

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