

Inhalt

!!Triggerwarnung!! 9

Prolog 11

I Outside the Bubble: Was wir nicht sehen wollen 17

Lerne fliegen mit gebrochenen Flügeln 18

Hilfe, ich bin akademisch! Antwort auf einen Tweet 33

Wir sind die letzten Helden der Arbeit 53

Hilflosigkeit will gelernt sein: die Smartdoofheit
der Digital Naïves 65

Die Blickfeldverengung der Medien 81

Mehr Apathie wagen: Warum dich Politik anöden soll 91

Was ist das für K1 life: Das Unbehagen in der #YOLO-
Kultur 106

II Inside the Bubble: Was wir nicht sehen sollen 117

Bubbles: Sei der Hype, den die Welt sehen will 118

Fracht-Kult: Die Simulation der Realität 127

Schachteln: Living in a Box 133

Loop: das Prinzip Vertröstung 140

Zwischenbilanz: Generationenlabel als
Verzweigungsprogramm 147

III Breaking the Bubble: Schaffe dir deine eigene Welt 153

Auf zu neuen Ufern! 154

Wie kommt das Neue in die Welt und durch wen? 165

Die Zeit der Entscheidung **173**
»Aber wir sind doch so narzisstisch!« **183**
Anleitung zum Ungehorsam **191**

IV Beyond the Bubble: Deine Transformation 201

Was keiner wagt, das wag zu denken -
Wie willst du gelebt haben? **202**
Bei dir selbst anfangen: Mein Life-Hack **208**
Das Zauberwort hat drei Buchstaben: TUN **215**
Reset: Beginne jetzt deine Heldenreise **223**

Danksagung **230**
Quellen **232**