

## Stichwortverzeichnis

### A

ADHS 79, 93  
 ätherische Öle 55  
 Atmung 20  
 Augenbewegungen 18

### B

Baden 57  
 Bananen 67  
 Belohnung 86  
 Bewegung 14, 48, 79, 85

### C

Computerspiele 85

### D

digitale Medien 85  
 Diktate üben 49

### E

**Entspannung** 74  
 – auditiver Typ 75  
 – gustatorischer Typ 77  
 – kinästhetischer Typ 77  
 – olfaktorischer Typ 77  
 – visueller Typ 75  
 Ernährung 64  
 Essenszeiten 80

### F

Fantasiereisen 94  
 Fernsehen 85  
 Freiräume 53, 87  
 Fußmassage 57

### G

Gestenwasser 66

Getränke 66

### J

Jahreszeiten 81

### K

Kakao 66  
 Kokosöl 68  
 Kompetenzen 90  
 Konzentration 34, 36, 39  
 Körperhaltung 35, 37, 81, 97  
 Körpersprache 19  
 Kurzzeitgedächtnis 11, 39, 40

### L

Langzeitgedächtnis 11, 40, 47  
 Legasthenie 17, 37  
 Legastheniker 93  
 Lehrpläne, neue 90  
 Leinöl 67

### Lernen

– am Computer 36  
 – auditiver Typ 27  
 – Auditiver Typ 19  
 – gustatorischer Typ 29  
 – kinästhetischer Typ 28  
 – mit Bewegungen 48  
 – olfaktorischer Typ 29  
 – visueller Typ 26  
 – vor dem Einschlafen 48  
 Lernen mit allen Sinnen 11, 90  
 Lernstrategien 87  
 Lerntypen 24  
 LesePASS 86  
 Lieblingsfarben 45  
 Limbische System 54

### N

Neurolinguistische  
 Programmieren 16  
 NLP 16  
 Nüsse 68

### O

Obst 66  
 Omega-3-Fettsäuren 64, 67  
 Ordnung halten 36

### R

Rhythmus 46  
 Rituale 35, 80

### S

Schreiben lernen 18  
 Schreibenlernen 13, 17, 37, 49  
 Selbstbewusstsein 44, 92, 96

### T

Tagesablauf 80  
 Tee 66

### U

Überkreuzbewegungen 38, 39

### V

Vitamin C 64

### W

Wasser 66

### Z

Ziele erreichen 99  
 Ziele setzen 51

## 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

E-Mail-Leserservice  
 kundenservice@trias-verlag.de

Lektorat TRIAS Verlag  
 Postfach 30 05 04  
 70445 Stuttgart  
 Fax: 0711 89 31-748