

# Inhalt

## Die 34 Fragen, die mich nachts wachhalten

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

97	<b>Fast Fashion</b> Welche Auswirkung hat mein Konsum?
102	<b>Mobilität und Tourismus</b> Wie viel Reisen ist okay?
116	<b>Auswirkungen unserer Ernährung</b> Brauchen wir eine globale Ernährungswende?
124	<b>Kognitive Dissonanz</b> Wie groß ist unsere Werte-Handlungs-Lücke?
129	<b>CO<sub>2</sub>-Haushalt und Aktivismus</b> Warum triggern uns Verzicht und Aktivismus?
138	<b>Von Wohlstand und Freiheit</b> Wie frei sind wir wirklich?
145	<b>Eine faule Generation</b> Sollten wir Arbeit neu denken?
151	<b>Generation Beziehungsunfähig</b> Können wir noch lieben?
159	<b>Kinderlose Zukunft</b> Wie egoistisch ist Kinderkriegen heute?
164	<b>Alles ist Politik – Farbe bekennen –</b> <b>laut und so oft wie möglich</b> Warum ist Wählen so wichtig?
175	<b>Das benachteiligte Geschlecht –</b> <b>It's a Man's World</b> Haben Frauen faire Chancen in einer Welt, gemacht für Männer?
184	<b>Feminismus und die Filmindustrie</b> Warum erzählen wir keine weiblichen Geschichten?
189	<b>Gleichberechtigung</b> Sind 50 Prozent genug?
193	<b>Die Kluft zwischen den Geschlechtern</b> Driften Männer und Frauen immer weiter auseinander?

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