

---

## Buchbesprechungen

**Lisa Wiedemann**

**Self-Tracking.** Vermessungspraktiken im Kontext von Quantified Self und Diabetes. Wiesbaden: Springer Fachmedien Wiesbaden 2019, 313 S. (zugl. Hafencity Universität Hamburg, Univ., Diss., 2019). ISBN 978-3-658-27157-2.

Schrittzähler, Kalorientracker, Apps zur Aufzeichnung von Schlafphasen – die Zahl verfügbarer und alltäglich eingesetzter Mittel des Self-Tracking steigt, was auch mit der Integration solcher und anderer Funktionen der Selbstvermessung in Smartphones und Smartwatches zusammenhängt. Vielfach erfordern entsprechende Hilfsmittel nicht einmal mehr die Interaktion von NutzerInnen, geschweige denn die Reflexion über die erhobenen Daten. Zurückgelegte Schrittzahlen, Schlafmuster, Herzfrequenz- und Pulsverläufe können allein über das Tragen erhoben und ausgewertet werden, Mitteilungen über das Erreichen von Zielen oder über gefährliche Werte werden automatisch zugestellt. Unklar ist bei solchen und anderen Anwendungen zur Vermessung von Körperindikatoren, Gewohnheiten oder finanziellen Ausgaben, inwieweit NutzerInnen auch über die erhobenen Daten und deren Bedeutungen reflektieren. Wie und warum genau werden Apps und andere technische Hilfsmittel im Alltag genutzt? Und mit welcher Regelmäßigkeit und Ernsthaftigkeit wird das Selbst über solche Mittel überhaupt vermessen?

Die Dissertationsschrift von Lisa Wiedemann setzt an der unter anderem von Deborah Lupton geteilten Feststellung an, dass über die konkreten Praktiken des Self-Tracking bislang noch wenig empirisch geforscht worden ist. Aus einer mikrosoziologischen Perspektive wird in der Arbeit anhand von zwei Feldern gezeigt, wie unterschiedliche Vermessungspraktiken durchgeführt und gedeutet werden. Bereits die Zusammenstellung der Untersuchungsfelder verspricht, über eine einseitige Betrachtung des Themas in entweder populär-alltäglichen oder aber medizinischen Kontexten hinauszugehen. Analysiert werden zum einen der Umgang von DiabetikerInnen mit Messtechniken; zum anderen die Quantified Self-Bewegung, in deren Rahmen Akteure sich selbst vermessen und insbesondere Indikatoren wie Gewicht, Nährstoffe von Mahlzeiten oder sportliche Aktivitäten erfasst werden. Diese thematische Kombination von Selbstvermessung als medizinisch angezeigte und notwendige Praxis sowie als freiwillige, nicht durchgängig einzuhaltende Beschäftigung mit dem Selbst ermöglicht es Wiedemann, verschiedene Dimensionen des Self-Tracking abzudecken.

Methodisch arbeitet die Autorin vor allem mit Interviews, greift aber ebenso auf teilnehmende Beobachtungen, Blogs von Diabetes-PatientInnen und die autoethnografische Nutzung von Tracking-Apps als „reflektierte Form des Mitvollzugs“ (S. 118)

zurück. In Anbetracht des gewählten praxistheoretischen Zugangs der Arbeit erstaunt die methodische Schwerpunktsetzung auf Interviews etwas, da so die unterschiedlichen Praktiken des Messens und dessen materielle, ästhetische und sensorische Aspekte vor allem über die Narrationen der InterviewpartnerInnen greifbar werden. In einem Exkurs über die pragmatischen Schwierigkeiten eines beobachtenden Zugriffs legt Wiedemann dar, dass die „darstellende Seite des Self-Trackings [...] verschwindend klein und uneindeutig“ ist (S. 113) und dass trotz der Nachteile der „erzählerischen Rekonstruktionen“ über Interviews ein „Nachvollziehen der praktischen Bedeutungszuweisungen“ (S. 114) möglich sei. Dieser Ansatz ist verständlich und überzeugt in der Anwendung, verdeutlicht jedoch ein übergreifendes methodisches Problem der Erforschung der alltäglichen Nutzung von Technik und digitaler Interaktionen.

Die Arbeit leistet eine umfassende Kontextualisierung gegenwärtiger Vermessungspraktiken und führt über eine klare Argumentation und überzeugende Leserführung in unterschiedliche soziologische Blickwinkel auf das untersuchte Phänomen ein. Eine der Stärken der Arbeit liegt in Wiedemanns „Plädoyer für eine Erweiterung der Perspektive um das mikroskopische Wie“ (S. 73–75), in dem der Zusammenhang machanalytischer Ansätze und ethnografischer Zugriffe konzeptualisiert und auch am empirischen Material argumentiert wird. Im kurzen Plädoyer wie auch im anschließenden dritten Kapitel über die praxistheoretische Rahmung der Forschung und in den beiden Kapiteln über die Fallbeispiele wird plastisch, wie sich theoretische Annahmen über Subjektivierung und Selbstführung mit einem mikrosoziologischen (oder: ethnografischen) Blick auf konkrete Praktiken des Self-Tracking zusammenführen lassen. Durch die Betrachtung von Interviewerzählungen über situative Vermessungspraktiken werden etwa körperliche und affektive Dimensionen, Brüche in der Praxis und subjektive Aneignungen sichtbar, die sich nicht unter externe Einflüsse oder vorherrschende Subjektformen subsumieren lassen. Dabei zeigt Wiedemann die widersprüchlichen Effekte der Selbstvermessung und die „Unberechenbarkeit der Praxis“ (S. 91–96) auf, die nicht in Routinen aufgeht, sondern „instabil“ (S. 93), „störanfällig“ (S. 94) und nicht prä-, sondern „de-skriptiv“ (S. 95) ist.

So wird etwa im Kapitel über die Quantified-Self-Bewegung die „Differenz zwischen Skript und Alltagsvollzug“ (S. 209) deutlich, wenn Akteure plausibilisieren, warum das Sammeln von Daten nicht auch mit postulierten Verbesserungen oder Veränderungen einhergeht. Wiedemann destilliert in der Analyse zum einen Gründe für solche Diskrepanzen zwischen den Versprechen der Selbstvermessung und den tatsächlichen Praktiken (Zeitaufwendigkeit der Analyse; Herausforderungen der Interpretation von Daten; prospektives Erfassen von Daten für spätere Zwecke; Kontextunsicherheiten; Messungenauigkeiten). Zum anderen bietet sie über das Konzept der „Selbsteffekte“ als „wiederholt hergestellte Resonanzen auf sich selbst, die die Einzelnen durch die praktizierte Zahlenwache erleben“ (S. 217) vier Interpretationen an, warum Akteure den Aufwand des Messens und Trackens betreiben, auch wenn dadurch keine neuen

Erkenntnisse über das Selbst zutage gebracht werden (kompetente Selbstsorge; Acht- und Aufmerksamkeit; Ordnung; Modifizierbarkeit). Diese Argumentation vermeidet analytische Engführungen und vermag es, Subjektivierungsprozesse in ihrer Vielschichtigkeit zu beleuchten.

Mit „Self-Tracking“ hat Lisa Wiedemann eine unbedingt lesenswerte Studie über gegenwärtige Entwicklungen der Vermessung des Selbst vorgelegt, die in ihren theoretischen Ansätzen über die beiden konkreten Feldstudien hinausweist.

*Stefan Groth, Zürich*

<https://doi.org/10.31244/zfvk/2021/01.17>