

## Danger : smartphones pour les ados, internet pour les adultes



Quand on observe l'usage compulsif des smartphones chez les ados , on se rend compte d'une véritable addiction .

Or plus l'usage du smartphone est fréquent, autant les performances scolaires diminuent et plus la qualité de vie des ados dégringole.

L'usage du smartphone est directement lié à l'anxiété et la réussite scolaire est inversement corrélée aux diverses manifestations de l'anxiété.

source : Ken State University (Ohio,USA)

Il en est de même pour l'addiction des adultes au travail .Plus l'adulte est addict, plus il a tendance à consulter ses mails et internet jusqu'à se réveiller 3 fois par nuit pour consulter ses courriels.

Smartphone et internet à outrance = anxiété et chute des performances.