



PATRICK
DER KURY
ÜBERFORDERTE
MENSCH EINE
WISSENS-
GESCHICHTE
VOM STRESS
ZUM BURNOUT

campus

Der überforderte Mensch

Campus Historische Studien
Band 66

Herausgegeben von Rebekka Habermas, Heinz-Gerhard Haupt,
Stefan Rebenich, Frank Rexroth und Michael Wildt

Wissenschaftlicher Beirat
Ludolf Kuchenbuch, Jochen Martin, Heide Wunder

Patrick Kury, Dr. phil., ist Privatdozent und Oberassistent für Geschichte des
19. und 20. Jahrhunderts und Schweizer Geschichte an der Universität Bern.

© Campus Verlag GmbH

Patrick Kury

Der überforderte Mensch

Eine Wissensgeschichte vom Stress zum Burnout

Campus Verlag
Frankfurt/New York

© Campus Verlag GmbH

2010 als Habilitationsschrift angenommen von der Philosophisch-historischen Fakultät der Universität Bern

Gedruckt mit Unterstützung des Schweizerischen Nationalfonds zur Förderung der Wissenschaft (SNF)

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.
ISBN 978-3-593-39739-9

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Copyright © 2012 Campus Verlag GmbH, Frankfurt am Main

Umschlaggestaltung: Guido Klütsch, Köln

Umschlagmotiv: © picture-alliance/dieKLEINERT.de/Arnold Metzinger

Satz: Campus Verlag GmbH, Frankfurt am Main

Druck und Bindung: Beltz Druckpartner, Hemsbach

Gedruckt auf Papier aus zertifizierten Rohstoffen (FSC/PEFC).

Printed in Germany

Dieses Buch ist auch als E-Book erschienen.

www.campus.de

© Campus Verlag GmbH

Inhalt

1. Einleitung	9
2. Ein schwer fassbarer Gegenstand: Die Geschichte des Stresses ..	23
3. Neurasthenie: Ein Stressphänomen <i>avant la lettre?</i>	37
3.1 Nerven unter Strom oder: Macht die Moderne krank?	40
3.2 Neurasthenierezeption in Deutschland	44
3.3 Neurasthenie und Stress	52
4. Bedrohung und Anpassung: Zur Genealogie der Stressforschung vor dem Hintergrund des Zweiten Weltkriegs	55
4.1 Walter B. Cannon: Konzeptioneller und begrifflicher Ideengeber	56
4.2 Hans Selye und das Allgemeine Anpassungssyndrom.	63
4.3 Die angelsächsische Militärpsychiatrie und der frühe Stressbegriff	68
4.4 Das Stresskonzept setzt sich durch.	77
5. Kritik und Rezeption: Stressforschung in Nordamerika und Skandinavien seit den späten 1940er Jahren	89
5.1 Die psychosoziale Stressforschung in Nordamerika	89
5.2 Sozialmedizinische Stressforschung in Schweden.	101

6. Belastung im Zeitalter von Wiederaufbau und Wirtschaftswachstum: Die Managerkrankheit	109
6.1 Terminologie	111
6.2 Die Managerkrankheit als medizinisches Deutungsangebot. . .	118
6.3 Die Brückenfunktion der Managerkrankheit.	145
7. Stressrezeption und der Umgang mit kriegsbedingten Leiden in Westdeutschland 1950 bis 1975.	177
7.1 Erste Ansätze der Beschäftigung mit Stress im deutschsprachigen Raum.	178
7.2 Gründe für die marginale Rezeption	196
7.3 Die Problematisierung kriegsbedingter psychischer Leiden . . .	206
7.4 Exkurs: »KZ-Syndrom« und <i>Post-Traumatic Stress Disorder</i> . . .	217
8. Das psychosoziale Stresskonzept und neue Technologien des Selbst: Stress im gesellschaftlichen Wandel der 1970er Jahre	223
8.1 Zirkulation von Wissen und die Vergesellschaftung von Stress	224
8.2 Auf der Suche nach einem neuen Mensch-Umwelt-Verhältnis.	245
8.3 Stress und Selbstführung: Die ersten Ratgeber.	253
9. Leben in der Stressgesellschaft: Anpassung, Optimierung und Erschöpfung	267
9.1 Psychosozialer Stress: Ursachen und gesundheitliche Folgen . .	267
9.2 Burnout – eine Stresserkrankung?	270
9.3 Erschöpfung im Zeitalter von Selbstoptimierung, Flexibilisierung und Beschleunigung	279
9.4 Auflehnung und Anpassung: Die doppelte Funktion von Stress und Burnout.	288

10. Schluss	291
Bibliografie	299
Dank	331
Personenregister.....	333
Sachregister	338

1. Einleitung

Stress zählt zu den populärsten und schillerndsten Begriffen sowohl der Wissenschafts- als auch der Alltagssprache. Er gilt als Ursache persönlichen Unbehagens und verschiedenster gesundheitlicher Störungen. In der Wissenschaft hat sich der Begriff seit den 1950er Jahren nach Fachrichtungen stark ausdifferenziert, was sich in einer nahezu uferlosen Forschungsliteratur niedergeschlagen hat. Über die fachwissenschaftliche Beschäftigung hinaus ist Stress seit Mitte der 1970er Jahre zu einem bevorzugten Thema populärwissenschaftlicher Darstellungen und unzähliger Ratgeber geworden. Auch in Presse und Fernsehen wird der Begriff täglich verwendet. Der Terminus Stress ist damit aus der Alltagssprache nicht mehr wegzudenken. Er ist zu einer bevorzugten Chiffre der Selbstbeschreibung geworden.

Zahlreiche Untersuchungen belegen, dass in den postindustriellen Informations- und Dienstleistungsgesellschaften laufend mehr Menschen über Stress klagen.¹ Bereits 1976 hatte das deutsche Nachrichtenmagazin *Der Spiegel* Stress als »Krankheit des Jahrhunderts« bezeichnet.² Im Jahr 2001 hielt das Regionalbüro Europa der Weltgesundheitsorganisation (WHO) in Kopenhagen fest, dass psychische Erkrankungen und durch Stress bedingte Gesundheitsstörungen die häufigsten Ursachen für den vorzeitigen Tod von Menschen bilden. Ein Jahr später sah die Europäische Agentur für Sicherheit und Gesundheitsschutz am Arbeitsplatz »ganz Europa im Stress« und erklär-

1 Zur Charakterisierung des sozioökonomischen Wandels während des ausgehenden 20. und beginnenden 21. Jahrhunderts stützt sich die Arbeit auf den Begriff der postindustriellen Gesellschaft von Daniel Bell. Gegenüber dem Begriff der Postmoderne, der auch ästhetisch-philosophische Prozesse seit den 1960er Jahren zu fassen versucht, umschreibt der Terminus der postindustriellen Gesellschaft die Transformation von einer Industriegesellschaft hin zu einer Wissens- und Dienstleistungsgesellschaft. Vgl. hierzu: Bell, *Post-Industrial Society*.

