Inhaltsverzeichnis

Warum dieses Buch entstand 7

Anita Raidl

Mach einen Unterschied! Mach Dein Ding!.....8

Anika Wendling

Vom Mobbing-Opfer zur Sichtbarkeits-Community 26

Anita Raidl

Bitte Lächeln!.....38

Anja Trappe

TCM: Die transformative Kraft für ein erfülltes Leben.....55

Ing. Bianca Varga

Von der Stille zur Stimme 75

Christine Rose

Der Weg ist das Ziel 92

Claudia Sprinz

Wie mich der Regenbogen lieben lernte.....117

Dragan Borisavljevic

Kreativhandwerk leben 139

Elisabeth Hobel

Vom Leistungssportler zum Entspannungstrainer 168

Klaus Raidl

Lächle und die Welt lacht zurück.....184

Linda Krammer

Freiheit 210

Pascal von Guérard

Sichtbar, weil kein Arzt kommt 238

Peter Gehlmann

Vom schüchternen Mädchen zur „Rampensau“ 249

Sylvia Dobler

Die Grenzen entstehen im Kopf.....267

Vivien Humer

Einblick in die Schreibwerkstatt 283

Claudia Sprinz