HAL
open science

Regards croisés sur les usages problématiques du Smartphone dans la société française

Emma Fourati

To cite this version:

Emma Fourati. Regards croisés sur les usages problématiques du Smartphone dans la société française. Art et histoire de l'art. 2013. dumas-00942682

HAL Id: dumas-00942682

https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-00942682

Submitted on 17 Feb 2014

HAL is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.

Université Paris 1 Panthéon Sorbonne

UFR 04 - Arts Plastiques Et Sciences De L'Art

Mémoire De Master 2 Recherche

Etudes Culturelles

Regards croisés sur les usages problématiques du Smartphone dans la société française

Elaboré par **: Emna Fourati**

Mémoire dirigé par Mr. Christophe Génin

Année universitaire 2012-2013

Table des matières

Introduction 4

I. **Présentation du domaine de la recherche** 7

1. Constat d'usage 8
2. Fondements de la recherche 12

II. **Etat de la recherche** 17

1. Méta-analyse quantitative 18
2. Méta-analyse qualitative 22

III. **Du design éthique au design problématique** 26

1. Bref historique de l'évolution de la téléphonie et de ses usages 26
2. Interprétation pragmatique de l'usage de la téléphonie mobile 32
3. Transformations sociotechniques liées à l'émergence de la téléphonie mobile et du Smartphone 38
4. Le smartphone face à une économie de consommation de masse 43
5. La dérive des usages 50
   - 5.1. Ambiguïté terminologique 52
   - 5.2. Répercussions des usages problématiques du Smartphone sur le bien-être de l'individu 55
     - 5.2.1. Incidences physiques 56
     - 5.2.2. Incidences psychiques 58
     - 5.2.3. Incidences sociales 60

IV. **Analyse des usages problématiques du Smartphone** 62

1. Première démarche d'expérimentation : Mobilisation auprès des usagers du Smartphone 62
   - 1.1. Critères diagnostiques des usages problématiques des TIC 63
   - 1.2. Enquête par questionnaire 68
   - 1.3. Le *focus group* 74
   - 1.4. Synthèse générale 79

2. Deuxième démarche d'expérimentation : Vérification des hypothèses de la recherche auprès d'un spécialiste 81

2.1. Analyse des sondages et formulation des hypothèses de la recherche..... 83

2.2. Vérification des hypothèses de la recherche à travers l'entretien avec un spécialiste 109

2.2.1. Mise en œuvre de l'entretien..... 109

2.2.2. Interprétation des réponses du spécialiste et vérification des hypothèses de la recherche ……. 111

2.3. Synthèse générale..... 120

V. **Etiologie psychosociale des usages problématiques du Smartphone**..... 122

1. La faible estime de soi ou la tyrannie narcissique 123

2. La manifestation d'un mal être psychique ou le défaut de la représentation du manque..... 128

Conclusion 132

Bibliographie..... 137

Les annexes..... 142

Introduction

« *L'objet est "un fait social total" : il faut que le "philosophe-séméiologue" apprenne à le lire, décrypte, sur sa carapace ou dans ses seules lignes, le culturel qui s'y loge* »

François Dagognet, *Éloge de l'objet*.

L'être humain a toujours rêvé d'être ici et ailleurs à la fois. Depuis les mythes les plus anciens jusqu'à la science-fiction la plus contemporaine, le don d'ubiquité n'a cessé de nourrir l'imaginaire individuel et collectif sous la forme d'un désir. Toujours convoité mais jamais atteint, ce don semble pourtant bien plus accessible depuis l'avènement des technologies numériques de l'information et de la communication et particulièrement des terminaux mobiles (téléphones portables classiques et Smartphones) et d'Internet. Ces technologies ont pu offrir à l'homme la possibilité d'être physiquement présent et spirituellement partiellement absent, en faisant l'expérience d'un espace sans distance et d'un temps sans délais.

Avec l'émergence du Smartphone et sa massification, nous avons assisté à une prolifération des fonctions et des facilités assignées par ce dispositif technique approuvant le maintien du lien permanent à l'autre, l'accès à une infinité d'informations et de données, la distraction, le divertissement et la gestion des tâches et des activités du quotidien. Cette évolution technologique a bouleversé à notre sens, la phénoménalité des usages de la téléphonie mobile et a profondément touché nos structures perceptives et notre manière d'être au monde. L'observation de l'exaltation télécommunicationelle actuelle rend bien compte de ces bouleversements déployés par ce nouvel échelon inédit de la révolution numérique.

Certes cette nouvelle technologie a permis aux êtres humains d'être plus efficaces d'un point de vue utilitariste, d'avoir l'impression d'une présence permettant de rompre avec la solitude et d'avoir le moyen de faire face à la fragmentation du vécu et à la dispersion identitaire qui menacent leurs équilibres. Néanmoins, dans certains cas, la précarité de la maîtrise de l'usage de ce médium s'est transformée en une conduite compulsive que nous pouvons décrire comme une véritable pathologie communicationnelle. Contrairement à l'impulsion qui n'est qu'un élan, la compulsion sous-entend une lutte interne de l'individu, une tension entre élan et retenu. Bien entendu,

les cas de subordination au dispositif technologique ne sont pas tous pareils : cela peut varier de la répétition fréquente de l'usage du Smartphone à une véritable crise d'angoisse à l'idée de se séparer ou de perdre cet appareil numérique. La technologie innovante à première vue libératrice et émancipatrice, a le pouvoir de générer ou de révéler (c'est ce que nous tenterons de vérifier à travers cette recherche) des comportements problématiques qui peuvent nuire au bien-être et à la sociabilité de l'individu.

Ayant moi-même[1] fait l'expérience d'un usage non maîtrisé de mon Smartphone, je me suis souvent interrogée sur les facteurs qui ont rapidement érigé ce nouveau dispositif technique au statut de l'objet indispensable et essentiel à l'épanouissement d'un grand nombre d'usagers, ainsi que sur les phénomènes psychosociologiques qui peuvent procurer un tel besoin récurrent d'utilisation de ce dispositif.

Le point de départ de ce mémoire n'est donc pas le Smartphone en soi, mais ses usages. Ceux-ci seront identifiés et étudiés tout au long de cette recherche en veillant à bien saisir leurs implications socio-psychologiques dans l'épanouissement des individus.

Afin d'accomplir cette démarche, nous avons construit notre recherche en cinq parties qui développent et traitent les différents niveaux d'analyse, et corrélativement nos questions et hypothèses de la recherche.

En premier lieu, la présentation du domaine de la recherche (chapitre I), vise à cerner notre champ de la recherche et à en déterminer les limites. Ce premier chapitre étaye notre constat d'usage du dispositif innovant à savoir le Smartphone et notre propre observation et vision de ce phénomène d'actualité. De surcroît, ce chapitre a pour objectif d'exposer nos fondements de la recherche et à définir nos mots et concepts clés ainsi que les méthodes et les domaines auxquels nous aurions recours tout au long de l'élaboration de ce mémoire.

Cette présentation du domaine de la recherche, est indispensable pour advenir au deuxième chapitre qui va étayer plus en profondeur nos intentions et nos objectifs de la recherche. Il s'agit d'une partie dédiée à l'état de la recherche (chapitre II) qui consiste à l'exploration des publications scientifiques élaborées à ce jour, en étroite relation avec notre domaine de la recherche. En plus de la constitution d'une base de données bibliographique, ce travail nous a permis d'explorer les réflexions d'autres chercheurs en rapport avec notre sujet de recherche, de les questionner et d'en extraire les principales

[1] J'emploie dans ce paragraphe la première personne du singulier pour évoquer mon expérience personnelle.

interrogations et conceptions pour en tirer meilleurs profits par rapport à notre objet d'étude.

Dans un troisième temps, nous avons vu nécessaire de replacer le Smartphone dans son contexte socio-historique, économique et technique d'intelligibilité et de mettre en lumière la précarité actuelle de la maîtrise de l'usage des Smartphones. Dans cette perspective, nous avons entamé le chapitre III par un bref historique de l'évolution de la téléphonie et de ses usages, qui vise à mettre l'accent sur l'altération de l'usage de la téléphonie au fil du temps. Toutes ces évolutions ont nécessité une adaptation et un apprentissage renouvelé de la part des usagers, que nous avons tenté d'analyser en ayant recours à l'approche sémiotique de Charles Sanders Peirce concernant le cycle des habitudes et des changements d'habitudes. Dans la suite de ce chapitre, nous avons cherché à synthétiser les différentes transformations sociotechniques dues à l'évolution de la téléphonie mobile, ainsi que les facteurs économiques ayant participé à l'expansion rapide de cette technologie et qui, à notre sens, ont inévitablement participé à l'émergence des usages d'un nouveau genre à savoir les usages problématiques du Smartphone. La suite de ce troisième chapitre va être consacrée à l'identification de l'étendu de ce phénomène et de ses implications sur le bien être des individus.

Quant au quatrième chapitre de ce mémoire, il sera dédié à deux démarches d'expérimentations que nous avons déployé dans l'objectif de trouver des réponses à nos doutes et conjectures : Une première démarche qui a fait appel à notre mobilisation auprès d'usagers de Smartphones (une enquête par questionnaire et un *focus group*) et une deuxième démarche dont l'objectif a été de vérifier les hypothèses de recherche formulées à partir de l'analyse de sondages élaborés par des organismes spécialisés, auprès d'un spécialiste en médias numériques et en psychologie.

Nous clôturerons cette recherche par un essai d'identification des étiologies psychosociales des usages problématiques du Smartphone, les plus récurrentes, en ayant recours dans notre démarche à une synthèse de la littérature sur ces questions, ainsi qu'aux informations recueillies au cours de nos expérimentations.

I. Présentation du domaine de la recherche

« *Les ordinateurs ne font pas seulement des choses pour nous,*
ils font quelque chose de nous. »
Sherry TURKLE. *Life on the Screen.*[2]

Depuis l'apparition des premiers ordinateurs après la seconde guerre mondiale, notre civilisation s'est engagée dans un bouleversement technologique, qui n'a cessé de croître, pour atteindre son apogée provisoire à l'époque actuelle où les technologies de l'information et de la communication se sont placées au centre de notre vie, révolutionnant notre manière d'être au monde et nos relations à autrui.

L'exemple de l'évolution de la téléphonie est parfaitement édifiant du cataclysme de la phénoménalité de la technologie de la communication : d'une transmission précaire de la voix humaine à une téléportation instantanée de la voix et de l'image, bravant toutes les barrières géographiques et temporelles.

Aujourd'hui un tout petit dispositif qui se tient entièrement dans la paume de la main d'un adulte, offre la possibilité d'accès à une infinité de connaissances, de transférer des données et des informations à l'autre bout du monde, de se divertir en regardant les vidéos, d'immortaliser des souvenirs et d'entretenir les relations sociales.

Ce dispositif technique n'est autre que le Smartphone, objet de notre recherche et source de nos questionnements. Rapidement, il a conquis un nombre important d'usagers et s'est immiscé démesurément dans le quotidien des individus. Il est omniprésent, même quand on ne le détient pas : dans le métro, dans la rue, dans les restaurants, à la télé, dans les affiches publicitaires, partout où on va il est quasiment toujours là. Les jeunes se démènent pour l'acheter, s'empressent pour le toucher et se bousculent pour l'essayer. En l'espace de quelques années, le Smartphone est devenu l'objet de prédilection et du désir de millions d'usagers partout dans le monde.

L'intérêt que nous portons à ce dispositif technique, émane de notre désir de trouver des réponses et des justifications à notre doute, nos hypothèses et nos questionnements, à travers la mise en œuvre de méthodes scientifiques.

[2] Turkle, S. (1995). *Life on the Screen. Identity in the Age of the Internet*, New York: Simon & Schuster Paperbacks, p. 26. (Citée dans Vial, S. (2012). *La structure de la révolution numérique. Philosophie de la technologie*, Thèse de doctorat, Université Paris Descartes.)

Ce premier chapitre va être consacré à la présentation de l'objet de notre recherche, à la définition des mots clés, à la désignation de nos questionnements de la recherche ainsi que les principales méthodes déployées tout au long de ce travail.

1. *Constat d'usage*

S'intriguer en regardant des passants parlés seuls dans la rue, alors qu'ils sont en pleines conversations téléphoniques à travers une toute petite oreillette dissimulée. Ecouter les histoires personnelles des autres malgré nous, parce qu'on est juste assis dans le métro près d'une jeune femme qui discute avec sa meilleure amie. Faire semblant de pianoter sur l'écran du terminal mobile pour échapper à une situation embarrassante ou tout simplement pour donner l'impression qu'on est occupé. Se sentir vexé après quelques minutes de conversation avec un ami parce qu'on se rend vite compte qu'il n'a pas écouté un mot de ce qu'on disait, trop préoccupé par un nouveau texto atterri dans sa messagerie. La plupart d'entre nous ont certainement vécu des situations pareilles à l'orée du XXIe siècle, dans cette ère où les technologies numériques de l'information et de la communication se sont massivement introduits dans notre quotidien.

Le terminal mobile[3], un objet devenu indispensable pour un grand nombre de français, fait irruption à plusieurs reprises dans notre quotidien en sonnant, vibrant ou émettant de la lumière. Avec l'évolution rapide des technologies de l'information et de la communication, les usages des terminaux mobiles ont peu ou prou été modifiés ; nous n'attendons plus que notre téléphone mobile fasse signe pour l'utiliser, désormais nous scrutons les écrans de nos dispositifs numériques sans objectifs préalables et sans aspirations planifiées. La fonction première du terminal mobile a muté au fil des années. Ce n'est plus un simple « *dispositif qui permet de transmettre la parole à longue distance* »[4] en « *utilisant des relais de radiotéléphonie* »[5], mais un dispositif multitâche qui permet la communication, le divertissement, la distraction, l'apprentissage et l'assistance. Cette évolution des usages du téléphone mobile a conquis toutes les générations, plus particulièrement les jeunes, de par leur dextérité à manier une large palette de fonctions et

[3]Nous utilisons l'expression « terminal mobile » dans l'intégralité du mémoire pour désigner l'ensemble des technologies de la téléphonie mobile c'est-à-dire le téléphone mobile classique et le Smartphone.

[4]Définition du Téléphone selon « Le Dictionnaire » en ligne : Lien Internet : http://www.le-dictionnaire.com/definition.php?mot=t%E9l%E9phone

[5]Un extrait de la définition du petit Larousse illustré 2012, du téléphone Mobile : *« Téléphone utilisant des relais de radiotéléphonie pour communiquer, permettant ainsi de s'affranchir d'une liaison par câble à une centrale ».*

leurs désirs de s'emparer des technologies avant-gardistes. L'ironie de Serge Tisseron à ce sujet nous semble édifiante : « *On a pu dire des jeunes des années soixante-dix qu'ils étaient "les enfants de Marx et de Coca Cola", ceux d'aujourd'hui pourraient bien être "les enfants des copains et des nouveaux médias" !* »[6].

Il faut avouer aussi que l'influence des médias n'est pas la moindre. Ces derniers essaient à travers un discours marketing avisé de faire croire aux usagers potentiels du Smartphone, que l'usage de cette nouvelle technologie de l'information et de la communication va leur ouvrir, de nouvelles perspectives, de nouvelles ambitions et va faire valoir leur personnalité et leur sociabilité. Avec des slogans comme « *Pas de Smartphone, pas de gloire !*»[7], ou encore « *Life Companion* »[8], le statut du téléphone mobile et particulièrement du Smartphone semble être érigé en un outil glorifiant, qui ouvre les portes de la célébrité, du grand prestige et de la distinction. Le dispositif s'est même humanisé pour devenir le compagnon de vie de l'homme, son confident, son ami, son libérateur de l'ennui, comme nous pouvons le constater à travers le discours de marketing des publicités de Samsung Galaxy (exemple : illustration 1).

Illustration 1 : Publicité de Samsung Galaxy S4, Life Companion (Source Internet)

Certaines marques poussent encore plus la séduction en proposant « *une nouvelle façon de vivre* »[9] et même le changement de « *votre façon de découvrir le monde* »[10], à travers leurs dispositifs innovants (Illustration 2). Ils proposent à cet effet, une transformation, un bouleversement et une métamorphose de notre manière d'être au monde, de notre vision de nous-même et de nos rapports aux autres.

[6] Tisseron, S. (2006). *L'enfant au risque du virtuel*, Paris : Dunod, p.1.
[7] Slogan de la publicité NRJ Mobile diffusée dans les chaines télévisées françaises en Février et Mars 2013.
[8] Slogan de la publicité du Samsung Galaxy S4 diffusée partout dans le monde en Mars 2013.
[9] Slogan de la publicité de Sony Xperia (figure 2) diffusée en Mars 2013.
[10] Publicité audiovisuelle du Smartphone Sony Xperia Z diffusée en Mars 2013 dans les chaines télévisées françaises.

Illustration 2 : Publicité Sony Xperia, une nouvelle façon de vivre (Source Internet)

S'ajoute à ce discours tentant des offres de plus en plus attrayantes et séduisantes des opérateurs de la téléphonie mobile, avec des prix quasiment symboliques pour le dispositif technique acheté avec un contrat d'abonnement annuel, des facilités de payement, des offres adaptées à toutes les bourses et tous les besoins, etc.

Ce contexte socio-économique attrayant, a séduit des millions d'usagers en France dont la plupart sont des jeunes de moins de 25 ans. Le Smartphone a même été sacré le produit numéro un des ventes pour Noël 2012 en France, avec quelques 2,2 millions d'unités[11] vendues sur ce seul mois de décembre.

Cette séduction exacerbée par l'objet de l'innovation, s'est rapidement transformée pour certains usagers en une sorte de « dépendance » à l'objet qui se manifeste par un temps d'usage de plus en plus long, une incapacité à se séparer ou à éteindre son dispositif, une angoisse permanente de la perte ou l'égarement du dispositif et même par l'isolement social de l'individu trop absorbé par son Smartphone.

L'observation des détenteurs de Smartphones dans les lieux publics et le comportement de certaines connaissances à l'égard de leurs téléphones intelligents, nous a permis de déceler quelques signes qui peuvent être révélateurs d'un usage non maîtrisé du Smartphone : certains gardent précieusement leurs mobiles dans leurs mains tout au long de leurs déplacements, d'autres se réfugient dans leurs écrans en totale déconnexion avec leur environnement pendant une longue durée de temps, quelques-uns se mettent à râler quand leurs téléphones est hors réseau ou encore déchargés, quand d'autres n'hésitent pas à l'utiliser lors d'un dîner au restaurant, d'une réunion de travail, d'un rendez-vous galant ou même lors des cours et des examens. Se fixer des limites dans l'usage de ce dispositif

[11]Couderc, R. (2012). Communiqué de Presse GFK : Marché de la téléphonie mobile en France : l'essor des offres sans engagement booste les ventes de Smartphones non subventionnés, lien Internet : http://www.gfkrt.com/imperia/md/content/rt-france/cp_gfk_march___des_smartphones_dec2012.pdf

semble être difficile pour certains détenteurs de Smartphone. Ces objets communicants nous rendent-ils dépendants de leur omniprésence ? Restreignent-ils notre capacité à faire des choix et à maîtriser nos envies ?

Nous avons trouvé écho à ces questionnements dans les écrits de Michel Lejoyeux, professeur en psychiatrie et en addictologie, concernant l'usage de l'ordinateur et d'Internet, qui souligne que « *ceux qui sont connectés font tous le même constat : une fois qu'ils ont commencé à se servir d'un ordinateur, ils ne pouvaient plus s'en passer. Ils découvrent de nouveaux usages et en sont de plus en plus dépendants. Internet leur offre une impression (ou une illusion selon le cas) de toute- puissance et d'ubiquité* »[12].

Cette question de l' « addiction » et de la « dépendance » aux dispositifs numériques s'est fortement répandu ces dernières années, beaucoup de chercheurs ont en fait l'objet de leurs études. Nous constatons de plus en plus d'émissions télévisées et de reportages sur ce sujet, de blogs sur Internet, de groupes sur Facebook, qui traitent tous de cette même question. Serge Tisseron et Frédéric Tordo ont même eu l'idée, récemment, de faire à partir de cette nouvelle culture de l'écran, le premier Diplôme Universitaire sur le virtuel en France (à l'Université Paris 7 Diderot), dans le domaine des sciences humaines et sociales, qui débutera à l'année universitaire 2013-2014 et qui s'intitule : « Technologies nouvelles et nouvelles pathologies : Théories du virtuel et applications en psychologie, santé, éducation et culture»[13].

Face à la banalisation de la dépendance et de l'addiction, à travers les médias et les publicitaires (Par exemple les publicités de Dior Addict : parfum et rouge à lèvres), nous avons trouvé nécessaire de restituer les définitions de ces notions et de ces concepts à leurs justes significations, tout en les interrogeant par rapport à l'usage de notre objet d'étude à savoir le Smartphone. Nous considérons, à cet effet, que ce travail de recherche, traite d'un sujet d'actualité qui touche plusieurs milliers voire millions d'utilisateurs de Smartphones et dont les recherches sur les origines, les motivations et les conséquences de ce type d'usage restent à ce jour minimes.

[12]Lejoyeux, M. (2007). *Du plaisir à la dépendance, Nouvelles addictions, nouvelles thérapies*, Paris : éditions de la Martinière, p.71.
[13] Source Internet : http://www.ep.univ-paris-diderot.fr/spip.php?article582.

2. *Fondements de la recherche*

Ce travail de recherche s'intègre dans le champ des Cultural Studies, appelé communément en France : les Etudes Culturelles. Ce vaste champ représente l'étude des phénomènes culturels sous un angle transdisciplinaire et s'intéresse aux constructions culturelles présentes dans tous les discours, donnant une place privilégiée au chercheur qui se préoccupe des méandres des phénomènes culturels et de leurs implications théoriques et pratiques.

A travers la transdisciplinarité des Etudes Culturelles, nous avons entamé cette recherche qui relie deux pôles de domination à savoir la sociologie et la psychologie, dans l'objectif de trouver des réponses à nos doutes et nos questionnements. Notre domaine de la recherche est défini par le secteur de l'Usage et plus précisément par le sous-secteur des usages problématiques du Smartphone. Nous avons choisi de délimiter notre périmètre géographique de la recherche à la France métropolitaine, en raison de l'identification de ce phénomène au sein de cette société et de notre présence sur ce terrain d'investigation. Nous nous interrogeons à cet effet, sur un sujet d'actualité qui traite de la précarité de la maîtrise de l'usage des terminaux mobiles. Ce qui ne veut pas dire que nous n'allons pas nous intéresser à des époques antérieures, bien au contraire, nous allons nous appuyer tout au long de cette recherche sur l'évolution de la téléphonie pour retracer et traduire cette métamorphose des usages des terminaux mobiles et des comportements qui en découlent.

Dans cette perspective, nous avons jugé important de commencer notre recherche par la définition des mots, notions et concepts clés auxquels nous allons avoir recours tout au long de ce travail, ainsi que les méthodes que nous envisageons d'utiliser et les questionnements qui nous ont donné la détermination et le désir de mener cette recherche.

- **Définitions des mots et concepts clés**

A travers des discussions et des entretiens que nous avons eus avec notre entourage, nous nous sommes rendu compte que définir le Smartphone est souvent ambigu puisqu'il est communément assimilé à un téléphone tactile ou encore à un téléphone connecté à Internet. Ce qui est inexact, puisqu'il existe des Smartphones qui ne sont pas tactiles comme le BlackBerry, comme il y a aussi plusieurs téléphones mobiles classiques qui bénéficient d'une connectivité à Internet. La définition du téléphone intelligent, proposée par le dictionnaire Le Petit Larousse illustré 2012 à savoir : « *téléphone mobile, souvent muni d'un écran tactile, intégrant les fonctions d'un petit ordinateur, notamment internet,*

les messageries, le GPS et de nombreuses autres applications »[14], ne nous donne pas satisfaction puisqu'elle nous parait incomplète. Néanmoins, la définition apportée par le site en ligne Maxisciences nous semble plus adéquate et appropriée : « *Le Smartphone est, comme son nom l'indique, un téléphone portable "intelligent" car doublé de nombreuses fonctionnalités et applications. Il permet ainsi, entre autres, de surfer sur internet, peut servir d'agenda, de GPS, de lecteur multimédia et intègre bien souvent bon nombre de gadgets en tous genres. Le smartphone doit ses performances à son système : il s'agit d'un téléphone portable associé à un assistant numérique personnel* »[15]. En effet, la différence entre un téléphone mobile classique et un Smartphone réside au fait que ce dernier est associé à un assistant numérique personnel et donc à un système d'exploitation, d'où ses capacités multifonctionnelles et multitâches. Ce dispositif[16] technique (Agamben 1977), fait partie des Technologies numériques de l'information et de la communication (TNIC) définies par Julie Denouël et Fabien Granjon (2011) comme des « *dispositifs d'information et de communication qui s'incarnent dans des objets et des services qui, à des degrés divers, reposent sur les technèmes de la numérisation du signe et de l'informatique connectée c'est-à-dire sur les technologies télématiques les plus récentes* »[17].

Ce vaste champ de la recherche a depuis longtemps suscité l'intérêt des chercheurs et particulièrement la question de l'usage de ces dispositifs numériques, dans la mesure où ils s'intègrent toujours davantage dans le quotidien des individus et se présentent parfois même comme des impératifs pratiques. Les usages, définis par Le Dictionnaire en ligne comme des utilisations ou des emplois d'une technique par un groupe social[18], ont une portée bien large puisqu'ils «*sont liés aux appréciations, envies, intérêts, goûts et sens pratiques de ceux qui les mobilisent. Ils sont le résultat d'un ajustement complexe entre une histoire sociale incorporée (la manière dont les usagers perçoivent leur environnement) et la mobilisation d'un dispositif technique qui est lui-même constitué d'une combinatoire de mondes sociaux et culturels*»[19].

---

[14] Le Petit Larousse illustré 2012.

[15] Définition du site en ligne Maxisciences, lien Internet : http://www.maxisciences.com/smartphone/

[16] « *J'appelle dispositif tout ce qui a d'une manière ou d'une autre, la capacité de capturer, d'orienter, de déterminer, d'intercepter, de modeler, de contrôler et d'assurer les gestes, les conduites, les opinions et les discours des êtres vivants* », Agamben. G. (2006). *Qu'est-ce qu'un dispositif ?*, Paris : Rivages poche, petite bibliothèque, p.31.

[17] Denouël, J. et Ganjon, F. (2011). *Communiquer à l'ère numérique, Regards croisés sur la sociologie des usages*, Paris : Presses des Mines, Collection sciences sociales, introduction.

[18]Définition du dictionnaire en ligne : Le Dictionnaire, source Internet : http://www.le-dictionnaire.com/definition.php?mot=usage

[19] Denouël, J. et Ganjon, F. (2011), *op. cit.*, p.7.

L'observation de la société française contemporaine, nous a dévoilé un type d'usage du dispositif technique à caractère pathologique chez certains détenteurs de Smartphone, à savoir : les usages problématiques du médium. Par usages problématiques nous entendons les usages excessifs compulsifs du Smartphone qui peuvent générer des nuisances physiques, psychiques ou sociales à l'individu. Cependant, cette recherche exclue l'usage professionnel excessif du Smartphone, étant donné que ce type de dépendance appelée le « Workoolisme » est véritablement une addiction au travail et non au dispositif numérique, définie par Michel Hautefeuille comme une catégorie à part entière dans les addictions sans toxiques et qui désigne « *la relation pathologique d'un individu à son travail caractérisé comme toute addiction par la compulsion à lui consacrer toujours plus de temps et d'énergie* »[20].

