

01.06.2026 um 17:45 Uhr

**hr4 ÜBRIGENS**



Ein Beitrag von

**Anke Zimmermann,**

Evangelische Pfarrerin, Homberg/Efze

## Dankbar sein

Haben Sie heute schon gedankt? Einem anderen Menschen oder dem lieben Gott? Manche tun es abends, bevor sie einschlafen. Am Ende des Tages erinnern sie sich an drei Dinge, für die sie Gott danken können. Einige schlafen dadurch sogar leichter ein.

### **Wie Dankbarkeit den Blick auf das Leben positiv verändert**

Dankbarkeit verändert meinen Blick: Weg von dem, was ich gerade nicht habe, hin zu dem, was ich habe. Weg von dem, was ich nicht mehr kann, hin zu dem, was ich kann. Weg von dem, was nicht gut ist, hin zu dem, was gerade gut ist. Dankbarkeit verändert auch den Blick auf das Miteinander und auf die Welt. Sie hilft, das Gute zu sehen, das, was schön ist und das, was gelingt. Wer dankbar ist, der ist oft freundlicher und gut verträglich.

### **Wofür sind Menschen dankbar? Antworten aus dem Alltag**

Wofür bin ich dankbar? Das habe ich meine Konfirmandinnen und Konfirmanden gefragt. Fast alle haben gesagt: Ich bin dankbar für meine besten Freunde, für meine Familie und dass ich gesund bin. Olli antwortet: „Ich bin dankbar, dass ich jetzt ein bisschen Pause vom Kieferorthopäden habe.“

### **Persönliche Beispiele für Dankbarkeit: Kleine Momente mit großer Wirkung**

Lotti ergänzt: „Ich bin heute dankbar für meinen Muskelkater, weil ich gestern mit viel Spaß Sport gemacht habe.“ Leon sagt: „Ich bin dankbar, dass ich ein Dach über dem Kopf und dass ich genug

zu essen habe.“ Mia dankt Gott für den chilligen Schultag. Und eine andere Konfirmandin dankt Gott für die lustigen Momente in ihrem Leben.

## **Dankbarkeit im Glauben: Warum Dankgebete stärken und verbinden**

Die Jugendlichen schreiben nach diesem Gespräch ein Dankgebet und sie lesen es am Sonntag im Gottesdienst vor. Wie gut, wenn sie sehen können und merken, wie viel ihnen geschenkt wird von anderen Menschen und von Gott.