

Inhalt

Einführung

- 7 **Mit Märchen zur Ruhe kommen**
- 10 **Die Reise ins Märchenland**
- 14 **Yoga für Kinder**
- 15 **Progressive Muskelentspannung mit Kindern**
- 17 **Fantasiereisen mit Kindern**
- 19 **Märchen-Mandalas**

Die Märchen

- 21 **Die weiße Taube**
Ein Märchen der Brüder Grimm
- 27 **Spindel, Weberschiffchen und Nadel**
Ein Märchen der Brüder Grimm
- 39 **Die kleine Schnecke**
Ein zeitgenössisches Märchen
- 47 **Der Schmied und sein Wichtelmännchen**
Ein Märchen aus Flandern
- 56 **Die Meerfrau**
Ein Märchen aus den Niederlanden
- 65 **Frau Holle**
Ein Märchen der Brüder Grimm

- 71 Der Mönch und das Glück**
Ein Märchen aus Asien
- 80 Das Eselein**
Ein Märchen der Brüder Grimm
- 87 Die Geschenke des Zergleins**
Eine Zergengeschichte
- 93 Dornröschen**
Ein Märchen der Brüder Grimm
- 101 Die Bienenkönigin**
Ein Märchen der Brüder Grimm
- 108 Das Märchen vom Regenbogen**
Ein zeitgenössisches Märchen
- 116 Literatur und Quellen**