- **Positionnement et questionnements de départ**

Le point de départ de cette analyse est un engagement personnel contre toutes les notions de servitude qui peuvent altérer notre bien-être au quotidien. Ayant constaté que certains dispositifs numériques comme le Smartphone, l'ordinateur ou encore la tablette numérique, sont en train de créer une forme de « dépendance » et d'asservissement à l'objet, en bousculant nos modes de consommation des médias et en se déployant plus largement dans tous les secteurs de nos vies quotidiennes, je[21] me suis engagée à réaliser cette étude dans l'objectif de comprendre et d'analyser l'origine, les motivations et les implications des usages problématiques de ces médias et particulièrement du Smartphone.

Face à ce contexte, c'est en tant qu'étudiante-chercheuse, designer et utilisatrice de ce dispositif numérique que je me place et j'articule cette posture avec celle de passionnée par les technologies innovantes pour essayer de trouver des réponses à mes doutes et conjectures.

Alors que les designers ont pour vocation d'imaginer et de concevoir des objets esthétiques et fonctionnels dans l'objectif, entre autres, de donner une liberté accrue aux usagers, certains produits semblent pourtant s'apparenter à diverses nuisances et comportements pathologiques qui restreignent l'autonomie de l'individu. Dès lors nous pouvons nous interroger sur la responsabilité éthique du designer dans la conception des Smartphones et leur implication dans l'expansion des usages problématiques de ce dispositif numérique : Est-ce l'usage de ce téléphone intelligent qui engendre ce

[20] Hautefeuille, M. (2012). *L'addiction au travail ou workoolisme*, dans Addictologie clinique, Eric Pierre Toubiana (dir), Presses Universitaires de France, Paris, p. 625.
[21] J'emploie dans ce paragraphe la première personne du singulier pour évoquer mon expérience personnelle.

comportement compulsif ou ne fait-il que révéler des déficiences affectives et psychologiques chez les individus. Cette attitude de subordination à l'objet de l'innovation, rentre-elle dans les planifications et les intentions des industriels et du système capitaliste occidental ? Par ailleurs, nous pouvons nous interroger sur les facteurs et les phénomènes psychosociologiques qui sont mis à contribution dans le déploiement de cette relation de « dépendance » à l'objet. Mais aussi sur les fonctions et les caractéristiques du Smartphone liées à cet usage compulsif : Est-ce une dépendance et un attachement à l'objet en tant que tel ou bien à ce qu'il procure comme pouvoirs et sensations ?

Plusieurs études sur la « dépendance » à ce médium ont révélé que les jeunes et particulièrement les adolescents sont les plus susceptibles à avoir un comportement compulsif à l'égard de leurs Smartphones. Dans ce sens, cet usage pathologique de cette technologie de la part des jeunes, est-il stimulé par un besoin de sociabilité exacerbée ou inversement par un besoin de détachement de l'environnement proche ? Est-ce l'aspect interactif du produit innovant qui engendre ce fort engouement pour les Smartphones ou sa multifonctionnalité qui donne l'illusion de la toute puissance et de l'ubiquité ?

Plusieurs questionnements ont motivé notre désir d'exploiter et d'étudier ce phénomène d'actualité qui concerne et touche plusieurs adeptes des technologies de l'innovation partout dans le monde et que nous allons développer, plus en profondeur, tout au long de ce mémoire.

- **Problématique**

En partant du postulat que le Smartphone est une innovation technologique facilitant l'échange et la communication et conférant plus de pouvoir et de liberté à certains, dans quelles mesures ce dispositif peut-il se transformer en un objet de dépendance et d'asservissement, délimitant notre autonomie et altérant notre bien-être au sein de la société ?

- **Méthodes**

Dans une visée méthodique et empirique, nous allons avoir recours dans ce travail de recherche, à des méthodes et des démarches qui vont nous aider à construire notre réflexion et à vérifier nos suppositions. Aussi avons-nous choisi de nous appuyer essentiellement sur la méthode pragmatique et la méthode expérimentale.

Le pragmatisme étant intimement lié à une remise en cause de l'idée d'une vérité absolue, est une méthode de pensée et d'appréhension des idées qui s'opposent aux conceptions toutes faites et aux idées non expérimentées. Il s'agirait alors de vérifier toutes notions en situation, de les mettre à l'épreuve et d'identifier leurs implications pratiques en

ayant recours aux expérimentations et aux enquêtes prenant forme dans l'observation directe, l'analyse d'expériences vécues, les sondages, etc.

Le pragmatisme selon John Dewey est fondé essentiellement sur l'expérimentalisme. Dans ce sens, il entend « *revendiquer l'expérience comme guide, en science comme en éthique* »[22] et invoque l'importance de l'investigation pour vérifier « *ce qu'il en est réellement de ce qui est observé empiriquement* »[23], sans que notre subjectivité n'intervienne dans nos conclusions.

La méthode pragmatique et la méthode expérimentale sont, à cet effet, intimement liées. Cette dernière est définie comme une « *façon d'aborder un objet de recherche en le soumettant à une expérience pour en faire une étude de causalité* »[24] ou encore comme « *une méthode explicative qui vise à établir une relation de causalité entre deux phénomènes* »[25]. L'utilisation de la méthode expérimentale en sciences humaines vient d'une branche de la psychologie : la psychologie expérimentale (Wundt, Pavlov, Skinner) qui assura la scientificité de cette science naissante en permettant le passage de la psychologie subjective à la psychologie scientifique se basant sur les principes de la science moderne et positive.

En s'appuyant sur ces deux méthodes, nous allons procéder à deux démarches d'expérimentations différentes et indépendantes l'une de l'autre, dans l'objectif de traiter un maximum d'informations qui peuvent se rapporter à notre sujet de recherche et d'éviter de biaiser l'analyse d'une démarche par les résultats de l'autre. Dans cette perspective, nous allons effectuer, dans un premier temps, une enquête par questionnaire (suivie d'un *focus group,* si nécessaire*)* afin de collecter un maximum d'informations sur la nature des relations des usagers avec leurs Smartphones (contrôle de l'usage, motivations d'usage, sensations lors de l'utilisation, place du dispositif technique dans le quotidien des usagers, etc.), puis dans un second temps, nous allons déployer la démarche hypothético déductive qui découle de la méthode expérimentale, dans une analyse de sondages effectués par des organismes spécialisés et dont les résultats vont être soumis à l'avis d'un spécialiste en psychologie comportementale. Notre choix de soumettre les hypothèses formulées à partir de l'analyse des sondages collectés, à l'avis d'un spécialiste émane de notre incapacité de

---

[22] Dewey, J. (2011). *La formation des valeurs*, Traduit de l'anglais et présenté par Alexandra Bidet, Louis Quéré et Gérome Truc, Paris : La découverte, p.84.
[23] *Ibid*., p.106.
[24] Angers, M. (1992). *Initiation pratique à la méthodologie des sciences humaines*, Anjou : centre éducatif et culturel inc, p.353.
[25]Lamoureux, A. (1995). *Recherche et méthodologie en sciences humaines*, Laval : Editions Etudes Vivantes, p. 394.

vérifier certains phénomènes psychologiques propres aux usagers du Smartphone, d'autant plus que nous n'avons pas les connaissances et l'expertise nécessaires pour effectuer un tel travail. Bénéficier de l'expérience d'un spécialiste dans le domaine psychologique, nous permettra d'avoir une idée globale sur l'étiologie[26] et les conséquences des usages problématiques du Smartphone et de vérifier la validité de nos hypothèses.

Le recours à l'expérimentation, à l'investigation et à l'observation des conduites et comportements des êtres humains sont donc le point commun aux deux méthodes : pragmatique et expérimentale, que Dewey nomme « *l'examen de l'expérience* »[27] à partir duquel il est possible par induction et/ou déduction d'émettre des hypothèses elles-mêmes sujettes à une vérification par des opérations similaires. A cet effet, Dewey en conclut que « *l'expérience passée, une fois convenablement analysée et ordonnée, est notre seul guide pour l'expérience future* »[28].

Les méthodes : pragmatique et expérimentale se présentent ainsi comme l'opposé de la théorie spectatorielle de la connaissance : connaitre n'est pas voir mais agir. Par conséquent, nous allons essayer dans ce travail de recherche de faire abstraction de nos jugements personnels, nos conjectures et nos préjugés afin de faire valoir les résultats de l'expérimentation.

II. Etat de la recherche

L'état de la recherche et la méta-analyse qui l'accompagne représentent une étape nécessaire et indispensable à toutes recherches scientifiques sérieuses. Cette étape consiste à réunir et à explorer les écrits et les travaux de recherches ayant trait à la thématique de notre objet d'étude.

Les méta-analyses : quantitative et qualitative seront déployées pour nous permettre de mieux cerner notre secteur de la recherche, d'alimenter notre travail de références et de discussions avec d'autres auteurs et chercheurs, de profiter des points faibles des travaux

[26] « *En médecine, l'étiologie est l'étude des causes et des facteurs d'une maladie, ce terme est aussi utilisé dans le domaine de la psychiatrie et de la psychologie pour l'étude des causes des maladies mentales. L'étiologie définit l'origine d'une pathologie en fonction des manifestations sémiologiques*. » (Définition du mot Etiologie extraite de Wikipédia). Etant donné que la psychiatrie est une branche de la médecine qui décrit et traite les maladies mentales, nous avons opté pour l'utilisation du terme médical : étiologie puisque nous nous intéressons dans ce mémoire à un phénomène psychosociologique.

[27] Dewey, J. (2011). *Op.,cit.*, p.106.

[28] Ibid., p.157.

effectués pour lancer de nouvelles pistes de recherche et d'évaluer la pertinence de notre apport par rapport à l'évolution des questions traitées dans notre domaine de recherche.

Pour ce faire, nous nous sommes mobilisés dans différentes bibliothèques, notamment la bibliothèque « Italie » spécialisée en psychologie, psychanalyse et psychiatrie. Nous avons aussi fait appel à des sites internet scientifiques tels que : www.persee.fr/ http://www.academia.edu / www.bnf.fr/ www.cairn.info/ www.revues.org. Comme nous avons eu recours à différents moteurs de recherche comme «Google Scholar» et «Google livre». Par ailleurs, l'activation de la veille scientifique à travers le moteur de recherche « Google Alertes » nous a permis d'enrichir notre base de données bibliographique[29] tout au long de cette recherche et d'être alerté des différents sondages et études, ayant été réalisés récemment en rapport avec notre projet d'étude.

1. Méta-analyse quantitative

En dépit des efforts déployés, nous n'avons trouvé aucune publication qui appartient au cercle restreint de notre domaine de recherche à savoir : les usages problématiques du Smartphone. Par ailleurs, nous avons pu collecter près de deux cents trente publications qui se rapportent à deux champs liés à notre recherche : Les usages du téléphone mobile et les usages problématiques des technologies de l'information et de la communication (TIC).

Bien évidemment, il nous a été impossible de lire toutes ces publications. En revanche, nous avons pu avoir une idée générale sur leurs contenus à partir des résumés, des introductions, des références ou encore des listes bibliographiques qui les accompagnent. Dans cette étape de la recherche, notre objectif n'est pas de traiter le contenu des publications collectées mais de réunir un maximum de références qui se rapportent à notre champ d'investigation, pour pouvoir tirer profit de l'étude diachronique en visualisant le déploiement des recherches en rapport avec notre sujet dans le temps.

Concernant le secteur des usages du téléphone mobile, nous avons pu collecter une soixantaine de publications qui portent essentiellement sur l'histoire de la téléphonie mobile et ses usages.

[29] Vous pouvez consulter la base de données bibliographique dans les annexes.

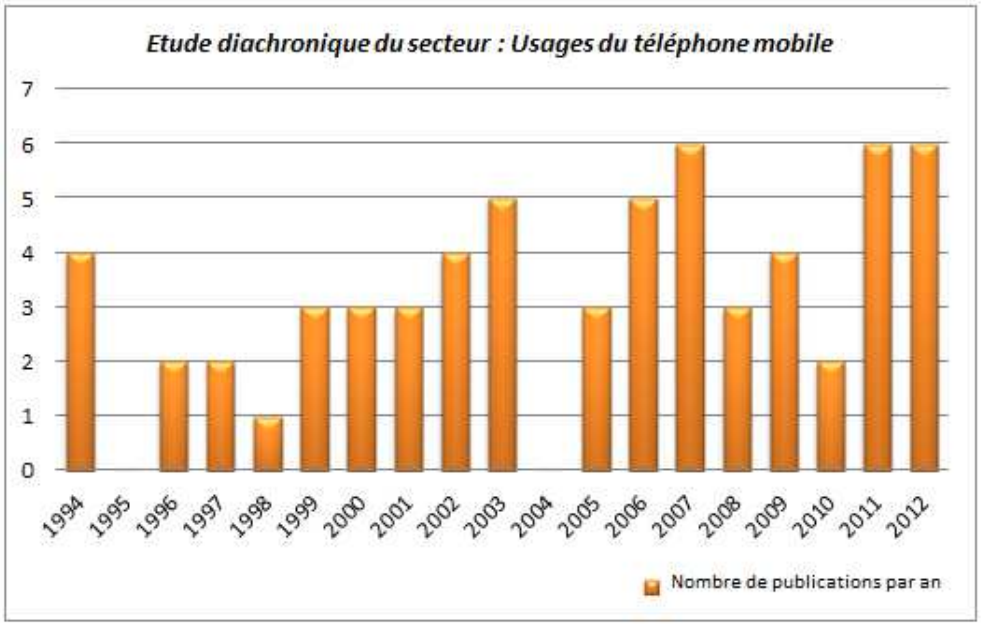

Figure 1 : Etude diachronique du secteur : Usages du téléphone mobile

La figure 1 illustre le nombre de publications que nous avons pu trouver dans le secteur défini par les mots clés : Usage / Téléphone mobile/ Smartphone, entre 1994 et 2012. Cette approche diachronique permet de constater que les recherches sur les usages du téléphone mobile et du Smartphone ont débuté en 1994 et ont connu trois apogées : en 2002-2003, en 2006-2007 et en 2011-2012. Nous pouvons à cet effet, nous interroger sur les raisons de ces pics dans ces périodes bien précises de l'histoire de l'évolution de la téléphonie mobile.

Les recherches sur la téléphonie mobile ont débuté dans les années quatre-vingt-dix, quand « *les téléphones cellulaires sont devenus suffisamment petits et assez bon marché pour intéresser de plus en plus de consommateurs, comme en France, avec le premier portable apparu en 1992* »[30]. Nous pensons que le pic constaté en 2002-2003 est peut être dû à la mise en place de nouveaux satellites (le projet Iridium et le projet Globalstar) et à l'amélioration considérable du réseau de communication. Ce qui peut expliquer d'ailleurs l'explosion des ventes des téléphones mobiles à partir de l'année 2001 où « *30 millions de français posséderont un téléphone portable-cinq fois plus qu'en 1997 et trois mille fois plus qu'en 1986* »[31]. En 2006-2007 les recherches sur les usages des mobiles font un autre pic. Ce dernier est probablement dû à une considérable accélération de la convergence entre portable et Internet, qui s'est finalement matérialisée avec l'avènement du premier

[30]Allard, L. (2009). *Mythologie du portable*, Lassay-les-Châteaux : Le cavalier bleu éditions, p. 17.
[31]Vignola, R. (2000). *Allô ! La merveilleuse aventure du téléphone*, Paris : créations, p.130.

IPhone en fin 2007. Le dernier pic que nous avons pu constater en 2011-2012, nous confirme l'idée que nous traitons un sujet d'actualité, qui intéresse de plus en plus de chercheurs et attise la curiosité et le doute de plusieurs investigateurs. Nous pensons que cette forte croissance des recherches en cette période est due à un exhaussement spectaculaire du taux d'équipement en téléphonie mobile dans le monde et à l'évolution technologique fulgurante de ces médiums. D'ailleurs en France ce taux a atteint 88% en 2012, devenant comparable à celui du téléphone fixe (90%)[32]. Sans oublier, qu'avec la démocratisation des forfaits téléphoniques (Par exemple l'inauguration de Free Mobile en 2011 et l'avènement des forfaits mobiles sans engagement), la téléphonie mobile est devenue abordable pour pratiquement toutes les classes sociales et tous les ménages d'où l'intérêt ressuscité pour ce sujet de recherche.

En ce qui concerne l'étude diachronique du deuxième champ lié à notre recherche à savoir : Les usages problématiques des TIC, les recherches que nous avons trouvé ont commencé avec la publication de l'article du pionnier des recherches sur l'addictologie : Aviel Goodman en 1990 et continuent à ce jour à faire couler l'encre de plusieurs spécialistes en addictologie, psychologie, psychiatrie ou encore en sciences humaines et sociales.

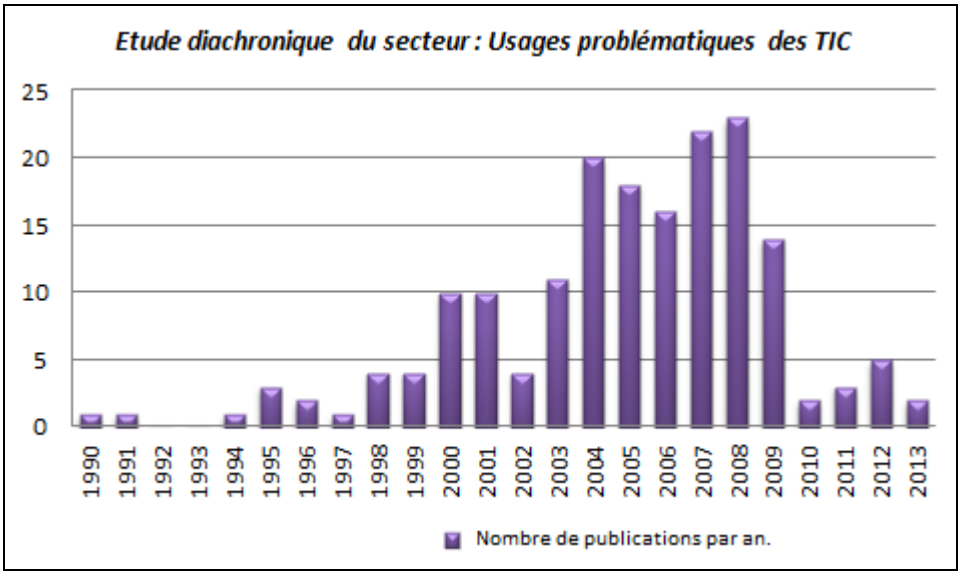

Figure 2 : Etude diachronique du secteur : Usages problématiques des TIC

La figure 2, illustre le nombre de publications que nous avons pu trouver dans le secteur défini par les mots clés : Usage problématique / Téléphone mobile/ TIC/

[32]Bigot, R. et Croutte, P. (2012). *La diffusion des technologies de l'information et de la communication dans la société française* (Juin 2012), Credoc, Département conditions de vie et aspirations, p.28.

dépendance/ addiction, entre 1990 et 2013. L'approche diachronique, nous révèle que ce champ de recherche a connu une apogée entre 2004 et 2008 où un nombre conséquent d'ouvrages et de publications ont vu le jour durant ces quatre années. Nous pensons que ce fort intérêt pour les usages des technologies de l'information et de la communication en cette période est dû à un développement notable de ces médiums dans cette période (expansion d'Internet, avènement de nouveaux dispositifs de jeux vidéo, émergence des Smartphones, etc.), et à l'identification de nouveaux usages problématiques de ces derniers. Comme le disait Albert Einstein « *le progrès technique est comme une hache qu'on aurait mis dans les mains d'un psychopathe* », ce qui veut dire que la nature de l'homme le pousse , *a priori*, à s'abandonner à l'excès de l'usage des nouvelles technologies pour assouvir ses besoins, ses désirs et ses envies. Il ne faut pas oublier que les médias, les publicitaires et les évolutions des sociétés ont aussi une influence importante sur le comportement et l'attitude de l'individu face à la profusion des TIC. D'autant plus que certains gouvernements (comme celui de la France et des Etats Unis), consacrent de plus en plus de budget élevé pour promouvoir ce domaine et investissent désormais des sommes astronomiques dans les recherches liées au progrès et à l'innovation. D'ailleurs, François Hollande a bien ciblé les enjeux du développement de ce domaine dans sa campagne présidentielle de 2012 où il clamait : « *Je soutiendrai le développement des nouvelles technologies et de l'économie numérique, levier essentiel d'une nouvelle croissance, et j'organiserai avec les collectivités locales et l'industrie la couverture intégrale de la France en très haut débit d'ici à dix ans* »[33].

Cette méta-analyse quantitative, nous a permis d'aborder et de visionner notre projet de recherche selon différents angles et à travers des domaines de recherche disparates. De plus, nous avons pu réunir une base de données bibliographique importante, dont le tri et l'analyse vont nous permettre de bénéficier de la pertinence des travaux les plus spécifiques à notre domaine de la recherche.

[33]Cité par Casseurs de pub-La décroissance, hors-série aout-septembre 2012

2. *Méta-analyse qualitative*

Les technologies numériques de l'information et de la communication sont un objet de recherche depuis leurs créations. Tout d'abord sujet d'une littérature portant sur l'histoire des différentes inventions téléphoniques et leurs évolutions comme en témoigne les livres (Allard, 2009)[34], (Flichy, 1991)[35] et (Vignola, 2000)[36] mais aussi sujet à un questionnement sur les usages de ces médiums comme en atteste les publications de (Ferraris, 2006)[37], (Denouël et Grajon, 2011)[38] ou encore (Bellon, 2007)[39]. L'intérêt pour les dispositifs numériques de communication, s'étend à plusieurs domaines, néanmoins, notre sujet de recherche va faire appel essentiellement aux domaines de la psychologie et de la sociologie.

Figure 3 : Différents domaines qui engagent notre recherche

Les recherches sur la téléphonie mobile portent essentiellement sur les usages et les transformations sociotechniques engendrées par l'évolution des différents dispositifs techniques. Cependant, le sujet de « l'addiction » et de la dépendance à ce médium et aux TIC en général est devenu aujourd'hui parmi les thématiques centrales des recherches sur ces technologies. En France, plusieurs chercheurs s'intéressent à ce sujet, notamment des psychologues-psychanalystes regroupés au sein de l'association : Observatoire des Mondes Numériques en Sciences Humaines (OMNSH) comme par exemple Serge Tisseron, Michael Stora ou encore Sylvain Missonnier, dont les publications nous ont beaucoup aidé

[34] Allard, L. (2009). *Mythologie du portable*, Lassay-les-Châteaux, France : Le cavalier bleu éditions
[35] Flichy, P. (1991). *Une histoire de communication moderne*, Paris : La découverte.
[36] Vignola, R. (2000). *Allô ! La merveilleuse aventure du téléphone*, Paris, CZ Créations.
[37] Ferraris, M. (2006). *T'es où ? Ontologie du téléphone mobile*, Paris, Albin Michel.
[38] Denouël, J. et Grajon, F. (2011). *Communiquer à l'ère numérique. Regards croisés sur la sociologie des usages*, Paris : Presses des mines.
[39] Bellon, B. (2007). *Les capacités d'usage des technologies de l'information et de la communication dans les économies émergentes*, Revue Tiers Monde (n° 192), pp. 919-936.

à aborder l'aspect psychologie comportementale de notre étude auquel nous n'avions pas de grandes connaissances au préalable.

Dans notre quête de définition des usages du Smartphone et du terminal mobile en général, la réflexion de Cédric Biagini (2012) a retenu notre attention : « *Avec son Smartphone, le "mobinaute", comme on l'appelle, reste partout et tout le temps reliés aux réseaux numériques. Il n'y a plus de temps mort. Il effectue des recherches sur des moteurs de recherche à tout bout de champ, suit le moindre mouvement de ses amis sur Facebook, se repère grâce au GPS, joue à des jeux vidéo, s'amuse avec les nombreuses applications dont sa machine regorge, prends des photos, filme, et de temps en temps, il téléphone ou envoie des SMS. Ces deux dernières fonctions, pourtant à l'origine de la téléphonie mobile, sont devenues secondaires* »[40]. A travers cette réflexion, nous avons pu comprendre que l'évolution des dispositifs numériques de communication a engendré une métamorphose des usages et des affectations de l'invention de la téléphonie, destinée au départ à « *transmettre la parole à longue distance* »[41]. Ces changements ont attribué des transformations d'ordre social, technique et psychologique à nos rapports aux autres, à nous-mêmes et aux objets. Nous avons souligné dans la citation de Biagini, quelques exemples de transformations engendrées par l'avènement de ces nouvelles technologies comme la compression spatio-temporelle, le régime temporel de forte disponibilité et joignabilité, l'évolution des modalités de l'interaction sociale, etc., que nous aurons l'occasion de développer dans le chapitre suivant. Par ailleurs, nous objectons la dernière phrase de la citation, où l'auteur qualifie les fonctions de téléphoner et d'envoyer des SMS de secondaires. Ce qui n'est pas réellement le cas, puisque le sondage récemment publié par le Credoc[42] confirme que l'envoie des SMS est le principal usage des téléphones mobiles et des Smartphones. Nous nous joignons, à cet effet, à l'idée formulée par Michel Lejoyeux (2007), qui illustre à notre sens notre doute et nos observations : « *Le téléphone, depuis qu'il est devenu portable, a changé de nature et d'usage. On ne l'utilise plus pour s'appeler. On le garde sur soi comme un lien qui rassure et surtout dont on ne peut se passer. Cette disponibilité permanente induit un manque dès que la communication s'interrompt. Qui n'a jamais ressenti ce sentiment inquiétant les jours où son portable est*

[40]Biagini, C. (2012). *L'emprise numérique, Comment Internet et les nouvelles technologies ont colonisé nos vies*, Montreuil : Editions L'échappée, p. 12.
[41] Définition du « Le Dictionnaire » en ligne, lien Internet : http://www.le-dictionnaire.com/definition.php?mot=t%E9l%E9phone
[42] Etude réalisée par le Credoc pour l'ARCEP et publié en Décembre 2012. Source Internet : http://www.arcep.fr/fileadmin/reprise/communiques/communiques/2012/dossier-presse-credoc-2012-101212.pdf

déchargé ou encore oublié au fond d'un tiroir ? Les motifs de cette addiction sont multiples. Certains ont besoin d'être rassurés en sachant proches d'eux ou joignables à tout moment ceux qu'ils aiment. D'autres assouvissent, grâce à leur téléphone, leur besoin de parler en permanence, d'eux en priorité et un peu des autres quand leur forfait n'est pas épuisé »[43]. Contrairement à Cédric Biagini, Michel Lejoyeux place la quête des liens et de la communication au cœur de la problématique de l'omniprésence des dispositifs numériques dans notre quotidien. En effet, bon nombre de chercheurs ont partagé cette idée en mettant l'accent sur le rôle majeur des dispositifs techniques de communication dans le processus de socialisation, comme (Casilli, 2010)[44], (Stora, 2007)[45] et (Tisseron, Missonnier, Stora, 2006)[46].

Par ailleurs, l'écrit de Michel Lejoyeux nous met sur la voie de la dépendance ou plus précisément de l'addiction au téléphone mobile et de son étiologie, qui est la problématique centrale de notre sujet de recherche.