2 »Streß. Neue Krankheit des Jahrhunderts«, *Der Spiegel*, 19.2.1976, Nr. 7, S. 46–59.

te, dass mehr als die Hälfte aller Arbeitsfehltag in der EU mit stressbedingten Problemen in Zusammenhang stehe.³

In den vergangenen Jahren hat die wissenschaftliche und mediale Beschäftigung mit Stress nochmals stark zugenommen. Im Frühjahr 2011 widmete etwa das populärwissenschaftliche Magazin *Der Spiegel Wissen* dem Thema eine eigene Nummer. Unter dem Titel »Das überforderte Ich: Stress – Burnout – Depression« beschäftigten sich verschiedene Autorinnen und Autoren ausführlich mit den gesundheitlichen Konsequenzen der postindustriellen Leistungsgesellschaft. In ihrem Editorial hielten sie fest: »Millionen Deutsche leiden unter Niedergeschlagenheit und innerer Lehre. Für das, was die Menschen quält, haben Ärzte und Psychologen eine ganze Reihe von Bezeichnungen, sie sprechen von Burnout-Syndrom, affektiver Störung oder Neurasthenie.« Dies seien Diagnosen, so die Autoren weiter, »die oft schwer voneinander abzugrenzen sind und eines gemeinsam haben: Auslöser der Erkrankung ist häufig Stress – eine Belastung, die in der beschleunigten, vernetzten Welt wohl weiter zunehmen wird.«⁴ Nur wenige Wochen zuvor hatte dasselbe Nachrichtenmagazin detailliert auf den rasanten Anstieg verschiedener Erschöpfungskrankheiten im 21. Jahrhundert hingewiesen.⁵ Im September des gleichen Jahres berichtete das Konkurrenzblatt *Focus* unter dem Titel »Generation Burnout« über das zur Volkskrankheit avancierte »Erschöpfungssyndrom«.⁶ Der Artikel gab eine Einführung ins Thema und dokumentierte die Zunahme von Burnout anhand von bekannten und weniger bekannten Fallgeschichten. Darüber hinaus lieferte der Beitrag nach Art eines populärmedizinischen Ratgebers eine 131 Namen umfassende Liste medizinischer und psychologischer Sachverständiger. Zudem lag dem

3 WHO, *Mental Health in Europe*, S. 12. Vgl. auch: WHO-Regionalbüro für Europa, *Gesundheitsbericht 2002*, S. 42–44; Diamantopoulou, »Europa im Stress«, *Magazine*, 30.4.2010, S. 3.

4 »Editorial«, in: »Das überforderte Ich. Stress – Burnout – Depression«, *Der Spiegel Wissen*, 1/2011, S. 3.

5 Gemäß den Angaben des Nachrichtenmagazins *Der Spiegel* litten in Deutschland im Jahr 2011 vier Millionen Menschen unter Burnout und Depressionen. Die Zunahme von psychischen Erkrankungen habe in den vergangenen zehn Jahren um 78 Prozent zugenommen, und 38 Prozent aller Personen, die aus gesundheitlichen Gründen frühzeitig aus dem Berufsleben ausscheiden, täten dies aufgrund seelischer Erkrankungen. Vgl. »Volk der Erschöpften«, *Der Spiegel*, 24.1.2011, Nr. 4, S. 114–122, hier S. 115.

6 »Eine Generation brennt aus«, *Focus*, 12.9.2011, Nr. 37, S. 76–96. Auch der Heftaufmacher lautete: »Generation Burnout«.

Heft eine DVD bei, mit der sich die Leserschaft über »Die 5 besten Strategien gegen Stress« kundig machen konnte.⁷

Es besteht kein Zweifel: Stress ist ein wissenschaftliches und mediales Großereignis. Doch während sich die gesteigerte Wahrnehmung von Stress sowie die Zunahme sogenannter Stressfolgeerkrankungen wie Burnout mittels repräsentativer Umfragen und Statistiken leicht dokumentieren lassen, ist die Frage, was unter Stress zu verstehen ist, weniger einfach zu beantworten. Ist Stress etwa, wie es die Hormonforschung seit den 1950er Jahren postuliert, eine biochemische Reaktion des Organismus auf grundsätzlich jede physische oder psychische Herausforderung? Ist Stress, wie es der *Spiegel*-Artikel von 1976 suggerierte, eine Krankheit, die mit medizinisch-epidemiologischen Kriterien gefasst werden kann? Oder ist Stress eher ein Sammelbegriff, der schwer zu fassende Belastungen unterschiedlichster Art sowie diffuses Unbehagen zu bündeln vermag? Ein Unbehagen *nota bene*, das im Zuge raschen sozialen Wandels zugenommen hat? Oder ist Stress möglicherweise all dies zusammen?

Übereinstimmung herrscht bezüglich der negativen Konnotation des Begriffs: Stress wird primär als etwas Belastendes, Unangenehmes und Bedrohliches wahrgenommen, was auch unter dem Terminus *Distress* gefasst wird. Deutlich weniger häufig wird Stress als etwas Positives, Stimulierendes, Motivierendes verstanden, wofür der Begriff *Eustress* steht.⁸ Zugleich gehen die meisten Definitionen von Stress davon aus, dass es sich dabei um einen Sammelbegriff für ganz unterschiedliche belastende Einflüsse handelt, mit denen die körperliche Aktivierung des Organismus und die Steigerung des emotionalen Erregungszustandes einhergehen.⁹ Weitgehend unumstritten ist zudem die Annahme, dass Stress ein Massenphänomen ist, das in engem Zusammenhang mit den Lebensbedingungen der Menschen in technisch hoch entwickelten Gesellschaften nach 1945 steht. Zwar wird in der Literatur immer wieder hervorgehoben, dass Menschen früherer Epochen ebenfalls enormen Belastungen ausgesetzt waren und körperliche und emotionale Anpassungsleistungen zu erbringen hatten. So betonte der schwedische Stressforscher Lennart Levi bereits in einer der ersten auf Deutsch erschienenen Publikationen zum Stress 1964, dass die durch Epidemien, Hungersnöte,

⁷ Die DVD enthält folgende Kapitel: 1. Was ist Stress?; 2. Diagnose und Therapie; 3. Dem Stress rechtzeitig vorbeugen; 4. Zen – den Blick fürs Wesentliche schärfen; 5. Die besten Tipps gegen Stress.

⁸ Cooper/Dewe, *Brief History*, S. 28–31.

⁹ Brockhaus, *Brockhaus Psychologie*, S. 586. Vgl. zur Fülle der Artikel: Fink, *Encyclopedia of Stress*, 3 Bde.

Willkür von Herrschenden und ökonomische Unsicherheiten hervorgerufenen Belastungen in den vergangenen Jahrhunderten sogar um einiges höher gewesen sein müssen als in der Zeit nach dem Zweiten Weltkrieg.¹⁰ Allerdings, so gilt es zu ergänzen, konnten diese Belastungserfahrungen vor der Konzeptualisierung von Stress nicht medizinisch gedeutet werden, so dass auch kein entsprechender gesellschaftlicher Diskurs darüber stattgefunden hat. Deshalb ist nicht mit Gewissheit zu sagen, ob Zeitgenossen früherer Epochen physische und psychische Belastungen in einer vergleichbaren Weise wahrgenommen haben wie Menschen in der zweiten Hälfte des 20. und zu Beginn des 21. Jahrhunderts.

In den vergangenen 60 Jahren haben sich – wie das Buch ausführlich zeigen wird – die Vorstellungen davon, was unter Stress zu verstehen ist, immer wieder gewandelt. 1946 bezeichnete der Biochemiker und Mediziner Hans Selye, der *Grandseigneur* der physiologischen Stressforschung, Stress erstmals als denjenigen Zustand eines Organismus, der sich durch eine dreistufige hormonelle Reaktion des Körpers auf jegliche Art von Herausforderung oder Schädigung manifestiert.¹¹ Seit Mitte der 1930er Jahre hatte Selye an der McGill-Universität in Montreal zu physiologisch-hormonellen Mechanismen geforscht. Den dabei entdeckten stereotypen Ablauf der Reaktionen, den er 1936 erstmals beschrieben hatte, bezeichnete Selye als *Allgemeines Anpassungssyndrom*.¹² Zehn Jahre später führte er die Abläufe des Allgemeinen Anpassungssyndroms mit dem Terminus Stress zusammen, ein Begriff, den vor Selye der amerikanische Physiologe Walter B. Cannon zur Beschreibung körpereigener Vorgänge verwendet hatte.¹³ Etwa gleichzeitig mit Hans Selye, jedoch unabhängig von ihm, verwendeten seit dem Zweiten Weltkrieg britische und amerikanische Militärmediziner und -psychiater den Begriff Stress. Die Bezeichnung diente ihnen zur Beschreibung unterschiedlicher physischer und psychischer Belastungen, denen Fliegersoldaten im Gefecht ausgesetzt waren, sowie teilweise auch für die Folgen dieser Belastungen, unter denen Soldaten noch lange nach dem Kriegseinsatz litten.¹⁴

Nach 1950 waren es vor allem die angelsächsische Psychosomatik und Psychologie sowie die an psychosomatischen Zusammenhängen interessierte

10 Levi, *Stress*.

11 Selye, *General Adaptation Syndrome*, S. 119; ders., *Stress beherrscht unser Leben*, S. 356.

12 Selye, *Nocuous Agents*, S. 32.

13 Selye, *Physiology and Pathology*, S. 13–15 und 27; Cannon, *Interrelations of Emotions*, S. 262; ders., *Stresses and Strains*, S. 13.

