



## Warum wir manchmal gelähmt sind wie ein Löwenzahn

Dieses Werk ist lizenziert unter einer Creative Commons  
Namensnennung - Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0  
International Lizenz:  
<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/deed.de>

### Minute 0

#### Spoitfy Ansage

A: Meine Damen und Herren, es ist 20 Uhr, die Tagesthemen. Berlin...

L: Hä?

A: Ich wollte einfach nen kreativen Einstieg machen.

L: Findest du das kreativ?

A: Ja, das ist doch der Satz den ich, von dem ich mir schon immer mal gewünscht habe, dass ich ihn mal im Fernsehen sagen darf, so wie dass ich mal im Tatort mitspiele.

L: Du bist nicht im Fernsehen.

A: Aber das ist ne Sendung. Meine Damen und Herren herzlichen Willkommen.

L: Zu Herrengedeck, der Podcast.

Intro

A: Ja, schön dass du da bist. Darf ich das auch mal sagen?

L: Hey, Ariana?

A: Mhm?

L: Wie geht's? Wie geht's dir?

A: Gut.

L: Weil weißt du was mir aufgefallen ist? Ich hab in letzter Zeit ganz viele Podcasts gehört, viele...

A: Wirklich?

L: Ja.

A: Hast du ne Fellstudie gemacht?

L: Ne Art. Auf ne Art.

### Minute 1

L: Wirklich, die verschiedensten Podcasts gehört. Manchmal waren es Männer und Frauen die miteinander gesprochen haben, manchmal nur Männer, manchmal nur Frauen. Das warn Mix. Ein Mixure. Ein Mixure of everything. Aber immer Podcasts wo zwei Leute miteinander gesprochen haben, mindestens.

A: Ok.

L: Und die haben sich immer gefragt zur Begrüßung: „Na, wie geht's? Hey, wie geht's dir?

A: Wirklich?

L: Jaaa. Sogar Jan und Olli von Fest und Flauschig fragen sich gegenseitig...

A: Also unsere guten Freunde und Kollegen.

L: ... unsere guten ... Nja. Freunde sagst du immer, ich sag ganz weit entfernte Kollegen, sag ich.

A: Ja.

L: Und die fragen sich: „wie geht's? Hey Jan, schön dass du da bist, wie geht's?“ Finde ich nett. Wir

---

haben uns das doch nie...

A: Findest du das nett?

L: Sich zu fragen wies geht.

A: Ja da finde ich, wen interessiert das denn.

L: Hä?

A: Stell dir mal vor, das ist doch immer super oberflächlich.

L: Wir begrüßen uns doch auch immer und sagen „schön, dass du da bist“

A: Ja aber da hört uns doch auch niemand zu.

L: Na klar, du hast doch eben noch gesagt zu mir „wie schön dass du da bist“.

A: Ja, da denke ich mir auch schon: obsolet. Interessiert niemanden. Erstes das und zweitens ich finde dieses wie „geht’s dir“ ist immer super oberflächlich.

L: Ja, aber wie geht’s denn?

## Minute 2

L: Was gibt’s neues?

A: Ja, genau. Wenn ich jetzt nämlich ernsthaft antworten würde, also so sag ich „ja, mir geht’s gut“. Und wenn du sagen würdest „ne sag jetzt mal ehrlich“...

L: Musst du ja nicht. Musst du ja nicht.

A: Aber...

L: Sei doch ehrlich. Be yourself. Ja wie geht’s?

A: Achso ja genau, be yourself. Not be superficial. Dann würde jetzt zum Beispiel sagen „och, ist jetzt ein bisschen Stress. Ich muss grad ne Reise vorbereiten, dann muss ich grad Steuerunterlagen zusammensuchen, ich hab nen Termin...“

L: Mhm.

A: ...dann, super ätzend, dann hab ich übermorgen, ganz blöde noch ne Besprechung...

L: Dann ist man ausgestiegen. Dann ist man ausgestiegen.

A: Das interessiert doch keinen mehr.

L: Ja, ok. Ich wollte eigentlich einfach nur nett sein. Ich wollte was nettes sagen.

A: Als du das so gesagt hast, du hast fünf oder mehrere Podcasts hintereinander gehört, die fragen am Anfang alle „wie geht’s?“...

L: So sich gegenseitig. Auf ne nette Art.

A: Ja gut, was haben die anderen dann gesagt? Gut?

