

# Inhalt

- Bereit für die nächste Sitzung — 7
- Die To-do-Liste, die man Leben nennt — 13
- Mir fiel auf, dass ich lächelte — 20
- Verlassen und Verlassenwerden — 27
- »Wie es sich anfühlt, der andere zu sein« — 37
- Im »Hätte, wäre, wenn«-Leben — 47
- Der Gilmore Boy — 56
- Mein tägliches Auf-morgen-Verschieben — 64
- In der Clickbaiting-Wirklichkeit — 73
- »Das ist hier Nazizeit und SED und alles zusammen« — 81
- 80 Millionen Experten — 90
- Eher »Berlin – Tag & Nacht« als  
    »ZDF Magazin Royale«? — 97
- McDonald's für den Verstand — 103
- Der Blick auf die Versäumnisse — 110
- Tinderfrustriert – das Dating-App-  
    Handhabungsproblem — 118
- Empathie gibt's nicht im Appstore — 127
- Die Dinge, die man nicht kaufen kann — 135
- »Das ist keine Liebe, das ist ganz was anderes.« — 144
- Der Singleblick — 152
- Das Glück der Check24-Familie — 159
- Die Messbarkeit des Glücks — 166
- Das Missverständnis vom Erwachsensein — 174

Ein perfektes Beinaheleben —	185
Die Risse in den Fassaden —	190
Was Paare sich verschweigen sollten —	200
... und aus Liebe wurde Hass —	211
Ein Tiefkühlgerichtleben —	223
Müssen alle Eltern zum Psychologen? —	231
Man nennt es Gier —	243
Wir Lifestyle-Gestörten —	254
Die Filtereinstellungen des Lebens —	264
Die Bedeutung des Abschiednehmens —	275