14 Vgl. bspw.: Grinker/Spiegel, *Men under Stress*; Wright, *Operational Strain*. Zur emotionalen Belastung der Familien von Soldaten im Krieg vgl. auch: Hill, *Families under Stress*.

Sozialmedizin schwedischer Provenienz, welche die Stressforschung nachhaltig prägten.¹⁵ Als herausragende Vertreter der frühen psychologischen, psychosomatischen und sozialmedizinischen Erforschung von Stress sind für den angelsächsischen Raum der Neurologe Harold G. Wolff und der Psychologe Richard S. Lazarus zu nennen, im europäischen Forschungszusammenhang ragt der schwedische Sozialmediziner Lennart Levi heraus.

Mit den Arbeiten dieser Wissenschaftler setzten sich nach und nach psychosoziale Konzeptionen von Stress durch. Sie rückten die Wahrnehmung und Deutung des Verhältnisses zwischen Mensch und Umwelt in den Mittelpunkt, womit den sozialen und kulturellen Einflüssen sowie den individuellen Deutungs- und Bewältigungsstrategien des Individuums eine zentrale Bedeutung im Erleben von Stress zugeordnet wurde. Diese Neukonzeption von Stress war so erfolgreich, dass der Begriff seither vor allem die psychosomatischen und psychischen Komponenten von Belastungsvorgängen in den Blick nimmt. Selbst Hans Selye bemerkte gegen Ende seines Lebens, dass sich seine eigene Beschäftigung mit Stress von »einer streng medizinischen zu einer mehr verhaltenspsychologischen Orientierung« entwickelt habe.¹⁶ Damit verwies Selye implizit auf die Geschichtlichkeit des Stresskonzepts, obwohl er in seinen früheren Schriften die Ahistorizität des physiologisch-hormonellen Stressvorgangs mehrfach betont hatte.

Das psychosoziale Stressverständnis schuf die Voraussetzung für eine breite wissenschaftliche Stressrezeption und zugleich für die Popularisierung von Stress. Die Thematisierung von Stress in Massenmedien und Ratgebern bewirkte seit Mitte der 1970er Jahre eine regelrechte diskursive Explosion, die bis in die Gegenwart anhält. Das Reden über Stress ist seither nicht mehr nur medizinischen Expertinnen und Experten vorbehalten. Stress ist zum kulturellen Code geworden, mit dem grundsätzlich alle als belastend empfundenen Situationen in Arbeit und Alltag charakterisiert werden.

Soweit einige Bemerkungen zur Aktualität und Entwicklung von Stress. Bleibt die Frage, weshalb Stress in den vergangenen Jahrzehnten zu einem allgegenwärtigen und den Alltag der Menschen bestimmenden Thema geworden ist. Um dies zu klären, werde ich darlegen, wie sich das zunächst fast ausschließlich von angelsächsischen Medizinern und Psychologen thematisierte Stresskonzept nach 1950 im deutschsprachigen Raum, insbesondere in der Bundesrepublik Deutschland, entwickelt, ausdifferenziert und popularisiert hat. Es wird sich zeigen, dass der Erfolg des Stresskonzepts in

¹⁵ Cooper/Dewe, *Brief History*, S. 39.

¹⁶ Selye, *Stress – Mein Leben*, S. 125. Vgl. hierzu: Cooper/Dewe, *Brief History*, S. 32.

der Gegenwart nicht voraussehbar war und nur im Wechselspiel mit gesellschaftlichen, technischen, politischen und kulturellen Entwicklungen nachzuvollziehen ist.

Obwohl der Blick im Folgenden vor allem für die frühe Geschichte des Stresskonzepts über die Grenzen Deutschlands hinausreicht, steht später der Umgang mit Stress in Westdeutschland nach 1945 im Mittelpunkt. Dieser Fokus bietet sich zunächst aufgrund des Forschungsstands an. Im Gegensatz zum angelsächsischen Raum liegt für den deutschen Sprachraum, abgesehen von kürzeren Darstellungen zu einzelnen Teilaspekten, noch keine Geschichte des Stresses vor.

Darüber hinaus gibt es auch wissenschafts- und gesellschaftsgeschichtliche Besonderheiten, die für einen konzentrierten Blick auf den deutschen Sprachraum sprechen: In der Bundesrepublik setzte sich der Stressdiskurs in Wissenschaft und Öffentlichkeit im Vergleich zum nordamerikanischen oder skandinavischen Raum erst spät durch, nämlich in der Mitte der 1970er Jahre, und dies, obwohl der Begriff in der deutschen Medizin seit den frühen 1950er Jahren bekannt war. Warum aber erfolgte die Thematisierung von Stress im deutschsprachigen Raum verzögert? Um dies zu beantworten, werde ich die wissenschafts- und sozialhistorischen Besonderheiten in Deutschland hinsichtlich der Thematisierung von Stress herausarbeiten und mit dem transnationalen Wissen über Stress in Beziehung setzen. Der wissenschaftsgeschichtliche Fokus auf die Bundesrepublik und ergänzend auf Österreich und die Schweiz eröffnet zugleich neue Perspektiven auf gesellschaftliche Zusammenhänge nach 1945, so dass eine Wissensgeschichte als Gesellschafts- und Kulturgeschichte und *vice versa* vorliegt.

Das Buch ist chronologisch aufgebaut: Nach der Einleitung und der Darlegung theoretischer Überlegungen, die es ermöglichen, Stress historisch zu fassen, widmet sich das dritte Kapitel dem Neurastheniediskurs. In den Jahren zwischen 1880 und dem Ersten Weltkrieg bildete Neurasthenie ein weit verbreitetes Belastungs- und Erschöpfungsleiden insbesondere des städtischen Bürgertums. In der Geschichtswissenschaft sowie in populärwissenschaftlichen Darstellungen wird Neurasthenie verschiedentlich als Frühform von Stress, überzeugender jedoch als erste sogenannte Zivilisationskrankheit beschrieben. Auch ich verstehe die Neurasthenie nicht als Vorläufer von Stress. Vielmehr dient der Blick auf den Neurastheniediskurs dem diachronen Vergleich. Ziel eines solchen Vergleichs ist es, die zeitgenössischen Besonderheiten herauszuarbeiten sowie mögliche Anleihen und strukturelle Gemeinsamkeiten mit anderen Belastungsdiskursen und Zivilisationskrank-

heiten erkennbar zu machen.¹⁷ Der Blick auf die Neurasthenie ist deshalb lohnenswert, weil verschiedene Theoreme des Neurastheniediskurses im Diskurs über die Managerkrankheit und das Burnout eine Fortführung beziehungsweise eine semantische Umdeutung erfahren haben.

Im vierten Kapitel wird die Genealogie des Stresskonzepts in den USA und Kanada zwischen der Mitte der 1930er Jahre und den frühen 1950er Jahren nachgezeichnet. Hier wird gezeigt, wie Stress im Kontext medizinischer und militärpsychiatrischer Diskurse während des Zweiten Weltkriegs konzipiert wurde und auf welche älteren wissenschaftlichen Konzepte, wie die Homöostase, sich die damalige Stressforschung stützte. Im Fokus stehen dabei vor allem der amerikanische Physiologe Walter B. Cannon und der österreichisch-ungarisch-kanadische Mediziner und Biochemiker Hans Selye.

Einen kurzen Überblick über die psychosomatische, psychologische und sozialmedizinische Stressforschung von den 1950er bis in die 1970er Jahre im nordamerikanischen und skandinavischen Raum – sei es in Abgrenzung zu oder in partieller Übernahme von Selyes physiologischem Stresskonzept – bietet das fünfte Kapitel. Während sich die physiologische Stressforschung in Richtung der Psychoneuroimmunologie weiterentwickelte, bildete die psychosozial orientierte Forschungsrichtung später die Grundlage für die Popularisierung von Stress im deutschsprachigen Raum. Zu den herausragenden Exponenten der frühen psychologischen, psychosomatischen und sozialmedizinischen Stressforschung gehören Harold G. Wolff, Richard S. Lazarus sowie Lennart Levi. Besonders die Forschungen von Lennart Levi waren ab Mitte der 1970er Jahre für die Rezeption und Popularisierung des Stresskonzepts in Westdeutschland, aber auch in Österreich und der Schweiz wegweisend.

