

INHALT

Einleitung	9
Januar: Vertrauen Sie darauf, dass Ihnen Gutes zuteil wird	11
Februar: Rufen Sie <i>Juchhu!</i>	51
März: Lernen Sie, <i>Ich nehme es, wie es kommt,</i> zu sagen	91
April: Lernen Sie zu sagen, <i>was Sie sich wünschen</i> .	133
Mai: Lernen Sie, nach dem <i>Wann</i> zu fragen	169
Juni: Lernen Sie, <i>Entspann dich</i> zu sagen	213
Juli: Lernen Sie, Ihre Gefühle zu akzeptieren und auszudrücken	247
August: Lernen Sie, <i>Danke</i> zu sagen	285
September: Lernen Sie, <i>Das bin ich</i> zu sagen	327
Oktober: Sagen Sie: <i>Das sehe ich</i>	365
November: Lernen Sie, <i>Ich kann</i> zu sagen	407
Dezember: Wie schön es doch ist!	453
Danksagung	496