

Working Paper 6/2014

der DFG-KollegforscherInnengruppe Postwachstumsgesellschaften

Dietmar Wetzel

Auf der Suche nach Resonanz und Anerkennung – eine ethnographische Analyse moderner Sub- jektivierungsverhältnisse im Fitness-Studio

ISSN 2194-136X

Dietmar Wetzel: Auf der Suche nach Resonanz und Anerkennung – eine ethnographische Analyse moderner Subjektivierungsverhältnisse im Fitness-Studio. Working Paper der DFG-KollegforscherInnengruppe Postwachstumsgesellschaften, Nr. 6/2014, Jena 2014.

Impressum

Kontakt:

PD Dr. Dietmar Wetzel, Fellow am Center for Cultural Studies, Universität Bern, Privatdozent an der FSU Jena

© bei den AutorInnen

DFG-Kolleg-
ForscherInnengruppe –
Postwachstumsgesellschaften

Humboldtstraße 34
07743 Jena

Internet:

www.kolleg-postwachstum.de

Redaktion/Layout:

Christine Schickert

christine.schickert@uni-jena.de

Die DFG-KollegforscherInnengruppe „Landnahme, Beschleunigung, Aktivierung, Dynamik und (De-) Stabilisierung moderner Wachstumsgesellschaften“ – kurz: „Kolleg Postwachstumsgesellschaften“ – setzt an der soziologischen Diagnose multipler gesellschaftlicher Umbruchs- und Krisenphänomene an, die in ihrer Gesamtheit das überkommene Wachstumsregime moderner Gesellschaften in Frage stellen. Die strukturellen Dynamisierungsimperative der kapitalistischen Moderne stehen heute selbst zur Disposition: Die Steigerungslogik fortwährender Landnahmen, Beschleunigungen und Aktivierungen bringt weltweit historisch neuartige Gefährdungen der ökonomischen, ökologischen und sozialen Reproduktion hervor. Einen Gegenstand in Veränderung – die moderne Wachstumsgesellschaft – vor Augen, zielt das Kolleg auf die Entwicklung von wissenschaftlichen Arbeitsweisen und auf eine Praxis des kritischen Dialogs, mittels derer der übliche Rahmen hochgradig individualisierter oder aber projektförmig beschränkter Forschung überschritten werden kann. Fellows aus dem In- und Ausland suchen gemeinsam mit der Jenaer Kolleggruppe nach einem Verständnis gegenwärtiger Transformationsprozesse, um soziologische Expertise in jene gesellschaftliche Frage einzubringen, die nicht nur die europäische Öffentlichkeit in den nächsten Jahren bewegen wird: Lassen sich moderne Gesellschaften auch anders stabilisieren als über wirtschaftliches Wachstum?



Die Kolleg-ForscherInnengruppe zum Thema
Landnahme, Beschleunigung, Aktivierung und
(De-)Stabilisierung moderner Wachstums-
gesellschaften wird gefördert von der

DFG Deutsche
Forschungsgemeinschaft

Dietmar Wetzel

Auf der Suche nach Resonanz und Anerkennung – eine ethnographische Analyse moderner Subjektivierungsverhältnisse im Fitness-Studio

Abstract

The basic intuition that (post)modern individuals can be characterized through a longing for resonance and a search for recognition forms the starting point of the thoughts presented in this paper. The sphere of sports, in particular the activities inside a fitness studio, shows that this search cannot - as one might assume - be reduced per se to an educated middle-class milieu. Following the works of Hartmut Rosa I understand 'resonance relations' as relations to the world as well as the self (cf. Rosa 2013, 2014) that can take on positive as well as negative forms. The paper examines in what way fitness training constitutes a social practice which helps individuals to satisfy their longing for resonance. For this, a distinction between recognition and resonance is important. As approach, a pluralism of methods is suggested: Ethnographic participant observation is amended by informal conversations and interviews. This way one might succeed – and this is also the main thesis to verify – to read the fitness studio as microcosm to generate resonance and recognition. Through the pertinence of metaphors of 'enhancement', 'growth' and 'disciplining' fitness training can be understood as a genuine practice of a growth society. Phenomenological considerations on resonance, recognition and alienation are undertaken for differentiation. In addition, dispositive analysis (Deleuze 1991, Bührmann/Schneider 2008) is used as a complexly designed frame which allows bringing to light the discourses and (self) practices in a fitness studio.

Zusammenfassung

Am Ausgangspunkt der Überlegungen steht die grundlegende Intuition, der zufolge sich (post-)moderne Individuen durch ein Resonanzverlangen und durch die Suche nach Anerkennung charakterisieren lassen. Dass diese Suche nicht per se auf bildungsbürgerliche Schichten beschränkt ist, wie man vielleicht vermuten könnte, zeigt die Sphäre des Sports, genauer die Aktivitäten in Fitness-Studios. Resonanzbeziehungen begreife ich in Anlehnung an die Arbeiten Hartmut Rosas' als Welt- und Selbstbeziehungen (vgl. Rosa 2014, 2013), die sowohl positive als auch negative Formen evozieren können. Nachfolgend wird erforscht, inwiefern Fitnesstraining eine soziale Praktik darstellt, die den Individuen hilft, ihr Resonanzverlangen zu befriedigen. Dabei ist die Unterscheidung zwischen Anerkennung und Resonanz wichtig. Als Zugriff bietet sich ein Methodenpluralismus an: Ethnographische teilnehmende Beobachtungen werden mit informellen Gesprächen und Interviews ergänzt. So kann es gelingen, und dies ist gleichsam die zu belegenden Leitthese, das Fitness-Studio im Sinne eines Mikrokosmos zur Resonanz - und Anerkennungserzeugung zu deuten. Durch die Bedeutsamkeit der Metaphern der „Steigerung“, des „Wachsens“ und der „Disziplinierung“ ist das Fitnesstraining als genuine Praxis der Wachstumsgesellschaft verstehbar. Phänomenologische Überlegungen zu Resonanz, Anerkennung und Entfremdung werden unternommen, um begriffliche Diffe-

renzierungen leisten zu können. Zudem bildet die Dispositivanalyse (Deleuze 1991, Bührmann/Schneider 2008) einen notwendig komplex konzipierten Rahmen, der es ermöglicht, den Diskursen und (Selbst-)Praktiken in Fitness-Studios auf die Spur zu kommen.

Address of the Author

Dietmar Wetzel

Email: dietmar.wetzel@soz.unibe.ch

1. Einleitung – Fitness im gesellschaftlichen Kontext und als normierende Praktik

Aspekte der gelingenden Lebensführung und die Frage nach dem guten Leben haben lange Zeit in der Soziologie ein Schattendasein geführt (Rosa 1999) und wurden (und werden) dem Bereich der Philosophie, genauer dem der Lebenskunst zugewiesen (Schmid 2000, Foucault 1989). Sportliche Aktivitäten, können – heute vielleicht sogar: müssen – zur gelingenden Lebensführung einen konstitutiven Beitrag leisten.¹ Nicht zuletzt aus diesem Grund scheint mir eine soziologische Auseinandersetzung mit dem Phänomen bedeutsam. Mit Sport, verstehbar als leiblich-soziale Praxis, lernt das Individuum sich selber zu spüren und sich in ein schwingendes Resonanzverhältnis mit sich zu versetzen.² *Gegenwartsdiagnostisch* lässt sich feststellen, dass es in der auf (Status-)Vergleiche und Fitness setzenden Wettbewerbs- und Kontrollgesellschaft (Wetzel 2013), der sich zu entziehen schwer fällt, für (post-)moderne Individuen neben der Notwendigkeit der Sicherstellung eines ökonomischen Einkommens einen entscheidenden Imperativ gibt: die Arbeit am eigenen Selbst, und dabei mit eingeschlossen: die (immer schon unendliche) Arbeit am eigenen Körper.³ Mit anderen Worten obliegt es den Individuen, sich zu disziplinieren, sich „fit zu machen“ oder sich „fit zu halten“, nicht zuletzt, um am Arbeitsmarkt erfolgreich sein zu können und stets gesund und einsatzbereit zu sein.⁴ Trifft diese Diagnose zu, dann tritt neben den dafür erforderlichen klassischen Kapitalsorten gemäß Bourdieu (Geld, Bildung, Netzwerke und Prestige) unweigerlich das von Hakim (2010) beschriebene „erotische Kapital“, das Mann und Frau für sich erarbeiten müssen. Dies wiederum verlangt ein Körperregime, falls nicht von ‚Natur aus‘ bereits erhebliches Kapital im Sinne günstiger Ausgangsbedingungen vorhanden ist – und dies ist bekanntlich bei den Wenigsten der Fall, und falls doch, dann gibt es meistens doch noch etwas zu optimieren, um den normativen Ansprüchen der Gesellschaft gerecht zu werden (Koppetsch 2000). Ein solcher normierender, gleichzeitig zudem normalisierender Anspruch der Gesellschaft zielt auf den optimierten Körper, der im neoliberalen Regime in der auferlegten

¹ Eine in den letzten Jahren entstandene Soziologie des Körpers nimmt sich dieser Thematik im Verbund mit der Sportsoziologie zunehmend an (Gugutzer 2013, Bette 2010, Schroer 2005, Meuser 2004).

² Gugutzer (2013: 146) spricht in diesem Zusammenhang von der „Zweiheit des Körpers“ und rekurriert dabei auf die Arbeiten von Helmuth Plessner: „Der Mensch ist sein Körper, und er hat seinen Körper. Sein und Haben sind die zwei Weisen, in denen dem Mensch sein Körper gegeben ist. Der menschliche Körper ist die Zweiheit von Sein und Haben.“ Zudem führt Gugutzer sinnvollerweise die für die spätere Resonanzanalyse zentrale Kategorie des ‚Spürens‘ unter dem Rückgriff auf die Leibphänomenologie Hermann Schmitz‘ ein (ebd., 149).

