

Was passt in den Text? Schreiben Sie die entsprechenden Buchstaben in die Rubrik.

Achtung! Es gibt einen Buchstaben zu viel.

(0) ist ein Beispiel für Sie.

Süchtig nach Realitätsflucht?

Mütter, die ins Handy starren, während sie stillen. Eltern, die beim Abendessen auf dem Tablet lesen, **G**. Und Jugendliche, die zugeben, _____. So sieht unser Alltag aus.

Eine Forschungsgruppe wollte es genau wissen und befragte mehr als 5.500 Kinder und Jugendliche sowie ihre Eltern. Die kamen nicht besser weg als ihre Kinder: Wenn Mütter „nebenbei“ surfen und chatten, _____ – sie essen und schlafen schlechter.

Das Kindergartenkind von elektronischen Medien „babysitten“ lassen? Das machte die Hälfte der Befragten für mehr als 30 Minuten am Tag. Mit Folgen: Die Kleinkinder konnten sich schlechter konzentrieren _____.

Auch jene von euch, _____, können sich körperlich schlechter beruhigen. Sie sind unkonzentrierter, leichter ablenkbar und essen mehr Süßigkeiten. Das macht dick – und unglücklich.

Was kannst du also tun, um dem Netz nicht ins Netz zu gehen? Die Antwort ist einfach: Nimm dir Zeit für echte Freundschaften und suche dir Abenteuer in der analogen Welt.

Dasselbe gilt auch für die Virtual Reality. Wer zu viel Zeit mit einer VR-Brille auf dem Kopf verbringt, _____. Nach einem Ausflug in die virtuelle Realität kann es erst einmal dauern, _____. Farben, Töne und Kontraste wirken jetzt blasser als zuvor. Damit steigt die Gefahr, _____. Denn in der VR kann man sich prima vor den eigenen Problemen „verstecken“...



- A)** bis man wieder auf dem „Boden der Realität“ angekommen ist
- B)** dass sie ihre Internetnutzung nicht kontrollieren können
- C)** der muss mit Schwindel, Kopfschmerzen und Übelkeit rechnen
- D)** die mehr als 60 Minuten pro Tag am Handy verbringen
- E)** ohne je draußen gespielt zu haben
- F)** schadet das den Babys
- G)** statt miteinander zu sprechen
- H)** süchtig nach der „Realitätsflucht“ zu werden
- I)** und lernten langsamer sprechen

Photo by jrmaki Pixabay