelegt. Während also die Sieger:in eines 100-Meterlaufes oder eines Radrennens der oder diejenige ist, welche:r zuerst ankommt, was eine sehr einfache Form von Messung darstellt, sind andere Werte schwieriger festzustellen um sie anschließend als Norm festzulegen. Um noch einmal im Sport zu bleiben, genauer, bei den als Doping bezeichneten Vorgängen unerlaubter Leistungssteigerung, kann festgehalten werden, dass es sich auch bei den hier maßgeblichen Normen und Grenzwerten von Medikamenten beziehungsweise Wirkstoffen um sozial konstruierte Normen handelt. Wie Reinhold (2016) feststellt, hat nicht nur der Begriff des „Dopings“ eine reiche Geschichte an inhaltlichen Wandlungen, sondern auch die Grenzwerte, mit denen bestimmt werden kann, ob ein „Zuviel“ eines Wirkstoffes unter den geltenden Bedingungen im Körper einer Athlet:in war oder eben nicht. Was als „Zuviel“ definiert wird, ist Aushandlungssache und referiert beispielsweise auf medizinische Forschung, die leistungssteigernden Potenziale eines Stoffes und auf seine mögliche schädigende Wirkung auf den menschlichen Körper. Das mag begründet sein in einem Fürsorgegedanken, um Athlet:innen möglicherweise vor sich selbst zu schützen und den Wettbewerb nicht nur auf der Bahn oder dem Spielfeld mit Regeln zu versehen, sondern auch in der Vorbereitung darauf und indem man die körperliche Verfassung gleichsam mitregelt.

Was im Sport so bekannt und nachvollziehbar klingt, ist aber durchaus übertragbar auf andere Lebensbereiche, in denen Indikatoren ein Optimum anzeigen oder zumindest einen vermeintlichen Wettbewerb suggerieren sollen, um Sieger und Verlierer küren zu können. Das Narrativ der Selbstoptimierung arbeitet mit diesen Versatzstücken und legt nahe, dass es sich bei sozialen Beziehungen um einen Wettbewerb handelt, in dem es möglicherweise um das „singulärste“ Subjekt oder dessen Performance geht – wenn ich hier einmal den Begriff von Reckwitz (2017) aufnehmen möchte. Davies (2015) zeigt in seiner Analyse, inwiefern Indikatoren Teil einer neoliberalen Idee sind, in der „Wettbewerb“ und (nationales) „Wohlergehen“ zu maßgeblichen Leitmotiven geworden sind. Zusammengehalten seien diese, wie er ausführt, rivalisierenden Ordnungen der Bewertungen von einer Unterwerfung der „neoliberalen Subjekte Staat, Markt und Gesellschaft

unter eine einheitliche (Über)Prüfung“ [im Original „audit“] (vgl. Davies 2015: 284, eigene Übersetzung).

Beispiele dafür, wie das im Einzelnen umgesetzt wird, lassen sich in vielen Lebensbereichen finden. Statistisch erfassbaren Phänomenen kommt dabei eine besondere Rolle zu, denn darüber lässt sich jener Eindruck einer Objektivität erzeugen, der so wichtig ist, damit die mit den Indikatoren geschaffenen Normen wirkmächtig werden. Indem diese Normen beispielsweise über digitale Medien, Bonusprogramme oder andere Anreizsysteme vermittelt gemanagt werden, wird Macht ausgeübt – nicht notwendigerweise offensichtlich sicht- oder spürbar. Bernard (2017: 97ff.) diskutiert dieses Phänomen unter anderem an Programmen von Versicherungen, die über die eingangs erwähnten Fitnessarmbänder eine „aktive“ Lebensgestaltung belohnen und damit ihre Kunden einteilen können, beispielsweise in „gesund“ und „ungesund“ lebende, wobei die tieferen Kriterien für beide Kategorien im Dunkeln bleiben müssen. Hier werden Menschen über ein „Management von Normen“ (Zurawski 2021) kontrolliert und Macht im Sinne einer „datensetzenden Macht“ (vgl. Popitz 1992: 33) ausgeübt. So genannte „Scoring-Systeme“ – wie sie etwa von der Schufa benutzt werden, um eine Kreditwürdigkeit zu attestieren (oder diese zu verneinen), oder gar, um die soziale Qualität einer menschlichen Existenz zu bewerten, wie im Falle des „Social-Scoring-Systems“ in China welches eine großangelegte Überwachung und steuernde Kontrolle der Gesellschaft umzusetzen versucht – sind die Essenz solcher auf Indikatoren basierenden Bewertungsmaßstäbe.

