

### Adolescents i dependència tecnològica

Algunes de les frases preferides dels adults, com ara: «Deixa estar el mòbil!» o «Tot el dia davant la pantalla...», fan referència a la dependència tecnològica dels adolescents. Però, trobem únicament desavantatges en l'ús dels dispositius electrònics?

Primerament, és innegable que aquests aparells, especialment els telèfons mòbils, generen addicció a una gran part de la població. Això afecta, sobretot, els joves, que poden arribar a sentir angoixa i ansietat si passen hores desconnectats de les xarxes socials i Internet.

No obstant això, el principal problema radica, en molts casos, en la manca de supervisió. Aquests dispositius són increïblement útils, perquè, a més d'ajudar a fer noves amistats i divertir-se, poden ser eines acadèmiques que faciliten i dinamitzen l'aprenentatge. En totes aquestes situacions, la dependència no apareixerà si se'n fa un ús controlat i responsable.

En conclusió, els inconvenients en referència a l'addicció a les tecnologies que fan servir els adolescents es poden solucionar fàcilment, deixant únicament una gran quantitat d'avantatges.