

SPIS TREŚCI

Wprowadzenie: Sukces sensoryczny	9
ROZDZIAŁ 1. UKŁAD SENSORYCZNY	21
ROZDZIAŁ 2. RUCH MA ZNACZENIE:	
Ciało w ruchu uaktywnia zmysł przedsionkowy	41
ROZDZIAŁ 3. ZWIĘKSZAMY ŚWIADOMOŚĆ CIAŁA:	
Wzmacnianie zmysłu proprioceptywnego	73
ROZDZIAŁ 4. ŁAPIEMY KONTAKT:	
Wzmacnianie doświadczeń dotykowych	105
ROZDZIAŁ 5. WIDZIEĆ WYRAŹNIE:	
Dokonywanie układowego wzroku	137
ROZDZIAŁ 6. NIECO SMAKU:	
Obudzić układ smakowy	169
ROZDZIAŁ 7. SENSACYJNY WĘCH:	
Uruchamianie układu węchowego	185
ROZDZIAŁ 8. BRZMI DOBRZE!:	
Synchronizowanie układu słuchowego	199
ROZDZIAŁ 9. ZMYŚŁ WEWNĄTRZ CIAŁA:	
Uświadomić sobie interocepję	213
ROZDZIAŁ 10. OPRACOWANIE PLANU:	
Praktyka w działaniu	223
ROZDZIAŁ 11. POTĘGA W CZUBKACH PALCÓW:	
Rozwijanie motoryki małej	237

Kilka słów podsumowania	255
Załącznik: Ulubione rzeczy Allie	257
Podziękowania	259
Przypisy	263
Indeks	267
O autorce	281
O Play 2 Progress	283