



Helga Teml, geboren 1944, Lehrerin an Volks- und Hauptschulen sowie am Polytechnischen Lehrgang, Betreuungslehrerin für verhaltensauffällige Schüler. Ausbildung in personenzentrierter Psychotherapie (ÖGWG) und Neurolinguistischem Programmieren (NLP).

Dr. Hubert Teml, geboren 1947, Professor an der Pädagogischen Akademie der Diözese Linz mit den Schwerpunkten Unterrichtswissenschaft, Lehrverhaltenstraining und Schulpraxis. Ausbildung in personenzentrierter Psychotherapie (APG), Gestaltpädagogik und Neurolinguistischem Programmieren (NLP).

Phantasiereisen führen in die Welt der inneren Bilder. Sie regen – ähnlich wie Märchen – die Vorstellungskräfte von Kindern und Jugendlichen an und pflegen ihre meditativen Anlagen. Vorstellungsbilder können positive Haltungen bestärken sowie geistige und emotionale Entwicklung in Einklang bringen.

Das Buch enthält zahlreiche Anleitungstexte zu Phantasiereisen und Vorstellungsübungen, die dazu dienen,

- Entspannung und Ruhe zu vertiefen;
- kreatives und ganzheitliches Lernen zu fördern;
- eine harmonische Persönlichkeitsentwicklung zu unterstützen.

Eltern und Lehrer, Erzieher oder Gruppenleiter erhalten auch grundlegende Informationen, wie sie Phantasiereisen und Vorstellungsübungen sinnvoll einsetzen können.

TONKASSETTE ZUM BUCH

Die Tonkassette zum Buch bietet sechs Phantasiereisen in Verbindung mit Musik. Diese Kassette kann zusätzlich im Verlag bestellt werden.

ISBN 3-85329-886-9
VVA 446 00886 9 3

Teml - KOMM MIT ZUM REGENBOGEN

VERITAS

Helga und Hubert Teml

Komm mit zum Regenbogen



Phantasiereisen für Kinder und Jugendliche

- Entspannung
- Lernförderung
- Persönlichkeitsentwicklung

VERITAS

Inhaltsverzeichnis

„Komm mit zum Regenbogen ...“		Licht	60
Einstieg und Überblick	5	Im Wasser	61
1. „Stell dir vor ...“		Weltraumfahrt	61
Phantasiereisen in der Erziehung	11	Schneeflocken	62
1.1 Was sind Phantasiereisen?.....	11	Ballonfahrt.....	62
1.2 Wozu dienen Phantasiereisen?.....	16	Elfentanz	63
1.3 Wie begegnen wir einander bei		„Pustebume“.....	63
Phantasiereisen?.....	23	Blumenduft.....	64
1.4 Wo kann man Phantasiereisen einsetzen?.....	27	Mit dem ganzen Körper atmen.....	64
		Ein kleines Kätzchen.....	65
		Schneemann	65
		Phantasieländer.....	66
2. „Was kannst du sehen, hören und spüren ...“			
Phantasiereisen begleiten	33	4. „Du schaffst es spielend ...“	
2.1 Phantasiereisen vorbereiten.....	33	Phantasiereisen zur Lernförderung.....	67
2.2 Phantasiereisen anleiten.....	38	☐ Du schaffst es spielend	82
2.3 Phantasiereisen auswerten.....	43	Lernfreude	82
2.4 Phantasiereisen aufarbeiten	44	☐ Zauberpunkt	83
		Positive Lernhaltung	83
		Ort der Kraft	83
		Idealer Lernort	84
		Traumschule	85
		Gedächtnisspeicher	85
		Gehirntraining	86
		Mehrspuriges Denken	87
		Fertigkeiten verbessern	87
		Lernbilder	88
		Identifizieren	89
		Phantasiegeschichten	89
		In einem anderen Land	90
		In der Pyramide	90
		Hinter dem Tor.....	91
		Fehler auslöschen.....	91
		Beobachtungslernen	91
		Positive Prüfung.....	93
3. „Du schwebst wie eine Wolke ...“			
Phantasiereisen zur Entspannung	49		
☐ Du schwebst wie eine Wolke	57		
☐ Mein Ruheplatz	57		
Zauberwort	57		
Rastplatz	57		
Am Strand.....	58		
Im Boot	58		
Ein stiller Teich	59		
Ein schöner Tag	59		
Ein Regentag	60		
Hängematte	60		

