

## INNEHÅLL

### Dagens ungdom

- Till er som är unga! 9  
Otillräcklighetskänslan 11  
Olika livsinställningar 13  
Om det går att göra något bättre 15  
Otillräcklighetens budord 17  
Varför dricker inte Jeppe? 18

### Ett samhälle med många krav

- Från förbudssamhälle till påbudssamhälle 27  
Från regler till ideal 29  
Climacus förklaring 32  
Snabbhetsbonusen 33  
Kravfylld reklam 36  
Uppmaningar på kläder 39  
Krav på känslor 41

### Överjagsparadoxen

- Otillräcklighetsspiralen 49  
Utmattad av studierna 50  
Du kan det du vill! 52  
Release the Beast 54  
Du ska därför att du kan 56

## **Jagidealet**

- Överjagets lillebror 65  
En socialpsykologisk minigud 67  
Var bara dig själv! 70  
Var enastående! 72  
Alla sviker med tiden 75

## **Den nya moralen**

- En ny diagnos 85  
Google-moralen och syndakatalogen 87  
Etikerns inspirerande påbud 89  
Moraliska puffar och begåvade uppror 91  
Hårdare, bättre, snabbare, starkare 94  
De tio budorden 96  
En betygsskala från helvetet 97  
Moralisk perfektion 100

## **Hopp**

- De äldre nu för tiden 107  
Vid en grav 109  
Det är mitt fel 112  
Stjärnor på himlen 114

Efterord 119

Noter 123