

Stichwortverzeichnis

A

Achtsamkeit 92
Affekt 16, 35
Affirmationen 88
Angst 47
Aufmerksamkeit 141, 148
Authentizität 32, 46

B

Bauchgefühl 14, 15, 23, 27, 161
Beobachtungen 98, 100, 102

D

Dankbarkeit 155

E

Ehrlichkeit 45
Emotionen 56, 91
Entspannung 52, 69
Erfahrung 134, 138
Erpressung 108, 146
Erziehung 23, 37
Erziehungsratgeber 27, 29, 159, 160

F

Fantasiereisen 69
Fehler 32, 35, 135, 136

G

Gefühle 56, 56, 149
Gewohnheit 25, 43

H

Hausaufgaben 135
Helikoptereltern 100
Herzkraft 152, 153

I

Inkubation 19

Instinkt 15

Intuition 12, 14, 15, 17, 18, 21, 41, 47,
165

K

Komfortzone 46
Kommunikation 115, 116
Kreativität 67, 70, 121, 123
Kritik 113
Körperkontakt 110

L

Langeweile 44, 91
Liebe 152
Limbisches System 15
Loslassen 54
Lüge 58

M

Mantras 88

N

Neokortex 15

R

Regeln 106
Rituale 77, 106

S

Schimpfen 144
Selbstbewusstsein 50, 51, 52, 113
Selbstvertrauen 50, 52
Spontanität 78
Spracherwerb 117
Stille 44
Strafe 146
Stress 151

T

Traumreisen 69
Träume 156

U

Urvertrauen 39, 113

Ü

Übungen

- Antworten in sich finden 85
- Assoziationsketten 65
- Aufträge an das Unterbewusstsein 87
- Der Erfinder 70
- Der Gedankenzuhörer 64
- Der Geschichtenerzähler 72
- Der Traumdeuter 75
- Der Wahrsager 80
- Die innere Uhr 77
- Die Intuitions-Ampel 67
- Entweder – oder 78
- Fitnessstudio für die Sinne 61
- Fragen an das Unterbewusstsein 84
- Freies Malen 73
- Freies Schreiben 72
- Futter für das Unterbewusstsein 74
- Gefühlsorte 56

- Intuitionstagebuch 63
- Kopfblockaden 60
- Lügen und Betrügen 59
- Mantras und Affirmationen 88
- Mindmaps 81
- Momentaufnahme mit allen Sinnen 102
- Mustergültig 67
- Stummfilm 80
- Urlaub im Kopf 69

V

- Vergebung 136, 156
- Verlässlichkeit 108
- Vernunft 14, 25
- Vorbilder 109, 141

W

- Wahrheit 58
- Wahrheitspunkt 59
- Werte 106, 109

Z

- Zweifel 60

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) /[mama.mag.trias](https://www.facebook.com/mama.mag.trias) /[trias_verlag](https://www.instagram.com/trias_verlag) /[triasverlag](https://www.pinterest.com/triasverlag) www.trias-verlag.de/newsletter