Die Deutsche Bibliothek – CIP-Einheitsaufnahme

Teml, Helga:

Komm mit zum Regenbogen: Phantasiereisen für Kinder und Jugendliche; Entspannung, Lernförderung,

Persönlichkeitsentwicklung / Helga und Hubert Teml. – Linz:

Veritas, 1991

ISBN 3-85329-886-9

NE: Teml, Hubert:

© VERITAS-VERLAG Linz; alle Rechte vorbehalten

Gedruckt in Österreich; 1. Auflage 1991

Gesamtherstellung: LANDESVERLAG Druckservice Ges.m.b.H. Linz

Fotos: Hubert Teml, Werner Schneeberger und Peter Neudorfer

Karikaturen: Alois Jesner (aus Teml: „Zielbewußt üben – erfolgreich“, Linz 1989)

Quellenverzeichnis: „Mittelalterliche Stadt“ aus Riccabona, u.a.:

Geschichte, Sozialkunde, Politische Bildung 5. Schulstufe.

Linz: Veritas-Verlag

Zeichnungen entstanden aus der Arbeit in oberösterreichischen Schulen

ISBN 3-85329-8876-9

VVA 446 00886 9

5. „Du verwandelst dich ...“ Phantasiereisen zur Persönlichkeits- entwicklung.....95	☐☐ Tonkassette zum Buch: Die Tonkassette zum Buch enthält sechs Phantasie- reisen mit Musikuntermalung. Bestellungen für die Tonkassette im Buchhandel oder direkt bei VERITAS Hafenstraße 1-3 A-4020 LINZ
☐☐ <i>Du verwandelst dich</i>108	
<i>Ein sicherer Platz</i>108	
<i>Reise durch den Körper</i>108	
<i>Heilender Atem</i>108	
<i>Zentrieren</i>110	
<i>Positive Gefühle</i>110	
<i>Etwas finden</i>111	Seite A:
☐☐ <i>Komm mit zum Regenbogen</i>111	Nr. 1: Du schwebst wie eine Wolke
<i>Ein Verbündeter</i>111	Nr. 2: Du schaffst es spielend
<i>Ein Krafttier</i>112	Nr. 3: Du verwandelst dich
<i>Wörter der Kraft</i>113	Seite B:
<i>Idealbild</i>114	Nr. 1: Mein Ruheplatz
<i>Teile verabschieden</i>114	Nr. 2: Zauberpunkt
<i>Mein Ziel</i>115	Nr. 3: Komm mit zum Regenbogen
<i>Am Weg bleiben</i>116	
<i>Probleme meistern</i>116	☐☐ Weitere Tonkassetten mit Phantasiereisen und Entspannungsübungen von Hubert Teml
<i>Am Berggipfel</i>117	
<i>Neues erforschen</i>117	
<i>Angst verkleinern</i>118	
<i>Probleme wegschicken</i>119	Entspannt lernen
<i>Ausstrahlen</i>120	Streßabbau – Lernförderung und ganzheitliche Erziehung
<i>Versöhnen</i>120	
<i>Miteinander sein</i>120	
<i>Liebe senden</i>121	
Anmerkungen122	Zielbewußt üben – erfolgreich lernen
Literaturverzeichnis214	Lerntechniken und Entspannungsübungen für Schüler

„Komm mit zum Regenbogen ...“

Einstieg und Überblick

Wenn Sie Lust haben, können Sie uns auf der Reise zum Regenbogen begleiten. Sie bekommen dabei gleich einen ersten Einblick in die Welt der Vorstellungen- und Phantasiebilder. Steigen Sie ein ...
...es geht mit dem Zug in das Land der Phantasien ... Nehmen Sie Platz ..., machen Sie es sich bequem ... Und während Sie dies hier lesen, fährt der Zug mit einem sanften Ruck ab ... Draußen zieht die Landschaft vorbei ... Es beginnt leicht zu regnen ..., hier drinnen im Abteil ist es gemütlich ... Monoton rattern die Räder ... Sie lesen in diesem Buch und gleichzeitig genießen Sie die Reise in der Eisenbahn ... Sie lehnen sich entspannt zurück ..., holen etwas tiefer Atem ... und machen es sich noch etwas bequemer ...

