

Uwe R. Linke

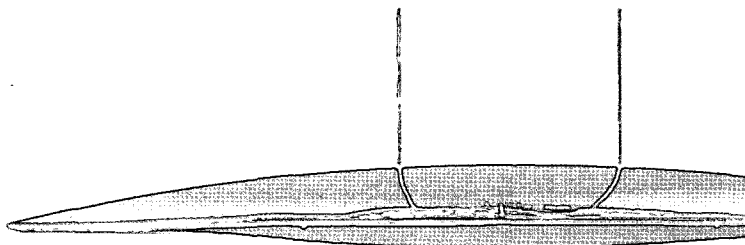
# Die Psychologie des Wohnens

Vom Glück, sich ein  
authentisches Zuhause zu schaffen



*nymphenburger*

# Inhalt



Vorwort von Dr. med. Ruediger Dahlke

- 1 **Wohnen und Psychologie – Coach statt Couch** 10  
Neues wagen – Beurteilung oder Deutung – Der Wohntest
- 2 **Bedürfnisse des Wohnens – My home is my castle** 20  
Sicherheit – Nähe – Ruhe – Rückzugsbereich
- 3 **Entdeckungsreise im eigenen Zuhause – Jedem Raum eine Seele geben** 30  
Eingangssituation – Empfang – Wohnraum – Essbereich –  
Küche – Bad – Schlafzimmer – Arbeitszimmer – Terrasse, Balkon –  
Keller, Abstellraum
- 4 **Mein individuelles Zuhause – Das »Ich« leben** 42  
Meine persönlichen Wohlfühlfaktoren – Ein Raum heißt uns willkommen –  
Die Macht der Gewohnheit – Perfektionismus – Echte Entspannung schaffen
- 5 **Im Anfang liegt alles – Die Archetypen des Wohnens** 58  
Die vier Elemente – Die zwölf Archetypen – Widder – Stier – Zwilling –  
Krebs – Löwe – Jungfrau – Waage – Skorpion – Schütze – Steinbock –  
Wassermann – Fische

- 6 **Gestaltungselemente im Haus – Jedes Material steht für eine Aussage** 70  
Ziegel – Beton – Lehm – Holz – Metall – Kunststoffe – Glas – Bodenbeläge
- 7 **Gestaltungselemente als Spiegel der Seele – Deutung und Bedeutung** 78  
Stilrichtungen – Licht – Farbe – Wandgestaltung – Fensterdekorationen und Vorhänge – Wärme
- 8 **Meditationsanleitung – Das Innere entdecken** 100
- 9 **Wohnsituationen, die herausfordern – Lösungsansätze** 104  
Hausbau – Umzug in die Wohnung des neuen Partners – Zu viel Ballast belasten – Zwei Haushalte zusammenführen – Wohnen mit Depressionen – Was tun bei Allergien? – Wohnschäden
- 10 **Dem Wohnpsychologen über die Schulter geschaut** 120  
Beispiele und praktische Anwendung
- 11 **Anhang** 130  
Der Autor  
Dank