

Man kann therapeutische Trance auch begreifen als verstärktes „In-sich-Gehen“, als Fortsetzung von intensivem Nachdenken, als „zur-Besinnung-Kommen“ und „Sich-Besinnen mit allen Sinnen“, als „Nach-Innen-Schauen“, „In-Sich-Hineinhören“, „In-Sich-Hineinspüren“. Dies kann gefördert werden durch alles, was dem Klienten Sicherheit in Beziehung zum Therapeuten und zur Situation vermittelt. Der Therapeut sollte signalisieren können: Deine Interessen stehen im Vordergrund und haben absolute Priorität. Von Therapeuten-Seite gibt es keinerlei Druck, Eile oder gar Hektik – das wären starke Nachdenklichkeitskiller. Ein von Ruhe und Bedächtigkeit getragener Gesprächsstil schafft das Klima, in dem man gerne in sich geht, mehr und mehr nachdenkt, mit allen Sinnen sich besinnt und nachsinnt.

Zusätzlich zu Ruhe und Bedächtigkeit ist für das Nachdenken und Sich-Besinnen eine entspannte Konzentration auf das Wesentliche förderlich. Der Therapeut sollte die Bereitschaft und das Interesse „rüberbringen“, dass er sich mit Wesentlichem – und das heißt: das für den Klienten jetzt subjektiv Wesentliche – beschäftigen will.

Dabei gilt es zu kommunizieren, dass man das Nachdenken und Nachsinnen zu schätzen weiß. Dies kann vor allem durch die folgenden zwei Strategien gelingen:

1. **dadurch, dass man das in jedem Gespräch spontan auftretende Nachdenken nicht stört; Gleichnisse (der faule Baum bringt faule Äpfel)**
2. **dadurch, dass man jegliches Mitteilen von dem, was den Klienten innerlich beschäftigt hat, schätzt und würdigt.**

Zu 1: Wie kann man „nicht stören“, wenn der Klient spontan nach innen geht und nachdenkt? Das Wichtigste ist: Den Klienten unter dem Aspekt: „Denkt er gerade nach?“ im Blick behalten und - wenn man sieht, dass der Klient nachdenkt -: den Mund halten, still sein, nicht reden und vor allem in diesem kostbaren wichtigen Augenblick keine Fragen stellen! Wenn der Klient aus seiner spontanen „Nachdenklichkeitsminitrance“ dann wieder auftaucht und wieder Blickkontakt mit dem Therapeuten aufnimmt, dann sollte man sich für das interessieren, was den Klienten gerade innerlich beschäftigt hat, dann kann man auch auf zurückhaltend-freundliche Art und Weise danach fragen, was gerade (Wichtiges) war, was den Klienten gerade (Wichtiges) beschäftigt hat. Wer also immer nachdenklichere, immer engagiertere Klienten haben will, kann sich darüber freuen, wenn ihm mal auffällt, dass er jemanden nicht nur hat **ausreden** sondern auch **ausdenken und sich besinnen lassen!**

Zu 2: Wie kann man das schätzen und würdigen, was der Klient einem dann mitteilt? In dem man dankend signalisiert, dass man verstanden hat, was der Klient einem anvertraut hat, dass man es so nimmt, wie es gesagt wurde und dass man es als gut ansieht oder als die Ankündigung von Gutem. Dies gelingt in den meisten Fällen am einfachsten dadurch, dass man **das Gesagte wörtlich wiederholt**. Und dann eine **Pause** macht --- in der der Klient die Erfahrung macht: Der Therapeut lässt das jetzt so stehen, macht keinen Input, auf den ich reagieren, mit dem ich mich auseinandersetzen muss – dann kann ich ja noch mal nach innen gehen und mich weiter mit meinen inneren Reaktionen, meiner inneren Welt beschäftigen.