Das sechste Kapitel befasst sich mit dem Belastungsdiskurs der sogenannten Managerkrankheit im deutschsprachigen Raum. Sie ist bisher weder in der Medizin- noch in der Sozialgeschichte eingehend behandelt worden. Ich werde darlegen, wie in der deutschsprachigen Wissenschaft und Öffentlichkeit der 1950er Jahre die als Belastung wahrgenommenen Einflüsse im Zusammenhang mit Wiederaufbau und Wirtschaftswachstum unter dem Etikett der Managerkrankheit diskutiert und auf diese Weise medizinisch gedeutet wurden. Dies geschah zu einem Zeitpunkt, als sich im nordamerikanischen und skandinavischen Raum die psychosoziale Stressforschung etablierte. Die Managerkrankheit ermöglichte es, eine Brücke zwischen einer

¹⁷ Vgl. zum Begriff der *Zivilisationskrankheit*: Roelcke, *Krankheit und Kulturkritik*, S. 121.

älteren, nationalsozialistisch geprägten Medizin und der Medizin nach 1945 zu schlagen. Dieses Krankheitskonzept schien plausibel, um unterschiedliche physische und psychische Leiden der Nachkriegszeit zu deuten.

Während mit dem Begriff Managerkrankheit die physischen und psychischen Folgen von Wirtschaftswunder und Wiederaufbau in den 1950er Jahren breit diskutiert wurden, blieb die Thematisierung der psychischen Folgen von Krieg und Verfolgung während längerer Zeit weitgehend aus. Kapitel sieben widmet sich der zurückhaltenden Stressrezeption in Endokrinologie, Psychiatrie, Psychologie und Psychosomatik in Westdeutschland zwischen Mitte der 1950er und Mitte der 1970er Jahre. In Ergänzung zu meiner These, dass die Managerkrankheit die Übernahme des Stresskonzepts in den 1950er Jahren gehemmt hatte, werde ich weitere Ursachen für die zunächst marginale Beschäftigung mit Stress in Deutschland darlegen. So zeigt das Kapitel, dass zwar eine kleine Minderheit von deutschsprachigen Psychiatern, Psychologen und Psychosomatikern Selyes Stresskonzept anzuwenden versuchte, sich aber nicht durchsetzen konnte.

Das achte Kapitel stellt die wissenschaftliche und massenmediale Etablierung des psychosozialen Stresskonzepts im deutschen Sprachraum in der Mitte der 1970er Jahre dar. Die Frage ist dabei, warum sich das psychosoziale Stresskonzept gerade zu diesem Zeitpunkt durchzusetzen begann. Die Vergesellschaftung von Stress Mitte der 1970er Jahre fiel mit dem einsetzenden Bewusstsein für ökologische Krisen, aber auch mit neuen ökonomischen Krisenerfahrungen sowie mit der gesellschaftspolitischen Thematisierung von Lebensqualität zusammen. Das psychosoziale Stresskonzept, so die These, war gleichsam Produkt und Faktor eines sich damals neu formierenden Mensch-Umwelt-Verhältnisses.

Mit der Durchsetzung des psychosozialen Stresskonzepts in der Bundesrepublik, in Österreich und in der Schweiz Mitte der 1970er Jahre war die Voraussetzung für die bis heute nicht abreißende Dynamisierung des Stressdiskurses in Wissenschaft und Öffentlichkeit geschaffen. Stress avancierte zum Code individueller Selbstbeschreibung. So steht im neunten Kapitel einerseits der Aufstieg des Stressdiskurses und damit verbunden der Aufstieg der Stressfolgeerkrankung Burnout im Mittelpunkt. Andererseits geht es auch um die Frage, welche Funktionen das Reden über Stress in der Gegenwart hat. Hierfür wird abschließend die These diskutiert, ob der Erfolg des Redens über Stress möglicherweise in seiner doppelten Funktion begründet liegt, da es dem Individuum ermöglicht, Belastungen zu verbalisieren, und es zugleich befähigt, sich daran anzupassen.

Die Quellenlage und der Forschungsstand zum Thema Stress präsentieren sich uneinheitlich. So trifft man auf ein sehr ungleiches Verhältnis zwischen nicht-historiografischen Texten und historischer Forschungsliteratur. Die Fülle an fach- und populärwissenschaftlichen Texten zum Thema Stress ist derart umfangreich, dass sie selbst für Experten einzelner Teilbereiche kaum mehr zu überblicken ist. Im Gegensatz dazu liegen nur vereinzelt Arbeiten zum Stress vor, die eine explizit historische oder kulturwissenschaftliche Fragestellung verfolgen.

Als Quellen gelten grundsätzlich alle wissenschaftlichen, populärwissenschaftlichen und massenmedialen Texte zum Thema Stress, die keine explizit historische Fragestellung aufweisen. Dies sind erstens wissenschaftliche Monografien und Aufsätze in wissenschaftlichen Fachzeitschriften, sogenannte Journal-Beiträge, zweitens populärwissenschaftliche Publikationen sowie drittens gesundheitspolitische Literatur und Materialien zum Stress. Analysiert wurde eine große Zahl an Monografien, Tagungsbänden, Forschungsberichten, Fachzeitschriften, Expertenberichten, Printmedien und Ratgebern und vereinzelt auch Archivmaterial. Ein Verzeichnis der berücksichtigten Fachzeitschriften aus Medizin, Psychologie und Sozialwissenschaften sowie ausgewählter populärwissenschaftlicher Periodika und Erzeugnisse der Tages- und Wochenpresse findet sich im Anhang.

Als Grundlage für die Zusammenstellung des Quellenkorpus zur frühen naturwissenschaftlichen Forschungsliteratur dienten neben bibliografischen Angaben in Monografien älterer Stressforscher wie Hans Selye oder Roy R. Grinker auch die *Annual Reports on Stress*, die von Hans Selye, teilweise mit Alexander Horava, zwischen 1951 und 1955 herausgegeben wurden.¹⁸ Weiter bilden die veröffentlichten Tagungsprotokolle von internationalen und interdisziplinären Stresssymposien in New York 1949 (Harold G. Wolff, Stewart G. Wolf) und Stockholm 1970 (Lennart Levi) sowie in Bonn 1975 (August W. von Eiff) und Höhenried 1976/77 (Max J. Halhuber) eine wichtige Quellengrundlage.¹⁹ Darüber hinaus lieferten verschiedene, teilweise auch wissenschaftsgeschichtlich angelegte Erinnerungen von bedeutenden Physiologen und Stressforschern ergänzende Hinweise. Zu nennen sind hier die Arbeiten von Walter B. Cannon, Hans Selye und Richard S. Lazarus.²⁰

18 Selye, *Physiology and Pathology*; Grinker/Spiegel, *Men under Stress*; Selye/Horava, *Second Annual Report*; Selye, *Annual Report*.

19 Wolff/Wolf, *Stress and Bodily Disease*; Levi, *Society, Stress and Disease*; Eiff, *Seelische und körperliche Störungen*; Halhuber, *Psychosozialer Stress*; ders., *Psychosozialer Stress*, II.

