

# Inhalt

<b>Einführung</b> . . . . .	5	Schwäne . . . . .	26
Was sind Traumreisen? . . . . .	5	Abflug der Schwalben . . . . .	27
Für wen geeignet? . . . . .	6	Schneeland . . . . .	28
Zur Situation . . . . .	6	Weinbergsschnecke . . . . .	29
Einstimmung und Ausklang . . . . .	6	Brunnen auf dem Marktplatz . . . . .	30
Zur Durchführung . . . . .	7	Der blaue Ball . . . . .	31
Mögliche Probleme . . . . .	7	Die Schildkröte . . . . .	32
Musikbegleitung? . . . . .	8	Die Reise der Wale . . . . .	33
Natur . . . . .	8	Federfall . . . . .	33
Zu den Kapiteln des Buchs . . . . .	9	Blätter am Boden . . . . .	34
		Weg durch die Felder . . . . .	35
		Der See . . . . .	35
<b>Schwerpunkt Entspannung –</b>		Schneeland . . . . .	37
<b>Traumreisen</b> . . . . .	10	Der Braunbär . . . . .	38
Deine Insel . . . . .	11	Der Reiher . . . . .	39
Wellen . . . . .	11	Vogelhäuschen . . . . .	39
Windmühle . . . . .	12	Abbruchhaus . . . . .	40
Die Wiese . . . . .	12	Waldarbeiter-Wagen . . . . .	41
Blatt im Quellsee . . . . .	13		
Sonnenfunken . . . . .	14	<b>Traumreisen mit dem Kätzchen</b> . . . . .	42
Regen über dem See . . . . .	15	Auf dem Heuboden . . . . .	43
Brunnen am Feldweg . . . . .	15	Der Hof . . . . .	44
Am Waldbach . . . . .	17	Die Regentonne . . . . .	45
Brunnen im Park . . . . .	17	Im Vorgarten . . . . .	46
Verlassener Spielplatz . . . . .	19	Die Straßenwalze . . . . .	47
Sonnenblume . . . . .	19	Alte Fabrik . . . . .	48
Sonnenblumenmeer . . . . .	20	Burgruine . . . . .	49
Mond . . . . .	20	Am Baggersee . . . . .	50
Eine Laube im Regen . . . . .	22	Dampflok auf	
Am Mühlenbach . . . . .	22	dem Abstellgleis . . . . .	51
Wolken . . . . .	23	Der Schafstall . . . . .	52
Kastanienleben . . . . .	23	Am Haus . . . . .	53
Baum im Jahreskreis . . . . .	24	Die Wippe . . . . .	54
Kirschblüten . . . . .	26		

Vogelscheuche auf den Feldern	55	Liebe . . . . .	77
Im Park . . . . .	57	Gesundheit . . . . .	78
Am Bahnhof . . . . .	58	Meeratem . . . . .	80
<b>Schwerpunkt Auseinandersetzung –</b>		<b>Traumreisen selbst gemacht . . . . .</b>	<b>81</b>
<b>Traumreisen thematisch . . . . .</b>	<b>60</b>	Was zu beachten ist . . . . .	82
Dunkle Wolke . . . . .	61	Grundthemen . . . . .	84
Wanderung zum Berg . . . . .	62	<b>Ruheorte . . . . .</b>	<b>85</b>
Besteigung des Berges . . . . .	62	<b>Erinnerungsreisen . . . . .</b>	<b>88</b>
Die Höhle . . . . .	63	<b>Entspannung für die Anleitung . . . . .</b>	<b>90</b>
Die Wand . . . . .	65	<b>Anhang . . . . .</b>	<b>93</b>
Schaukel . . . . .	65	Texte . . . . .	93
In den Wald hinein . . . . .	66	Tonträger . . . . .	93
Zaubermühle . . . . .	67	Netz-Präsenz . . . . .	94
Junger und alter Baum . . . . .	68	Der Autor, Die Illustratorin . . . . .	94
Wasserfall . . . . .	69		
Quelle der Gesundheit . . . . .	70		
Wirbelsturm . . . . .	70		
Hagel . . . . .	72		
Die Raupe . . . . .	73		
Jubel der Sonne . . . . .	74		
Wurzeln . . . . .	74		
Deine Blume . . . . .	75		
Tür . . . . .	75		
Geben . . . . .	76		