L: Schlecht.

A: Wirklich?

L: In einem Podcast haben die gesagt „schlecht“.

A: Und was war dann die Erklärung?

L: Ich mag das. Bei „Klatsch und Tratsch“, die höre ich ja regelmäßig und da ... also fragt er, Max Richard Leßmann, immer sie Elena Gruschka, „und wie geht’s?“ und dann sagt sie immer „schlecht“.

A: Und was erzählt sie dann?

L: Weiß ich nicht, aber ich finds lustig.

A: Achso, sie sagt einfach nur „schlecht“?

L: Schlecht. Ja.

## Minute 3

A: Ja, ist ne Benchmark würden wir Fachleute...

L: Ja, mhh ist ne Benchmark. Ja, ich wollte ja nur mal was neues machen.

A: Ja.

L: Was noch nie dagewesen ist, also in unserem Podcast noch nie dagewesen ist.

A: Ja, ich hab auch neulich auch in nem Podcast tatsächlich gehört, dass derjenige sich gefragt hat

---

„wie fängt man eigentlich ne Podcastepisode an, wenn man jede Woche nen Podcast rausbringt“.

L: Mhm, gute Frage.

A: Müsstest wir uns vielleicht mal ne Art Signaturemove für ausdenken, dass wir immer gleich beginnen. Oder anders, aber immer auf ner ähnlichen Art und Weise.

L: Ok.

A: Ist die Frage. Fragezeichen.

L: Ne, wir müssen gar nichts. Wir müssen gar nichts. Lass uns nicht in so ne Zwangsjacke uns reinzwängen, Ariana.

A: Ja.

L: Lass uns nicht son Rahmen um alles bauen.

A: Ok.

L: Lass uns einfach floaten wie wir gerade Bock haben.

A: Floaten.

L: Lass uns da nicht irgendwelche Regeln manifestieren. Finde ich blöd.

A: Ja.

L: Das ist unser Podcast und wir haben den gemacht, weil wir machen wollen worauf wir Bock haben.

A: Es ist dein Podcast, denn du kannst jeden Tag dein Leben aufs neue verändern.

L: Richtig. Ja.

A: Ja.

L: Und du kannst den Podcast so anfangen wie du Lust hast.

A: Gut.

L: So seh ichs.

#### **Minute 4**

A: Wir haben ihn zwar schon angefangen, aber dann mache ich ihn einfach mal so weiter wie ich ihn weiter machen würde.

L: Du, für dich alleine?

A: So.

L: Cool.

A: Und zwar mit ner ganz tollen Information, denn wir können diesen Podcast, den wir hier für euch jede Woche präsentieren nur machen, weil wir ganz, ganz tolle Partner haben, die diesen Podcast unterstützen. Diese Episode wird unterstützt von „Shoop“ und Shoop sorgt dafür, also geschrieben wie nen alter Song von Cher, falls du ihn noch kennst „S-h-o-o-p“, das muss man mal wissen. Es ist nicht das deutsche Wort „Schub“, sondern Shoop.

L: Mhm.

A: Ist Shoop. So.

L: Cher.

A: Shoop. Und Shoop sorgt dafür, dass ihr beim Onlineeinkaufen Geld zurück bekommt, also nicht so alberne Punkte oder irgendwelche Treueherzen, sondern wirkliches Geld. Shoop.de nennt sich deren Seite und die hat über 2000 Partner.

L: Und das Geld das könnt ihr da schon ab eins Euro auf euer Konto raufüberweisen und eintauschen zum Beispiel gegen Gutscheine oder ihr könnt es – find ich richtig cool – ihr könnt es auch an wohltätige Zwecke spenden...

A: Mhm.

L: Ihr könnt Shoop über die Website nutzen, oder auch per App. Durchschnittliche sammelt man da so,

#### **Minute 5**

L: oder so: der gemeine Shoopnutzer, bis zu 220 Euro pro Jahr. Ich Sag mal so, 220 Euro ...

---

A: lohnt sich.

L: ... haben oder nicht haben und da sind viele Partner mit dabei zum Beispiel H&M, eBay ist mit dabei oder Douglas oder für mich, was ich ja liebe, so Essenslieferdingensbumes, so wie Lieferando. Das heißt, wenn ihr euch was zu Essen bestellt, bekommt ihr Cash back. Super!

