

## Stichwortverzeichnis

### A

Automatisation 17  
Automatisierte Handlungen 17

### B

Bewegungskonzept  
– ganzheitliches 10  
Blockaden 14  
Bodyscan 30

### D

Differenzierung 62

### E

Entspannung 13

### F

Faszien 71  
Feldenkrais 10  
Feldenkrais-Übungen 11  
Freude 14

### G

Gelenkschmerzen 12  
Gewohnheiten 16  
Gleichgewichtsprobleme 12

### H

Haltungsschäden 14  
Hormone 14

### I

Ich-Bild 15

### K

Konzentration 14  
Körperbild 15

### L

Leistungssteigerung 12  
Lernfähigkeit 10  
Lernprozess 11, 20  
limbisches System 14

### M

Meditation  
– westliche 13  
Muskelverspannungen 12

### N

Nervenprozesse 11  
Nervenverbindungen 13  
neuronale Netze 15  
Neurophysiologie 10

Neuroplastizität 17  
Neuropsychologie 10

### P

Pausen 20  
Psyche 14

### R

Rückenschmerzen 12  
Rückenschule 15  
Ruhe 13

### S

Sehkraft 48  
Selbstbild 14, 15  
Selbstvertrauen 14  
Spürpausen 20  
Stimmung 14  
Synapsen 13, 16

### V

Verspannungen 14

### W

Wiederholungen 21

## Liebe Leserin, lieber Leser,

hat Ihnen dieses Buch weitergeholfen? Für Anregungen, Kritik, aber auch für Lob sind wir offen.  
So können wir in Zukunft noch besser auf Ihre Wünsche eingehen.  
Schreiben Sie uns, denn Ihre Meinung zählt!

Ihr TRIAS Verlag

kundenservice.thieme.de | Lektorat TRIAS Verlag, Postfach 30 05 04, 70445 Stuttgart



[/trias.tut.mir.gut](https://www.facebook.com/trias.tut.mir.gut)



[/trias\\_verlag](https://www.instagram.com/trias_verlag)



[/triasverlag](https://www.pinterest.com/triasverlag)



[www.trias-verlag.de/newsletter](http://www.trias-verlag.de/newsletter)