

# Stille-Spiele

für die ganze Klasse



---

## Inhalt

- 3 \_\_\_ Vorwort
- 7 \_\_\_ Wahrnehmen und Hören
- 13 \_\_\_ Selbsterfahrung und Imagination
- 17 \_\_\_ Entspannung und Konzentration
- 21 \_\_\_ Phantasiereisen
- 24 \_\_\_ Über die Stille zur Konzentration
- 27 \_\_\_ Ruhe, Bewegung und Spaß
- 30 \_\_\_ Drei klitzekleine Stille-Übungen