*Während Sie so gelöst dasitzen ..., blicken Sie aus dem Fenster ... und bemerken einen wunderschönen Regenbogen über der Landschaft ... Weit spannt er sich über Wiesen, Hügel und Wälder ..., sanft schimmernd, in all seinen Farben ... Sie nehmen diese eigenartige Stimmung wahr ... Und während Sie über den Regenbogen staunen, erinnern Sie sich an Ihre Kindheit ..., an die Gefühle beim Anblick eines Regenbogens ... an das Licht ..., die Luft nach dem Regen ..., an Farben, Gerüche, Geräusche ... und an all die vielen Geschichten, die mit dem Regenbogen verbunden sind ...
 Und Sie lehnen sich bequem auf Ihrem Sitz zurück ..., ganz entspannt ... Vielleicht lassen Sie das Buch sinken ..., schließen Ihre Augen ... und hängen diesen Bildern, Gedanken und Gefühlen der Kindheit nach ...*

Konnten Sie diese kleine *Phantasiereise* innerlich mitmachen? Vielleicht haben Sie den schimmernden Regenbogen vor Ihren Augen *gesehen*, das Rattern der Eisenbahn *gehört* oder die Frische der Luft



und die Stimmung nach dem Regen *gespürt*. Vielleicht haben Sie sich dabei auch ein wenig entspannt oder sind mit einer angenehmen Erinnerung aus der Kindheit in Berührung gekommen ...

Reise nach innen

Phantasiereisen führen in unsere *innere Welt*, bringen uns in Kontakt mit unseren Vorstellungen und Phantasien. Die auftauchenden Bilder, Töne oder Empfindungen eröffnen uns neue Sichtweisen und geben Perspektiven für das Handeln in der *Außenwelt*. Solche Phantasiereisen unternehmen Kinder oder Erwachsene auch spontan und unbewußt in ihren „Tagträumen“. Hier steht aber die *bewußte Aktivierung der Innenwelt* im Vordergrund. Ziel ist es, die *körperliche, geistige und seelische Entwicklung* zu fördern.

Wenn Sie Lust haben, können Sie dies gleich wieder versuchen. Denken Sie an den Regenbogen ...
...und stellen Sie sich vor, sein sanftes Licht strahlt auf Sie herab, schenkt Ihnen Ruhe und

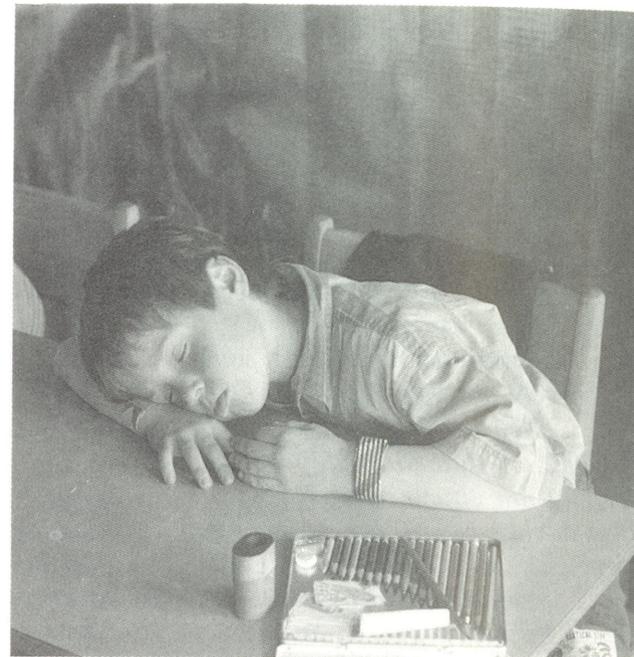
Zufriedenheit ... Sie denken das Wort „zufrieden“, lehnen sich entspannt und zufrieden zurück ... Sie lächeln nach innen ..., innerlich zufrieden ..., und Sie spüren, wie sich dieses Wort in Ihnen ausbreitet ..., wie das Licht des Regenbogens ..., entspannt und zufrieden ...