6. Von persönlicher Eitelkeit zu sozialer Wirksamkeit

Zählen und Messen, Maßeinheiten und Indikatoren sind ambivalente Techniken einer Moderne, die nicht zuletzt ihr Selbstverständnis aus dem Wissen über sich selbst bezieht. Dieses Wissen, vielfach rationalisiertes, wissenschaftliches Wissen, ist für moderne und auch post-moderne Gesellschaften essenziell wichtig. Entscheidungen, Planungen und das Regieren dieser Gesellschaften in all ihren Facetten und auf unterschiedlichen Ebenen ist ohne solches Wissen kaum denkbar. Statistiken und Indikatoren sind ein Teil davon. Man braucht sie gleichermaßen, um einerseits den Klimawandel als solchen zu erkennen und zu bewerten, was dieser für menschliche Lebensgrundlagen bedeutet – um nur ein Beispiel zu nennen. Andererseits lassen sich mit diesen Daten, dem Wissen und Erkenntnissen Gesellschaften nicht nur steuern, sondern sehr effizient kontrollieren. Mehr noch, wenn über einen Quantifizierungskult die Individuen mit in ihre eigene Kontrolle und Überwachung eingebunden werden können. Perfekt sein, ein Optimum zu erreichen ist eben keine persönliche Schwäche, wie die Teilnehmenden des Seminars der eingangs erwähnten Anekdote kokett zu Protokoll geben, sondern Teil eines gesellschaftlichen Imperativs. Nur wer diesem folgt und sich dem allgegenwärtigen Wettbewerb in allen sozialen und ökonomischen Sphären stellt, kann mit Wertschätzung, Erfolg

oder Belohnung rechnen. Alle anderen bleiben (in den jeweiligen Bereichen) ausgeschlossen. Auch wenn die Maßstäbe für die Bewertung von Erfolg und des Optimums konstruiert sind, so sind sie doch wirkmächtig. Einerseits dadurch, dass entsprechend viele Individuen mitmachen und dadurch unhintergehbare Fakten schaffen. Die Indikatoren vermitteln eine scheinbare Natürlichkeit oder eine vermeintliche statistische Objektivität. Zum anderen sind Indikatoren ein Teil von Machtstrukturen und sind in der Regel für einen Bereich zentral festgelegt, somit eine Norm, die im Zentrum von Regeln, Gesetzen und entsprechenden Handlungsstrukturen steht. Sich selbst besser machen zu wollen, ist daher mehr als nur persönliche Eitelkeit, sondern ein sozialer Imperativ, mit weitreichenden Folgen sowohl für die, die dem Drang nicht widerstehen können, als auch für diejenigen, die kaum eine Chance haben, solche Normen zu erfüllen. So wichtig Indikatoren als Instrument in vielen Bereichen von Gesellschaft sind, so wenig sind sie natürlich und damit anfällig für Missbrauch und soziale Ungerechtigkeiten. Die Herrschaft über Individuen und Gesellschaften fängt damit an, Maßstäbe zu setzen und diese zu kontrollieren. In der Wissenschaft als auch im Alltag gilt es daher den Indikatoren auf den Grund zu gehen.

Anmerkungen

- 1 So gab es beispielsweise in der kritischen Stadtsoziologie und sozialgeographischen Planungsdiskussion ebenfalls recht prominent den Begriff der „entrepreneurial city“, der unternehmerischen Stadt, womit ein anderer Umgang und bestimmte Entwicklungslinien weg von einer Gemeinwohlorientierung hin zu einer kapitalistischen Verwertbarkeit ehemals öffentlicher urbaner Güter und Infrastruktur beschrieben und analysiert wurde (vgl. unter anderem Hall und Hubbard 1996).
- 2 Alle Interviewausschnitte sind sprachlich geglättet worden, Wortwiederholungen, unklare Sätze und Neuanfänge wurden vermieden und angepasst, das gesprochene Wort soweit es geht beibehalten, aber les- und nachvollziehbarer gemacht.