A: Super praktisch. Und das ganze funktioniert weil Shoop nämlich ne Provision bekommt wenn ihr bei denen einkauft. Das kriegen die von Ihren Partnern und geben das zum Großteil an euch weiter und natürlich wir sind Influencer, deswegen haben...

L: Du und ich jetzt?

A: Ja. Laura und ich sind Influencer, deswegen haben wir für euch nen ganz besonderes Special: Ihr könnt das ganze nämlich testen. Meldet euch einfach kostenlos an auf Shoop, also S-h-o-o-p.de /Herrengedeck und dann bekommt ihr 10 Euro für euren ersten Einkauf, der über 10 Euro geht.

Finde ich super. Immer dieses an der Kasse dieses: sammeln sie Punkte, sammeln sie Treueherzen.

L: Das nervt mich auch auf ne Art.

A: Ich sammel Geld. Punkt.

L: Ja.

A: So. Und...

L: Ich sitz hier mit ner offenen Hose bei dir.

## Minute 6

A: Das stimmt wirklich. Das alberne finde ich daran, dass die...

L: Dass der Pullover trotzdem eingesteckt ist?

A: Ne. Dass du nen Gürtel anhast aber auch der Gürtel ist offen.

L: Ja wäre ja doof wenn der jetzt zu wäre. Stell dir vor die Hose wäre offen und der Gürtel wäre zu.

A: Das wäre dumm.

L: Das bringt ja nichts.

A: Und vor allem du hast son westermäßig angehauchten Gürtel.

L: Stimmt.

A: Des sieht für mich grade ehrlich gesagt son bisschen aus wie #metoo, als wärst du son alter, lüsternder Cowboy der in so ner Bar zum Whiskey...

L: Hörmal jetzt mach ich mal die Hose auf hier...

A: Ja. Erst bestellst du nen Whiskey und dann ...

L: Stimmt.

A: ... rapsed du mich, oder so. Ach apropos, ich hab heute gehört im Radio, dass das Urteil für Bill Cosby verhängt wurde.

L: Am Radioapparat oder was?

A: Am Radioapparat meines Vertrauens. Ja, ich bin... wie haben die Radiomoderatoren von früher das immer... auf der Welle...

L: Was? Gleiche Welle gleiche Stelle?

A: Ne. Früher waren die Moderationen im Radio doch immer alle gleich, irgendwie: „Sehr geehrte Hörerschaften“... ähm... was haben die denn immer gesagt?

L: Keine Ahnung.

A: Die haben im Radio und Fernsehen doch früher immer gesagt

## Minute 7

A: „Sie sind hier im Einschaltgebiet“ oder ach keine Ahnung...

L: Da hab ich noch nicht gelebt. Da hab ich keine gesicherten Informationen zu.

A: Das war in den 20ern. Erinnerst du dich nicht mehr?

L: Tut mir leid, da bin ich ein bisschen zu jung für. Hey, sorry!

A: In den blühenden 20ern.

L: Ich bin noch nicht 30.

---

A: Auf jeden Fall wurde heute gesagt, dass Bill Cosby tatsächlich, das Urteil wurde verhängt und zwar ne Geldstrafe von, ich glaub die ist gar nicht mal so hoch gemessen an dem was er da getrieben hat, umgerechnet vielleicht ... oh, das ist jetzt wieder gefährliches Halbwissen ... 10 oder 100 Tausend Euro. Ich weiß es nicht mehr.

L: Aber du...

A: Es ist auch so wenn ich Geld verdiene, die Leute, die Auftraggeber fragen „was möchtest du?“ dann sag ich immer „10 oder 100 Tausend Euro“. Ich weiß immer nicht so ganz genau. Und des war bei Bill Cosby auch so und er muss ein bis drei Jahre ins Gefängnis tatsächlich Und was ich nicht mal wusste...

L: Tja, blöd für ihn.

A: ... der ist 82 oder so, über 80. Ich möchte das jetzt...

L: Ja, lohnt kaum noch, ne?!

A: Wow. Das hast du jetzt gesagt.

L: Hä? Wieso? Das ist jetzt schlimm, aber wenn du nen Bild von diesem Tabalugamann

## Minute 8

L: postest.

A: Wer ist denn Tabalugamann?

L: Ja hier, der kleine Mann.

A: Peter Maffay?

L: Ja. Und daneben, neben sein Bild ne Rosine postest.