Ganzheitliche Erziehung

Haben Sie die positive Wirkung dieser kurzen Phantasiereise spüren können? Teilnehmer an unseren Kursen berichten uns dazu häufig, daß sie diese Vorstellungsübung als körperlich entspannend, geistig beruhigend und seelisch stärkend erleben. Ähnliche Erfahrungen können wir als Erwachsene auch Kindern und Jugendlichen durch einfache Phantasiereisen vermitteln. Sie treten dabei mit ihrer *Innenwelt* in Verbindung und werden in ihrer kognitiven, affektiven und psychomotorischen Entwicklung gefördert.

Die bewußte *Pflege der inneren Bilder* soll die natürliche Fähigkeit der Kinder zu bildlichem Denken bewahren und weiterentwickeln. Gleichzeitig geht es darum, der Überflutung durch äußere Bilder entgegenzuwirken. Anstelle des Konsums von „Fertigprodukten“ der Medien sollen die eigenen *schöpferischen Kräfte* aktiviert werden. Als Ausgleich zu einer einseitig intellektuellen Erziehung - besonders im traditionellen Schulbetrieb - wird die *Förderung der emotionalen Entwicklung* und die Entfaltung von *Phantasie, Kreativität und Intuition* durch die Arbeit mit Vorstellungsbildern betont.

Phantasiereisen verstehen sich somit als ein Beitrag zu einer *ganzheitlichen Erziehung*, die „Kopf, Herz und Hand“ gleichermaßen berücksichtigen will. Angesichts der drohenden seelische Verarmung unserer Zeit erscheint die *Beachtung der Innenwelt* in vielen Fällen auch dringend „notwendig“. Es geht uns bei aller Außenweltorientierung um die *Pflege einer meditativen Grundhaltung*. Zur „Aktion“ soll auch „Kontemplation“ treten. Erst wenn wir beide Seinsweisen beachten, tragen wir zu einer ganzheitlichen Entwicklung von Kindern und Jugendlichen bei.



Phantasiereisen für Kinder und Jugendliche

Adressaten dieses Buches sind *Eltern* und *Lehrer* sowie *Erzieher* und *Gruppenleiter* in den verschiedensten Bereichen der Jugendarbeit. Eltern lesen etwa Phantasiereisen als *Einschlafgeschichten* vor. Lehrer verwenden sie unter anderem zur *Beruhigung* und *Entspannung* vor einer Unterrichtseinheit. Erzieher und Gruppenleiter bieten Phantasiereisen oft als *Vertiefung eines Themas* an und besprechen die Erfahrungen dann näher.

Wenn Sie als Leserin oder Leser in erster Linie Interesse an „fertigen“ Phantasiereisen haben, so finden Sie dazu in den Kapiteln 3 bis 5 zahlreiche *Anleitungstexte*. Sie entstammen unserer eigenen Erfahrung oder sind Abwandlungen aus der einschlägigen Literatur. Wir haben vor allem *positive Vorstellungsbilder* gewählt, die entspannend, anregend und bestärkend wirken. Im Literaturverzeichnis sind praxisnahe Bücher mit weiteren Phantasiereisen für Kinder und Jugendliche durch einen Stern * gekennzeichnet.

Wenn Sie mehr über den *Einsatz und die Durchführung* von Phantasiereisen erfahren wollen, können Sie in den Kapiteln 1 und 2 *grundlegende Informationen* nachlesen. Dort versuchen wir auch, den Lesern *praktische Erfahrungen* mit Phantasiereisen durch eine Vielzahl von Beispielen und Übungsanleitungen zu ermöglichen.

Für wen sind diese Phantasiereisen gedacht? Wir haben die Anleitungstexte für *Kinder und Jugendliche* von 6 bis 16 Jahren ausgewählt. Eine bestimmte *Altersgrenze* für den Einsatz von Phantasiereisen gibt es aber nicht. Sie können - wie Märchen - von ganz kleinen Kindern wie auch von Erwachsenen gleichermaßen sinnvoll genutzt werden. Nicht alle Texte sind aber für jede Altersstufe und für jedes Kind geeignet! Die *richtige Auswahl* müssen Sie als anleitende Person jeweils selbst treffen.