Literatur

- Amatrudo, Anthony (2010). Adolphe Quetelet. In: Keith Hayward, Shadd Maruna und Jayne Mooney (eds.). *Fifty Key Thinkers in Criminology*. London und New York: Routledge, 12–18.
- Appadurai, Arjun (2009). *Die Geographie des Zorns*. Frankfurt a.M.: Suhrkamp.
- Axelsson, Per und Peter Sköld (eds.) (2011). *Indigenous Peoples and Demography. The Complex Relation between Identity and Statistics*. New York und Oxford: Berghahn.
- Bauman, Zygmunt (2009). *Das Leben als Konsum*. Hamburg: Hamburger Edition.
- Bernard, Andreas (2017). *Komplizen des Erkennungsdienstes. Das Selbst in der digitalen Kultur*. Frankfurt a.M.: S. Fischer.
- Bette, Karl-Heinrich und Uwe Schimank (2006). *Die Dopingfalle – Soziologische Betrachtung*. Bielefeld: transcript.

- Boltanski, Luc und Ève Chiapello (2003). *Der neue Geist des Kapitalismus*. Konstanz: UVK.
- Bradley, Kate (2010). Cesare Lombroso. In: Keith Hayward, Shadd Maruna und Jayne Mooney (eds.). *Fifty Key Thinkers in Criminology*. London und New York: Routledge, 25–30.
- Bröckling, Ulrich (2002). Jeder könnte, aber nicht alle können. Konturen des unternehmerischen Selbst. *Mittelweg* 36, 11, 4, 6–26.
- Butler, Mark (2015). Das Spiel mit Sich. Populäre Techniken des Selbst. In: Eva Kimminich, Michael Rapp, Heinz Geuen und Stefan Pfänder (eds.). *Express yourself!* Bielefeld: transcript, 75–102.
- Davies, William (2015). Spirits of neoliberalism; ‚competitiveness‘ and ‚wellbeing‘ indicators as rival order of worth. In: Richard Rottenburg, Sally E. Merry, Sung-Joon Park und Johanna Mugler (eds.). *A world of Indicators: The Making of Governmental Knowledge Through Quantification*. Cambridge: Cambridge University Press, 283–306.
- Durkheim, Emile (1990 [1897]). *Der Selbstmord*. Frankfurt a.M.: Suhrkamp.
- Durkheim, Emile (1991 [1895]). *Die Regeln der soziologischen Methode*. Frankfurt a.M.: Suhrkamp.
- Durkheim, Emile (1992 [1893]). *Über soziale Arbeitsteilung Studie über die Organisation höherer Gesellschaften*. Frankfurt a.M.: Suhrkamp.
- Duttweiler, Stefanie, Robert Gugutzer, Jan-Hendrik Passoth und Jörg Strübig (eds.) (2016). *Leben nach Zahlen. Self-Tracking als Optimierungsprojekt?* Bielefeld: transcript.
- Foucault, Michel (1986a). *Sexualität und Wahrheit*. Band 2: *Der Gebrauch der Gelüste*. Frankfurt a.M.: Suhrkamp.
- Foucault, Michel (1986b). *Sexualität und Wahrheit*. Band 3: *Die Sorge um sich*. Frankfurt a.M.: Suhrkamp.
- Foucault, Michel (1994). *Überwachen und Strafen*. Frankfurt a.M.: Suhrkamp.
- Hall, Tim und Phil Hubbard (1996). The entrepreneurial city: new urban politics, new urban geographies? *Progress of Human Geography* 20, 2, 153–174.
- Haustein, Heinz-Dieter (2007). *Universalgeschichte des Messens*. Berlin: Digitale Bibliothek.
- King, Vera, Beingna Gerisch und Hartmut Rosa (eds.) (2019). *Lost in Perfection. Zur Optimierung von Gesellschaft und Psyche*. Frankfurt a.M.: Suhrkamp.
- King, Vera, Benigna Gerisch, Hartmut Rosa, Julia Schreiber, Charlotte Findeis, Diana Lindner, Benedikt Salfeld, Micha Schlichting, Maike Stenger und Stella Voigt (2019). Optimierung mit Zahlen und digitalen Parametern: Psychische Bedeutungen des digitalen Messens und Vergleichen. In: Vera King, Beingna Gerisch und Hartmut Rosa (eds.). *Lost in Perfection. Zur Optimierung von Gesellschaft und Psyche*. Frankfurt a.M.: Suhrkamp, 151–177.
- Krivec, Simon (2019). DOSB-Leistungssportreform – aus Fehlern nicht gelernt? In: Marcel Scharf und Nils Zurawski (eds.). *Kritik des Anti-Doping. Eine konstruktive Auseinandersetzung zu Methoden und Strategien im Kampf gegen Doping*. Bielefeld: transcript, 283–302.
- Kunz, Karl-Ludwig und Tobias Singelstein (2016). *Kriminologie*. Bern: Haupt (UTB).

