

# Inhalt

<b>Anmerkung</b> .....	<b>3</b>
<b>Wir, Generation Fomo sapiens</b> .....	<b>4</b>
<b>Die kollektive Unzufriedenheit</b> .....	<b>6</b>
Sind wir in einer Quarterlife Crisis? .....	6
<b>FOMO – Die Angst, etwas zu verpassen</b> .....	<b>13</b>
Woher kommt unsere Angst?.....	13
<b>Radikale Entscheidungen</b> .....	<b>17</b>
Wieso fällt es uns so schwer, uns festzulegen? .....	17
<b>Die Ursache des Problems</b> .....	<b>23</b>
Was läuft wirklich schief? .....	23
<b>Klimaschutz und Kapitalismus</b> .....	<b>25</b>
Muss unsere Wirtschaft reformiert werden?.....	25
<b>Eine gesplante Gesellschaft – zwischen Konsum und Verzicht</b> .....	<b>32</b>
Auf welcher Seite wollen wir stehen? .....	32
<b>Das Problem mit dem Glücklichein</b> .....	<b>41</b>
Wo hört mein Weltschmerz auf und wo fängt mein persönliches Glück an? .....	41
<b>Der digitale Alptraum</b> .....	<b>46</b>
Wie gefährlich ist Social Media wirklich? .....	46
<b>Klimawandel und Ungleichheit</b> .....	<b>52</b>
Wie reißen wir das Ruder noch herum? .....	52
<b>Die Sache mit der Moral</b> .....	<b>63</b>
Bin ich ein schlechter Mensch, wenn ich Fleisch esse?.....	63
<b>Fast Fashion</b> .....	<b>68</b>
Welche Auswirkung hat mein Konsum?.....	68
<b>Mobilität und Tourismus</b> .....	<b>72</b>
Wie viel Reisen ist ok? .....	72
<b>Auswirkungen unserer Ernährung</b> .....	<b>82</b>
Brauchen wir eine globale Ernährungswende? .....	82
<b>Kognitive Dissonanz</b> .....	<b>88</b>
Wie groß ist unsere Werte-Handlungs-Lücke? .....	88
<b>CO<sub>2</sub>-Haushalt und Aktivismus</b> .....	<b>91</b>
Warum triggern uns Verzicht und Aktivismus? .....	91
<b>Von Wohlstand und Freiheit</b> .....	<b>98</b>
Wie frei sind wir wirklich? .....	98
<b>Eine faule Generation</b> .....	<b>103</b>
Sollten wir Arbeit neu denken? .....	103

<b>Generation Beziehungsunfähig .....</b>	<b>107</b>
Können wir noch lieben?.....	107
<b>Kinderlose Zukunft .....</b>	<b>113</b>
Wie egoistisch ist Kinderkriegen heute?.....	113
<b>Alles ist Politik – Farbe bekennen – Laut und so oft wie möglich.....</b>	<b>117</b>
Warum ist Wählen so wichtig? .....	117
<b>Das benachteiligte Geschlecht – It’s a Mans World .....</b>	<b>126</b>
Haben Frauen faire Chancen in einer Welt gemacht für Männer?.....	126
<b>Feminismus und die Filmindustrie .....</b>	<b>133</b>
Warum erzählen wir keine weiblichen Geschichten? .....	133
<b>Gleichberechtigung .....</b>	<b>137</b>
Sind 50 Prozent genug? .....	137
<b>Die Kluft zwischen den Geschlechtern.....</b>	<b>140</b>
Driften Männer und Frauen immer weiter auseinander? .....	140
<b>Die Frauen von Orango .....</b>	<b>144</b>
Was können wir von matriarchalen Gesellschaftsformen lernen? .....	144
<b>Der etwas andere Vulva-Talk.....</b>	<b>150</b>
Warum wissen wir so wenig über das weibliche Geschlecht und FGM? .....	150
<b>Afrika .....</b>	<b>156</b>
Der unterschätzte Kontinent?.....	156
<b>Die Arbeit von UNICEF .....</b>	<b>162</b>
Wie viel wird wirklich geholfen? .....	162
<b>Menschlichkeit .....</b>	<b>176</b>
Haben wir verlernt, Mensch zu sein?.....	176
<b>Träume.....</b>	<b>179</b>
Wovor haben wir so viel Angst?.....	179
<b>Die Überwindung unserer FOMO .....</b>	<b>185</b>
Wie lebe ich im Moment und bewahre mir mein Glück? .....	185
<b>Minimalismus .....</b>	<b>202</b>
Was ist wirklich wichtig? .....	202
<b>Leichtigkeit.....</b>	<b>205</b>
Fühlt sich so ein Leben ohne FOMO an? .....	205
<b>Was uns bleibt.....</b>	<b>207</b>
Mit Solidarität zurück zur Humanität?.....	207
<b>Danksagung .....</b>	<b>212</b>
<b>Quellen.....</b>	<b>213</b>