FPI-Publikationen – Wissenschaftliche Plattform

POLYLOGE

Eine Internetzeitschrift für „Integrative Therapie“
(peer reviewed)

Materialien aus der „Europäischen Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, Naturtherapien und Kreativitätsförderung“

2001 gegründet und herausgegeben von Univ.-Prof. Dr. mult. Hilarion G. Petzold,
Europäische Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, Hückeswagen, Donau-Universität Krems, Institut St. Denis, Paris, emer. Freie Universität Amsterdam

In Verbindung mit:
Dr. med. **Dietrich Eck**, Dipl. Psych., Hamburg, Europäische Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, Hückeswagen
Univ.-Prof. Dr. phil. (emer.) **Liliana Igrić**, Universität Zagreb
Univ.-Prof. Dr. phil. (emer.) **Nitza Katz-Bernstein**, Universität Dortmund
Prof. Dr. med. (emer.) **Anton Leitner**, Department für Psychosoziale Medizin und Psychotherapie, Donau-Uni. Krems
Dipl.-Päd. **Bruno Metzmacher**, Europäische Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, Düsseldorf/Hückeswagen
Lic. phil. **Lotti Müller**, MSc., Psychiatrische Universitätsklinik Zürich, Stiftung Europäische Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, Rorschach
Dipl.-Sup. **Ilse Orth**, MSc., Europäische Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, Düsseldorf/Hückeswagen
(Prof. Dr. phil. Johanna Sieper † 26.9.2020, Institut St. Denis, Paris, Europäische Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, Hückeswagen)

1972 – 2022 > 50 Jahre FPI und 40 Jahre EAG > Integrative Therapie, Agogik, Kulturarbeit und Öko-care

© FPI-Publikationen, Verlag Petzold + Sieper Hückeswagen.
Polyloge ISSN 2511-2732

Ausgabe 31/2026

„Ich bin Viele“ – Zugehörigkeit in Bewegung
Transversale Identität zwischen inneren und äußeren Lebenswelten.
Eine Perspektive der Integrativen Therapie

Mustafa Güz, Schweiz*

---

* Aus der „**Stiftung Europäische Akademie für psychosoziale Gesundheit und Integrative Therapie**“ (SEAG). Die SEAG bietet u.a. eine akkreditierte Postgraduale Weiterbildung für Integrative Psychotherapie an. Wissenschaftliche Leitung: *Univ.-Prof. Dr. mult. Hilarion G. Petzold, Dr. phil. Katharina Rast-Pupato, lic. phil. Lotti Müller, MSc.* mail-to: info@integrative-therapie-seag.ch; oder: EAG.FPI@t-online.de, Information: www.integrative-therapie-seag.ch, EAG-Weiterbildung ‚*Integrative Psychotherapie*‘. Betreuerin/Gutachter: *Ulrike Mathias, Dipl.-Päd. / Prof. Dr. Hilarion G. Petzold.*

Inhaltsverzeichnis

1 Einleitung

1.1 Persönlicher Zugang und Erkenntnisinteresse

1.2 Zugehörigkeit in einer pluralisierten Welt

1.3 Fragestellung und Zielsetzung

1.4 Aufbau der Arbeit

2 Identität, Beziehung und Lebenswelt im Integrativen Ansatz

2.1 Identität als leiblich eingebetteter Prozess

2.2 Interiorisierung und polylogische Vielstimmigkeit

2.3 Zugehörigkeit zwischen Affiliation und Reaktanz

2.4 Alterität und Konvivialität: Zugehörigkeit ohne Gleichheit

2.5 Transversale Identität als Integrations- und Überschreitungsprozess

2.6 Oikeiosis und Beheimatung in wechselnden Lebenswelten

3 Zugehörigkeit zwischen inneren und äußeren Lebenswelten

3.1 Plurale Lebenswelten und soziale Positionierungen

3.2 Vielstimmigkeit und prekäre Zugehörigkeit

3.3 Innere und äußere Lebenswelten im Wechselverhältnis

3.4 Zugehörigkeit als bewegter Prozess

3.5 Persönliche Souveränität und gemeinsame Gestaltung

3.6 Zwischenfazit

4 Leiblichkeit und Veränderung

4.1 Der Informierte Leib als Brücke zwischen Person und Lebenswelt

4.2 Leibliche Bewegung und relationale Regulation

4.3 Neurophänomenologie als erkenntnistheoretische Ergänzung

4.4 Körperphysiologische Bedingungen von Veränderung: Grenzen und Ausblick

4.5 Zwischenfazit

5 Methodisches Vorgehen

5.1 Hermeneutisch-reflexive Literaturarbeit

5.2 Konnektivierende Hermeneutik

5.3 Biografische Reflexion

5.4 Prozessvignette: Zugehörigkeit zwischen Lebensgeschichte, Leiblichkeit und therapeutischer Beziehung

5.5 Grenzen des Vorgehens

6 Diskussion

6.1 Chancen und Schattenseiten pluraler Zugehörigkeit

6.2 Einheit und Differenz

6.3 Psychotherapeutische Implikationen

6.4 Gesellschaftliche Perspektiven

6.5 „Zugehörigkeit in Bewegung“ – kritische Würdigung

7 Fazit und Ausblick

8 Zusammenfassung/ Summary

9 Literaturverzeichnis

10 Anhang

1 Einleitung

1.1 Persönlicher Zugang und Erkenntnisinteresse

Der Ausgangspunkt dieser Arbeit liegt auch in meiner eigenen Biographie. Ich bin in Deutschland geboren und als Angehöriger der dritten Generation einer türkischstämmigen Familie aufgewachsen. Migration ist damit Teil meiner Familiengeschichte, ohne dass ich selbst im engeren Sinne migriert bin. Schon früh bewegte ich mich zwischen unterschiedlichen kulturellen, familiären und gesellschaftlichen Lebenswelten. Später kamen weitere Erfahrungsräume hinzu: unterschiedliche berufliche Rollen, soziale Milieus, meine sexuelle Identität sowie schließlich der Wechsel meines Lebensmittelpunktes in die Schweiz. Diese verschiedenen Zugehörigkeiten habe ich nicht immer als selbstverständliche Vielfalt erlebt. Sie waren auch mit Anpassung, Leistung, Abgrenzung und der wiederkehrenden Frage verbunden, wo und wie Zugehörigkeit entstehen kann.

Dabei gab es in meiner Biografie sowohl Phasen von Stabilität und Verbundenheit als auch Brüche, Übergänge und Neuorientierungen. Rückblickend waren gerade diese Bewegungen bedeutsam. Sie verlangten immer wieder, Vertrautes zu verlassen, neue Lebenswelten zu erschließen und unterschiedliche Seiten meiner Person miteinander in Beziehung zu bringen. Zugehörigkeit erscheint mir deshalb heute weniger als ein Zustand, den man einmal erreicht, sondern zunehmend als etwas, das sich in Beziehungen und im Verlauf des Lebens verändert. In diesem Sinne lässt sich auch Rosas Begriff der Resonanz als ein möglicher Bezugspunkt verstehen: Weltbeziehung entsteht dort, wo Mensch und Welt sich wechselseitig berühren und verändern können (vgl. *Rosa*, 2016).

Während meiner Weiterbildung in *Integrativer Therapie* erhielt diese zunächst persönliche Erfahrung zunehmend eine theoretische Sprache. Konzepte wie Identität, Leiblichkeit, Affiliation, Mehrperspektivität und Transversalität eröffneten mir die Möglichkeit, meine eigene Biografie nicht nur als Abfolge unterschiedlicher Lebensabschnitte zu betrachten, sondern die darin liegenden Verbindungen, Spannungen und Veränderungen genauer wahrzunehmen. Besonders bedeutsam wurde dabei die Frage, ob Vielfalt überhaupt aufgelöst werden muss – oder ob

persönliche Souveränität gerade darin entstehen kann, unterschiedliche Zugehörigkeiten wahrzunehmen, zu differenzieren und miteinander in Beziehung zu setzen.

Aus dieser Verbindung von persönlicher Erfahrung und professioneller Auseinandersetzung entstand mein Erkenntnisinteresse. Mich beschäftigt, wie Menschen mit unterschiedlichen inneren und äußeren Lebenswelten umgehen und wie aus Mehrfachzugehörigkeit eine Identität entstehen kann, die weder auf Eindeutigkeit noch auf dauernder Anpassung beruhen muss. Die eigene Biografie bildet dabei einen Ausgangspunkt und Reflexionshintergrund dieser Arbeit, nicht jedoch ihren alleinigen Gegenstand. Im Zentrum steht die weiterführende Frage, wie sich solche Prozesse aus der Perspektive der Integrativen Therapie verstehen lassen.

1.2 Zugehörigkeit in einer pluralisierten Welt

Zugehörigkeit entsteht nicht unabhängig von den sozialen und gesellschaftlichen Bedingungen, in denen Menschen leben. Familie, kulturelle Prägungen, soziale Position, Geschlecht, sexuelle Identität, Beruf und gesellschaftliche Zuschreibungen beeinflussen, wie Menschen sich selbst verstehen und von anderen wahrgenommen werden. In pluralisierten Gesellschaften können unterschiedliche Zugehörigkeiten gleichzeitig bedeutsam sein, ohne sich zwangsläufig zu widersprechen. Sie können jedoch Spannungen erzeugen, wenn verschiedene Lebenswelten unterschiedliche Erwartungen oder Möglichkeiten der Teilhabe vermitteln.

Für Menschen aus Familien mit Migrationsgeschichte können solche Prozesse besonders sichtbar werden. *Boos-Nünning* und *Karakaşoğlu* (2005) zeigen anhand der Lebenssituation von Mädchen und jungen Frauen mit Migrationshintergrund, dass deren Lebenswelten nicht angemessen durch eine einfache Gegenüberstellung von Herkunftskultur und Aufnahmegesellschaft beschrieben werden können. Aus Integrativer Perspektive ist Identitätsentwicklung zugleich immer in soziale Beziehungen, gesellschaftliche Kontexte sowie Selbst- und Fremdzuschreibungen eingebettet (vgl. *Petzold,* 2012q).

Eine ausschließliche Betrachtung über Migration würde die Vielfalt heutiger Zugehörigkeitsprozesse jedoch zu eng fassen. *Anthias* erweitert diese Perspektive mit dem Konzept des translocational belonging: Zugehörigkeit wird relational und kontextabhängig verstanden und mit unterschiedlichen gesellschaftlichen Positionierungen wie kultureller Herkunft, Geschlecht, Klasse und Sexualität verbunden (vgl. Anthias, 2016; 2020). Migration beziehungsweise familiäre Migrationsgeschichte bildet damit eine wichtige Dimension dieser Arbeit, nicht aber ihren alleinigen Gegenstand. Mehrfachzugehörigkeit bezeichnet keine besondere Eigenschaft einer bestimmten Bevölkerungsgruppe, sondern eine mögliche Grundkonstellation menschlicher Identitätsentwicklung, die unter pluralisierten gesellschaftlichen Bedingungen besonders sichtbar wird.

An diesem Spannungsfeld setzt mein Erkenntnisinteresse an. Zugehörigkeit verstehe ich im Folgenden nicht als eindeutige soziale Zuordnung, sondern als einen relationalen und veränderlichen Prozess. Den theoretischen Bezugsrahmen bildet dabei die Integrative Therapie, weil sie Identität, Beziehung, Leiblichkeit und gesellschaftliche Lebenswelten miteinander in Verbindung bringt.

1.3 Fragestellung und Zielsetzung

Aus dem persönlichen Zugang und der gesellschaftlichen Problemstellung ergibt sich die Frage, wie Zugehörigkeit verstanden werden kann, wenn Menschen sich im Verlauf ihres Lebens in unterschiedlichen kulturellen, sozialen und persönlichen Lebenswelten bewegen. Dabei wird Identität aus Integrativer Perspektive nicht als statische oder abgeschlossene Größe verstanden, sondern als ein lebenslanger Prozess, der sich in sozialen Beziehungen, gesellschaftlichen Kontexten sowie durch Selbst- und Fremdzuschreibungen fortlaufend entwickelt und verändert (vgl. *Petzold,* 2012q).

Die zentrale Fragestellung dieser Arbeit lautet:

Wie kann Zugehörigkeit in einer pluralisierten Welt als bewegter Prozess verstanden werden, und welche Bedeutung hat transversale Identität für den Umgang mit unterschiedlichen inneren und äußeren Lebenswelten?

Die Fragestellung berührt mehrere Ebenen zugleich, die ich im Verlauf der Arbeit bewusst nicht gleichrangig behandle. Im Mittelpunkt steht Zugehörigkeit als bewegter, relationaler Prozess. Transversale Identität bildet dabei meine zentrale theoretische Linse. Leiblichkeit, Interiorisierung, Polylog, Affiliation und Reaktanz, Konvivialität und Alterität sowie Oikeiosis und persönliche Souveränität nutze ich als erklärende Konzepte, um diesen Prozess genauer zu verstehen. Migration, sexuelle Identität, soziale Mobilität und weitere biografische Erfahrungsfelder dienen dabei als wichtige Bezugsfelder, ohne jeweils selbst zum Hauptgegenstand zu werden. Die psychotherapeutische Reflexion dieser Zusammenhänge bildet schließlich das Anwendungsfeld, auf das ich in der Diskussion zurückkomme.

Mit dieser Arbeit möchte ich die Möglichkeiten und Spannungsfelder pluraler Zugehörigkeit herausarbeiten und untersuchen, unter welchen Bedingungen aus Vielheit nicht nur Anpassungsdruck, Verunsicherung oder prekäre Identitätsprozesse, sondern auch Differenzierungsfähigkeit, persönliche Souveränität und neue Gestaltungsmöglichkeiten entstehen können. „Zugehörigkeit in Bewegung“ dient mir dabei als leitende Arbeitsthese. Im Verlauf der Arbeit möchte ich diese These theoretisch entwickeln, mit unterschiedlichen wissenschaftlichen und erfahrungsbezogenen Perspektiven in Beziehung setzen und abschließend hinsichtlich ihrer Möglichkeiten und Grenzen kritisch prüfen.

1.4 Aufbau der Arbeit

Im weiteren Verlauf entwickle ich die Fragestellung schrittweise von den theoretischen Grundlagen hin zur Frage, wie Zugehörigkeit als bewegter Prozess verstanden werden kann. In Kapitel 2 erarbeite ich zunächst den Integrativen Bezugsrahmen und führe die Konzepte zusammen, die für meine Fragestellung besonders relevant sind. In Kapitel 3 beziehe ich diese Perspektiven auf plurale innere und äußere Lebenswelten und entwickle daraus die leitende These der „Zugehörigkeit in Bewegung“ weiter. Kapitel 4 vertieft diese Überlegungen um die leibliche Dimension und fragt, wie Veränderung erfahren, reguliert und verkörpert werden kann, ohne soziale und biografische Prozesse biologisch zu verkürzen. Methodisch verbinde ich anschließend eine hermeneutisch-reflexive Literaturarbeit mit biografischer Selbstpositionierung und einer exemplarischen Prozessvignette. In der Diskussion führe ich diese Perspektiven zusammen und prüfe ihre

psychotherapeutischen und gesellschaftlichen Implikationen. Im abschließenden Fazit greife ich die These der „Zugehörigkeit in Bewegung“ erneut auf und frage, welchen Beitrag ein transversales Verständnis von Identität zu einem differenzierten Verständnis pluraler Zugehörigkeit leisten kann.

2 Identität, Beziehung und Lebenswelt im Integrativen Ansatz

Die zentrale Frage dieser Arbeit richtet sich auf Zugehörigkeit als einen bewegten, relationalen und biografisch veränderlichen Prozess. Um diesen Prozess genauer verstehen zu können, braucht es zunächst ein Menschen- und Identitätsverständnis, das Zugehörigkeit weder ausschließlich als soziale Zuordnung noch als rein subjektives Gefühl betrachtet. Die Integrative Therapie bietet hierfür einen geeigneten theoretischen Bezugsrahmen, weil sie den Menschen grundsätzlich als leibliches, soziales und in konkrete Lebenswelten eingebettetes Wesen versteht.

Identität entsteht aus dieser Perspektive nicht unabhängig von anderen Menschen. Sie entwickelt sich in Beziehungen, in sozialen und kulturellen Kontexten und über die gesamte Lebensspanne hinweg. Erfahrungen von Anerkennung und Zurückweisung, Nähe und Distanz, Vertrautheit und Fremdheit können aufgenommen, interiorisiert und Bestandteil des eigenen Erlebens werden. Gleichzeitig bleiben Menschen ihren Prägungen nicht einfach ausgeliefert. Sie können Erfahrungen reflektieren, unterschiedliche Einflüsse wahrnehmen und sich im Verlauf ihres Lebens neu zu ihnen positionieren.

Für die Frage nach Zugehörigkeit ist dieses Verständnis besonders bedeutsam. Wenn Identität relational und lebensgeschichtlich entsteht, kann Zugehörigkeit nicht als einmal erreichte und anschließend unveränderliche Position verstanden werden. Menschen können gleichzeitig unterschiedlichen Lebenswelten verbunden sein. Diese Zugehörigkeiten können einander ergänzen, sich verändern oder miteinander in Spannung geraten. Sie müssen dabei nicht zwangsläufig zu einer widerspruchsfreien Einheit aufgelöst werden.

Die folgenden Konzepte werden nicht isoliert dargestellt, sondern im Hinblick auf ihren Beitrag zur Frage nach Zugehörigkeit als bewegtem Prozess miteinander verbunden. Im Zentrum steht dabei die transversale Identität. Leiblichkeit,

Interiorisierung, Polylog, Affiliation und Reaktanz, Alterität und Konvivialität sowie Oikeiosis bilden ergänzende Perspektiven, um das Verhältnis von Verbundenheit, Differenz, Veränderung und Beheimatung genauer zu verstehen.

2.1 Identität als leiblich eingebetteter Prozess

In der Integrativen Therapie wird Identität nicht als feststehende Eigenschaft einer Person und auch nicht als endgültig erreichter Zustand verstanden. Sie entwickelt sich über die gesamte Lebensspanne hinweg in der Auseinandersetzung des Menschen mit sich selbst, mit anderen Menschen und mit seinen jeweiligen sozialen, kulturellen und gesellschaftlichen Lebenswelten. Identität ist damit immer persönlich und sozial zugleich. Sie umfasst die Weise, wie ein Mensch sich selbst wahrnimmt, erlebt und versteht, steht aber ebenso damit in Verbindung, wie er von anderen wahrgenommen, angesprochen, bewertet und anerkannt wird (vgl. Petzold, 2012q).

Ein solches Identitätsverständnis unterscheidet sich von der Vorstellung eines unveränderlichen inneren Kerns, der unabhängig von Beziehungen und Lebensbedingungen bereits vollständig vorhanden wäre. Menschen können durchaus Kontinuität erleben und sich über unterschiedliche Lebensphasen hinweg als dieselbe Person erfahren. Diese Kontinuität bedeutet jedoch nicht, dass Identität unverändert bleibt. Beziehungen können sich verändern, neue Rollen entstehen, vertraute Lebenswelten verloren gehen und neue hinzukommen. Gesellschaftliche Bedingungen und Fremdzuschreibungen können sich ebenso verändern wie die eigene Sicht auf frühere Erfahrungen.

Für meine Fragestellung ist diese Prozesshaftigkeit grundlegend. Wenn Identität nicht als abgeschlossene Einheit verstanden wird, müssen unterschiedliche Zugehörigkeiten nicht zwangsläufig auf eine einzige eindeutige Identität reduziert werden. Ein Mensch kann sich gleichzeitig einer Familie, einer kulturellen Geschichte, einer Partnerschaft, einem beruflichen Umfeld, bestimmten Freundschaften oder anderen sozialen Lebenswelten verbunden fühlen. Diese Zugehörigkeiten besitzen nicht zu jedem Zeitpunkt dieselbe Bedeutung. Sie können einander ergänzen, miteinander in Spannung geraten oder im Verlauf des Lebens an Bedeutung gewinnen und verlieren.

Identitätsarbeit bedeutet dann nicht notwendig, herauszufinden, welcher dieser Bezüge der „eigentliche“ oder authentische ist. Eine solche Vorstellung würde unterschätzen, dass menschliche Identität gerade in vielfältigen Beziehungen und sozialen Erfahrungen entsteht. Vielmehr stellt sich die Frage, wie unterschiedliche Erfahrungen wahrgenommen, verstanden und miteinander in Beziehung gesetzt werden können und wie eine Person sich gegenwärtig zu ihnen positioniert.

Die aktuelle Weiterführung der Integrativen Identitätstheorie akzentuiert diesen Prozess noch stärker als Identitätsarbeit. Gemeint ist damit keine einmalige Klärung von Identität, sondern eine fortlaufende Auseinandersetzung mit biografisch gewordenen Erfahrungen, Selbst- und Fremdzuschreibungen sowie den sozialen und kulturellen Kontexten, in denen Menschen leben. Identitätsarbeit verbindet damit das Verstehen des Gewordenen mit der Möglichkeit, Bedeutungen neu zu ordnen und sich zu ihnen gegenwärtig wie auch zukünftig zu positionieren. Gerade für plurale Zugehörigkeiten ist diese Zukunftsdimension bedeutsam: Neben der Frage, was einen Menschen geprägt hat, tritt die Frage, welche Beziehungen, Zugehörigkeiten und Lebensformen künftig tragfähig gestaltet werden können (vgl. *Petzold,* 2012q; *Petzold, Orth, Josić, Mathias-Wiedemann & Brück,* 2026).Diese Perspektive ist eng mit dem Integrativen Verständnis von Leiblichkeit verbunden. Der Leib bezeichnet dabei nicht lediglich den biologischen Körper. Gemeint ist der Mensch als wahrnehmendes, fühlendes, erinnerndes, denkendes und handelndes Wesen in seiner konkreten Lebenswelt. Körperliche Prozesse, emotionales Erleben, geistige Bedeutungsbildung, soziale Beziehungen und Umweltbedingungen werden nicht als voneinander isolierte Bereiche verstanden, sondern als miteinander verschränkte Dimensionen eines Körper-Seele-Geist-Welt-Verhältnisses (vgl. *Petzold & Sieper,* 2012a).

Diese leibliche Einbettung ist für Zugehörigkeit von besonderer Bedeutung. Menschen wissen nicht nur, dass sie irgendwo dazugehören. Zugehörigkeit kann erlebt und gespürt werden. Vertrautheit, Sicherheit und Anerkennung können sich beispielsweise in Entspannung, Offenheit oder einem selbstverständlicheren Kontakt mit anderen zeigen. Fremdheit, Zurückweisung oder dauerhafter Anpassungsdruck können dagegen mit Anspannung, Wachsamkeit, Rückzug, Scham oder körperlichem Unbehagen verbunden sein.

Dabei wäre es zu kurz gegriffen, solche Reaktionen ausschließlich als individuelle psychische Vorgänge zu betrachten. Leibliches Erleben entsteht nicht losgelöst von der Situation, in der sich ein Mensch befindet. Ob jemand sich sicher oder fremd erlebt, hängt auch damit zusammen, wie er von anderen angesprochen wird, welche Erfahrungen er in einem bestimmten sozialen Raum gemacht hat und welche Möglichkeiten von Anerkennung und Teilhabe tatsächlich bestehen.

Auch Identität ist deshalb leiblich verankert. Zu ihr gehören nicht nur bewusste Selbstbeschreibungen und biografische Erzählungen. Das körperliche Selbstempfinden, Gesundheit und Krankheit, Leistungsfähigkeit, Aussehen, Sexualität und die Erfahrung, wie der eigene Leib von anderen wahrgenommen und bewertet wird, können ebenfalls identitätswirksam werden (vgl. *Petzold*, 2012q). Identität wird damit nicht nur gedacht und erzählt, sondern auch verkörpert und in Beziehungen erlebt.

Gerade hier wird eine erste Verbindung zwischen Identität und Zugehörigkeit sichtbar. Ein Mensch kann sich einer Gruppe formal zurechnen und dennoch keine Vertrautheit oder Verbundenheit erleben. Ebenso kann Zugehörigkeit in einer Beziehung, Tätigkeit oder Lebenswelt entstehen, ohne dass dafür eine eindeutige soziale Kategorie vorhanden sein muss. Die äußere Zuordnung und das innere Erleben müssen nicht deckungsgleich sein.