- Mau, Stefan (2017). *Das Metrische Wir. Über die Quantifizierung des Sozialen*. Berlin: Suhrkamp.
- Nassehi, Armin (2019). *Muster. Theorie der digitalen Gesellschaft*. München: C.H. Beck.
- O'Malley, Pat (2010). Jeremy Bentham. In: Keith Hayward, Shadd Maruna und Jayne Mooney (eds.). *Fifty Key Thinkers in Criminology*. London und New York: Routledge, 7–12.
- Popitz, Heinrich (1992). *Phänomene der Macht*. Tübingen: Mohr.
- Reckwitz, Andreas (2017). *Die Gesellschaft der Singularitäten*. Berlin: Suhrkamp.
- Reinhold, Marcel (2016). *Doping als Konstruktion. Eine Kulturgeschichte der Anti-Doping-Politik*. Bielefeld: transcript.
- Röcke, Anja (2021). *Soziologie der Selbstoptimierung*. Berlin: Suhrkamp.
- Rottenburg, Richard und Sally Engle Merry (2015). A world of indicators: the making of governmental knowledge through quantification. In: Richard Rottenburg, Sally E. Merry, Sung-Joon Park und Johanna Mugler (eds.). *The World of Indicators: The Making of Governmental Knowledge Through Quantification*. Cambridge: Cambridge University Press, 1–33.
- Selke, Stefan (2014). *Life Logging. Wie die digitale Selbstvermessung unsere Gesellschaft verändert*. Berlin: Econ.
- Simanowski, Roberto (2017). *Abfall. Das alternative ABC der neuen Medien*. Berlin: Matthes und Seitz.
- Yar, Marjid (2010). Cesare Beccaria. In: Keith Hayward, Shadd Maruna und Jayne Mooney (eds.). *Fifty Key Thinkers in Criminology*. London und New York: Routledge, 3–7.
- Zurawski, Nils (2014). *Raum – Weltbild – Kontrolle. Raumvorstellungen als Grundlage gesellschaftlicher Ordnung und ihrer Überwachung*. Opladen: Budrich UniPress.
- Zurawski, Nils (2021). *Überwachen und Konsumieren. Kontrolle, Normen und soziale Beziehungen in der digitalen Gesellschaft*. Bielefeld: transcript.
- Zurawski, Nils und Marcel Scharf (eds.) (2019). *Kritik des Anti-Doping. Eine konstruktive Auseinandersetzung zu Methoden und Strategien im Kampf gegen Doping*. Bielefeld: transcript.

Filmografie

Höllentour (D 2004, Regie: Pepe Danquart).

Prof. Dr. Nils Zurawski
 Akademie der Polizei Hamburg
 Forschungsstelle strategische Polizeiforschung
 Universität Hamburg
 Fachbereich Sozialwissenschaft
 Carl-Cohn-Straße 39
 22297 Hamburg
 Deutschland
 E-Mail: nils.zurawski@uni-hamburg.de