Si la définition de l'origine du terme addiction, fait l'objet de l'unanimité, à savoir : « *un terme d'origine latine revenu dans l'usage anglo-saxon, il comporte la double idée de contrainte de corps et de dette. L'esclave romain était dit "addicté" en ce sens que, dénué de nom propre autant que de liberté, il était "dit par" le maître, donc le plus strictement "aliéné". On retiendra qu'être addicté, c'est, à l'origine être "dit par l'autre"* »[47], la définition clinique de ce terme et ses applications reste un sujet controversé. Néanmoins, nous avons pu constater que la définition apportée par Aviel Goodman (1990) fait toujours référence dans les différents ouvrages que nous avons pu consulter et qui « *considère qu'on peut dire qu'une conduite qu'elle est addictive quand un sujet est, de manière impulsive et difficile à contrôler obligé de recourir à un comportement ou à l'usage d'un produit pour rétablir son homéostasie interne, c'est-à-dire pour abaisser sa tension et pour se procurer un certain plaisir ; deuxième critère nécessaire, c'est que, recourant à cette conduite ou à ce produit de manière répétitive, il le fait bien qu'il ait conscience du caractère potentiellement nuisible de ce comportement* »[48]. A travers cette définition apportée par le pionnier de l'addictologie, Aviel Goodman, nous avons pu dégager les deux principales motivations du comportement addictif à savoir : « *abaisser sa tension* » et

[43]Lejoyeux, M. (2007). *Du plaisir à la dépendance, Nouvelles addictions, nouvelles thérapies*, Paris : Editions de La Martinière, p.74-75.
[44]Casilli, A-A. (2010). *Les liaisons numériques, Vers une nouvelle sociabilité*, France : Editions du Seuil.
[45]Stora, M. (2007), *Les écrans, ça rend accro…*, France : Hachettes Littératures
[46]Tisseron, S., Missonnier S., et Stora, M. (2006*). L'enfant au risque du virtuel*, Paris : Dunod.
[47]Assoun, P-L. (2012). *Psychanalyse et addiction, dans addictologie clinique*, Toubiana, E-P. (Dir), Paris : Presses universitaires de France, p. 33.
[48]Jeammet, P. (2012). *Adolescence et addiction*, dans Addictologie clinique, *op. cit.*, p. 133.

« *se procurer un certain plaisir* ». Ce qui rejoint finalement les théories de plusieurs chercheurs comme Tisseron (2001) qui estime que « *le téléphone portable, inventé comme un moyen de communiquer avec d'autres humains, devient pour certains le moyen d'échapper à l'angoisse de l'abandon par sa seule présence : poser la main sur lui, comme un être cher, rassure* »[49]. Nous assistons à cet effet, à une mutation du statut du téléphone mobile d'un moyen de communication à un objet de prédilection dont certains chercheurs l'on comparé à « *un cordon ombilical* »[50] ou encore à un « *doudou pour adulte* »[51]. Nous nous interrogeons, de ce fait, sur la pertinence de cette analogie entre le lien à une mère et la place occupée par les terminaux mobiles dans la vie de certains d'entre nous. Nous pensons que le téléphone mobile n'est pas un substitut d'une mère, dans une régression vers des modes de relation infantile au monde, mais bien au contraire un outil d'information et d'expression utilisé pour échapper au contrôle des représentants institutionnels adultes, à commencer par les parents par exemple dans le cas des usagers adolescents. Nos doutes vont jusqu'à penser que ce dispositif technique est un outil de construction identitaire et un révélateur de la variation de notre posture psychologique. D'ailleurs, nous avons trouvé écho à nos doutes dans les écrits de Sylvain Missonier qui explique que « *nos rapports aux objets médiateurs techniques sont des vecteurs princeps de notre construction biopsychique identitaire individuelle et collective* »[52] et souligne que « *dans ce contexte, les nouvelles technologies et plus particulièrement les machines à communiquer […] reflètent l'extériorisation de nos représentations et constituent une pièce essentielle du puzzle de notre culture qui enveloppe et surdétermine notre identité*»[53]. Nous tenterons de vérifier ces conjectures en ayant recours à des méthodes scientifiques tout au long de ce mémoire.

A travers cette étude qualitative, nous sommes entrés en discussion avec les interprétations, les définitions et les concepts énoncés par des chercheurs à propos des différents champs de notre recherche (la place du dispositif de communication dans la vie de l'usager, les motivations de cette omniprésence de l'objet technique, la définition de la notion d'addiction, etc.), ce qui nous a permis de définir les axes majeurs de notre recherche et de déterminer les pistes à exploiter pour trouver des explications et des justifications à nos différentes hypothèses et questionnements de la recherche.

---

[49]Tisseron, S. (2001). *L'intimité surexposée*, Paris : Editions Ramsay, p.60.
[50]*Ibid.*
[51]Biagini, C. (2012). *Op. cit*., p. 316.
[52]Missonier, S. (2006). *Psychopathologie psychanalytique du virtuel quotidien*, dans L'enfant au risque du virtuel, Paris : Dunod, p.43.
[53]*Ibid*., p.44.

III. Du design éthique au design problématique

Malgré que l'invention du Smartphone ne représente pas une invention disruptive en soi mais une innovation dérivée de plusieurs technologies, l'ampleur du phénomène est, à ce jour, tout à fait singulière dans le domaine des technologies numériques de l'information et de la communication. Cette rapidité de la consécration du Smartphone a contribué à ce que se déploient diverses recherches questionnant les transformations sociotechniques liées à l'usage de ce dispositif technique et l'adaptation de l'être humain à toutes ces évolutions technologiques et sociales.

Le présent chapitre vise à replacer le Smartphone dans son contexte socio-historique, technique et économique d'intelligibilité, dans l'objectif de retracer l'évolution de ses usages au fil du temps et d'identifier les facteurs liés à l'émergence de ces usages d'un nouveau genre à savoir les usages problématiques du dispositif numérique. Dans ce sens, nous allons acheminer cette partie de la recherche (depuis l'invention du téléphone jusqu'aujourd'hui) en focalisant nos recherches sur tous les facteurs : historiques, économiques, culturels, sociaux et technologiques ayant pu contribuer à l'émergence de ces usages problématiques du téléphone intelligent. Aussi, nous essayerons d'identifier dans cette partie de la recherche les aspects caractéristiques de cet usage dit problématique ainsi que ces implications sur le bien-être de l'individu.

1. Bref historique de l'évolution de la téléphonie et de ses usages

Dans la perspective qui est la nôtre, à savoir celle de l'étude des comportements liés aux usages du Smartphone, la recherche de l'origine et de l'histoire de l'évolution de cette invention nous a semblé indispensable et édifiante.

La transmission de la voix humaine à travers le premier téléphone fixe, à la fin du XIXème siècle, a bouleversé les relations sociales et a assigné de nouvelles pratiques d'usages. L'invention du téléphone fixe (1876) est attribuée à Graham Bell qui est aussi le fondateur de la *Bell Telephone Company* (ancêtre du géant américain AT&T), qui a compté, après seulement quelques mois de son ouverture, 1300 appareils téléphoniques en usage aux États-Unis.

A ses débuts, le téléphone a été envisagé comme simple « *machine à délivrer des informations à distance plutôt qu'à transmettre des conversations* »[54]. Personne n'imaginait d'ailleurs l'ampleur et l'importance que va rapidement acquérir ce dispositif technique. Néanmoins, dès les premiers usages de l'objet innovant, ce qui marquait les esprits c'était le fait d'« *être entendu sans être vu, voilà une nouveauté excitante* »[55]. Entrer en contact avec l'autre dans une présence auditive et corrélativement une absence visuelle, est certes un phénomène inédit à cette époque.

L'extrait du récit autobiographique de Pauline Broglie, (comtesse de Pange et sœur du physicien Louis de Broglie), intitulé « Comment j'ai vu 1900 », illustre ses souvenirs d'enfance ainsi que les premières expériences d'usage du téléphone suite à l'installation de l'appareil dans l'hôtel particulier de ses parents :

« *L'appareil fut posé chez nous dans un salon de passage. Il était en bois de palissandre et fut cloué au mur. Il ressemblait assez par sa forme aux petites boîtes distributrices de papier hygiénique dans les W.C. Il y avait deux écouteurs pendus à des crochets de chaque côté, et, au centre, un bouton sur lequel on appuyait pour obtenir la communication avec le poste central. Et cela de plus en plus rageusement car la réponse était lente à venir. On parlait devant une petite planchette que ma mère essuyait soigneusement "pour enlever les miasmes" disait-elle, après chaque conversation. La sonnerie était déchirante et s'entendait dans toute la maison. Mais on ne courait pas au téléphone ! Un domestique était préposé à ce soin, décrochait l'écouteur, s'informait de ce qu'on désirait et allait chercher la personne demandée. J'entendais de ma chambre la sonnerie et l'étrange appel, de sonorité si exotique : Allô ! Allô ! Que ma mère s'efforçait de prononcer à l'anglaise : Heuloh! Heuloh! Naturellement il n'y avait pas d'annuaire, puisqu'il n'y avait pas de numéros. La demande était directe et c'était de continuelles batailles avec les "Demoiselles du téléphone". Après une demi-heure d'énervement et de discussion ma mère en prenait des crises de nerfs et des migraines mais elle y revenait toujours, tandis que ma grand-mère ne voulait même pas approcher l'appareil. Elle avait horreur de cette manière de se parler sans se voir. J'ajouterai que, bien après 1900, jusqu'à ma vingtième année, il ne m'a pas été permis de décrocher moi-même l'écouteur ! Une jeune fille bien élevée ne répondait au téléphone que lorsqu'on se fût bien assuré de*

[54] Vignola, R. (2000). *Op.,cit.*, p. 22. (Citée dans Vial, S. (2012). La structure de la révolution numérique. Philosophie de la technologie, Thèse de doctorat, Université Paris Descartes.)
[55] *Ibid.*

l'identité de la personne correspondante. Un jeune homme de bonne éducation ne se serait jamais permis d'appeler une jeune fille au téléphone sans passer par ses parents » [56].

Ce que nous pouvons retenir de cet extrait, c'est cette nouvelle modalité que le téléphone a pu introduire dans les relations avec autrui : se parler sans se voir. Nous pouvons aussi noter que pour les personnes âgées, ici la grand-mère de Pauline, l'usage de cet appareil était juste inconcevable. Et que même ceux qui l'utilisaient, étaient obligés de se soumettre à des contraintes d'ordre techniques, sociales et culturelles.

L'assimilation de cette nouvelle manière d'être à autrui, dans les croyances et les habitudes des individus, s'est faite de manière progressive, jusqu'à faire partie intégrante de leur modalité d'être au monde et de leur quotidien : « *ce bon vieux téléphone que nous avons si bien intégré dans nos vies qu'il nous paraît naturel de nous parler sans nous voir*»[57].

En 1973, Martin Cooper, directeur de la recherche et du développement chez Motorola, a mis au point un nouveau dispositif technique qui a permis non seulement de se parler sans se voir mais aussi de faire disparaitre les barrières du temps et de l'espace en ouvrant le champ de la communication mobile. Néanmoins, il fallut attendre plusieurs années pour que ces téléphones cellulaires soient suffisamment miniaturisés pour être qualifiés de « mobiles » c'est-à-dire transportables et non plus embarqués comme les téléphones de voiture. Ce n'est qu'en 1983, que Motorola a lancé aux états unis le premier véritable téléphone portable : Le Motorola DynaTac 8000X. Ce téléphone était extrêmement léger pour l'époque : 25cm pour 783 grammes[58], alors que les téléphones mobiles actuels pèsent généralement entre 100 et 200 grammes, à titre d'exemple, l'IPhone 5 mesure seulement 7,6 mm d'épaisseur et ne pèse que 112 grammes[59].

Cette invention du téléphone portable ne représente pas une invention disruptive en soi mais une innovation dérivée combinant deux technologies : celle de la radio et celle du téléphone[60]. Conçu au départ à des fins militaires[61], son usage a très vite acquis d'autres dimensions comme l'éducation, l'information et la distraction. La transition vers le

---

[56]De Broglie, P. (1962). *Comtesse de Pange*, Comment j'ai vu 1900, Paris : Grasset. Cité dans Vial, S. (2012). La structure de la révolution numérique. Philosophie de la technologie, Thèse de doctorat, Université Paris Descartes.

[57]Tisseron, S. (2008). *Virtuel, mon amour : penser, aimer, souffrir, à l'ère des nouvelles technologies*, Paris, Albin Michel, Introduction.

[58] Goggin, G., (2006). *Cell Phone Culture: Mobile Technology in Everyday Life*, Londres : Routledge.

[59] Source Internet : le site d'Apple : http://www.apple.com/fr/iphone/features/?aosid=p230&cid=wwa-fr-kwg-iphone&siteid=gofr&keywordid=460669837&creativeid=12989129072&campaignid=266445&sissr=1

[60] Allard, L. (2009). *Op. cit.*, p.17.

[61] Desurmont, N. (2008). *Communicologie et radiophonie : des fins militaires aux fins éducatives*, Les cahiers du journalisme n°18.

numérique et le développement de l'informatique ont constitué des atouts favorables pour l'émergence d'une téléphonie de deuxième génération. C'est ainsi que les usagers ont découvert les nouvelles pratiques de « *Texting* », de bip, de jeux, etc.

Peu de temps après le lancement du premier téléphone mobile, IBM a lancé son premier Smartphone baptisé l'IBM Simon en 1992. Il a fallu aussi attendre quelques années pour que les réseaux soient mieux adaptés aux différentes fonctions du Smartphone et pour que le produit soit accessible au grand public. Concrètement, c'est avec la commercialisation du premier IPhone en 2007 que le phénomène de la consommation et de l'usage des Smartphones s'est véritablement répandu. Ce « couteau suisse numérique » connait aujourd'hui un essor spectaculaire partout dans le monde. En France, le nombre d'utilisateurs de Smartphones a augmenté, passant de 27% en 2011 à 38% au début de l'année 2012[62], pour atteindre en fin 2012 près de 24 millions d'adeptes de Smartphones[63]. Les usages du dispositif numérique se sont démultipliés pour subvenir aux besoins de ses usagers, permettant un accès immédiat à une infinité de connaissances et d'informations, favorisant le contact et les échanges entre individus et offrant un large choix d'applications et de fonctions.

Avec ce progrès spectaculaire en matière de télécommunication, la simple « *machine à délivrer des informations* » s'est vue, au fil du temps, se doter de plus en plus de fonctions et de propriétés. Rapidement, le dispositif technique a évolué permettant plus de liberté et d'aisance dans les communications, jusqu'à devenir individuel, personnel et même portable. Doté d'une connectivité à Internet, le téléphone mobile offre en plus un accès permanent à une infinité d'informations.

En 1947, un reportage dans le présent et le futur intitulé « Télévision œil de demain »[64] scénarisé par J-K Raymond Millet, a entrevu avec précision notre immersion actuelle dans le monde de l'information mobile et a prédit la massification de la présence des écrans dans notre quotidien avec des dispositifs que l'auteur du reportage a qualifié de « *postes de poche, grands comme une lampe électrique* ».

[62]Selon une étude d'Ipsos pour Google réalisée au premier trimestre 2012, Référence Internet : http://lexpansion.lexpress.fr/high-tech/plus-d-un-francais-sur-trois-est-equipe-d-un-smartphone_294293.html

[63]Selon une étude réalisée par Médiamétrie au troisième trimestre de 2012, Référence Internet : http://www.itespresso.fr/marche-mobile-24-millions-francais-smartphone-58742.html

[64] Raymond Millet, J-K. (1947). Télévision œil de demain, réalisé dans les studios de la télévision française, Lien Internet : http://www.ina.fr/video/CPF04010181

Illustration 3 : Dispositif mobile et connecté imaginé par le réalisateur J-K Raymond Millet[65]

Plus de soixante ans après, ce poste de poche que nous appelons aujourd'hui Smartphone, a introduit de nouvelles pratiques d'usage comme le divertissement (les jeux, le lecteur Mp3, les applications, etc.), l'éducation, l'apprentissage et même l'assistance à travers différentes applications qui permettent à certains d'entre nous d'améliorer leur quotidien comme par exemple les applications pour les diabétiques (Diabetes Diary, Diamedic, Log For Life…), les applications pour les personnes âgées (mon médic, Dr Mobile, Mon krono santé..), les applications de surveillance des enfants, la géolocalisation ou encore les fonctions d'écriture de messages et d'appels par code vocal.

A travers la figure 4 nous avons tenté de résumer les changements des usages de la téléphonie en corrélation avec l'évolution de cette technologie :

[65] Capture d'écran extraite du court métrage de Raymond Millet, J-K. (1947). Op.,cit., à la 20eme minute et 29 secondes.

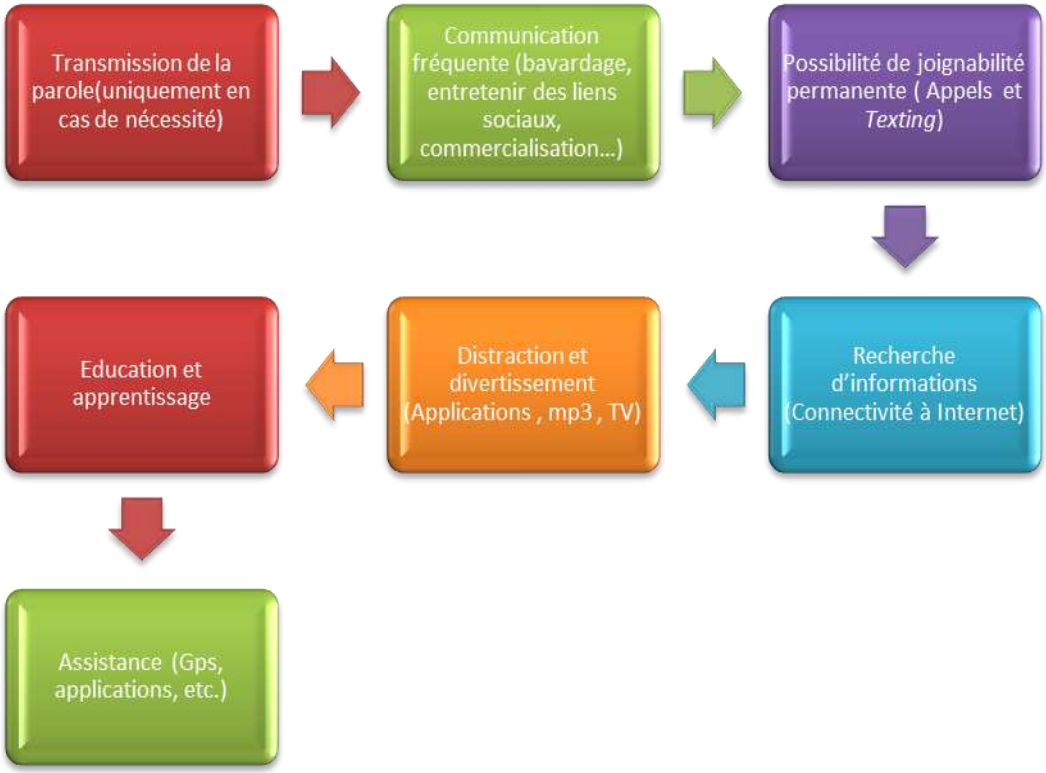

Figure 4 : Evolution des usages de la téléphonie

Vue sous cet angle, il est tout à fait compréhensible que les générations de nos grands-parents soient généralement réfractaires à l'usage du Smartphone ! Les changements et les évolutions ont été tellement rapides et spectaculaires, que l'adaptation à chaque nouvelle technologie relève pour certains du courage et de la ténacité.

Ces différentes approches d'acceptations, d'adaptations et de réceptions du produit innovant, peuvent trouver explications à travers l'approche sémiotique de Charles Sanders Peirce[66] concernant le cycle des habitudes et des changements d'habitudes, que nous allons prendre comme référence dans l'étude théorique qui suit. Cette dernière, va nous permettre de mieux appréhender la posture de l'être humain face aux changements et aux évolutions permanentes des technologies de l'information et de la communication.

[66] Charles Sanders Peirce, (1839-1914) est un sémiologue et philosophe américain qui est considéré comme le fondateur du courant pragmatiste.

2. *Interprétation pragmatique de l'usage de la téléphonie mobile*

Le terminal mobile[67] est « *un fait social total* »[68]. Il est porteur de sens, de significations et il relève des produits de la culture matérielle qui «*ne sont pas des objets passifs mais des médiateurs de croyances, de représentations, d'habitudes et d'agences*»[69].

Afin de comprendre le processus d'émergence et de renouvellement de ces croyances et habitudes, nous allons nous intéresser à l'étude des phases d'interactions entre l'usager et le téléphone mobile, en ayant pour référence la théorie pragmatique de la croyance habitude qui « *est applicable à toute les situations sémiotiques, et tout particulièrement aux situations qui engagent des humains et des objets* »[70].

- **Naissance des habitudes et des croyances d'usage**

L'acquisition d'un téléphone portable émane généralement d'un besoin et/ou d'un désir, qui peuvent être reliés à l'activité professionnelle de l'usager, son environnement, sa personnalité, son statut social, etc. Ces différentes motivations le poussent à la quête de la satisfaction de ses besoins et/ou désirs par la recherche de l'appareil qui convient le mieux à ses attentes. Dans la phase de délibération, le consommateur peut être séduit par plusieurs critères à savoir : les qualités esthétiques et/ou fonctionnelles du produit, le prix attractif, l'influence du vendeur ou d'un proche, etc. L'achat de l'objet, procure à son acquéreur un sentiment de satisfaction préliminaire qui ne peut évoluer qu'après usage, expérimentation et interaction avec le produit.

La manipulation du nouvel objet, nécessite l'activation des croyances, des acquisitions, des compétences et des connaissances de l'usager. Ce dernier immerge ainsi dans une phase d'interaction, d'ajustement et d'improvisation qui n'est autre que la phase de « *bricolage exécutif* »[71].

Durant cette phase l'usager prépare un plan d'action adéquat au terrain d'action pour entamer la phase du programme exécutif dans laquelle il passe à l'usage. Il dispose même probablement d'un mode d'emploi fourni par la marque. Et ce n'est que dans cette dernière

---

[67] Nous utiliserons cette appellation tout au long de notre recherche pour désigner à la fois le téléphone mobile « classique » et le Smartphone.
[68]Dagognet, F. (1989). *Eloge de l'objet*, Paris, France : Vrin, p.40.
[69]Darras, B. et Belkhamsa, S. (2009). *Les objets communiquent-ils ?*, Paris, France : MEI « Médiation Et Information », n°30-31, L'Harmattan, p.7.
[70]Belkhamsa, S. et Darras, B. (2009). *Objets et communication*. Paris, France : L'Harmattan, p.150.
[71]*Ibid*., p.152.

étape, que les habitudes naissent grâce à la capacité d'adaptation de l'usager, à son sens de l'expérimentation et de familiarisation.

Selon Beaunieux (2007, p.52, cité par Darras et Belkhamsa, p. 156) «*L'apprentissage d'une procédure se déroule en trois étapes distinctes : une étape cognitive, une étape associative et une étape qualifiée d'autonome. Lors de la première étape, le sujet découvre qu'il doit apprendre : il tâtonne et commet de nombreuses erreurs. Puis il passe à l'étape associative, phase transitoire au cours de laquelle il commence à contrôler la tâche à effectuer, sans pour autant l'avoir automatiser. Enfin, pendant la troisième étape, les gestes sont automatiques et atteignent un niveau d'efficacité maximale*»[72].

Ainsi, les nouvelles habitudes s'intègrent progressivement dans les actions quotidiennes de l'usager pour devenir des « croyances-habitudes d'action ». Avec l'augmentation de la fréquence d'utilisation de l'objet et la répétition des mêmes actions, l'articulation entre le bricolage exécutif et le terrain devient systématique et peut même devenir automatique et cognitivement inconsciente : «*Quand l'articulation entre le bricolage exécutif et le terrain se systématise, elle donne lieu à ce que nous avons appelé un programme exécutif qui est une sorte de scénario complexe figé. S'il est maintes fois répété, ce programme exécutif peut même être automatisé lors d'une phase d'apprentissage*»[73]. L'apprentissage et l'expérimentation permettent de ce fait, à l'usager une maitrise parfaite de l'objet. C'est ainsi qu'après un certain temps d'usage du téléphone mobile, l'utilisateur arrive à écrire des messages sans regarder le clavier numérique, répondre aux appels sans réfléchir à ses actions, mémoriser les sonneries personnalisées pour chaque fonction et chaque appelant… Toutes ces actions se font, peu à peu, d'une manière automatisée et naturelle.

[72]*Ibid*., p. 156.
[73]*Ibid*.

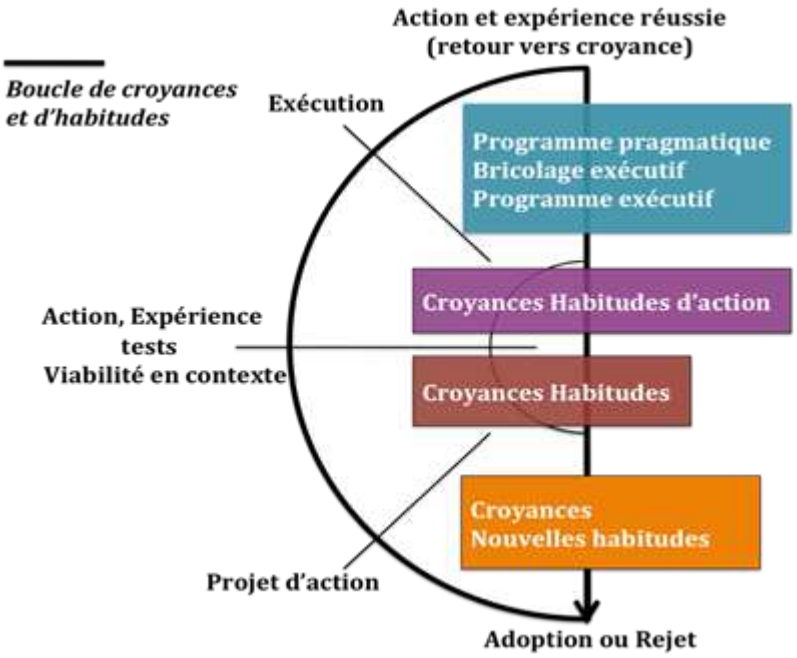

Figure 5 : Cycle des habitudes d'après C.S. Peirce. Belkhamsa & Darras 2009[74]

- **Perturbations, nouveaux usages et changements d'habitudes**

L'usage du terminal mobile peut être perturbé par plusieurs facteurs provenant de l'objet lui-même ou de son environnement. Les causes perturbatrices peuvent de ce fait être : le disfonctionnement et l'usure de l'appareil, l'incapacité de ce dernier à répondre aux besoins évolutifs de l'usager, l'avènement d'une nouvelle technologie, l'influence des médias, le changement régulier des tendances, l'influence de l'entourage, l'incapacité de l'objet à servir les fonctions sociales de projection et d'ostentation identitaire, etc.

Le passage de l'usage d'un téléphone mobile « classique » à un autre, engendre certainement une perturbation que l'usager est amené à confronter en s'adaptant au nouveau produit, aux nouvelles fonctions et options. Cependant, nous nous intéresserons en particulier à la transition d'utilisation du téléphone mobile « classique » au Smartphone où la fracture d'usage est plus grande et donc plus difficile pour l'utilisateur à accepter et à adopter.

Le Smartphone comme objet innovant, complexe et multitâches, cristallise la convergence de plusieurs usages et technologies nouvelles et antérieures. Un grand changement de croyances et d'habitudes est proposé. La réception de ce changement diffère d'une personne à une autre. C'est à cet effet que « *de nombreux objets ne sont pas utilisés parce que leur fonctionnement réclame l'élaboration de nouvelles habitudes*

[74]*Ibid.*, p.151.

incompatibles avec des routines solidement ancrées. Combien de modèles de magnétoscopes, d'ordinateurs ou d'appareils électroménagers sont les victimes de ces dissonances cognitives et pragmatiques ? Même si de nombreux objets rencontrent leurs usagers, le passage d'une habitude à une nouvelle habitude reste un enjeu pour les designers et les ingénieurs, mais aussi pour les consommateurs »[75].

L'usager se retrouve dans une phase de doute qui tend à inhiber ses habitudes. Il est tiraillé entre la tentation de l'innovation et l'attachement à ses croyances et habitudes. Cette phase de doute « *ne débouche pas spontanément sur une phase de recherche de solution ni sur la résolution du problème soulevé. Le plus souvent elle alimente une phase plus ou moins longue de trouble, de regret, de résistance au changement, d'aveuglement, d'hésitation et d'échec* »[76], cette dernière phase est la phase de crise.