Für die vorliegende Arbeit folgt daraus, dass Zugehörigkeit nicht auf eine kognitive Überzeugung oder eine soziale Mitgliedschaft reduziert werden kann. Sie bezeichnet vielmehr ein Verhältnis zwischen Person, Mitmenschen und Lebenswelt, das leiblich erfahren und biografisch geprägt wird. Dieses Verhältnis kann sich verändern, auch wenn äußere Zugehörigkeiten zunächst gleich bleiben.

Damit entsteht zugleich die Frage, wie frühere Beziehungserfahrungen in späteren Lebenssituationen weiterwirken. Wenn Menschen ihre Lebenswelten leiblich und relational erfahren, verschwinden diese Erfahrungen nicht einfach mit dem Ende einer Situation. Sie können erinnert, bewertet und interiorisiert werden und dadurch Bestandteil der inneren Lebenswelt werden. An diesem Punkt setzt das Konzept der Interiorisierung an.

2.2 Interiorisierung und polylogische Vielstimmigkeit

Identität entsteht nicht allein durch bewusste Selbstreflexion. Menschen werden von Beginn an in Beziehungen sozialisiert und entwickeln sich in der Auseinandersetzung mit bedeutsamen anderen, Familien, Gruppen, Institutionen und kulturellen Lebenswelten. Sie erfahren, wie andere auf sie reagieren, welche Verhaltensweisen Anerkennung erhalten, was von ihnen erwartet wird und welche Seiten ihrer Person willkommen oder unerwünscht sind.

Solche Erfahrungen können über die jeweilige Beziehungssituation hinaus wirksam bleiben. Das Integrative Konzept der Interiorisierung beschreibt, wie zwischenmenschliche Erfahrungen aufgenommen und zu Bestandteilen des eigenen inneren Erlebens werden können (vgl. *Petzold*, 2012e). Damit lässt sich erklären, weshalb vergangene Beziehungserfahrungen auch in neuen Lebenssituationen Bedeutung behalten können.

Interiorisierung darf dabei nicht wie ein einfaches Kopieren äußerer Erfahrungen in eine abgeschlossene Innenwelt verstanden werden. Menschen nehmen Erfahrungen leiblich auf, erinnern sie, verbinden sie mit Emotionen, interpretieren sie und ordnen sie in ihre Lebensgeschichte ein. Was von außen erfahren wurde, kann dadurch in veränderter Form weiterwirken.

Eine wiederholte Erfahrung, Anerkennung vor allem durch Leistung oder Anpassung zu erhalten, kann beispielsweise dazu beitragen, dass entsprechende Erwartungen später auch ohne unmittelbare äußere Forderung wirksam bleiben. Eine Person kann dann das Gefühl entwickeln, ihren Platz immer wieder verdienen zu müssen. Umgekehrt können Erfahrungen verlässlicher Beziehung und Anerkennung dazu beitragen, dass auch in neuen Situationen eher Vertrauen, Offenheit und die Erwartung von Verbundenheit möglich werden.

Für Zugehörigkeitsprozesse ist entscheidend, dass nicht nur unterstützende Beziehungserfahrungen interiorisiert werden. Auch Fremdzuschreibungen, Abwertungen, soziale Normen und kulturelle Erwartungen können Bestandteil der inneren Lebenswelt werden. Menschen tragen deshalb nicht nur Vorstellungen darüber in sich, wer sie sein möchten. In ihrem Selbstverständnis können auch

Erfahrungen darüber weiterwirken, wie sie in unterschiedlichen Lebenswelten gesehen, bewertet oder eingeordnet wurden.

Gerade bei pluralen Lebenswelten können solche Erfahrungen widersprüchlich sein. In einer Lebenswelt kann beispielsweise Loyalität, Zurückhaltung oder Anpassung Anerkennung ermöglichen, während in einer anderen Selbstbehauptung, Individualität oder eine deutliche Positionierung erwartet wird. Solche unterschiedlichen Orientierungen bestehen nicht nur als äußere Anforderungen nebeneinander. Durch Interiorisierung können sie auch innerhalb der Person weiterwirken.

Hier erhält der Begriff des Polylogs eine besondere Bedeutung. Menschliches Erleben entsteht nicht ausschließlich in einer einzelnen Ich-Du-Beziehung. Menschen stehen in einem Geflecht unterschiedlicher Beziehungen, Gruppen, kultureller Deutungen und gesellschaftlicher Zusammenhänge. Familie, Freundschaften, Partnerschaften, berufliche Beziehungen, soziale Milieus und gesellschaftliche Stimmen können gleichzeitig oder zu unterschiedlichen Zeiten Einfluss auf das Selbstverständnis einer Person nehmen.

Der Polylog verweist auf diese Vielstimmigkeit. Er erweitert die dialogische Perspektive um die Tatsache, dass Menschen immer schon in vielfältige kommunikative und soziale Zusammenhänge eingebunden sind. Unterschiedliche Stimmen und Perspektiven können sich begegnen, ergänzen, widersprechen und verändern.

Für meine Fragestellung ist dabei besonders bedeutsam, dass polylogische Vielstimmigkeit nicht nur zwischen Menschen, sondern auch in der inneren Lebenswelt bedeutsam werden kann. Interiorisierte Erfahrungen verschiedener Beziehungen und Lebenswelten können als unterschiedliche Orientierungen, Erwartungen oder Selbstbewertungen weiterwirken. Eine Person kann sich beispielsweise gleichzeitig einer familiären Tradition verbunden fühlen, individuelle Lebensentscheidungen vertreten und gesellschaftliche Erwartungen an sich wahrnehmen. Diese Positionen müssen nicht vollständig übereinstimmen.

Eine solche Vielstimmigkeit sollte nicht vorschnell mit Fragmentierung oder psychischer Desintegration gleichgesetzt werden. Dass unterschiedliche Stimmen,

Zugehörigkeiten und Perspektiven innerhalb einer Person wirksam sind, kann vielmehr Ausdruck einer komplexen Beziehungsgeschichte und pluraler Lebenswelten sein. Menschen können mehrere Perspektiven kennen und zwischen ihnen wechseln, ohne deshalb ihre Identität zu verlieren.

Entscheidend wird vielmehr, wie mit dieser Vielstimmigkeit umgegangen werden kann. Belastend kann sie werden, wenn widersprüchliche Erwartungen nicht mehr unterscheidbar sind, wenn bestimmte Seiten der Person dauerhaft keinen Ausdruck finden dürfen oder wenn Zugehörigkeit nur dadurch aufrechterhalten werden kann, dass andere Seiten zurückgestellt oder verleugnet werden.

Damit erhält Differenzierung bereits an dieser Stelle eine wichtige Funktion. Differenzierung bedeutet jedoch nicht, vermeintlich fremde Einflüsse aus dem eigenen Selbst herauszulösen. Wenn Identität relational entsteht, wäre eine klare Trennung zwischen einem vollständig ursprünglichen „Eigenen“ und einem lediglich von außen übernommenen „Fremden“ kaum möglich.

Es geht vielmehr darum, die Herkunft, Bedeutung und gegenwärtige Wirksamkeit unterschiedlicher Prägungen wahrzunehmen. Eine Person kann erkennen, dass eine bestimmte innere Forderung mit früheren Beziehungserfahrungen verbunden ist. Sie kann zugleich anerkennen, dass diese Erfahrung Teil ihrer eigenen Geschichte geworden ist. Die entscheidende Frage lautet dann nicht nur: „Ist das wirklich meins?“, sondern auch: „Wie möchte ich mich heute dazu verhalten?“

Damit wird die innere Lebenswelt weder zu einem rein privaten Raum noch zu einer bloßen Kopie äußerer Verhältnisse. Sie entsteht im Wechselspiel von leiblicher Erfahrung, Beziehung, Erinnerung, gesellschaftlichen Einflüssen und eigener Bedeutungsbildung. Zugleich wirkt sie auf neue Begegnungen zurück. Frühere Erfahrungen beeinflussen, wie neue Beziehungen wahrgenommen und welche Formen von Nähe, Fremdheit oder Zugehörigkeit erwartet werden.

Damit stellt sich die nächste Frage: Wie lässt sich das menschliche Bedürfnis nach Verbundenheit mit dem ebenso wichtigen Bedürfnis nach Eigenständigkeit verbinden? Genau dieses Spannungsverhältnis wird im Integrativen Ansatz mit Affiliation und Reaktanz greifbar.

2.3 Zugehörigkeit zwischen Affiliation und Reaktanz

Affiliation bezeichnet das Bedürfnis nach Nähe und Zugehörigkeit zu anderen Menschen und sozialen Zusammenhängen. Dieses Bedürfnis ist nicht als Schwäche oder als Zeichen mangelnder Selbstständigkeit zu verstehen. Menschliche Entwicklung vollzieht sich grundsätzlich in Beziehungen. Menschen benötigen andere, um sich zu entwickeln, sich selbst wahrzunehmen und soziale Wirklichkeit gemeinsam zu gestalten (vgl. *Petzold*, 2005y).

Auch Baumeister und Leary beschreiben das Bedürfnis nach stabilen zwischenmenschlichen Bindungen als eine grundlegende menschliche Motivation (vgl. *Baumeister & Leary*, 1995). Diese externe sozialpsychologische Perspektive wird hier ergänzend herangezogen. Sie gehört nicht zur Integrativen Theorie, verdeutlicht aber, dass das Bedürfnis nach Zugehörigkeit auch außerhalb dieses Ansatzes als grundlegender menschlicher Prozess diskutiert wird.

Affiliation kann in sehr unterschiedlichen Beziehungen und Lebenswelten Ausdruck finden: in Familie, Freundschaften und Partnerschaften, in beruflichen Zusammenhängen, kulturellen Gemeinschaften oder anderen sozialen Gruppen. Solche Beziehungen können Sicherheit, Orientierung und Unterstützung vermitteln. Sie ermöglichen Menschen, Erfahrungen zu teilen, sich gegenseitig zu unterstützen und sich als bedeutsam und verbunden zu erleben.

Verbundenheit ist jedoch nicht automatisch entwicklungsförderlich. Gemeinschaften und Beziehungen besitzen auch Erwartungen, Normen und Grenzen. Sie können definieren, welche Verhaltensweisen als loyal gelten, welche Lebensformen Anerkennung erhalten und was als Abweichung erlebt wird. Das Bedürfnis nach Zugehörigkeit kann deshalb mit Anpassungsprozessen verbunden sein.

Gerade hier zeigt sich eine wichtige Ambivalenz. Menschen können einer Lebenswelt tief verbunden sein und sich dennoch von einzelnen Erwartungen dieser Lebenswelt eingeengt fühlen. Die Bedeutung einer Familie, einer kulturellen Geschichte oder einer sozialen Gemeinschaft verschwindet nicht automatisch dadurch, dass eine Person bestimmte Normen infrage stellt.

An diesem Punkt wird Reaktanz bedeutsam. Sie bezeichnet die Tendenz, sich gegen Einschränkungen von Freiheit, Eigenständigkeit und Selbstbestimmung zur Wehr zu setzen (vgl. *Petzold*, 2005y). Reaktanz muss deshalb nicht lediglich als störendes oder oppositionelles Verhalten verstanden werden. Sie kann eine wichtige Schutzfunktion besitzen, wenn Menschen Vereinnahmung, Kontrolle oder unzulässige Einschränkungen erleben.

Affiliation und Reaktanz sind damit nicht einfach zwei gegensätzliche Kräfte, zwischen denen ein Mensch sich entscheiden müsste. Vielmehr beschreiben sie ein Spannungsverhältnis, das in vielen Beziehungen gleichzeitig wirksam sein kann. Menschen möchten dazugehören und zugleich eine eigene Position besitzen. Sie suchen Verbundenheit, möchten sich aber nicht vollständig an die Erwartungen anderer angleichen müssen.

Für plurale Lebenswelten ist dieses Spannungsverhältnis besonders bedeutsam. Eine Person kann sich ihrer Familie oder kulturellen Geschichte eng verbunden fühlen und zugleich einen Lebensentwurf entwickeln, der nicht mit allen Erwartungen dieses Umfelds übereinstimmt. Ebenso kann eine neu erschlossene soziale Lebenswelt zunächst Freiheit und Anerkennung ermöglichen und später ihrerseits neue Anpassungsanforderungen hervorbringen.

Die Frage kann deshalb nicht lauten, ob Verbundenheit oder Abgrenzung grundsätzlich besser ist. Vollständige Anpassung kann zwar Zugehörigkeit sichern, gleichzeitig aber eigene Wünsche und Handlungsmöglichkeiten begrenzen. Eine starke Abgrenzung kann Eigenständigkeit ermöglichen, zugleich jedoch mit Verlust, Einsamkeit oder dem Abbruch bedeutsamer Beziehungen verbunden sein.

Aus Integrativer Perspektive muss Entwicklung daher weder als zunehmende Unabhängigkeit von anderen noch als möglichst konfliktfreie Einordnung in eine Gemeinschaft verstanden werden. Sie kann vielmehr darin bestehen, Nähe und Distanz differenzierter gestalten zu können: verbunden zu bleiben, ohne sich selbst vollständig aufzugeben, und sich abzugrenzen, ohne Beziehung grundsätzlich abbrechen zu müssen.

Diese Perspektive ist auch deshalb wichtig, weil Vorstellungen von Autonomie kulturell und gesellschaftlich geprägt sind. Eine stark individualistisch orientierte

Sichtweise könnte gemeinschaftlichere Lebensformen vorschnell als Ausdruck mangelnder Eigenständigkeit interpretieren. Familiäre Verbundenheit, gegenseitige Verantwortung und Loyalität können jedoch wichtige Ressourcen und bewusst gewählte Lebensformen darstellen.

Umgekehrt darf Verbundenheit nicht romantisiert werden. Beziehungen und Gemeinschaften können Menschen ebenso begrenzen, kontrollieren oder ausschließen. Entscheidend ist deshalb nicht, ob eine Lebensform stärker gemeinschaftlich oder individualistisch orientiert ist. Entscheidend ist, welche Möglichkeiten eine Person innerhalb dieser Beziehungen besitzt, wahrgenommen zu werden, eine eigene Position einzunehmen und an der Gestaltung der Beziehung mitzuwirken.

Damit führt das Spannungsverhältnis von Affiliation und Reaktanz unmittelbar zur Frage nach Differenz. Wenn Zugehörigkeit nicht nur durch Anpassung entstehen soll, muss es möglich sein, innerhalb einer Beziehung anders zu sein. Alterität und Konvivialität eröffnen dafür eine weitere Perspektive.

2.4 Alterität und Konvivialität: Zugehörigkeit ohne Gleichheit

Zugehörigkeit wird häufig über Gemeinsamkeit beschrieben. Menschen erleben Verbundenheit, weil sie Erfahrungen, Werte, Interessen, Sprache oder Lebensformen miteinander teilen. Solche Gemeinsamkeiten können Beziehungen tragen und ein Gefühl von Vertrautheit ermöglichen. Problematisch wird dieses Verständnis jedoch dann, wenn Gleichheit zur Voraussetzung von Zugehörigkeit wird.

Für plurale Lebenswelten ist deshalb die Frage zentral, ob Menschen auch dort miteinander verbunden bleiben können, wo Unterschiede bestehen. Genau hier erhält der Begriff der Alterität Bedeutung. Alterität richtet den Blick auf das Anderssein des anderen Menschen. Der Andere ist nicht lediglich eine Variante des Eigenen und muss nicht vollständig verstanden, angeglichen oder in die eigene Perspektive eingeordnet werden. Beziehung bedeutet aus dieser Perspektive nicht, Differenz aufzulösen. Menschen können sich nahe sein und dennoch unterschiedliche Erfahrungen, Werte und Positionen besitzen. Die Anerkennung des

anderen Menschen schließt ein, dass er in seiner Eigenständigkeit bestehen darf (vgl*. Apfalter, Stefan & Höfner*, 2023).

Für die Frage nach Zugehörigkeit hat dies weitreichende Konsequenzen. Unterschiedliche kulturelle Prägungen, familiäre Orientierungen, sexuelle Identitäten, soziale Erfahrungen oder persönliche Lebensentwürfe müssen innerhalb einer Beziehung oder Gemeinschaft nicht vollständig übereinstimmen. Verschiedenheit bedeutet nicht automatisch, dass Verbundenheit unmöglich wird.

Alterität schützt damit vor zwei entgegengesetzten Verkürzungen. Einerseits verhindert sie, Unterschiede vorschnell zu harmonisieren. Menschen müssen nicht so tun, als gäbe es keine Differenzen, um miteinander verbunden sein zu können. Andererseits verhindert sie, Anderssein automatisch als Bedrohung oder Ausschlussgrund zu verstehen.

Die Anerkennung von Alterität bedeutet dabei nicht, jede Position oder jedes Verhalten unkritisch hinzunehmen. Unterschiedlichkeit schließt Auseinandersetzung, Grenzen und Konflikte nicht aus. Es geht vielmehr darum, den anderen Menschen nicht auf die eigene Perspektive zu reduzieren. Beziehung kann auch dort bestehen bleiben, wo kein vollständiger Konsens erreicht wird.

Das Konzept der Konvivialität erweitert diese Überlegung auf die Ebene des sozialen und kulturellen Zusammenlebens. Orth verbindet Konvivialität unter anderem mit Gastlichkeit, gemeinschaftlichem Leben, Kulturarbeit und Möglichkeiten eines Miteinanders, in dem Verschiedenheit aufgenommen werden kann (vgl. *Orth,* 2010).

Konvivialität bezeichnet damit mehr als ein konfliktfreies Nebeneinander. Sie verweist auf die Qualität eines gemeinsamen sozialen Raumes, in dem Menschen mit unterschiedlichen Erfahrungen und Positionen teilhaben können. Für Zugehörigkeit ergibt sich daraus eine wichtige Verschiebung: Nicht nur die einzelne Person muss sich verändern, damit sie in eine bestehende Gemeinschaft hineinpasst. Auch Beziehungen, Gruppen und soziale Räume können ihre Bedingungen von Zugehörigkeit verändern.

Diese Perspektive ist für die vorliegende Arbeit zentral. Wenn eine Person nur dann dazugehören kann, wenn sie bestimmte Seiten ihrer Identität verbirgt oder dauerhaft

zurückstellt, kann das Problem nicht ausschließlich als mangelnde individuelle Anpassungsfähigkeit verstanden werden. Die Frage muss ebenso lauten, welche Formen von Verschiedenheit eine Familie, Gruppe, Institution oder Gesellschaft überhaupt zulässt.

Damit wird Zugehörigkeit zu einem wechselseitigen Geschehen. Menschen suchen soziale Räume, in denen sie sich verbunden fühlen können. Gleichzeitig tragen soziale Räume Verantwortung dafür, ob sie Beteiligung, Anerkennung und Verschiedenheit ermöglichen.

Konvivialität beschreibt dabei keinen harmonischen Idealzustand. Wo unterschiedliche Lebenswelten, Erfahrungen und Werte aufeinandertreffen, können Irritationen und Konflikte entstehen. Entscheidend ist, ob Differenzen bearbeitet werden können, ohne dass eine Seite vollständig unsichtbar gemacht oder zur Aufgabe ihrer Position gezwungen wird.

Damit wird ein weiterer Schritt in der Argumentation möglich. Wenn Identität relational entsteht, verschiedene Erfahrungen interiorisiert werden, Verbundenheit und Eigenständigkeit gleichzeitig bedeutsam sind und Differenz nicht aufgehoben werden muss, stellt sich die Frage, wie Menschen diese unterschiedlichen Bezüge miteinander verbinden können. An dieser Stelle wird das Konzept der transversalen Identität zum theoretischen Mittelpunkt der Arbeit.

2.5 Transversale Identität als Integrations- und Überschreitungsprozess

Das Konzept der transversalen Identität bildet die zentrale theoretische Linse dieser Arbeit. Es knüpft an das bisher entwickelte Verständnis von Identität als leiblichem, relationalem und lebenslangem Prozess an und eröffnet zugleich eine Perspektive darauf, wie unterschiedliche Erfahrungen, Positionierungen und Zugehörigkeiten miteinander verbunden werden können (vgl. *Petzold*, 2012q; *Sieper,* 2010).

Für die Fragestellung dieser Arbeit ist dabei auch Petzolds Verständnis von Identität im Spannungsfeld von Unizität und Plurizität bedeutsam. Plurizität verweist darauf, dass Identität nicht als homogene Einheit verstanden werden muss, sondern unterschiedliche, in Beziehungen und Lebenswelten entstandene Erfahrungen und Positionierungen umfassen kann. Unizität bezeichnet zugleich die Einzigartigkeit der

Person, die in dieser Vielheit nicht verloren geht. *Petzold* verdichtet diesen Gedanken in der Formulierung „Ich bin Viele“ *(Petzold*, 2012q, S. 513). Der Titel dieser Arbeit greift diese Formulierung auf und verbindet sie mit der Frage, wie unterschiedliche Zugehörigkeiten miteinander in Beziehung gesetzt werden können, ohne ihre Differenz aufheben zu müssen.

Transversalität verweist auf Bewegungen des Verbindens, Überschreitens und Neuordnens. Unterschiedliche Erfahrungen, Perspektiven, Wissensbestände und soziale Positionierungen können miteinander in Beziehung treten, ohne dass ihre Unterschiede vollständig verschwinden müssen. Gerade darin liegt für die vorliegende Fragestellung ihre besondere Bedeutung.

Menschen bewegen sich im Verlauf ihres Lebens durch unterschiedliche soziale und kulturelle Zusammenhänge. Beziehungen verändern sich, neue Rollen entstehen, vertraute Lebenswelten können verlassen werden und neue kommen hinzu. Gleichzeitig bleiben frühere Erfahrungen wirksam. Identitätsentwicklung findet deshalb weder als bloße Wiederholung der Vergangenheit noch als vollständiger Neubeginn statt.

Transversale Identität ermöglicht, diese Gleichzeitigkeit von Kontinuität und Veränderung zu denken. Eine Person kann ihrer familiären Geschichte verbunden bleiben und dennoch einzelne Erwartungen verändern oder zurückweisen. Sie kann neue soziale Zugehörigkeiten entwickeln, ohne frühere Beziehungen vollständig abzuwerten. Ebenso kann sie Erfahrungen aus verschiedenen Lebenswelten miteinander verbinden, ohne behaupten zu müssen, dass zwischen ihnen keinerlei Spannung besteht.

Diese Perspektive unterscheidet Integration von Vereinheitlichung. Integration muss nicht bedeuten, alle Widersprüche zu beseitigen und eine vollständig harmonische Identität herzustellen. Für plurale Identität wäre eine solche Vorstellung sogar problematisch. Sie würde erneut voraussetzen, dass Vielfalt erst dann tragfähig wird, wenn sie in Eindeutigkeit überführt werden kann.

Integration kann vielmehr darin bestehen, Unterschiedliches in Beziehung setzen zu können. Eine Person kann verstehen, dass bestimmte Werte aus ihrer familiären Geschichte stammen, andere Erfahrungen in späteren Lebenswelten entstanden

sind und sich ihre gegenwärtige Position aus der Auseinandersetzung mit beiden entwickelt hat. Widersprüche können bestehen bleiben und dennoch Teil einer zusammenhängenden Lebensgeschichte sein.

Dafür ist Differenzierung notwendig. Unterschiedliche Prägungen, Erwartungen und Zugehörigkeiten müssen zunächst wahrnehmbar und unterscheidbar werden. Erst dadurch wird es möglich, sich zu ihnen zu positionieren. Auch hier geht es nicht darum, einen vermeintlich unverfälschten inneren Kern freizulegen. Identität ist bereits durch Beziehungen und Lebenswelten geprägt.

Die entscheidende Bewegung besteht deshalb nicht in der Frage, welche Anteile wirklich „eigen“ und welche bloß „fremd“ sind. Sie besteht darin, das eigene gegenwärtige Verhältnis zu den unterschiedlichen Prägungen bewusster gestalten zu können. Manche Werte können weiterhin tragen. Andere können verändert werden. Von bestimmten Erwartungen kann eine Person sich abgrenzen, ohne deshalb die gesamte Lebenswelt, aus der sie stammen, zurückweisen zu müssen.

