

1 Einleitung	1
2 Digitale Selbstvermessung zwischen Heteronomie und Autonomie	11
2.1 Selbstüberwachung: Kybernetisierung zur Optimierung des Selbst?	17
2.2 Theorien der Überwachung: pathologische Sichtbarkeit	30
2.3 Individuelle Anwendungskontexte: Eigenwilligkeit der Subjekte	37
3 Kybernetisierung der Gesellschaft	45
3.1 Eine kurze Geschichte der Kybernetik	51
3.2 Kybernetische Spätmoderne	66
3.3 Kybernetische Selbstthematisierung	82
4 Taxonomien des Selbst in der Netzwerkwelt	107
4.1 Taxonomien des Selbst	109
4.2 Ökonomie der Konventionen	111
4.3 Aufstieg der konnektionistischen Welt	118
5 Selbstvermessung in der Netzwerkwelt	143
5.1 Datenmaterial und methodische Vorgehensweise	169
5.2 Analyse: Selbstvermessung in ihrer Ambivalenz	177
5.2.1 Motive: Optimierung, Therapie, Exploration und Ludifizierung	179
5.2.2 Kybernetische Techniken: Das Beispiel Diet-Tracking	190

5.2.3	Situierung im Alltag: Aushandlungsprozesse und Grenzziehungen	206
5.2.4	Informatisierte Körper im Geiste der Kybernetik	218
5.3	Zusammenfassung und Diskussion der Ergebnisse	241
6	Kybernetisierung des Selbst	251
	Literatur	269