Certains usagers potentiels restent dans la phase de crise, refusant le changement et l'adaptation. D'autres décident de mettre un terme à l'irritation provoquée par les facteurs perturbateurs et se lancent dans l'expérimentation et les joies de la découverte.

L'usager lancé dans la nouvelle expérience interactive avec le Smartphone active une nouvelle boucle de fixation de croyance et d'adaptation aux nouvelles habitudes d'usages : «*Si la solution passe avec succès ces épreuves de viabilité et de cohérence, cette dissipation du doute pourra devenir une nouvelle habitude. Si dans la compétition entre les habitudes disponibles elle parvient à s'imposer et à être validée puis adoptée par la communauté interprétative du sujet, elle devient une habitude partagée (consensus) et éventuellement un habitus. Elle est alors incorporée individuellement et socialement jusqu'à la prochaine hésitation, indécision et jusqu'au prochain doute qui engagera une nouvelle recherche* »[77].

[75]*Ibid.*, p.148.
[76]*Ibid.*, p.155.
[77]*Ibid.*, p.157.

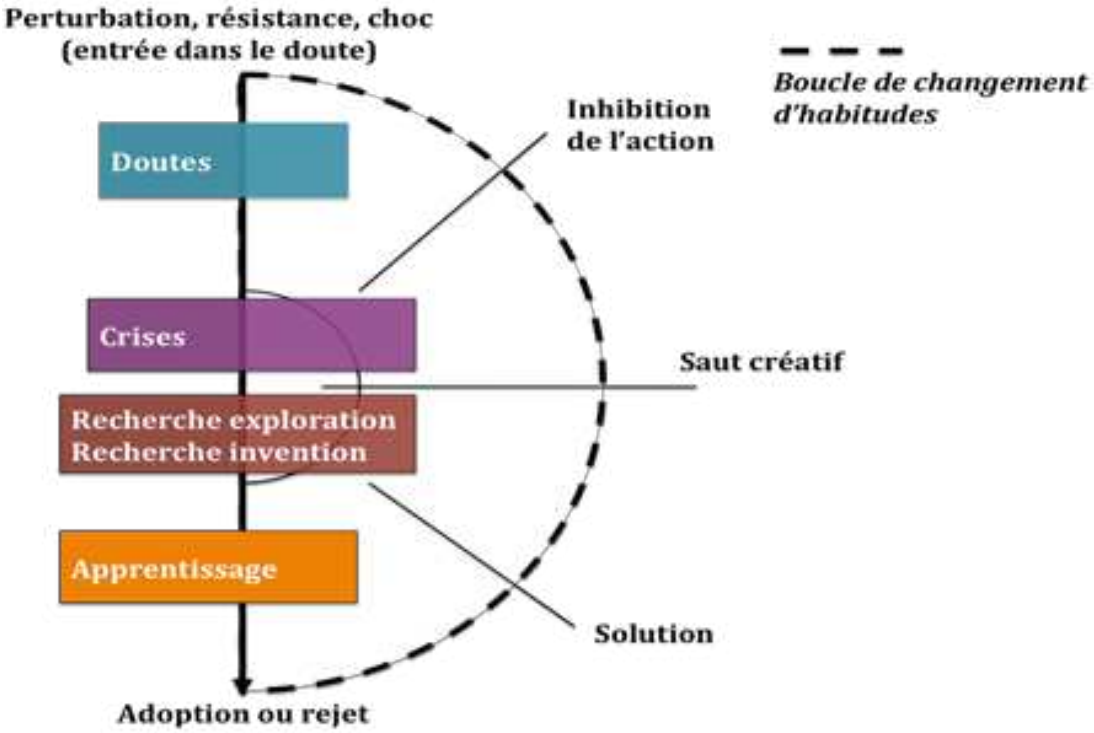

Figure 6 : Cycle des habitudes d'après C.S. Peirce. Belkhamsa & Darras 2009[78]

Le Smartphone étant un produit relativement récent[79] et porteur de nouvelles habitudes d'usages, ne s'est pas encore totalement ancré dans les habitudes et croyances de nombreux individus. Personnellement, je[80] me rappelle avoir eu du mal à m'adapter à ces nouvelles caractéristiques, notamment à la manipulation de l'écran tactile, l'écriture des messages via le clavier virtuel et la gestion des différentes applications et fonctions. Il m'a fallu un certain temps pour maîtriser l'appareil et apprécier pleinement l'interaction avec l'objet communicant. Ces nouvelles habitudes se sont progressivement transformées en croyances et habitudes d'action, jusqu'à devenir des automatismes d'usage cognitivement inconscients.

La consommation des nouvelles technologies de la communication est un métabolisme qui évolue très rapidement. Nous sommes emportés dans ce courant de l'innovation permanente et l'incitation à la consommation de masse, de telle sorte que les facteurs perturbateurs ne cessent de s'amplifier et de déstabiliser nos interactions avec nos objets de prédilection. Le cycle des habitudes et des changements d'habitudes se retrouve ainsi activé en permanence, comme le montre la figure (7) de synthèse ci-après.

[78] *Ibid*., p.154.
[79] Lancement des premiers services mobiles 3G en 2004 et sortie du premier IPhone en France en 2007. (Source : Sonet, V. (2012). *L'écran du Smartphone sans tous ses états*. Ecrans et médias, sous la direction de Thierry Lancien, MEI n° 34, Paris, France : L'Harmattan, p.190.)
[80] J'utilise le « je » ici, pour évoquer mon expérience personnelle.

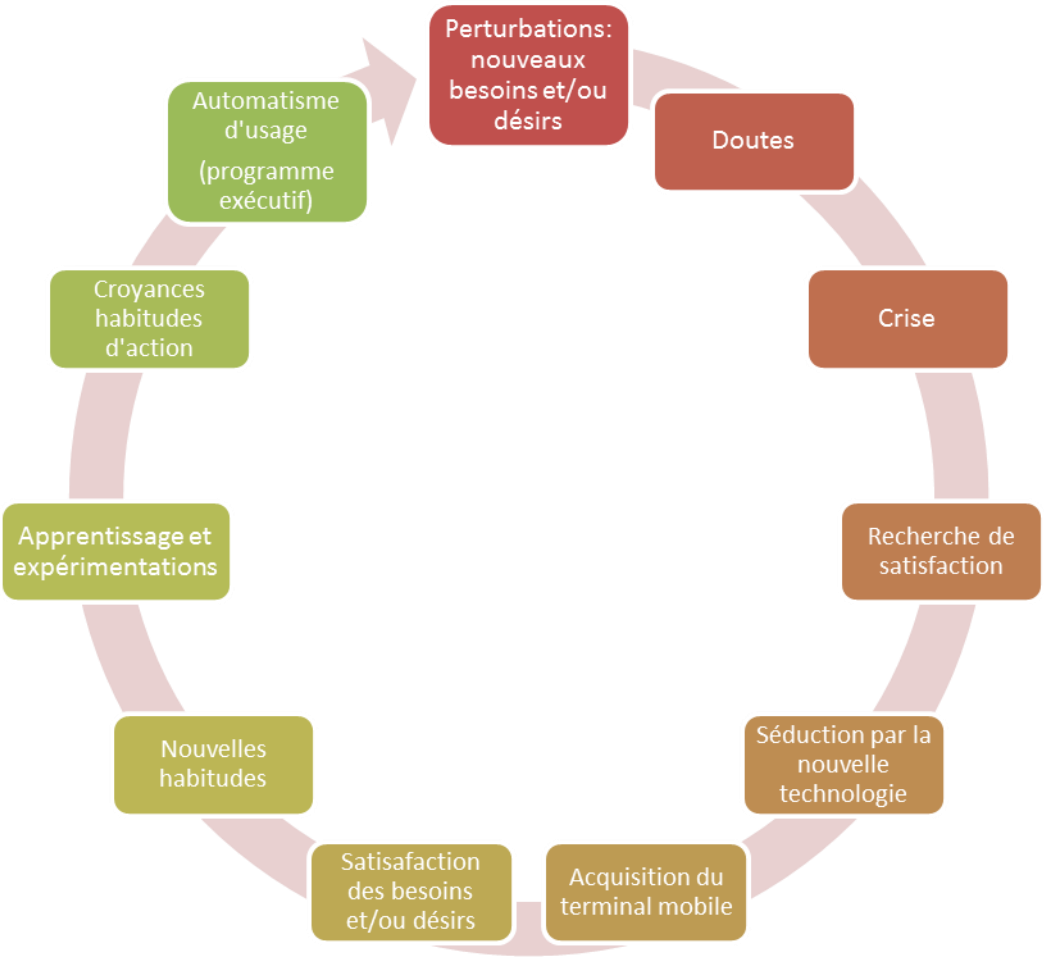

Figure 7 : Fixation des habitudes et des croyances à l'instar de l'innovation permanente du terminal mobile

L'activation récurrente de cette boucle a engendré peu à peu des transformations sur notre manière de communiquer avec les autres, de s'exprimer, de parler, d'écrire et d'exister au sein d'une communauté. C'est à cet effet, que nous allons essayer de mettre l'accent, dans la partie suivante, sur les changements et les transformations les plus marquants liés à l'évolution progressive des technologies de l'information et de la communication.

3. *Transformations sociotechniques liées à l'émergence de la téléphonie mobile et du Smartphone*

Il est indéniable que parmi les grandes mutations engendrées par l'avènement de la téléphonie fixe et mobile et donc des Smartphones, **la compression spatio-temporelle** est la plus évidente à constater. Les frontières du temps et de l'espace ont été ainsi redessinées : la temporalité est désormais marquée du sceau de l'instantanéité et de l'immédiateté, l'espace physique de la suppression des distances à franchir. Certaines catégories universelles structurellement opposables se retrouvent remises en question comme le lointain qui devient proche et l'"à venir" qui devient immédiat. Autrement dit, c'est une redéfinition de la mise en ordre du monde que questionne la compression spatio-temporelle. Nous partageons, dans ce sens, l'avis de Bauman qui souligne que les modes de communication contemporaines portent toujours en eux une fragilisation potentielle des liens sociaux, en effet, « *l'avènement de la proximité virtuelle rend les connexions humaines à la fois plus fréquentes et plus futiles, plus intenses et plus brèves. Elles tendent à être trop futiles et brève pour se condenser en liens. […] Les contacts demandent moins de temps et d'efforts pour s'y engager, moins de temps et d'efforts pour les briser. La distance ne fait pas obstacle au contact- mais entrer en contact ne fait pas obstacle à l'éloignement* »[81]. Cette disparition des frontières se conjugue de surcroît, avec une illusion d'**ubiquité** : il est désormais possible d'être à la fois à son domicile et ailleurs avec des amis ou des connaissances.

Comme conséquence interactionnelle de la compression spatio-temporelle, nous assistons à l'émergence de ce que le sociologue Claude Javeau appelle **le régime temporel de forte disponibilité**. En effet, dès l'instant où « *la distance ne fait pas obstacle au contact* » tout se donne à voir comme si tout contact téléphonique ou électronique requérait à fortiori une réponse immédiate ou rapide. En convoquant la notion d'urgence, Javeau va plus loin encore quant au régime temporel lié aux technologies de l'information et de la communication : « *Tout se passe comme si le seul registre de l'existence était désormais l'urgence. En transportant son téléphone sur soi, on peut être sonné - c'est le mot, comme on sonne un domestique- à tout moment. […] Il y a dans l'envoi d'un courriel, comme dans l'appel par téléphone mobile […] la même revendication d'urgence […] il faut (sans tarder) répondre au courriel comme il faut répondre à la sonnerie du téléphone*

[81] Bauman, Z. (2003). *L'amour liquide*. De la fragilité des liens entre les hommes, Le Rouergue/ Chambon, Rodez, p.80.

portable »[82]. Nous ne partageons pas l'avis de Javeau sur ce point puisque certaines personnes arrivent sans difficultés à gérer ce régime temporel à forte disponibilité en se fixant des limites et en organisant le mode d'usage de leurs TIC. Toutefois, nous ne pouvons nier que pour un nombre important d'adolescents par exemple, résister à l'envie de répondre à un appel téléphonique, à un SMS ou un e-mail, s'avère plus difficile.

Autre mutation engendrée par l'usage de cette technologie numérique de communication : **la "réelisation" du virtuel et la virtualisation du réel** qui concernent essentiellement les usagers d'Internet et des jeux vidéo à travers leurs Smartphones. Nous entendons par l'expression "réelisation" du virtuel l'incursion des mondes virtuels par des éléments de la vie réelle et par la virtualisation du réel l'ingression de la vie réelle par des éléments des mondes virtuels. La frontière entre le réel et le virtuel est facile à transgresser : ainsi le mobinaute ou le joueur peut se situer tantôt dans le présent, tantôt dans le futur et tantôt dans le passé. Les mondes virtuels offrent à ces adhérents des identités d'emprunt aux caractéristiques diversifiées et commuables. Prenons par exemple le jeu en ligne massivement multi-joueurs « Second Life » considéré comme un monde exclusivement virtuel est pourtant sujet à plusieurs intrusions de la vie réelle : en 2007, les candidats à l'élection présidentielle en France, se sont directement adressés à leurs électeurs potentiels sous forme d'avatars à travers l'interface de « Second Life ». Ainsi nous pouvons constater que la normativité des mondes virtuels n'est pas sans incidence sur la normativité de la vie réelle. La symbiose entre le fictif et l'authentique donne naissance à une forme expérientielle inédite.

Outre cette nouvelle expérience conférée par l'usage du dispositif numérique, ce dernier joue aussi un rôle majeur dans **le processus de socialisation** de l'individu à travers les idéologies qu'il véhicule, les valeurs qu'il sous-tend et l'imaginaire collectif qu'il construit. Nous pouvons ainsi dire que l'usage des Smartphones peut intervenir dans le processus de construction de soi, surtout en ce qui concerne les adolescents qui sont plus sujet à une constitution identitaire et à une recherche de repères et d'introjections. Aujourd'hui, bien davantage qu'hier, c'est à l'individu lui-même de construire sa propre socialisation en mobilisant sa subjectivité, afin de donner sens à son existence. Il est à cet effet, l'acteur de sa propre vie et le constructeur de son identité. Néanmoins, personne ne peut totalement s'inventer comme il le souhaite. Ne disposant que de quelques cartes en mains, chacun doit composer avec une série de dimensions de la vie sociale. Cependant,

[82] Javeau, C. (2005).*La Bienpensance. Thèmes et variations*. Critiques de la raison cosmétique, Bruxelles, Labor, p. 79, 82-83.

avec l'émergence des nouvelles technologies de l'information et de la communication, les interactions virtuelles ont permis une **scénarisation et une mise en scène de soi**. En effet, si certains individus se contentent simplement d'être eux même tels qu'ils se donnent à voir lors d'interactions sociales réelles, d'autres, animés par divers mobiles travestissent peu ou prou leur identité individuelle virtuelle en trichant par exemple sur leur date de naissance, leur âge et même sur leur personnalité. Dans ce sens Jauréguiberry constate que « *la manipulation de soi sur Internet nous parle de la souffrance ou de la difficulté de l'individu contemporain à être un sujet capable de relever le défi de la gestion de son identité* »[83].

Cette construction de soi amplifiée par les interfaces numérisées s'apparente à une construction sociale des usages. En effet, face à une profusion de technologies numériques d'informations et de communication, l'usager reste avant tout un acteur susceptible de s'approprier la technique mais aussi de la transformer et de la détourner des usages imaginés et prescrits par les designers. Ce détournement de l'usage normalisé relève du désir d'appropriation active du dispositif par l'usager. Nous pouvons citer à titre d'exemple la transformation du Chat en ligne en une plateforme de rencontres ou encore l'utilisation du Smartphone comme un outil d'investigation et de publications que nous avons pu constater lors du printemps arabe où le téléphone mobile équipé d'Internet et d'appareil photo numérique a joué un rôle majeur dans la circulation de l'information et l'éclosion des manifestations. L'usage de ces dispositifs numériques est ainsi sujet à un processus permanent de construction sociale qui évolue avec les circonstances, les évènements, les cultures et les civilisations.

Cet avènement des technologies de l'information et de la communication perturbe aussi les positions hiérarchiques intergénérationnelles car les détenteurs de la connaissance et de l'expertise en matière d'ordinateur, de téléphonie mobile et d'Internet sont souvent les jeunes. La révolution numérique renverse les rôles et le sentiment de compétence change de camp : les jeunes sont non seulement en avant-garde en termes d'usage, mais ils peuvent devenir des médiateurs et des prescripteurs pour guider leurs aînés dans le choix d'équipement, ou même pour les initier aux potentialités des différents outils.

L'émergence de la téléphonie mobile a aussi permis une modification de la représentation de chacun dans un groupe en permettant aux individus d'affirmer leur droit à **être physiquement présent et psychiquement absent**. Dans ce sens, Serge Tisseron explique

[83] Jauréguiberry, F. (2002). *Internet comme espace inédit de construction de soi*, dans Jauréguiberry, F et Proulx (dir.), Internet, nouvel espace citoyen ?, Paris, L'Harmattan, p.241.

qu' « *avant l'invention du portable, il était en effet toujours difficile de faire valoir son désir d'être seul lorsqu'on se trouvait au milieu d'un groupe. Avec le portable, au contraire, il devient plus facile de se mettre à l'écart sans encourir aucune réprobation sociale : celui qui s'écarte du groupe n'est pas suspecté de mépriser sa société, quand tout le monde comprend qu'il se consacre à des relations lointaines et certainement très importante pour lui* »[84]. On observe ce phénomène massivement en empruntant les moyens de transport public où les voyageurs s'isolent dans ces lieux hyper fréquentés simplement en posant un casque audio sur les oreilles, en ayant les yeux rivés sur leurs écrans ou encore en pianotant des messages sur leurs claviers virtuels numériques. Cette isolation temporaire de l'individu à travers ces médiums technologiques a engendré une **modification des repères attachés à la sphère intime et à la sphère publique**. Désormais, on peut écouter des conversations des plus personnelles en empruntant simplement un métro ou un bus, en se posant dans un café ou encore en accédant aux réseaux sociaux où les déclarations d'amour et les messages de disputes fusent. Paradoxalement, ce qui relevait de l'intimité et ce que les gens cherchaient à dissimuler, devenait brusquement sujet au partage et à l'extériorisation intentionnelle ou involontaire : « *La pudeur- ou, si l'on préfère, la gêne, cette forme mineure de la honte -n'existe plus. Nous acceptons de mettre à nu nos pensées les plus personnelles d'une manière qui modifie l'intimité psychique aussi radicalement que la nudité a changé l'intimité corporelle ces trente dernières années* »[85].

L'accession de la téléphonie mobile a **modifié notre mode d'expression et de communication** : « *Avec le mobile, nous assistons au triomphe non pas de l'oralité, mais au contraire de l'écriture de l'idéogramme, c'est-à-dire de cette forme d'écriture qui ne recopie pas la voix, mais dessine les choses et les pensées* »[86]. En effet, le succès de l'envoie des SMS aujourd'hui est fort révélateur de la prédominance de cette pratique dans les interactions sociales qui régissent la société française. Serge Tisseron explique à ce sujet que « *le développement de l'écriture par clavier et écran interposés a d'ores et déjà entrainé l'émergence d'un nouveau rapport au texte* »[87] et ajoute aussi que ce type d'écriture est bien souvent « *une image de ses émotions et de ses intuitions tendue à l'autre dans l'attente qu'il les reconnaisse et les valide* »[88]. Nous sommes donc ici, face à un

[84]Tisseron, S. (2001). *L'intimité surexposée*, Paris : Editions Ramsay, pp. 59-60.
[85]Tisseron, S. (2001). *Op. cit*., p.62.
[86]Ferraris, M. (2006). *Op. cit*., p. 15.
[87]Tisseron, S. (2001). *Op. cit*., p. 67.
[88]*Ibid*., p. 68.

nouveau mode d'échange et de partage qui nécessite une implication émotionnelle et intuitive des interlocuteurs même à travers leurs écrans interposés. Un nouveau langage est né ainsi que de nouvelles manières de s'exprimer, tout en liberté sans se soucier des fautes d'écriture, des conventions sociales, de la timidité de certains, etc.

Dès lors, nous pouvons mettre en place une synthèse des différentes étapes de **l'évolution des modalités de l'interaction sociale** au fil du temps, qui s'est apparenté à l'évolution de la téléphonie fixe et mobile, et que nous avons essayé de schématiser de la sorte :

Figure 10 : Evolution des modalités de l'interaction sociale avec l'évolution des TIC

L'examen de l'apport de chaque nouvelle technologie de l'information et de la communication montre une modification progressive des modalités d'interaction entre individus. En effet, avant l'invention de la téléphonie fixe, il n'y avait de possibilité de communication qu'à travers la conversation directe en face à face ou encore par envoie de lettre postale dont le délai de livraison était relativement très long. L'arrivée du téléphone fixe, comme nous l'avons auparavant[89] cité, a engendré une innovation sans précédent dans le champ de la communication. Il a fallu du temps pour que certains acceptent cette nouvelle manière de se parler sans se voir. Puis arrive l'invention du téléphone portable qui

[89] Dans le sous-titre 1- Bref historique de la téléphonie et de ses usages

apporte une nouvelle pratique d'usage à savoir le "*Texting*", dont le succès reste à ce jour prégnant. Bon nombre d'individus préfèrent, à cet effet, écrire des SMS ou des messages plutôt que d'avoir une conversation directe en face à face ou même téléphoner. Puis, avec l'émergence des téléphones mobiles connectés à Internet ainsi que les Smartphones, nous avons assisté à une amplification des relations et des liaisons entre individus sans se voir et parfois même sans se connaître. Chose inimaginable et inconcevable pour les générations d'avant l'invention de la téléphonie, ces évolutions technologiques ont pourtant pu changer notre manière d'être au monde et de se donner à l'autre.

La communication paroxystique, la mobilité incessante et l'accès instantané à l'information ont engendré un nombre important de transformations sociotechniques, cependant celle qui suscite notre intérêt demeure l'usage de plus en plus excessif et parfois pathologique de ces dispositifs. Créer et inventer pour nous faciliter la vie, ces objets numériques ont pourtant réussi à occuper très rapidement une place prépondérante dans notre quotidien jusqu'à devenir indispensable pour l'épanouissement de certains. Nous nous interrogeons dans la partie suivante sur l'implication du design dans ce processus d'hyperconsommation et d'hyper-usage de ces dispositifs innovants, ainsi que sur les facteurs socioéconomiques ayant contribué à la notoriété grandissante des Smartphones.

4. Le smartphone face à une économie de consommation de masse

« *Le moyeu d'une roue comporte trente rayons*
Du trou au travers du moyeu dépend l'efficacité.
L'argile du potier forme un récipient
C'est l'espace intérieur qui sert.
Une maison est faite de murs solides
Seul le vide de la porte et de la fenêtre la rend utilisable.
Ce qui existe peut être transformé
Ce qui n'existe pas offre des utilisations sans limite. »
LAO-TSE[90]

Certains se souviennent encore des publicités d'offres d'abonnements aux opérateurs téléphoniques mobiles au début des années 90, où on voyait souvent un homme d'affaire avec son costume-cravate, tenant d'une main son attaché-case et de l'autre son téléphone

[90] Citée dans : Papanek, V. (1974). Design pour un monde réel. Ecologie humaine et changement social, France : Mercure de France, p. 31.

mobile, ayant l'air de se déplacer d'une réunion à une autre tout en gardant contact avec son bureau, ses affaires et sa famille. En voici un exemple de publicité des années 1987-1988, qui nous montre justement cette image de l'homme d'affaire[91], content de téléphoner avec son téléphone cellulaire, son agenda dans la main, à laquelle se joint un texte : « *Je ne suis peut-être pas toujours disponible, mais avec Bell-Cellulaire je suis toujours accessible* ». L'accessibilité à tout moment et endroit, telles étaient les promesses de ce nouveau dispositif technique à l'époque.

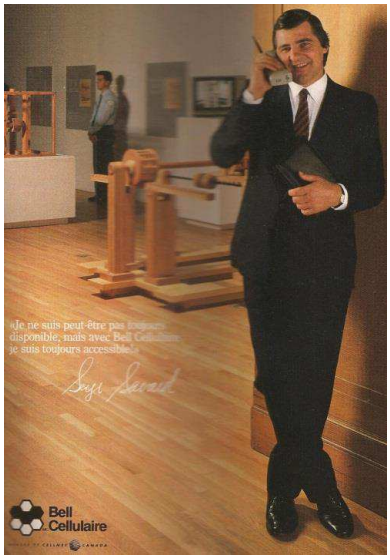

Illustration 3 : Publicité de Bell-Cellulaire 1987-1988

Au départ, les consommateurs cibles des téléphones mobiles étaient surtout des hommes d'affaire, des chefs d'entreprises ou encore des personnes haut placées. D'ailleurs, même l'aspect formel et esthétique des téléphones mobiles était masculinisé avec des lignes rigides et des couleurs sobres. A cette époque, l'usage majoritairement professionnel du dispositif, s'explique par le coût élevé des appareils mobiles ainsi que des forfaits téléphoniques. Tout un chacun ne pouvait pas se permettre ce confort et ce luxe de pouvoir joindre ses contacts dès qu'il en avait simplement envie.

Quelques années plus tard, les opérateurs mobiles élargissaient le champ des consommateurs cibles et adressaient désormais leurs publicités aux jeunes, aux adolescents et aux adultes. Mis à part les enfants en bas âges, le phénomène a touché toutes les

[91] Serge Savard le personnage dans l'illustration est un joueur vedette de hockey sur glace canadien dans les années 80, qui se présente ici comme un homme d'affaire après la fin de sa carrière. Le choix de ce personnage par les publicitaires n'était pas fortuit, en effet, la forte notoriété du joueur et sa renommée à cette époque pouvait être un élément influant pour les futurs acquéreurs du Bell-Cellulaire. Les hommes d'affaires pouvaient parfaitement se projeter dans cet homme quasi parfait : populaire, athlétique, beau, brillant, etc.

générations et toutes les classes sociales. La profusion de la production et la variété surprenante de téléphones portables ainsi que de forfaits mobiles a rendu cette nouvelle technologie de la communication abordable et accessible à tous les ménages. Comme nous pouvons le constater à travers l'illustration (4) ci-après, les publicitaires ont pu jouer sur différents statuts et apparences pour que les usagers potentiels puissent s'y identifier comme par exemple : le prestige, le glamour, la « classe », le sérieux, la nonchalance, la liberté, la bonne humeur, le succès, la distinction, l'accessibilité ou encore la joie de vivre. En seulement une vingtaine d'années le message a radicalement changé. Désormais, on veut nous faire croire qu'en prenant possession des dernières technologies de la communication, on devient « *les personnes à suivre* »[92].

Illustration 4 : Exemples de publicités de Samsung en 2012 et 2013

La grande demande de ce produit de la part des masses et l'innovation permanente des nouvelles technologies de l'information et de la communication exposaient le produit à une perpétuelle métamorphose lui attribuant des transformations formelles et fonctionnelles, dans l'objectif d'attirer et de séduire un plus grand nombre de consommateur. Bernard Stiegler met l'accent sur ce phénomène en expliquant que « *nous vivons plus que jamais dans un monde industriel au sens où notre époque connaît des transformations toujours plus radicales et plus rapides en raison du processus d'innovation permanente qui l'anime* »[93].

[92] Extrait de la publicité M6 Mobile : « *Depuis qu'on a un forfait M6 Mobile, on est devenu les personnes à suivre, et on s'éclate à rendre la vie plus cool* », diffusée sur la chaine M6 en 2013.
[93] Citée dans : Vial, S. (2010). *Court Traité Du Design*. Paris. France : Puf, p.103.