20 Cannon, *Weg*; Selye, *Stress beherrscht unser Leben*; ders., *Stress – Mein Leben*; Lazarus, *Fifty Years*.

Die Monografien und Journal-Beiträge zum Stress stammen aus unterschiedlichen Teildisziplinen der Medizin, insbesondere der Endokrinologie, Physiologie, allgemeinen Medizin, Psychiatrie, Psychosomatik und Sozialmedizin sowie aus der Psychologie und den Sozialwissenschaften. Die bekanntesten Vertreter der physiologisch-endokrinologischen Stressforschung beziehungsweise deren Wegbereiter wie Walter B. Cannon und Hans Selye wurden bereits erwähnt. Ein Überblick über ihre wichtigsten Arbeiten zum Stress findet sich in Kapitel vier. Einen Einblick in die Stressforschung in der Psychiatrie sowie Hinweise zum Verhältnis von Psychiatrie, Endokrinologie und Stress in den späten 1950er Jahren vermitteln die zeitgenössischen Untersuchungen von Dieter Langer sowie ein von Heinrich Meng, Charles A. Joël, Paul Parin, Hans Selye und Felix Sulman herausgegebener Sammelband.²¹ Für die psychologisch orientierte Stressforschung, insbesondere zur Stressbewältigung sind stellvertretend die grundlegenden Arbeiten von Richard S. Lazarus, teilweise gemeinsam verfasst mit Alan Monat oder mit Susan Folkman, zu nennen.²² Von Richard S. Lazarus liegt auch eine Synthese zum Verhältnis von Stress und Emotionen vor.²³ Überlegungen zu Stress aus einer psychosomatischen Sicht seit den 1950er Jahren finden sich beispielsweise bei Harold G. Wolff, George L. Engel und Lennart Levi.²⁴

Wichtige Impulse für eine psychosoziale Ausrichtung der Stressforschung in Europa gingen vom schwedischen Laboratorium für klinische Stressforschung des Karolinska-Krankenhauses in Stockholm unter der Leitung von Lennart Levi aus. Er rückte die Zusammenhänge zwischen psychosozialen Faktoren, Arbeit und Gesundheit in den Mittelpunkt der Untersuchungen.²⁵ Daraus gingen verschiedene Publikationen hervor, die sich mit Stress am Arbeitsplatz und mit Stress in einzelnen Berufsgruppen befassen; insbesondere verschiedene Überblicksdarstellungen, aber auch Empfehlungen von internationalen politischen Organisationen.²⁶ Auch das seit der Jahrtausendwende in der Öffentlichkeit viel beachtete und breit diskutierte Burnout-

21 Langer, *Bedeutung des Stress-Begriffs*; ders., *Ergebnisse der Stress-Forschung*; Meng/Joël, *Psyche und Hormon*. Hinweise zum Verhältnis von Psychiatrie, Endokrinologie und Stress aus historischer Perspektive finden sich in: Schott/Tölle, *Geschichte der Psychiatrie*.

22 Monat/Lazarus, *Stress and Coping*; Lazarus/Folkman, *Stress, Appraisal*.

23 Lazarus, *Stress and Emotion*.

24 Wolff, *Stress and Disease*; Engel, *Psychisches Verhalten*; Levi, *Stress*. Zur allgemeinen Einführung in die Psychosomatik vgl. auch: Buddenberg, *Psychosoziale Medizin*; Uexküll/Adler, *Psychosomatische Medizin*; Pelletier, *Neue Medizin*.

25 Bronner/Levi, *Stress im Arbeitsleben*.

26 Barling/Kelloway, *Handbook of Work Stress*; Caplan/Cobb, *Arbeit und Gesundheit*; Greif/Holling, *Arbeits- und Organisationspsychologie*; Marstedt/Mergner, *Arbeitswelt*.

Syndrom ist für das Thema Arbeitsstress von Bedeutung. In diesem Zusammenhang interessiert vor allem die Genese des Burnout-Syndroms in den USA, die zeitlich mit der Popularisierung des Stressbegriffs im deutschsprachigen Raum Mitte der 1970er Jahre zusammenfiel. Darüber geben die Arbeiten von Herbert J. Freudenberger, dem *Entdecker* des Burnout-Syndroms, und in der Folge von Christina Maslach Aufschluss.²⁷ Popularität erlangte seit der zweiten Hälfte der 1960er Jahre auch der Ansatz der *kritischen Lebensereignisse*, der sogenannten *life events*, der ursprünglich von Thomas H. Holmes und Richard H. Rahe entwickelt worden war.²⁸ Einen Überblick über die Forschungsfelder sozialer Stress und *lebensverändernde Ereignisse* bietet auf dem Stand der späten 1970er Jahre die Darstellung von Heinz Katschnig.²⁹

Die zweite umfangreiche Quellengruppe umfasst die populärwissenschaftliche Literatur im deutschsprachigen Raum. Seit den 1970er Jahren erschienen dort vermehrt populärwissenschaftliche Beiträge zum Thema Stress. Genannt seien insbesondere die Arbeiten des Biokybernetikers Frederic Vester und von Hannes Lindemann.³⁰ Für Fragen der Popularisierung von Stress, die einherging mit der Etablierung neuer Berufsfelder, berücksichtigt die Untersuchung auch die wichtige Quellengattung der Ratgeberliteratur.

Für den gesundheitspolitischen Umgang mit dem Thema Stress, der dritten Quellengruppe, stützt sich die Arbeit auf entsprechende Ratschläge der WHO, der Europäischen Union sowie für Deutschland auf Veröffentlichungen der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (BAuA) und für die Schweiz auf Untersuchungen, die im Auftrag des Staatssekretariats für Wirtschaft (Seco) durchgeführt wurden.³¹

Zur Vertiefung einzelner Aspekte zur Geschichte des Stresses sowie einzelner mit Stress in Beziehung stehender medizinischer Konzepte und Belastungsdiskurse wie Neurasthenie, Chronisches Müdigkeits-Syndrom und Burnout konnte sich die Untersuchung auf Literatur- und Archivbestände verschiedener Institutionen stützen. Das Medizinhistorische Institut der Universität Zürich ermöglichte mir Recherchen im Bircher-Benner-Archiv,

27 Freudenberger/Richelson, *Ausgebrannt*; Maslach/Leiter, *The Truth About Burnout*. Zu Deutschland vgl.: Burisch, *Burnout-Syndrom*; Hillert/Marwitz, *Burnout-Epidemie*.

28 Holmes/Rahe, Readjustment Rating Scale.

29 Katschnig, *Sozialer Stress*.

30 Vester, *Phänomen Stress*; Lindemann, *Überleben im Stress*.

31 Europäische Kommission, *Stress am Arbeitsplatz*; Europäische Stiftung zur Verbesserung der Lebens- und Arbeitsbedingungen, *Auswirkungen neuer Technologien*, Ramaciotti/Perriard, *Die Kosten des Stresses*.

die sich für die Zusammenhänge von Stress und psychosomatischer Medizin als aufschlussreich erwiesen. Als ergiebig für die Ermüdungsforschung im Nationalsozialismus erwiesen sich weiter die Bestände des Karl Sudhoff-Instituts für die Geschichte der Medizin an der Universität Leipzig. Die Bibliothek für die Geschichte der Medizin der Freien Universität an der Charité in Berlin und die Bibliothek am Institut für Medizingeschichte der Universität Bern stellten umfangreiche Sammlungen von teilweise noch nicht erschlossenen, medizinischen Broschüren und Sonderdrucken zur Verfügung. Insbesondere für die Untersuchung der Geschichte der Managerkrankheit, zu der ein umfangreicher, jedoch noch nicht ausgewerteter Literaturbestand vorliegt, erwiesen sich die Sammlungen als äußerst lohnend.