³ Diese Arbeit am eigenen Körper ist eigentlich ein klassisches Metier des Bodybuilders, vgl. dazu die instruktiven Arbeiten von Anne Honer (2011a, 2011b): „Der Mensch arbeitet dann und immer dann, wenn er handelt, um etwas Bestimmtes in der Umwelt zu bewirken, wenn er eine bestimmte Veränderung der Umwelt im Entwurf anvisiert“ (2011b: 106). Bereits Marcel Mauss (1950: 199) hatte mit den „Techniken der Körpers“ Einwirkungsweisen verstanden, „in der sich die Menschen in der einen wie der anderen Gesellschaft traditionsgemäß ihres Körpers bedienen. Jedenfalls muß man vom Konkreten zum Abstrakten vorgehen und nicht umgekehrt.“

⁴ Zum Phänomen der Körperarbeit und einem regelrechten „Körperkult“ vgl. Neckel (1999, S. 154f.): „Unendlich hart wird am Körper gearbeitet, selten ist die Konkurrenz um das beste Aussehen so unerbittlich gewesen – eine alltägliche Arena von Überbietung und Neid, Verletzung und triumphalem Gehabe.“ Es wäre lohnend, der Frage nachzugehen, inwiefern Sport und insbesondere Fitnesstraining eine funktionale Bedeutung für die Individuen und Unternehmen besitzen. Insofern diese beispielsweise einen Ausgleich für die von Stress und von Burn-out Bedrohten darstellen. Insgesamt entspräche dem die Suche nach einer Lebenskunst, wie sie beispielsweise Wilhelm Schmid (2000: 148) mehrfach beschrieben hat: „Eine philosophisch reflektierte Lebenskunst könnte zur Ausarbeitung einer maßvollen Körperkultur beitragen, in deren Rahmen auch der Sport, wenn überhaupt so allgemein von ihm gesprochen werden kann, seinen Ort hätte: Sport als Übung des Körpers zum Zweck seiner Pflege der Seele, also als Physiotherapie, die in Wahrheit Psychotherapie ist“.

selbstverantwortlichen Sorge um sich kulminiert und zunehmend Leitbildcharakter zu erhalten scheint (Foucault 1989).⁵

Die von Trainierenden in diesem Fall sportlich erbrachte Leistung wird von anderen Sportler_innen und Menschen aus dem Umfeld häufig mit sozialer Wertschätzung und Erfolg belohnt. Auf der je individuellen Ebene erhält bei dieser – auch narzisstisch motivierten – Form der Befriedigung das Fitness-Studio im Sinne eines Mikrokosmos einen wichtigen Stellenwert. Als Tempel der Erbauung und der Fitness nimmt es vielfach *religiöse Aspekte* auf, wie beispielsweise Autoren wie Matthias Binswanger und Anne Honer gezeigt haben.⁶ Die bereits von Max Weber in seiner „protestantischen Ethik“ überzeugend problematisierte Arbeit an der Seele und dem Geist wird in gewisser Weise durch die Arbeit am Körper ergänzt. Ganz in diesem Sinne sollen positive Körpererfahrungen *vice versa* auch Effekte auf Geist und Seele evozieren.⁷ Es dürfte sich selbst bei Nichteingeweihten mittlerweile herumgesprochen haben, dass Fitness-Studios immer auch Orte der Disziplinierung und der Kasteiung sind, denen sich (post-)moderne Individuen erstaunlicherweise (meistens) ‚freiwillig‘ unterwerfen. Solche Fitness-Studios sind aber zugleich gesundheitsfördernde Einrichtungen und Kommunikationsräume, in denen sich vielfältige Diskurse kreuzen. Die Aktivitäten darin dienen fast immer einem bestimmten Zweck, eben dem Erwerb einer körperlichen Fitness/Kondition und der Einübung disziplinierender Praktiken, wie sie in der Arbeitsgesellschaft in großen Teilen weiterhin gefragt sind. Wie sich dies im Einzelnen verhält, möchte der vorliegende Beitrag genauer explizieren.

Übersicht

Nach diesen einleitenden – den Kontext verdeutlichenden – Bemerkungen, gehe ich in einem ersten Teil auf die Fragen der Methodik der Studie und die Fragen der Moral/Lebenskunst näher ein (Abschnitt 1). Im nächsten Teil beschreibe ich das Fitness-Studio als Dispositiv, in dem sich verschiedene Diskurse versammeln, die es näher zu konturieren gilt. Neben der Infrastruktur des Fitness-Studios (2.1) und den unterschiedlichen Diskursen (2.2) thematisiere ich vor allem Fitnesstraining als soziale Praxis und Selbsttechnik, wobei der Körper als Fetisch genauer beschrieben wird (2.3) (Abschnitt 2). Der dritte Teil beschäftigt sich mit den Dimensionen der Resonanz Erfahrungen, die sich genauer zwischen den Erfahrungen der Resonanz, (Selbst-)Entfremdung und Anerkennung ansiedeln lassen (Abschnitt 3). Im Sinne einer Ausdifferenzierung der im dritten Abschnitt vorgestellten Überlegungen stelle ich im darauffolgenden Kapitel drei typisierte Fallbeispiele vor: Dabei geht es um den Typus A des „Magersüchtigen“, den Typus B der „Ausgeglichenen“ und schließlich um den Typus C des

⁵ Als normalisierend bezeichne ich diese Entwicklung deshalb, weil sich ein zunehmender gesellschaftlicher Zwang zur Orientierung an „Körperoptimierungspraxen“ verzeichnen lässt (vgl. Link 2000).

⁶ „Der moderne Einzelmensch findet also kein offizielles, kein sozial unumgängliches religiöses Modell mehr vor, sondern ist – in individuell unterschiedlichem Maße – darauf angewiesen, seine religiösen Bedürfnisse ‚privat‘ zu befriedigen, den Spuren seiner Engel eben z. B. auch ins und im Bodybuilding-Studio zu folgen“ (Honer 2011b: 115). Und hier kommen sie tatsächlich zum Einsatz: Die sprichwörtlichen „Tretmühlen des Glücks“ von Binswanger (2006).

⁷ Nicht zuletzt hat sich die Esoterik dieses Zusammenhangs angenommen und diese stellt mittlerweile ein riesiges Angebot für das Wohlbefinden und die spirituellen Bedürfnisse breiter Bevölkerungsteile bereit.

„Bodybuilders“ (Abschnitt 4).⁸ Abschließend versuche ich in einem Fazit die wichtigsten Erkenntnisse zur Thematik Resonanz und Anerkennung zu bündeln und Hinweise auf weitere Desiderata der Forschung zu geben (Abschnitt 5).

1. Zur Methodik der teilnehmenden Beobachtung und den Fragen der Moral/Lebenskunst

Methodisch beruht diese Arbeit auf einer langjährigen teilnehmenden Beobachtung innerhalb eines Fitness-Studios sowie informellen Gesprächen und Interviews mit ausgewählten Personen (=> Fallbeispiele).⁹ Im Sinne einer „Befremdung der eigenen Kultur“ (Hirschauer/Amann 1997) habe ich mich in diesen Mikrokosmos hineinbegeben und eine tatsächliche Befremdung im Sinne mehrfacher Irritationen festgestellt. Wodurch haben sich diese gezeigt? Mitunter knallhartes Training bis zur Erschöpfung (Erbrechen), magersüchtige Trainierende (glücklicherweise bislang eher ein Randphänomen im betreffenden Studio), die sich mit Mühe und Not durch das Studio schleppen, Trainerinnen und Trainer, die ihre Anweisungen mehr oder weniger diskret geben, sind nur einige der Figuren, die diesen Mikrokosmos bevölkern, der dabei nicht selten neben Arbeiten, Schlafen und Essen einen Ort darstellt, an dem wöchentlich (täglich) viele Stunden verbracht wird.¹⁰ Allein diese Tatsache, also die vergleichsweise hohe Zeitintensität des Fitnessstrainings und die Bereitschaft der Individuen, in diese Tätigkeit überhaupt reichlich Zeit zu investieren, ist erklärungsbedürftig. „What the hell is going on here“, könnten wir mit Clifford Geertz fragen (1991, zit. n. Hirschauer/Amann 1997: 20). Warum machen die Menschen das? Warum geben sie Geld (und nicht einmal wenig) für sportliche Betätigungen aus?¹¹ Was versprechen sie sich vom Training im Fitness-Studio? Wo liegen die Umschlagpunkte von einer positiven in eine negative sportliche Betätigung? Wann wird aus einer positiven Resonanz Erfahrung ein Zustand der (Selbst-)Entfremdung?

Meine vorläufige Antwort, die gleichzeitig als eine *Arbeitshypothese* fungiert, lautet: Diese Menschen sind auf der Suche nach Resonanz und Anerkennung – und dazu ist das Fitness-Studio und die dazu

⁸ Die geschlechtsspezifischen Zuschreibungen erfolgen hier bewusst: Magersucht als Trend auch bei Männern, das Phänomen der Ausgeglichenheit bei Frauen, die herkömmlich eine höhere Körpersensitivität als Männer aufweisen und der Bodybuilder, der das Stereotyp des ‚hegemonial-starken‘ Mannes immer noch hervorragend abbildet.

⁹ Ethnographische Perspektiven auf Sport sind weder in der Soziologie noch in der Sportwissenschaft besonders verbreitet (vgl. dazu Thiele 2003). Teilnehmend beobachtet habe ich im Zeitraum zwischen Oktober 2010 und Januar 2014.

¹⁰ Eine Kunst für die Sportler_innen besteht nun gerade darin, ihren Tagesablauf so zu organisieren, dass darin Sport einen wichtigen Platz einnehmen kann. Im Zweifelsfall werden sie einige Anstrengungen darauf verwenden, weil sie in anderen gesellschaftlichen Sphären kaum oder deutlich weniger direkte Resonanz- und Anerkennungserfahrungen machen können, was die interessante, aber hier nicht weiter zu verfolgende Frage aufwirft, wie die unterschiedlichen Resonanzsphären miteinander zusammenhängen. Durch Sport erhöhte Attraktivität kann auch zum ökonomischen Erfolg beitragen (Koppetsch 2000).