Selon une étude réalisée par le centre de recherche pour l'étude et l'observation des conditions de vie (CREDOC), le taux d'équipement des français en téléphonie fixe a atteint une phase de stagnation depuis quelques années (le taux d'équipement varient légèrement d'une année à une autre), en revanche, le taux d'équipement en téléphonie mobile continue à grimper pour atteindre en fin 2012, le taux de 88% des français[94]. Les courbes représentées dans la figure (8) témoignent de la rapidité de l'évolution de la consommation de la téléphonie mobile entre 1997 et 2012.

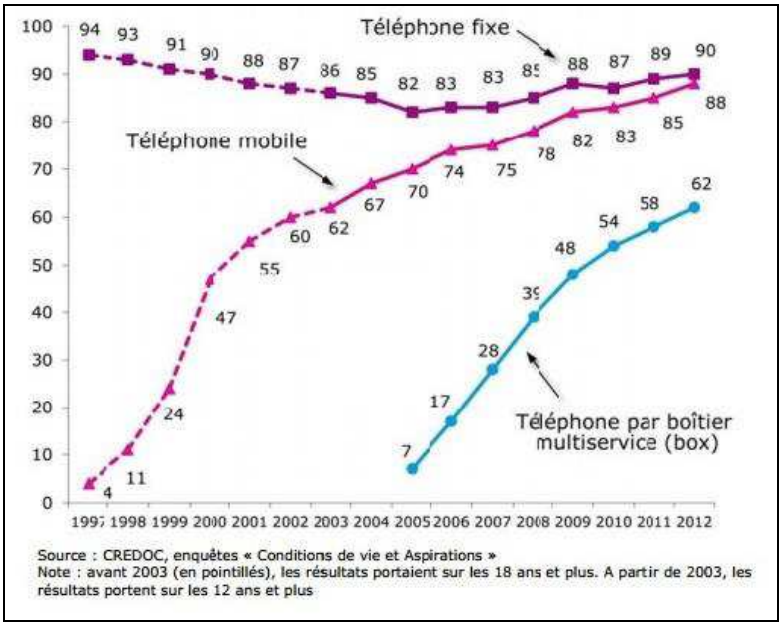

Figure 8 : Taux d'équipement en téléphonie (en%) [95]

Les relations que nous entretenons avec les objets se sont ainsi profondément transformées avec l'avènement de la société de consommation de masse. Le sens même de la démarche de Jean Baudrillard dans le Système des objets était de chercher à comprendre comment l'objet avait progressivement conquis son autonomie, comment l'homme était devenu «spectateur» de ses propres objets et comment ses besoins sont devenus tributaires des stratégies commerciales liées à la promotion des produits industriels dans la société de consommation de masse. Formulées à la fin des années soixante les réflexions de Baudrillard se sont davantage confirmées de nos jours.

[94] Selon l'étude : « La diffusion des technologies de l'information et de la communication dans la société française », réalisée par le Centre de Recherche pour l'Étude et l'Observation des Conditions de Vie pour le Conseil général de l'économie, de l'industrie, de l'énergie et des technologies et l'Autorité de régulation des communications électroniques et des postes, décembre 2012.
[95] *Ibid.*

Ces objets innovants, créés pour nous faciliter la vie, ont cette spécificité de répondre à des impératifs esthétiques et fonctionnels, en prenant en considération les nouveaux contextes d'usage et en proposant de nouvelles modalités d'interaction : « *nul objet n'est offert à la consommation en un type unique. Ce qui peut vous être refusé, c'est la possibilité matérielle de l'acheter. Mais ce qui vous est donné à priori dans cette société de consommation comme une grâce collective et comme le signe d'une liberté formelle c'est le choix*»[96]. Le système capitaliste occidental œuvre pour que la boucle des habitudes et des changements d'habitude que nous avons schématisés auparavant, se réactive en permanence. Ainsi, les usagers sont tout le temps incités et sollicités à la consommation de masse, ce qui représente un grand profit pour l'industrie et l'économie des pays occidentaux en général.

Ce n'est donc pas un hasard si en France « *plus de 1400 milliards de dollars ont été investis dans le secteur de la recherche et du développement en 2012, dont 238 milliards pour les seules TIC* »[97]. Et ce n'est pas non plus surprenant que les géants de l'économie numérique sont aujourd'hui les entreprises les plus dynamiques : notons qu'en 2012, onze marques high-tech figuraient parmi les vingt entreprises dont la valeur en bourse est la plus élevée. Arrive en tête la firme Apple, suivi d'IBM, Google, puis Microsoft[98]. Ce palmarès reflète parfaitement les orientations d'une économie mondialisée qui mise beaucoup sur l'informatisation et la dématérialisation.

Les ventes des Smartphones ont vraisemblablement débuté leur ascension avec la sortie du premier IPhone en 2007. Avec toutes les innovations et les qualités que présentaient ce produit, les opérateurs téléphoniques mobiles n'ont pas eu beaucoup de mal à écouler rapidement des milliers de ventes par jour. Plusieurs marques se sont rapidement alignées au niveau des technologies proposées par Apple et ont essayé d'apporter le plus en jouant sur la diversité des designs, des colories, des accessoires ou encore des tailles. La figure (9) nous montre l'évolution spectaculaire des ventes de Smartphones qui a pu détrôner en 2012 les ventes des téléphones mobiles classiques.

---

[96] Baudrillard, J. (1968). *Le système des objets*, Paris : Edition Gallimard, p.196.
[97] Biagini, C. (2012). *Op.,Cit*, p. 14.
[98]Selon le classement annuel établi par le cabinet Interbrand, Source Internet : http://www.interbrand.com/fr/best-global-brands/2012/Best-Global-Brands-2012-Brand-View.aspx

Figure 9 : Courbes des ventes des Smartphones et des téléphones mobiles (classiques)[99]

Les consommateurs sont à cet effet de plus en plus tentés de passer le cap de l'adoption de la nouvelle technologie. Il faut avouer que sous l'influence des centaines de publicités que le consommateur visualise ou écoute pendant une journée que cela soit dans la rue, à la télé, dans les journaux ou encore dans les radios et les offres de plus en plus alléchantes des opérateurs mobiles, succomber à une telle propagande médiatique relève de l'ordre de l'humain.

Plusieurs acteurs profitent aujourd'hui de cette notoriété grandissante des Smartphones sur le marché pour vendre ou faire la promotion de leurs produits. Nous pouvons citer à titre d'exemple : les développeurs d'applications payantes pour Smartphones qui profitent de cette innovation technologique pour écouler leurs produits, les chaînes télévisées qui affichent souvent dans les émissions des liens d'applications pour pouvoir interagir avec les invités et augmenter ainsi l'audience de la chaîne, et les publicitaires qui insèrent de plus en plus de flash-codes dans les publicités graphiques, qui renvoient le plus souvent au site du vendeur, à des codes promos ou encore à des jeux interactifs. De plus, nous avons constaté que dans certaines manifestations (expositions, performances, etc.), il est désormais exigé d'être muni d'un Smartphone pour pouvoir y participer. Bref, doté d'un Smartphone : d'un simple mouvement du doigt, on accède à une multitude de produits, de publicités, d'applications, de morceaux de musiques, de vidéos, de jeux… dont la majorité nous incite à consommer toujours plus.

Selon une étude réalisée par GFK[100], en 2012, 118 Smartphones en vente sur le marché avaient moins de 6 mois d'ancienneté alors qu'en 2011 ils n'étaient que 69. Ces

[99] Selon une étude réalisée par GFK en 2012. Source Internet : http://www.lesnumeriques.com/gfk-2012-ventes-smartphones-devant-celles-feature-phones-n25841.html
[100] *Ibid.*

chiffres reflètent une hyper production des Smartphones par les industries qui visent à satisfaire la grande demande des usagers et à en séduire un plus grand nombre. Face à un choix aussi large de produits communicants et la tentation de suivre ses pairs en étant à la pointe de la technologie, l'homme occidental succombe souvent à l'achat de ces dispositifs techniques. Victor Papanek a expliqué dans ce sens que « *dans une société extrêmement mobile et où tout se jette, le besoin psychologique de sécurité et de stabilité est souvent exploité de manière perverse par l'industriel, l'agence de publicité et le commerçant, qui détournent l'intérêt du consommateur vers les ornements superficiels d'un fugitif "groupe dans le vent". De même qu'ils préfèrent le rêve éveillé à la réflexion, le mysticisme au rationalisme, les gens semblent préférer les fioritures à la simplicité. Ils recherchent les plaisirs de foule, choisissent les routes largement empruntées plutôt que la solitude et les chemins déserts, et paraissent également éprouver un sentiment de sécurité dans la multitude et l'affluence.* »[101]

Une production aussi intensive de ces appareils électroniques s'apparente dans la plupart des cas de répercussions nocives sur l'environnement et sur la communauté humaine. En citant l'exemple de l'automobile Papanek a d'ailleurs mis l'accent sur ce phénomène : «*Les premières automobiles triomphèrent de l'un des trois murs de la triade. Dans une automobile, on pouvait aller plus loin et plus vite qu'avec les jambes de l'homme, et transporter une lourde charge devenait possible. Mais l'automobile est aujourd'hui si chargée de valeurs fausses qu'elle apparait comme un symbole de standing en plein épanouissement, plus dangereux que pratique. Elle exhale une somme importante de vapeurs cancérigènes, elle est trop rapide, elle gaspille des matières premières, elle est lourde et elle tue en moyenne 50000 personnes par an. Le temps moyen nécessaire, à une heure de pointe, pour aller de l'Hudson à l'East River, en empruntant la 42e rue de New York, est au minimum d'une heure. Un homme peut facilement couvrir ce trajet à pied en beaucoup moins de temps. […] Mais la voiture n'est qu'un exemple. Tout ce qui a été conçu par l'homme peut être passé au travers du filtre et évalué de la même manière*. »[102]

Pareil pour les Smartphones qui envahissent aujourd'hui le marché, les usagers changent d'appareils aussi souvent que possible (ce qui ne relève pas d'un comportement écoresponsable), ces téléphones intelligents consomment plus d'électricité que leurs prédécesseurs, émettent encore plus d'ondes néfastes et se transforment même pour

[101] Papanek, V. (1974). *Design pour un monde réel. Ecologie humaine et changement social*, France : Mercure de France, p. 40.
[102] *Ibid*., p. 98.

certains d'entre nous en un objet de subordination et de dépendance, s'éloignant de plus en plus de sa fonction initiale de téléphone pour se charger de « valeurs fausses ».

Certes les facilités, l'assistance, le confort et l'ergonomie atteints par la technologie du Smartphone constituent un progrès majeur et indéniable dans le domaine du design industriel et des nouvelles technologies, cependant, nous ne pouvions renier que l'ampleur de ce phénomène est en train de prendre des proportions de plus en plus grande, transformant peu à peu notre manière d'être au monde, nos relations à nous-même et aux autres, pour toucher dans certains cas aux valeurs, à l'autonomie et aux libertés des usagers devenus accros à ce dispositif technique. Dans ce sens, nous nous interrogeons dans ce travail de recherche sur l'origine de ce sentiment de subordination qui régi un nombre non négligeable d'usagers de ce dispositif numérique de communication : Est-il induit par l'usage de cet appareil ? Si c'est le cas, était-il planifié par les designers de ce produit dans le cadre d'une stratégie d'hyperconsommation des Smartphones ? Dans le cas contraire, dans quelle mesure l'usage de ce dispositif technique révèle-t-il le besoin d'attachement excessif de l'être humain à l'objet technologique?

A ce stade de la recherche, nous ne pouvons apporter des réponses précises et formelles sur l'origine de ce comportement compulsif à l'égard de la technologie du Smartphone, sans avoir recours à l'expérimentation. Pour aboutir à cette étape cruciale qui va nous permettre de corroborer ou de réfuter nos conjectures et nos doutes, il est important, avant tout de fournir de plus amples informations et précisions sur ces usages dits problématiques afin de dissiper toutes ambiguïtés qui peuvent controverser la validité de notre démarche.

5. La dérive des usages

En tant que prescripteurs d'action, les nouvelles technologies de l'information et de la communication initient nos manières de faire et nos relations sociales ce qui transforment incontestablement notre rapport à nous-même et au collectif. A l'évidence un grand changement est proposé à travers ces dispositifs innovants, sauf que nous ne réagissons pas tous de la même manière face aux changements de notre quotidien.

Le Smartphone étant une version évoluée de la téléphonie mobile classique, suscite certes l'enthousiasme de nombreux usagers, cependant, pour certains l'utilisation de ce médium ne présente pas un grand intérêt. Dans ce sens, nous avons voulu en savoir

davantage sur les différentes approches d'acceptations du Smartphone dans la société française. Pour ce faire, nous avons posé la question[103] à des personnes de notre entourage choisies au hasard. A travers les réponses recueillis, nous avons pu déceler deux postures principales par rapport à l'usage de cette nouvelle technologie à savoir les consommateurs que nous pouvons aussi appeler les adeptes du Smartphone et les réactionnaires qui sont les individus réfractaires à l'utilisation de ce dispositif par crainte de la perte de la réalité ou tout simplement par absence de motivations et de besoins : « *je suis contre l'utilisation des Smartphones, ils coutent très chers pour un apport très minime à mon sens*. » (Catherine, 58 ans, femme au foyer).

Les adeptes du Smartphones sont partagés entre deux types d'usage : un usage modéré et maîtrisé qui se caractérise par le contrôle de la fréquence, des moments et des motivations de l'utilisation du dispositif, et un usage compulsif non maîtrisé qui se distingue par une forte récurrence d'utilisation incontrôlée et excessive, voire dans certains cas « addictive » à l'objet : « *Personnellement je suis totalement accro à mon Smartphone, si je l'oublie chez moi en allant au lycée, je sens un énorme vide et une envie pressante d'aller le chercher. Il est indispensable pour moi, je l'utilise tout le temps* ». (Noémie, 17 ans, Lycéenne).

Suite à cette petite enquête préliminaire, nous nous sommes penchés sur différentes études, articles journalistiques et reportages télévisés effectués au sujet des bouleversements sociotechniques liés à l'émergence des Smartphones. Dès lors, nous avons pu constater que le sujet de l'usage problématique du dispositif technique alarme plusieurs pays (essentiellement la Corée du sud, l'Angleterre, la France et les Etats Unis), établissements publics institutionnels, professionnels et culturels (tels que les écoles, les lycées, les théâtres, les entreprises, etc.) et s'impose même comme une source de problèmes au sein des couples, des familles et certaines relations humaines. Il y a quelques mois, l'usage non maitrisé de ce dispositif technique a même fait l'objet d'une grande polémique dans l'assemblée nationale française où plusieurs députés ont été pris en photo en train de jouer à des applications via leurs Smartphones et tablettes numériques au moment où leurs collègues discutaient de sujets d'une extrême importance. Jugés par plusieurs journalistes et reporters télé comme accros à leurs appareils numériques, ces députés ne la sont *a fortiori* pas.

[103] Vous pouvez consulter les réponses des enquêtés dans les annexes.

Illustration 3: Photos des députés qui enchaînent les parties de Scrabble avec leurs tablettes numériques[104]

Dès lors, nous avons pu constater que cette problématique de plus en plus grandissante, s'articule autour de plusieurs appellations, critères diagnostiques et incidences qui manquent à ce jour de précision et de définition et reste sujette à beaucoup de confusions. Par conséquent, nous allons chercher dans cette partie de la recherche à fournir les précisions nécessaires sur la définition des usages problématiques du Smartphone ainsi que sur les répercussions physiques, psychologiques et sociales engendrées par ce type d'usage non maîtrisé du dispositif.

5.1. Ambiguïté terminologique

Depuis l'avènement des Smartphones et l'observation de certains usages excessifs et compulsifs de ces dispositifs techniques, un nombre impressionnant de termes (anglais et français) ont vu le jour pour qualifier cette relation problématique qui s'est instaurée entre l'être humain et l'objet innovant, comme par exemple : Smartphone addiction, Pathological addiction to Smartphone, Nomophobia (No Mobile Phone Phobia), Adikphonia, Smartphone Dependancy, Smartphone addictive behavior, etc. Nous pouvons à cet effet constater d'après ces différents termes employés que cette relation est assimilée essentiellement à une relation d'addiction et de dépendance et qu'il y a une réelle ambiguïté à définir un seul choix terminologique pour désigner ce type de relation.

Afin de voir plus clair dans tous ces termes, il est primordial pour nous de nous pencher sur une analyse de la littérature pour essayer de convenir d'un terme adéquat qui qualifie ce type d'usage compulsif.

[104]Photos extraites de l'article « Scrabble, Twitter et délation à l'Assemblée nationale » publié par Le parisien le 05/02/2013. Lien Internet : http://www.leparisien.fr/politique/scrabble-twitter-et-delation-a-l-assemblee-nationale-05-02-2013-2542269.php

Selon "Le Dictionnaire" en ligne, la dépendance est un nom féminin singulier qui peut être défini de trois manières différentes : « *Relation de corrélation qui fait qu'une chose dépend d'une autre* », « *Fait pour une personne, de dépendre de quelqu'un ou de quelque chose* » ou encore « *Etat résultant d'une accoutumance à un produit toxique* »[105]. Comme nous pouvons le constater, les deux premières définitions, considèrent la dépendance comme une notion bien générale qui englobe les relations de corrélation, de subordination et d'assujettissement. A cet effet, elle désigne un phénomène qui touche tout être humain qui dès sa naissance se retrouve en besoin permanent de se nourrir, de dormir, de respirer, de se protéger, d'aimer, etc. Quant à la troisième définition, elle traite la dépendance d'un point de vue médical, où cette notion se retrouve liée à l'usage et l'administration d'un produit toxique. Dans ce sens William Lowenstein explique que «*passer de l'abus à la dépendance c'est donc ne plus avoir le choix, c'est passer de l'envie au besoin (du wanting au needing). Un besoin compulsif que le sujet dépendant ne pourra pas refréner. Et même s'il est conscient des dangers que génère sa conduite, il sera pourtant incapable de décrocher* »[106]. La dépendance vue sous cet angle, se réfère aux relations d'asservissement et d'accoutumance qui peuvent conduire une personne à s'adonner à des pratiques qui la mènent à aliéner sa liberté d'être et de vivre.

Par ailleurs, comme nous avons pu le constater à travers la méta-analyse qualitative, le lien entre la dépendance et l'addiction est très étroit puisque cette dernière « *est avant tout une pathologie de la dépendance* »[107], ce qui veut dire que la notion de la dépendance est plus large et qu'elle englobe celle de l'addiction. Cette dernière est définie par Aviel Goodman, comme un «*processus par lequel un comportement qui fonctionne normalement pour produire du plaisir et/ou soulager un malaise intérieur, se trouve utilisé sur un mode répétitif du fait qu'il devient impuissant à donner l'apaisement attendu* »[108]. Nous pouvons compléter cette définition par l'écrit du psychanalyste Eric-Pierre Toubiana qui explique qu'*« être addicté implique un cortège d'effets négatifs pour le sujet. Etre addicté signifie aussi la présence de souffrances ; que cette souffrance soit celle du sujet lui-même ou celle*

[105]Définitions du dictionnaire en ligne « Le dictionnaire », lien Internet : http://www.le-dictionnaire.com/definition.php?mot=d%E9pendance

[106] Lowenstein, W. (2005). *Ces dépendances qui nous gouvernent, comment s'en libérer* ?, Paris : Calman Lévy, p.21.

[107] Toubiana, E-P. (2011). *Addictologie Clinique*. Paris : Quadrige Manuels, Puf, Presses universitaires de France, p.6.

[108] Goodman, A. (1990). Addiction: definition and implication, British journal of addictions, 85, p.1403-1408.

de son entourage, c'est cette souffrance qui provoque et justifie qu'un sujet puisse avoir besoin d'un praticien pour l'aider à se "sevrer"»[109].

Par ignorance de ces répercussions néfastes pour le bien être des individus, les termes dépendance et addiction sont de plus en plus banalisés et utilisés pour qualifier les moindres comportements répétitifs de la vie quotidienne. La publication d'ouvrages qui suggèrent que nous sommes tous « addictés » contribue aussi à cette confusion de sens. Si l'affirmation de notre potentialité addictive ne doit pas être remise en question, elle ne doit pas non plus participer à une banalisation de ce qu'est réellement une addiction.

Bon nombre de spécialistes (addictologues, psychiatres, psychologues…) tendent à utiliser la connotation du mot addiction pour signaler les comportements compulsifs ou encore les addictions sans toxiques. Dans ce sens, ils prônent que « *le mot touche en effet au corps et au symbolique, ce qui va au-delà de la simple "pharmacodépendance*"»[110]. Cette existence même de la notion d'addiction sans drogue est sujette à beaucoup de controverses. Les sources de la polémique sont souvent d'ordre épistémologique : les addictions relèvent-elles de la médecine et de la biologie, où sont-elles mieux abordées sous l'angle des sciences humaines et sociales ?

Pour nombre de cliniciens, il est évident que le comportement excessif lié à l'usage compulsif d'Internet, des jeux vidéo, des sites pornographiques et même de la pratique du sport, mérite d'être considérés comme une dépendance ou une addiction au même titre que l'alcoolisme ou les toxicomanies. Le psychanalyste et maître de conférences en sciences humaines cliniques à l'université Paris Diderot, Eric Pierre Toubiana, affirme dans ce sens que « *la technique qui, par définition, est au service de l'homme peut devenir un toxique aussi pathogène que peuvent l'être l'opium ou l'héroïne. […] la technique initialement exercée pour le bien de l'humain peut devenir un "technikon"*[111] *au service de son asservissement toxique* »[112].

Pour d'autres, l'utilisation de la métaphore addictive pour décrire les usages excessifs des TIC n'est pas appropriée. Nous citons comme exemple, Serge Tisseron, docteur en psychologie, psychiatre et psychanalyste, qui récuse l'analogie à un toxique concernant les TIC, notamment parce que « *l'addiction désigne la dépendance à des produits qui génèrent des états psychiques seconds auxquelles le consommateur est invité à*

---

[109] Toubiana, E-P. (2011). *Op.cit*., p.6.
[110] Assoun, P-L. (2011). *Psychanalyse et addictions*, dans : Addictologie Clinique. Paris : Quadrige Manuels, Puf, Presses universitaires de France, p.33.
[111] Par analogie au terme « Toxikon » que l'auteur a utilisé auparavant.
[112] Toubiana, E-P. (2011). *Op.cit*., p.5.

s'abandonner. La recherche du sens est totalement absente, le consommateur d'une substance cherchant avant tout à éprouver les effets de celle-ci. Au contraire, le joueur de jeux vidéo est toujours confronté à une tension entre excitations et significations. Et c'est même très probablement ce qui le "scotche" aux jeux vidéo ! »[113]. Le docteur Fionnbar Lenihan[114], se montre aussi sceptique concernant l'usage du terme addiction dans le cas d'un usage excessif d'Internet par exemple et constate que la cyberdépendance n'occasionne pas de dommages somatiques importants comme le cas de la Cirrhose de l'alcoolique par exemple, d'où la nécessité de faire la distinction entre un usage excessif et une addiction.

Au regard de ces constats, nous éviterons l'utilisation du terme addiction sans toxiques et nous retiendrons l'appellation **Usages problématiques du Smartphone[115]** (UPS) pour désigner les utilisations compulsives et pathologiques du dispositif numérique qui entraînent un sentiment de détresse et des difficultés psychologiques, physiques et sociales, que nous allons développer dans la partie suivante.

5.2. Répercussions des usages problématiques du Smartphone sur le bien-être de l'individu

Il ne peut y avoir un usage problématique d'un médium sans conséquences négatives. Par conséquent, nous pouvons dire qu'à partir du moment où le dispositif numérique engendre des répercussions négatives d'ordre physique, psychique ou social sur la vie de l'usager, l'usage de ce médium est considéré comme étant problématique. Nous rappelons que les usagers qui utilisent leurs Smartphones d'une manière exagérée pour des fins professionnelles ne sont pas concernés par cette étude, malgré qu'ils soient eux aussi sujet à des répercussions néfastes surtout sur le plan physique. Il est important, à cet effet de faire la différence entre un usage excessif volontaire lié à la nature de l'activité de l'individu et un usage excessif incontrôlé lié à l'assujettissement du sujet à l'objet.

Si pour les addictions avec toxiques (cocaïne, tabac, alcool…), les conséquences négatives ont été maintes fois diagnostiquées, pour les « addictions sans toxiques »-

[113] Tisseron, S., Missonnier, S., Stora, M. (2006). *Op.,cit*, p.11.

[114] Lenihan, F. (2007), *Computer addiction-a sceptical view*, Advances in Psychiatric treatment, vol 13, p. 31-33.

[115] L'usage problématique d'internet est une expression qui a été citée dans l'article [Sergerie, M-A. et Lajoie,J. (2007), *Internet : usage problématique et usage approprié*, Revue québécoise de psychologie, 28(2).]. Nous nous sommes inspirés de cette expression pour trouver une appellation adéquate aux usages excessifs et compulsifs du Smartphone.

comme certains les appellent- les conséquences restent diverses et disparates. Différentes variables entrent en jeu comme l'âge de l'usager, son genre, sa culture, sa profession, son environnement… ce qui fait que chaque usager peut réagir différemment à ses impulsions d'usage excessif du dispositif technique, d'où l'impossibilité de désigner une liste exhaustive des répercussions négatives qui peuvent être engendrées par l'usage problématique de cette technologie de l'information et de la communication. Toutefois nous pouvons citer quelques exemples de risques majeurs auxquels l'usager peut être exposé en se laissant séduire et obnubilé par les diverses fonctionnalités offertes par ce couteau suisse numérique et qui se sont révélés récurrents chez les personnes faisant un usage problématique de leur Smartphone.

5.2.1. Incidences physiques

Depuis l'avènement de la téléphonie mobile, des études scientifiques ont révélé que l'usage de ce dispositif n'est pas anodin pour la santé de ceux qui l'utilisent ainsi que ceux qui sont exposés en permanence aux ondes qu'il reçoit et qu'il émet. Avec l'émergence des Smartphones, ce problème n'a pas été résolu mais bien au contraire, l'usage du dispositif innovant pendant des durées de temps de plus en plus longues (étant donné qu'il offre plusieurs services et fonctionnalités) a augmenté considérablement le risque de la lésion de l'ADN cellulaire due à l'exposition du cerveau de l'usager aux radiations. Malencontreusement, ce genre de lésion peut provoquer des tumeurs cancéreuses qui peuvent être fatales pour l'être humain.

Outre le problème de l'exposition aux ondes électromagnétiques, regarder l'écran d'un Smartphone, d'une tablette ou d'une liseuse électronique pendant une longue durée entraine des douleurs au niveau du cou ou encore des troubles musculo-squelettiques. En effet, le poids moyen de la tête est de 4,5 à 5,5 Kg. Dans la posture idéale, où on peut tracer une ligne droite entre l'oreille, l'épaule, la hanche, le genou et la cheville, le poids de la tête se réparti sur l'ensemble du corps. En regardant un écran, notre tête se désaxe vers l'avant et nous pouvons ainsi ressentir son poids jusqu'à quatre fois plus lourd (Illustration 5).