Um sich einen Überblick über die Entwicklung des Stresskonzepts zu verschaffen, waren zuerst die verschiedenen fachwissenschaftlichen Gesamt- und Überblicksdarstellungen von Bedeutung. Eine umfassende Gesamtschau, die mit rund 400 Artikeln von über 500 Autorinnen und Autoren die ganze Breite der wissenschaftlichen und populären Stressthematisierung abzudecken sucht, bietet die im Jahr 2000 von George Fink herausgegebene *Encyclopedia of Stress*.³² Einen je nach Fokus spezifischeren Überblick über Stress in Medizin und Psychologie vermitteln unterschiedliche Handbücher. Hier sind die Arbeiten von Leo Goldberger und Shlomo Breznitz, Carry L. Cooper und auf Deutsch von Jürgen R. Nitsch zu nennen.³³ Für eine erste Orientierung sind zudem Beiträge in Fachlexika der Medizingeschichte, der Sozialmedizin, der Präventivmedizin, der psychosomatischen Medizin und der Psychologie hilfreich gewesen.³⁴

Zu den wenigen historiografischen sowie kultur- und sozialwissenschaftlichen Werken, die sich mit Stress befassen, gehören hauptsächlich psychologiegeschichtlich orientierte Arbeiten aus dem angelsächsischen Raum. Der historisch arbeitende, amerikanische Psychologe Robert Kugelmann spannt in seiner Untersuchung zur Geschichte des Stresses einen weiten Bogen von der Mitte des 18. Jahrhunderts bis in die Gegenwart. Dabei arbeitet er insbesondere im Kontext der Ermüdungsforschung die Bedeutung von Stress in der Moderne heraus.³⁵ Im Rahmen seiner Forschung zur Soziogenese der modernen Wissenschaften untersucht der amerikanische Soziologe Andrew Abbott die unterschiedlichen Anfänge der Stressforschung in Medizin und

32 Fink, *Encyclopedia of Stress*.

33 Goldberger/Breznitz, *Handbook of Stress*; Cooper, *Handbook of Stress*; Nitsch, *Stress*.

34 So bspw.: Blohmke/Ferber, *Handbuch der Sozialmedizin*, 3 Bde.; Biener, *Stress*.

35 Kugelmann, *Engineered Grief*.

Psychologie im angelsächsischen Raum.³⁶ Einen kurzen Überblick über die Geschichte des Stresses aus psychologiehistorischer Perspektive für die Zeit vor dem Ersten Weltkrieg bis in die Gegenwart bieten die Briten Cary L. Cooper und Philip Dewe.³⁷ Alan Radley, britischer Sozialpsychologe, analysiert in einer Untersuchung unterschiedliche Stresskonzepte im Wandel der Zeit.³⁸ Ebenso gibt eine Studie des britischen Psychologen Tim Newton zum Stress am Arbeitsplatz einen kurzen, aber aufschlussreichen Überblick über die Entwicklung sowohl der physiologischen als auch der psychosozialen Stressforschung.³⁹ Die beiden britischen Medizinsoziologen David Wainwright und Michael Calnan schließlich zeichnen in ihrer konstruktivistisch orientierten Monografie die Genese von Arbeitsstress nach und betonen seine große Bedeutung für das subjektive Befinden in aktuellen Arbeitswelten und Gesellschaften.⁴⁰ Einen Einblick in das Thema Stress und Gender bieten Pamela Ashurst und Zaida Hall.⁴¹

Im deutschen Sprachraum steht die historische und kulturwissenschaftliche Forschung zum Stress erst am Anfang. Bei den wenigen Arbeiten, die vorliegen, handelt es sich um Aufsätze der Medizinhistoriker Cornelius Borck, Volker Roelcke und Hans-Georg Hofer sowie des Mediziners und Kulturwissenschaftlers Tobias Esch.⁴² Cornelius Borck zeichnet die Genese des Stresskonzepts vor dem Hintergrund des Zweiten Weltkriegs und des beginnenden Kalten Kriegs im angelsächsischen Raum nach. Mit seiner kritischen Sicht auf die Rolle von Hans Selye zur Zeit der Anfänge der Stressforschung hat Borck die vorliegende Untersuchung inspiriert. Allgemeine Überlegungen zu Stress und Zivilisationskrankheiten sowie zur Problematisierung des Vergleichs zwischen Neurasthenie und Stress formuliert der Gießener Medizinhistoriker Volker Roelcke. Hans-Georg Hofer beschäftigt sich in einem Aufsatz mit den Anfängen von Selyes Allgemeinem Anpassungssyndrom sowie mit der Bedeutung von Technikmetaphern in der Medizin der 1950er Jahre, und Tobias Esch formuliert grundsätzliche Überlegungen dazu, wie Stress theoretisch-methodisch und terminologisch gefasst werden kann.

36 Abbott, *Duality of Stress*.

37 Cooper/Dewe, *Brief History*.

38 Radley, *Illness and Social Support*.

39 Newton, »*Managing*« *Stress*.

40 Wainwright/Calnan, *Work Stress*.

41 Ashurst/Hall, *Understanding Women*.

42 Borck, Kummer; Roelcke, *Zivilisationskrankheit*; Hofer, *Von gestressten Körpern*; Esch, *Biopsychosoziomolekularer Zugang*.

2. Ein schwer fassbarer Gegenstand: Die Geschichte des Stresses

Wer eine Geschichte des Stresses schreiben will, steht vor der Schwierigkeit, ein vielschichtiges und alltägliches Phänomen analytisch zu fassen, ohne sich fortlaufend im Dickicht des Gegenstands zu verlieren. Aufgrund der großen Anschlussfähigkeit des Themas bietet Stress eine Vielzahl von Anknüpfungspunkten. Der im Folgenden dargelegte theoretische Rahmen ist das Ergebnis einer längeren historisch-empirischen Beschäftigung und ermöglicht es, die Genealogie des Stresskonzepts nachzuzeichnen, den Stressdiskurs zu analysieren und nach den Funktionen kollektiver und individueller Selbstbeschreibung in der Gegenwart zu fragen.

Eine Wissensgeschichte an der Schnittstelle von Natur, Kultur und Gesellschaft

Der französische Philosoph, Soziologe und Kulturanthropologe Bruno Latour liefert mit seinem Konzept der *symmetrischen Anthropologie* eine metatheoretische Handreichung zur Analyse von Entitäten an der Schnittstelle von Natur, Kultur, Gesellschaft und Technik. In seinem Essay *Wir sind nie modern gewesen* aus dem Jahr 1991 kritisiert Latour die strikte Trennung von Natur und Kultur in der Moderne.¹ Latour geht davon aus, dass gerade die epistemologische Trennung von Natur und Kultur sogenannte *Hybriden* hervorgebracht habe.² Dabei handle es sich um Entitäten wie beispielsweise das Ozonloch, die Erwärmung der Erdatmosphäre oder genmanipulierten Mais, die nicht einfach dem Bereich der Dinge oder dem Bereich der Menschen zugeordnet werden könnten.³ Vielmehr seien diese Entitäten immer wieder

1 Latour, *Nie modern*.

2 Ebd., S. 19.

3 Ebd., S. 67f.

neu aus den Interdependenzen und Transformationen dieser von Latour als gleichberechtigt bezeichneten Bereiche entstanden, die, so lässt sich hinzufügen, ihre eigene Wirkungsmacht entfalten. Latour schließt daraus, dass sich die Erforschung solcher Hybriden nicht durch eine Wissenschaft bewerkstelligen lasse, die an der modernen Trennung von Natur und Kultur festhalte. Hingegen gelte es, die Hybriden als das, was sie seien, nämlich als »Mischwesen zwischen Natur und Kultur« zu analysieren, indem man die gegenseitigen Abhängigkeiten, Ermöglicungen und Wandlungen ihrer natürlichen und kulturellen Anteile beschreibt.⁴ Aus dieser Schnittstellenperspektive zwischen Natur und Kultur heraus lässt sich auch Stress als hybride Entität fassen, die zwar endokrinologisch messbar, von der individuellen und kollektiven Wahrnehmung und Deutung jedoch nicht zu trennen ist.

