

Rolf Dobelli

Die Kunst des digitalen Lebens

Wie Sie auf News verzichten und
die Informationsflut meistern

Mit Illustrationen von El Bocho

PIPER

INHALT

Man hätte eine Stecknadel fallen hören können	11
1 Mein Weg zum News-Verzicht – Teil 1	15
2 Mein Weg zum News-Verzicht – Teil 2	19
3 News sind für den Geist, was Zucker für den Körper ist	23
4 Die radikale News-Abstinenz	27
5 Der 30-Tage-Plan	31
6 Die sanfte News-Diät	35
7 News sind irrelevant – Teil 1	41
8 News sind irrelevant – Teil 2	47
9 News gehören nicht in Ihren Kompetenzkreis	53
10 News bewerten Risiken falsch	59
11 News sind Zeitverschwendung	65
12 News schränken das Verständnis ein	71
13 News sind Gift für den Körper	77
14 News bestätigen unsere Irrtümer	83
15 News verstärken den <i>Hindsight Bias</i>	89

- 16 News verstärken den *Availability Bias* 95
- 17 News lassen den Meinungsvulkan brodeln 101
- 18 News hemmen das Denken 107
- 19 News verändern unser Gehirn 113
- 20 News produzieren *Fake Fame* 119
- 21 News machen uns kleiner, als wir sind 125
- 22 News machen uns passiv 131
- 23 News werden von Journalisten gemacht 137
- 24 News manipulieren 143
- 25 News töten die Kreativität 149
- 26 News fördern den Mist – Sturgeons Gesetz 155
- 27 News geben uns die Illusion von Mitgefühl 161
- 28 News fördern den Terrorismus 167

29	News zerstören unsere Seelenruhe	173
30	Nicht überzeugt?	179
31	Und die Demokratie? – Teil 1	183
32	Und die Demokratie? – Teil 2	187
33	News-Lunch	191
34	Die Zukunft der News	195
35	Wie es sich anfühlt	199
	Nachwort und Dank	203
	Der Dobelli-Disclaimer	205
	Der Illustrator	207
	Stimmen zu Rolf Dobelli	209
	Anhang	213