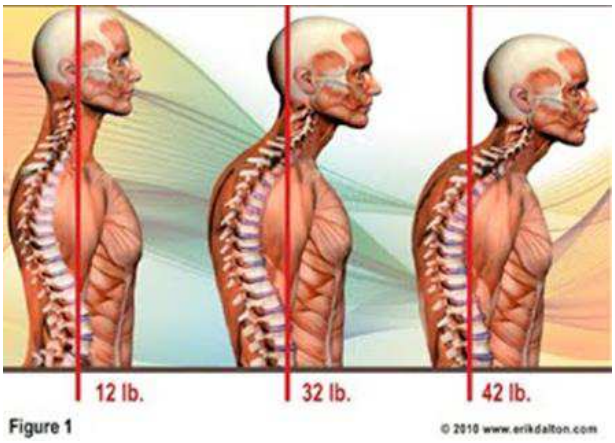

Illustration 5 : Schéma comparatif entre une posture idéale et une posture problématique

L'usage prolongé et excessif du clavier du Smartphone, peut aussi causer des douleurs musculaires au niveau du cou et du pouce, ce que les britanniques ont traduit par l'expression *« text neck »* ou encore *« text thumb injury »* et qui désigne en terme médical : la tendinite du pouce. Cette dernière est une inflammation de la gaine synoviale où cheminent les tendons reliant le pouce au poignet, qui est provoquée par une activité sollicitant l'utilisation répétée du pouce. Dans un article publié à « L'expansion »[116], le docteur Emmanuelle Rivoal, ostéopathe à Paris, affirme qu'elle reçoit de plus en plus de patients paralysés par ce type de douleurs. Elle fait part aussi de ses inquiétudes concernant la convergence visuelle due à l'usage excessif des écrans des Smartphones et des tablettes. Elle explique à cet effet, que la mobilisation permanente du muscle de la vision appelle d'autres muscles comme les muscles de la mâchoire, du cou, des épaules, etc. Ce qui engendre des fourmillements dans les doigts, la tendinite, les douleurs de la nuque et du dos, etc. Ce constat se confirme par le reportage[117] de l'émission « 66 minutes » diffusé sur M6, le 7 Juillet 2013, où un ostéopathe a présenté un patient qui souffre de grandes douleurs musculaires au niveau des doigts et du cou engendré par un usage excessif du Smartphone. Mais aussi par l'intervention du docteur Philippe Collin, spécialiste en médecine de sport, dans l'émission radio de France Inter : « Smartphones et réseaux sociaux: les nouvelles addictions »[118], où il a souligné que dans le centre de

[116] La "maladie du texto" fait de plus en plus de victimes, publié le 21/11/2011, lien Internet : http://lexpansion.lexpress.fr/high-tech/la-maladie-du-texto-fait-de-plus-en-plus-de-victimes_271370.html

[117]Reportage de l'émission "66 minutes" diffuse sur M6 le 7/07/2013, dont l'objet est l'usage excessif des Smartphones, lien Internet : http://www.m6replay.fr/#/66-minutes/11301606-emission-du-07-juillet

[118]Emission "Le téléphone sonne" présentée par Gilles Halais le vendredi 16 Aout 2013 et dont le sujet porte sur : « Smartphones et réseaux sociaux: les nouvelles addictions ». Lien Internet pour réécouter l'émission : http://www.franceinter.fr/emission-le-telephone-sonne-smartphones-et-reseaux-sociaux-les-nouvelles-addictions

thalassothérapie Thalgo dans la Baule[119], ils ont mis en place une nouvelle cure qui s'appelle « Tech Neck » et qui a pour vocation de soulager les douleurs musculaires dues aux usages excessifs des technologies de l'information et de la communication. Ce qui reflète l'émergence de nouvelles pathologies en rapport avec cette époque d'hyper connectivité.

Par ailleurs, la focalisation du regard de l'usager pour une longue durée sur le petit écran du Smartphone peut engendrer une fatigue visuelle qui s'accompagne parfois par une insomnie. En effet, la lumière émise par les écrans du Smartphone ou des tablettes tend à réduire l'envie de sommeil. Selon une étude américaine effectuée par « OnlinePsychologyDegree.net »[120], la mélatonine communément appelée hormone du sommeil est réduite de 22% par tranche de deux heures d'exposition aux lumières d'un écran. Rester exposer à ces dernières tard dans la soirée aura tendance non seulement à repousser l'échéance mais également à moins ressentir le besoin de sommeil. Ce qui engendre, le lendemain dès le réveil, une sensation de fatigue et la perturbation du rendement de l'individu ainsi que sa capacité à se concentrer.

Nous allons nous contenter des exemples précédemment cités, puisque notre intention n'est pas de donner une liste exhaustive des répercussions négatives de l'usage excessif du Smartphone mais de donner les exemples les plus récurrents qui nécessitent la mobilisation de la vigilance collective.

5.2.2. Incidences psychiques

Les usages excessifs se développent considérablement pendant l'adolescence et pour la majorité des utilisateurs, ils constituent un état transitoire qui passe avec le temps. Pour d'autres, cette phase peut se prolonger sur une durée de temps bien longue et peut aussi devenir problématique dans le sens où elle marque l'état psychique de l'individu, influence le cours de sa vie et la construction de sa personnalité.

A cet effet, nous pouvons constater que l'émergence de toute nouvelle technique s'accompagne d'une posture psychique, qui peut influencer le comportement de l'individu. En ce qui concerne le Smartphone, l'objet a cette spécificité d'être multifonctionnel, interactif et captivant. Il donne accès à tous types d'informations, il permet la distraction et

[119] Centre de Thalassothérapie Thalgo dans la Baule, lien Internet : http://www.lucienbarriere.com/localized/fr/thalasso_spa/nos_etablissements/thalgo.htm
[120] Getting in bed with Gadgets, Lien Internet de l'étude : http://mashable.com/2012/11/19/gadgets-sleep/

le divertissement et surtout une forte interaction virtuelle et sociale. Le dispositif numérique peut représenter pour certains, une fenêtre ouverte sur le monde. Une fenêtre, à travers laquelle ils restent protéger dans leurs nids douillets tout en bénéficiant des interactions sociales du monde extérieur et en étant informé de tout ce qui se passe ailleurs. Immerger dans ce monde où la réalité et la virtualité se mêlent, s'entremêlent et se confondent, l'usager peut devenir dépendant de ce mode d'attachement sécurisé qui lui garantit l'excitation, l'intimité intense ou accélérée, la compagnie, l'absence de limites, le sentiment de contrôle et l'incarnation de l'idéal. Dans ce sens, Serge Tisseron explique ce phénomène en constatant qu' « *un nombre important d'adolescents utilisent ainsi les espaces virtuels avec l'espoir de mieux installer en eux-mêmes les capacités psychiques qu'ils sentent défaillantes et dont ils pensent, à juste titre, qu'elles leur seront indispensables pour affronter les difficultés du monde adulte* »[121].

Se laisser enfermer dans cette bulle où tout semble être plaisant et sous contrôle, peut engendrer des troubles de la personnalité, des troubles d'humeur et des troubles obsessionnels compulsifs où l'accès permanent au monde à travers ce biais devient primordial pour l'épanouissement et le bien-être de l'individu. La simple présence de cette fenêtre qui prend l'apparence d'un petit écran, le rassure, lui donne confiance en lui-même et lui permet de se sentir aimer et apprécier par les autres. L'attention et le temps investi par l'usager dans cette quête de réassurance et de soulagement d'une humeur dysphorique (sentiments d'impuissance, de culpabilité, d'anxiété ou de dépression), n'est pas sans répercussions sur son environnement et sa vie sociale. Dans ce sens, Michel Lejoyeux[122], transmet dans son livre « Du plaisir à la dépendance », l'anxiété ressentie par l'entourage des individus dépendants de leurs écrans en notant qu' « *il n'est pas rare que des parents inquiets me demandent un avis ou une aide à propos d'un jeune rivé à son écran. Les plaintes sont presque toujours les mêmes : il ne leur parle plus, il délaisse ses études et ses amis. Il ne veut plus partir en vacances ni même sortir de chez lui*»[123]. L'individu se sent ainsi tellement bien dans son petit monde qu'il refuse de le quitter même l'espace d'une courte période ce qui peut engendrer l'instauration de différents troubles que nous avons précédemment cité.

---

[121] Tisseron, S. (2006). *La dyade numérique. Les interactions précoces à l'épreuve des mondes virtuels*, lien Internet : http://www.omnsh.org/spip.php?article142

[122] Michel Lejoyeux est professeur de psychiatrie à la faculté de médecine Paris 7 et chef de service de psychiatrie à l'hôpital Bichat (APHP) et Maison Blanche. Il préside la Société Française d'alcoologie et coordonne l'enseignement national du diplôme d'études spécialisées en addictologie. Ses travaux de recherche portent sur la dépendance à l'alcool, au tabac et sur les dépendances comportementales

[123] Lejoyeux, M. (2007). *Du plaisir à la dépendance, Nouvelles additions, nouvelles thérapies*, Paris : éditions de La Martinière, p.72.

Nous développerons plus tard, dans le dernier chapitre de ce mémoire, les différents acteurs psychologiques liés à cet usage compulsif de ce dispositif numérique ainsi que les motivations qui peuvent stimuler ce genre de comportement pathologique.

5.2.3. Incidences sociales

Comme nous venons de voir, l'appréciation de l'immersion dans ce monde géré par la médiation, peut amener l'usager à omettre son environnement réel et ses devoirs envers son avenir et son entourage proche. Dans ce sens, Antonio Casilli prend l'exemple de la connectivité à Internet et constate que « *ces technologies, dont le but est d'établir une connexion entre les usagers, sont sans cesse accusées d'empêcher l'interaction authentique. Le temps passé à cliquer d'une page à l'autre sur Internet serait du temps soustrait à la rencontre du face à face avec nos proches, nos amis, nos partenaires. D'où nous vient cette idée que les échanges par les claviers interposés sont désocialisants* »[124]. Cette constatation est dans une certaine mesure juste, cependant elle ne peut être généralisée ni pour toutes les technologies ni pour tous types d'usages.

Néanmoins, l'usage problématique des nouvelles technologies de l'information et de la communication peut dans certains cas avoir des incidences conséquentes sur la socialisation de l'individu. Ce dernier serait plus tenté de s'isoler dans son monde que de passer du temps avec sa famille, ses amis et ses proches. Cet isolement social peut engendrer un appauvrissement du réseau relationnel "*authentique"* au profit d'un réseau relationnel virtuel. De plus, la forme de relation mise en jeu dans les espaces dits virtuels et celle de la confrontation avec un interlocuteur réellement présent est totalement différente. Serge Tisseron explique dans ce sens que « *dans une confrontation réelle, la mise en présence est corporelle et les cinq sens sont impliqués. Nous pouvons voir, entendre, et, lorsque les conventions sociales nous y autorisent, toucher les personnes avec lesquelles nous entrons en relation. Au contraire, lorsque nous imaginons un interlocuteur, nous n'avons avec lui aucun lien de sensorialité, […] nous pouvons lui prêter toutes les attitudes et tous propos que nous désirons : il ne nous contredira pas, et pour cause ! La relation n'est ni réelle ni imaginaire. L'interlocuteur y est réellement présent mais à*

[124] Casilli, A.A. (2010). *Les liaisons numériques, vers une nouvelle sociabilité ?*, Paris : Editions du seuil, p. 227.

travers une seule modalité sensorielle, en général la vue ou l'ouïe »[125]. A cet effet, prendre l'habitude d'interagir avec autrui par médiation, pourrait obstruer les interactions authentiques puisque l'individu devient particulièrement sensible et vulnérable aux aléas des relations sociales. Nous pouvons constater que certains jeunes aujourd'hui ont de plus en plus du mal à communiquer en face à face avec leurs proches et leur entourage, à exprimer leurs idées, à réussir des entretiens d'embauche et même à se concentrer sur leurs études. C'est à cet effet, que le nombre d'émissions télévisées qui traitent ce genre de problème a connu un essor considérable durant ces dernières années, nous citons à titre d'exemple les émissions : « Pascal le grand frère » sur TF1, « C'est ma vie » sur M6, « Confessions intimes » sur TF1, etc.

A l'aune de ces constats, nous pouvons noter que le principal impact négatif facilement identifiable et attribuable aux usages problématiques du Smartphone est la perturbation de la gestion du temps. Celle-ci peut dans des contextes donnés, avoir des répercussions et des incidences négatives sur le bien-être social de l'individu et notamment, influencer ses performances scolaires et professionnelles. L'usager dépendant se retrouve hanté par cette envie permanente de se connecter à Internet, d'envoyer des SMS, d'utiliser ses applications préférées, ce qui peut affecter ses préoccupations professionnelles et perturber sa concentration dans ses études. En termes médicaux, l'individu peut souffrir de troubles attentionnels ou encore d'hypomanie qui est une forme atténuée de la manie.

La mise en danger des relations sociales et affectives, de l'épanouissement professionnel ou scolaire de l'individu, de sa carrière, de son avenir peuvent nuire non seulement à l'individu mais aussi à son entourage. Impuissants devant une telle dépendance, ces derniers doivent intervenir et réagir, en demandant (s'il le faut) de l'aide à des spécialistes qui sauront aider l'individu à se libérer de ses comportements pathologiques.

[125]Tisseron, S. (2011). *Les cyberaddictions, dans Addictologie Clinique*, Paris : Quadrige Manuels, Puf, Presses universitaires de France, p. 526.

IV. Analyse des usages problématiques du Smartphone

Comme nous l'avons évoqué au début de notre recherche, la méthode pragmatique prône la vérification de toutes notions en situation, en les mettant à l'épreuve et en identifiant leurs implications pratiques en ayant recours à différentes approches d'expérimentations comme l'observation directe, les entretiens, les questionnaires, les *focus groups*, etc… Dans cette perspective, cette partie de la recherche sera dédiée à l'analyse des usages problématiques du Smartphone par le biais de diverses approches d'expérimentations.

Pour ce faire, notre propos va se construire autour de deux démarches différentes et indépendantes l'une de l'autre : une première démarche où nous allons essayer d'entrer en contact direct avec les usagers du Smartphone dans l'objectif de saisir les différents aspects et motivations de l'usage compulsif du Smartphone et une deuxième démarche où nous allons analyser différents résultats de sondages réalisés par des organismes spécialisés et les soumettre à l'avis et l'expertise d'un spécialiste dans le domaine psychologique comportemental.

Nous avons fait le choix de traiter ces deux démarches indépendamment l'une de l'autre afin d'éviter que les résultats de l'une ne viennent biaiser ceux de l'autre, mais aussi pour nous permettre de collecter et de traiter un maximum d'informations et de données qui ne peuvent que nous apporter encore plus de profondeur et de richesse à notre travail de recherche.

1. *Première démarche d'expérimentation : Mobilisation auprès des usagers du Smartphone*

Cette première démarche d'expérimentation a pour objectif l'identification des usages problématiques du Smartphone dans la société française ainsi que ses implications sur le bien-être des individus. Dans cette perspective, nous allons essayer d'aller à la rencontre d'usagers de smartphones ayant un rapport excessif, compulsif avec leurs dispositifs intelligents pour pouvoir comprendre l'étendu de ce phénomène et discerner ses principales caractéristiques, motivations et résultantes.

Pour ce faire, nous avons envisagé de réaliser, dans un premier temps, une enquête par questionnaire qui vise à nous fournir des informations concrètes concernant le profil des usagers faisant un usage problématique de leurs Smartphones en France, l'objet de cette dépendance (au média, à son contenu, à ce qu'il procure comme sentiment, etc.), le type d'usage du dispositif numérique (usage privé et/ou professionnel), la durée d'utilisation par jour, les fonctions les plus utilisées, les motivations de l'usage de ce médium, etc.

Afin de pouvoir cibler les différents signes qui peuvent nous mener à identifier les usages problématiques du Smartphone, nous avons vu nécessaire de nous appuyer sur un travail de synthèse de la littérature sur les critères diagnostiques des usages problématiques des TIC en général[126]. Ce travail de synthèse va d'une part nous donner une idée approximative sur les indications ou les signes qui peuvent refléter un usage compulsif et pathologique d'un médium et d'autre part, nous aider à formuler des questions pointues et ciblés pour le questionnaire qui va être administré aux usagers du Smartphone.

1.1. Critères diagnostiques des usages problématiques des TIC

Dans cette partie de la recherche nous nous sommes interrogés sur les critères diagnostiques de l'usage problématique du Smartphone : existe-t-il des paramètres communs aux sujets dépendants de ce médium ? De quelle nature sont-ils ? Est-il concevable de fonder une clinique de la dépendance à ce dispositif numérique qui ne se limite pas au seul constat descriptif de l'usage excessif du produit ?

L'usage problématique du Smartphone fait partie d'un ensemble de comportements regroupés souvent sous l'appellation de « nouvelles addictions »[127], qui ont suffisamment de caractéristiques communes pour justifier ce rapprochement. Le regard porté par la société sur ces nouvelles addictions comportementales évolue au fil des époques. Ainsi les "symptômes" qui peuvent servir à diagnostiquer un comportement addictif, semblent devenir plus importants avec le temps et l'évolution rapide des technologies. Dans ce sens, un usage qui peut paraître abusif en ce temps, ne le sera peut-être plus dans les années à

[126] Nous n'avons pas trouvé de publications sur les usages problématiques du Smartphone et les critères diagnostiques de ce type d'usage. Toutefois nous avons trouvé des publications concernant les usages problématiques des Tic et plus précisément de l'Internet et des jeux vidéo que nous allons exploiter dans cette partie de la recherche.

[127] Une appellation utilisée par le professeur Jean- Luc Venisse directeur du pôle universitaire d'addictologie et psychiatrie du Centre hospitalier de Nantes et Professeur à l'université de Nantes.

venir. Cependant, notre objectif est de marquer ce moment précis de l'histoire de l'évolution de la téléphonie et de ses usages que nous avons jugé important d'en témoigner à travers ce travail de recherche.

Pour ce faire nous allons nous appuyer sur un ensemble de tests et de recherches publiées dans la littérature internationale sur les usages problématiques des TIC en général afin de déceler quelques critères diagnostiques généraux et récurrents de l'addiction comportementale liée à l'usage problématique d'un médium ; nous citions à titre d'exemple : la cyberdépendance, l'addiction aux jeux de hasard et aux jeux vidéo, l'addiction aux sites pornographiques, l'addiction aux ventes en ligne et aux enchères, etc. N'ayant pas de connaissances suffisantes dans le champ de la psychologie et de l'addictologie comportementale nous avons préféré construire notre réflexion à partir d'écrits et de recherches élaborés par des spécialistes compétents de ces domaines.

Nous partons à cet effet, de la définition proposée par Aviel Goodman concernant les conduites addictives qui selon lui ne peuvent être décrites de la sorte que « *quand un sujet est, de manière impulsive et difficile à contrôler, obligé de recourir à un comportement ou à l'usage d'un produit pour rétablir son homéostasie interne, c'est-à-dire pour abaisser sa tension et pour se procurer un certain plaisir ; deuxième critère nécessaire, c'est que recourant à cette conduite ou à ce produit de manière répétitive, il le fait bien qu'il ait conscience du caractère potentiellement nuisible de ce comportement* »[128]. Nous pouvons d'ores et déjà, retenir à partir de cette définition, qu'un comportement addictif est un comportement incontrôlable qui vise à rétablir un état d'équilibre intérieur face à des modifications du milieu extérieur ce qui procure à l'individu un soulagement de tension ou du plaisir. Le comportement addictif possède de ce fait, un double versant d'impulsions difficiles à contrôler mais aussi de lutte plus ou moins compulsive contre ces impulsions avec la conscience du caractère néfaste de ce type de comportement.

Sur cette même problématique, Goodman rajoute que « *ce n'est pas le type de comportement, sa fréquence ou son acceptabilité sociale qui déterminent s'il est ou non une addiction, mais c'est comment ce mode de comportement est relié et affecte la vie de l'adulte, selon les critères diagnostiques spécifiés* »[129]. Le psychiatre et psychanalyste Goodman, insiste à cet effet sur l'importance de déceler les critères diagnostiques propre à une dépendance donnée pour pouvoir déterminer si l'individu est sujet à un comportement de subordination et d'asservissement ou pas.

---

[128]Jeammet, PH. (2011). *Adolescence et addiction*, dans Addictologie Clinique. *Op.,Cit*, p. 133.
[129] Goodman, A. (1990). *Op. cit.*, p.1403-1408.

Face à l'impossibilité de trouver des critères diagnostiques liées à l'usage problématique du Smartphone, nous avons pris l'initiative de collecter les principales grilles diagnostiques citées dans la littérature et dont la fonction est d'objectiver ce que pourrait être un usage problématique des TIC en général.

Dans cette intention, nous nous sommes tout d'abord intéressés à l'origine de la notion de dépendance comportementale et l'évolution des recherches dans ce domaine bien déterminé. Introduite pour la première fois par Otto Fenichel[130] (1945), dans sa «Théorie psychanalytique des névroses», cette notion a été popularisée par la suite par Stanton Peele[131], avocat américain et psychothérapeute, dans son livre « Love and addiction » en 1975. Pour Peele, l'addiction comportementale est une dépendance à une expérience et non à une substance chimique. Toutefois ces premières définitions de la notion de dépendance comportementale ne s'accompagnent pas de définitions des critères diagnostiques. Ce n'est qu'avec Aviel Goodman (1990), que nous avons pu voir apparaître les premiers critères précis sur le concept d'addiction comportementale, considérant qu'il était de plus en plus utilisé par la communauté scientifique. Goodman, réorganisa ainsi les critères du DSM-III-R de diagnostic « de dépendance aux substances psychoactives » et du « jeu pathologique» et les regroupa au sein d'une même entité nosologique qu'il intitula « trouble addictif». Si ces critères désignés par Goodman sont jusqu'à aujourd'hui bien connus et souvent utilisés comme référence aux définitions des addictions avec ou sans drogues, ils ne sont pourtant pas considérés comme exhaustifs et n'ont pas de valeur officielle. D'autres chercheurs ont étudié la question et ont établi leurs propres constats comme par exemple Mark Griffith[132] (1997), psychologue anglais, qui a envisagé la notion de dépendance comportementale différemment, en distinguant : une dépendance comportementale passive (par exemple : dépendance à la télévision) et une dépendance comportementale active (par exemple : la dépendance aux jeux vidéo).

Bon nombre de recherches sur ce sujet ont vu le jour au fil du temps, cependant nous avons sélectionné onze grilles[133] différentes de travaux élaborés entre 1990 et 2005 par plusieurs chercheurs et spécialistes dont les compétences et l'expertise sont reconnus au niveau international et qui sont souvent évoqués dans les travaux de recherche en

[130]Fenichel, O. (1979). *La théorie psychanalytique des névroses*. Tome 1 : Introduction. Le développement mental. Les névroses traumatiques et les psychonévroses. Avant-propos Fain. M, traduit de l'anglais par M. Fain et al, The psychoanalytic theory of neurosis (1945), Paris: Bibliothèque de psychanalyse, 1979 (3e éd.), p.392.

[131] Peele, S. et Brodsky, A. (1975). *Love and addiction*, New-York: Taplinger, p.284

[132] Griffiths, M. (1997). *Does internet and computer addiction exist? Some case study evidence*. Paper presented at the 105th annual meeting of the American Psychological Association. Chicago.

[133] Vous pouvez consulter ces onze grilles diagnostiques dans les annexes..

psychologie, addictologie et psychiatrie concernant l'usage problématique des TIC et en particulier d'Internet et des jeux vidéo. Nous pouvons lister ces recherches par ordre chronologique de la sorte :

-1990: « Critères du trouble addictif » selon ***Goodman***.
-1996: « Critères diagnostiques de la cyberdépendance » selon **Young**.
-1997: « Critères diagnostiques de la dépendance comportementale » de **Griffiths**.
-1998: « Internet addiction, signes et symptômes » selon **Véléa**.
-1998: « Internet addiction Test (IAT) », selon **Young**.
-2001: « Internet Stress Scale ou Test », selon **Orman**.
-2002: « Problem video game playing (PVP) », selon **Salguero** et **Moran**.
-2002: « Genralized problematic Internet use scale » selon **Caplan**.
-2003: « Critères diagnostiques de l'usage problématique d'Internet» selon **Shapira et coll.**
-2004 :« Internet addiction scale (IAS)» selon **Nichols et Nicki**.
-2005 :« Critères diagnostiques de l'usage problématique d'Internet » selon **Shapira et coll**.

Force est de constater que les grilles sélectionnées portent essentiellement sur la cyberaddiction ou encore sur les jeux vidéo qui font parties des usages possibles du Smartphone. Ces critères peuvent donc, *a priori*, s'appliquer à l'usage problématique du Smartphone, toutefois nous pensons que tous ces critères ne peuvent pas, à eux seuls, déterminer si un type d'usage est problématique ou pas. Il s'agit dans ce cas d'affirmer une « qualité d'être » au départ d'analogies tout à fait discutables. D'un point de vue strictement pragmatique, nous pensons que ce type de procédure qui plaide pour l'élaboration de critères généralistes, peut être négocié et être sujet à un débat. A cet effet, nous trouvons échos à notre pensée dans le constat de Gekiere : « *Penser un diagnostic comme une invention, construit dans l'interaction avec tel patient à un moment donné, ou encore considérer un diagnostic comme une narration, comme le baptême d'une expérience qui aurait pu se baptiser autrement, a beaucoup d'avantages, et notamment celui d'augmenter le nombre de choix possibles pour les protagonistes* »[134]. A cet effet, l'entrevue clinique reste sans doute la méthode de référence pour effectuer un diagnostic des troubles comportementaux. Vue les limites des tests actuels et étant donné que les

[134] Gekiere, C. (2008). *La passion classificatrice en psychiatrie : une maladie contemporaine ?*, Ethica Clinica, p.41.

problèmes de dépendance s'accompagnent généralement d'autres difficultés, il est délicat de se limiter à une évaluation psychométrique pour pouvoir attribuer un jugement.

Néanmoins, nous avons malgré tout, analysé ces différentes grilles diagnostiques de l'usage problématique des TIC, pour pouvoir déceler, à titre indicatif, les critères les plus récurrents et significatifs d'un usage problématique, voire d'un comportement additif, ce qui nous aidera par la suite dans l'élaboration de notre enquête par questionnaire. Ce travail d'analyse nous a permis, de dégager sept critères essentiels qui ont été abordés d'une manière ou d'une autre par les différents chercheurs et spécialistes et qui sont :

-Un temps d'usage excessif et plus long que prévu.
-Préoccupation fréquente par ce médium.
-Echec répété dans le contrôle de ce comportement.
-Persistance du comportement en dépit des conséquences négatives significatives.
-La modification de l'humeur: agitation et irritabilité.
-La tolérance marquée de l'intensité, la durée et la fréquence de l'activité.
-Manifestation de problèmes dans les relations sociales de l'individu.

Comme nous pouvons le constater, ces critères ne posent pas de limite quantitative qui viendrait marquer l'usage excessif voire abusif des médiums. Ils font plutôt référence aux notions d'envahissement et d'asservissement, tant du fait de l'usage du dispositif que du fait d'y penser constamment entre un temps d'usage et un autre. Cette centration de l'individu sur un objet ou une sensation donnée peut être révélatrice d'une dépendance pathologique, par exemple : « *un enfant peut avoir un temps de jeu limité à deux heures par jour et penser sans cesse à ses stratégies. A l'inverse, un autre enfant peut jouer quatre heures, mais oublier totalement son jeu lorsqu'il est à l'école ou engagé dans une activité sportive. Malgré les apparences le premier de ces enfants sera plus "dépendant" que le second* »[135]. Ainsi, ce critère doit toujours être contextualisé en fonction notamment des différences culturelles, des évolutions au cours du temps et de la spécificité des activités réalisées. L'usage problématique ne peut pas être jaugé uniquement aux nombres d'heures d'utilisation du dispositif mais plutôt dans un cadre d'évaluation globale du fonctionnement de l'individu[136]. Ce qui n'empêche pas que dans le cas de la

[135] Tisseron, S., Missonnier, S. et Stora, M. (2006). *Op.,Cit*, p.33.
[136] Sergerie, M-A. et Lajoie, J. (2007), *Internet : usage problématique et usage approprié*, revue québécoise de psychologie, 28 (2), p.152.

cyberdépendance, le nombre d'heures passées sur Internet est statistiquement le meilleur facteur prédictif d'un usage problématique[137].

Cette analyse des grilles, nous a aussi permis de dégager une autre notion centrale révélatrice du comportement addictif à savoir : le contrôle. L'incapacité du sujet à contrôler ses comportements, à diminuer ou à arrêter l'usage du dispositif et l'échec de toutes tentatives de résistance à la tentation de l'usage, donnent un aspect chronophage à l'usage du dispositif, ce qui fait perdre à l'usager toute notion du temps et le pousse à rallonger de plus en plus la durée d'usage.