A: Das war bei Instagram, wo ich immer noch kein blauen Hacken habe und ich möchte dazu sagen, dass es meine Oma war. Meine afghanische Oma, die ich in meinen Instagramstories benutzt habe, präsentiert und wo viele mir geschrieben haben „süße, alte Frau. Woher kennst du sie mit ihrem französischen Akzent?“. Ne.

L: Woher kennst du sie?

A: Naja, also was die in meiner Familie zu suchen hat, weil sie nen französischen Akzent hätte.

L: Hat sie doch gar nicht!

A: Ja, es ist ne afghanische. Sie kann einfach nur dafür, dass sie 50 Jahre in Deutschland ist, extrem schlecht deutsch.

L: Ich find das aber süß.

A: Ja es ist ganz süß, echt.

L: Sie ist ganz ne lustige.

A: Und viele haben mir auch gesagt, dass ich sie vorführen würde, was aber...

L: Was?

A: Ja.

L: Im ernst gemeint?

A: Ja.

L: Nee!

A: Doch. Sehr viele haben mir geschrieben „Ariana, unmöglich was du da machst! Du führst deine Oma total vor“.

L: Jetzt mal ganz im Ernst?!

A: Ja.

L: Was hast du dazu gesagt?

A: Ich hab dazu gesagt, ich hab dazu die Wahrheit gesagt, ich hab gesagt „was ist ...

Laura: Sie liebt es! Sorry!

A: „ne was ist? Meine Oma weiß dass ich das ganze filme ihr bescheuerten Idioten.“

## Minute 9

---

A: Bescheuerte Idioten habe ich vielleicht nicht geschrieben.  
L: Aber gedacht!  
A: Aber gedacht! Meine Oma wusste dass ich das filme, ich sage das ja zu ihr. Ich sag „das ist so süß darf ich das filmen?“ und dann lacht sie immer und sagt „ das ist doch nicht süß!“ und ich sag „doch, glaub mir!“ Naja...  
L: Wooooow.  
A: Also viele haben geschrieben, dass sie nicht, dass meine Oma nicht wüsste was Instagram ist und was für ne Reichweite ich damit habe. Was ich auch lustig finde, weil ich ihren Namen nicht sage und ihr Gesicht nicht zeige, aber ok. Aber genau, meine Oma wenn sie Rosinen sieht...  
L: Was darf man eigentlich noch, Ariana? Was darf man eigentlich noch heutzutage?  
A: Was darf man noch in dieser Welt?  
L: Wow.  
A: Darüber entscheidet immer das Instagramgericht.  
L: Und das sind, ist wer?  
A: Alle Zuschauer.  
L: Alle. Jeder einzelne...  
A: Sind die Geschworenen.  
L: Und jede Meinung zählt.  
A: Es ist ne Jury.  
L: Ja.  
A: Es ist kein Spaßprodukt.  
L: Es ist nämlich nicht dein Instagramaccount, Ariana.  
A: Ne.  
L: Das ist der Instagramaccount von allen.  
A: Von der Gemeinschaft.  
L: Ja.  
A: Von der Gemeinheit.  
L: Genau.  
A: Und meine... genau, und wenn meine Oma halt Rosinen sieht sagt sie immer „die sehen alle aus wie kleine Gesichter von Peter Maffay“. Ja.  
L: Das ist wirklich so sehr amüsant.  
A: Aber meine Oma guckt glaub ich auch viel so Schlagerradio. Also ne so...

## Minute 10

L: Schlagerradio... sie guckt Schlagerradio. Also sie stellt sich nen alten Apparat, nen Radioapparat und dann guckt sie drauf.  
A: Oooh, ja. Laura, wir haben hier ne Agenda vorliegen - wie immer, ne Liste die wir abarbeiten müssen.  
L: Ja, du machst immer so nen Druck. Stress baust du auf.  
A: Das ist nen pressure.  
L: Druck und Stress.  
A: Du wir sind der Einfluss... ne da ist der andere...  
L: Wir sind nicht der einflussreichst Podcast. Das sind zwei andere. Die hab ich auch gehört. Die haben sich übrigens nicht gefragt wies ihnen geht gegenseitig.  
A: Und da frag ich mich auch woher die das haben. Nachdem wir ja schon seit fast zwei Jahren mittlerweile - ich glaub im November kommt unsere 100te Folge, November oder Dezember kommt unsere 100te Folge und wir werden zwei Jahre alt.  
L: Boah, ich hab nen Plan was wir da machen. Erzähl ich dir gleich.  
A: Was wir in der 100ten Folge machen?  
L: Ja. Wird nen Live Event.  
A: Geht die genau 100...  
L: Ne, wird nen Live Event.  
A: Ok. Ich bin gespannt. Auf jeden Fall nennen wir schon seit „Jahr und Tag“ wie die junge