¹¹ Es wäre ja vergleichsweise einfach und kostengünstiger ‚in der Natur‘ zu laufen, Rad zu fahren oder Schwimmen zu gehen. Was dort aber fehlt, ist die spezifische Atmosphäre, die ein Fitness-Studio durch das Zusammenwirken von Infrastruktur, das dort beschäftigte Personal und durch die Interaktion der Trainierenden erzeugt wird. Dieser „Gefühlsraum“ (vgl. Schmitz 1985) animiert, strukturiert und unterstützt das Treiben in Fitness-Studios in grundsätzlicher Weise, was vor allem dann zur Geltung kommt, wenn in Gruppen trainiert wird. Auch beeinflusst die schiere Zahl der Trainierenden die Atmosphäre in diesem „Gefühlsraum“: Überwiegt eine nüchterne-sachliche Stimmung bei einer kleinen Zahl von Trainierenden, so lädt sich das Geschehen in Zeiten des Hochbetriebs spürbar auf.

gehörende (sportliche) Arbeit am Selbst, wie ich noch genauer zeigen werde – ein überaus geeigneter Ort. Dahinter steckt die weitergehende Frage, woher dieses Resonanzverlangen eigentlich rührt, das, wie ich zeigen möchte, auch immer ein Streben nach Anerkennung impliziert.¹²

Die moralische Dimension

Eine Erkenntnis hat sich zunehmend verdichtet: Die vielstimmig festgestellte ‚Arbeit am Selbst und am Körper‘ ist moralisch aufgeladen, wie ich im Lauf meiner Beobachtungen und auch aus den (informellen) Gesprächen herausbekommen habe, und zwar insofern, als durch die Disziplinierung ein anderer, gleichsam ‚besserer Mensch‘ aus den Trainierenden in Fitness-Studios werden soll. Umgekehrt heißt es für diejenigen, die sich dieser Praxis nicht unterwerfen können oder wollen, dass sie sich tendenziell schlecht fühlen sollen, da sie nicht alles aus sich herausholen und für mögliche Kosten aufkommen müssen.¹³ Auch diesem Tun liegt die sattsam bekannte Praktik des Sich-Vergleichens zugrunde, der man durchaus einen anthropologischen Charakter zusprechen könnte (Wetzel 2013: 52f.) Was meine ich damit? Hätten alle die gleichen Chancen und Möglichkeiten auf Anerkennungs- und Resonanzerfahrungen, dann würden sich die Individuen auch nicht mehr länger in dieser Hinsicht miteinander vergleichen.

Allerdings geht es mir in der vorliegenden Arbeit nicht um eine moralische Bewertung der beschriebenen Praktiken, vielmehr sollen (körperliche, psychische und soziale) Vor- und Nachteile herausgearbeitet werden, die genau auftreten, wenn sich jemand dazu entschließt, an dem Mikrokosmos Fitness-Studio aktiv zu partizipieren. Als positiv geben Trainierende das generelle Verbessern der Gesundheitszustandes und der körperlichen Fitness/Kondition an. Neben diesen augenscheinlichen positiven (und tatsächlich belegbaren) Effekten tritt zudem der Aspekt des Sozialen und des Kommunikativen hinzu. Fitness-Studios sind nicht nur Arenen der körperlichen Ertüchtigung, sondern gleichfalls Orte des Austauschs und des sozialen Miteinanders.¹⁴ Gerade insofern sie ein Ort der Begegnung darstellen, sind sie in der Lage, potenziell mannigfaltige Bedürfnisse – nicht nur, aber auch nach Resonanz – (post-)moderner Individuen zu befriedigen. Doch das hat seinen Preis. Denn Fitness-Studios gleichen häufig Disziplinierungs-, Kasteiungs- und Folterräumen (anschaulich wird dies schon durch die teilweise martialisch wirkenden Gerätschaften, die den Räumlichkeiten von Fitness-Studios ihren spezifischen Charakter verleihen), denen sich Individuen eher mehr als weniger freiwillig unterwerfen. Und wo ist dann das Problem, könnte man fragen?

¹² Das Begehren nach Resonanz und Anerkennung mögen vor allem die bildungsbürgerlichen Schichten erfasst haben, aber dennoch lässt sich gerade der (Fitness-)Sport nicht auf diese Schichten beschränken.

¹³ Dazu passt, dass Krankenkassen einen Bonus denjenigen bezahlen, die sich dauerhaft sportlich betätigen.

¹⁴ Hier unterscheiden sich die modernen Einrichtungen von den vielleicht noch aus Filmen bekannten Bodybuilding-Centern. Diese waren rein unter funktionalen Gesichtspunkten eingerichtet und trugen den Spitznamen der „Muckibude“ wohl nicht zu unrecht.

Lustvolles Leben oder asketische Lebensführung?

Was in postmodernen Disziplinar- und Kontrollgesellschaften (Deleuze 1993) zunehmend droht verloren zu gehen, ist eine sündenfreie Vorstellung und Realisierung des Genießens, wie es beispielsweise der Philosoph Robert Pfaller (2011, 2002) in seinen jüngeren Arbeiten thematisiert hat.¹⁵ Eine hedonistisch-genussreiche Lebensweise ist zwar an sich nicht verboten (und durchaus verbreitet), aber: Jedem Genuss muss ein Training, ein Verzicht oder genauer eine Leistung vorangehen, so dass Mann/Frau sich für die unternommene Anstrengung auch ‚etwas leisten‘ darf. Und hier kommt die Moral ins Spiel. Moralisch höherwertig – in der Eigen- und häufig auch in der Fremdwahrnehmung – ist der- oder diejenige, die sich dem Diktat der Fitness am sichtbarsten unterwirft und die größte ‚Körperrendite‘ erzielt. Gerade die Sichtbarkeit des (Miss-)Erfolgs macht es in den oberflächlichen Begegnungen, die wir notgedrungen mit den meisten Menschen pflegen, möglich, Anerkennung mit Blicken, Worten und Gesten sehr konkret zu geben respektive zu verweigern.¹⁶ Wie dies im Einzelnen geschieht, wird im vorliegenden Fall – durch teilnehmende Beobachtungen und informelle Gespräche gestützt – genauer beschrieben. Diese lassen sich räumlich im Rahmen eines Fitness-Studios situieren und verdichten.

2. Das Fitness-Dispositiv

Da das Fitness-Studio den räumlich-zeitlichen Kontext für meine Überlegungen bildet, lege ich im Folgenden kurz dar, inwiefern es sich bei dem Phänomen der Fitness um ein Dispositiv innerhalb der postmodernen Gesellschaft handelt (vgl. dazu Deleuze 1991, Bührmann/Schneider 2008). Fitness bildet innerhalb des Sports insofern ein eigenes Dispositiv, als es sich räumlich vergegenständlicht (2.1), in mannigfaltigen Diskursen manifestiert (Gesundheit, Ernährung, Wellness, Training) (2.2) und sich in Praktiken (Fremd- und Selbsttechniken) als gezielter Körperarbeit niederschlägt (2.3). Das möchte ich im Einzelnen erläutern.

2.1 Die Infrastruktur des Fitness-Studios

Fitness-Studios sind vom Prinzip her immer ähnlich aufgebaut, wobei diese in Größe, Ausstattung, Qualität der Betreuung etc. voneinander abweichen.¹⁷ Für mein Interesse reicht eine –

¹⁵ „Wir erleben nicht mehr den äußeren Druck, uns auf irgendeine Weise akzeptabel zu verhalten, sondern den inneren Druck, immer vernünftig zu sein. Das heißt: möglichst effizient zu handeln, uns permanent selbst zu optimieren und alles zu vermeiden, was zwar lustvoll, aber scheinbar schlecht für uns ist. Deshalb trinken wir Bier ohne Alkohol, essen Margarine ohne Fett und haben im Internet Sex ohne Körperkontakt. [...] Erst wenn wir unvernünftige Dinge tun, tanzen, trinken oder uns verlieben, haben wir das Gefühl, dass es sich zu leben lohnt“ (Pfaller 2012).

¹⁶ Viele der Be- und Verurteilungen bekommen die Trainierenden jedoch allenfalls indirekt mit. Der diskrete Umgang miteinander gehört gerade in Studios von gehobenem Niveau mittlerweile zum Standard. Ein weitgehend anonymer Trainingsablauf ist insofern möglich, aber gar nicht so häufig erwünscht.

¹⁷ Ein Vergleich der Fitnessmärkte in Deutschland und der Schweiz liefert der Report von Jörg Hidding (2004). In der Schweiz wird vergleichsweise mehr Wert auf Qualität gelegt, wobei sich auch hier – wie in Deutschland – die Branche zunehmend ausdifferenziert. Insgesamt hat die Zahl der Fitness-Studios vor allem in den 1990er Jahren deutlich zugenommen. Steigende Wachstumsraten verspricht man sich in beiden Ländern vom Fokussieren auf ältere Zielgruppen.

zugegebenermaßen vereinfachende – Darstellung aus. Die infrastrukturellen Voraussetzungen zählen allerdings bei einer Dispositivanalyse unbedingt zur Analysedimension dazu (vgl. Bührmann/Schneider 2008), weil diese Gegebenheiten die Interaktion der Individuen strukturieren und in gewisser Weise erst ermöglichen. Ein Beispiel: Die Empfangstheke im Eingangsbereich des Studios, an der nach dem Training Shakes und andere kleine Mahlzeiten zu sich genommen werden können, ist kommunikationsoffen zum Hauptraum ausgerichtet, was sowohl die Möglichkeiten zu Gesprächen eröffnet, zugleich jedoch auch eine gewisse Kontroll- und Disziplinierungsmöglichkeit von Seiten des Trainingspersonals erleichtert, da sich dieses nicht selten in diesem Bereich aufhält. Was sich so über gegenseitige Beobachtungen und Kommunikationen herausbildet, ist eine Art Mikrokosmos oder eine eigene (interaktiv hergestellte) Lebenswelt, die ihren Reiz u. a. dadurch erhält, dass sie einen geschlossenen Raum darstellt, der sich für eine soziologisch-ethnographische Beschreibung besonders gut eignet. Das eigentliche Geschehen findet im Fitness-Studio in den Gruppenräumen (in denen diverse Kurse abgehalten werden) und auf der Fläche durch das individuelle Nutzen der Fitnessgeräte statt. Durch deren Gebrauch und durch die vielfältigen Interaktionen zwischen Mensch-Maschine und Mensch-Mensch entsteht ein höchst differenzierter Resonanzraum, der es den Individuen potenziell ermöglicht, dass sie sich gut fühlen und ihren Körpern (und ihrem Geist) etwas Gutes tun. Insofern begreife ich Fitnesstraining als einen genuine Beitrag zu einer gelingenden Lebensführung, die wiederum Teil eines guten Lebens sein kann (Dworkin 2013). Ein besonderer Bereich in Fitness-Studios (wenn diese nicht gar ausschließlich solche Räumlichkeiten ausmachen) stellt der für das Bodybuilding vorgesehene Betätigungsraum dar.¹⁸ Hier sind diverse Geräte funktional so angeordnet, dass mehrere Individuen diesen Raum parallel nutzen können.