Transversalität eröffnet darüber hinaus die Möglichkeit der Überschreitung. Bestehende Positionen und Entweder-oder-Konstruktionen können infrage gestellt werden. Für plurale Zugehörigkeit betrifft dies beispielsweise Gegensätze wie Herkunft oder Gegenwart, Gemeinschaft oder Individualität, Verbundenheit oder Autonomie, Anpassung oder Abgrenzung.

Eine transversale Bewegung kann darin bestehen, eine neue Position zu entwickeln, die nicht lediglich eine der bisherigen Seiten wiederholt. Eine Person kann beispielsweise familiäre Verbundenheit bewahren und zugleich einen Lebensentwurf verfolgen, der in wichtigen Punkten von familiären Erwartungen abweicht. Sie muss dann nicht zwingend zwischen vollständiger Anpassung und vollständigem Bruch wählen.

Diese Überschreitung ist nicht mit einer Loslösung von der eigenen Geschichte gleichzusetzen. Transgression kann auch bedeuten, die Bedeutung früherer Erfahrungen neu zu bestimmen. Eine Zugehörigkeit kann bestehen bleiben und zugleich anders gelebt werden. Grenzen können neu gesetzt und Beziehungen verändert werden.

Damit wird Transversalität für die leitende These der Arbeit besonders wichtig. „Zugehörigkeit in Bewegung“ soll nicht bedeuten, dass Menschen möglichst flexibel zwischen Lebenswelten wechseln oder sich ständig neu erfinden müssen. Beweglichkeit allein ist noch kein Zeichen gelungener Entwicklung.

Transversale Identitätsarbeit beschreibt vielmehr die Möglichkeit, unterschiedliche Erfahrungen wahrzunehmen, sie in ihren biografischen und gesellschaftlichen Zusammenhängen zu verstehen, miteinander in Beziehung zu setzen und gegebenenfalls neue Positionen zu entwickeln. Veränderung geschieht dabei in Verbindung mit Kontinuität.

Gerade hierin zeigt sich auch die Zukunftsdimension transversaler Identitätsarbeit. Sie erschöpft sich nicht darin, vergangene Prägungen zu verstehen oder gegenwärtige Zugehörigkeiten neu zu ordnen. Sie eröffnet ebenso prospektive Fragen: Welche Beziehungen möchte eine Person weiterführen oder verändern? Welche Zugehörigkeiten sollen bewahrt, neu gestaltet oder auch begrenzt werden? Und welche Lebensentwürfe werden dadurch möglich? Identitätsarbeit verbindet auf diese Weise biografische Kontinuität mit Zukunftsorientierung, ohne die eigene Geschichte abschneiden zu müssen (vgl. Petzold, Orth, Josić, Mathias-Wiedemann & Brück, 2026).

Für die Psychotherapie ergibt sich daraus bereits eine wichtige Konsequenz. Therapeutische Arbeit sollte nicht vorschnell darauf ausgerichtet sein, eine eindeutige oder widerspruchsfreie Identität herzustellen. Sie kann Menschen vielmehr dabei unterstützen, unterschiedliche Selbst- und Fremdzuschreibungen wahrzunehmen, ihre Entstehungsbedingungen zu verstehen und neue Möglichkeiten der Positionierung zu entwickeln.

Gerade bei pluralen Zugehörigkeiten ist diese Haltung bedeutsam. Eine therapeutische Perspektive, die eine bestimmte Form von Autonomie, kultureller Zugehörigkeit oder Identität zum Ziel erklärt, könnte selbst neue Anpassungsanforderungen erzeugen. Transversale Identitätsarbeit verlangt dagegen Mehrperspektivität und die Bereitschaft, unterschiedliche Formen von Verbundenheit und Eigenständigkeit ernst zu nehmen.

Transversale Identität ist kein Endzustand, sondern beschreibt eine fortdauernde Bewegung des Differenzierens, Verbindens und Überschreitens.

Für meine Fragestellung liegt genau darin die besondere Bedeutung der Transversalität:

Mehrfachzugehörigkeit muss nicht dadurch gelöst werden, dass eine Person entscheidet, welcher Lebenswelt sie „wirklich“ angehört. Entscheidend kann vielmehr werden, wie sie die verschiedenen Zugehörigkeiten in Beziehung setzt und welche eigene Position sie innerhalb dieses Geflechts entwickelt.

Transversalität beschreibt damit vor allem die Bewegung. Offen bleibt jedoch die Frage, wie innerhalb dieser Bewegung Vertrautheit, Verbundenheit und Beheimatung entstehen können. Eine Identität, die sich verändern kann, benötigt nicht zwangsläufig weniger Verankerung. Genau an diesem Punkt ergänzt das Konzept der Oikeiosis die bisherige Argumentation.

2.6 Oikeiosis und Beheimatung in wechselnden Lebenswelten

Mit dem Konzept der Oikeiosis wird die Frage nach Identität und Zugehörigkeit um die Dimension des Vertrautwerdens sowie des Selbst-, Natur- und Weltbezugs erweitert. Petzold behandelt Oikeiosis im Zusammenhang mit Selbstfühlen, Naturfühlen und Welterkenntnis und beschreibt den Menschen auch hier als leiblich eingebettetes Wesen, das sich in Beziehungen und konkreten Lebenswelten entwickelt (vgl. *Petzold*, 2019d).

Für die vorliegende Arbeit ist Oikeiosis interessant, weil die bisherige Argumentation stark von Bewegung handelt. Wenn Menschen sich verändern, Lebenswelten wechseln und neue Positionen entwickeln können, stellt sich zugleich die Frage nach Verankerung: Was ermöglicht es, sich unter veränderten Bedingungen wieder vertraut, verbunden und in der Welt aufgehoben zu erleben?

Den Begriff der Beheimatung verwende ich hier als eine auf meine Fragestellung bezogene Annäherung. Ich setze Oikeiosis damit nicht einfach mit „Beheimatung“ gleich, sondern frage, welche Verbindung sich zwischen Petzolds Verständnis von

Selbst-, Natur- und Weltbezug und Erfahrungen von Vertrautheit und Zugehörigkeit herstellen lässt.

Beheimatung muss dabei nicht ausschließlich geografisch verstanden werden. Menschen können sich an Orten beheimatet fühlen, aber ebenso in Beziehungen, Tätigkeiten, kulturellen Praktiken, Landschaften oder sozialen Gemeinschaften. Vertrautheit kann aus wiederkehrenden Erfahrungen, sinnlicher Wahrnehmung, Beziehungen und einem zunehmenden Gefühl entstehen, sich in einer Lebenswelt orientieren und bewegen zu können.

Gleichzeitig ist Beheimatung nicht unveränderlich. Vertraute Lebenswelten können durch Übergänge, Konflikte, Verluste, Migration oder gesellschaftliche Veränderungen ihre Selbstverständlichkeit verlieren. Ein Ort kann vertraut bleiben und sich dennoch nicht mehr wie Heimat anfühlen. Umgekehrt kann eine zunächst fremde Lebenswelt mit der Zeit zu einem wichtigen Bezugspunkt werden.

Gerade darin lässt sich eine Verbindung zur transversalen Identität erkennen. Transversalität beschreibt die Möglichkeit, unterschiedliche Positionierungen und Erfahrungen miteinander zu verbinden und bestehende Grenzen zu überschreiten. Oikeiosis lenkt den Blick darauf, wie Menschen innerhalb solcher Bewegungen Formen von Vertrautheit und Weltverbundenheit entwickeln können.

Beide Perspektiven verhindern unterschiedliche Verkürzungen. Eine ausschließliche Betonung von Verankerung könnte Zugehörigkeit zu statisch verstehen und Veränderungen als Verlust betrachten. Eine ausschließliche Betonung von Beweglichkeit könnte dagegen den Eindruck erzeugen, gelungene Identitätsentwicklung bedeute, möglichst unabhängig von Bindungen, Orten und vertrauten Lebenswelten zu werden.

Für plurale Zugehörigkeit ist gerade die Verbindung beider Bewegungen interessant. Menschen können sich verändern und gleichzeitig Bindungen bewahren. Sie können mehrere Orte oder soziale Lebenswelten als bedeutsam erleben. Eine neue Form von Beheimatung muss nicht zwingend eine frühere vollständig ersetzen.

Auch hier darf der Prozess jedoch nicht individualistisch verkürzt werden. Menschen können sich nicht allein durch eine innere Entscheidung überall beheimaten. Ob eine

Lebenswelt vertraut und sicher werden kann, hängt auch von realen sozialen Bedingungen ab. Anerkennung, Teilhabe, materielle Sicherheit, rechtliche Bedingungen und die Möglichkeit, Beziehungen aufzubauen, beeinflussen, ob Zugehörigkeit entstehen kann.

Damit bleibt Oikeiosis an die soziale und ökologische Einbettung des Menschen gebunden. Zugehörigkeit ist nicht nur eine Leistung des Individuums. Auch Lebenswelten können Bedingungen schaffen, die Vertrautheit und Beteiligung ermöglichen oder verhindern.

Der Natur- und Weltbezug erweitert diese Perspektive zusätzlich. Zugehörigkeit muss nicht ausschließlich über soziale Anerkennung vermittelt werden. Landschaften, Naturerfahrungen, körperliche Bewegung, sinnliche Wahrnehmung und vertraute Tätigkeiten können ebenfalls Erfahrungen von Verbundenheit ermöglichen. Sie ersetzen soziale Beziehungen nicht, können aber eine andere Form des Weltbezugs eröffnen.

Für die leitende Frage dieser Arbeit ergibt sich daraus eine Verschiebung. Neben der Frage „Wo gehöre ich hin?“ tritt die Frage, in welchen Beziehungen, Tätigkeiten und Lebenswelten ein Mensch Vertrautheit und Verbundenheit entwickeln kann und welche Bedingungen dafür notwendig sind.

Damit erhält „Zugehörigkeit in Bewegung“ eine weitere Bedeutung. Bewegung muss nicht Heimatlosigkeit bedeuten. Beheimatung muss umgekehrt nicht Stillstand bedeuten. Menschen können Vertrautheit entwickeln und dennoch offen für Veränderung bleiben. Ebenso können Zugehörigkeiten brüchig werden und unter neuen Bedingungen neu entstehen.

Die dargestellten Konzepte bilden zusammen einen theoretischen Rahmen, um Zugehörigkeit als relationalen, leiblichen und biografisch veränderlichen Prozess zu verstehen. Im Zentrum steht die transversale Identität; die übrigen Perspektiven verdeutlichen, wie Verbundenheit, Differenz, Eigenständigkeit und Beheimatung innerhalb dieses Prozesses zusammenwirken.

Aus diesen Zusammenhängen lässt sich für die weitere Arbeit folgende vorläufige Bestimmung ableiten:

Zugehörigkeit bezeichnet ein leiblich erfahrenes, relationales und biografisch veränderliches Verhältnis zwischen Person, Mitmenschen und Lebenswelt. Sie entsteht in polylogischen Beziehungszusammenhängen, kann durch Interiorisierung in der inneren Lebenswelt weiterwirken und bewegt sich zwischen Verbundenheit und Eigenständigkeit sowie zwischen Vertrautheit und Differenz. Transversale Identitätsarbeit ermöglicht, unterschiedliche Zugehörigkeiten miteinander in Beziehung zu setzen und unter veränderten Bedingungen neue Positionierungen zu entwickeln.

Diese Bestimmung ist bewusst vorläufig. Mehrere Zugehörigkeiten sind nicht automatisch eine Ressource, und Beweglichkeit bedeutet nicht zwangsläufig Entwicklung. Unterschiedliche Lebenswelten können ebenso Anpassungsdruck, Unsicherheit, Ausschluss und Entfremdung hervorbringen. Unter welchen Bedingungen plurale Zugehörigkeit tragfähig werden kann und welche Bedeutung dabei persönliche Souveränität und gemeinsame Gestaltung besitzen, wird im folgenden Kapitel untersucht.

3 Zugehörigkeit zwischen inneren und äußeren Lebenswelten

Die in Kapitel 2 entwickelten Konzepte bilden den Rahmen, um Zugehörigkeit in pluralen inneren und äußeren Lebenswelten genauer zu verstehen. Im Mittelpunkt steht die Frage, wann unterschiedliche Zugehörigkeiten Entwicklungsmöglichkeiten eröffnen und wann sie mit Unsicherheit, Anpassungsdruck oder Entfremdung verbunden sind. Daraus entwickle ich schrittweise die leitende These der „Zugehörigkeit in Bewegung“ und untersuche, welche Bedeutung dabei persönliche Souveränität und gemeinsame Gestaltung besitzen.

3.1 Plurale Lebenswelten und soziale Positionierungen

Menschen bewegen sich im Verlauf ihres Lebens in unterschiedlichen sozialen, kulturellen und persönlichen Lebenswelten. Familie, Herkunft, Sprache, soziale Milieus, Partnerschaften, Ausbildung und Beruf sowie religiöse oder weltanschauliche Bezüge können gleichzeitig oder zu unterschiedlichen Zeitpunkten identitätswirksam werden. Diese Lebenswelten vermitteln Erfahrungen von

Vertrautheit, Anerkennung und Zugehörigkeit. Sie bringen jedoch auch unterschiedliche Werte, Normen, Erwartungen und Möglichkeiten der Teilhabe mit sich.

Pluralität bezeichnet dabei nicht lediglich, dass ein Mensch mehrere Lebensbereiche besitzt. Entscheidend ist vielmehr, dass unterschiedliche Lebenswelten gleichzeitig wirksam sein und sich gegenseitig beeinflussen können. Eine Person kann beispielsweise familiär in einer bestimmten kulturellen oder sozialen Tradition verwurzelt sein, sich beruflich in einem anderen Milieu bewegen und in Freundschaften oder Partnerschaften weitere Formen von Lebensgestaltung kennenlernen. Diese Bezüge müssen sich nicht widersprechen. Sie können sich ergänzen, aber ebenso unterschiedliche Anforderungen an die Person stellen.

Besonders sichtbar werden solche Prozesse bei Menschen mit familiärer Migrationsgeschichte. *Boos-Nünning* und *Karakaşoğlu* zeigen anhand der Lebenssituationen von Mädchen und jungen Frauen mit Migrationshintergrund, dass deren Lebenswelten nicht angemessen durch eine einfache Gegenüberstellung von Herkunftskultur und Aufnahmegesellschaft beschrieben werden können. Familiäre, schulische, soziale und kulturelle Bezüge wirken vielmehr in unterschiedlichen Kombinationen zusammen (vgl. *Boos-Nünning & Karakaşoğlu*, 2005).

Aus solchen Befunden darf jedoch nicht abgeleitet werden, dass Menschen mit Migrationsgeschichte grundsätzlich „zwischen zwei Kulturen“ leben oder zwangsläufig besondere Integrationsleistungen erbringen müssen. Eine solche Sichtweise würde gerade jene Vielheit wieder auf eine einfache kulturelle Dichotomie reduzieren. Migration und familiäre Migrationsgeschichte bilden für diese Arbeit ein wichtiges Erfahrungsfeld, aber nicht ihren alleinigen Gegenstand.

Anthias erweitert diese Perspektive mit dem Konzept des translocational belonging. Zugehörigkeit wird hier relational und kontextabhängig verstanden und mit gesellschaftlichen Positionierungen verbunden. Kulturelle Herkunft steht nicht isoliert, sondern überschneidet sich unter anderem mit Geschlecht, Klasse, sozialer Lage und Sexualität. Welche Zugehörigkeiten in einer bestimmten Situation bedeutsam werden und welche Möglichkeiten der Anerkennung, Teilhabe oder Ausgrenzung

damit verbunden sind, kann sich mit sozialen Kontexten, Ortswechseln und biografischen Veränderungen verschieben (vgl. *Anthias*, 2016; 2020).

Damit lässt sich Zugehörigkeit nicht als feste Eigenschaft einer Person verstehen. Ein Mensch kann in einer Lebenswelt selbstverständlich dazugehören und in einer anderen mit Fremdheit oder Begrenzung konfrontiert sein. Auch innerhalb derselben Lebenswelt kann eine Person mit bestimmten Seiten ihrer Identität Anerkennung erfahren, während andere Seiten wenig Raum erhalten oder nur unter bestimmten Bedingungen akzeptiert werden.

Pluralität ist dabei nicht auf Migration oder kulturelle Herkunft begrenzt. Auch soziale Herkunft, Geschlecht und Sexualität, familiäre Wertorientierungen, berufliche Rollen und weltanschauliche Bezüge können unterschiedliche Zugehörigkeiten hervorbringen. Diese Erfahrungen sind nicht gleichzusetzen; gemeinsam ist ihnen jedoch, dass Menschen Verschiedenheit innerhalb und zwischen ihren Lebenswelten erfahren können. Eine Person kann einer Familie eng verbunden sein und sich gleichzeitig in einzelnen Werten oder Lebensentscheidungen von ihr unterscheiden. Ebenso kann sie in einer neuen Lebenswelt Anerkennung erfahren, ohne frühere Zugehörigkeiten aufgeben zu müssen.

Diese gesellschaftliche Pluralisierung lässt sich auch mit Richter als zunehmende Vielfalt von Lebensformen, Wertorientierungen und sozialen Zugehörigkeiten beschreiben. Gruppenzugehörigkeiten sind unter spätmodernen Bedingungen weniger selbstverständlich lebenslang festgelegt, sondern können sich im Verlauf der Biografie verändern und überlagern (vgl. *Richter*, 2008). Für meine Fragestellung dient diese Perspektive nicht dazu, eine allgemeine Gesellschaftstheorie zu entwickeln. Sie verdeutlicht vielmehr, dass Mehrfachzugehörigkeit nicht als Sonderfall betrachtet werden muss, sondern unter pluralisierten Lebensbedingungen zunehmend sichtbar wird.

Aus Integrativer Perspektive lässt sich dieser Zusammenhang mit dem Kontext- und Kontinuumsaxiom weiter präzisieren. Menschliches Erleben ist stets in konkrete räumliche, zeitliche, soziale und kulturelle Zusammenhänge eingebettet. Zugleich ist jede gegenwärtige Erfahrung biografisch geworden und steht in Verbindung mit

früheren Erfahrungen und zukünftigen Entwicklungsmöglichkeiten (vgl. *Petzold*, 2003a; *Apfalter, Stefan & Höfner*, 2023).

Zugehörigkeit besitzt damit sowohl eine kontextuelle als auch eine biografische Dimension. Was in einer bestimmten Lebensphase Sicherheit und Vertrautheit vermittelt, kann unter veränderten Bedingungen eine andere Bedeutung erhalten. Eine familiäre Orientierung kann zunächst Schutz und Stabilität bieten und später teilweise als einengend erlebt werden. Eine neue soziale Umgebung kann zunächst Fremdheit auslösen und mit zunehmender Erfahrung zu einem Ort von Vertrautheit werden.

Lebenswelten wirken dabei nicht ausschließlich von außen auf Menschen ein. Beziehungserfahrungen, Normen, Bewertungen und gesellschaftliche Zuschreibungen können durch Interiorisierung Bestandteil der inneren Lebenswelt werden. Gleichzeitig bleiben Menschen ihren Lebensbedingungen nicht passiv ausgeliefert. Sie nehmen Stellung, verändern Beziehungen, erschließen neue soziale Räume und wirken auf ihre Kontexte zurück.

Gerade hier wird der Integrative Begriff der Pluralität anschlussfähig. Petzold betont im Zusammenhang mit Konnektivierung und Integration, dass Verschiedenheit nicht notwendig durch Vereinheitlichung aufgehoben werden muss. Integration bedeutet nicht Assimilation oder Nivellierung. Differentes kann als Differentes bestehen bleiben und dennoch miteinander verbunden werden (vgl. *Petzold*, 1998f/2016).

Dieser Gedanke ist für meine leitende These wesentlich. Plurale Lebenswelten verlangen nicht notwendig danach, dass ein Mensch entscheidet, welcher Welt er „wirklich“ angehört. Entscheidend wird vielmehr, ob unterschiedliche Zugehörigkeiten wahrgenommen, differenziert und miteinander in Beziehung gebracht werden können.

Darin liegt sowohl ein Entwicklungspotenzial als auch eine mögliche Belastung. Plurale Lebenswelten können Perspektivenvielfalt und neue Handlungsmöglichkeiten eröffnen. Gleichzeitig können widersprüchliche Erwartungen entstehen: familiäre Verbundenheit und Eigenständigkeit, kulturelle Zugehörigkeit und individuelle Lebensgestaltung oder Anerkennung in einer Lebenswelt und Fremdheit in einer anderen müssen nicht ohne Weiteres miteinander vereinbar sein.

3.2 Vielstimmigkeit und prekäre Zugehörigkeit

Vielstimmigkeit bezeichnet in diesem Zusammenhang nicht lediglich das Vorhandensein mehrerer äußerer Zugehörigkeiten. Durch Sozialisation und Interiorisierung können unterschiedliche Beziehungserfahrungen, Bewertungen und Normen Bestandteil der inneren Lebenswelt werden. Frühere Erwartungen können dadurch auch dann weiterwirken, wenn sich die äußeren Lebensbedingungen längst verändert haben.

Eine Person kann beispielsweise in einer früheren Lebensphase gelernt haben, Anerkennung vor allem durch Anpassung, Loyalität oder Leistung zu erhalten. In einer späteren Lebenswelt kann dagegen erwartet werden, eigene Bedürfnisse deutlicher zu vertreten und sich individuell zu positionieren. Mit dem Wechsel der Lebenswelt verschwindet die frühere Orientierung jedoch nicht automatisch. Sie kann als innere Erwartung oder als Maßstab der Selbstbewertung weiterbestehen.

Diese Vielstimmigkeit ist zunächst nicht problematisch. Der Polylog macht gerade sichtbar, dass menschliches Erleben nicht monologisch organisiert ist. Unterschiedliche soziale Stimmen, Erfahrungen und Perspektiven können gleichzeitig bedeutsam sein. Sie können Wahrnehmung erweitern, Mehrperspektivität ermöglichen und Menschen befähigen, unterschiedliche soziale Wirklichkeiten zu verstehen.

Belastend kann Vielstimmigkeit dort werden, wo unterschiedliche Erwartungen dauerhaft nicht voneinander unterschieden werden können oder bestimmte Seiten der Person keinen anerkannten Ausdruck finden. Menschen können dann versuchen, zwischen verschiedenen Anforderungen zu vermitteln, ohne eine eigene Position zu entwickeln. Ebenso kann Zugehörigkeit davon abhängig werden, bestimmte Seiten der eigenen Person zurückzustellen oder sich den eigenen Platz immer wieder neu zu verdienen.

In solchen Situationen kann Zugehörigkeit prekär werden. „Prekär“ bezeichnet dabei keine Eigenschaft eines Menschen und auch keine feststehende Form von Zugehörigkeit. Gemeint ist eine unsichere oder an bestimmte Bedingungen gebundene Qualität von Zugehörigkeit. Eine Person erlebt beispielsweise, dass sie

dazugehören kann, solange sie bestimmte Erwartungen erfüllt, Unterschiede unsichtbar hält oder sich in einer bestimmten Weise verhält.

Prekäre Zugehörigkeit kann damit sowohl aus inneren Spannungen als auch aus realen sozialen Bedingungen entstehen. Gerade diese Unterscheidung ist wichtig. Nicht jede Unsicherheit ist Ausdruck eines individuellen Identitätskonflikts. Menschen können sich in sozialen Räumen tatsächlich mit Ausgrenzung, Diskriminierung oder begrenzten Möglichkeiten der Teilhabe konfrontiert sehen.

Anthias macht deutlich, dass Zugehörigkeit mit gesellschaftlicher Positionierung und Ungleichheit verbunden ist. Herkunft, Geschlecht, soziale Lage und Sexualität können sich überschneiden und in verschiedenen Kontexten unterschiedliche Möglichkeiten von Anerkennung und Ausschluss hervorbringen (vgl. *Anthias,* 2016; 2020). Eine Person kann deshalb in einer Lebenswelt selbstverständlich dazugehören und in einer anderen mit bestimmten Seiten ihrer Identität als fremd oder unerwünscht erscheinen.

Eine weiterführende Perspektive bietet Petzolds Konzept der multiplen Entfremdung. Entfremdung wird dabei nicht ausschließlich als innerpsychischer Vorgang verstanden. Petzold bezieht sie unter anderem auf den eigenen Leib, die Mitmenschen, Arbeit und Lebenswelt und verbindet sie mit gesellschaftlichen und kulturellen Lebensbedingungen (vgl. *Petzold,* 1994c/2015).