La question du manque de contrôle et de l'impossibilité d'aller à l'encontre de ses envies, induit la notion de dissonance et de conflit intérieur. Ces dernières peuvent induire à leur tour des conflits externes. En effet, l'individu maintient son comportement pathologique malgré les plaintes et les avertissements de son entourage ainsi que les répercussions négatives sur sa vie sociale au sens large (sa vie sentimentale, sa vie familiale, son travail, ses responsabilités, etc.).

1.2. Enquête par questionnaire

Cette synthèse de la littérature, sur les usages problématiques des TIC, nous a éclairés sur les différents signes qui peuvent refléter l'usage pathologique d'un médium. Au regard de toutes ces informations et ces recherches, nous avons formulé trente questions qui portent sur quatre grands axes à savoir : Le profil de l'usager (son sexe, son âge, sa profession, etc.), l'usage qu'il fait de son Smartphone (usage privé et/ou professionnel, durée d'utilisation par jour, la fonction la plus utilisée, usage maîtrisé ou non maîtrisé, etc.), les motivations de l'usage de ce médium (lien affectif, sentiments éprouvés lors de l'usage, le partage d'information personnelle, etc.), et pour finir, l'ensemble des nuisances psychiques, physiques et sociales que peut engendrer l'usage problématique de ce dispositif technique (isolement social, dépendance, manque de sommeil, plaintes de l'entourage, etc.).

Ce questionnaire a été mis en ligne le 22 Mars 2013. Afin de réunir un nombre important de répondants à ce questionnaire nous l'avons diffusé à travers notre liste de contact, dans différents forums ainsi que dans les réseaux sociaux tout en précisant que ce questionnaire ne concerne que les détenteurs de Smartphones résidants en France. Au bout

[137] Tisseron, S. (2011). *Op. cit*., p. 536.

de deux mois, nous avons réussi à collecter 127 réponses à notre questionnaire. Cependant, nous nous sommes rendu compte que l'échantillon que nous avons pu collecter n'est pas représentatif des usagers de Smartphones en France (le nombre de répondants au questionnaire est insuffisant pour représenter plus de 30 millions d'usagers de Smartphones en France). Nous avons alors décidé de clore ce questionnaire, de traiter les informations recueillies[138] et de les garder comme un témoignage corroborant les résultats du *focus group* ainsi que les sondages élaborés par les organismes spécialisés que nous allons déployer dans la deuxième démarche d'expérimentation.

- Voici le questionnaire que nous avons administré aux 127 usagers de Smartphones en France :

[138] Vous pouvez consulter les réponses des 127 répondants à ce questionnaire ainsi que l'analyse des données recueillies et la synthèse dans les annexes.

Etudes des phénomènes psychosociologiques liés à l'usage problématique du Smartphone

Dans le cadre de l'élaboration de notre mémoire de recherche en Master 2 Etudes Culturelles à l'Université Paris 1 Panthéon Sorbonne, nous vous invitons à participer à cette enquête qui consiste à étudier les usages problématiques des Smartphones en France.
Nous vous prions de bien vouloir répondre à toutes les questions afin que nous puissions collecter les informations qui sont indispensables à notre recherche.
Nous vous remercions d'avance pour votre participation.
*Obligatoire

1- Quel est votre sexe ? *

- Homme
- Femme
- Autre

2- Quel est votre âge ? *

- entre 15 et 24 ans
- entre 25 et 39 ans
- entre 40 et 70 ans

3- Quelle est votre profession ? *

4- Combien de personnes habitent avec vous ? *

5- Combien de Smartphones possédez-vous ? *

- 1
- 2
- 3 ou plus

6- Depuis combien de temps utilisez-vous les Smartphones ? *

- Moins de 3 mois
- Entre 3 mois et 6 mois
- Entre 6 mois et un an
- Plus d'un an

7- Quel usage faites-vous de votre Smartphone ? *

- ◯ Majoritairement privé
- ◯ Majoritairement professionnel
- ◯ A la fois privé et professionnel

8- Quelle est la fonction que vous utilisez le plus dans votre Smartphone ?

[ ]

9- En moyenne, combien de temps utilisez-vous votre Smartphone par jour ?

- ◯ Moins de 15 min
- ◯ Entre 15 et 30 min
- ◯ Entre 30 min et 1 heure
- ◯ Entre 1 heure et 2 heures
- ◯ Entre 2 heures et 3 heures
- ◯ Entre 3 heures et 4 heures
- ◯ Plus de 4 heures

10- En moyenne, combien de SMS/MMS envoyez-vous par jour ?

- ◯ Entre 0 et 5 SMS/MMS par jour
- ◯ Moins de 10 SMS/MMS par jour
- ◯ Entre 10 et 30 SMS/MMS par jour
- ◯ Entre 30 et 50 SMS/MMS par jour
- ◯ Plus de 50 SMS/MMS par jour

11- Sélectionnez parmi ces propositions les raisons qui motivent le plus souvent votre utilisation du Smartphone

(Plusieurs réponses possibles)

- ☐ Obligation professionnelle
- ☐ Obligation familiale
- ☐ L'ennuie
- ☐ La solitude
- ☐ la curiosité
- ☐ La timidité
- ☐ la quête d'informations
- ☐ Autre : [ ]

19- Ressentez-vous un attachement affectif à l'égard de votre Smartphone?

- ◯ Oui
- ◯ Non

20- Quand vous utilisez votre Smartphone, ressentez vous un sentiment :
(Plusieurs réponses possibles)

- ☐ D'apaisement
- ☐ D'excitation
- ☐ De satisfaction
- ☐ De sécurité
- ☐ De soulagement
- ☐ Rien de particulier
- ☐ Autre : _____

21- Pensez-vous que la vie sans votre Smartphone serait ennuyante, vide et sans joie ?

- ◯ Oui
- ◯ Non

22- L'usage de votre Smartphone vous permet-il d'oublier et d'échapper à vos soucis ?

- ◯ Oui
- ◯ Non

23- Vous arrive-t-il plusieurs fois dans la journée de vérifier votre Smartphone alors qu'il n'a pas sonné ou vibré ?

- ◯ Oui
- ◯ Non

24- Vous arrive-t-il souvent de vous priver de sommeil pour passer plus de temps à utiliser votre Smartphone ?

- ◯ Oui
- ◯ Non

25- Vous arrive-t-il souvent de partager certains évènements de votre vie personnelle sur Internet ?
(votre humeur, vos photos, vos sorties, votre état de santé, vos voyages, etc)

- ◯ Oui
- ◯ Non

26- Laissez vous volontairement votre Smartphone en marche et près de vous quand vous vous endormez ?

- Oui
- Non

27- Depuis l'acquisition de votre Smartphone, avez-vous remarqué une baisse de vos résultats scolaires ou de votre rendement au travail ?

- Oui
- Non

28- Depuis l'acquisition de votre Smartphone, avez vous tendance à préférer l'isolement ?

- Oui
- Non

29- Depuis l'acquisition de votre Smartphone, notez-vous une tendance à réduire vos activités (sorties sport, balades, shopping...)

- Oui
- Non

30- Vos proches, se plaignent-ils du temps que vous passez à utiliser votre Smartphone ?

- Oui
- Non

Suite au traitement des données recueillies, nous avons pu identifier les deux types d'usages propres aux détenteurs de Smartphones à savoir : un usage modéré maîtrisé (les personnes faisant ce type d'usage déclarent utiliser leur Smartphone pour une durée de moins d'une heure par jour, ils envoient moins de 5 SMS/MMS par jour et affirment pouvoir se passer de leurs dispositifs numériques) et un usage excessif non maîtrisé (les personnes faisant ce type d'usage utilisent leurs Smartphones pour une durée de plus de 3 heures et envoient plus de 30 SMS/MMS par jour, ils avouent ne pas maîtriser l'usage de leur dispositif numérique et l'idée de séparation de leurs Smartphones pendant un journée est juste inconcevable). Toutefois, le questionnaire n'a pas permis d'une manière claire et précise de déceler les différentes caractéristiques et motivations de l'usage excessif et pathologique du Smartphone.

A cet effet, nous avons conclu qu'il serait plus intéressant et profitable d'avoir des entretiens en face à face avec des usagers de Smartphones ayant un rapport non maîtrisé et compulsif avec leurs appareils technologiques d'où l'idée d'organiser un *focus group* dont le déroulement sera explicité dans la partie suivante.

1.3. Le *focus group*

Notre insatisfaction des résultats obtenus à travers la réalisation de l'enquête par questionnaire, nous a poussé à réaliser une deuxième étude appelant cette fois-ci à la contribution des détenteurs du Smartphone faisant un usage compulsif non maîtrisé de leurs dispositifs intelligents. Entrer en contact direct et en discussion en face à face avec ces usagers nous a semblé une meilleure stratégie pour pouvoir comprendre en profondeur l'attitude, les comportements et les motivations des usages compulsifs du Smartphone.

Pour ce faire, nous avons eu l'idée d'organiser un *focus group* qui est une technique d'étude permettant de fournir des informations qualitatives au cours d'une discussion ciblée au sein d'un groupe nominal. L'entretien de groupe fait appel à l'interaction des participants pour enrichir et consolider l'information collectée. Cette technique est particulièrement intéressante pour analyser des thèmes et des sujets qui suscitent des opinions divergentes et impliquent des confrontations de points de vue.

Dans ce sens, nous avons décidé de composer notre groupe de discussion de deux détenteurs de Smartphones faisant un usage maîtrisé de leurs appareils technologiques et quatre autres éprouvant des difficultés à aller à l'encontre de leurs compulsions d'usage récurrent du dispositif technique. L'hétérogénéité de ce groupe va susciter des divergences d'opinions et des confrontations des réalités vécues des participants.

Dès lors, nous avons posté une annonce sur un site Internet (Youpijob.fr) pour pouvoir sélectionner les profils des participants qui correspondent à l'objet de notre recherche. Rapidement nous avons réussi à identifier quatre usagers accros à leurs Smartphones et qui ont gentiment accepté de participer[139] à ce *focus group*. Pour les deux autres participants, nous avons convié deux connaissances qui se sont portés volontaires pour participer à notre expérience.

Nous avons choisi d'adopter une technique d'animation de groupe semi-directive qui donnera la liberté aux participants d'interagir ensemble et d'aborder les différents points

[139] En contrepartie nous avons payé chacun de ces participants 10 euros.

de divergences d'opinions, à cet effet, nous n'avons pas préparé des questions à l'avance mais uniquement les différents points qui doivent être abordés dans cette discussion.

Le groupe a été convié, le dimanche 23 Juin 2013 à participer au *focus group*[140] qui s'est déroulé dans mon logement au 13eme arrondissement de Paris.

Le profil des participants à ce groupe de discussion est comme suit :

- Emna. F : Modératrice
- Julien. C. 17 ans. Lycéen, accro à son Smartphone.
- Christelle. B. 23 ans. Etudiante en droit. Elle travaille à mi-temps dans une bibliothèque et elle est accro à son Smartphone.
- Zied. M. 32 ans. Ingénieur. Il maîtrise l'usage de son Smartphone.
- Aurélie. C. 17 ans. Lycéenne, accro à son Smartphone.
- Christophe. A. 29 ans. Ingénieur. Il maîtrise l'usage de son Smartphone.
- Nathalie. T. 20 ans. Etudiante en finance et accro à son Smartphone.

Les participants présentent des profils variés et appartiennent à des tranches d'âge différentes qui sont relativement jeunes en raison de l'intérêt accru porté par les adolescents et les jeunes en général aux objets technologiques par rapport aux personnes plus âgés. L'entretien de groupe nous a révélé que les plus jeunes sont les plus susceptibles à avoir un usage compulsif de leurs Smartphones. Ces derniers sont conscients de leurs « dépendance » à leurs dispositifs technologiques et avouent ne pas pouvoir s'en séparer :

« *Mon téléphone ne me quitte presque jamais* » (Julien, 17 ans)

« *Je suis totalement accro à mon IPhone, […] je ne peux pas vivre sans mon téléphone* » (Christelle, 23 ans).

Ces jeunes utilisateurs sont en admiration devant l'efficacité de ce dispositif technique et sa multifonctionnalité qui leurs permettent de lui déléguer différentes tâches et de bénéficier de l'utilité, de l'efficacité et de l'ergonomie de cette technologie numérique de l'information et de la communication.

Les participants accros à leurs Smartphones ont tous été d'accord que l'omniprésence du téléphone intelligent dans leur quotidien est due essentiellement au désir de contact et de joignabilité permanente avec leur réseau de connaissance à travers la messagerie instantanée, les textos, les réseaux sociaux, les e-mails, etc. La séparation de certains d'entre eux de cet objet technologique entraîne un sentiment d'isolement et de rupture avec l'environnement social : « *Je sens qu'il me manque quelque chose quand je m'en sépare*

[140] Vous pouvez consulter la transcription de cette discussion de groupe dans les annexes, élaborée à partir d'un enregistrement audio.

ou encore que je suis isolé de mes amis. Dès que je le récupère je me sens soulagé » (Julien, 17 ans).

Ces déclarations reflètent la crainte de ces jeunes de la solitude et de l'isolement et marquent leur besoin récurrent d'entrer en contact avec leurs semblables et de braver les distances qui peuvent les séparer de leur réseau de connaissance.

Les participants à notre groupe de discussion, expliquent l'attachement des nouvelles générations à ces objets communicants de différentes manières. Si pour certains, la multifonctionnalité et l'ergonomie de cet appareil technologique sont des paramètres majeurs dans l'accoutumance des jeunes aux Smartphones, pour d'autres les téléphones intelligents représentent un phénomène de mode dont la popularité attire de plus en plus d'utilisateurs, ou encore un phénomène générationnel qui répond parfaitement aux besoins des jeunes générations, d'où leur fort engouement pour cet appareil technologique. Vraisemblablement, les jeunes utilisent ce dispositif technique comme un moyen d'intégration et de sociabilisation au sein de la communauté jeune : *« Les jeunes ont besoin de frimer et d'être à la page pour pouvoir s'intégrer plus facilement dans la communauté des jeunes. Ceux qui ne sont pas équipés avec des Smartphones sont mis à l'écart et sont parfois considérés comme démodés ou marginaux* » (Christophe, 29 ans).

Outre la multifonctionnalité de ce dispositif technique, les participants ont mis l'accent sur l'instantanéité et l'immédiateté offertes par le Smartphone qui leur permettent de s'informer et de réagir en temps réel par rapport à ce qui se passe autour d'eux : « *Notre génération est une génération de la réactivité et de l'instantanéité. Tout se fait rapidement* » (Julien, 17 ans). Cette nouvelle manière d'acquérir et de transférer l'information instantanément, s'est développée avec l'avènement d'Internet et s'est fortement amplifiée avec l'émergence de l'Internet embarqué. Connecté en permanence, le téléphone intelligent a participé à l'encrage d'une nouvelle manière d'appréhender et de guetter l'information.

Au-delà des caractéristiques techniques de ce dispositif innovant, nos participants au *focus group* ont été en accord sur l'importante influence du système consumériste et des stratégies marketing dans l'expansion spectaculaire des Smartphones partout dans le monde. Le nombre important de Smartphones disponibles dans le marché, l'innovation permanente de ces produits, les publicités et les offres alléchantes des opérateurs téléphoniques, tous ces facteurs entrent en jeu dans la relation d'attachement et d'usage permanent du dispositif technique par les jeunes.

Ces derniers se réfugient de plus en plus dans les relations avec leurs semblables au dépend des relations familiales, ce qui nécessite une utilisation permanente des technologies de l'information et de la communication. Ceci est peut-être dû à certains aspects de notre société moderne comme la présence de plusieurs foyers monoparentaux, le travail excessif des parents, l'amoindrissement du temps consacrés aux enfants, etc. : « *J'ai pris l'habitude de me confier à mes copines plutôt qu'à mes parents puisqu'ils ne sont pas assez présents dans mon quotidien* » (Aurélie, 17 ans).

En l'absence d'un soutien et d'une affection parentale suffisante, les jeunes peuvent se tourner vers leurs semblables pour fuir et combler le sentiment de manque, de solitude et d'abandon. D'autant plus qu'arrivés à l'âge de l'adolescence, certains jeunes éprouvent le besoin d'émancipation et de libération des contraintes dictées par leurs parents et entourage proche, dans l'objectif de construire leur personnalité et forger leur identité propre.

Dans ce sens, nos jeunes participants au groupe de discussion, ont désigné le pouvoir et la liberté comme les qualités les plus importantes du mobile intelligent, des qualités qui représentent finalement ce dont tout être humain œuvre à acquérir et à protéger depuis son jeune âge jusqu'à la fin de son existence.

De surcroît, les participants ont précisé que le Smartphone représente pour eux un moyen d'expression en toute liberté, intimité et discrétion, loin du contrôle parental et du regard d'autrui : « *Toute la gêne et le malaise qui peuvent se rapporter à certains sujets délicats se trouvent minimiser voire effacer quand on utilise l'écriture au lieu de la parole* » (Christelle, 23 ans). Le langage des messages écrits et échangés entre les jeunes facilite, de ce fait, la communication entre eux et atténue les contraintes d'ordre socioculturel pour faire émerger de nouvelles pratiques d'usage qui favorisent l'extériorisation et minimisent l'inhibition. A l'âge de l'adolescence, nos participants ont avoué utiliser ce médium à savoir le Smartphone connecté à Internet, comme un moyen d'ouverture sur de nouvelles connaissances mais aussi comme un moyen d'assouvissement de leurs pulsions affectives et sexuelles (le besoin de plaire aux autres, de draguer, d'échanger des moments de tendresse, de se sentir flatter, etc.)

« *Beaucoup de jeunes utilisent internet pour draguer et se faire de nouveaux amis et de nouvelles connexions. C'est très efficace et c'est rapide pour faire connaissance. 50% de mes amis Facebook, je ne les connais pas vraiment. Ce sont des amis de mes amis, des filles que j'ai repéré dans le lycée ou encore des filles que leurs photos de profils m'ont plu* » (Julien, 17 ans).

Malgré leur connaissance des dangers que peuvent engendrer les usages intensifs et compulsifs du Smartphone, les participants au *focus group* n'ont pourtant pas changé leur mode d'utilisation de leurs téléphones intelligents. Si les dommages physiques liés à l'usage permanent du Smartphone, ne constituent pas une crainte pour nos participants au groupe de discussion, la perte et l'égarement de leurs appareils technologiques en est pourtant une. L'ensemble de nos intervenants, ont exprimé leur peur de perdre leurs données personnelles stockées dans leurs téléphones intelligents ainsi que leur angoisse qu'un inconnu puisse avoir accès à leurs vies privées à savoir : leurs photos, leurs textos, leurs emails, leurs comptes Facebook, leurs vidéos, etc.

« *C'est ma plus grande crainte. Je n'ose même pas imaginer l'état dans lequel je serai. Celui qui me volera mon téléphone aura accès à plus de 700 photos de moi et de mes amis, à ma boite d'email, mon compte Facebook et Twitter, à tous mes textos, mes souvenirs et mes vidéos. Il saura tout de ma vie privée* » (Christelle, 24 ans).

Dotés d'une capacité importante à enregistrer et sauvegarder les données personnelles et d'un pouvoir attractif non négligeable, ces dispositifs innovants se placent au centre de la vie de certains jeunes, leurs procurant le sentiment de liberté et de la toute-puissance. Cependant, la sollicitation permanente de l'usager de la part des différentes fonctionnalités du dispositif innovant n'est pas sans conséquences défavorables pour son bien être psychologique, physique et social. En effet, nos intervenants « accros » à leurs Smartphones ont constaté que leur relation de subordination à cette technologie numérique de l'information et de la communication les distraits de leurs relations familiales et sociales (renfermement sur soi) et de leurs obligations scolaires et universitaires : Le Smartphone détourne l'attention de ses usagers quand ils sont en compagnie de leurs proches et même quand ils sont sensés se concentrer en classe ou faire leurs devoirs.

« *Le téléphone me déconcentre certainement, quand je fais mes devoirs ou quand je suis en cours. D'autant plus que j'y passe énormément de temps surtout avant de m'endormir. Ce qui me pousse à veiller très tard et à avoir des difficultés à se réveiller le lendemain* » (Julien, 17 ans).

L'organisation de ce *focus group*, nous a permis de nous mettre à l'évidence qu'en l'espace de quelques années les Smartphones ont pu acquérir une place prépondérante dans le quotidien des détenteurs de ses dispositifs, en particulier les plus jeunes, qui utilisent désormais ce médium non pas comme un simple moyen de communication et de recherche d'informations, mais plutôt comme un moyen de délivrance des contraintes imposées par la société ainsi que leurs entourages et d'affirmation de leur identité propre. L'usage

problématique de cette technologie numérique de l'information et de la communication se manifeste par un temps d'usage important, une préoccupation fréquente par ce médium, la tolérance marquée de l'intensité, la durée et la fréquence de l'activité et une incapacité à contrôler ce comportement malgré une conscience des répercussions négatives sur le bien-être physique, psychique et social de l'individu.

1.4. Synthèse générale

Cette première démarche d'expérimentation, dont l'objectif est d'interagir avec des usagers du Smartphone nous a révélé plusieurs éléments importants dans l'appréhension de la relation compulsive qui peut s'instaurer entre l'usager et son Smartphone.

Incontestablement, ce sont les jeunes générations qui laissent paraitre un fort engouement et un attachement démesuré pour ces téléphones intelligents. Cette relation « fusionnelle » à l'objet innovant se manifeste par un temps d'usage important, un envoi de quantité de messages considérable et un refus catégorique de séparation de leurs mobiles à plus de quelques heures[141].

Si les plus jeunes ont adopté l'envoi des SMS/MMS comme l'usage le plus apprécié, pour les autres générations les préférences sont tout autre : l'usage d'Internet pour les usagers âgés de 25 à 39 ans et téléphoner pour les usagers âgés entre 40 et 70 ans. Ces divergences d'usages entre les différentes générations peuvent s'expliquer par la disparité des leurs besoins, leurs attentes et leurs désirs. En effet, les jeunes participants à notre *focus group* ont souligné leurs besoins récurrents de rentrer en contact avec leurs semblables dans l'objectif, entre autres, de construire leurs propres identités et d'échapper à l'angoisse de la solitude et de l'abandon.

La multifonctionnalité, la connectivité permanente du dispositif numérique et l'instantanéité de la circulation de l'information, représentent ainsi un atout majeur pour l'intégration et la sociabilisation des jeunes au sein de leur communauté. Et c'est justement de ces atouts que le système consumériste et les stratégies marketing usent pour rassembler un plus grand nombre d'adeptes de Smartphones, transformant l'usage de ce dispositif numérique en une nécessité pour l'épanouissement de l'individu.

La confrontation à l'altérité tant convoitée par les jeunes générations participent à construire leurs identités et à transcender certaines défaillances de notre société moderne

[141]Conclusions à partir des résultats de l'enquête par questionnaire et du *focus group*.

comme la détérioration de certaines relations familiales (le nombre important de foyers monoparentaux, la négligence des enfants, le manque de communication entre les membres d'une même famille, etc.), ou encore l'amplification des troubles psychologiques due à un mode de vie de plus en plus stressant et complexe. Les participants au *focus group* accros à leurs Smartphones ont dans ce sens, évoqué leurs besoins récurrents de se confier à leurs semblables en l'absence de leurs parents trop pris par leurs activités professionnelles. Aussi, ils ont souligné que l'usage de ce dispositif innovant leur offre une sensation de pouvoir et de liberté qui se justifie par l'abolition des contraintes imposées par leurs entourages et la société en général.

Ce sentiment de pouvoir et de liberté, offert par le dispositif technique, confère à ce dernier de nouvelles modalités d'usage dont la fonction n'est pas seulement d'établir le contact permanent entre les individus mais aussi de libérer leurs pulsions affectives et sexuelles en utilisant le Smartphone comme un moyen d'établir de nouvelles connaissances, de draguer, de discuter de sujets intimes, etc.

En connaissance des répercussions physiques, psychiques et sociales de l'usage problématique de ce médium, les usagers accros au dispositif technique n'ont pourtant pas pu aller à l'encontre de leurs désirs récurrents d'usage du téléphone intelligent, ce qui dénote de la forte capacité attractive de ce médium.

A travers l'enquête par questionnaire et ce *focus group*, nous avons pu entrer en contact avec des usagers accros à leurs Smartphones et appréhender en partie, les motivations et les répercussions de ce genre de comportement. Toutefois, il nous semble nécessaire de soumettre nos constats et nos hypothèses à l'avis d'un spécialiste en psychologie afin de bénéficier de son expérience et de ses acquis en matière d'analyse comportementale. Pour ce faire, nous avons choisi d'adopter une deuxième démarche d'expérimentation qui consiste à formuler des hypothèses de la recherche qui s'appuient non pas sur les résultats de nos propres expérimentations mais sur l'analyse de sondages élaborés par des organismes spécialisés. Cette démarche, apportera encore plus de profondeur à notre recherche et nous permettra de compléter et vérifier en même temps la validité des résultats de nos expérimentations.

2. *Deuxième démarche d'expérimentation : Vérification des hypothèses de la recherche auprès d'un spécialiste*

Dans cette deuxième démarche d'expérimentation, nous allons nous appuyer sur des sondages réalisés par des organismes spécialisés et dont les résultats ont été publié sur Internet ou dans la presse. Nous n'avons retenu que les sondages dont les informations sur les conditions de l'enquête (représentativité de l'échantillon sélectionné, le mode d'administration du questionnaire, la date de l'enquête, etc.), ont été bien explicitées.

L'analyse de ces sondages va nous permettre d'énoncer des hypothèses de la recherche que nous tenterons par la suite de valider ou de falsifier à partir d'un entretien que nous avons projeté d'organiser avec un spécialiste en addictologie et/ou en psychiatrie.

Dans une visée méthodique et empirique, nous avons choisi de traiter cette partie de la recherche en ayant recourt dans notre réflexion aux outils de la démarche hypothético-déductive définie par François Dépelteau comme une démarche classique de la science moderne qui découle de la méthode expérimentale et qui est applicable en sciences humaines dans toutes les disciplines et avec plusieurs méthodes de recherches[142]. A cet effet, la démarche hypothético-déductive a cette particularité de s'accorder avec diverses méthodes de collecte et d'analyse de données (observations, sondages, entrevues, etc.). Reste à déterminer comment allons-nous utiliser cette méthode ?

Dans un premier temps, nous chercherons des informations concernant quelques questions fondamentales à notre recherche comme par exemple : Quel est le profil des individus les plus susceptibles de faire un usage problématique de leur Smartphone ? Quelles sont les fonctions ou les applications les plus "addictogènes" ? Quelles sensations procurent le Smartphone aux usagers "addictés" ?

Dans un deuxième temps, nous procéderons par déductions et/ou inductions à partir des résultats des sondages collectés et de nos connaissances empiriques du sujet, pour formuler et construire des hypothèses c'est-à-dire des réponses provisoires (hypothétiques, non vérifiées) aux questions précédemment formulées. Ces hypothèses doivent être élaborées selon une théorie, choisie, modifiée ou construite[143]. Elles doivent aussi prédire une relation entre des variables et être sujettes à de possibles tests empiriques.

---

[142] Dépelteau, F. (2000), *La démarche d'une recherche en sciences humaine*, Canada : Les presses de l'université Laval, p.62.
[143] *Ibid*. p.168.