Sozialstrukturelle Aspekte und Milieu

Die im Fitness-Studio erforschte Klientel setzt sich aus einem breiten Spektrum an Trainierenden zusammen, das der (unteren) Mittelschicht entstammt, teilweise aber auch Trainierende aus der Oberschicht umfasst. Das Gros gehört jedoch zur mittleren Mittelschicht (vgl. dazu Bremer/Lange-Vester 2006). Eine geschlechterspezifisch einseitige Aufteilung lässt sich nicht beobachten; Männer und Frauen sind in etwa zu gleichen Teilen anwesend. Der ganz überwiegende Teil der Fitnesssportler_innen ist im Besitz eines Abonnements, was sich mit der Laufzeit von einem Jahr automatisch um ein weiteres verlängert. Das jüngere Publikum (25-40 Jahre) überwiegt, wird aber durch wenige Jüngere und deutlich mehr Ältere bis ins Seniorenalter ergänzt. Die Gruppe der Trainer_innen nimmt eine wichtige Stellung ein, zumal sie den Fitnesstreibenden Unterstützung gibt und im Idealfall ein auf Dauer gestelltes Feedback-System etabliert. Für viele Trainierende sind diese Trainer_innen so etwas wie Vorbilder, deren eigene Körper durch ihren Trainingszustand und Attraktivität Signalwirkung entfalten können (Koppetsch 2000). Nicht zu unterschätzen ist in diesem Zusammenhang der soziale Druck, der im Fitness-Studio von den anderen Trainierenden und den so genannten Instruktor_innen

¹⁸ Im vorliegenden Fall gibt es einen fließenden Übergang von der normalen Trainingsfläche zu der Abteilung für die Bodybuilder_innen. War dies traditionell ein männlich geprägter Raum, so hat sich im Lauf meiner Beobachtungen dieser Raum zunehmend geschlechtlich gleichsam multipliziert.

ausgeht. Insofern halte ich es für durchaus legitim, von einem Milieu der Kontrolle und Überwachung zu sprechen, dem sich die Sportler_innen willentlich unterwerfen. Es dient ja auch einem höheren Zweck.

2.2 Diskurse innerhalb des Fitness-Studios¹⁹

Leibesbetätigungsdiskurse (Sport)

Ein Großteil der geführten Gespräche im Fitness-Studio kreist naturgemäß um das Thema der sportlichen Betätigung. Wer trainiert was, wie viel, wann und unter welchen Bedingungen, so lauten die basalen Themen, die geradezu rituell immer wiederkehren. Damit ist die Grundlage für den sozialen Vergleich geschaffen und dieser erhält so quasi eine ‚natürliche‘ Komponente. Individuelle Fitnessprogramme werden vom Trainingspersonal zusammengestellt und den jeweiligen Bedürfnissen möglichst genau angepasst. Die Kommunikation über das Trainingsprogramm, die möglichen Probleme und Verbesserungen stellen auf der bewussten Ebene das Potenzial für Prozesse wechselseitiger Anerkennung bereit.

Medizinische/diätetische (Gesundheits-)Diskurse

Bei diesen Diskursen steht die eigene Gesundheit (die als das oftmals höchste Gut deklariert wird) im Zentrum der Gespräche und ist auch Gegenstand durchaus kontroverser Auseinandersetzungen. Nicht nur Ärzte und Ernährungswissenschaftler_innen mahnen, dass zu einem guten und gelingenden Leben mehr denn je eine gesunde und ausgewogene Ernährung gehöre. Ein Ranking an wichtigsten Gründen für die gesundheitlich motivierte sportliche Betätigung ergibt das Folgende: Neben der Gewichtsregulation als Grund sind präventive, also vorbeugende Maßnahmen von zentraler Bedeutung. Hier kreuzen sich gesellschaftliche und private Interessen. Jeder Vorbeugende, der erfolgreich ist, ist ein Kranker und damit eine (finanzielle) Belastung für die Gesellschaft weniger. Die Krankenkassen fördern keineswegs zufällig das präventive Training in Fitnesscentern. Das scheint ein durchaus legitimes Unterfangen im Sinne einer ‚win-win-Situation‘ zu sein: Kosten sparen auf der einen Seite und Anreize schaffen beim Kunden auf der anderen Seite, indem sich dieser an einer gesunden, ernährungsbewussten Lebensführung orientiert.

Ästhetische (Schönheits-)Diskurse

Früher waren die geschlechterspezifischen Motivationen im Fall der ästhetischen Ansprüche eindeutiger verteilt. Frauen hatten vor allem aus Schönheitsüberlegungen (und gesundheitlichen) Gründen Diäten gemacht. Durch die gesellschaftliche Erwartung an beide Geschlechter hat sich das zwischenzeitlich geändert: Natürlich geht es (jungen) Frauen vor allem auch darum, sich für den Beziehungs- und

¹⁹ Im Sinne von Jäger (2012: 80f.) lassen sich unterschiedliche „Diskursstränge“ identifizieren, die ihrerseits Teil eines Dispositivs sind. Diese Diskurse sind insofern von Bedeutung, als sie von Studiobesucher_innen aufgegriffen und häufig dialogisch verhandelt werden. Resonanz kann so eben auch durch Gespräche miteinander entstehen und zudem auch jenseits des Studios in virtuellen Räumen via Facebook und Whats App weitergeführt werden.

Heiratsmarkt attraktiv und wettbewerbsfähig zu machen. Jedoch wird dies auch bei dem einen oder anderen Mann eine Rolle spielen. Der auf den Männern zunehmend lastende gesellschaftliche Druck zeigt sich auch daran, dass immer mehr Kosmetika für den Mann auf dem Markt angeboten werden. Gäbe es diese Nachfrage nicht, dann würde sich auch das Angebot nicht ständig erweitern. Auch hier geraten Statusvergleich und Anerkennungsbegehren in den Blick, denn Frauen und Männer unterliegen zunehmend dem Diktat, einen schönen Körper, ein schönes Äußeres auf dem Markt der Eitelkeiten zur Schau zu stellen (Koppetsch 2000, Hakim 2010).

Philosophisch-ethische Diskurse

Das Wohlfühlen und die Kunst der Lebensführung spielen in der aufgekommenen ‚Wellness-Gesellschaft‘ eine immer wichtigere Rolle, so scheint es zumindest zu sein, wenn die einschlägige Ratgeberliteratur gesichtet wird (Schmid 2000). Natürlich bedarf eine solche Aussage einer sozialstrukturellen Differenzierung. Nicht alle können oder wollen an diesem Gesundheits- und Wohlfühltrip teilhaben, doch die im Fitness-Studio Tätigen frönen einer mehr oder weniger reflektierten Lebensführung, die sich ethisch-moralisch nach ‚innen‘ und ‚außen‘ vertreten lässt. Besonders rigide Über-Ich-Strukturen können bei zwanghaft veranlagten Individuen sehr starken Druck nach ‚innen‘ ausüben, indem sie das im Training Erreichte als defizitär ausweisen oder eben ein Denken des ‚noch nicht‘ im Sinne eines moralischen Appells verankern.

2.3 Fitnesstraining als soziale Praxis und Selbsttechnik: der Körper als Fetisch

Der Körper stellt im Fitness-Studio – aber längst nicht nur dort – das Zentrum der Arbeit am Selbst dar. In der postmodernen Gesellschaft gilt diese ‚Arbeit am Selbst/Körper‘, wie ich bereits angeführt habe, als eine der zentralen (Distinktions-)Kategorien der Mittel- und Oberschichten. Es geht um die Optimierung des Selbst und um die ideologische Verankerung, der zufolge wir ganz alleine dafür verantwortlich seien, wie unser Körper aussieht und wie er funktioniert. Damit wird die Körperarbeit zum Ausdruck eines Autonomie- und Selbstbehauptungsbegehrens postmoderner Individuen. Der Körper fungiert tatsächlich als eine Art Rohstoff zur Bearbeitung des eigenen Selbst.²⁰ Fitnesstraining ist eine soziale Praxis und eine Selbsttechnik, die bislang in sportsoziologischen Kontexten wenig ethnographisch beschrieben worden ist (Thiele 2003). Anne Honer hat im Rahmen ihrer lebensweltlichen Ethnographien Studien zum Bodybuilding vorgelegt, die als ‚dichte Beschreibung‘ Einblicke in diesen Mikrokosmos liefern. Im Fitnesstraining rückt nun ein ganz bestimmtes Objekt in den Brennpunkt des eigenen Begehrens. Es ist dies der eigene – häufig als defizitär wahrgenommene – Körper, auf den in vielfacher Weise über Praktiken und Techniken eingewirkt wird. Der Körper wird

²⁰ Selbstverständlich sind nicht alle Gesellschaftsmitglieder aufgrund ihrer ökonomischen Ressourcen und ihren individuellen Wertpräferenzen dazu in der Lage beziehungsweise dazu gewillt, sich diese sportliche Fitness zu leisten. Die Kosten für ein Jahresabonnement sind bei gut ausgestatteten und „Top Quali“ zertifizierten Studios nicht gering und insofern sicherlich eine Hürde. Interessant ist in diesem Zusammenhang aber die schicht-, geschlechts- und altersspezifische Durchmischung des von mir erforschten Studios.

durch diese gezielte Behandlung zu einer Art Fetisch stilisiert, der einer intensiven Behandlung für bedürftig erklärt wird.