Für meine Fragestellung ist diese Unterscheidung besonders wichtig. Nicht Kultur als solche entfremdet. Familiäre und kulturelle Lebenswelten können Orientierung, Verbundenheit, Solidarität, Sinn und Beheimatung vermitteln. Entfremdende Wirkungen können jedoch dort entstehen, wo soziale oder kulturelle Ordnungen Menschen einengen, ausschließen oder bestimmte Formen des Lebens und der Identität als allein legitim festschreiben.

Auch gesellschaftliche Fremdzuschreibungen können über längere Zeit wirksam werden. Wird eine Person wiederholt als „nicht passend“, „nicht normal“ oder „nicht zugehörig“ markiert, kann dies auf das eigene Selbstverständnis zurückwirken. Über Interiorisierungsprozesse können solche Bewertungen zu inneren Maßstäben werden, auch wenn die ursprüngliche soziale Situation später nicht mehr besteht.

Die Integrative Perspektive der Metapraxis richtet den Blick deshalb auf die „Ursachen hinter den Ursachen“. Belastungen werden nicht ausschließlich als individuelle Fehlentwicklung betrachtet. Ebenso müssen soziale Ungleichheit, Machtverhältnisse, institutionelle Bedingungen, kulturelle Normierungen und konkrete Lebenslagen berücksichtigt werden (vgl. *Petzold*, 1994c/2015).

Hier gewinnt Mehrperspektivität besondere Bedeutung. Sie ermöglicht, unterschiedliche Einflussfaktoren gleichzeitig wahrzunehmen, ohne sie vorschnell auf eine einzige Ursache zurückzuführen. Familiäre Traditionen, kulturelle Werte, gesellschaftliche Zuschreibungen, frühere Beziehungserfahrungen und eigene gegenwärtige Wünsche können gleichzeitig wirksam sein, ohne identisch zu sein (vgl. *Apfalter, Stefan & Höfner*, 2023).

Gerade dadurch kann eine kulturelle Verkürzung vermieden werden. Eine gemeinschaftlich orientierte Lebensweise ist nicht allein deshalb Ausdruck mangelnder Autonomie, weil sie sich von individualistischen gesellschaftlichen Vorstellungen unterscheidet. Ebenso wäre es zu einfach, familiäre Konflikte ausschließlich mit „Kultur“ zu erklären oder gesellschaftliche Bedingungen auszublenden und jede Belastung zum individuellen Problem zu machen.

Eine Integrative Betrachtung versucht vielmehr, Person, Beziehung, Kultur und Gesellschaft im jeweiligen Kontext und Kontinuum miteinander zu verbinden. Unterschiedliche Perspektiven können bestehen bleiben und sich gegenseitig korrigieren. Darin liegt zugleich eine Verbindung zu Petzolds Verständnis von Pluralität und Konnektivierung: Verschiedenes muss nicht vereinheitlicht werden, um miteinander in Beziehung gesetzt werden zu können (vgl. *Petzold*, 1998f/2016).

Damit wird eine erste Grenze der leitenden These sichtbar: Bewegung allein ist noch keine Entwicklung. Bewegung zwischen Lebenswelten kann ebenso Anpassung, Entwurzelung, Überforderung oder Entfremdung bedeuten. Entwicklungsförderlich kann sie erst werden, wenn unterschiedliche Erfahrungen wahrgenommen, voneinander unterschieden und zunehmend bewusst aufeinander bezogen werden können.

Um genauer zu verstehen, wie solche Prozesse möglich werden, muss das Verhältnis von inneren und äußeren Lebenswelten näher betrachtet werden.

3.3 Innere und äußere Lebenswelten im Wechselverhältnis

Die Unterscheidung zwischen inneren und äußeren Lebenswelten könnte zunächst den Eindruck erwecken, es handle sich um zwei voneinander getrennte Bereiche. Genau das ist hier nicht gemeint. Äußere und innere Lebenswelten sind unterscheidbar, aber fortlaufend miteinander verschränkt.

Mit äußeren Lebenswelten sind die konkreten sozialen, kulturellen, materiellen und ökologischen Zusammenhänge gemeint, in denen Menschen leben. Dazu gehören Beziehungen, Familien, Freundschaften, Institutionen, Arbeitswelten, soziale Milieus, gesellschaftliche Normen, Orte und materielle Lebensbedingungen.

Die innere Lebenswelt bezeichnet demgegenüber die leiblich erfahrenen, erinnerten, emotional bewerteten und symbolisch gedeuteten Erfahrungen eines Menschen. Sie ist jedoch kein abgeschlossener privater Innenraum. Sie entsteht gerade in der Auseinandersetzung mit äußeren Lebenswelten und wirkt wiederum darauf zurück, wie neue Situationen wahrgenommen und gestaltet werden.

Wie in Kapitel 2 gezeigt, bildet Interiorisierung eine zentrale Verbindung zwischen diesen Ebenen. Frühere Beziehungserfahrungen und soziale Bewertungen können spätere Wahrnehmungen und Beziehungen mitprägen, ohne die Gegenwart deterministisch festzulegen. Neue Beziehungen und Lebensbedingungen können andere Erfahrungen ermöglichen und dazu beitragen, bisherige Prägungen neu zu verstehen.

Für das Verständnis dieses Wechselverhältnisses ist der Kontaktbegriff der Integrativen Therapie hilfreich. Kontakt bezeichnet eine leiblich-konkrete Form der Begegnung, in der sich Menschen berühren und beeinflussen lassen und zugleich Eigenes und Fremdes unterscheiden können. Kontakt setzt damit Bezogenheit und Differenz voraus (vgl. *Apfalter, Stefan & Höfner*, 2023).

Mit der Konfluenz beschreibt die Integrative Therapie eine andere Qualität der Bezogenheit. Die Unterscheidung zwischen Eigenem und Fremdem beziehungsweise Innen und Außen kann dabei vermindert oder zeitweise aufgehoben sein. Konfluenz ist nicht grundsätzlich pathologisch. Sie kann intensive

Nähe, gemeinsames Erleben und starke Verbundenheit ermöglichen (vgl. *Apfalter, Stefan & Höfner*, 2023).

Problematisch kann Konfluenz dort werden, wo notwendige Differenzierung dauerhaft erschwert ist und eigene Bedürfnisse, Wahrnehmungen oder Positionen gegenüber den Erwartungen anderer kaum noch unterschieden werden können. Dabei darf enge Verbundenheit insbesondere in gemeinschaftlich orientierten Lebensformen nicht vorschnell als mangelnde Autonomie interpretiert werden. Nähe, Fürsorge, Loyalität und gegenseitige Verantwortung können wichtige Formen von Zugehörigkeit darstellen. Entscheidend ist vielmehr, ob innerhalb dieser Verbundenheit auch Differenz und eine eigene Position möglich bleiben.

Differenzierungsfähigkeit bedeutet daher nicht, äußere Einflüsse abzustreifen oder ein vollständig authentisches inneres Selbst freizulegen. Identität ist bereits relational entstanden. Es geht vielmehr darum, unterschiedliche Prägungen, Bindungen und innere Stimmen wahrzunehmen und sich zunehmend bewusst zu ihnen zu verhalten. Eine Person kann erkennen, woher eine bestimmte Erwartung kommt und weshalb sie früher wichtig war, und zugleich fragen, welche Bedeutung sie heute noch haben soll.

Besonders wichtig wird dabei die zeitliche Dimension. Das Kontext- und Kontinuumsaxiom macht deutlich, dass eine Form von Anpassung oder Verbundenheit, die in einer früheren Lebensphase notwendig oder hilfreich war, unter veränderten Bedingungen eine andere Funktion erhalten kann. Innere und äußere Lebenswelten entwickeln sich daher nicht notwendig im gleichen Tempo (vgl. *Petzold*, 2003a; *Apfalter, Stefan & Höfner*, 2023).

Gerade biografische Übergänge machen dieses Ungleichzeitigsein sichtbar. Ein Mensch kann äußerlich längst in einer neuen Lebenswelt angekommen sein, während frühere Erwartungen, Loyalitäten oder Ängste innerlich weiterwirken. Ebenso kann sich eine bestehende äußere Lebenswelt noch unverändert zeigen, während innerlich bereits Distanz, Veränderungswünsche oder neue Positionierungen entstanden sind.

Migration, Ortswechsel, berufliche Übergänge, Veränderungen von Beziehungen oder der Eintritt in neue soziale Milieus können solche Prozesse besonders sichtbar

machen. Sie zwingen Menschen nicht automatisch zur Veränderung, können aber bestehende Orientierungen infrage stellen und neue Erfahrungen ermöglichen.

Mehrperspektivität eröffnet hier die Möglichkeit, unterschiedliche Wahrnehmungen nebeneinanderzustellen. Die Sicht einer Familie kann neben der gegenwärtigen eigenen Position bestehen. Frühere Werte können anerkannt werden, ohne jede heutige Entscheidung zu bestimmen. Neue Erfahrungen müssen frühere Zugehörigkeiten nicht automatisch entwerten.

Damit ist die Frage erreicht, was mit „Zugehörigkeit in Bewegung“ genauer gemeint sein kann.

3.4 Zugehörigkeit als bewegter Prozess

Aus den bisherigen Überlegungen entwickle ich die zentrale These dieser Arbeit: Zugehörigkeit lässt sich nicht ausschließlich als stabile Zuordnung zu einer bestimmten Gruppe, Kultur oder Lebenswelt verstehen. Ich verwende die Formulierung „Zugehörigkeit in Bewegung“, um die Prozesshaftigkeit dieses Geschehens zu beschreiben: Zugehörigkeit kann erfahren, bestätigt, infrage gestellt, verloren, neu ausgehandelt und unter veränderten Bedingungen wiedergewonnen werden.

Diese Bewegung ist jedoch nicht mit beliebigem Wechsel oder permanenter Veränderung gleichzusetzen. Menschen können unterschiedlichen Lebenswelten angehören und dennoch Kontinuität erleben. Umgekehrt kann ein äußerlich stabiler Lebenszusammenhang innerlich längst von Fremdheit oder fehlender Anerkennung geprägt sein.

Die leitende These enthält deshalb ausdrücklich keine Annahme, dass Beweglichkeit grundsätzlich entwicklungsfördernd wäre. Übergänge können neue Möglichkeiten eröffnen, aber ebenso Anpassungsdruck, Verlust, Entwurzelung und Entfremdung hervorrufen. Bewegung erhält erst dort Entwicklungsqualität, wo Menschen unterschiedliche Erfahrungen wahrnehmen, differenzieren, in Beziehung setzen und zunehmend gestalten können.

Für diese Prozessbewegung bietet das Ko-respondenzmodell der Integrativen Therapie einen wichtigen theoretischen Rahmen. Ko-respondenz bezeichnet ein intersubjektives Geschehen, in dem Menschen sich als Subjekte begegnen und sich gemeinsam mit Themen ihrer Lebenswelt auseinandersetzen. Dieses Geschehen findet immer in konkretem Kontext und Kontinuum statt (vgl. *Apfalter, Stefan & Höfner*, 2023). Entwicklung wird damit nicht ausschließlich innerhalb des Individuums verortet.

Für meine Fragestellung sind besonders die mit Ko-respondenz verbundenen Bewegungen von Differenzierung, Strukturierung, Integration sowie Kreation und Transgression interessant (vgl*. Apfalter, Stefan & Höfner*, 2023). Diese Begriffe werden hier nicht als starres Stufenmodell auf Identitätsentwicklung übertragen. Sie ermöglichen vielmehr, genauer zu beschreiben, wodurch Bewegung mehr werden kann als bloßer Wechsel.

Am Anfang steht die Differenzierung. Unterschiedliche familiäre, kulturelle, soziale und persönliche Erfahrungen müssen zunächst wahrnehmbar und voneinander unterscheidbar werden. Eine Person kann erkennen, dass unterschiedliche Lebenswelten verschiedene Erwartungen vermitteln und dass nicht jede dieser Erwartungen gleichermaßen zur gegenwärtigen eigenen Position passt.

Damit wird Neubewertung möglich. Erfahrungen und Orientierungen können aus der gegenwärtigen Lebenssituation heraus erneut betrachtet werden. Was früher Schutz, Zugehörigkeit oder Anerkennung ermöglicht hat, muss weder verworfen noch unverändert fortgeführt werden. Eine Person kann fragen: Welche Werte tragen mich weiterhin? Welche Erwartungen waren früher sinnvoll, passen heute aber nicht mehr? Wo brauche ich Abgrenzung? Und wo möchte ich trotz Unterschieden verbunden bleiben?

Solche Neubewertungen führen nicht automatisch zu einer eindeutigen Antwort. Gerade das ist für meine Arbeit wichtig. Entwicklung muss nicht bedeuten, jede Ambivalenz zu beseitigen. Sie kann ebenso darin bestehen, Widersprüchliches wahrnehmen und aushalten zu können, ohne sofort wieder eine eindeutige Lösung herstellen zu müssen.

Strukturierung ermöglicht anschließend, Zusammenhänge zwischen unterschiedlichen Erfahrungen zu erkennen. Biografische Prägungen, gegenwärtige Beziehungen und gesellschaftliche Positionierungen können in ihren jeweiligen Kontexten verständlicher werden. Eine frühere Anpassung lässt sich dann beispielsweise nicht nur als „falsch“ bewerten, sondern als eine Reaktion verstehen, die unter damaligen Bedingungen möglicherweise eine wichtige Funktion hatte.

Integration bedeutet in diesem Zusammenhang nicht, alles Verschiedene zu einer harmonischen Einheit zu verschmelzen. Gerade hier ist Petzolds Konzept der Konnektivierung zentral. Unterschiedliches kann verbunden werden, ohne seine Eigenart zu verlieren. Integration ist damit keine Assimilation oder Nivellierung von Differenz (vgl. *Petzold*, 1998f/2016).

An diesem Punkt berührt sich Integration mit Transversalität. Transversalität beschreibt ein querendes, verbindendes und überschreitendes Denken und Handeln. Unterschiedliche Positionen und Perspektiven können miteinander in Beziehung treten, ohne dass eine von ihnen zur endgültig gültigen erklärt werden muss (vgl. *Petzold*, 2012q; *Sieper*, 2010; *Apfalter, Stefan & Höfner*, 2023).

Transgression bezeichnet dabei die Möglichkeit, bestehende Grenzen und Positionierungen zu überschreiten. Für plurale Zugehörigkeit muss dies nicht bedeuten, frühere Bindungen oder Herkunft hinter sich zu lassen. Überschritten werden können ebenso starre Entweder-oder-Konstruktionen: Herkunft oder Gegenwart, Familie oder Eigenständigkeit, Gemeinschaft oder Individualität.

Eine neue Position kann entstehen, in der solche Gegensätze anders miteinander verbunden werden. Sie muss nicht bereits vorher in einer der bestehenden Lebenswelten verfügbar gewesen sein.

Gerade dort, wo bisher selbstverständliche Zugehörigkeiten brüchig werden, kann dieser Prozess schmerzhaft sein. Baumeister und Leary beschreiben das Bedürfnis nach stabilen zwischenmenschlichen Bindungen als grundlegende menschliche Motivation (vgl. *Baumeister & Leary*, 1995). Der Verlust oder die Gefährdung einer bedeutsamen Zugehörigkeit kann deshalb Sicherheit, Orientierung und den eigenen Platz in einer sozialen Welt infrage stellen.

Es kann ein Zustand des Dazwischen entstehen: Die frühere Lebenswelt trägt nicht mehr selbstverständlich, während eine neue Zugehörigkeit noch nicht entstanden ist. Einsamkeit, Scham, Trauer, Angst, Wut oder Verunsicherung können damit verbunden sein. Eine solche Krise darf nicht nachträglich romantisiert werden. Ausschluss oder Verlust erzeugen nicht automatisch Entwicklung.

Unter günstigen Bedingungen können brüchig gewordene Selbstverständlichkeiten jedoch eine Auseinandersetzung damit anstoßen, welche Zugehörigkeiten weiterhin tragen und welche nicht mehr zur gegenwärtigen Position passen. Entwicklung entsteht dann nicht durch die Krise selbst, sondern durch Möglichkeiten, sie zu bearbeiten, Unterstützung zu erfahren, neue Erfahrungen zu machen und neue Beziehungen aufzubauen.

Auch Anpassung ist deshalb differenziert zu betrachten. Anpassungsfähigkeit kann eine wichtige soziale Kompetenz sein, um unterschiedliche Situationen wahrzunehmen und neue Lebenswelten zu erschließen. Problematisch wird sie dort, wo Zugehörigkeit dauerhaft davon abhängig wird, Erwartungen zu erfüllen, Teile der eigenen Person zurückzustellen oder den eigenen Platz immer wieder verdienen zu müssen.

Ähnliches gilt für Leistungsorientierung. Leistung kann Ausdruck von Interesse, Kompetenz, Selbstwirksamkeit und sozialer Mobilität sein. Sie kann zugleich eine besondere Bedeutung erhalten, wenn Anerkennung und Zugehörigkeit stark an Erfolg oder Anpassung gebunden erlebt werden. Entscheidend ist nicht das Verhalten allein, sondern seine Bedeutung innerhalb der konkreten Biografie und Lebenswelt. Die von Boos-Nünning und Karakaşoğlu beschriebenen Bildungsorientierungen dürfen deshalb nicht zu der allgemeinen Annahme verkürzt werden, Menschen mit Migrationsgeschichte müssten grundsätzlich mehr leisten, um dazuzugehören (vgl. *Boos-Nünning & Karakaşoğlu*, 2005).

Anthias erinnert zudem daran, dass die Möglichkeiten zur Veränderung nicht für alle Menschen gleich sind. Soziale Position, materielle Bedingungen, Herkunft, Geschlecht und Sexualität können beeinflussen, welche Räume zugänglich sind und welche Formen von Zugehörigkeit gesellschaftlich anerkannt werden (vgl. *Anthias,* 2016; 2020). „Zugehörigkeit in Bewegung“ darf deshalb nicht individualistisch

verstanden werden. Nicht jeder Mensch kann seine Lebenswelten frei wählen oder verlassen.

Kohärenz erhält vor diesem Hintergrund eine besondere Bedeutung. Sie darf nicht mit vollständiger Widerspruchsfreiheit gleichgesetzt werden. Eine plurale Identität muss nicht alle ihre Zugehörigkeiten vereinheitlichen, um tragfähig zu sein. Kohärenz kann vielmehr darin bestehen, unterschiedliche Erfahrungen in ihrer jeweiligen Bedeutung zu verstehen und miteinander in Beziehung setzen zu können. Kontinuität entsteht dann nicht trotz Veränderung. Sie kann gerade darin liegen, sich über Veränderungen hinweg als eine Person zu erleben, die ihre Geschichte mitträgt und zugleich neue Positionen entwickeln kann.

„Zugehörigkeit in Bewegung“ bezeichnet damit weder permanente Veränderung noch eine endgültige Auflösung aller Widersprüche. Sie beschreibt einen Prozess zwischen Differenzierung und Verbindung, Kontinuität und Veränderung, Beheimatung und Überschreitung.

Damit führt die leitende These zu der Frage, wie aus einer solchen Positionierung persönliche Souveränität entstehen und Zugehörigkeit zugleich gemeinsam gestaltet werden kann.

3.5 Persönliche Souveränität und gemeinsame Gestaltung

Nun rückt die persönliche Souveränität in den Mittelpunkt. Sie darf aus Integrativer Perspektive nicht mit völliger Unabhängigkeit oder Autarkie verwechselt werden. Menschen entwickeln sich in Bezogenheit und bleiben auf soziale, kulturelle und ökologische Lebenszusammenhänge angewiesen.

Petzold und Orth verbinden persönliche Souveränität mit einem „inneren Ort“ und einem äußeren Handlungs- und Gestaltungsraum. Persönliche Souveränität umfasst dabei unter anderem Selbstwert, Selbstsicherheit, Selbstbewusstsein, Selbstwirksamkeit und die Fähigkeit, Handlungsmöglichkeiten zu nutzen und zu erweitern. Sie steht zugleich in einem Zusammenhang mit Leiblichkeit, Subjektivität, Gesellschaft und Ethik (vgl. *Petzold & Orth*, 1998/2014).

Für plurale Zugehörigkeit ist dieser Gedanke besonders bedeutsam. Souveränität bedeutet nicht, familiäre, kulturelle oder soziale Einflüsse überwunden zu haben. Sie bedeutet vielmehr, sich zu diesen Einflüssen zunehmend bewusst verhalten und innerhalb unterschiedlicher Lebenswelten eigene Positionierungen entwickeln zu können.

Eine solche Position entsteht nicht immer unmittelbar. Wenn Zugehörigkeit lange mit starken Erwartungen, Kontrolle oder Anpassung verbunden war, kann Abgrenzung zunächst notwendig werden. Sie kann Distanz schaffen, vor Vereinnahmung schützen und neue Erfahrungen ermöglichen.

Eine Gegenposition bleibt jedoch häufig noch stark auf das bezogen, wovon sie sich abgrenzt. Solange ein Mensch der früheren Familie, Gruppe oder Lebenswelt noch beweisen muss, dass der eigene Weg richtig ist, bleibt diese frühere Zugehörigkeit in anderer Form weiterhin bestimmend.

Persönliche Souveränität würde sich demgegenüber zunehmend darin zeigen, dass die eigene Position nicht dauerhaft aus dem Widerspruch zu früheren Zugehörigkeiten entstehen muss. Frühere Bindungen, Werte und Erwartungen können weiter bedeutsam sein, ohne fortwährend bestätigt oder bekämpft werden zu müssen.

Abgrenzung wird dadurch nicht überflüssig. Sie verliert jedoch ihre alleinige Funktion als Gegenbewegung. Nähe und Distanz können zunehmend situationsbezogen gestaltet werden. Ein Mensch kann sich unterscheiden, ohne jede Verbindung abbrechen zu müssen.

Diese Perspektive lässt sich mit dem Koexistenzaxiom der Integrativen Therapie verbinden. Menschliches Leben ist grundsätzlich Mit-Sein. Menschen existieren nicht als isolierte Einzelwesen, sondern in sozialen und ökologischen Zusammenhängen (vgl. *Apfalter, Stefan & Höfner*, 2023).

Damit wird auch deutlich, warum Souveränität allein nicht ausreicht. Wenn Zugehörigkeit relational entsteht, kann Veränderung nicht ausschließlich als innerer Prozess einer einzelnen Person verstanden werden. Beziehungen und soziale Lebenswelten selbst müssen veränderbar sein.

Hier gewinnt das Ko-respondenzmodell erneut Bedeutung. Unterschiedliche Positionen können sichtbar und verhandelbar werden, ohne dass am Ende zwingend Konsens entstehen muss. Konsens kann eine gemeinsam getragene Position ermöglichen; auch Dissens kann jedoch innerhalb einer Beziehung bestehen bleiben (vgl. *Apfalter, Stefan & Höfner*, 2023). Für meine Fragestellung ist genau dies bedeutsam: Zugehörigkeit darf nicht davon abhängig werden, dass Menschen in allen wesentlichen Fragen übereinstimmen.

Kooperation und Ko-Kreativität führen diesen Gedanken in gemeinsames Handeln weiter. Verschiedene Fähigkeiten und Perspektiven können auf gemeinsame Aufgaben bezogen werden, und gerade aus ihrem Zusammenwirken kann Neues entstehen (vgl. *Petzold & Orth*, 1990a; *Apfalter, Stefan & Höfner*, 2023).

Damit verschiebt sich die Frage nach Zugehörigkeit. Sie ist nicht nur etwas, das eine bestehende Gemeinschaft einem Menschen gewährt, und auch nicht ausschließlich ein inneres Gefühl, das die einzelne Person selbst herstellen müsste.

Zugehörigkeit kann gemeinsam gestaltet werden.

Beziehungen können neu ausgehandelt werden. Soziale Räume können sich verändern. Menschen können Formen des Zusammenlebens entwickeln, die vorher noch nicht vorhanden waren. Damit verschiebt sich die Frage von:

„Wo passe ich hinein?“

zu:

„Wie können wir Beziehungen und Lebenswelten gestalten, in denen Verbundenheit und Verschiedenheit gleichzeitig möglich sind?“

Gerade darin verbinden sich Ko-respondenz, Ko-Kreativität, Alterität und Konvivialität. Gemeinsame Gestaltung darf nicht bedeuten, Differenz durch einen harmonisierenden Konsens zum Verschwinden zu bringen. Der Andere bleibt ein Anderer mit eigener Geschichte, Wahrnehmung und Position.

