„*Self-Care*“ – Selbstfürsorge in den sozialen Medien im Kontext von Gegenwartsdiagnostik und Gefühlspraxis (AT)

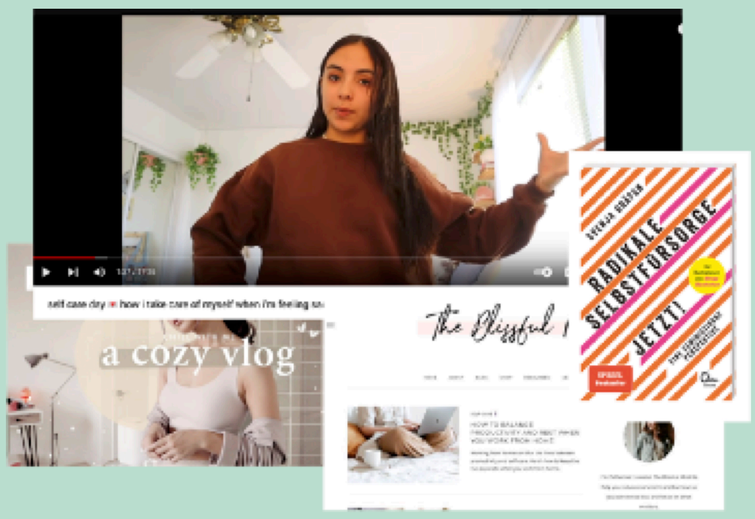
Doktorandin: Theresa Siebach, M.A. Kulturwissenschaften
Betreuerin: Prof. Dr. Silke Steets (Lehrstuhl für Soziologie, FAU)
DFG Research Training Group – The Sentimental in Literature, Culture, and Politics
Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg

Motivation und Untersuchungsgegenstand

Was? Der Aufruf zur *„Self-Care“*, also zur Selbstsorge, findet sich als Schlagwort vor allem in der Ratgeberliteratur und in den sozialen Medien. **Nahegelegt wird hier eine fürsorgende Hinwendung zum Selbst und den eigenen körperlichen und emotionalen Bedürfnissen.** Der Anglizismus „Self-Care“ verweist auf seinen popkulturellen Kontext.

Wie? Das Forschungsvorhaben möchte sich aus einer kulturanalytischen und medienanthropologisch informierten Perspektive mit den **Deutungsmustern** und deren **Plausibilisierung** beschäftigen, die Selbstsorge als notwendig artikulieren und somit erst hervorbringen. Dabei steht vor allem die Artikulation von Selbstsorge in den sozialen Medien im Fokus.

Warum? Selbstsorge wird als eine From der gegenwartsbezogenen **Bewältigungsstrategie** verstanden. Dabei ist sie eingebettet in einen anhaltenden kulturellen Prozess der **Psychologisierung** des Selbst. Die Untersuchung fragt danach, warum Selbstsorge genau jetzt so prominent in Erscheinung tritt und will damit einen Beitrag zur Frage nach dem Stand einer gegenwärtigen **„Gefühlskultur“** leisten.



Methodische Implikationen

1. **Wissenssoziologie:** Diskurse
   - Ratgeberliteratur zum Thema „Self-Care“ / Selbstsorge
   - Welches implizite Wissen von Körper und Psyche? Welche Deutungen von Gesellschaft und wie plausibilisiert?
2. **Medienanthropologie**: Medienpraktiken und -techniken
   - Videoanalyse: sogenannte : „*vlogs*“ auf YouTube; Tagebuchform des Erzählers
   - Welche medialen Strategien? Welche affektuellen Strukturen wirksam?

Forschungsfragen

1. **Deutungsmuster:**
   - *explizite* Selbstbeobachtung:

     „Ich bin gestresst, erschöpft…“
   - *implizite* Deutung von Gesellschaft:

     „ weil wir ständig (…) ausgesetzt sind.“

Selbstdiagnose ⟷ *Gegenwartsdiagnose*

- Wie gestaltet sich das Verhältnis von persönlicher Selbstdiagnose und allgemeiner Gegenwartsdiagnose?
- Welche Deutungsmuster von (defizitären) gesellschaftlichen Zuständen finden sich in der Artikulation eigener (negativer) Gefühle?

2. **Strategien der Plausibilisierung:**

narrativ	emotional-affektiv	ästhetisch
persönliche Erzählung, diagnostischer Blick	Thematisierung + Zurschaustellung von Gefühlen/ Emotionen	narrative/mediale Techniken; Einbettung und Nutzung von Social Media
implizites und geteiltes Wissen, Erzeugen von Evidenz	emotionale Ansprache und affektive Wirksamkeit	Inszenierungs- und Bildpraktiken; mediale Entwürfe des Selbst

DFG Projekt: The Sentimental in Literature, Culture, and Politics

- Universität Erlangen-Nürnberg
- Laufzeit: 2022 - 2025
- Interdisziplinarität: Amerikanistik, Politikwissenschaften, Soziologie, Medienwissenschaften,
  - Frage nach Form und Funktion des „Sentimentalen“ im (trans)kulturellen Kontext
  - Sentimentalität im Kontext eines kommunikativen Codes verstanden (Narrationen/Ästhetiken/Techniken und Praktiken)

SCAN ME