Unter Rückgriff auf Michel Foucault kann mit dem ‚Wahrsprechen‘ des Körpers argumentiert werden, soll heißen, der Körper oder das körperlich/leibliche Empfinden übernehmen die Funktion einer letzten Referenzstelle beziehungsweise einer „Identitätsressource“ (Meuser 2004: 201) für das postmoderne Individuum. Der trainierte Körper schafft mir Gewissheit, dass ich nicht nur bin, sondern exakt so bin, wie ICH es sein möchte. Damit geht ein Authentizitätsversprechen einher, was so in der postmodernen Gesellschaft eigentlich gar nicht mehr funktionieren dürfte.²¹

3. Dimensionen der Resonanzerfahrungen: zwischen Resonanz, (Selbst-)Entfremdung und Anerkennung

Im Sinne einer Ausgangsbeobachtung halte ich an der folgenden These fest: Im sozialen Raum des Fitness-Studios überlagern sich vielfältige Resonanz- und Anerkennungserfahrungen miteinander. Zusätzlich sind auf der anderen Seite Entfremdungserfahrungen und negative Formen von Resonanz identifizierbar, deren habhaft zu werden mit den Methoden der teilnehmenden Beobachtung und informellen Gesprächen gelingen kann. Mit anderen Worten: Es bedarf einer *empirischen Resonanzanalytik*, um den unterschiedlichen Dimensionen von Resonanz, Anerkennung und (Selbst-)Entfremdung auf die Spur zu kommen (vgl. dazu Wetzel 2014). Resonanzerfahrungen lassen sich zunächst aus einer *phänomenologischen* und *sozialtheoretischen* Perspektive übergreifend wie folgt bestimmen:

- Resonanz steht für ein *leiblich gespürtes* Antworten der Menschen, der Objekte und der Welt. Wie Thomas Fuchs (2003: 5) schreibt: „Gefühl und leiblicher Ausdruck sind unauflöslich miteinander verkoppelt; der Leib ist gewissermaßen der ‚Resonanzkörper‘ der Gefühle.“
- Resonanzerfahrungen sind nicht statisch, sondern *dynamisch*, anders gesagt: Sie sind als prozessuale Erfahrungen zu verstehen, also als zeitlich gebundene Phänomene mit einem Anfang und einem Ende.
- *Sozialtheoretisch* betrachtet stehen Selbst, Körper und Welt in einem strikt relationalen Verhältnis zueinander (vgl. Rosa 2014). So wie sich Welt in Raum und Zeit verändert, unterliegen das Selbst und der Körper einer dauerhaften Veränderung. Daraus resultiert die Notwendigkeit eines verzeitlichten und räumlich gebundenen ‚prozeduralen‘ Identitätsverständnisses, was sich aus dem dialektischen Zusammenspiel aus Prozessen von Identität und Alterität ergibt.²²

²¹ Eben dies untersuche ich mit Schweizer Kolleg_innen im Rahmen eines Sinergia-Projektes, „Theory and Practice of Authenticity in Global Cultural Production“ (2014-2017).

²² Nicht im Sinne einer Rollenpluralität, sondern eher fassbar als „multiple Identitäten“.

- Der Sport- und Körpersozioologe Robert Gugutzer hat im Anschluss an Hermann Schmitz drei *Erscheinungsformen leiblichen Verstehens* identifiziert, die im Zusammenhang mit Resonanz von Bedeutung sind. 1. „Leibliches Verstehen im Sinne einer spürenden Verständigung meint eine Interaktion unter Anwesenden, die durch deren wechselseitige, spürende Wahrnehmung gesteuert wird“ (2006: 4540). 2. Leibliches Verstehen als „atmosphärisches Verstehen“: dabei handelt es sich um „ein leiblich-praktisches Vermögen, Anforderungen einer gegebenen Situation vorreflexiv zu erkennen und situationsangemessen zu handeln (ebd., 4543). 3. „Spürbare Gewissheit“: Der Leib meldet an das Bewusstsein zurück, „den Sinn der Bewegungsanweisung verstanden zu haben“ (ebd., 4544). Diesen sozio-phänomenologischen Bestimmungen eignet im Hinblick auf die Lebensführung eine Leibzentrierung, die Resonanzerfahrungen konkret erlebbar werden lassen.
- *Eigenleibliche Resonanz*: Beim individuellen Training dominiert die Erfahrung der körperlichen Eigenresonanz. Durch die körperliche Ertüchtigung tritt man tatsächlich in ein Gespräch mit seinem eigenen Körper ein. Man bringt sich in Schwingungen.
- *Zwischenleibliche Resonanz*:²³ Im Gruppentraining bemerkt man nicht nur das Schwingen des eigenen Körpers, dass sich während oder spätestens am Ende des Trainings als Wohlgefühl bemerkbar macht, sondern durch die nonverbale und verbale Interaktion mit anderen sind es eben diese anderen, mit denen man Resonanzerfahrungen macht (das erklärt meines Erachtens u.a. die hohe Zufriedenheit, wenn in der Gruppe trainiert wird). Ganz im Sinne, wie es Gugutzer als „spürbare Gewissheit“ (4544) fasst.

Resonanzerfahrungen sind wesentlich körpergebundene Erfahrungen, die als subjektiv gebundene Empfindungsweisen fassbar werden (Fuchs 2000). Dieser psychisch-leibliche Zustand darf soziologisch allerdings nicht das letzte Wort zu dem Phänomen sein, sondern die Analyse muss erweitert werden, beispielsweise um die Dimension der Resonanzachsen. Zudem ist es interessant, Resonanz verstärkende und Resonanz vermindernde Faktoren anzugeben. Wie lassen sich Umschlagpunkte festmachen, die den Übergang von einem positiven hin zu einem negativen (entfremdeten) Körpergefühl belegen? Genauer problematisieren werde ich diese kritischen Punkte im Zusammenhang mit der Ausdifferenzierung nach drei Typen (s.u.). Besonders ergiebig und wichtig ist jedoch für die hier vorgestellte Argumentation der Zusammenhang zwischen Resonanz und Anerkennung.²⁴

²³ Die begriffliche Differenzierung in eigen- und zwischenleibliche Resonanz entnehme ich dem instruktiven Beitrag von Thomas Fuchs (2003). In der Interaktion geschieht dabei Folgendes: „Diese eigenleibliche Resonanz von A wird als Ausdruck sichtbar und übersetzt sich nun bei B in einen Eindruck. Mimik und Gesten, die wir wahrnehmen, lösen nämlich Leibempfindungen in uns aus, die ihrerseits eine emotionale Qualität haben. [...] Ausdruck übersetzt sich also in Eindruck, in eine Wahrnehmung, die wiederum mit subtiler eigenleiblicher Resonanz verbunden ist. Anders gesagt: Die Resonanz von Gefühl und Ausdruck bei A übersetzt sich in die Resonanz von Eindruck und einer komplementären Gefühlsregung bei B. Beides zusammen ergibt die zwischenleibliche Resonanz [...]: B spürt A förmlich am eigenen Leib. – Dabei bleibt es freilich nicht, denn der Eindruck von B und seine Reaktion wird nun wieder zum Ausdruck für A und so fort, in einem Wechselspiel, das in Sekundenbruchteilen abläuft und ständig das leibliche Befinden beider modifiziert.“ (ebd.: 5).

²⁴ Resonanz ist nicht einfach ein Synonym für Anerkennung. Im Unterschied zur sozialen Dimension der Anerkennung, kann sich Resonanz auch auf die Sphären der Natur, der Religion und der Kunst ausdehnen (vgl. dazu Rosa 2013).

3.1 Resonanz und Anerkennung

Resonanz im Sinne eines durch das Körperwissen immer schon geprägten eigenleiblichen Spürens (und als wesentlich affektives Weltverhältnis) wird von den Individuen im Sport innerhalb und außerhalb des Fitness-Studios gesucht (Meuser 2004: 203). Wie bereits festgehalten wurde, ist der Mikrokosmos Fitness-Studio jedoch wesentlich auch ein sozialer und kommunikativ strukturierter Raum. In diesem Raum konstituieren sich neben den Resonanz- auch Anerkennungsverhältnisse, die ihrerseits einer Dynamik unterworfen sind, die übersubjektiv induziert ist und ihre Manifestation auf der sozialen- interaktiven Ebene erfahren. Wesentlich ist dabei die Unterscheidung zwischen einer „Anerkennung nach innen“, also im Mikrokosmos des Fitness-Studios und einer „Anerkennung nach außen“, die auf einer gesellschaftlichen Ebene eine bedeutsame Rolle spielt.

Anerkennung „nach innen“ im Mikrokosmos Fitness-Studio

- (1) Neben der vorherrschenden Form der sozialen Anerkennung existiert zugleich die Dimension der *Selbstanerkennung* (Selbstachtung). Sozialtheoretisch speist sich jede Anerkennung des Selbst aus der von anderen verliehenen intersubjektiven Anerkennung. Selbstbewusstsein und Souveränität entwickeln sich aber gerade dann, wenn sich das Individuum ein Stück weit von der Anerkennung der Anderen lossagen kann und demzufolge in der Lage ist, sich selber Anerkennung respektive Bestätigung im Sinne einer souveränen Lebensführung zu verleihen.²⁵ Übertragen auf die Situation im Fitness-Studio bedeutet dies: Durch das Fitnesstraining wird mein Körper durch die von mir angewandten und eingreifenden Sportpraktiken diszipliniert. Ich unterwerfe den Körper meinem Willen, übe Macht über ihn aus (im schlimmsten Fall vergewaltige ich ihn geradezu). Indem ich dies tue, gebe ich mir eine Form der Selbstbestätigung/Anerkennung, die ähnlich wie zuvor bei den Resonanzerfahrungen positive und negative Auswirkungen zeitigen kann. Gefährlich wird die eigentlich positive Form der Selbstanerkennung genau dann, wenn ich nicht mehr in der Lage bin, die Grenzen zu spüren, die mir von meiner physischen Konstitution und meiner Fitness auferlegt werden. Anders gesagt: Den eigenen Körper zu kontrollieren, diesen unter ständiger Beobachtung zu halten, ermöglicht mir eine falsche Form der Selbstanerkennung.
- (2) Im Zusammenhang mit der Selbst- und Fremdanerkennung spielen die in Fitness-Studios klassischerweise an vielen Seitenwänden angebrachten Spiegel eine wichtige Rolle. Sie sind kaum zufälligerweise auch in dem beforschten Studio großflächlich montiert, so dass sie die Sportler_innen auf Schritt und Tritt ‚begleiten‘. Funktional betrachtet dienen die Spiegel der Kontrolle bei der korrekten Ausführung der Übungen an, vor und mit den Geräten. In meiner Lesart zeigt sich mit ihnen aber auch eine anerkennungspraktische Dimension. Die hart Trainierenden sehen im Spiegel die körperlichen Früchte ihres Erfolgs. Zugleich kann der Spiegel Ansporn sein, die eigene Figur zu verbessern und insofern enthalten diese eine reale Möglichkeit der (Selbst-)Anerkennung „nach innen“. Interessanterweise sind die Spiegel in vielen Studios so gebaut, dass

²⁵ Vgl. dazu die Ausführungen von Paul Ricoeur (2006), der davon ausgeht, dass das „was nach Anerkanntwerden verlangt, ist doch unsere ureigenste Identität, die, die uns zu dem macht, was wir sind.“

sie die gezeigten Körper schmaler erscheinen lassen, als diese es faktisch sind. Mit diesem Vorgehen wird wiederum ein Anreiz geschaffen, ganz nach dem Motto: Schau, Du hast Dich schon verbessert!