Diese Perspektive besitzt zugleich eine gesellschaftliche Dimension. Wenn Zugehörigkeit gemeinsam gestaltet werden kann, liegt die Verantwortung dafür nicht

ausschließlich beim Individuum. Familien, Gruppen, Institutionen und gesellschaftliche Strukturen können Bedingungen schaffen, unter denen unterschiedliche Menschen teilhaben können – oder solche Möglichkeiten begrenzen.

Persönliche Souveränität und Ko-Kreativität verbinden damit zwei Bewegungen: die Entwicklung einer eigenen Position innerhalb von Beziehungen und die gemeinsame Veränderung von Beziehungen und Lebenswelten. Zugehörigkeit kann so nicht nur gefunden oder bewahrt, sondern auch neu gestaltet werden. Persönliche Souveränität ist dabei kein endgültiger Zustand. Sie zeigt sich in der Möglichkeit, sich unter veränderten Bedingungen erneut zu positionieren, ohne die Verbindung zur eigenen Geschichte und zu bedeutsamen anderen verlieren zu müssen.

3.6 Zwischenfazit

Damit lässt sich die zentrale These dieses Kapitels vorläufig so bündeln:

Zugehörigkeit in Bewegung bezeichnet einen leiblich erfahrenen, relationalen und biografisch veränderlichen Prozess, in dem unterschiedliche Zugehörigkeiten nicht zu einer widerspruchsfreien Einheit aufgelöst werden müssen. Entwicklung kann dort entstehen, wo Menschen ihre verschiedenen Prägungen und Lebenswelten wahrnehmen und differenzieren, sie miteinander in Beziehung setzen, eigene Positionierungen entwickeln und gemeinsam mit anderen neue Formen von Verbundenheit und Beheimatung gestalten können.

Diese Bewegung besitzt jedoch keine Garantie auf Entwicklung. Ausschluss, soziale Ungleichheit, fehlende Ressourcen und belastende Lebensbedingungen können ebenso zu Anpassung, Entfremdung oder Rückzug führen. Die Möglichkeiten persönlicher Souveränität bleiben deshalb immer an Beziehungen und reale soziale Bedingungen gebunden.

Damit stellt sich für mich im nächsten Schritt die Frage, wie solche Zugehörigkeits- und Veränderungsprozesse leiblich erfahren werden. Wenn Erfahrungen interiorisiert werden und Beziehungen nicht nur gedacht, sondern auch gespürt und verkörpert sind, muss genauer betrachtet werden, welche Bedeutung Leiblichkeit, Regulation

und körperlich-emotionales Erleben für Veränderungsprozesse besitzen. Dieser Frage gehe ich in Kapitel 4 nach.

4 Leiblichkeit und Veränderung

Nachdem Zugehörigkeit bisher vor allem als relationaler, biografischer und gesellschaftlich eingebetteter Prozess betrachtet wurde, möchte ich nun die leibliche Dimension dieser Bewegung genauer in den Blick nehmen. Im Zentrum steht das Integrative Konzept des Informierten Leibes. Dabei interessiert mich, wie Erfahrungen in Wahrnehmung, Kontakt und Handlung weiterwirken und wie Veränderung nicht nur verstanden, sondern auch leiblich erfahren werden kann. Die Neurophänomenologie wird ergänzend als erkenntnistheoretische Perspektive herangezogen.

4.1 Der Informierte Leib als Brücke zwischen Person und Lebenswelt

Die Integrative Therapie versteht den Menschen grundsätzlich als leibliches Wesen. Leiblichkeit bezeichnet dabei nicht lediglich den biologischen Körper. Gemeint ist der Mensch in seinem körperlichen, seelischen und geistigen Erleben und zugleich in seiner Einbettung in soziale und ökologische Lebenswelten. Petzold und Sieper fassen diese Perspektive im Konzept des „Informierten Leibes“ und beschreiben den Menschen als embodied und embedded (vgl. *Petzold & Sieper*, 2012a).

Der Begriff des Informierten Leibes versucht damit, eine Trennung zwischen einem inneren psychischen Geschehen und einem davon unabhängigen Körper zu vermeiden. Wahrnehmen, Fühlen, Erinnern, Denken und Handeln vollziehen sich leiblich und zugleich in konkreten Weltverhältnissen. Der Mensch ist nicht zunächst ein isoliertes Individuum, das anschließend mit einer Umwelt in Beziehung tritt. Er entwickelt sich von Beginn an in Beziehungen, sozialen Netzwerken, kulturellen Zusammenhängen und konkreten ökologischen Bedingungen.

Petzold und Sieper verbinden in ihrem Leiblichkeitskonzept humanwissenschaftliche und phänomenologisch-hermeneutische Perspektiven mit Erkenntnissen aus Biologie und Neurophysiologie. Dabei werden diese Erkenntnisebenen nicht miteinander

gleichgesetzt. Vielmehr geht es um ihre Verbindung innerhalb einer mehrperspektivischen Betrachtung des Menschen (vgl. *Petzold & Sieper,* 2012a).

Für meine Fragestellung ist dieser Gedanke besonders bedeutsam. Zugehörigkeit ist nicht nur eine soziale Position und auch nicht ausschließlich eine bewusste Überzeugung. Menschen können Zugehörigkeit leiblich erfahren. Vertrautheit kann sich beispielsweise in einem selbstverständlichen Kontakt mit anderen, in körperlicher Entspannung oder in der Möglichkeit zeigen, sich in einer Situation frei zu bewegen. Fremdheit oder Unsicherheit können dagegen mit Anspannung, Wachsamkeit, Rückzug oder einem veränderten Erleben von Nähe und Distanz verbunden sein.

Solche Erfahrungen dürfen jedoch nicht schematisch als etwas verstanden werden, das einfach „im Körper gespeichert“ wird. Diese Formulierung würde komplexe biografische, psychologische und soziale Prozesse zu stark vereinfachen. Präziser lässt sich von leiblich gewordenen Erfahrungen sowie von biografisch entwickelten Wahrnehmungs-, Bewertungs- und Handlungsmöglichkeiten sprechen.

Hier besteht eine direkte Verbindung zum Konzept der Interiorisierung aus Kapitel 2. Beziehungserfahrungen können über ihre ursprüngliche Situation hinaus wirksam werden. Was ein Mensch wiederholt in Beziehungen erfahren hat, kann beeinflussen, wie spätere Situationen wahrgenommen und bewertet werden. Frühere Erfahrungen von Verlässlichkeit, Anerkennung, Kontrolle oder Zurückweisung können so die gegenwärtige Kontaktgestaltung mitprägen.

Der Informierte Leib erweitert diesen Gedanken, weil Interiorisierung dadurch nicht als rein kognitiver Vorgang verstanden werden muss. Erfahrungen können sich auch darin zeigen, wie ein Mensch Situationen wahrnimmt, wie Nähe oder Distanz erlebt werden, welche körperlich-emotionalen Reaktionen auftreten und welche Handlungsmöglichkeiten in einer Situation verfügbar erscheinen (vgl. *Petzold & Sieper*, 2012a).

Leiblichkeit bezeichnet damit keine unveränderliche Einschreibung der Vergangenheit. Gerade weil der Mensch als lernendes und sich entwickelndes Wesen verstanden wird, bleibt auch leibliches Erleben veränderbar (vgl. *Petzold & Sieper*, 2012a). Veränderung bedeutet dabei nicht, frühere Erfahrungen

auszulöschen. Sie kann vielmehr darin bestehen, dass neben bisher vertraute Wahrnehmungs- und Handlungsmöglichkeiten neue Erfahrungen treten.

Für „Zugehörigkeit in Bewegung“ ergibt sich daraus eine wichtige Vertiefung: Bewegung findet nicht ausschließlich zwischen äußeren Lebenswelten oder bewussten Identitätspositionen statt. Sie kann sich auch darin zeigen, dass Menschen Situationen anders wahrnehmen, neue Formen von Kontakt zulassen, Grenzen anders erleben und sich in bisher fremden Lebenswelten zunehmend vertrauter bewegen können.

4.2 Leibliche Bewegung und relationale Regulation

Wenn Zugehörigkeit leiblich erfahren wird, stellt sich die Frage, wie Menschen mit wechselnden Anforderungen, Beziehungen und Lebenswelten umgehen. Der Begriff der Regulation bietet hierfür eine mögliche Perspektive, muss jedoch genauer bestimmt werden, weil er in unterschiedlichen wissenschaftlichen Zusammenhängen verschiedene Bedeutungen besitzt.

In dieser Arbeit verwende ich Regulation primär auf der Ebene des leiblich-psychischen und relationalen Geschehens. Gemeint ist die Möglichkeit, auf wechselnde innere und äußere Anforderungen zu reagieren, Aktivierung und Erholung zu ermöglichen, Nähe und Distanz zu gestalten und unter veränderten Bedingungen handlungsfähig zu bleiben.

Für meine Fragestellung lassen sich dabei drei miteinander verbundene Ebenen unterscheiden. Auf einer leiblichen Ebene können Aktivierung, Anspannung, Ruhe, Erholung und Körperwahrnehmung bedeutsam sein. Auf einer relationalen Ebene betrifft Regulation die Gestaltung von Nähe, Distanz, Offenheit, Schutz und Kontakt. Auf einer sozialen und kontextuellen Ebene hängt sie schließlich auch davon ab, ob reale Sicherheit, Anerkennung, soziale Teilhabe und Handlungsmöglichkeiten vorhanden sind.

Diese Ebenen lassen sich nicht vollständig voneinander trennen. Körperliche Anspannung in einer Beziehung ist beispielsweise weder ausschließlich ein körperliches Ereignis noch automatisch Ausdruck eines innerpsychischen Konflikts. Sie kann mit früheren Beziehungserfahrungen zusammenhängen, auf eine

gegenwärtige Grenzverletzung reagieren oder durch die konkrete soziale Situation nachvollziehbar sein.

Gerade deshalb darf Regulation nicht individualistisch verkürzt werden. Wenn Unsicherheit aus Diskriminierung, sozialem Ausschluss, materieller Unsicherheit oder tatsächlicher Bedrohung entsteht, liegen wesentliche Bedingungen der Belastung außerhalb der Person. Selbstregulation darf deshalb nicht zu einem neuen Anpassungsimperativ werden. Die mehrperspektivische Orientierung der Integrativen Therapie verlangt vielmehr, Person, Mitmenschen und Kontext/Kontinuum gemeinsam zu betrachten.

Für Zugehörigkeitsprozesse ist diese Unterscheidung besonders wichtig. Die in Kapitel 2 dargestellten Bewegungen von Affiliation und Reaktanz können auch leiblich erfahrbar werden. Menschen suchen Nähe und Verbundenheit und benötigen zugleich Möglichkeiten von Distanz, Schutz und Eigenständigkeit (vgl. *Petzold,* 2005y). Regulation betrifft damit nicht nur innere Spannungszustände, sondern auch die Gestaltung von Beziehungen.

Hier verbindet sich Regulation mit persönlicher Souveränität. Souveränität bedeutet nicht, von anderen Menschen unabhängig zu werden. Sie bezeichnet vielmehr die Möglichkeit, innerhalb von Beziehungen eigene Wahrnehmungen und Grenzen ernst zu nehmen, unterschiedliche Handlungsmöglichkeiten wahrzunehmen und sich situationsbezogen positionieren zu können (vgl. *Petzold & Orth*, 1998/2014).

Auch die transversale Perspektive erhält damit eine leibliche Dimension. Eine neue Position ist nicht allein deshalb tragfähig, weil sie gedanklich formuliert werden kann. Sie muss in konkreten Beziehungen und Lebenssituationen erprobt und gelebt werden. Erst dort zeigt sich, welche bisherigen Wahrnehmungs- und Handlungsmuster weiterwirken, und welche neuen Möglichkeiten entstehen können (vgl. *Petzold*, 2012q).

Veränderung lässt sich vor diesem Hintergrund als Prozess wiederholter neuer Erfahrungen verstehen. Ein Mensch kann beispielsweise erfahren, dass eine eigene Position ausgesprochen werden kann, ohne dass eine bedeutsame Beziehung zwangsläufig verloren geht, oder dass eine Grenze respektiert wird, obwohl frühere Erfahrungen eine andere Erwartung nahegelegt haben.

Neue und frühere Erfahrungen können dabei zunächst nebeneinander bestehen. Eine Person kann wissen, dass eine gegenwärtige Beziehung verlässlich ist, und sich dennoch zeitweise unsicher fühlen. Entwicklung muss diese Ambivalenz nicht möglichst schnell beseitigen. Sie kann vielmehr darin bestehen, neue Erfahrungen zunehmend in das eigene Wahrnehmen und Handeln aufnehmen zu können.

In Verbindung mit Oikeiosis lässt sich hier auch die Frage der Beheimatung erneut aufnehmen. Vertrautheit entsteht häufig nicht durch eine einmalige Entscheidung. Neue Orte, Beziehungen oder Lebenswelten können durch wiederholte Erfahrungen zunehmend vertrauter werden. Menschen lernen ihre Möglichkeiten und Grenzen kennen, entwickeln Beziehungen und finden Formen, sich in einer Lebenswelt zu orientieren (vgl. *Petzold*, 2019d).

Bewegung und Regulation stehen damit in einem wechselseitigen Verhältnis. Veränderung benötigt ein gewisses Maß an Sicherheit und Handlungsmöglichkeit. Gleichzeitig können neue Erfahrungen die bisherigen Möglichkeiten von Wahrnehmung, Kontakt und Handlung erweitern.

4.3 Neurophänomenologie als erkenntnistheoretische Ergänzung

Die bisherige Argumentation bewegt sich bewusst innerhalb des Integrativen Leibverständnisses. Eine ergänzende Perspektive bietet die von Francisco Varela entwickelte Neurophänomenologie. Sie ist keine Theorie der Zugehörigkeit und keine theoretische Grundlage der Integrativen Therapie. Für diese Arbeit ist sie vielmehr als erkenntnistheoretischer Anschluss interessant.

Varela entwickelte die Neurophänomenologie vor dem Hintergrund der Frage, wie subjektives Erleben und naturwissenschaftliche Untersuchungen menschlichen Bewusstseins aufeinander bezogen werden können, ohne die eine Ebene auf die andere zu reduzieren (vgl. *Varela*, 1996). Dabei erhält die Erste-Person-Perspektive, also die systematische Berücksichtigung subjektiver Erfahrung, eine eigenständige Bedeutung.

Für meine Fragestellung ist dies interessant, weil auch Zugehörigkeit nicht angemessen aus nur einer Beobachtungsperspektive verstanden werden kann. Das subjektive Erleben von Verbundenheit oder Fremdheit lässt sich nicht vollständig aus

körperphysiologischen Befunden ableiten. Umgekehrt findet subjektives Erleben nicht unabhängig vom lebendigen Organismus und seiner Umwelt statt.

Varela beschreibt deshalb eine wechselseitige Bezugnahme unterschiedlicher Erkenntnisperspektiven. Phänomenologische Beschreibungen und naturwissenschaftliche Befunde sollen sich gegenseitig begrenzen und präzisieren können, ohne miteinander gleichgesetzt zu werden (vgl. *Varela*, 1996).

Die Anschlussfähigkeit zum Integrativen Konzept des Informierten Leibes liegt insbesondere in der Mehrperspektivität. Beide Perspektiven widersetzen sich auf unterschiedliche Weise einer Reduktion menschlichen Erlebens auf nur eine Erklärungsebene. Diese Anschlussfähigkeit bedeutet jedoch keine theoretische Identität. Petzold und Sieper entwickeln ein anthropologisch und psychotherapeutisch ausgerichtetes Leibkonzept (vgl. *Petzold & Sieper*, 2012a). Varelas Neurophänomenologie verfolgt demgegenüber ein wissenschaftstheoretisches und methodologisches Anliegen im Verhältnis von subjektiver Erfahrung und kognitionswissenschaftlicher Forschung (vgl. *Varela*, 1996).

Für die These der „Zugehörigkeit in Bewegung“ eröffnet die neurophänomenologische Perspektive damit vor allem eine erkenntnistheoretische Sensibilität: Veränderung kann aus unterschiedlichen Perspektiven betrachtet werden. Subjektives Erleben, leibliche Reaktionen, Beziehungen und soziale Bedingungen eröffnen verschiedene Zugänge zu einem Prozess, ohne aufeinander reduziert werden zu müssen.

4.4 Körperphysiologische Bedingungen von Veränderung: Grenzen und Ausblick

Körperphysiologische Perspektiven nehme ich in dieser Arbeit bewusst nur ergänzend auf. Menschen sind leibliche Wesen, und körperliche Zustände wie Erschöpfung, Erkrankung oder anhaltende Belastung können Wahrnehmung, Stimmung, Aufmerksamkeit und gegenwärtige Handlungsmöglichkeiten beeinflussen. Das Integrative Leibverständnis trägt dieser körperlichen Dimension Rechnung, ohne

sie aus den psychischen, sozialen und ökologischen Lebenszusammenhängen herauszulösen (vgl. *Petzold & Sieper*, 2012a).

Eine aktuelle neurobiologische Anschlussstelle bietet hier die Konnektomforschung. Sie richtet den Blick weniger auf isolierte Hirnregionen als auf die komplexen strukturellen und funktionellen Vernetzungen des Gehirns und deren Veränderbarkeit. Das Konnektom ist dabei nicht als statische Verschaltung zu verstehen, sondern als dynamisches Netzwerk, das sich im Verlauf des Lebens unter dem Einfluss von Lernen und Erfahrungen verändert. *Petzold, Josić, Orth* und *Mathias-Wiedemann* (2026) beziehen in diesen Zusammenhang auch Beziehungserfahrungen, Emotionen, Bewegung, kreative Aktivitäten und soziale Interaktionen ein und verbinden sie mit neuroplastischen Prozessen.

Für die Integrative Therapie ist daran besonders anschlussfähig, dass Veränderung damit nicht auf einen einzelnen neuronalen Mechanismus reduziert wird. Unterschiedliche körperliche, emotionale, kognitive, soziale und ökologische Erfahrungen können miteinander verschränkt sein und Veränderungsprozesse auf verschiedenen Ebenen begleiten. Die Konnektomforschung bietet deshalb eine aktuelle neurobiologische Perspektive, die mit dem Integrativen Gedanken von Konnektivierung und Mehrperspektivität in Beziehung gesetzt werden kann. Zugleich bleibt zu beachten, dass neuronale Veränderbarkeit allein weder die Bedeutung einer Erfahrung noch Identität oder Zugehörigkeit erklärt (vgl. *Petzold, Josić, Orth* & *Mathias-Wiedemann*, 2026).

Für die Fragestellung dieser Arbeit bedeutet dies: Körperphysiologische Bedingungen können Veränderungsprozesse erleichtern, erschweren oder mitprägen. Sie erklären jedoch weder Identität noch Zugehörigkeit. Diese entstehen in biografischen, relationalen, sozialen und kulturellen Zusammenhängen, die nicht auf physiologische Vorgänge zurückgeführt werden können.

4.5 Zwischenfazit

Die bisherigen Überlegungen erweitern die These der „Zugehörigkeit in Bewegung“ um ihre leibliche Dimension. Das Konzept des Informierten Leibes ermöglicht, Zugehörigkeit nicht nur als soziale Position oder bewusste Selbstdeutung, sondern

als gelebte Erfahrung in Beziehungen und Lebenswelten zu verstehen. Veränderung kann sich darin zeigen, dass Menschen Situationen anders wahrnehmen, neue Formen von Kontakt zulassen und ihre Handlungsmöglichkeiten erweitern (vgl. *Petzold & Sieper*, 2012a).

Regulation ist dabei nicht ausschließlich eine individuelle Fähigkeit. Leibliche, relationale und soziale Bedingungen greifen ineinander. Wo Belastungen durch reale Ausgrenzung, Unsicherheit oder eingeschränkte Teilhabe entstehen, kann die Antwort nicht allein in einer besseren Selbstregulation der betroffenen Person liegen.

Die Neurophänomenologie ergänzt diese Perspektive erkenntnistheoretisch, ohne eine eigenständige Forschungsmethode dieser Arbeit zu bilden (vgl. *Varela*, 1996). Im folgenden Kapitel erläutere ich, wie die theoretischen Perspektiven mit biografischer Reflexion und der exemplarischen Prozessvignette methodisch verbunden werden.

5 Methodisches Vorgehen

Ich habe diese Arbeit als hermeneutisch-reflexive Literaturarbeit angelegt. Im Mittelpunkt steht die theoriegeleitete Auseinandersetzung mit der Frage, wie Zugehörigkeit unter Bedingungen pluraler Lebenswelten verstanden werden kann und welche Bedeutung dabei relationalen und leiblichen Prozessen zukommt.

Methodisch verbinde ich die Auseinandersetzung mit wissenschaftlicher Literatur, meine reflexive biografische Selbstpositionierung und eine exemplarische psychotherapeutische Prozessvignette. Die Literatur bildet die theoretische Grundlage. Die biografische Reflexion macht meinen Ausgangspunkt und meine Position transparent, während die Vignette ausgewählte Überlegungen an einem konkreten therapeutischen Prozess veranschaulicht. Die drei Ebenen besitzen unterschiedliche Erkenntnisfunktionen und werden nicht als gleichwertige Evidenzquellen behandelt.

5.1 Hermeneutisch-reflexive Literaturarbeit

Ausgangspunkt meiner Literaturarbeit war die in Kapitel 1 entwickelte Fragestellung. Von dort aus habe ich zunächst jene Integrativen Original- und

Grundlagenmaterialien ausgewählt, die für Identität, Zugehörigkeit, Leiblichkeit und Transversalität besonders relevant sind. Dazu gehören unter anderem Identität und transversale Identität, Interiorisierung, Polylog, Affiliation und Reaktanz, Alterität, Konvivialität, persönliche Souveränität, Oikeiosis sowie die Leibtheorie des Informierten Leibes.

Ergänzend habe ich externe wissenschaftliche Perspektiven dort herangezogen, wo sie einen eigenständigen Beitrag zur Fragestellung leisten. Hierzu gehören insbesondere *Anthias*' Überlegungen zu Zugehörigkeit und gesellschaftlichen Positionierungen, die sozialpsychologische Perspektive von Baumeister und Leary auf das Bedürfnis nach Zugehörigkeit sowie Varelas neurophänomenologischer Ansatz. Diese Perspektiven werden nicht nachträglich der Integrativen Therapie zugerechnet, sondern hinsichtlich ihrer Anschlussfähigkeit und ihrer theoretischen Differenzen betrachtet.

Die Bearbeitung erfolgte in mehreren aufeinander bezogenen Schritten. Zunächst wurde die Fragestellung präzisiert und die dafür zentrale Integrative Literatur ausgewählt. Anschließend wurden die relevanten Begriffe und Argumentationslinien herausgearbeitet und gezielt um externe Perspektiven ergänzt. Im nächsten Schritt wurden deren theoretische Herkunft, Geltungsbereiche und mögliche Verbindungslinien geprüft. Darauf aufbauend wurden die gewonnenen Perspektiven auf plurale Zugehörigkeit, innere und äußere Lebenswelten sowie leibliche Veränderungsprozesse bezogen. Biografische Reflexion und Prozessvignette wurden schließlich nicht als Belege, sondern als reflexive beziehungsweise exemplarische Materialien hinzugezogen.

Als erkenntnisorientierende Bewegung ist dabei die in der Integrativen Therapie beschriebene hermeneutische Spirale von Wahrnehmen – Erfassen – Verstehen – Erklären bedeutsam (vgl. *Petzold,* 2003a). Sie verweist auf einen Erkenntnisprozess, in dem Wahrgenommenes zunehmend erfasst, in Zusammenhänge eingeordnet und verstehend beziehungsweise erklärend erschlossen wird.

Das Vorgehen ist weder als systematisches Review noch als qualitative Inhaltsanalyse zu verstehen. Die Literaturauswahl erfolgte theorie- und fragestellungsgeleitet und beansprucht keine Vollständigkeit oder Repräsentativität.

