

# Inhalt

Einführung 7

## 1

Dankbarkeit entschlüsselt 9

## 2

Wofür ist Dankbarkeit eigentlich gut? 19

## 3

Vom »Funktionieren« der Dankbarkeit 29

## 4

Entscheiden Sie sich! 41

## 5

Dankbarkeitsmythen 51

## 6

Drei Bausteine 65

## 7

In Bildern und Metaphern 77

## 8

Was können wir daraus lernen? 89

Dank 96