- (3) Neben dieser Dimension der Selbstanerkennung nimmt die Anerkennung der Anderen eine ganz zentrale Stellung im Fitness-Studio ein. Sie vollzieht sich sehr häufig wortlos über *Blicke*, die erwidert oder verweigert werden (Sartre 1962).²⁶ Die über den Blick gegebene Anerkennung kann auf der sprachlichen Ebene ergänzt und vertieft werden, wenn es zu einem Gespräch zwischen den Sportler_innen kommt. Anerkennung in der Form von Wertschätzung finden auf der verbalen Ebene vor allem (außergewöhnliche) sportliche Leistungen: Besonders lange Trainingszeiten, häufiges und hartes Trainieren, spezielle Übungen etc. sind allesamt geeignet, um Anerkennung zu schüren.²⁷

Anerkennung „nach außen“ in der Gesellschaft

- (1) Die Frage stellt sich, warum (post-)moderne Individuen sich gerade im Sport, genauer im Fitness-Studio auf die Suche nach Anerkennung begeben? Die Antwort liegt meines Erachtens auf der Hand. Mögen der Arbeitsplatz, die Familie oder das freundschaftlich-kollegiale Umfeld von Erfahrungen der Unsicherheit, der Vorläufigkeit oder gar der Krise geprägt sein, und insofern sind eben auch die darin potenziell enthaltenen Anerkennungsmöglichkeiten als prekär einzustufen, so kann gerade die unmittelbare Arbeit am Körper im Sinne einer sportlichen Betätigung eine prinzipiell sofort abrufbare Befriedigung gewährleisten, für die ich wesentlich erst einmal selber verantwortlich bin. Und eben die damit verbundene und im Körper leiblich-affektiv spürbare Resonanz scheint mir für die Attraktivität und Beliebtheit sportlicher Betätigung verantwortlich zu sein. Das demonstrative Zeigen der sportlichen Betätigung beschränkt sich dabei eben gerade nicht auf den Mikrokosmos des Fitness-Studios, sondern drängt nach außen in andere Sphären der Gesellschaft. Anders gesagt: Trainingserfolge und die dadurch erzielten Körpereffekte werden nach außen zur Schau getragen, so dass Anerkennung und sogar Bewunderung am Arbeitsplatz und in der Familie oder bei Freunden nicht ausbleiben. Kritische Stimmen gibt es zwar auch, jedoch überwiegen die positiven Signale, so dass die Trainierenden noch mehr Ansporn erhalten, sich weiter zu verbessern. Insofern scheint es mir berechtigt zu sein – im Unterschied zur Anerkennung „nach innen“ – von einer „Anerkennung nach außen“ zu sprechen.
- (2) Der entfremdete, aber anerkannte Körper: Ebenso wie der Körper kaum, keine oder negative Resonanz empfinden und vermitteln kann, ist die verliehene Anerkennung nicht per se als positiv

²⁶ Das Fitness-Studio ist ein explizit erotisch aufgeladener Raum, da sich die Sportler_innen durch das Tragen knapper, den Körper betonender Kleidung als begehrenswert inszenieren. Umgekehrt gilt für den (noch) nicht geformten Körper die unausgesprochene Maxime, diesen hinter lockerer Kleidung zu verbergen. Fitness-Studios gelten gemeinhin auch kaum zufällig als Ort der Partnervermittlung.

²⁷ Eine vergleichsweise starke Rolle nimmt in Fitness-Studios der Neid als Emotion ein (vgl. Neckel 1999, Haubl 2001). Aus den Praktiken des sozialen Vergleichs resultieren automatisch Gewinner und Verlierer. Dies kann im einen Fall stimulierend wirken, im anderen aber auch eine negative Auswirkung zeitigen.

einzuschätzen. Die dem Sportler von außen gegebene Anerkennung von Personen (Trainer_innen, Mitsportler_innen) kann eine falsche, weil ungesunde sein, wenn der Körper malträtiert beziehungsweise zugerichtet wird. Zum resonanzfreien Körperempfinden gesellt sich eine Form der Anerkennung, die eine falsche Bestätigung liefert. Die Frage stellt sich dann, warum Sportler_innen an dieser – eigentlich für sie ungesund und mitunter fatalen – Situation festhalten? Weil der Bedarf an Anerkennung sehr groß zu sein scheint, und nicht zuletzt, weil sich das Anerkennungsbedürfnis mit Statusdenken vermischt, was in unserer Leistungsgesellschaft von großer Bedeutung ist (de Botton 2006).

3.2 Anerkennung und sozialer (Status-)Vergleich

Neben Vermögen (vor allem ökonomisches Kapital) ist Anerkennung in Form sozialer Wertschätzung ein ebenso knappes wie begehrtes Gut in postmodernen Gesellschaften. Wie das Geben, das Entziehen oder auch die Verweigerung von Anerkennung in der sozialen Praxis funktionieren, lässt sich in Fitness-Studios empirisch gestützt zeigen. Grundlegend dafür ist die (anthropologisch unterfütterte) Lust am Sich-Vergleichen mit anderen (vgl. dazu Nullmeier 2000), was häufig unbewusst geschieht und sich somit einer willentlichen Handhabe entzieht. Vermutlich sind sich aber die meisten im Fitness-Studio aktiven Sportler_innen einigermaßen bewusst, dass sie sich ständig mit anderen Vergleichen und vice versa von anderen auch verglichen werden. Das hat zwei Effekte: Einerseits kann der soziale Vergleich Ansporn für weitere und bessere Leistungen im Sinne eines klassischen Anreizsystems sein. Andererseits setzt er die im Fitness-Studio Trainierenden unter Druck, denn beim (konkurrenzorientierten) Vergleich besteht immer auch die Möglichkeit, den Kürzeren zu ziehen, also auf eigene Defizite hingewiesen zu werden, was zu mehr Aktivitäten führen kann, um besser mithalten zu können. Das gilt für beide Geschlechter gleichermaßen.

4. Drei (typisierte) Fallbeispiele²⁸

Drei Fallbeispiele werden nachfolgend deshalb genauer beschrieben, weil sich anhand von diesen die dabei vorhandenen Resonanz- und Anerkennungsverhältnisse, so die zugrunde gelegte These, in je anderer Weise und Intensität aufzeigen lassen. Für die getroffene Auswahl spielt auch der *kontrastive Vergleich* eine wichtige Rolle, denn so können ein breites Spektrum an potenziellen (und tatsächlich vorfindlichen) Resonanz- und Anerkennungsverhältnissen sowie Formen der (Selbst-)Entfremdung beschrieben werden.

²⁸ Diese Fallbeispiele müß(t)en und werden in einer längeren Fassung weiter ausgebaut (und möglicherweise weiter ausdifferenziert). Zudem ist geplant, diese Fallbeispiele systematisch mit Informationen aus Interviews zu ergänzen.

Typ A: (der „Magersüchtige“)

Der „Magersüchtige“ kommt selten oder gar nicht im Zustand des Magersüchtigen in Fitness-Studios. Denn wäre er bereits magersüchtig, dürfte er in seriösen Studios gar nicht mit dem Training beginnen. Ziel und Motivation liegen häufig im Bereich der Gewichtsreduktion, die von einschlägigen Kursen innerhalb des Fitness-Studios unterstützt werden. Das Erkranken an Magersucht ist nun insofern interessant, als das Resonanzverhältnis mit dem eigenen Körper gleichsam aus dem Lot gerät.²⁹ Zugespielt formuliert kann Magersucht als der Umschlagpunkt einer positiven in eine negative (ausbleibende) Resonanz interpretiert werden, und zudem auch als reale Entfremdungserfahrung gegenüber dem eigenen Körper. Was sind die Gründe dafür? Exzessives Training (häufig auch einseitiges) wird hier fatalerweise mit einer falschen Ernährung gekoppelt und führt so in eine Abwärtsspirale, die nicht selten in einem Klinikaufenthalt endet. Was geschieht hier? Offensichtlich hat sich das Resonanzverhältnis mit dem eigenen Körper in ein ‚gestörtes‘ Verhältnis transformiert, mit dem Ergebnis, dass sich der Betroffene nicht mehr richtig „spürt“. Eine „spürbare Gewißheit“ (Gugutzer 2006: 4544) tritt nicht mehr ein, stattdessen dominieren die Erfahrungen der Verunsicherung und Ungewissheit. Die negativen Signale des Körpers, die ein körperlich gesunder Mensch zumindest noch wahrnimmt, werden vom (potenziell) Magersüchtigen nicht mehr registriert beziehungsweise verdrängt und ignoriert.³⁰ Die Formen der (Selbst-)Anerkennung nehmen in diesem Fall pathologische Züge an, denn der Zwang abzunehmen kann zu einer manisch-fixen Idee werden, die sowohl „von innen“ (innerhalb des Fitness-Studios von Gleichgesinnten) als auch „von außen“ bestätigt wird und so in beiden Fällen zu einer für das Individuum negativen Ausprägung von Anerkennung führt.

