

# NICHTS TUN - UND ALLES WIRD ANDERS?

DIE PARADOXE THEORIE DER  
VERÄNDERUNG UND IHRE ZUMUTUNGEN  
FÜR MODERNE ICHS

07.- 09.05.2027 IN ZÜRICH / SCHWEIZ

## D-A-CH GESTALT THERAPIE-TAGUNG

Inmitten einer Welt, die sich rasant verändert und unermüdlich nach Wachstum, Optimierung und sofortiger Problemlösung drängt, wagt unsere kommende Tagung eine provokante Frage: Kann das „Nichts tun“ - ein Innehalten, der bewusste Rückzug, das Loslassen von Kontrolle - der erste Schritt auf dem Weg zu einer tiefgreifenden, ja paradoxen Veränderung sein? Und welche Zumutungen birgt diese radikale Perspektive für das moderne Ich, das so sehr darauf trainiert ist, sich durch unaufhörliches Denken, Optimieren und permanentes Tun zu definieren? Gefühle wie Freude, Angst oder Scham sind dabei unser feinsten Kompass: Sie signalisieren uns zum Beispiel, wann Loslassen produktiver ist als Kontrolle.

CALL FOR PAPERS



## D-A-CH TAGUNG ZÜRICH 07. - 09. MAI 2027

Wir laden Sie ein, mit uns diese faszinierende Spannung zu erkunden. In der Gestalttherapie wissen wir um die **Intention paradoxe**, wo unser vehementes Streben nach Veränderung oft genau das Gegenteil bewirkt. Was geschieht, wenn wir uns dem Drang widersetzen, etwas zu erzwingen, und stattdessen dem **Kontakt-geschehen und der Phänomenologie** vertrauen, die sich im **Hier und Jetzt** entfaltet? Wie können wir das Emergenzieren von Neuem zulassen, wenn wir unsere gewohnten **Projektionen und Introjekte** von dem, „was sein sollte“ oder „muss“, für einen Moment ruhen – oder gar loslassen?

Die Vorstellung, dass „Nichts tun“ – also sich selbst so annehmen wie man ist – transformative Kräfte freisetzen kann, fordert unser Leistungs-Ich zutiefst heraus. Es konfrontiert uns mit Gefühlen der **Angst vor Kontrollverlust** und der vermeintlichen **Hilflosigkeit**, wenn wir die vertrauten Bahnen der Aktivität verlassen. Doch gerade hierin liegt die befreiende Chance: Die Möglichkeit, sich von unproduktiven **Retroflexionen** (dem Halten von Impulsen gegen uns selbst) und dem Festhalten an dysfunktionalen **Konfluenzen** (dem Verschmelzen mit anderen ohne klare Ich-Grenzen) zu lösen.

Diese Tagung ist ein Raum, um die subtilen Nuancen dieser paradoxen Veränderung zu erforschen. Wir wollen beleuchten, wie das bewusste Innehalten eine Haltung manifestiert,

die dem **Prozess** Vorrang vor dem Ergebnis einräumt, die der **organismischen Selbstregulation** vertraut und die **Awareness** als Katalysator für Heilung und Wachstum versteht.

### Einladung zur Einreichung: Themen und Fragen

Wir laden Sie ein, Ihre Forschung, Fallstudien, theoretischen Überlegungen und Erfahrungen aus der Praxis zu diesem aktuellen Thema einzureichen. Das können Vorträge (60 Minuten + 30 Minuten Diskussion), Minilectures (45 Minuten und 45 Minuten Diskussion), Workshops (eine Einheit zu 90 Min.) – oder künstlerische Darstellungsformen sein.