---

Generation sagt, die sagt „lit“ und „swag“ sagt die junge Generation und „seit Jahr und Tag“ nennen wir uns „den witzigsten Podcast Europas“! Und plötzlich kommen zwei andere und sagen die sind der einflussreichste Podcast Europas...

L: Tja, Ariana.

A: Find ich schwierig.

L: Konkurrenz schläft nicht, ne?

A: So.

L: So ist!

A: Wir haben ne Benchmark. Eine feste Rubrik und sie nennt sich

## Minute 11

A: ein persönlicher Fakt. Und wir haben ja letztes mal schon aufgelöst, dass es nen Eklat gab, weil zwei junge Herrengedeckhörer uns gesagt haben wir sollen mal gucken wie viele Whatsappkontakte wir haben.

L: Ja.

A: Woraufhin wir beide festgestellt haben, dass wir 256 haben woraufhin ein Shitstorm über Deutschland ausgebrochen ist. Manche denken...

L: Über die ganze Welt eigentlich.

A: ...es war der Sturm Fabienne, in Wirklichkeit wars n Shitstorm aufgrund unserer Herrengedeckfolge. Dass das nicht die Whatsappkontakte sind die wir beide haben sondern - und das hätten wir wohl vergessen wurde mir geschrieben, zu sagen - dass es die maximale Anzahl für ne Gruppe ist. Ich hab nicht nachgehört ob wirs wirklich nicht gesagt haben. Keine Ahnung.

L: Ich hab auch nicht nochmal nachgehört...

A: So.

L: aber du das interessiert mich am Ende auch null.

A: Auf jeden Fall wurde mir die Kritik angetragen „ihr habt überhaupt nicht... ihr habt nur darauf rumgehetet, aber gar nicht aufgelöst was es wirklich war“ ok.

L: Rumgehetet... sag mal, was ist denn los?!

A: Ne das hab ich jetzt einfach nur so ganz nonchalant gesagt.

L: Ach das hast du wieder so...

A: So. 256 ist die maximale Anzahl einer Gruppe.

## Minute 12

L: Ja.

A: Und dann hat uns jemand anders gesagt „ihr könntet aber doch mal gucken, wie viele Whatasappkontakte ihr habt“.

L: Machen wir jetzt nur noch Whatsappspiele am Anfang?

A: Ne. Ne, ne, ne, ne, ne. Das haben wir gemacht und dann haben wir beide in der letzten Folge gesagt „ok, ich hab ja offensichtlich mehr. Da geht man, wie war des, bei Whatsapp in „Datenverbrauch“ und dann in „Netzwerknutzung“ und dann sieht man wie viele man gesendet und empfangen hat und dann hatte ich glaube ich vier mal mehr als du gesendet.

L: Das stimmt.

A: Und dann haben wir gesagt „ja, aber wir wissen ja gar nicht seit wann es zählt“ und dann haben mir wieder schlaue Menschen gesagt „da müsst ihr ganz nach unten scrollen“ und jetzt sag ich dir mal was, bei mir steht ganz unten nicht seit wann das zählt.

L: Mhm.

A: Bei dir?

L: Da muss ich jetzt gucken, ne? Ich liebe alles daran. Also, „Einstellungen“ ...

A: Genau.

L: Da steht bei mir „zuletzt zurückgesetzt: nie.“

---

A: Ja, bei mir auch.

L: Ja.

A: Da kann man also überhaupt nicht sehen...

L: Das ist ja super.

A: ... seit wann das zählt. Will ich ja nur mal sagen. So. Egal. Wir haben nen neues Spiel.

### Minute 13

L: Mhm.

A: Aber dafür brauchen wir zumindest Internet.

L: Ja.

A: So. Das Spiel Laura, kommt von, ich sag dir es ist ein Mann, wie er geschrieben wird und er hat mir nämlich geschrieben wies ausgesprochen wird.

L: Ja.

A: J-E-A-N.

L: J-E-A-N. Jean.