Eine Geschichte an der Schnittstelle von Natur, Kultur und Gesellschaft zu schreiben birgt Risiken. Denn mit dem Verweis auf die Zusammenhänge von medizinischem Wissen, gesellschaftlicher Deutung sowie sozialem und kulturellem Wandel ist nicht gemeint, dass die epochenspezifischen Ausprägungen des Stressdiskurses unmittelbar auf soziale, wirtschaftliche und politische Konstellationen, berufliche Standes- und gesundheitspolitische Interessen oder ein kulturell geprägtes, kollektives Unbehagen zurückzuführen sind. Hingegen ist im Sinn eines solchen Analyseansatzes davon auszugehen, dass die Interpretation dieser Faktoren durch die Zeitgenossen das Ergebnis kontingenter gesellschaftlicher und innerwissenschaftlicher Aushandlungsprozesse sowie verschiedener Machtverhältnisse darstellt und die *Wirklichkeit* von Gesellschaften nicht von ihrer Deutung zu trennen ist. Oder wie es der griechisch-französische Philosoph Cornelius Castoriadis ausdrückt: »Wir dürfen uns die Welt der gesellschaftlichen Bedeutungen also weder als ein irrales Doppel einer realen Welt denken noch als anderen Namen für ein hierarchisches System von ›Begriffen‹; [...] Wir haben die Welt der gesellschaftlichen Bedeutungen als ursprüngliche, anfängliche und irreduzible Setzung des Gesellschaftlich-Geschichtlichen und des gesellschaftlichen Imaginären zu denken, so wie es sich in einer Gesellschaft jeweils zeigt.«⁵ Die Chancen eines solch konstruktivistischen Zugangs liegen darin, dass die Bedeutungen, die die Zeitgenossen den unterschiedlichen Faktoren bei der Thematisierung von Stress jeweils zuschrieben, die zentrale Erklärungsgrundlage für die historische Analyse bilden. So kann gezeigt werden, wie

4 Ebd., S. 19.

5 Castoriadis, *Imaginäre Institution*, S. 601f.

Bedeutungen produziert werden, ins Soziale einfließen und den Alltag der Menschen mitgestalten.

Zivilisationskrankheiten und Emotionen

Bei der historischen Betrachtung von Stress muss zunächst das Verhältnis von Krankheit und Stress sowie von Stress und Emotionen geklärt werden. Entgegen anders lautender Positionen, wie sie etwa im eingangs erwähnten *Spiegel*-Artikel von 1976 »Stress: Krankheit des Jahrhunderts« zum Ausdruck gebracht wurden, gilt es zu betonen, dass Stress weder von Medizinhistorikern noch von der medizinischen Lehrmeinung in Vergangenheit und Gegenwart als Krankheit betrachtet worden ist.⁶ Zwar sprechen Mediziner und Psychologen von Stressfolgeerkrankungen oder versuchen, Stress in Anlehnung an epidemiologische Konzepte zu fassen. Dennoch wird Stress in der Internationalen Statistischen Klassifikation von Krankheiten und verwandten Gesundheitsproblemen der WHO (*International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems*, ICD) nicht als Krankheit geführt.⁷

Zugleich gilt heute als unumstritten, dass Stress als Ursache für eine Reihe sogenannter Zivilisationskrankheiten und Gesundheitsstörungen fungiert.⁸ Das oben erwähnte dichte Verwobensein naturwissenschaftlicher Artefakte und kultureller Deutungen tritt bei den Zivilisationskrankheiten besonders in Erscheinung. So argumentiert etwa der Gießener Medizinhistoriker Volker Roelcke, dass sich Zivilisationskrankheiten nur vage definieren ließen und nicht allein aus der Terminologie, Theorie und dem Wissensstand der Medizin oder Psychiatrie erschließbar seien.⁹ Aufgrund der definitorischen Offenheit erfreut sich der Terminus *Zivilisationskrankheit* inner- und außerhalb der medizinischen Wissenschaft großer Beliebtheit. Dabei wird der Begriff teilweise synonym, teilweise in Abgrenzung zu *Volkskrankheiten* verwendet. Roelcke hält fest: »Der Begriff ›Zivilisationskrankheit‹ wird für ein breites Spektrum von Gesundheitsstörungen gebraucht, die auf die Lebensbedingungen in der Moderne zurückgeführt wer-

⁶ »Stress: Krankheit des Jahrhunderts«, *Der Spiegel*, 19. Februar 1976, Nr. 7, S. 46–59.

⁷ DIMDI, *ICD-10*, 15.8.2010.

⁸ Vgl. bspw.: Europäische Kommission, *Stress am Arbeitsplatz*.

⁹ Roelcke, *Krankheit und Kulturkritik*, S. 11–14 und 101–137; ders., *Zivilisationskrankheit*, S. 41f.

den. Er impliziert eine Kritik am jeweils aktuellen Zustand der Gesellschaft. Die Entwicklung des Begriffs und die daraus abgeleiteten Strategien zur Bekämpfung der ›Zivilisationskrankheiten‹ sind korreliert mit dem jeweils spezifischen historisch-politischen Kontext.«¹⁰ Entsprechend sind Zivilisationskrankheiten das Produkt der kulturellen Deutungen, die in einer Epoche zur Verfügung stehen, sowie der sozialen Bedingungen, die in einem Zeitraum vorherrschen. So fordert Roelcke, »Geschichte und Gesellschaft unmittelbar in die medizinische Begriffsbildung zu integrieren«.¹¹ Diese Forderung spitzt der Bonner Medizinhistoriker Hans-Georg Hofer zu, wenn er vorschlägt, Krankheiten »als kontingente Kulturleistungen« zu betrachten.¹²

Das Postulat, bei der Analyse sogenannter Zivilisationskrankheiten das Zusammenwirken von Gesellschaft, Kultur, Gesundheit und Krankheit ins Auge zu fassen, bietet sich auch für die historische Analyse von Stress an. So ermöglichen es die Ansätze von Latour und Roelcke, sich der Komplexität des Gegenstands in seiner Geschichtlichkeit anzunähern und zugleich seine aktuellen Bedeutungen und Funktionen zu analysieren. Analog dazu findet auch bei anderen wissenschaftsgeschichtlichen Untersuchungsgegenständen ein unmittelbares Zusammenwirken von Kultur, Natur und Gesellschaft statt, beispielsweise bei den Emotionen.

Seit jüngerer Zeit versteht die Geschichtswissenschaft Emotionen nämlich nicht mehr allein als Faktor und Produkt der Subjektivität, sondern ebenso als Ausdruck sozialer Handlungsmuster und kultureller Deutungsangebote. Das bedeutet, dass Gefühle in ihren sozialen und kulturellen Interdependenzen betrachtet und entsprechend gesellschafts- und epochenabhängig untersucht werden müssen.¹³

Zwischen einer historischen Stressforschung und der Erforschung der Geschichte der Emotionen lassen sich somit zahlreiche Verknüpfungen herstellen. So erfolgte die Popularisierung des Stresdiskurses in den 1970er Jahren zeitgleich mit der Therapeutisierung der Gesellschaft und dem gewachsenen Interesse an Emotionen. Alle drei Entwicklungen waren eng miteinander verzahnt. Zudem interessierte sich die psychosomatisch, psycholo-

10 Roelcke, *Zwischen individueller Therapie*, S. 443. Zur Geschichte des Begriffs der Zivilisationskrankheit vgl. auch: Haffter, *Entstehung*; Fischer-Homberger, *Vergessene Zivilisationskrankheiten*.

11 Roelcke, *Krankheit und Kulturkritik*, S. 13. Zur konstruktivistischen Bedeutung von Zivilisationskrankheiten und Epidemiologien vgl.: Cohen, *Health*; Gilman, *Infectobesity*.

12 Hofer, *Nerven*, S. 231.

13 Vgl. hierzu bspw.: Frevert/Scheer, *Gefühlswissen*. Meier/Saxer, *Pragmatik der Emotionen*; Tanner, *Unfassbare Gefühle*.

gisch und sozialmedizinisch orientierte Stressforschung seit den frühen 1950er Jahren für die Rolle der Gefühle bei der Wahrnehmung von Stress. Enge Verbindungen zwischen einer Geschichte des Stress und einer der Gefühle finden sich auch auf personeller Ebene. Der erste Wissenschaftler, der nach 1914 die Bezeichnung Stress aus der Materialwissenschaft auf körperliche Anspannungen übertrug, war der amerikanische Physiologe Walter B. Cannon.¹⁴ Mit seinen physiologischen Arbeiten insbesondere zu Angst gilt er heute als Pionier der Emotionsforschung.¹⁵

Wissenschaftliche Erkenntnisse und Körperkonzepte

Um die Entstehungsgeschichte wissenschaftlicher Begriffe und Konzepte zu verstehen, muss man die Mechanismen untersuchen, die zur Durchsetzung und Etablierung akademischer Erkenntnisse führen. Mit ihren Überlegungen zur Etablierung *wissenschaftlicher Tatsachen* beziehungsweise *wissenschaftlicher Paradigmen* schufen der polnische Mediziner und Wissenschaftstheoretiker Ludwik Fleck sowie der amerikanische Wissenschaftstheoretiker und Wissenschaftshistoriker Thomas S. Kuhn wichtige Voraussetzungen für eine neue, konstruktivistisch ausgerichtete Wissenschaftsgeschichte.¹⁶

