

Inhalt

Die 34 Fragen, die mich nachts wachhalten

11	Anmerkung
13	Wir, Generation FOMO Sapiens
15	Die kollektive Unzufriedenheit Sind wir in einer Quarterlife-Crisis?
24	Die Angst, etwas zu verpassen Woher kommt unsere Angst?
30	Radikale Entscheidungen Wieso fällt es uns so schwer, uns festzulegen?
37	Die Ursache des Problems Was läuft wirklich schief?
40	Klimaschutz und Kapitalismus Muss unsere Wirtschaft reformiert werden?
48	Eine gespaltene Gesellschaft – zwischen Konsum und Verzicht Auf welcher Seite wollen wir stehen?
60	Das Problem mit dem Glücklichein Wo hört mein Weltschmerz auf und wo fängt mein persönliches Glück an?
67	Der digitale Alptraum Wie gefährlich ist Social Media wirklich?
75	Klimawandel und Ungleichheit Wie reißen wir das Ruder noch herum?
90	Die Sache mit der Moral Bin ich ein schlechter Mensch, wenn ich Fleisch esse?

97	Fast Fashion Welche Auswirkung hat mein Konsum?
102	Mobilität und Tourismus Wie viel Reisen ist okay?
116	Auswirkungen unserer Ernährung Brauchen wir eine globale Ernährungswende?
124	Kognitive Dissonanz Wie groß ist unsere Werte-Handlungs-Lücke?
129	CO₂-Haushalt und Aktivismus Warum triggern uns Verzicht und Aktivismus?
138	Von Wohlstand und Freiheit Wie frei sind wir wirklich?
145	Eine faule Generation Sollten wir Arbeit neu denken?
151	Generation Beziehungsunfähig Können wir noch lieben?
159	Kinderlose Zukunft Wie egoistisch ist Kinderkriegen heute?
164	Alles ist Politik – Farbe bekennen – laut und so oft wie möglich Warum ist Wählen so wichtig?
175	Das benachteiligte Geschlecht – It's a Man's World Haben Frauen faire Chancen in einer Welt, gemacht für Männer?
184	Feminismus und die Filmindustrie Warum erzählen wir keine weiblichen Geschichten?
189	Gleichberechtigung Sind 50 Prozent genug?
193	Die Kluft zwischen den Geschlechtern Driften Männer und Frauen immer weiter auseinander?

198	Die Frauen von Orango Was können wir von matriarchalen Gesellschaftsformen lernen?
206	Der etwas andere Vulva-Talk Warum wissen wir so wenig über das weibliche Geschlecht und FGM?
214	Afrika Der unterschätzte Kontinent?
222	Die Arbeit von UNICEF Wie viel wird wirklich geholfen?
239	Menschlichkeit Haben wir verlernt, Mensch zu sein?
243	Träume Wovor haben wir so viel Angst?
251	Die Überwindung unserer FOMO Wie lebe ich im Moment und bewahre mir mein Glück?
274	Minimalismus Was ist wirklich wichtig?
278	Leichtigkeit Fühlt sich so ein Leben ohne FOMO an?
281	Was uns bleibt Mit Solidarität zurück zur Humanität?
289	Danksagung
291	Endnoten
300	Quellenverzeichnis