A: Ich glaube das würd er durchgehen lassen. Er hat nämlich gesagt „so wie Jean Pierre, nicht wie in Jeans, also nicht Jean“. Das finde ich gut.

L: Ich nenn ihn Jean.

A: Und daneben hat er das

Beide: Jeanemoji gemacht.

L: Wie lustig.

A: Lustig. Und ich hab ihn nicht mal gefragt wie mans ausspricht. Jetzt frag ich mich nur „was ist denn“...

L: Jeano.

A: Ja.

L: Dazu kommen wir gleich nochmal, Ariana.

A: Dazu kommen wir gleich.

L: Dazu kommen wir gleich nochmal.

A: Ich frage mich aber „was ist wenn den Namen Jean Pierre nicht gekannt hätten“? Dann hätten wir jetzt, weil er geschrieben hat „nicht so wie in Jeans, sondern Jean Pierre“ was ist wenn wir den Namen noch nie gehört hätten? Dann würden wir jetzt sagen, vielleicht „JeAn Pierre“ und dann wärs jetzt JeAn.

L: Mhm. Wir sind ja zum Glück nicht so doll doof.

A: Ok. Jean hat uns ein Spiel geschickt und zwar...

### Minute 14

L: Was muss ich tun, Ariana? Was muss ich tun?

A: Was müssen wir beide tun? Wir sollen uns jeder ein BEgriff ausdenken und den googeln und die, deren Begriff weniger Suchergebnisse auf Google hat, hat gewonnen und fängt an.

L: Irgendein Begriff?

A: Ja.

L: Mhm.

A: Und ich hab mir sogar kein Wort vorher überlegt.

L: Das ist ja schön.

A: Ne, ich will das ja fair spielen. Ok.

L: Bist du nen Fairplayer?

A: Ich bin nen Fairplayer! Ich hab eins.

L: Mhm. Ich auch.

A: So. Wir sagen uns jetzt erst die Ergebnisse und dann das Wort.

L: Ich kann die Zahlen nicht lesen.



---

A: Du kannst die Zahlen nicht lesen? Wie viele hast du denn?  
L: Eine.  
A: Ok.  
L: Manchmal weiß ich aber nicht ob das ...  
A: Ok, wie viele Stellen hat die Zahl? Och, Laura.  
L: Ich glaube es ist ne Million. Es ist im Millionbereich. Ja.  
A: Es ist im Millionbereich. Also sieben Stellen oder sogar mehr? ... Ja, wie viele sinds denn jetzt?

### Minute 15

L: Ich kann dir sagen wie viele Zahlen da stehen, ok?  
A: Ok.  
L: Acht.  
A: Also es ist ne zweistellige Millionenzahl. Zum Beispiel 22.485.637  
L: Ja.  
A: Wow. Du hast sowas von haushoch verloren. Wie schlecht bist du denn?! Ich hab acht. Welchen Begriff hast du eingegeben?  
L: Tripper.  
A: Laura! Das gibt doch ganz viele Treffer. Ich hab Eichhörncheneisprung.  
L: Jetzt... ich hab dir wieder nicht richtig zugehört. Es hat also derjenige gewonnen der weniger...  
A: Ja. Es geht doch darum ein Begriff zu suchen...  
L: Oh man ey. Ok, jetzt hab ich erst verstanden.  
A: Ne, sorry. Ne, du hast verloren. Jean es tut mir Leid...  
L: Ich hab auch ganzer Linie verloren, ich kann Zahlen nicht lesen...  
A: Und du hast das Spiel nicht verstanden.  
L: Ich hab das ganz Spiel nicht verstanden. Toll.  
A: Ich fang an. Ich fang an, so ist es Laura.  
L: Wie viele Treffer hast du?  
A: Acht. Googelt mal „Eichhörncheneisprung“, bei mir hat es acht Treffer.  
L: Aber das hast du dir doch vorher überlegt!  
A: Nein. Das hab ich mir gerade eben ausgedacht.  
L: Ja klar, Ariana! Meine Oma würde jetzt sagen „und im Himmel ist Jahrmarkt“.

