

Inhalt

Einleitung	4
Gute Besserung!	6
MP3-Download der Phantasiereise	21
Anleitung für diese Phantasiereise.....	22
Sounddatei im MP3-Format	22
Text zum Vorlesen	24
Was macht Phantasiereisen so besonders?	26
Wie funktionieren Phantasiereisen?	38
Anhang.....	42
Autorenportrait: Frank Hoesle	42
Autorenportrait: Nils Klippstein	44
Nutzungsbedingungen	47
Liebe dich selbst! Übungen, Phantasiereisen & Inspirationen für mehr Selbstliebe und Selbstwert	48
Kostenlose Phantasiereise für Kinder	50
Kostenlose Phantasiereise für Erwachsene	51
Bitte bewerte dieses Buch	52