Fleck prägte in diesem Zusammenhang die Begriffe *Denkstil* und *Denkkollektiv*, um die an gemeinsamen Fragestellungen und Argumentationslinien ausgerichtete Forschungstätigkeit bestimmter Gruppen von Wissenschaftlern zu beschreiben.¹⁷ Kuhn, der die während langer Zeit nicht beachteten Ansätze von Fleck wieder in Erinnerung rief, geht bei der Etablierung wissenschaftlicher Erkenntnisse von unterschiedlichen Etappen aus und unterscheidet am Beispiel der Physik idealtypisch eine *vorparadigmatische Phase*, in welcher möglichst breit experimentiert wird, von einer *paradigmatischen Phase*. Diese zweite Phase zeichne sich durch die innerwissenschaftliche Akzeptanz einer neuen Erkenntnis aus.¹⁸ Der paradigmatische oder *normalwissenschaftliche* Zustand ermögliche es, Tiefenforschung auf der Grundlage anerkannter Tatsachen vorzunehmen. Dass sich ein bestimmter wissen-

14 Cannon, *Interrelations of Emotions*.

15 Cannon, *Bodily Changes in Pain*.

16 Golinski, *Natural Knowledge*.

17 Fleck, *Entstehung und Entwicklung*.

18 Kuhn, *Struktur*, S. 25–36.

schaftlicher Denkstil durchsetzt, das heißt hegemonial, und von der *scientific community* als *Denkkollektiv* verwendet wird, hänge, so Kuhn, aber nicht nur von der wissenschaftlichen Plausibilität, sondern ebenso von Moden, Strömungen, Fördermitteln und weiteren Faktoren ab. Dieses wissenschaftsgeschichtliche Verständnis ist notwendig, um zu verstehen, weshalb die wissenschaftliche und öffentliche Etablierung von Stress im deutschsprachigen Raum länger gedauert hat als im angelsächsischen und skandinavischen Raum.

Weiter gilt es aus wissenschafts- und kulturhistorischer Perspektive zu zeigen, dass die Herausbildung und Interpretation des Stresskonzepts eng mit zwei unterschiedlichen Körperkonzepten verknüpft war: zum einen mit dem Konzept vom *Körper als selbstregulierendem Organismus*, das seinen Ursprung im letzten Drittel des 19. Jahrhunderts hat, und zum anderen mit dem Konzept vom *Körper als Maschine*, das im 19. Jahrhundert bereits seinen Höhepunkt erreicht hatte. Beide Körpervorstellungen werden im Folgenden vorgestellt und zu heuristischen Zwecken getrennt betrachtet. Diese idealtypische Trennung soll jedoch nicht darüber hinwegtäuschen, dass die beiden Körperkonzepte in immer neuen Mischverhältnissen das Stressverständnis bis in die Gegenwart prägen.

Das jüngere der beiden Körperkonzepte (der Körper als selbstregulierender Organismus) geht davon aus, dass im Körper dynamische Vorgänge wirken, die ein innerorganisches Gleichgewicht anstreben. Zentral dabei ist der Terminus der *Homöostase*, der die Fähigkeit des Organismus bezeichnet, selbstregulierend zu wirken.¹⁹ Diese Fähigkeit wurde im Jahr 1932 vom amerikanischen Physiologen Walter B. Cannon beschrieben. Dabei stützte sich Cannon einerseits auf Überlegungen des französischen Physiologen Claude Bernard, der in den 1860er Jahren erstmals das *milieu intérieur* des Körpers als konstantes inneres Verhältnis der Körperflüssigkeiten beschrieben hatte, das auf der *sécrétion interne*, der Abgabe von Sekreten im Körperinnern, beruhe.²⁰ Mit Verweis auf Georges Canguilhem führt der Historiker Jakob Tanner aus, dass mit dem Postulat der Selbstregulierung das »heteropoietische Konzept Mechanik/Technik [...] durch das autopoietische Prinzip der Biologie/Physiologie« substituiert wurde.²¹ Andererseits beruhte der Begriff der Homöostase auf den Erkenntnissen des britischen Physiologen und Mitbegründers der Endokrinologie Ernest H. Starling. Dieser hatte im Jahr

19 Selye, *Stress beherrscht unser Leben*, S. 24f.; Cannon, *Wisdom*, S. XV.

20 Zu Claude Bernard vgl.: Bettendorf, *Endokrinologie*, S. 32.

21 Tanner, *Weisheit des Körpers*, S. 138.

1905 den Begriff der Hormone eingeführt, den er zusammen mit dem Physiologen William Bate Hardy und dem Cambrdiger Altphilologen William T. Vesey entwickelt hatte (*horman*, gr.: reizen, anstacheln).²² Die innere Steuerung körperlicher Prozesse wurde seither nicht mehr nur wie bis dahin auf Nervenimpulse, sondern auch auf das Wirken von Hormonen, von Ernest H. Starling als *chemical messengers* (Botenstoffe) bezeichnet, zurückgeführt.²³ Mit der sogenannten endokrinologischen Wende, die zu Beginn des 20. Jahrhunderts einsetzte und sich nach dem Ersten Weltkrieg in der medizinischen Forschung zu etablieren begann, war das zuvor eher hypothetische Konzept der *sécrétion interne* auf eine neue Basis gestellt worden.²⁴

Das für die Stressforschung zentrale Konzept des Allgemeinen Anpassungssyndroms, das Hans Selye zwischen der Mitte der 1930er Jahre und 1950 entwickelte, baute unter anderem auf Cannons Vorstellungen von körpereigenen hormonellen Regulierungsvorgängen, der Homöostase, auf. Später, in der Mitte der 1970er Jahre, spielte die Vorstellung selbstregulierender Körpersysteme auch bei der Popularisierung von Stress eine wichtige Rolle. So veröffentlichte Frederic Vester, ein Vertreter der Biokybernetik, im Jahr 1976 den wohl wichtigsten Bestseller zum Thema Stress in deutscher Sprache und machte darin die selbstregulierenden Körperprozesse einem breiten Publikum verständlich.²⁵

Das zweite und ältere Körperkonzept, das für den Erfolg des Stresskonzepts eine Rolle spielte, geht von einer stärker mechanistischen Vorstellung des Körpers aus. Diese eng mit der Entwicklung der Industrialisierung verbundene Konzeption deutete den menschlichen Körper als eine Art Maschine.²⁶ Das Maschinenmodell verschmolz im Verlauf des 19. Jahrhunderts, wie Philipp Sarasin in seiner Körpergeschichte zwischen 1765 und dem Ersten

22 Zu Ernest H. Starling vgl.: Bettendorf, *Endokrinologie*, S. 545.

23 Ratmoko, *Hormone*, S. 87.

24 Zur endokrinologischen Wende vgl.: Ratmoko, *Hormone*, S. 85–90; dies., *Chemie*, S. 53 und 100–105; Schreiber, *Künstliche Befruchtung*, S. 125. Allgemein zur Endokrinologie: Oudshoorn, *Beyond the Natural Body*; Joël/Sulman, Einführung, S. 139–289. Joël und Sulman sahen im französischen Physiologen Charles E. Brown-Séquard einen weiteren herausragenden Wegbereiter der Endokrinologie. Hier sei erwähnt, dass die ersten auf Deutsch erschienenen Lehr- und Handbücher zur Endokrinologie noch die Bezeichnung *Innere Sekretion*, ein Synonym für Endokrinologie, im Titel trugen. Das erste Lehrbuch der Endokrinologie verfasste Arthur Biedl, der Doktorvater von Hans Selye. Biedl, *Innere Sekretion*. Das erste Handbuch der Endokrinologie stammt von: Hirsch, *Handbuch der inneren Sekretion*.

25 Vester, *Phänomen Stress*.

26 Rabinbach, *Motor Mensch*; Sarasin, *Reizbare Maschinen*.