

## C1 - Textproduktion 1: Digitale Medien im Alltag – Chancen und Gefahren

**Verfassen Sie einen zusammenhängenden, argumentativen Text (mindestens 350 Wörter) zu diesem Thema. Versuchen Sie dabei, möglichst viele Wörter und Ausdrücke aus der Liste sinnvoll zu verwenden (mind. 5 😊)**

zeitgemäß	Umgang mit / umgehen mit Medien/Zeit	die Zeit totschlagen	unterhaltsam
mit der Zeit gehen	der Teufelskreis	erschöpft	der Medienkonsum
entschleunigen	Ein möglicher Vorteil wäre	insbesondere	rund um die Uhr
es hat einen enormen Einfluss auf	die ständige Erreichbarkeit	hauptsächlich	Zeit wahrnehmen

### 1. Wie beeinflussen soziale Medien deinen Alltag?

Beschreibe, wie viel Zeit du mit sozialen Netzwerken verbringst und wie sich das auf deine Konzentration, deinen Schlaf oder deine Produktivität auswirkt.

### 2. Sind soziale Medien eher nützlich oder schädlich für unsere Gesellschaft?

Gehe auf einige Vor- und Nachteile (z. B. Kommunikation, Selbstdarstellung, Informationsfluss oder Suchtverhalten) ein, begründe sie und gib ein Beispiel für jede deine These.

### 3. Was kann man tun, um den eigenen Medienkonsum bewusster zu gestalten?

Schlage konkrete Strategien oder persönliche Erfahrungen vor, z. B. Bildschirmzeit begrenzen, Benachrichtigungen ausschalten oder digitale Pausen machen.