



Inneres Kind Der Brief

Entwickle Empathie also Einfühlungsvermögen für das Innere Kind in dir. Das gelingt am besten im Dialog.

Schreibe dir selbst einen Brief indem du dich selbst als achtjähriges Kind siehst.

Was würdest du dir als Achtjähriges Kind sagen?

Wofür würdest du dich loben?

Was darf sein als Achtjähriger, das du wieder verlernt hast?

Wie viel Spaß und Spiel ist dort?

Schreibe einen Brief an dich, während du dich selbst als Achtjähriges Kind siehst.