Mögliche Schwerpunkte für Ihre Beiträge könnten sein:

- **Das Phänomen des „Nicht-Handelns“:** Wie lassen sich Selbstakzeptanz und Awareness in verschiedenen therapeutischen, persönlichen und gesellschaftlichen Kontexten **phänomenologisch** beschreiben? Wo liegen die Übergänge zwischen bewusstem Innehalten und passiver Kapitulation?
- **Widerstand und Loslassen:** Welche inneren und äußeren **Widerstände** begegnen uns, wenn wir versuchen, den Zwang zum Handeln zu durchbrechen? Wie können wir lernen, mit der **Angst vor Kontrollverlust**

umzugehen und stattdessen dem Fluss des Lebens zu vertrauen?

- **Paradoxe Interventionen in der Therapie:** Welche therapeutischen Strategien nutzt die Paradoxe Theorie der Veränderung, um Klienten aus ihren **Fixierungen** zu lösen? Berichte über Fallbeispiele und deren Wirksamkeit sind hier besonders willkommen.
- **Das moderne Ich und seine Zumutungen:** Wie prägen **gesellschaftliche Introjekte** von Effizienz und ständiger Aktivität unsere Fähigkeit, Selbstakzeptanz als legitime Ressource zu erkennen? Wie können wir uns als Therapeut\*innen und Individuen diesen Erwartungen stellen?
- **Kreativität und das Unbewusste:** Wie kann das Zulassen von Ruhe und Awareness **kreative Entfaltung** schaffen, die jenseits unserer bewussten Anstrengungen liegt?
- **Grenzen des Prinzips:** Wann ist aktives Handeln unverzichtbar? Wann führt das „Nichts tun“ in die **Deflektion** oder das Vermeiden notwendiger Auseinandersetzungen?
- **Die Kraft der Gefühle: Was ist ein Gefühl?** Gefühle im öffentlichen Diskurs: eine zweite Aufklärung?
- **Embodied Emotions: Körperwahrnehmung als Wegweiser.** Wie kann die Arbeit mit dem Körper und den darin „gehaltenen Impulsen“ (Retroflexionen) uns dabei unterstützen, uns von dysfunktionalen Mustern zu lösen?
- **Affektive Feldtheorie & kollektive Gefühle:** Wie fühlt sich die Gesellschaft und welchen

Einfluss haben kollektive Gefühle auf den Einzelnen?

- **Digitale Beschleunigung und emotionale Verarmung.** Dieser Schwerpunkt lädt dazu ein, die Auswirkungen der zunehmenden digitalen Beschleunigung auf das moderne Ich und die emotionalen Erfahrungen zu untersuchen. Was passiert mit unserem „Spüren“, wenn wir uns in einem Umfeld ständiger Erreichbarkeit und Informationsflut zu definieren versuchen?

Wir freuen uns auf Ihre vielfältigen Perspektiven, die die Komplexität und das Potenzial der paradoxen Theorie der Veränderung beleuchten. Lassen Sie uns gemeinsam erkunden, wie ein „Sich-Nicht-Verändern“ – nicht als Mangel, sondern als bewusste Wahl – unser modernes Ich und unsere therapeutische Praxis bereichern kann.

**Beitrags-Anmeldung bitte bis 31.05.2026** mit Titel und Rahmen (Vortrag, Seminare, Mini-lecture, Workshop, künstlerische Darbietung). Das Organisationsteam nimmt auch gerne anderweitige Anregungen entgegen. Frist für die Einreichung der Texte für das Programmheft bis 30.06.2026 in digitaler Form (Word-Format). Der Inhalt des Beitrags soll einen deutlichen Bezug zum Rahmenthema haben und der Text darf 600 Zeichen (incl. Leertasten) nicht überschreiten. – Zusätzlich benötigen wir eine Personenbeschreibung, wie sie im Kongressprogramm erscheinen soll (max. 240 Zeichen inkl. Leertasten) und ein möglichst aktuelles und hochauflösendes Foto.

**Anmelde-Adresse** für Beiträge an die DVG-Geschäftsstelle: [info@dvg-gestalt.de](mailto:info@dvg-gestalt.de)

**CALL FOR PAPERS**