Typ B: (die „Ausgeglichene“)

Als Kontrast zum „Magersüchtigen“ (oder dem davon potenziell Betroffenen) soll hier eine Figur beschrieben werden, die ich als „Ausgeglichene“ bezeichne. Sie oder er stellt den Idealfall einer angemessenen Einstellung zu Sport und Lebensführung dar. Hier gelingt es, so die Leitthese, die mannigfaltigen Resonanzenerfahrungen, aber auch Anerkennungsversprechen und deren Realisierung überein zu bringen und in ein (relatives und streng genommen: immer vorläufiges) stabiles Gleichgewicht zu überführen. Wohlverstanden sucht auch dieser Typ nach Resonanz und Anerkennung – sonst wäre sie/er vermutlich niemals ins Fitness-Studio gegangen. Anders jedoch als Typ A findet die „Ausgeglichene“ eine Balance und diese wird so (a) Teil ihrer gelingenden Lebensführung, aber (b) in

²⁹ Robert Gugutzer (2005) interpretiert die Magersucht als „Identitätsproblem“ (ebd., 323) der Betroffenen, wobei sich die handlungsmotivationale Werteorientierung bei den Magersüchtigen vor allem um „Leistung und Perfektion“ (340) drehen würde. „Der Sinn einer Essstörung besteht für die betroffene Person in entscheidender Weise darin, mit Hilfe der Kontrolle über den eigenen Körper Selbstkontrolle zu gewinnen“ (346). Unter Rückgriff auf die an Plessner angelehnte Unterscheidung zwischen Leib und Körper könne man sagen, dass beim Magersüchtigen „das Leibsein durch das Körperhaben“ (350) ersetzt werde. Ein instrumentell-disziplinierender Zugriff auf den Körper verdrängt das Spüren des Leibes und die eigenleibliche Formen der Resonanz.

³⁰ In Erinnerung ist mir ein junger Mann geblieben, dessen ‚Abdriften‘ in die Magersucht ich punktuell beobachten konnte. Besonders eingepägt hat sich mir sein Überprüfen seines Fettanteils vor dem Spiegel, indem er seine ‚Fettpolster‘ im Bauchbereich abzudrücken versuchte. Irgendwann war so wenig davon vorhanden, dass er sich scheinbar zufrieden abwandte – einige Wochen später war er aus dem Fitness-Studio verschwunden.

einem übergreifenden Sinne auch zu einem funktional-instrumentellen Endzweck eingesetzt. Ein auf die individuellen Bedürfnisse abgestimmtes Trainingsprogramm und eine ausgewogene und gesunde Ernährung gehören für diesen Typus gleichermaßen zusammen. Stabilisiert werden die durch das angemessene und das auf die Person abgestimmte Training durch eigenleibliche Formen der Resonanz sowie durch das Anerkanntsein beim für die Person jeweils relevanten sozial-kommunikativen Umfeld im Fitness-Studio.

Typ C: (der Körper „fetischisierende Bodybuilder“)³¹

Dieser Typus, der die zuvor beschriebenen Typen affizieren und insofern im Sinne eines (partiellen) Vorbildes beeinflussen kann, ist eigentlich der klassische oder angestammte Besucher von Fitness-Studios. Er (oder sie) gehen mit einem ganz bestimmten Ziel ins Training – dem (sichtbaren) Aufbau der Muskulatur.³² Anne Honer hat sich im Rahmen ihrer „lebensweltlichen Ethnographien“ mit dem Bodybuilding intensiver aus einer soziologischen Perspektive auseinandergesetzt (2011a).³³ Sie liefert dichte Beschreibungen der sozialen Praxis des Bodybuildings, ohne jedoch den Akzent auf die darin enthaltenen Resonanz- und Anerkennungsverhältnisse im Sinne von Fremd- und Selbsttechniken zu fokussieren: „Die soziale Lebens-Welt des Bodybuilding ist eine, mittels Symbolen, Bedeutungen und sozialen Regeln konstruierte, Teil-(Zeit-)Wirklichkeit. Inwieweit sie dem einzelnen zur ‚Heimwelt‘, zum sinnvollen Mittelpunkt *seines* Lebens wird, ist *nicht* von der Art des Interaktionszusammenhangs her vorentschieden, sondern hängt vom individuellen (biographischen) Relevanzsystem ab“ (Honer 2011c: 100). Die bereits beschriebenen Spiegel sind für das Selbstverständnis und die Identität des Bodybuilders von enormer Bedeutung: „Spieglein, Spieglein an der Wand, wer ist der größte Bodybuilder im Land“? Spiegel dienen, wie ich bereits thematisiert habe, gerade der Leistungsschau und dem Vergleich mit anderen. Bodybuilder messen ihrem Muskeltraining große Relevanz bei, sie entwickeln geradezu ein ‚verdinglichtes‘ oder ‚fetischisierendes‘ Verhältnis zu ihrem Körper. Ihr *Blick* changiert zwischen dem Blick in den Spiegel, dem auf den eigenen Körper und natürlich auch auf die anderen Bodybuildenden. Dadurch entsteht ein sehr intensives Resonanzempfinden im Sinne einer *Eigenresonanz*, was durch die häufig hohe Frequenz der Trainingseinheiten zu einem Selbstläufer mit – abhängig machender – Sogwirkung werden kann. Der gerade eben beschriebene Blick der anderen – und nicht nur der Bodybuilder – gibt diesem unmittelbare Bestätigung und Anerkennung, die auch dazu genutzt werden kann, sich eine regelrechte Gefolgschaft oder einen Fanclub aufzubauen. Vom

³¹ Interessant scheint mir diese Figur, weil sie sich mit den ‚normal‘ Trainierenden im von mir untersuchten Studio (und in vielen anderen auch) mischt. Gerade bei Frauen zeichnet sich offenbar ein Wandel der körperlichen Idealvorstellungen ab. Lange Zeit galten (und gelten) spindeldürre Models als das Maß aller Dinge in Sachen Figur. Nicht zuletzt durch Frauen wie Michelle Obama hat sich das insofern begonnen zu ändern, als nun Frauen durchaus auch Muskeln haben dürfen, wenn auch nur in einem begrenzten Umfang. Das kommende Schönheitsideal westlicher Frauen könnte lauten: Schlank, jugendlich, trainiert und leicht muskulös (als Indikator der Stärke).

³² Doping-Praktiken sind in diesem Zusammenhang ein wichtiges Thema, in Analogie zur Verbreitung des Bodybuildings als Körperpraxis hat sich auch der gezielte Einsatz von Dopingmitteln bei Sportler_innen in Fitness-Studios verbreitet (Kläber 2010).

³³ Vgl. dazu auch die literarisch-philosophisch-psychoanalytischen Versatzstücke von Bodo Kirchhoff (1978: 13): „Der Bodybuilder versucht sich (selbst) zu verkörpern und ‚fickt‘ dabei das eigene Fleisch in unaufhörlichem coitus interruptus.“

Bodybuilder kann jedoch gegenüber den ‚normal‘ Trainierenden auch eine Form der Missachtung oder gar der Verachtung ausgehen, wenn diese „Untrainierten“ sich beispielsweise in sein angestammtes Territorium der Trainingsgeräte wagen. Dieses männliche Gebaren scheint aber an Legitimation zu verlieren. Positiv gewendet könnte man an dieser Stelle gar von einer Art ‚Demokratisierung des Bodybuildings‘ insofern sprechen, als sich immer mehr herkömmlich Trainierende am Krafttraining versuchen und dieses in ihr Trainingsprogramm integrieren, was zunehmend für beide Geschlechter zu gelten scheint.

5. Fazit: Resonanz und Anerkennung in Fitness-Studios – eine ambivalente Erfahrung

Gezeigt werden konnte mit den Ausführungen, inwiefern die sportliche Betätigung im Fitness-Studio das bei Individuen vorherrschende Bedürfnis nach Resonanz und Anerkennung zu befriedigen hilft. Was ergibt sich nun aber genauer aus der ethnographischen Analyse von Subjektivierungsverhältnissen im Fitness-Studio? Mit den folgenden drei Punkten fasse ich die Resultate meiner ethnographisch und phänomenologisch angelegten Resonanz- und Anerkennungsanalyse zusammen.

1. *Vielstimmigkeit der Resonanz-, Anerkennungs- und (Selbst-)Entfremdungserfahrungen:* Die im Mikrokosmos Fitness-Studio gemachten Resonanz- und Anerkennungserfahrungen überlagern und durchkreuzen sich. Sie sind zugleich Teil und Bedingung eines über Infrastruktur, Materialitäten, Praktiken und Diskurse hergestellten (Fitness-)Dispositivs, was ich ethnographisch zu erfassen versucht habe. Neben Fragen der Anerkennung wurden auch (Selbst-)Entfremdungs- und Missachtungserfahrungen thematisiert. Diese können mit Erfahrungen fehlender Resonanz oder gar Dissonanz einhergehen.
2. *Fallbeispiele und Typisierung:* Anhand der typisierten Fallbeispiele konnten unterschiedliche Resonanz- und Anerkennungsverhältnisse beschrieben werden. Erst eine Ausdifferenzierung nach verschiedenen Typen kann die feine Verwobenheit von Resonanz- und Anerkennungserfahrungen durchdringen.

Typ I: Der Magersüchtige: Hier kulminiert die Körpererfahrung im Fitnesstraining im Ausbleiben von Resonanz. Der Leib antwortet irgendwann nicht mehr, er verweigert die Rückmeldung. An die Stelle der ‚Resonanzbesessenheit‘ tritt die Erfahrung eines kompletten Resonanzverlustes im Sinne einer radikalen Selbstentfremdung. Dem fehlenden Spüren des eigenen Leibes korrespondiert eine disziplinierende Unterwerfung des Körpers, zu dem der Magersüchtige ein zunehmend instrumentelles und ausbeutendes Verhältnis entwickelt. Mit zunehmender Zeit ist er akut gefährdet, seine Körperbalance zu verlieren und auch psychische Folgekosten in Kauf nehmen zu müssen.

Typ II: Die Ausgeglichene: Das vorhandene Resonanzverlangen kann sich die Ausgeglichene im Fitness-Studio besorgen, ohne das richtige Maß zu verlieren. Im Unterschied zu den anderen Typen könnte man gar von einer Art der ‚Resonanzvergessenheit‘ sprechen, da sich diese als Produkt der leiblichen Interaktion mit dem Körper und anderen Individuen sozusagen automatisch

einstellt. Leib, Körper und Psyche befinden sich in einem positiven, schwingenden Verhältnis zueinander. Physisch induzierte Prozesse laufen dabei ab, die sich gegenseitig verstärken.