### Minute 16

A: Deine Oma kann wenigsten Deutsch ohne französischen Akzent.  
L: Obwohl sie nicht aus Frankreich kommt.  
A: Ich muss nochmal was davor, bevor ich mit meinem Fakt anfang, muss ich was zu meinem letzten Fakt sagen.  
L: Ja klar, Ariana. Ich habs mir fast gedacht.  
A: So. Da hatte ich ja was so absurdes wo ich dachte „das ist bei niemanden so“. Ich habs mit meiner Schwester übrigens getestet vorgestern. Ich hab für sie mal diese Schlangenlinien in die Luft gemalt. Also ich hatte ja letztes Mal erzählt, dass jemand mir Schlangenlinien in die Luft gezeichnet hat und ich hab dabei Gänsehaut aufm Rücken bekommen und hab mich so gefühlt als würde derjenige mich massieren. Muss übrigens mal ganz kurz nen Licht für uns anmachen, Laura.  
L: Ja.  
A: Wir sitzen hier und trinken Alkohol ...  
L: es wird langsam...  
A: ... und ich kann langsam dein Gesicht nicht mehr sehen.  
L: Schade.  
A: So. Kann ich so weiter moderieren? Ich nenns ja moderieren, während ich so halb liege.  
L: Während du liegst? Ich glaub das kommt gut.

---

A: So. Und dann dachte ich, ich probiers bei meiner Schwester mal aus und ich hab auch so Schlangenlinien für sie in die Luft gemalt.

L: Mhm.

A: Nichts passiert bei ihr.

L: Ne.

A: So. Und jetzt habe ich so unglaublich viele Nachrichten dazu bekommen, dass ich es einfach erwähnen muss. Ich weiß, bin mir gerade nicht sicher ob du in der Folge direkt danach gesagt hast...

### Minute 17

A: Wir haben ungefähr gefühlt 250.078.000.000 Leute geschrieben...

L: Das ist ne Zahl da wüsste ich nicht wie die geschrieben wird.

A: Ich auch nicht, aber ich habs Gefühl es gibt sie nicht, hab aber keine gesicherten Informationen, dass das ASMR ist.

L: Mhm.

A: Was ich da spüre. Und ich habe deswegen schon mal von diesem Begriff gehört, weil irgendwie gerade bei Instagram und Youtube gefühlt jeder dritte ein Video dazu macht und ich weiß gar nicht warum das grad so nen Trend ist. Ich habs mal nachgeguckt was es überhaupt heißt. Ich wusste es hat irgendwas mit Geräuschen und Gefühlen zu tun aber das trifft auch auf jeden Zwingerclub zu. ASMR heißt ... oh jetzt muss ich mein... soll ich es im britischen oder amerikanischen Englisch aussprechen?

L: Normalen.

A: Also amerikanischen: Autonomous Sensory Meridian Response. Siri würde sagen „Autonomous Sensory Meridian Response“. Also autonome sensorische meridianische Antwort.

### Minute 18

L: Ja.

A: Und zwar man kann das ganz einfach zusammenfassen: das sind so Videos von entweder optischen Dingen oder Geräuschen die einem, wenn man dafür empfänglich ist, nen gutes Gefühl bereiten sollen. Und es gibt wirklich ganz absurde Videos zum Beispiel...

L: So mit Knete und sowas?

A: Ne, ja, ich finde die mit Knete sind noch die etwas normaleren, es gibt Videos ... mein Gott, es gibt keine Videos von Feuerwehrsirenen im Hintergrund! Jetzt ist mal Ruhe hier in Kreuzberg! Es gibt Video da spielen Leute Friseurbesuche nach...

L: Iiih!

A: Aber frisieren die Kamera, also nicht nen echten Menschen oder massieren quasi die Kamera und tun so als wenn sie ...

L: Wie bitte?

A: Ja. ... nem Menschen ne Massage geben.

L: Wie bitte?

A: Ja es ist aber die Kamera und derjenige der das guckt fühlt sich dann selbst massiert. Das gibt es. Dann lassen manche Leute einfach minutenlang Sand einfach rieseln und es ist mit nem ganz guten Mikro aufgenommen, das heißt man sieht den Sand rieseln und hört ihn. Dann gibt es noch Leute die so auf Dosen oder Alufolie trommeln...

### Minute 19

A: ...also so ganz viele Sachen wo Leute die für ASMR empfänglich sind so nen kribbeliges Gefühl im Nacken oder sogar Entspannung verspüren.

---

L: Ich kanns nen bisschen nachvollziehen.

A: Mhm. ... Achso ich dachte jetzt kommt noch was, und du...

