

Inhaltsverzeichnis

1	Einführung	1
2	Zur Optimierung des Körpers in spätmodernen Gesellschaften	7
2.1	Optimierung als zentrale Logik in spätmodernen Gesellschaften	8
2.2	Körperoptimierung als gesellschaftlicher Imperativ	19
2.3	Körperoptimierung als individuelle Praxis	29
2.4	Verfügbarkeitsanspruch und Verdinglichungstendenz	39
2.5	Zusammenfassung und Desiderat	41
3	Körper und Leib in der Soziologie	43
3.1	Klassische soziologische Perspektiven auf den Körper	44
3.2	Der Leib als Vermittler von Individuum und Gesellschaft	54
3.3	Soziale und psychische Anforderungen des Leiblichen	61
3.4	Zusammenfassung und Entwicklung einer theoretischen Perspektive	69
4	Zur Fragestellung dieser Arbeit	71
5	Methodologische und methodische Konzeptualisierung	73
5.1	Methodologische Vorüberlegungen	73
5.2	Erhebung mittels narrativ-biografischer Interviews	75
5.2.1	Das biografisch-narrative Interview	75
5.2.2	Durchführung der Erhebung	77
5.3	Auswertung mittels Objektiver Hermeneutik	83
5.3.1	Methodologie der Objektiven Hermeneutik	83
5.3.2	Sequenzanalytisches Vorgehen	86
5.3.3	Generalisierung	94

5.4	Reflexives Verstehen	95
6	Fallstudien: Körperoptimierung im Kontext von Biografie und Lebensführung	99
6.1	Isabell Schäfer: „Wenn das Äußere stimmt und man da nicht irgendwie Angriffsfläche bietet, dann kommt man überall an.“	99
6.1.1	Sequenzielle Analyse der Eingangssequenz	100
6.1.2	Biografische Ausgangslage	121
6.1.3	Muster der Lebensführung	139
6.1.4	Erleben und Bewältigung körperbezogener Optimierungsanforderungen	145
6.1.5	Zusammenfassung	153
6.2	Jennifer Brandt: „Der Weg ist das Ziel für mich, also wirklich dieses, dass man sich so selbst beherrscht.“	155
6.2.1	Biografische Ausgangslage	156
6.2.2	Muster der Lebensführung	161
6.2.3	Erleben und Bewältigung körperbezogener Optimierungsanforderungen	165
6.2.4	Zusammenfassung	173
6.3	Markus Lempe: „Wenn mein Körper halt nich fit ist, also das würde mich aufhalten.“	175
6.3.1	Biografische Ausgangslage	175
6.3.2	Muster der Lebensführung	185
6.3.3	Erleben und Bewältigung körperbezogener Optimierungsanforderungen	191
6.3.4	Zusammenfassung	196
6.4	Marie Sobotta: „Ansonsten begleitet einen ne gewisse Angst und auch äh Verantwortung, daran zu arbeiten, dass man möglichst lange fit bleibt.“	198
6.4.1	Biografische Ausgangslage	199
6.4.2	Muster der Lebensführung	206
6.4.3	Erleben und Bewältigung körperbezogener Optimierungsanforderungen	209
6.4.4	Zusammenfassung	215
6.5	Viktor Kučera: „In erster Linie kämpfst du immer gegen dich selbst, ne? Gegen deine Faulnis zum Beispiel.“	217
6.5.1	Biografische Ausgangslage	217
6.5.2	Muster der Lebensführung	222

6.5.3	Erleben und Bewältigung körperbezogener Optimierungsanforderungen	225
6.5.4	Zusammenfassung	230
6.6	Danica Wozniak: „Mein Körper, der ist dann halt auch meine Biografie.“	232
6.6.1	Biografische Ausgangslage	232
6.6.2	Muster der Lebensführung	241
6.6.3	Erleben und Bewältigung körperbezogener Optimierungsanforderungen	246
6.6.4	Zusammenfassung	254
7	Fallübergreifende Typenbildung	257
7.1	Charakteristische Vergleichskategorien	258
7.2	Typologie	258
8	Theoretische Diskussion der Ergebnisse	265
8.1	Körperoptimierung zwischen Steuerungsdruck und Leibgebundenheit	267
8.2	Diskussion von Bedingungskonstellationen	273
8.3	Gesellschaftliche und individuelle Folgewirkungen	279
8.4	Widerstands- und Transformationspotenziale	283
8.5	Theoretisch-konzeptuelle und methodologische Reflexion	288
9	Resümee und Ausblick	291
	Transkriptionsverzeichnis	295
	Literaturverzeichnis	297