

Inhalt

I	Selbstoptimierung – eine Leitidee der Gegenwart	7
II	Optimum, Optimierung, Selbstoptimierung.	
	Begriffshistorische Perspektiven	37
	II.1 Optimum	41
	II.2 Optimierung	46
	II.3 Selbstoptimierung	52
	II.4 Optimierungssemantik und Gesellschaftsstruktur ..	57
III	Selbstoptimierende Praktiken – Übersicht	
	und erste historische Perspektivierung	62
	III.1 Typologie selbstoptimierender Praktiken	64
	III.2 Gibt es historische Prototypen	
	von Selbstoptimierung?	73
IV	Grundlagen der Idee von Selbstoptimierung –	
	eine Spurensuche in der westlichen Moderne	80
	IV.1 Bildung (Wilhelm von Humboldt)	85
	IV.2 Fortschritt (Marquis de Condorcet)	91
	IV.3 Rationalisierung (Max Weber)	98
	IV.4 Selbststrationalisierung (Gustav Großmann)	104
	<i>Exkurs: Therapeutisierung des Selbst</i>	113
	IV.5 Selbstoptimierung als Endmoräne des	
	Fortschritts?	116
V	Selbstoptimierung in der kultursoziologischen	
	Diskussion in Deutschland	121
	V.1 Optimierung im Kontext von Gouvernamentalität	
	und Biomacht (Michel Foucault)	123
	V.2 Theoretische Einbettungen von Optimierung	
	und Selbstoptimierung	129
	V.3 Gemeinsamkeiten und Unterschiede	160
VI	Eine analytische Perspektive auf Selbstoptimierung ...	166
	VI.1 ›Sorge um sich‹	169
	VI.2 Der analytische Kern von Selbstoptimierung	177
	VI.3 Selbst und Selbstverhältnisse	180

VI.4 Selbstoptimierung als Praxis	187
VI.5 Selbstoptimierung als Subjektivierung und als Lebensführung	207
VI.6 Zusammenfassung	213
VII Selbstoptimierung heute	216
Literaturverzeichnis	231
Verzeichnis von Abbildungen und Tabellen	256
Danksagung	257