Typ III: Der Bodybuilder: Dessen Tun im Fitness-Studio kann als ‚resonanzversessen‘ klassifiziert werden, zumindest was die leibliche Eigenresonanz anbelangt. Der Körper wird einem knallharten Regime unterworfen, was die Selbstanerkennung befördert und gleichzeitig die Anerkennung der anderen provoziert. Durch ein verändertes Schönheitsideal bei Männern und Frauen (!) erhält der über Bodybuilding gestählte Körper neue Attraktivität, die sich auch gesundheitlich (bei adäquater Dosierung) positiv auszuwirken vermag.

3. *Resonanz, Zeit, Steigerungs- und Optimierungslogik:* Als übergreifender Trend ist festzuhalten, dass potenzielle Resonanzerfahrungen in Zeiten der Optimierung unter Druck geraten. Dem entspricht auf der Praxisebene ein immer effektiveres Training (Kurse von 30 Minuten). Positive und negative, weil instrumentelle Formen von Resonanz sind identifiziert und in den Kontext einer auf Wachstum- und Steigerungslogik basierten kapitalistischen Gesellschaft gestellt worden.

Literatur

- Bette, Karl-Heinrich (2010): Sportsoziologie. Bielefeld: Transcript.
- Binswanger, Mathias (2006): Die Tretmühlen des Glücks: wir haben immer mehr und werden nicht glücklicher - was können wir tun? Freiburg im Breisgau: Herder Verlag.
- Botton de, Alain (2006): StatusAngst. Frankfurt am Main: Fischer.
- Bremer, Helmut und Andrea Lange-Vester (Hg.) (2006): Soziale Milieus und Wandel der Sozialstruktur. Wiesbaden: VS-Verlag.
- Bühmann, Andrea und Schneider (2008): Vom Diskurs zum Dispositiv. Eine Einführung in die Dispositivanalyse. Bielefeld: Transcript.
- Deleuze, Gilles (1991): Was ist ein Dispositiv? In: Ewald, François und Bernhard Waldenfels (Hg.), Spiele der Wahrheit. Michel Foucaults Denken. Frankfurt am Main: Suhrkamp, S. 153-162.
- Deleuze, Gilles (1993): Unterhandlungen. 1972-1990. Frankfurt am Main (Ersterscheinung Pourparlers 1972-1990, 1990).
- Dworkin, Ronald (2013): Gerechtigkeit für Igel. Berlin: Suhrkamp.
- Eberlein, Undine (2011): Leibliche Resonanz. Phänomenologische und andere Annäherungen, in: Andermann, Kerstin und Undine Eberlein (Hg.), Gefühle als Atmosphären. Neue Phänomenologie und philosophische Emotionstheorie. Berlin: Akademie-Verlag, S. 141-152.
- Foucault, Michel (1989): Die Sorge um sich. Sexualität und Wahrheit 3. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Fuchs, Thomas (2000): Leib, Raum, Person. Entwurf einer phänomenologischen Anthropologie. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Fuchs, Thomas (2003): Non-verbale Kommunikation: Phänomenologische, entwicklungspsychologische und therapeutische Aspekte, abrufbar unter:
http://www.klinikum.uni-heidelberg.de/fileadmin/zpm/psychatrie/pdf/non_verbal.pdf
- Geertz, Clifford (1991): Dichte Beschreibung. Beiträge zum Verstehen kultureller Systeme. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Gugutzer, Robert (2005): Der Körper als Identitätsmedium: Eßstörungen, in: Schroer, Markus (Hg.), Soziologie des Körpers. Frankfurt am Main: Suhrkamp, S. 323-355.
- Gugutzer, Robert (2006): Leibliches Verstehen. Zur sozialen Relevanz des Spürens, in: Soziale Ungleichheit, kulturelle Unterschiede: Verhandlungen des 32. Kongresses der Deutschen Gesellschaft für Soziologie in München. Teilband 1 und 2. Rehberg, Karl-Siegbert (Hrsg.) Frankfurt am Main: Campus, S. 4536-4546.
- Gugutzer, Robert (2013): Soziologie des Körpers. 4., unveränderte Auflage. Bielefeld: transcript.

- Haubl, Rolf (2001): Neidisch sind immer nur die anderen. Über die Unfähigkeit, zufrieden zu sein. München: Beck.
- Hakim, Catherine (2010): Erotic Capital, in: *European Sociological Review*, 26:5, S. 499-518.
- Hidding, Jörg (2004): Deutschland – Schweiz. Vergleich zweier Fitnessmärkte anhand aktueller Studien, in: *Fitness Tribüne* 92: 44-47.
- Hirschauer, Stefan und Klaus Amann (1997): Die Befremdung der eigenen Kultur. Zur ethnographischen Herausforderung soziologischer Empirie. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Honer, Anne (2011a): Kleine Leiblichkeiten: Erkundungen in Lebenswelten. Wiesbaden: VS-Verlag.
- Honer, Anne (2011b): Bodybuilding als Sinnsystem. Elemente, Aspekte und Strukturen, in: dies., (2011a), S. 105-120.
- Honer, Anne (2011c): Beschreibung einer Lebenswelt. Zur Empirie des Bodybuilding, in: dies., (2011a), S. 89-103.
- Jäger, Siegfried (2012): Kritische Diskursanalyse. Eine Einführung. 6., vollständig überarbeitete Auflage. Münster: Unrast-Verlag.
- Kirchhoff, Bodo (1978): Body-Building – Versuch über den Mangel, in: *Kursbuch* 52. Berlin: Kursbuchverlag, S. 9-21.
- Koppetsch, Cornelia (2000): Die Verkörperung des schönen Selbst. Zur Statusrelevanz von Attraktivität, in: dies., (Hg.), *Körper und Status. Zur Soziologie der Attraktivität*. Konstanz: UVK, S. 99-124.
- Link, Jürgen (1999): Versuch über den Normalismus. Wie Normalität produziert wird. 2., aktualisierte und erweiterte Auflage. Opladen, Wiesbaden: Westdeutscher Verlag.
- Marzano, Michaela (2013): Philosophie des Körpers. München: Diederichs Verlag.
- Mauss, Marcel (1989, orig. 1950): Der Begriff der Technik der Körpers, in: ders., *Soziologie und Anthropologie* 2. Frankfurt am Main: Fischer, S. 199-220.
- Meuser, Michael (2004): Zwischen „Leibvergessenheit“ und „Körperboom“. Die Soziologie und der Körper, in: *Sport und Gesellschaft – Sport and Society*, 1:3, S. 197-218.
- Kläber, Mischa (2010): Körper-Tuning. Medikamentenmissbrauch im Fitness-Studio, in: *Sport und Gesellschaft – Sport and Society* 7:3, S. 213-235.
- Neckel, Sighard (1999): Blanker Neid, blinde Wut? Sozialstruktur und kollektive Gefühle, in: *Leviathan* 27:2, S. 145-165.
- Nullmeier, Frank (2000): Politische Theorie des Wohlfahrtsstaats. Frankfurt/New York: Campus.
- Pfaller, Robert (2002): Die Illusionen der anderen: über das Lustprinzip in der Kultur. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Pfaller, Robert (2011): Wofür es sich zu leben lohnt. Elemente materialistischer Philosophie. Frankfurt: S. Fischer.

- Pfaller, Robert (2012): „Genuss ist politisch“, Interview in: Zeit Online vom 19.11.2012.
- Rail, Geneviève und Jean Harvey (1995): Body at Work: Michel Foucault and the Sociology of Sport, in: Sociology of Sport Journal 12:2: 164-179.
- Ricoeur, Paul (2006): Wege der Anerkennung. Erkennen, Wiedererkennen, Anerkanntsein. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Rosa, Hartmut (1999): Kapitalismus und Lebensführung. Perspektiven einer ethischen Kritik der liberalen Marktwirtschaft, in: Deutsche Zeitschrift für Philosophie, 47:5, S. 735-758.
- Rosa, Hartmut (2012): Weltbeziehungen im Zeitalter der Beschleunigung. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Rosa, Hartmut (2014/15): Resonanz. Frankfurt am Main (Manuskript, im Erscheinen).
- Sartre, Jean Paul (1962, [1943]): Das Sein und das Nichts. Versuch einer phänomenologischen Ontologie. Hamburg: Rowohlt.
- Schmid, Wilhelm (2000): Schönes Leben? Einführung in die Lebenskunst. In: Bibliothek der Lebenskunst. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Schmitz, Hermann (1985): Phänomenologie der Leiblichkeit, in: Petzold, Hilarion (Hg.), Leiblichkeit: philosophische, gesellschaftliche und therapeutische Perspektiven. Paderborn: Junfermannsche Verlagsbuchhandlung, S. 71-106.
- Schroer, Markus (Hg.) (2005): Soziologie des Körpers. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Thiele, Jörg (2003): Ethnographische Perspektiven der Sportwissenschaft in Deutschland – Status Quo und Entwicklungschancen [37 Absätze]. Forum Qualitative Sozialforschung / Forum: Qualitative Social Research, 4(1), Art. 14, <http://nbn-resolving.de/urn:nbn:de:0114-fqs0301147>.
- Waldenfels, Bernhard (1999): Sinnesschwellen. Studien zur Phänomenologie des Fremden 3. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Waldenfels, Bernhard (2000): Das leibliche Selbst. Vorlesungen zur Phänomenologie des Leibes. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Wetzel, Dietmar J. (2010): „Alterität, Intersubjektivität und Anerkennung – zwischen Theorie und Praxis“, in: Claudia Czycholl, Inge Marszolek und Peter Pohl (Hg.), Zwischen Normativität und Normalität. Theorie und Praxis der Anerkennung in interdisziplinärer Perspektive, Essen: Klartext-Verlag, S. 61-78.
- Wetzel, Dietmar J. (2013): Soziologie des Wettbewerbs. Eine kultur- und wirtschaftssoziologische Analyse der Marktgesellschaft. Wiesbaden: VS-Verlag.
- Wetzel, Dietmar J. (2014): Polyamouröse Beziehungen als gelingende Lebensform? Eine resonanz- und anerkennungsanalytische Perspektive (Working Paper am Kolleg „Postwachstumsgesellschaften“, Universität Jena) (in Vorbereitung).