5.2 Konnektivierende Hermeneutik

Konnektivierende Hermeneutik verstehe ich in dieser Arbeit nicht als Möglichkeit, unterschiedliche Theorien zu einem einheitlichen Modell zu verschmelzen. Ich nutze sie vielmehr, um verschiedene Perspektiven miteinander in Beziehung zu setzen und gleichzeitig ihre theoretischen Unterschiede sichtbar zu halten (vgl. *Petzold*, 2017f).

Dies lässt sich an den ergänzend verwendeten Ansätzen konkret zeigen. Anthias ermöglicht eine stärkere Berücksichtigung sozialer Positionierungen, Ungleichheiten und kontextabhängiger Zugehörigkeiten. Ihre Perspektive wird dort mit der Integrativen Identitätstheorie verbunden, wo beide Ansätze die Kontextgebundenheit und Veränderlichkeit von Positionierungen sichtbar machen. Sie wird jedoch nicht nachträglich zu einer Integrativen Identitätstheorie erklärt (vgl. *Anthias*, 2016; 2020).

Baumeister und Leary tragen mit ihrer sozialpsychologischen Konzeption des need to belong eine andere Analyseebene bei. Ihre Arbeiten verdeutlichen die grundlegende Bedeutung sozialer Verbundenheit für menschliches Erleben (vgl. *Baumeister & Leary*, 1995). Dieses Bedürfnis wird jedoch nicht mit Petzolds Konzept der Affiliation gleichgesetzt und erklärt weder transversale Identität noch konkrete kulturelle Zugehörigkeitsprozesse.

Varelas Neurophänomenologie dient wiederum als erkenntnistheoretische Ergänzung für das Verhältnis von subjektivem und körperlichem Erleben. Sie wird weder als Bestandteil der Integrativen Therapie noch als empirische Methode dieser Arbeit behandelt (vgl. *Varela*, 1996).

Konnektivierung bedeutet für mich deshalb ein Unterscheiden und Verbinden. Für jede ergänzende Perspektive frage ich, welchen eigenständigen Beitrag sie zur Fragestellung leistet, worin eine Anschlussfähigkeit an den Integrativen Ansatz besteht und an welcher Stelle die Verbindung begrenzt bleiben muss. Gerade für eine Arbeit über plurale Zugehörigkeit erscheint dieses Vorgehen passend: Auch theoretisch muss Verschiedenheit nicht dadurch integriert werden, dass ihre Differenzen aufgehoben werden.

5.3 Biografische Reflexion

Meine eigene Biografie bildet einen Ausgangspunkt meines Erkenntnisinteresses und zugleich einen möglichen Resonanzraum dieser Arbeit. Ich behandle sie jedoch nicht als empirische Evidenz für allgemeine Aussagen über Zugehörigkeit. Sie dient vielmehr dazu, die Entstehung meiner Fragestellung nachvollziehbar zu machen, meine Position im Erkenntnisprozess sichtbar zu halten und mögliche Vorannahmen oder blinde Flecken zu reflektieren.

Gerade weil mir Erfahrungen unterschiedlicher kultureller Lebenswelten und Mehrfachzugehörigkeit nicht fremd sind, muss ich darauf achten, Ähnlichkeiten nicht vorschnell mit Gleichheit zu verwechseln. Eigene Resonanz kann Wahrnehmung öffnen, sie kann sie zugleich verengen. Die Wahrung von Alterität bleibt deshalb gerade auch gegenüber Erfahrungen wichtig, die mir zunächst vertraut erscheinen.

5.4 Prozessvignette: Zugehörigkeit zwischen Lebensgeschichte, Leiblichkeit und therapeutischer Beziehung

Die folgende Prozessvignette dient der exemplarischen Konkretisierung der zuvor entwickelten theoretischen Überlegungen.[1] Sie stellt weder ein Behandlungsjournal noch eine vollständige Falldarstellung dar. Ich beschränke mich auf jene Aspekte des bisherigen therapeutischen Prozesses, die für die Fragestellung nach Zugehörigkeit, Alterität, Leiblichkeit, Selbstpositionierung und der Verbindung unterschiedlicher Lebenswelten bedeutsam sind.

Die Darstellung ist anonymisiert und in potenziell identifizierenden biografischen Details reduziert beziehungsweise verändert. Diagnostische Kategorien werden nicht eigenständig untersucht. Sie werden lediglich dort einbezogen, wo sie zum Verständnis des biografischen oder therapeutischen Prozesses beitragen.

Biografischer Kontext und frühe Erfahrungen von Verlust und Nichtzugehörigkeit

Die Patientin ist eine junge erwachsene Frau mit familiärer Herkunft aus dem Libanon. Einen Teil ihrer frühen Kindheit verbrachte sie in Dubai, da der Vater

[1] Die Prozessvignette wurde zum Schutz der Patientin anonymisiert und verfremdet.

beruflich dort stationiert wurde. Im Grundschulalter kam sie im Kontext von politischer Verfolgung und Flucht mit ihrer Familie in die Schweiz und setzte hier ihre schulische Sozialisation fort.

Der Wechsel wurde von ihr rückblickend nicht lediglich als Ortswechsel beschrieben. Mit ihm ging auch der Verlust einer bis dahin vertrauten Lebenswelt einher. Die frühere Lebenswelt wurde nicht ausschließlich als belastend erinnert, sondern ebenso als vertraut und in Teilen sicher. Gerade deshalb besaß der Übergang auch den Charakter eines Abbruchs: Gewohnte Orte, soziale Bezüge, kulturelle Selbstverständlichkeiten und Formen von Vertrautheit standen plötzlich nicht mehr in derselben Weise zur Verfügung.

Obwohl die Patientin gemeinsam mit ihrer Familie in die Schweiz kam, berichtete sie für diese frühe Phase von einem ausgeprägten Gefühl der Einsamkeit. In ihrer Erinnerung verbinden sich damit Erfahrungen von Isolation, dem Gefühl des Unerwünschtseins und dem Eindruck, aufgrund ihrer Andersartigkeit nicht selbstverständlich dazuzugehören. Im schulischen Verlauf kamen Erfahrungen von Mobbing und Ausgrenzung hinzu.

Damit entstand früh eine Spannung zwischen äußerer und innerer Lebenswelt. Äußerlich begann eine neue Sozialisation in der Schweiz. Innerlich konnten Bindungen, Erinnerungen und Orientierungen der früheren Lebenswelt weiterwirken. Der Wechsel in eine neue gesellschaftliche Umgebung bedeutete nicht automatisch, dass sich auch ein entsprechendes Gefühl von Zugehörigkeit entwickelte.

Im Jugendalter folgte eine ausgeprägtere psychische Krisenphase, in der unter anderem depressive, essstörungsbezogene und selbstverletzende Symptome dokumentiert waren. Diese diagnostischen beziehungsweise symptomatischen Entwicklungen stehen hier nicht im Zentrum. Für die Fragestellung ist vielmehr bedeutsam, dass Belastungen zunächst stark nach innen gerichtet verarbeitet wurden.

Im späteren Verlauf veränderte sich diese Form der Auseinandersetzung. Die Patientin zeigte phasenweise stärker eine nach außen gerichtete Impulsivität, ein Austesten von Grenzen und eine rebellischere Form der Positionierung. Im gemeinsamen Rückblick erschien diese Bewegung ambivalent. Einerseits waren

damit Konflikte und Schwierigkeiten der Selbststeuerung verbunden. Andererseits lässt sich darin vorsichtig auch eine Gegenbewegung zu einer zuvor stärker nach innen gerichteten und anpassenden Verarbeitung erkennen.

Aus Integrativer Perspektive kann diese Entwicklung mit dem Spannungsfeld von Affiliation und Reaktanz in Beziehung gesetzt werden (vgl. *Petzold,* 2005y). Reaktanz beziehungsweise Rebellion ist dabei noch nicht mit persönlicher Souveränität gleichzusetzen. Eine Gegenposition kann zunächst weiterhin stark an das gebunden bleiben, wovon sie sich abgrenzt. Gerade diese Bewegung von Anpassung über Gegenbewegung hin zu einer differenzierteren eigenen Position verbindet die Vignette mit den Überlegungen aus Kapitel 3.

Von der Symptomgeschichte zur Lebensgeschichte

Ein wesentliches Medium hierfür war die gemeinsame Arbeit an einer Lebenslinie. Biografische Stationen, Übergänge und Erlebensqualitäten wurden dabei nicht ausschließlich verbal rekonstruiert, sondern mithilfe von Seilen, Figuren und Bildkarten räumlich und symbolisch sichtbar gemacht.

Die konkrete Gestaltung entsprach nicht schematisch der klassischen dreizügigen Lebenspanorama-Technik. Sie lässt sich jedoch als lebenspanoramatisch orientierte, kreativ-mediale Lebenslinienarbeit verstehen. Petzold und *Orth* beschreiben das Lebenspanorama als eine an der Lebensspanne orientierte Möglichkeit, biografische Erfahrungen zu symbolisieren und Probleme, Ressourcen, Potenziale sowie Kontinuitäten und Diskontinuitäten in ihrer Entwicklung sichtbar werden zu lassen (vgl. *Petzold & Orth,* 1993a/2012).

In der gemeinsamen Darstellung wurden unterschiedliche Lebensphasen nicht als geradlinige Entwicklung angeordnet. Erfahrungen von Verlust, Nichtzugehörigkeit und Rückzug standen neben Phasen von Krise, Rebellion, Neuorientierung, zunehmender Selbstwirksamkeit und der Suche nach einem eigenen Platz.

Für mich lag ein wichtiger therapeutischer Wert dieser Arbeit darin, dass die Lebensgeschichte weniger als Abfolge voneinander isolierter Symptome oder Diagnosen erschien. Unterschiedliche Reaktionsweisen konnten stärker innerhalb ihrer damaligen Lebensbedingungen betrachtet werden. Anpassung, Rückzug oder

Rebellion wurden dadurch weder romantisiert noch ausschließlich als Defizite gelesen, sondern konnten hinsichtlich ihrer jeweiligen Funktion und ihrer heutigen Bedeutung neu betrachtet werden.

Hier war insbesondere der erste der Vier Wege der Heilung und Förderung – Bewusstseinsarbeit, Einsicht und Sinnfindung – bedeutsam (vgl. *Petzold,* 2012h). Die Patientin verfügte bereits über eine ausgeprägte intellektuelle und reflexive Fähigkeit. Die therapeutische Arbeit bestand deshalb nicht lediglich darin, weitere Erklärungen zu produzieren. Entscheidend war vielmehr, bisher teilweise getrennt betrachtete Erfahrungen miteinander in Beziehung zu bringen und deren Bedeutung für das eigene Selbst- und Weltverständnis genauer zu erfassen.

Eine bereits zuvor erfolgte diagnostische Einordnung von Aufmerksamkeits- und Impulsivitätsproblemen stellte dabei einen zusätzlichen Deutungsrahmen dar. Bedeutsam war für den Prozess weniger die Diagnose selbst als die zunehmende Möglichkeit der Patientin, die eigene Wahrnehmung und das eigene Verhalten differenzierter zu reflektieren: Welche Irritation kommt aus einer konkreten Situation? Wie nehme ich andere wahr? Wie wirke ich selbst auf andere? Welche Reaktionsweisen gehören zu mir, welche wurden biografisch geprägt und welche Anforderungen kommen tatsächlich aus der gegenwärtigen Umwelt?

Damit verschob sich die Perspektive von der ausschließlichen Frage, was mit ihr geschieht, zunehmend auch zur Frage, wie sie selbst Beziehungen, Situationen und Lebenswelten wahrnimmt und mitgestaltet.

Die Vier Wege der Heilung und Förderung und die 14 Wirkfaktoren stehen dabei nicht als voneinander isolierte Verfahren nebeneinander. Petzold beschreibt gerade ihr Zusammenwirken im therapeutischen Prozess (vgl. *Petzold*, 2012h). Für diesen Ausschnitt erscheinen insbesondere Einfühlendes Verstehen und Empathie (EV), Emotionale Annahme und Stütze (ES) sowie die Förderung von Einsicht, Sinnerleben und Evidenzerfahrungen (EE) bedeutsam.

Die kreativ-mediale Lebenslinienarbeit berührt zugleich Elemente des dritten Weges der Heilung und Förderung – Erlebnis- und Ressourcenaktivierung. Durch die räumliche und symbolische Darstellung wurde die eigene Geschichte nicht ausschließlich erzählt, sondern in anderer Weise sichtbar und erfahrbar. Hier lässt

sich insbesondere eine Verbindung zur Förderung kreativer Erlebnismöglichkeiten und Gestaltungskräfte (KG) herstellen (vgl. *Petzold,* 2012h).

Vom kognitiven Verstehen zum leiblichen Erleben und zur Selbstregulation

Zu Beginn entstand bei mir der Eindruck, dass die Patientin ihre Geschichte überwiegend über einen kognitiv-reflexiven Zugang erschloss. Das unmittelbare Wahrnehmen emotionaler und leiblicher Resonanzen erschien zunächst weniger zugänglich. Diese Einschätzung ist als therapeutische Prozesswahrnehmung und nicht als objektiver Befund zu verstehen.

Im weiteren Verlauf entstand zunehmend Raum, biografische Erfahrungen nicht ausschließlich erklärend zu betrachten, sondern auch die damit verbundenen emotionalen und leiblichen Reaktionen wahrzunehmen. Die in Kapitel 4 entwickelte Perspektive des Informierten Leibes erhält hier praktische Bedeutung: Erfahrungen von Beziehung, Ausgrenzung, Zugehörigkeit und Übergängen beeinflussen nicht nur bewusste Selbstbeschreibungen, sondern können gegenwärtige Wahrnehmungs-, Kontakt- und Handlungsmöglichkeiten mitprägen.

Im aktuellen Verlauf nahm ich zugleich eine deutlich differenziertere Selbststeuerung wahr. Auch die Patientin berichtete über eine verbesserte Regulation ihrer Impulsivität. Irritationen konnten häufiger wahrgenommen und reflektiert werden, bevor sie unmittelbar in impulsives Handeln übergingen. Im Integrativen Bezugsrahmen lässt sich diese Prozessbewegung mit der Förderung leiblicher Bewusstheit und Selbstregulation (LB) sowie mit der Förderung eines prägnanteren Selbst- und Identitätserlebens und persönlicher Souveränität (PI) verbinden (vgl. *Petzold*, 2012h).

Damit zeigt sich keine lineare Bewegung von „Symptom“ zu „Gesundheit“. Im Rückblick lassen sich vielmehr unterschiedliche Formen des Umgangs erkennen: zunächst eine stärkere Anpassung und nach innen gerichtete Belastung, später phasenweise eine impulsive und rebellische Gegenbewegung und im gegenwärtigen Verlauf zunehmend die Möglichkeit, Irritationen, Grenzen und eigene Bedürfnisse differenzierter wahrzunehmen.

Gerade darin lässt sich eine Bewegung hin zu persönlicher Souveränität erkennen, ohne diese bereits als erreicht oder stabil vorauszusetzen.

Alterität, Resonanz und therapeutische Beziehung

Besondere Bedeutung erhielt die therapeutische Beziehung dort, wo kulturelle und biografische Zugehörigkeit auch im unmittelbaren Kontakt sichtbar wurde.

Die Patientin begegnete mir zu Beginn eher scheu und vorsichtig. Im weiteren Verlauf erlebte ich sie zunehmend neugierig, lebendig und resonanzsuchend. Sie nahm auch meine eigene Mehrfachzugehörigkeit wahr und fragte nach meiner familiären Herkunft. Teile meiner familiären Geschichte weisen geografische und kulturelle Berührungspunkte mit der libanesischen Grenzregion auf.

Ich nahm ihre Nachfrage als möglichen Versuch wahr, Ähnlichkeit, Vertrautheit und Sicherheit innerhalb der therapeutischen Beziehung auszuloten. Diese Deutung blieb für mich eine Arbeitshypothese und wurde nicht als gesicherte Erklärung ihres Erlebens behandelt.

Auch auf meiner Seite entstanden Resonanzen. Erzählungen über kulturelle Normen, Geschlechterrollen und Zugehörigkeit berührten eigene familiäre und kulturelle Bezugspunkte. Gerade diese Nähe erforderte jedoch die Wahrung von Alterität. Vertrautheit mit bestimmten kulturellen Phänomenen bedeutet nicht, die konkrete Erfahrung des Gegenübers bereits zu kennen.

Für mich wurde deshalb die Bewegung zwischen Angrenzung und Abgrenzung bedeutsam: Resonanz und Beziehung zuzulassen, ohne die Erfahrungen der Patientin mit meinen eigenen gleichzusetzen. Die Integrative Beziehungsperspektive versteht Angrenzung als Möglichkeit affilialer Nähe, die Verschiedenheit nicht aufheben muss (vgl. *Petzold*, 2012c).

Hier lassen sich Elemente des zweiten Weges der Heilung und Förderung – Nach- und Neusozialisation – erkennen (vgl. *Petzold,* 2012h). Im therapeutischen Kontakt konnten Nähe, Unterschiedlichkeit, Sicherheit und Selbstpositionierung neu erfahren beziehungsweise erprobt werden. Ob daraus langfristig eine korrigierende und

interiorisierte Beziehungserfahrung entsteht, lässt sich aus dem bisherigen Prozess nicht feststellen.

Mehrfachzugehörigkeit und neue Positionierung

Im weiteren Verlauf rückte die Frage nach kultureller Zugehörigkeit stärker in den Vordergrund. Bei Aufenthalten im Libanon nahm die Patientin unterschiedliche Seiten ihrer Herkunfts- und Familienwelt neu wahr. Sie berichtete einerseits von Vertrautheit, Bindung, Orientierung und positiven kulturellen Werten. Andererseits erlebte sie traditionelle Geschlechterrollen, eine stark wahrgenommene Heiratskultur und sexistische Erwartungen als begrenzend. Bei einem aktuellen Aufenthalt nahm sie zudem sowohl die Folgen des Krieges im alltäglichen Leben als auch das Fortbestehen von Alltag und sozialen Beziehungen wahr.

Für den therapeutischen Prozess war nicht entscheidend, diese Lebenswelt insgesamt positiv oder negativ zu bewerten. Bedeutsamer erschien, dass die Patientin zunehmend beides gleichzeitig wahrnehmen konnte: Vertrautheit und Irritation, Zugehörigkeit und Fremdheit, Sicherheit und Begrenzung.

Ähnliches zeigte sich im Verhältnis zur gegenwärtigen Lebenswelt. Auch die Schweiz musste nicht zur uneingeschränkt „richtigen“ Gegenwelt werden. Die frühe Erfahrung von Ablehnung und Nichtzugehörigkeit blieb Teil ihrer Geschichte. Gleichzeitig konnte die Patientin hier über die Jahre Beziehungen, Bildung, soziale Räume und Handlungsmöglichkeiten entwickeln, die inzwischen ebenfalls zu ihrer Lebenswelt gehören.

Sie konnte zunehmend erkennen, dass eine ausschließliche Orientierung an nur einer ihrer Lebenswelten wesentliche Seiten ihrer Person begrenzen würde. Gleichzeitig musste daraus keine Abwertung ihrer familiären oder kulturellen Herkunft entstehen. Unterschiedliche Werte, Erfahrungen und Zugehörigkeiten konnten stärker nebeneinanderstehen und miteinander in Beziehung treten.

Für meine Fragestellung verdichtet sich darin das Motiv „Ich bin Viele“. Diese Formulierung ist keine wörtliche Aussage der Patientin, sondern meine theoretische Lesart dieses Prozesses. Unterschiedliche Zugehörigkeiten und innere Stimmen müssen nicht auf eine einzige vermeintlich authentische Identität reduziert werden.

Sie können wahrgenommen, differenziert und in wechselnden Lebenssituationen unterschiedlich bedeutsam werden.

Gerade hierin wird die Verbindung zur transversalen Identität sichtbar. Die Patientin scheint zunehmend flexibler zwischen unterschiedlichen Lebenswelten navigieren zu können, ohne jede Bewegung automatisch als Entscheidung gegen eine andere Zugehörigkeit erleben zu müssen. Diese Flexibilität bedeutet nicht Beliebigkeit. Sie setzt vielmehr eine zunehmende Fähigkeit voraus, eigene Positionen wahrzunehmen und zugleich für Beziehung, Differenz und Veränderung offen zu bleiben.

Hier werden auch Elemente des vierten Weges der Heilung und Förderung – Exzentrizitäts- und Solidaritätsförderung – berührt (vgl. *Petzold*, 2012h). Eine exzentrischere Perspektive ermöglicht, die eigene Situation nicht ausschließlich aus der unmittelbaren Innenperspektive zu betrachten, sondern in biografische, relationale und gesellschaftliche Zusammenhänge einzuordnen. Schwierigkeiten mussten damit nicht mehr ausschließlich als persönliches Defizit erscheinen, sondern konnten auch im Zusammenhang mit Migration, sozialen Zuschreibungen, Geschlechterrollen, kulturellen Erwartungen und realen Erfahrungen von Ausgrenzung betrachtet werden.

Eine solche Kontextualisierung hebt eigene Verantwortung nicht auf. Sie kann vielmehr ermöglichen, genauer zwischen dem Eigenen, dem Interiorisierten und den Bedingungen der jeweiligen Lebenswelt zu unterscheiden.

Prozessbewegung

Im gegenwärtigen therapeutischen Verlauf entstand bei mir der Eindruck einer zunehmenden Selbstwirksamkeit und Gestaltungskompetenz. Die Patientin wirkte weniger ausschließlich durch frühere Verletzungen, Anpassungsanforderungen oder impulsive Gegenbewegungen bestimmt. Sie konnte häufiger reflektieren, welche Anteile einer Situation mit ihrer eigenen Wahrnehmung und Reaktionsweisezusammenhängen, welche Anforderungen tatsächlich aus der Umwelt kommen und welche Position sie selbst einnehmen möchte.

Dabei erscheint ihre Entwicklung ausdrücklich nicht linear. Erfahrungen von Verlust und Nichtzugehörigkeit, Phasen stärkerer Anpassung, psychische Krise, Rebellion,

Selbstbehauptung und Neuorientierung lassen sich nicht als feste Entwicklungsstufen verstehen. Die lebenspanoramatische Betrachtung ermöglicht vielmehr, sie als unterschiedliche Antworten auf jeweilige Lebensbedingungen und damalige Handlungsmöglichkeiten zu betrachten.

Auch aus belastenden Erfahrungen entsteht nicht automatisch Resilienz. Im weiteren Verlauf wurden jedoch Ressourcen sichtbarer, die den Umgang mit diesen Erfahrungen veränderten: intellektuelle Reflexionsfähigkeit, zunehmendes Verständnis der eigenen Wahrnehmungs- und Reaktionsmuster, Selbstwirksamkeit, Bildungsorientierung, Beziehungserfahrungen und eine flexiblere Selbstregulation.

Im Hinblick auf die Fragestellung liegt die Bedeutung der Vignette deshalb nicht im Nachweis eines Behandlungserfolges. Sie veranschaulicht vielmehr, wie psychotherapeutische Arbeit einen Raum eröffnen kann, in dem biografische Brüche, unterschiedliche kulturelle und soziale Zugehörigkeiten sowie verschiedene innere Stimmen wahrgenommen und miteinander in Beziehung gesetzt werden können.

In diesem Sinne konkretisiert die Prozessvignette die in den vorausgehenden Kapiteln entwickelte Vorstellung einer „Zugehörigkeit in Bewegung“, ohne diese durch den Einzelfall beweisen zu können.

5.5 Grenzen des Vorgehens

Besondere Grenzen dieses Vorgehens zeigen sich dort, wo theoretische Interpretation, biografische Resonanz und therapeutische Erfahrung miteinander in Berührung kommen.

Die vorliegende Arbeit ist keine empirische Untersuchung. Die entwickelte Konzeption von „Zugehörigkeit in Bewegung“ ist ein theoriegeleiteter und hermeneutisch-reflexiver Entwurf und kein empirisch validiertes Modell. Auch meine eigene Biografie stellt keine wissenschaftliche Evidenz für die entwickelten Aussagen dar. Ihre Einbeziehung dient der Selbstpositionierung und der Reflexion möglicher Vorannahmen, Resonanzen und blinder Flecken.