Entspannung, Lernförderung und Persönlichkeitsentwicklung

Die Phantasiereisen dieses Buches dienen - wie im Untertitel angeführt - vor allem *drei Zielbereichen*: „Entspannung“, „Lernförderung“ und „Persönlichkeitsentwicklung“. Diese drei Zielbereiche sind jeweils bestimmte Blickrichtungen, unter denen eine Phantasiereise eingesetzt werden kann.

Phantasiereisen zur Entspannung regen in erster Linie angenehme Vorstellungsbilder an, um innere Ruhe, Ausgeglichenheit und Konzentration zu fördern. Die Kinder und Jugendlichen sitzen oder liegen entspannt, schließen ihre Augen und treten eine Reise nach innen an:

Stell dir vor, du sitzt ganz ruhig und entspannt vor einer Almhütte ... Vor dir die saftig grünen Wiesen ..., weite Wälder, Hügel und Berge ... und ein Regenbogen ..., der sich über den Himmel spannt ... mit seinen sanften Farben ..., beruhigend ..., so still ..., so schön ...

Du betrachtest die Farben des Regenbogens ... und wie von Zauberhand strahlt alles in hellem Rot ..., es strahlt rot am Himmel und rot über die Berge ... Du läßt das Rot auf dich wirken ... und bemerkst,

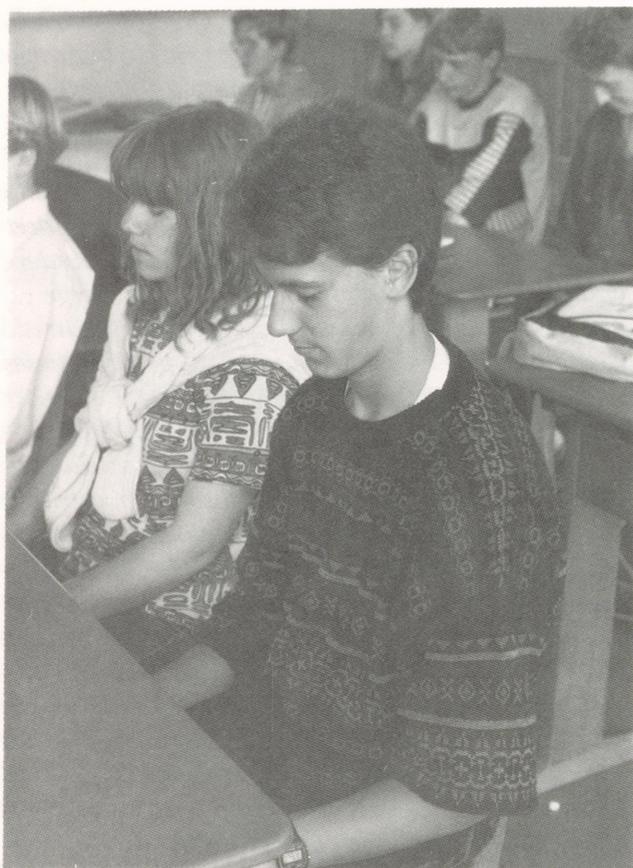
wie sich nun alles in die Farbe Orange verwandelt ..., die ganze Landschaft ist in Orange getaucht ..., wunderbar anzuschauen ... Nun wird alles gelb ..., Bäume und Wiesen leuchten gelb ..., und dann tritt das Grün hervor ..., strahlt grün auf die Wolken ... Der Regenbogen verfärbt alles blau ... und dieses wunderschöne Blau verändert sich dann zu violett ... Alles um dich ist in wunderschönes Violett getaucht ... Wälder und Berge ... alles violett ... Du spürst dieses Violett in dir ... beruhigend ..., entspannend Du genießt dieses Gefühl von Beruhigung ...

Nun löst du dich von den Farben des Regenbogens ..., kommst langsam wieder hierher zurück ..., dehnt und räkelst dich ..., fühlst dich erfrischt und ausgeruht, als wärest du gerade aufgewacht.

