

Winnie Dunn

Leben mit den Sinnen

Wie Wahrnehmungsmuster
unser Leben bestimmen

Übersetzt von Karin Dilling

Verlag Hans Huber

Inhalt

| | |
|---|------------|
| Vorwort | 9 |
| Danksagungen | 11 |
| Teil 1: Lernen Sie die Muster der Sinneswahrnehmung verstehen | 13 |
| 1 Empfindungen sind überall! | 15 |
| 2 Wie die Sinne funktionieren | 21 |
| 3 Knacken Sie den Code Ihrer Sinne | 33 |
| Teil 2: Alltag und Beziehungen | 57 |
| 4 Alltag mit allen Sinnen: Leben Sie jeden Tag in Ihrem ureigenen Stil | 59 |
| 5 Beziehungen mit allen Sinnen | 89 |
| 6 «Sinnen»-volle Elternschaft: Wie Sie sich im Zusammenleben mit Ihren Kindern arrangieren können | 115 |
| Teil 3: Knacken Sie den Code Ihrer Sinne für besondere Lebensbereiche | 149 |
| 7 Hungrig? Folgen Sie Ihren Sinnen! | 151 |
| 8 Garderoben für alle Sinne | 181 |
| 9 Daheim sind Sie König: Schaffen Sie sich einen Wohnbereich, der Ihren sinnlichen Bedürfnissen entspricht | 205 |
| 10 Auch Arbeit ist Leben: Wie Ihnen das Wissen um die Muster der Sinneswahrnehmung am Arbeitsplatz zu Erfolg verhilft | 229 |
| 11 Freizeit und Erholung mit allen Sinnen: Lassen Sie uns persönlich werden | 247 |
| Literatur | 264 |