Ebenso besitzt die Prozessvignette einen begrenzten erkenntnistheoretischen Status. Sie bildet einen Ausschnitt eines therapeutischen Prozesses ab und wurde

gezielt hinsichtlich der Fragestellung dieser Arbeit ausgewählt. Sie erlaubt weder Aussagen über langfristige Therapieeffekte noch über kausale Wirkzusammenhänge. Aus ihr können insbesondere keine allgemeinen Aussagen über Menschen mit Flucht- oder Migrationserfahrungen, kultureller Mehrfachzugehörigkeit oder bestimmten diagnostischen Einordnungen abgeleitet werden. Die Vignette illustriert und konkretisiert; sie validiert nicht.

Eine weitere Begrenzung betrifft meine Doppelposition als Therapeut und Autor. Meine Wahrnehmungen des therapeutischen Prozesses sind keine neutralen Beobachtungsdaten. Deshalb unterscheide ich in der Darstellung soweit möglich zwischen Angaben und Aussagen der Patientin, meiner therapeutischen Wahrnehmung, meinem eigenen Resonanzgeschehen und daraus entwickelten Arbeitshypothesen.

Perspektivität lässt sich innerhalb dieses Vorgehens nicht vollständig aufheben. Sie kann jedoch transparent gemacht, reflektiert und durch Mehrperspektivität erweitert werden. Literatur, biografische Selbstpositionierung und therapeutische Praxis werden deshalb miteinander in Beziehung gesetzt, ohne ihre unterschiedlichen Erkenntnisfunktionen einzuebnen.

Auf dieser Grundlage kann im folgenden Kapitel diskutiert werden, welche Möglichkeiten, Spannungsfelder und Grenzen sich aus einem Verständnis pluraler „Zugehörigkeit in Bewegung“ ergeben.

6 Diskussion

In der Diskussion möchte ich die entwickelte These der „Zugehörigkeit in Bewegung“ kritisch prüfen und fragen, welche Möglichkeiten, Grenzen und Konsequenzen sich daraus für Psychotherapie und gesellschaftliche Zugehörigkeit ergeben. Im Mittelpunkt steht dabei das Spannungsverhältnis zwischen Vielheit und Kontinuität, persönlicher Souveränität und sozialen Bedingungen sowie individueller und gemeinsamer Gestaltung.

6.1 Chancen und Schattenseiten pluraler Zugehörigkeit

Plurale Zugehörigkeit kann den eigenen Erfahrungsraum erweitern und neue Perspektiven, Vermittlungsfähigkeiten und Formen der Lebensgestaltung ermöglichen. Im Sinne eines polylogischen Identitätsverständnisses müssen unterschiedliche Erfahrungen und Positionierungen nicht gegeneinander ausgespielt werden (vgl. *Petzold*, 2012q; *Apfalter, Stefan & Höfner,* 2023). Die entscheidende Frage ist jedoch, unter welchen Bedingungen diese Vielheit tatsächlich als Ressource erlebt und gestaltet werden kann.

Diese Möglichkeit darf jedoch nicht romantisiert werden. Anthias macht deutlich, dass Zugehörigkeit immer auch mit sozialen Positionierungen und gesellschaftlichen Machtverhältnissen verbunden ist. Herkunft, soziale Lage, Geschlecht oder Sexualität können beeinflussen, welche Zugehörigkeiten anerkannt werden und wo Teilhabe begrenzt bleibt (vgl. *Anthias,* 2016; 2020).

Für mich ergibt sich daraus eine wichtige Korrektur der leitenden These: Mehreren Lebenswelten anzugehören bedeutet noch nicht, sich frei zwischen ihnen bewegen zu können.

Menschen können gleichzeitig mehreren sozialen Räumen angehören und dennoch erfahren, in keinem davon selbstverständlich anerkannt zu sein. Zugehörigkeit kann an Erwartungen gebunden werden: bestimmte Seiten der eigenen Person nicht zu zeigen, familiäre oder gesellschaftliche Loyalitäten nicht infrage zu stellen, sich anzupassen oder den eigenen Platz fortlaufend bestätigen zu müssen. Was zunächst als besondere Anpassungs- oder Vermittlungsfähigkeit erscheint, kann dann langfristig mit Selbstreduktion und Erschöpfung verbunden sein.

Auch der Verlust einer Zugehörigkeit darf nicht vorschnell als Befreiung interpretiert werden. Baumeister und Leary beschreiben stabile soziale Bindungen als grundlegendes menschliches Bedürfnis (vgl. *Baumeister & Leary*, 1995). Eine Familie, Gruppe oder vertraute Lebenswelt zu verlieren, kann deshalb einen weitreichenden Bruch darstellen. Selbst wenn eine bisherige Zugehörigkeit ambivalent oder einengend erlebt wurde, kann ihre Gefährdung Einsamkeit, Trauer, Scham, Angst oder Orientierungslosigkeit auslösen.

Gerade hier zeigt sich eine Grenze der Vorstellung von Transgression. Grenzen zu überschreiten und neue Positionen zu entwickeln kann Entwicklung ermöglichen. Eine solche Überschreitung besitzt jedoch einen Preis, wenn bisherige Sicherheit verloren geht und neue Zugehörigkeit noch nicht entstanden ist.

Ich halte deshalb den in Kapitel 3 beschriebenen Zustand des Dazwischen für besonders wichtig. Er sollte weder pathologisiert noch romantisiert werden. Das Dazwischen kann ein Übergangsraum sein, in dem frühere Selbstverständlichkeiten nicht mehr tragen und neue Positionierungen erst entstehen. Es kann aber ebenso ein sehr belastender Zustand bleiben, wenn Anerkennung, Beziehungen und konkrete Handlungsmöglichkeiten fehlen.

Auch die Prozessvignette verdeutlicht diese Ambivalenz, ohne daraus eine allgemeine Aussage ableiten zu können. Unterschiedliche biografische Bewegungen – Anpassung, Krise, Gegenbewegung und spätere differenziertere Selbstpositionierung – lassen sich rückblickend miteinander verbinden. Daraus folgt jedoch nicht, dass die Krise notwendig gewesen wäre oder dass Belastung automatisch Resilienz erzeugt. Entwicklung wurde dort eher möglich, wo Erfahrungen verstanden, Beziehungen genutzt, neue Perspektiven entwickelt und eigene Handlungsmöglichkeiten erweitert werden konnten.

Für mich liegt darin eine wichtige Präzisierung: Nicht die Vielheit selbst macht resilient und nicht die Krise selbst macht souverän. Entscheidend sind die Bedingungen, unter denen Menschen ihre Erfahrungen verarbeiten und neue Formen von Beziehung, Sicherheit und Gestaltung entwickeln können.

6.2 Einheit und Differenz

Ein zweites Spannungsfeld betrifft die Frage, wie viel Einheit eine Identität überhaupt benötigt.

Die Integrative Identitätstheorie eröffnet hierfür eine prozessuale und plurale Perspektive: Identität entsteht lebenslang in Beziehungen und konkreten Lebenswelten und bleibt veränderbar (vgl. *Petzold,* 2012q). Für meine Fragestellung ist besonders bedeutsam, dass Integration nicht mit Vereinheitlichung gleichgesetzt werden muss. Unterschiedliche Erfahrungen und Positionierungen können

miteinander verbunden werden, ohne ihre Differenz aufheben zu müssen (vgl. *Petzold,* 1998f/2016).

Genau hier gewinnt für mich auch das Motiv „Ich bin Viele“ seine Bedeutung. Es meint nicht, dass Identität beliebig zerfällt oder dass jede innere Stimme gleichermaßen handlungsleitend sein müsste. Ebenso wenig soll daraus ein Ideal möglichst vieler Zugehörigkeiten entstehen. Das Motiv verweist vielmehr darauf, dass ein Mensch unterschiedliche biografische Erfahrungen, Rollen, Bindungen und Positionierungen in sich tragen kann, ohne sich auf eine einzige davon reduzieren zu müssen.

Die entscheidende Frage lautet dann nicht mehr nur:

„Wer bin ich wirklich?“

sondern auch:

„Welche Seiten, Stimmen und Zugehörigkeiten sind in mir wirksam, wie stehen sie zueinander und welche Position möchte ich heute dazu einnehmen?“

Darin liegt ein Unterschied zwischen Pluralität und Beliebigkeit. Eine transversale Identität besitzt weiterhin Geschichte, Bindungen und Kontinuität. Sie wird nicht jeden Tag neu erfunden. Transversalität eröffnet vielmehr die Möglichkeit, bestehende Positionierungen zu überschreiten, ohne ihre Entstehungsgeschichte zu verleugnen (vgl. *Petzold*, 2012q; *Sieper,* 2010).

Gleichzeitig darf Differenz nicht zu einem neuen Ideal erhoben werden. Menschen benötigen auch Vertrautheit, Kontinuität und Formen von Beheimatung. Eine Identität, die ausschließlich in Bewegung wäre, könnte gerade jene Stabilität verlieren, die Entwicklung erst ermöglicht.

Damit hat sich mein Verständnis der leitenden These im Verlauf der Arbeit etwas verändert. Zu Beginn stand stärker die Bewegung zwischen unterschiedlichen Welten im Vordergrund. Inzwischen erscheint mir das Verhältnis von Bewegung und Verankerung wichtiger.

Zugehörigkeit braucht beides.

Sie braucht die Möglichkeit, Positionen zu verändern, Grenzen zu überschreiten und Neues aufzunehmen. Sie braucht aber ebenso Beziehungen, Orte, Erinnerungen und Erfahrungen, die ein gewisses Maß an Vertrautheit und Kontinuität ermöglichen. In diesem Sinne gewinnt auch die in Kapitel 2 vorgenommene Verbindung zwischen Oikeiosis und Beheimatung Bedeutung, ohne beide Begriffe gleichzusetzen (vgl. *Petzold*, 2019d).

Gerade deshalb ist Alterität eine notwendige Ergänzung. Wenn Zugehörigkeit nur dort möglich wäre, wo Unterschiede verschwinden, müsste jede bleibende Differenz als Gefahr für Beziehung erlebt werden. Alterität ermöglicht dagegen, den anderen Menschen als Anderen anzuerkennen und die Grenzen des eigenen Verstehens ernst zu nehmen (vgl. *Apfalter, Stefan & Höfner*, 2023).

Für plurale Zugehörigkeit bedeutet dies: Ich muss nicht gleich sein, um verbunden zu sein.

Persönliche Souveränität erhält damit ebenfalls eine andere Bedeutung. Sie besteht nicht darin, alle inneren Widersprüche zu lösen oder von anderen Menschen unabhängig zu werden. Sie kann vielmehr darin liegen, verschiedene Zugehörigkeiten in ihrer jeweiligen Bedeutung wahrnehmen und eine eigene Position entwickeln zu können, ohne jede Differenz mit Abbruch oder Selbstverleugnung beantworten zu müssen (vgl. Petzold & Orth, 1998/2014).

6.3 Psychotherapeutische Implikationen

Wenn Identität und Zugehörigkeit relational, biografisch und leiblich verstanden werden, sollte Psychotherapie psychische Schwierigkeiten nicht vorschnell ausschließlich als individuelles Problem betrachten. Symptome können selbstverständlich behandlungsbedürftig sein. Gleichzeitig stellt sich die Frage, in welchen Beziehungen, Lebenswelten und biografischen Zusammenhängen sie entstanden sind und welche Bedeutung sie dort gewonnen haben.

Das bedeutet nicht, Depression, Essstörungen, Impulsivität oder andere psychische Symptome auf kulturelle Konflikte oder Migration zurückzuführen. Gerade eine

solche Vereinfachung wäre problematisch. Vielmehr erweitert eine mehrperspektivische Betrachtung den diagnostischen und therapeutischen Blick: Neben Symptomen treten Beziehungserfahrungen, soziale Positionierungen, kulturelle Lebenswelten, Ressourcen, Belastungen und die eigene Geschichte eines Menschen.

Die Prozessvignette hat mir diesen Punkt besonders deutlich gemacht. Dort wurde therapeutisch nicht versucht, eine bereits vorhandene diagnostische Einordnung zu widerlegen. Die entscheidende Erweiterung bestand darin, einzelne Schwierigkeiten stärker in einen Zusammenhang der gesamten Lebensgeschichte zu stellen. Die Lebenslinienarbeit eröffnete die Möglichkeit, unterschiedliche Phasen nicht ausschließlich als voneinander getrennte Störungen oder Krisen zu betrachten, sondern nach ihren Beziehungen untereinander zu fragen.

Die von Petzold beschriebenen Vier Wege der Heilung und Förderung und die damit verbundenen 14 Wirkfaktoren bieten hierfür einen Integrativen Orientierungsrahmen (vgl. *Petzold,* 2012h). In der Vignette standen vor allem Bewusstseinsarbeit und Sinnfindung, Beziehungserfahrung, kreativ-mediale beziehungsweise erlebnisaktivierende Prozesse und eine zunehmende exzentrische Betrachtung eigener Lebensbedingungen im Vordergrund. Entscheidend erscheint mir dabei weniger die Zuordnung einzelner Interventionen zu einem Schema als das Zusammenwirken verschiedener therapeutischer Qualitäten.

Gerade bei Fragen pluraler Zugehörigkeit halte ich Bewusstseinsarbeit für wichtig. Unterschiedliche innere Stimmen, familiäre Erwartungen und soziale Zuschreibungen können zunächst so selbstverständlich wirken, dass sie kaum voneinander unterschieden werden. Psychotherapie kann dabei unterstützen, solche Stimmen wahrnehmbarer zu machen und ihre Herkunft, frühere Funktion und heutige Bedeutung zu untersuchen.

Das Ziel kann aber nicht darin bestehen, anschließend eine einzige „authentische“ Stimme zu identifizieren und alle anderen zu verwerfen. Eine solche Vorstellung würde dem relationalen Identitätsverständnis widersprechen. Therapeutische Arbeit kann vielmehr Differenzierungsfähigkeit fördern: Was gehört zu früheren Erfahrungen? Was wird heute noch benötigt? Wo bestehen Loyalitäten? Wo

entstehen neue Wünsche? Welche Position möchte ein Mensch unter gegenwärtigen Bedingungen einnehmen?

Die therapeutische Beziehung selbst erhält dabei besondere Bedeutung. Affiliation, Reaktanz, Nähe und Distanz werden nicht nur besprochen, sondern können unmittelbar im Kontakt erlebt werden (vgl. *Petzold*, 2005y; 2012c). Damit wird Therapie zu einem Ort, an dem Zugehörigkeit nicht nur thematisiert, sondern in begrenzter Form auch erfahren und neu gestaltet werden kann.

Gerade hier sehe ich jedoch auch eine therapeutische Gefahr. Ähnlichkeiten zwischen Therapeut und Patient können schnell zu einer vermeintlichen Selbstverständlichkeit des Verstehens führen. Gemeinsame kulturelle Bezugspunkte, ähnliche biografische Erfahrungen oder vergleichbare Zugehörigkeitsthemen können Resonanz ermöglichen. Sie dürfen aber nicht dazu führen, Alterität zu übergehen.

Die Erfahrung aus der Prozessvignette hat diesen Punkt für mich besonders greifbar gemacht. Eigene Resonanz war hilfreich, weil bestimmte Themen schneller wahrnehmbar wurden. Gleichzeitig musste ich darauf achten, die Erfahrung der Patientin nicht aus meiner eigenen Geschichte heraus zu erklären. Resonanz ersetzt kein Verstehen des anderen. Sie eröffnet zunächst nur einen möglichen Zugang.

Diese Haltung halte ich auch über kulturelle Themen hinaus für relevant. Ein Therapeut kann eine Diagnose, eine sexuelle Identität, eine Familienkonstellation oder eine soziale Lebenswelt kennen und trotzdem nicht wissen, welche Bedeutung sie für den konkreten Menschen besitzt.

Die Leibperspektive erweitert diese therapeutische Haltung zusätzlich. Erkenntnis allein verändert nicht immer unmittelbar das Erleben. Ein Mensch kann verstehen, dass eine gegenwärtige Beziehung sicher ist und dennoch leiblich mit Unsicherheit reagieren. Neue Erfahrungen benötigen deshalb Zeit und Wiederholung. Sie müssen nicht nur gedacht, sondern in konkreten Beziehungen und Situationen erlebt werden können. Der Informierte Leib bietet hierfür einen wichtigen theoretischen Bezug (vgl. *Petzold & Sieper*, 2012a).

Psychotherapeutische Veränderung bedeutet aus dieser Perspektive nicht, einen Menschen von früheren Prägungen zu „befreien“. Sie kann vielmehr Möglichkeiten

erweitern: anders wahrzunehmen, neue Kontakte zuzulassen, Grenzen differenzierter zu gestalten, eigene Positionen auszudrücken und frühere Erwartungen unter neuen Bedingungen zu überprüfen.

Damit verbindet sich für mich Therapie mit persönlicher Souveränität. Ziel wäre nicht größtmögliche Unabhängigkeit, sondern eine relationale Eigenständigkeit: verbunden bleiben zu können, ohne sich vollständig anzupassen, und sich unterscheiden zu können, ohne jede Differenz als Bedrohung von Zugehörigkeit erleben zu müssen.

6.4 Gesellschaftliche Perspektiven

Eine ausschließlich psychotherapeutische Betrachtung von Zugehörigkeit wäre jedoch zu eng.

Wenn Zugehörigkeit relational und kontextabhängig entsteht, können Menschen nicht allein dafür verantwortlich gemacht werden, ob sie sich irgendwo zugehörig fühlen. Zugehörigkeit hängt ebenso davon ab, ob soziale Lebenswelten Teilhabe ermöglichen und Verschiedenheit aushalten können.

Anthias zeigt, dass Zugehörigkeit mit sozialen Positionierungen und Ungleichheiten verflochten ist (vgl. *Anthias,* 2016; 2020). Petzold verweist ebenfalls darauf, dass prekäre Identitätsentwicklungen nicht unabhängig von gesellschaftlichen und kulturellen Bedingungen betrachtet werden können (vgl. *Petzold*, 1994c/2015; 2012q).

Damit erhält die Frage:

„Wo gehöre ich hin?“ eine zweite Seite: „*Welche Lebenswelten ermöglichen überhaupt, dass unterschiedliche Menschen dazugehören können?“* Diese Verschiebung halte ich für wesentlich. Sie verhindert, dass Zugehörigkeit ausschließlich zur Anpassungsleistung des Individuums wird.

Eine Person kann lernen, ihre unterschiedlichen Seiten besser zu verstehen, Grenzen zu setzen und Ambivalenzen auszuhalten. Wenn ihre soziale Umwelt jedoch dauerhaft bestimmte Teile ihrer Identität abwertet, sie strukturell ausschließt

oder Zugehörigkeit nur unter Bedingungen gewährt, kann persönliche Souveränität diese Verhältnisse nicht einfach aufheben.

Das betrifft Migration ebenso wie soziale Herkunft, Geschlecht, Sexualität, berufliche Positionierungen oder andere gesellschaftlich bedeutsame Unterschiede. Diese Erfahrungen sind nicht gleichzusetzen. Gemeinsam ist ihnen jedoch, dass soziale Lebenswelten bestimmen können, welche Formen von Verschiedenheit als selbstverständlich gelten und welche fortlaufend erklärt, legitimiert oder verborgen werden müssen.

Gerade deshalb erscheint mir Konvivialität als gesellschaftlich anschlussfähiger Begriff. Orth beschreibt damit Möglichkeiten eines Miteinanders, in dem Verschiedenheit nicht beseitigt werden muss, um Verbundenheit zu ermöglichen (vgl. *Orth,* 2010). Konvivialität meint dabei mehr als bloße Toleranz. Toleranz kann auch bedeuten, Unterschiede lediglich auszuhalten. Konvivialität verweist stärker auf gemeinsam geteilte Lebensräume, Gastlichkeit und ein Miteinander, in dem Verschiedenheit aufgenommen werden kann.

Ko-respondenz und Ko-Kreativität erweitern diese Perspektive. Zugehörigkeit ist dann nicht nur etwas Vorhandenes, zu dem ein Mensch Zugang erhält oder nicht. Beziehungen, Gruppen und Institutionen können ihre Formen des Zusammenlebens verändern. Unterschiedliche Perspektiven können sichtbar gemacht, Dissens ausgehalten und neue Formen gemeinsamer Praxis entwickelt werden (vgl. *Apfalter, Stefan & Höfner*, 2023; *Petzold & Orth*, 1990a).

Damit wird aus der individuellen Frage:

„Wie passe ich mich an?“ zunehmend auch eine relationale und gesellschaftliche Frage: *„Was müssen wir gemeinsam verändern, damit Unterschiedlichkeit nicht automatisch Ausschluss bedeutet?“*

Diese Perspektive ist für mich besonders wichtig, weil der Begriff „Integration“ gesellschaftlich häufig einseitig verwendet wird. Integration kann leicht zu einer Forderung an Menschen werden, sich in eine bereits bestehende Ordnung einzufügen. Das in dieser Arbeit verwendete Integrationsverständnis unterscheidet sich davon. Integration bedeutet hier nicht Assimilation. Verschiedenes kann

miteinander verbunden werden, ohne seine Differenz vollständig zu verlieren (vgl. Petzold, 1998f/2016).

Damit verändert sich auch das Verständnis gesellschaftlicher Zugehörigkeit. Eine plurale Gesellschaft müsste nicht darauf zielen, Unterschiede möglichst unsichtbar zu machen. Ihre Herausforderung läge vielmehr darin, Formen von Gemeinsamkeit zu entwickeln, die Differenz tragen können.

Das bedeutet nicht, dass jede Position miteinander vereinbar sein muss oder jeder gesellschaftliche Konflikt durch Anerkennung von Vielfalt gelöst werden kann. Gemeinsames Zusammenleben benötigt Grenzen, Regeln und Auseinandersetzung. Gerade deshalb erscheint Ko-respondenz mit ihrer Möglichkeit von Konsens und Dissens angemessener als die Vorstellung vollständiger Harmonie.

Zugehörigkeit bedeutet dann nicht:

„Wir sind alle gleich.“ Sondern eher: *„Wir können trotz Unterschieden Teil eines gemeinsamen sozialen Raumes sein.“*

6.5 „Zugehörigkeit in Bewegung“ – kritische Würdigung

Am Ende dieser Diskussion stellt sich für mich die Frage, ob die leitende These der Arbeit tatsächlich trägt.

Ich halte die Formulierung „Zugehörigkeit in Bewegung“ weiterhin für sinnvoll, allerdings nur, wenn Bewegung nicht als Selbstzweck verstanden wird.

Die Stärke der These liegt für mich darin, Zugehörigkeit nicht auf eine feste Zuordnung zu Kultur, Familie, Nation, sozialer Gruppe oder persönlicher Identität zu reduzieren. Sie macht sichtbar, dass Zugehörigkeit sich im Verlauf einer Biografie verändern kann, dass neue Beziehungen und Lebenswelten hinzukommen und dass frühere Zugehörigkeiten trotzdem weiterwirken können.

Der Begriff ermöglicht außerdem, innere und äußere Lebenswelten zusammenzudenken. Ein äußerer Wechsel bedeutet nicht automatisch eine entsprechende innere Veränderung. Ebenso können innere Neuorientierungen

entstehen, bevor sich die äußeren Lebensbedingungen verändern. Gerade diese Ungleichzeitigkeit erschien mir im Verlauf der Arbeit zunehmend wichtig.

Transversale Identität bietet hierfür einen tragfähigen theoretischen Rahmen, weil sie Verbindung und Überschreitung ermöglicht, ohne Differenz notwendig zu beseitigen (vgl. *Petzold*, 2012q). Damit lässt sich erklären, weshalb mehrere Zugehörigkeiten nebeneinander bestehen können und dennoch eine gewisse biografische Kontinuität möglich bleibt.

Gleichzeitig besitzt die These Grenzen.

Erstens besteht die Gefahr, Beweglichkeit selbst zu idealisieren. Nicht jeder Mensch möchte fortwährend zwischen Lebenswelten vermitteln, und nicht jede Zugehörigkeit muss ständig reflektiert oder neu gestaltet werden. Selbstverständliche Zugehörigkeit kann etwas sehr Entlastendes besitzen. Beheimatung bedeutet auch, nicht jederzeit erklären zu müssen, weshalb man dazugehört.

Zweitens setzt die Idee transversaler Positionierung bestimmte Möglichkeiten voraus. Menschen benötigen Zeit, Sicherheit, Beziehungen, Reflexionsräume und reale Handlungsmöglichkeiten, um verschiedene Zugehörigkeiten miteinander in Beziehung setzen zu können. Unter Bedingungen existenzieller Unsicherheit oder starken sozialen Ausschlusses kann diese Beweglichkeit erheblich eingeschränkt sein.