Phantasiereisen zur Lernförderung enthalten Texte, in denen positive Lernhaltungen unterstützt oder kognitive Lerninhalte mit emotional ansprechenden Phantasiebildern verknüpft werden. Auch das läßt sich am Beispiel „Regenbogen“ zeigen. In einer Physikstunde könnte die folgende „meditative“ Anleitung als entspannende und anregende Stoffwiederholung angeboten werden:

Stell dir vor, du sitzt an einem Sommertag auf deinem Lieblingsplatz in der freien Natur ..., machst es dir dort bequem ..., entspannst dich ... und während du so schaust, bemerkst du einen Regenbogen ..., weit über den Himmel gespannt ... Du freust dich über seine Farben ..., und erinnerst dich, daß man sie Spektralfarben nennt ... Du siehst die Farben genau an ... achtest auf ihre Reihenfolge ... Außen siehst Du ein sanftes Rot ..., dann folgt Orange ... und Gelb. Es wandelt sich zum Grün ..., geht über in ein Blau und wird innen violett ...

Du läßt diese Farben des Spektrums auf dich wirken ... und bist nun neugierig ..., wieso der Regenbogen gerade hier steht ... Du hältst Ausschau, woher die Sonne kommt ... Tatsächlich, sie ist hinter dir, wärmt sanft deinen Rücken ..., und vor dir ist diese Wolkenwand mit dem Regenbogen ... Und du erinnerst dich, daß das weiße Sonnenlicht



durch die kleinen Regentropfen gebrochen wird ..., zerlegt in diese wunderbaren Spektralfarben ..., genau so wie beim Versuch mit dem Prisma ..., damals im Unterricht ..., dieselben Farben ..., rot, orange, gelb, grün, blau, violett ..., wunderschön anzuschauen ...

Phantasie Reisen zur Persönlichkeitsentwicklung zielen vor allem darauf ab, Kinder und Jugendliche in ihrer seelischen Entwicklung anzuregen. Vorstellungsbilder können sie etwa in ihrem Selbstwertgefühl stärken oder sie anregen, sich mit ihren Wünschen und Problemen auseinanderzusetzen. Daß dies auch für Erwachsene hilfreich sein kann, verdeutlicht vielleicht das nächste „Regenbogen-Beispiel“:

„Stell dir vor, du gehst auf einer wunderschönen Wiese spazieren ... Vögel zwitschern ..., weit weg

einige Hügel und Wälder ... Während du so dahinwanderst, taucht vor dir ein Regenbogen auf ..., überstrahlt mit sanftem Licht die Landschaft ..., wunderbare Farben ..., eine seltsame Stimmung ... Du erinnerst dich an die alte Geschichte, daß am Ende des Regenbogens ein Schatz zu finden ist ..., und du machst dich auf den Weg ..., gehst dem Regenbogen nach ... Du siehst bereits ..., dort hinter dem Hügel geht der Regenbogen nieder ..., Wie du näherkommst, kannst du tatsächlich etwas sehen ... Das Ende des Regenbogens zeigt auf ein Gefäß, das im hohen Gras steht ... Du gehst näher hin ... und bemerkst, daß dein Name auf dem Gefäß steht ...

Du siehst hinein ... und findest einen Ring ... Es ist ein Zauberring, er ist imstande, dir das zu geben, was du gerade jetzt für dein Leben brauchst ..., was dir hilft, deine Ziele zu erreichen ..., was dich sicher macht ..., oder dir Kraft gibt ...

Du steckst den Ring an ..., drehst ihn einmal um ... und du merkst, wie sogleich dein Wunsch in Erfüllung geht ..., und all das in deiner Phantasie geschieht, was für dich gut ist ...

Wie diese Beispiele zeigen, sind die drei Zielbereiche „Entspannung“, „Lernförderung“ und „Persönlichkeitsentwicklung“ nur bestimmte Aspekte eines Vorganges. Phantasie Reisen und Vorstellungsübungen sind immer ganzheitlich zu sehen. Sie wirken entspannend und machen uns dadurch auch offener für fachliches wie persönlich bedeutsames Lernen.

Eigenerfahrungen

Voraussetzung für einen sinn- und verantwortungsvollen Einsatz von Phantasie Reisen ist eine entsprechende Eigenerfahrung. Es geht zunächst darum, die Welt der eigenen inneren Bilder besser kennenzulernen, um ein vertieftes Verständnis für die Innenwelt anderer zu entwickeln. Die zahlreichen Beispiele in diesem Buch sollen diese Eigenerfahrung anregen. Günstiger sind allerdings entsprechende Kurse, in denen Phantasie Reisen einen

Bestandteil bilden (z. B. in Kursen zum „Autogenen Training“ oder zum „Ganzheitlichen Lernen“). Hier kann man auch üben, respektvoll und einfühlsam mit der Bilderwelt anderer umzugehen. Dies ist eine der wichtigsten Fähigkeiten bei der Verwendung von Phantasie Reisen.