L: Ich find das klingt halt total, total creepy wenn du jetzt erzählst, dass es Videos gibt wo Leute nen Friseurbesuch nachspielen, oder so...

A: Mhm. Ja find ich auch eckelig.

L: Aber, ich weiß dass ich früher immer gerne mit ner Freundin zusammen zum Friseur gegangen bin wenn sie sich hat die Haare machen lassen und ich hab richtig gerne zugeguckt und hab mich dann so richtig dran festgeguckt und hätte einschlafen können dabei.

A: Ja, aber des ist...

L: Ich kenn das schon, aber das finde ich jetzt nicht ganz so creepy wie sich das aktiv „oh jetzt brauch ich mal Entspannung, jetzt guck ich mal an wie irgend ne Person so tut als ob...“

A: Ja, aber das machen viele Leute.

L: Ja.

A: Die nehmen das richtig zum einschlafen, zum entspannen weil sie des runterbringt und sie gucken dann da zu und finden das so ganz entspannt. Es gibt auch so komische Videos wo nur geflüstert wird...

L: Oh, ich hasse flüstern.

A: ... des soll auch entspannen.

L: Ich hasse flüstern.

## Minute 20

A: (unverständliches Geflüster)

L: Find ich ganz schlimm. Ääh!

A: Mich macht das aggressiv weil ich denk „jetzt red mal laut!“

L: Richtig.

A: Jetzt sprich mal ordentlich!

L: Ja.

A: Kind.

L: Ja. Ja. Ja.

A: So. Aber des ist halt ASMR und es hat ganz viele Parallelen mit Synästhesie. Darüber haben wir doch auch mal gesprochen, dass verschiedene Zahlen bestimmte Farben haben. Dass ne eins, ne zwei weiß oder gelb sind bei anderen sind sie grün oder lila.

L: Mhm.

A: Des hängt damit zusammen. Und jetzt wenn du das schon skurril fandest, das ist der letzte Fakt dazu den ich am aller skurrilsten finde. Eins, also so ungefähr seit 10 Jahren soll wohl dieses ASMR für die Wissenschaft relevant und bekannt sein, man hat aber noch nicht herausgefunden wie das wirklich funktioniert im Gehirn. Aber als Urvater von dieser ASMR Bewegung soll ein bestimmter Mann gelten und ...

L: Adolf Hitler!

A: Ne. Ähnlich. Bob Ross.

L: Ahja, ok. Das macht Sinn.

A: Es gibt tatsächlich noch Menschen die Bob Ross nicht kennen. Der ist mittlerweile leider schon verstorben. Der hat im Fernsehen, ich glaub so nachts auf nem offenen Kanal wars gefühlt für mich, vielleicht wars auch ...

## Minute 21

A: ... auf einer der öffentlichen rechtlichen Sender. Er hatte so ne lockige, sehr runde Frisur wie son...

L: Wie son Busch.

A: ... wien Busch oder auch wie nen Heiligenschein aus Haaren.

---

L: Eher wien Heiligenschein.

A: Nen Heiligenschein aus braunen Locken und hat dann Bilder gemalt. So gerne Landschaft und Wolken ...

L: Ja.

A: Und so seine, die Art wie er die Pinselstriche gemalt hat, und er hat ja dabei so gaaanz beruhigend immer gesprochen. Immer „just take a little bit of brush here, than a little bit of blue over here and a little bit of green here and a small of yellow“ so hat er ungefähr gesprochen und des soll auf Menschen super beruhigend gewirkt haben.

L: Kann ich mir vorstellen.

A: Ja und des soll ...

L: Das kann ich mir sehr, sehr gut vorstellen.

A: ... eine der ersten unwissentlichen gemachten ASMR Videos gewesen sein. Jetzt sind wir auf jeden Fall alle ein bisschen schlauer und ich weiß, dass ich kein, also doch ich bin trotzdem ein Creep, aber diese Schlangenliniengeschichte...

L: Das ist einfach verrückt für mich.

A: Ja, aber sie lässt sich wissenschaftlich ein bisschen erklären, Laura. Deswegen, das wollte ich nur nochmal vorwegschieben.

L: Cool.

A: So.

L: Ne, aber jetzt versteh ich woher der Wind weht.

A: Ja.

L: Der weht.

A: Der weht. Auf meinem Rücken weht der, in Schlangenlinien.

L: Auf deinen Haaren...

A: So.

L: ...am Rücken.

A: Auf meinen Harem, genau.