Drittens darf die These gesellschaftliche Probleme nicht individualisieren. Wenn Zugehörigkeit aufgrund von Diskriminierung oder struktureller Ausgrenzung verhindert wird, kann die Antwort nicht darin bestehen, dass der einzelne Mensch noch flexibler, resilienter oder souveräner werden soll. Persönliche Souveränität besitzt Grenzen dort, wo reale soziale Möglichkeiten fehlen.

Viertens bleibt auch die Vorstellung von Integration ambivalent. Nicht alles muss miteinander verbunden werden. Bestimmte Lebenswelten, Werte oder Beziehungen können unvereinbar bleiben. Konnektivierung beinhaltet gerade auch die Anerkennung dessen, was nicht verbunden werden kann. Ein reifes Verhältnis zu Zugehörigkeit kann deshalb ebenso bedeuten, bestimmte Grenzen anzuerkennen oder eine Beziehung beziehungsweise Lebenswelt zu verlassen.

Und schließlich bleibt „Zugehörigkeit in Bewegung“ ein theoretisch-reflexiver Entwurf. Die biografische Reflexion und die Prozessvignette haben mir geholfen, die theoretischen Überlegungen zu konkretisieren und kritisch zu prüfen. Sie können die These jedoch nicht empirisch bestätigen. Gerade die Prozessvignette zeigt einen möglichen Entwicklungsweg unter bestimmten Bedingungen und keinen allgemeinen Verlauf pluraler Identitätsentwicklung.

Trotz dieser Begrenzungen hat sich für mich im Verlauf der Arbeit ein Verständnis von Zugehörigkeit herausgebildet, das weder vollständige Anpassung noch vollständige Unabhängigkeit zum Ziel hat.

Zugehörigkeit kann bedeuten, verbunden zu sein, ohne gleich sein zu müssen. Sie kann bedeuten, Herkunft anzuerkennen, ohne durch sie vollständig festgelegt zu sein. Sie kann bedeuten, neue Lebenswelten aufzunehmen, ohne die früheren auslöschen zu müssen. Und sie kann bedeuten, Unterschiede in sich selbst wahrzunehmen, ohne daraus zwangsläufig einen inneren Widerspruch machen zu müssen.

Gerade darin liegt für mich die Verbindung zum Motiv „Ich bin Viele“. Vielheit ist nicht automatisch Freiheit und nicht automatisch Belastung. Entscheidend ist, ob die verschiedenen Seiten einer Person miteinander in Beziehung treten können, ob sie in ihren jeweiligen Lebenswelten ausreichend Raum erhalten und ob eine Person zunehmend mitgestalten kann, welche Bedeutung sie für das eigene Leben haben.

Vielleicht liegt persönliche Souveränität deshalb weniger darin, irgendwann endgültig zu wissen, wohin man gehört. Sie könnte vielmehr darin bestehen, unterschiedliche Zugehörigkeiten tragen, verändern und auch begrenzen zu können, ohne bei jeder Veränderung die Verbindung zur eigenen Geschichte zu verlieren.

Damit bleibt Zugehörigkeit weder völlig stabil noch beliebig beweglich. Sie entsteht immer wieder neu im Verhältnis von Bindung und Differenz, Geschichte und Gegenwart, Selbstpositionierung und Beziehung, Beheimatung und Überschreitung. Genau in diesem Spannungsfeld verstehe ich am Ende dieser Arbeit Zugehörigkeit in Bewegung.

7 Fazit und Ausblick

Ausgangspunkt dieser Arbeit war die Frage, wie Zugehörigkeit in einer pluralisierten Welt als bewegter Prozess verstanden werden kann und welche Bedeutung transversale Identität für den Umgang mit unterschiedlichen inneren und äußeren Lebenswelten besitzt.

Am Ende dieser Auseinandersetzung verstehe ich Zugehörigkeit weniger als einen Zustand, den ein Mensch irgendwann erreicht. Sie entsteht in Beziehungen und Lebenswelten, ist biografisch geprägt und kann sich verändern. Menschen können mehreren familiären, kulturellen, sozialen und persönlichen Welten zugleich verbunden sein, ohne diese unterschiedlichen Zugehörigkeiten zu einer widerspruchsfreien Einheit auflösen zu müssen. Das Konzept der transversalen Identität bietet hierfür einen tragfähigen Bezugsrahmen, weil es Verbindung und Überschreitung ermöglicht, ohne Differenz aufheben zu müssen (vgl. *Petzold,* 2012q).

Damit hat sich auch meine leitende These der „Zugehörigkeit in Bewegung“ im Verlauf der Arbeit verändert und präzisiert. Zu Beginn stand für mich stärker die Bewegung zwischen unterschiedlichen Lebenswelten im Vordergrund. Inzwischen erscheint mir Bewegung ohne Verankerung unvollständig. Menschen brauchen Möglichkeiten zur Veränderung, aber ebenso Beziehungen, Vertrautheit, Kontinuität und Beheimatung. Bewegung ist nicht automatisch Entwicklung, genauso wenig wie Stabilität Stillstand bedeuten muss.

Für mich persönlich liegt darin eine wichtige Verschiebung. Die Frage „Wo gehöre ich eigentlich hin?“ verliert etwas von ihrem Entweder-oder-Charakter. Wichtiger wird die Frage, wie unterschiedliche Zugehörigkeiten Teil meines Lebens sein können, ohne dass eine davon alles andere bestimmen muss. Herkunft muss nicht verleugnet werden, um sich weiterzuentwickeln. Veränderung bedeutet nicht, die eigene Geschichte zurückzulassen. Und Verbundenheit verlangt nicht, in allen Punkten gleich zu sein.

Rückblickend lässt sich auch das Schreiben dieser Arbeit als Teil eines eigenen Prozesses von Identitätsarbeit verstehen. Die biografische Reflexion und die theoretische Auseinandersetzung haben meine unterschiedlichen Zugehörigkeiten nicht aufgelöst, aber ihre Beziehungen zueinander deutlicher werden lassen und

meine eigene Position weiter differenziert. Dabei hat sich meine persönliche Frage verändert: weniger dahin, wo ich endgültig hingehöre, und stärker dahin, wie ich Herkunft, gegenwärtige Lebenswelten und zukünftige Möglichkeiten miteinander verbinden und gestalten möchte.

Die wiederholte Auseinandersetzung mit der Arbeit hat mir zugleich gezeigt, wie vielschichtig die Frage nach Zugehörigkeit ist. Beim erneuten Lesen, Prüfen und Weiterdenken wurden immer wieder neue Verbindungslinien zwischen Biografie, Beziehungen, gesellschaftlichen Lebenswelten, Leiblichkeit und eigener Positionierung sichtbar. Die leitende These der „Zugehörigkeit in Bewegung“ lässt sich deshalb für mich nicht auf eine abschließende Formel reduzieren. Sie beschreibt vielmehr einen Prozess, in dem sich Perspektiven vertiefen, Positionierungen verändern und neue Zukunftsmöglichkeiten eröffnen können (vgl. *Petzold*, 2012q; *Petzold, Orth, Josić, Mathias-Wiedemann* & *Brück*, 2026)

Genau darin liegt für mich auch die Bedeutung von „Ich bin Viele“. Der Satz steht nicht für Beliebigkeit oder Zerrissenheit. Er verweist darauf, dass unterschiedliche Erfahrungen, Bindungen, Rollen und innere Stimmen zu einer Person gehören können. Persönliche Souveränität besteht dann nicht darin, diese Vielheit zu beseitigen, sondern zunehmend entscheiden zu können, wie man sich zu ihr positioniert: Was möchte ich bewahren? Wo brauche ich Abstand? Was möchte ich verändern? Und wo kann ich verbunden bleiben, obwohl ich mich unterscheide?

Auch meine psychotherapeutische Haltung hat sich durch diese Auseinandersetzung geschärft. Gerade bei Menschen mit unterschiedlichen kulturellen, familiären oder sozialen Zugehörigkeiten erscheint mir eine vorschnelle Entweder-oder-Logik problematisch. Therapie sollte nicht festlegen, welcher Anteil „der richtige“ ist, und sie sollte Menschen auch nicht lediglich dabei unterstützen, sich noch besser an widersprüchliche Erwartungen anzupassen.

Ich sehe die therapeutische Aufgabe stärker darin, Wahrnehmung, Differenzierung und Positionierung zu ermöglichen. Unterschiedliche Stimmen und Loyalitäten können sichtbar werden, ihre biografische Bedeutung kann verstanden und ihre heutige Relevanz neu geprüft werden. Dabei ist ebenso wichtig zu unterscheiden, was aus früheren Erfahrungen weiterwirkt und wo Menschen in ihrer gegenwärtigen Lebenswelt tatsächlich mit Begrenzung oder Ausgrenzung konfrontiert sind. Nicht jedes Problem liegt innerhalb der Person.

Die Prozessvignette hat diese Überlegungen für mich konkret werden lassen. Sie kann die entwickelte These nicht beweisen, zeigt aber exemplarisch, wie unterschiedliche Lebenswelten, Erfahrungen von Zugehörigkeit und Nichtzugehörigkeit sowie verschiedene Formen von Anpassung und Gegenbewegung in einen größeren biografischen Zusammenhang gestellt werden können. Für mich wurde dabei besonders deutlich, dass Veränderung nicht nur im Verstehen besteht. Neue Positionierungen müssen auch in Beziehungen und im konkreten Leben erfahrbar werden.

Darin liegt zugleich eine gesellschaftliche Konsequenz dieser Arbeit. Zugehörigkeit kann nicht allein als Aufgabe des Individuums verstanden werden. Menschen können sich reflektieren, abgrenzen und neue Positionen entwickeln – wenn soziale Lebenswelten Verschiedenheit jedoch dauerhaft ausschließen oder Zugehörigkeit an Selbstverleugnung binden, sind die Möglichkeiten persönlicher Souveränität begrenzt. Zugehörigkeit ist deshalb immer auch eine Frage danach, welche Beziehungen und gesellschaftlichen Räume Unterschiedlichkeit tragen können.

Die entwickelte Vorstellung einer „Zugehörigkeit in Bewegung“ bleibt ein theoretisch-reflexiver Entwurf. Diese Arbeit ist keine empirische Untersuchung, und weder meine biografische Selbstpositionierung noch die Prozessvignette erlauben generalisierbare Aussagen. Weitere Forschung könnte deshalb genauer untersuchen, unter welchen Bedingungen Menschen Mehrfachzugehörigkeit als tragfähig oder belastend erleben und welche Bedeutung dabei Beziehungen, gesellschaftliche Anerkennung, Beheimatung und leibliches Erleben besitzen. Für die Psychotherapie wäre besonders interessant, wie biografische und kreativ-mediale Zugänge solche Prozesse unterstützen können.

Für meine eigene therapeutische Praxis bleibt am Ende vor allem eine Haltung: nicht vorschnell vereinheitlichen. Nicht jede Ambivalenz muss aufgelöst, nicht jede Zugehörigkeit bewahrt und nicht jede Grenze überschritten werden. Entscheidend erscheint mir vielmehr, ob Menschen ihre verschiedenen Prägungen und Zugehörigkeiten zunehmend verstehen, eigene Positionen entwickeln und Lebenswelten mitgestalten können, in denen Verbundenheit und Eigenständigkeit nebeneinander möglich sind.

Wenn ich die Arbeit auf einen Gedanken verdichten müsste, dann wäre es dieser: Zugehörigkeit bedeutet für mich heute weniger, irgendwann den einen Ort zu finden,

an dem alles zusammenpasst. Sie bedeutet eher, mit den verschiedenen Seiten der eigenen Geschichte verbunden sein zu können und zugleich genügend Freiheit und Beheimatung zu entwickeln, um sich weiterzubewegen.

„Ich bin Viele“ bedeutet dann nicht, zwischen verschiedenen Welten zerrissen zu sein. Es kann bedeuten, die eigene Vielheit anzuerkennen, ohne sich in ihr zu verlieren.

8 Zusammenfassung/ Summary

Zusammenfassung: „Ich bin Viele“ – Zugehörigkeit in Bewegung. Transversale Identität zwischen inneren und äußeren Lebenswelten. Eine Perspektive der Integrativen Therapie

Die vorliegende Arbeit untersucht, wie Zugehörigkeit in einer pluralisierten Welt als bewegter Prozess verstanden werden kann und welche Bedeutung transversale Identität für den Umgang mit unterschiedlichen inneren und äußeren Lebenswelten besitzt. Ausgehend von der Integrativen Therapie werden insbesondere Identität und Identitätsarbeit, Leiblichkeit, Interiorisierung und Polylog, Affiliation und Reaktanz, Transversalität, Oikeiosis sowie persönliche Souveränität betrachtet. Methodisch verbindet die hermeneutisch-reflexive Literaturarbeit theoretische Perspektiven mit biografischer Selbstpositionierung und einer anonymisierten psychotherapeutischen Prozessvignette. Zugehörigkeit wird dabei als relationaler, leiblich erfahrener und biografisch veränderlicher Prozess verstanden. Die Arbeit zeigt, dass unterschiedliche Zugehörigkeiten nicht zu einer widerspruchsfreien Einheit aufgelöst werden müssen. „Zugehörigkeit in Bewegung“ bezeichnet vielmehr die Möglichkeit, verschiedene Prägungen wahrzunehmen, zu differenzieren, miteinander in Beziehung zu setzen und im Prozess fortlaufender Identitätsarbeit eigene Positionierungen und zukünftige Gestaltungsmöglichkeiten zu entwickeln. Zugleich wird deutlich, dass Bewegung Verankerung, tragfähige Beziehungen und soziale Bedingungen benötigt, die Verschiedenheit ermöglichen.

Schlüsselwörter: Zugehörigkeit, transversale Identität, Identitätsarbeit, Integrative Therapie, Mehrfachzugehörigkeit, Leiblichkeit, persönliche Souveränität, Beheimatung

Summary: “I Am Many” – Belonging in Movement. Transversal Identity Between Inner and Outer Lifeworlds. A Perspective of Integrative Therapy

This thesis examines how belonging can be understood as a dynamic process in a pluralised world and explores the significance of transversal identity in dealing with different inner and outer lifeworlds. Based on Integrative Therapy, it focuses on identity work, embodiment, interiorisation and polylogue, affiliation and reactance, transversality, oikeiosis, and personal sovereignty. Methodologically, the hermeneutic-reflexive literature study combines theoretical perspectives with biographical self-positioning and an anonymised psychotherapeutic

process vignette. Belonging is understood as a relational, embodied, and biographically changing process. Different forms of belonging do not have to be resolved into a contradiction-free unity. Instead, “belonging in movement” describes the possibility of recognising and differentiating various influences, relating them to one another, and developing one’s own positions and future possibilities through an ongoing process of identity work. At the same time, movement requires anchoring, supportive relationships, and social conditions that allow difference.

***Keywords**:* belonging, transversal identity, identity work, Integrative Therapy, multiple belonging, embodiment, personal sovereignty, sense of home

9 Literaturverzeichnis

Anthias, F. (2016). Interconnecting boundaries of identity and belonging and hierarchy-making within transnational mobility studies: Framing inequalities. Current Sociology, 64(2), 172–190.

Anthias, F. (2020). Translocational belongings: Intersectional dilemmas and social inequalities. Routledge.

Apfalter, I., Stefan, R., & Höfner, C. (2023). Grundbegriffe der Integrativen Therapie: Ein Nachschlagewerk (2., korrigierte Aufl.). UTB.

Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. Psychological Bulletin, 117(3), 497–529.

Boos-Nünning, U., & Karakaşoğlu, Y. (2005). Viele Welten leben: Zur Lebenssituation von Mädchen und jungen Frauen mit Migrationshintergrund. Waxmann.

Orth, I. (2010). Weibliche Identität und Leiblichkeit – Prozesse „konvivialer“ Veränderung und Entwicklung: Überlegungen für die Praxis. In H. G. Petzold, I. Orth, & J. Sieper (Hrsg.), Gewissensarbeit, Weisheitstherapie, geistiges Leben als Themen moderner Psychotherapie (S. 245–278). Krammer. https://www.fpi-publikation.de/polyloge/27-2010-orth-i-2010-weibliche-identitaet-und-leiblichkeit-prozesse-konvivialer-veraenderung-und-entwicklung-ueberlegungen-fuer-die-praxis/

Petzold, H. G. (1994c/2015). Metapraxis: Die „Ursachen hinter den Ursachen“ oder das „doppelte Warum“ – Skizzen zum Konzept „multipler Entfremdung“ und einer „anthropologischen Krankheitslehre“ gegen eine individualisierende Psychotherapie. POLYLOGE, 13/2015. https://www.fpi-publikation.de/polyloge/13-2015-petzold-h-g-1994c-metapraxis-die-ursachen-hinter-den-ursachen-oder-das-doppelte/

Petzold, H. G. (1998f/2016). Konnektivierung, Integration, Pluralität – Auswirkungen der Moderne auch im psychotherapeutischen Feld. POLYLOGE, 25/2016. https://www.fpi-

publikation.de/polyloge/25-2016-petzold-h-g-20161998f-konnektivierung-integration-pluralitaet-auswirkungen/

Petzold, H. G. (2003a). Integrative Therapie: Modelle, Theorien & Methoden schulenübergreifender Psychotherapie (überarb. Neuaufl.). Junfermann.

Petzold, H. G. (2005y). Affiliation und Reaktanz als Modalitäten des Beziehungsgeschehens: Perspektiven einer „klinischen Sozialpsychologie“ zur Relationalität im Integrativen Ansatz. DGIK Mitgliederrundbrief, 2/2005, 6–21.

Petzold, H. G. (2012c). Psychotherapie – Arbeitsbündnis oder „Sprache der Zärtlichkeit“ und gelebte Konvivialität? Intersubjektive Nahraumbeziehungen als Prozesse affilialer „Angrenzung“ statt abgrenzender „Arbeitsbeziehungen“. Integrative Therapie, 38(1), 73–94.

Petzold, H. G. (2012e). Internalisierung, Introjektion, TäterInnen-Introjekte - „integrative Interiorisierung“: Konzeptuelle Ordnungsversuche in Sprachverwirrungen der Psychotherapie - ein Arbeitspapier. POLYLOGE, 16/2013. https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=polyloge_petzold-2012e-internalisierung-introjektion-taeterinnen-introjekte-sprachverwirrungen-polyl-16-2012.pdf

Petzold, H. G. (2012h). Integrative Therapie – Transversalität zwischen Innovation und Vertiefung: Die „Vier WEGE der Heilung und Förderung“ und die „14 Wirkfaktoren“ als Prinzipien gesundheitsbewusster und entwicklungsfördernder Lebensführung. POLYLOGE, 15/2012. https://www.fpi-publikation.de/polyloge/15-2012-petzold-h-g-2012h-transversalitaet-innovation-vertiefung-vier-wege/ https://www.fpi-publikation.de/polyloge/15-2012-petzold-h-g-2012h-transversalitaet-innovation-vertiefung-vier-wege/

Petzold, H. G. (2012q). Transversale Identität und Identitätsarbeit: Die Integrative Identitätstheorie als Grundlage für eine entwicklungspsychologisch und sozialisationstheoretisch begründete Persönlichkeitstheorie und Psychotherapie – Perspektiven „klinischer Sozialpsychologie“. In H. G. Petzold (Hrsg.), Identität: Ein Kernthema moderner Psychotherapie – interdisziplinäre Perspektiven (S. 407–603). Springer VS. Online auch in: POLYLOGE, 04/2020. https://www.fpi-publikation.de/polyloge/04-2020-petzold-hilarion-g-2012q-transversale-identitaet-und-identitaetsarbeit-die-integrative-identitaetstheorie-als-grundlage-fuer-eine-entwicklungspsychologisch-und/

Petzold, H. G. (2017f). Intersubjektive „konnektivierende Hermeneutik“, transversale Metahermeneutik, „multiple Resonanzen“ und die „komplexe Achtsamkeit“ der Integrativen Therapie und Kulturarbeit. POLYLOGE, 19/2017. https://www.fpi-publikation.de/polyloge/19-2017-petzold-h-g-2017f-intersubjektive-konnektivierende-hermeneutik-transversale/

Petzold, H. G. (2019d). Notizen zur „OIKEIOSIS“, Selbstfühlen und Naturfühlen: Transversale Selbst-, Natur- und Welterkenntnis, „kreativ-collagierendes Denken“, „Green Meditation“, „Green Writing“, „Grünes Handeln“ in der Integrativen Therapie. GRÜNE TEXTE, 14/2019. https://www.fpi-publikation.de/gruene-texte/14-2019-petzold-

hilarion-g-2019d-notizen-zur-oikeiosis-selbstfuehlen-und-naturfuehlen-transversale-selbst-natur-und-welterkenntnis-kreativ-collagierendes-denken/

Petzold, H. G., Josić, Z., Orth, I., & Mathias-Wiedemann, U. (2026). Konnektom und Konnektomforschung – zu aktuellen neurobiologischen Grundlagen für die Integrative Therapie. POLYLOGE, 16/2026. https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=petzold-josic-orth-mathias-konnektom-forschung-neurobiologisch-integrative-therapie-polyloge-16-2026.pdf

Petzold, H. G., & Orth, I. (1990a). Die neuen Kreativitätstherapien: Handbuch der Kunsttherapie (2 Bde.). Junfermann.

Petzold, H. G., & Orth, I. (1993a/2012). Therapietagebücher, Lebenspanorama, Gesundheits-/Krankheitspanorama als Instrumente der Symbolisierung und karrierebezogenen Arbeit in der Integrativen Therapie. POLYLOGE, 26/2012. https://www.fpi-publikation.de/polyloge/26-2012-petzold-h-g-orth-i-1993a-therapietagebuecher-lebenspanorama-gesundheits-krank/

Petzold, H. G., & Orth, I. (1998/2014). Wege zum „Inneren Ort persönlicher Souveränität" – „Fundierte Kollegialität" in Beratung, Coaching, Supervision und Therapie. Supervision: Theorie – Praxis – Forschung, 06/2014. https://www.fpi-publikation.de/supervision/06-2014-petzold-h-g-orth-i-1998-2014-wege-zum-inneren-ort-persoenlicher-souveraenitaet/

Petzold, H. G., Orth, I., Josić, Z., Mathias-Wiedemann, U., & Brück, A. (2026). Identität, Meta-Identität, Identitätsarbeit. Zukunftsorientierung in sozioökologischen Räumen – ein „Arbeitsprojekt" Integrativer Therapie – 50 Jahre Zeitschrift „Integrative Therapie" 1975–2025. POLYLOGE, 25/2026. https://www.fpi-publikation.de/polyloge/25-2026-petzold-h-g-orth-i-josic-z-mathias-w-u-brueck-a-2019-2026-identitaet-meta-identitaet-identitaetsarbeit-zukunftsorientierung-in-sozioooekologischen-raeumen-ein/

Petzold, H. G., & Sieper, J. (2012a). „Leiblichkeit" als „Informierter Leib" – embodied and embedded – Körper-Seele-Geist-Welt-Verhältnisse in der Integrativen Therapie. POLYLOGE, 21/2012. https://www.fpi-publikation.de/polyloge/21-2012-petzold-h-g-sieper-j-2012aleiblichkeit-als-informierter-leib-embodied-and/

Richter, R. (2008). Integration wohin? Ist Integration in einer globalisierten Welt möglich? Integrative Therapie, 34(1/2), 55–70.

Rosa, H. (2016). Resonanz: Eine Soziologie der Weltbeziehung. Berlin, Suhrkamp.

Sieper, J. (2010). „Transversale Integration": Ein Kernkonzept der Integrativen Therapie – Einladung zu ko-respondierendem Diskurs. POLYLOGE, 14/2010. https://www.fpi-publikation.de/polyloge/14-2010-sieper-johanna-transversale-integration-ein-kernkonzept-der-integrativen-therapie/

Varela, F. J. (1996). Neurophenomenology: A methodological remedy for the hard problem. Journal of Consciousness Studies, 3(4), 330–349.

10 Anhang[2]

Abbildung 1

Abbildung 2

[2] Abb. 1–2: Ausschnitte aus der Lebenslinienarbeit. Eigene Aufnahmen, anonymisiert und verfremdet.