Als Mindestforderung für die Anleitung einer Phantasie Reise gilt, den Text vorher in Ruhe auf sich wirken zu lassen. Erst dann wird man abschätzen können, ob der Inhalt für die jeweiligen Kinder oder Jugendlichen tatsächlich günstig ist. Wenn Sie an der Brauchbarkeit einer Phantasie Reise zweifeln, sollte Sie lieber auf den Einsatz verzichten!

Ein positives Klima

Generell erfordern Phantasie Reisen ein positives Erziehungsklima, das von zwischenmenschlicher Wärme, einfühlsamem Verstehen und Offenheit getragen wird. Die Kinder und Jugendlichen müssen sich angenommen, geborgen und sicher fühlen. Eine positive Atmosphäre ist die Basis dafür, daß sie sich entspannen, sich auf neue Lernerfahrungen einlassen und den nächsten Schritt in ihrer Entwicklung machen können. Wenn Sie als anleitende Person darauf achten, daß die Beziehung stimmt, wird auch der Einsatz von Phantasie Reisen „stimmig“ sein. Nur dann wird sich auch die positive Wirkung von Phantasie Reisen entfalten.

Kinder und Jugendliche müssen sicher sein, daß ihre Innenwelt respektiert und nicht interpretiert wird. Sie brauchen jemanden, auf den sie sich verlassen können und der einfühlsam auf sie eingeht.

Diese Atmosphäre schafft erst die für Phantasie Reisen erforderliche Bereitschaft und Offenheit auf Seiten der Kinder und Jugendlichen.

Freiwilligkeit der Teilnahme an Phantasie Reisen ist eine unabdingbare Voraussetzung! Wer nicht mitmachen kann oder will, darf keinesfalls dazu gezwungen werden. Klare Vereinbarungen, daß jeder in seiner Entspannung geschützt und mit seinen Bildern angenommen wird, sind in Gruppen von Kindern und Jugendlichen notwendig.

Grundlegende Erziehungseinstellungen

Phantasie Reisen sind nicht als neues Erziehungsmittel zu verstehen, mit dem Eltern oder Lehrer nun auf „sanfte“ Weise ihre Zielvorstellungen durchsetzen können. Wer dies versucht, hat die Grundintention von Phantasie Reisen mißverstanden: Es geht nicht darum, Kinder und Jugendliche in eine bestimmte Richtung zu drängen (etwa sie in der Schule bloß äußerlich zu beruhigen oder leistungsfähiger zu machen). Phantasie Reisen dienen in erster Linie dazu, persönliches Wachstum zu unterstützen.

Wir vertreten hier den personenzentrierten Ansatz in der Erziehung, bei dem es um die Förderung der eigenständigen Entwicklung von Kindern und Jugendlichen geht. Voraussetzung dafür ist, daß Erzieher den Kindern und Jugendlichen mit der grundlegenden Haltung des Vertrauens in ihr Wachstumspotential begegnen. Aus dieser Erziehungseinstellung werden Sie ihnen deren persönliche Entwicklung nicht vorschreiben, sondern vielfältig anregen und fördern. Phantasie Reisen und Vorstellungsübungen sind nach unserer Auffassung ein wertvoller Beitrag zu dieser Art von Erziehungsarbeit.

Phantasie Reisen auf Kassetten

Aus unserer Erfahrung wissen wir, daß viele Erzieher Phantasie Reisen auf Kassetten bevorzugen, ehe sie zu eigenen Anleitungen übergehen. Zu sechs Texten dieses Buches bieten wir daher auch gesprochene Phantasie Reisen mit Musikuntermalung. Dieses Zeichen  im Text verweist auf eine Phantasie Reise auf Kassette. Die Kassette kann im Buchhandel oder im Verlag gesondert bestellt werden.:

Veritas Verlag
Hafenstraße 1-3
A-4020 LINZ