Dans un troisième temps, nous procéderons à un entretien avec un spécialiste en psychologie comportementale dans le but de vérifier ou d'infirmer les hypothèses de la recherche. Pour finir nous ferons une synthèse globale des résultats de nos entretiens et des hypothèses validées. Ce schéma réalisé par François Dépelteau, illustre parfaitement les étapes de notre démarche :

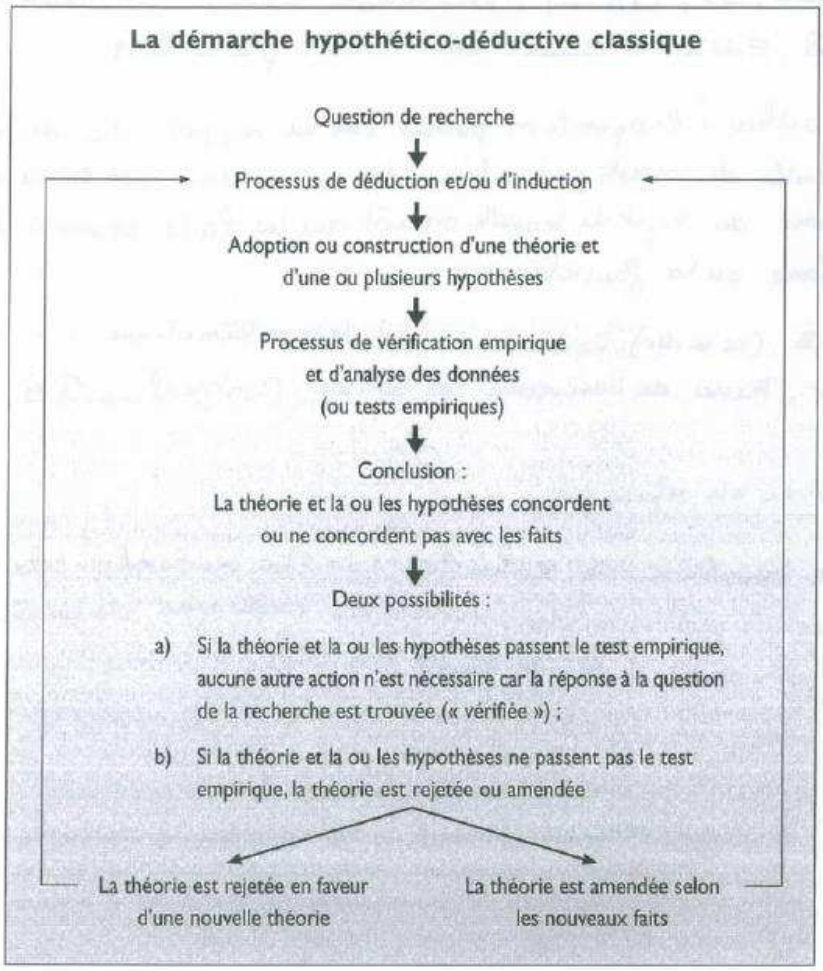

Illustration 6 : Schéma explicatif de la démarche hypothético déductive[144]

Le choix de cette méthode en particulier n'était pas fortuit. En effet, étant donné que nous ne sommes pas spécialistes en addictologie, en psychologie ou en psychiatrie et n'ayant pas de connaissances approfondies en matière d'études comportementales, nous ne pouvions énoncer des interprétations objectives et fondées, des analyses des sondages collectés. Par ailleurs, l'appropriation de cette méthode, nous permet de procéder par étapes et de construire notre réflexion de manière incrémentale. Nous bénéficions ainsi d'un procédé méthodologique qui nous offre la possibilité de profiter de l'expérience et des

[144] *Ibid*. p. 63.

théories de spécialistes en addictologie, sans pour autant chercher des réponses définitives à nos questionnements. Cette démarche « *s'achemine plutôt vers le but infini encore qu'accessible de toujours découvrir des problèmes nouveaux, plus profonds et plus généraux, et de soumettre ses réponses, toujours provisoires, à des tests toujours renouvelés et toujours affinés* »[145].

Par ailleurs, nous allons aussi avoir recourt dans cette démarche à la méthode pragmatique que nous avons déployée depuis le début de notre recherche. Comme nous l'avons signalé auparavant, les deux méthodes (pragmatique et expérimentale) sont intimement liées. Elles s'appuient essentiellement sur l'observation des faits, conduites et comportements des hommes, que Dewey nomme « *l'examen de l'expérience* »[146] à partir duquel il est possible par induction et/ou déduction d'émettre des hypothèses, elles-mêmes sujettes à une vérification par des opérations similaires.

2.1. Analyse des sondages et formulation des hypothèses de la recherche

La consommation de terminaux mobiles ou encore de Smartphones est une donnée qui visiblement intéresse massivement les médias et les grandes firmes spécialisées en télécommunication. En effet, l'examen des articles de presse fait état d'un nombre important de communiqués et de résultats de sondages réalisés entre 2010 et 2013 sur la diffusion des technologies de l'information et de la communication ainsi que sur l'usage de la téléphonie mobile dans la société française. Pour les besoins de notre étude, nous avons sélectionné neuf sondages[147] qui portent précisément sur l'usage du Smartphone et qui peuvent s'avérer fructueux pour l'élaboration de nos hypothèses de recherches. L'analyse préliminaire des sondages sélectionnés dans leur intégralité a révélée qu'il serait plus profitable, pour les besoins de notre étude de ne tenir compte que des données ayant relation avec notre sujet de réflexion.

Les sondages sélectionnés ont été élaborés par des organismes spécialisés dans la mesure d'audience des médias, l'analyse des opinions et l'observation de la consommation et des conditions de vie tels que : Médiamétrie, IFOP, Credoc (Centre de Recherche pour

[145] Popper, K. (1973). *La logique de la découverte scientifique*, Paris : éditions Payot, p. 287.
[146] *Ibid*., p. 106.
[147] Vous pouvez consulter la liste des sondages ainsi que les sources dans les annexes.

l'Etude et l'Observation des Conditions de Vie), l'ARCEP (Autorité de régulation des communications électroniques et des postes) et KantarMedia.

Notre premier questionnement de la recherche est de savoir combien y'a-t-il d'usagers de Smartphone en France et qui sont les plus grands consommateurs de cette nouvelle technologie ?

Selon une étude réalisée par Médiamétrie [148](avril 2012) et publiée en Décembre 2012, le nombre d'équipés en Smartphone en France en 2012 a atteint 23,8 millions, ce qui représente près d'un français sur deux, c'est à dire 46, 8% de la population française (âgés de 15 ans et plus). Ce taux est en croissance permanente depuis l'avènement du dispositif technique et concerne particulièrement les jeunes générations. L'évolution de cette croissance a été établie à travers une étude réalisée par Médiamétrie[149] (juillet 2012) montrant qu'entre 2010 et 2012 le taux d'équipement de la population française en Smartphones a presque doublé. L'avènement de cette nouvelle pratique d'usage a peu à peu conquis les jeunes âgés de 15 à 24 ans jusqu'à ce qu'ils deviennent en 2012, les plus grands consommateurs de cette technologie avec un taux d'équipement de plus de 59% de la totalité des usagers équipés de Smartphones.

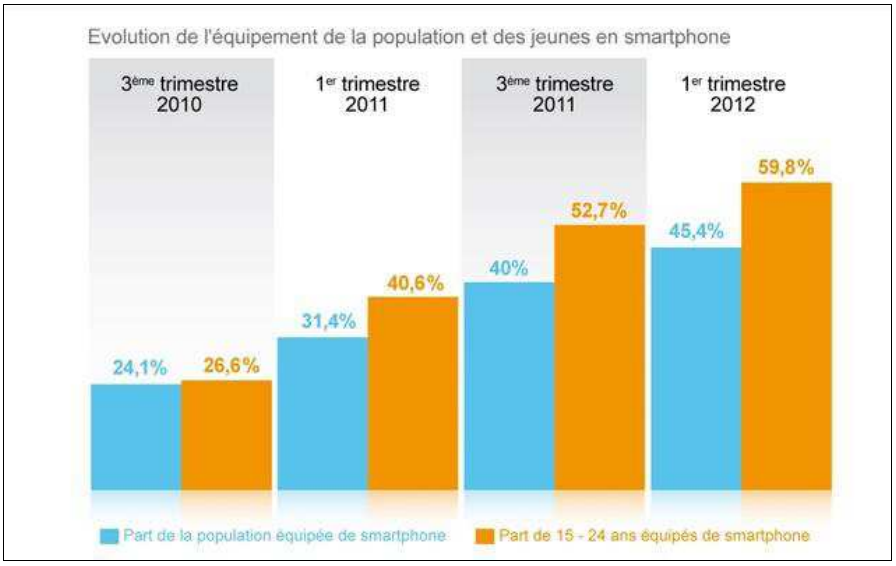

Figure 12 : Evolution de l'équipement de la population et des jeunes en Smartphone entre 2010 et 2012 (source : Médiamétrie juillet 2012)[150]

[148] Etude réalisée par Médiamétrie - Ad'Hoc pour Les échos conférences (avril 2012), publiée par Audience le Mag : « Jamais sans mon Smartphone » (Décembre 2012). L'étude a été réalisée auprès de 1.003 utilisateurs âgés de 15 ans et plus. Lien Internet de la publication : http://www.audiencelemag.com/index.php?article=48#.UVGImhzZYrU

[149] Etude réalisée par Médiamétrie en juillet 2012 : Téléphonie et services mobiles/ Mobile consumer insight et publiée par Audience le Mag : 15-24 ans Mobile rime avec Smartphone. Lien Internet de la publication : http://www.audiencelemag.com/index.php?article=45

[150] *Ibid.*

De surcroît, nous pouvons aussi nous interroger sur les causes de cet engouement des jeunes pour cette nouvelle technologie. D'abord nous pouvons avancer que la cause la plus évidente est l'influence du système consumériste. Depuis le début des années soixante, les jeunes sont devenus, d'une manière paradoxale, « des consommateurs actifs », qui en dépit de leur pouvoir d'achat limité, dépensent, consomment et gaspillent. Ce constat, s'est fortement accru dans les années 2000, où l'adhésion à la révolution numérique a entrainé plus puissamment la consommation des nouvelles générations, comme le souligne l'ouvrage d'Olivier Rollot[151] qui s'intitule : « La génération Y ». Les jeunes générations en quête permanente de satisfaction, insérées dans une société d'hyper- choix grandissante, éprouvent un désir récurrent de consommation. Dans ce sens, nous partageons le constat publié par le CREDOC, qui stipule que « *le modèle générationnel met nettement en évidence que les jeunes générations ont fortement modifié leurs besoins en les déplaçant vers la réalisation de soi* »[152].

Sensibles aux messages émotifs et à la pression de leurs environnements (proches, amis, célébrités, modèles…), les jeunes imposent les achats à leurs familles (quand ils n'ont pas de revenus) ou dépensent une grande partie de leurs salaires dans l'épanouissement de leurs désirs de consommation. Par un besoin d'identification et de reconnaissance, les jeunes dépensent et consomment massivement. Etre à la pointe de la technologie, leur donne de l'assurance, leur procure la satisfaction personnelle et une meilleure estime de soi. Nous partageons, dans ce sens, le constat de Hebel et Mathe que « *l'un des désirs humains est d'être reconnu par ses semblables. Et c'est bien cette relation avec les autres qui crée ce désir de consommation. Par effet de mimétisme et d'imitation, nous désirons ce que l'autre a désigné comme désirable* »[153].

Outre le fait que les jeunes sont souvent facilement manipulables et influençables, nous pouvons aussi ajouter que les jeunes générations, ont plus de dextérité à manier une large palette de fonctions et de technologies, ce qui peut être une motivation lors de la prise de décision d'achat, contrairement aux autres générations (surtout les personnes âgées) qui peuvent être dissuadées d'acheter ce genre de dispositif multitâches, rien que par crainte de l'adaptation à la complexité de la manipulation de l'objet.

---

[151] Rollot, O. (2012). *La génération Y*, Presses universitaires de France.
[152] Hebel, P. et Mathe, T. (2012). *Les jeunes d'aujourd'hui : Quelle société pour demain ?*, Cahier de recherche CREDOC, p.76.
[153] *Ibid*., p.75.

➔ ***Hypothèse 1*** : La consommation élevée des Smartphones par les jeunes est stimulée essentiellement par « *la réalisation de soi* ». A cet effet, les médias usent de cette motivation pour inciter les jeunes à s'équiper et à consommer les nouvelles technologies de l'information et de la communication.

Notre seconde question de la recherche, porte sur les usages du Smartphone. Nous nous interrogeons à cet effet, sur les fonctions et/ou applications les plus utilisées par les détenteurs de Smartphone.

Selon la même étude publiée par Médiamétrie (Avril 2012), les usagers du Smartphone affirment ne plus pouvoir se passer de l'envoie des SMS/MMS, ils sont 80% à qualifier cette fonction d'indispensable. Ils sont également nombreux à devenir adeptes de l'usage d'Internet (56%) à travers leurs dispositifs numériques et notamment pour consulter et/ou envoyer des e-mails (51%). Bon nombre d'usagers privilégient aussi l'usage de l'appareil photos/vidéos (51%), l'écoute de la musique ou de la radio (36%) ou encore l'assistance de la géolocalisation (35%). L'usage de la fonction téléphoner n'a pas été cité dans cette étude, cependant d'après le questionnaire que nous avons administré aux usagers du Smartphone et le *focus group* que nous avons organisé, l'importance de la fonction principale du téléphone occupe, la troisième position juste après l'envoie des SMS/MMS et l'usage d'Internet.

Figure 13 : Fonctions et applications les plus indispensables pour les usagers du Smartphone (Source : Médiamétrie Avril 2012)[154]

[154] Etude réalisée par Médiamétrie Avril 2012, op., cit.

Curieusement, l'envoie des SMS/MMS, qui n'est pas une fonction propre à l'invention du Smartphone, mais plutôt à son prédécesseur : le téléphone mobile « classique », se qualifie de la fonction la plus indispensable pour les usagers du couteau suisse numérique. Parmi toutes les innovations, les applications et les améliorations attribuées à cet objet, la pratique du « *Texting* » conserve une place prépondérante dans les usages les plus appréciés par les adeptes du Smartphone. De facto, nous avons vu nécessaire de chercher des études qui comparent les usages du téléphone mobile classique à ceux du Smartphone. Nous avons retenus une étude commandée par l'ARCEP et le CGEIET[155] et publiée suite à une conférence de presse en décembre 2012. L'étude révèle que sur l'ensemble des usages du téléphone mobile, les usages chez les détenteurs de Smartphone sont deux à trois fois plus importants : 79 % des possesseurs de Smartphones naviguent sur Internet contre 29 % uniquement de l'ensemble de la population équipée en téléphonie mobile et 65% consultent leurs courriers à travers leurs Smartphones contre 25% qui le consultent à travers leurs terminaux mobiles. La figure 13 illustre parfaitement l'écart des taux d'usages entre les détenteurs de tous types de téléphones mobiles et ceux équipés en Smartphones.

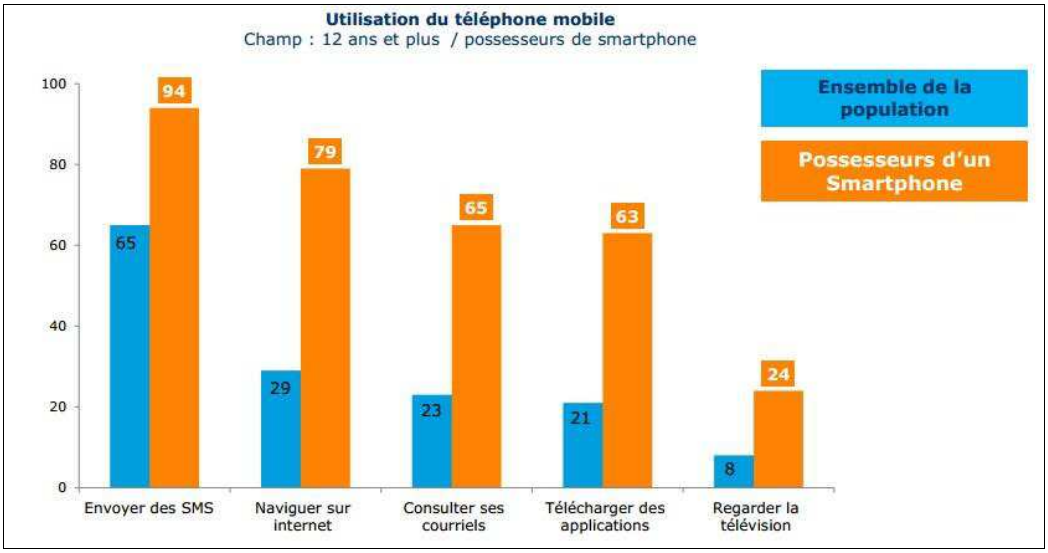

Figure 13 : Etude comparative des usages du Smartphone et des terminaux mobiles (Source : CREDOC Décembre 2012)[156]

[155] Résultats de l'étude : « La diffusion des technologies de l'information et de la communication dans la société française » réalisée par le CREDOC pour l'ARCEP (Autorité de régulation des communications électroniques et des postes) et le CGEIET (Conseil général de l'économie, de l'industrie, de l'énergie et des technologies) et publiée suite à la Conférence de presse du 10 décembre 2012. L'enquête a été réalisée en face-à-face en juin 2012 auprès de 2206 personnes représentatives de la population des 12 ans et plus selon la méthode des quotas. Source Internet : http://www.arcep.fr/fileadmin/reprise/communiques/communiques/2012/dossier-presse-credoc-2012-101212.pdf

[156] *Ibid.*

Les résultats de cette étude du CREDOC confirment et appuient les résultats de l'étude élaborée par Médiamétrie : L'envoie des SMS/MMS est incontestablement l'usage le plus déployé par les possesseurs du Smartphone en France. Ces études nous permettent aussi de mettre l'accent sur l'influence de l'usage du téléphone intelligent sur le développement de tous les types d'usages. Dans ce sens, nous pouvons nous interroger sur les causes de cette hausse des taux de tous les usages propres aux acquéreurs du Smartphone : Est-ce que cet accroissement est dû à des spécificités du Smartphone (progrès technologique) ou est-il une résultante des évolutions socioculturelles propres à la société française ?

Réflexion faite, nous retenons les deux éventualités. A notre sens, le XXIème siècle est marqué par les excès et l'abondance. La profusion des objets et des dispositifs techniques est une résultante, entre autres, de l'accroissement de la demande. Nous consommons de plus en plus massivement de produits technologiques. La consommation est devenue *un mode d'activité systématique* comme le souligne Jean Baudrillard dans son livre « Le système des objets » : « *La consommation est un mode actif de relation (non seulement aux objets, mais à la collectivité et au monde), un mode d'activité systématique et de réponse globale sur lequel se fonde tout notre système culturel* »[157]. Notre accoutumance à la consommation voire même à l'hyperconsommation, a manifestement engendré le déplacement de cette dernière à la sphère des besoins et des nécessités de l'être humain, indispensables à son épanouissement au sein de son environnement sociétal. L'idée de ne plus consommer, nous inquiète, nous angoisse. Comme le souligne Baudrillard, « *un budget de plus en plus lourd passe à consoler les miraculés de l'abondance de leur satisfaction anxieuse* »[158]. Désormais, la consommation est fondée sur la satisfaction d'anxiété, l'assouvissement d'un manque et la répression du contrôle. L'être humain, vulnérable et fragile, cède généralement à ses pulsions, ses désirs et ses envies. Le sentiment de manque et de privation le ronge et le pousse à réagir et à répliquer, vers une quête de la satisfaction et de l'apaisement. Dans ce sens Baudrillard explique que « *c'est finalement parce que la consommation se fonde sur un manque qu'elle est irrépressible* »[159].

L'émergence des nouvelles technologies de l'information et de la communication, a assigné aux sociétés contemporaines, des besoins et des désirs, d'un nouveau genre. Au fil

[157] Baudrillard, J. (1968). *Op.,Cit*, p.275.
[158] Baudrillard, J. (1974). *La société de consommation*, France : Editions Gallimard, p.284.
[159] Baudrillard, J. (1968). *Op. cit*., p.283.

du temps, nous nous sommes habitués à être en permanence en contact avec notre réseau social, à pouvoir joindre notre famille, nos amis et nos proches, autant qu'on le veuille, à s'envoyer des messages, à avoir fréquemment accès à Internet, etc. S'habituer à ce genre de pratique et de contact permanent avec autrui, implique un sentiment sécurisant : le sentiment de compagnie et de présence. La solitude, le manque et l'abandon étant les craintes de la plupart des êtres humains, sont rapidement dissimulés et évités grâce à ces technologies de l'information et de la communication. Le contact récurrent avec notre entourage devient dans une certaine mesure, semblable à ce désir de consommation que nous avons évoqué auparavant. A cet effet, le progrès technologique et l'expansion du champ des possibles, impliquent de nouveaux rapports de subordinations et de dépendances, qui agissent sur le bien être psychologique des êtres humains et délimitent leur liberté individuelle.

L'incident de coupure du réseau de l'opérateur Orange le 6 juillet 2012[160], reflète parfaitement la dépendance de la société française à la téléphonie mobile. L'état de panique, de révolte et d'inquiétude des clients d'Orange et de Free Mobile, retransmis par les médias, reflètent l'incapacité de certains d'entre nous à se passer de leur téléphone mobile même pour une durée de 12 heures. L'accoutumance a une certaine fréquence de contact et à un confort permanent (nous désignons ici le confort d'avoir un accès permanent à l'information, par exemple l'accès à Internet, à la géolocalisation, à son courriel, etc.), engendre le désarroi et l'anxiété de l'individu, dès que ce « cordon ombilical » comme l'a désigné Serge Tisseron se rompt : « *Cet objet (téléphone portable) constitue en effet une sorte de cordon ombilical qui permet de garder à tout moment un contact privilégié avec ceux dont on se trouve provisoirement éloigné. Le portable modifie la relation que nous entretenons avec nous-mêmes en écartant le spectre de la solitude et de l'abandon. Où que nous soyons, il nous assure que notre solitude cessera aussitôt que nous le souhaiterons* »[161].

L'avènement des Smartphones a, *a priori*, accentué cette relation de subordination. Un large éventail de fonctionnalités et d'applications, est mis à la disposition du détenteur du Smartphone. Phil Marso, instigateur des « Journées mondiales sans téléphone portable et sans Smartphone » et inventeur du concept d' « Adikphonia » a comparé le dispositif multitâche à un pacemaker ou encore à une caravane en expliquant que « *la caravane est*

[160] Ferran, B. et Renault, M-C. (06/07/2012). Orange rétablit son réseau après une panne nationale, Le figaro.fr. Source Internet : http://www.lefigaro.fr/societes/2012/07/06/20005-20120706ARTFIG00703-grosse-panne-nationale-sur-le-reseau-d-orange.php

[161] Tisseron, S. (2001). *Op.cit.*, p.60.

le véhicule qui concentre la vie de ses nomades épris de liberté. A l'intérieur, on y trouve un répertoire de souvenirs soit par des objets, des photos, des odeurs gustatives. Il y a un concentré d'âme humaine émotionnel. La perte de ce lieu de vie unique est souvent tragique. Le Smartphone est similaire à la caravane. C'est un objet de convergence proposant l'application de notre vie quotidienne en accéléré »[162].

Ainsi le Smartphone nous offre la possibilité d'avoir à portée de main, nos souvenirs, nos photos, nos discussions, nos contacts, nos jeux préférés, bref une mosaïque d'évènements et de relations qui ont ponctués notre quotidien. De plus, le dispositif multitâches offre plusieurs moyens d'entretenir nos relation et un accès à de nouveaux modes de relations à l'autre, à travers les multiples fonctions qu'il réunit à savoir : le téléphone, le SMS/MMS, la messagerie instantanée, le courrier électronique, le Face Time, Skype, Viber, etc. Une multitude d'applications et de fonctions qui permettent de parler et/ ou d'écrire aux membres de notre réseau de contacts. L'usage du Smartphone favorise sans doute l'interaction sociale entre les individus. Ces derniers existent et se sentent exister par le regard des autres et leurs présences, ce qui crée une relation d'interdépendance entre individus. Les contacts se multiplient, les appels téléphoniques prolifèrent et les messages foisonnent, ce sont bien les attributs de cette ère d'hyper connectivité et d'hyper interaction.

- ➔ ***Hypothèse 2*** : L'accroissement des taux des différents usages du Smartphone (par rapport au téléphone mobile classique) est une résultante de l'évolution sociale, technologique et culturelle de la société française. Ces évolutions influent sur la psychologie de l'usager ce qui l'incite à accroitre l'usage de ces médiums dans le but d'échapper aux sentiments de manque et de solitude et éprouver la satisfaction.

Nous venons de voir à travers l'étude du CREDOC (Décembre 2012) que l'usage principal du Smartphone est l'envoie des SMS/MMS, et que 94% des possesseurs de Smartphones privilégient cette pratique. Cherchons maintenant à déterminer quel est le profil de ces « *Textophiles* ».

Selon la même étude (CREDOC 2012), la part des individus qui envoient des SMS est repartie à la hausse, désormais 75% des détenteurs d'un terminal mobile sont concernés. Par ailleurs, le nombre moyen de messages envoyés par personne est en forte

[162] Marso, P. (2013). *Adikphonia*, Edition numérique, Megacom-ik.

augmentation avec 108 SMS envoyés par semaine pour les personnes âgées de 12 ans et plus et disposant d'un terminal mobile. Cette pratique n'a donc pas pâti du développement du courrier électronique dans les téléphones mobiles. L'observation du graphique ci-après, nous montre une hausse remarquable du nombre moyen de SMS envoyés par semaine à partir des années 2007-2008, ce qui correspond aux années de la commercialisation du premier IPhone et le commencement de la propagation de la nouvelle technologie numérique. Entre 2008 et 2012, le nombre moyen d'SMS envoyés par semaine s'est multiplié par presque six, ce qui dénote d'une forte métamorphose des usages et d'une hausse de la fréquence des interactions sociales entre individus à travers le dispositif technologique.

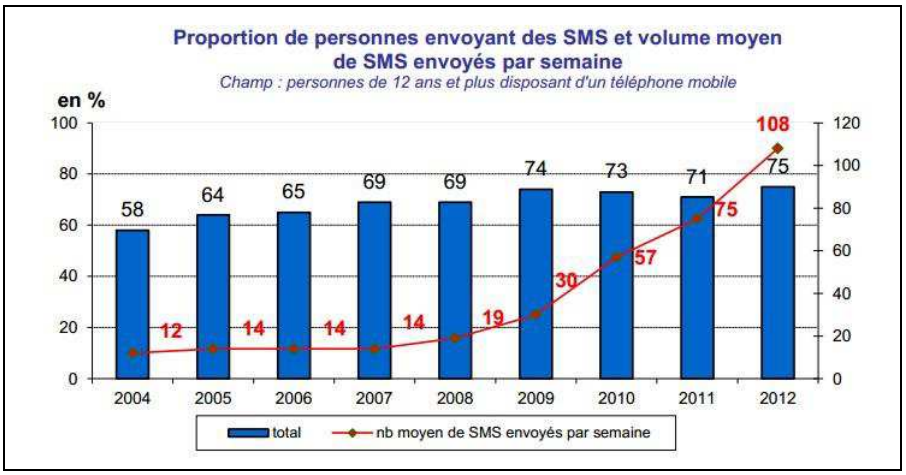

Figure 14: Proportion des personnes envoyant des SMS et volume moyen de SMS envoyés par semaine (CREDOC Décembre 2012)[163]

Selon la même source, le volume de SMS envoyés dépend fortement de l'âge et donc de la génération. Les moins de 25 ans sont les plus grands pratiquant du « *Texting* » avec une moyenne de 235 SMS par semaine pour les jeunes de 18 à 24 ans et 435 SMS par semaine pour les adolescents de 12 à 17 ans ce qui équivaut à une moyenne de 60 SMS envoyés par jour.

[163] Etude réalisée par le CREDOOC en Décembre 2012, op.cit.

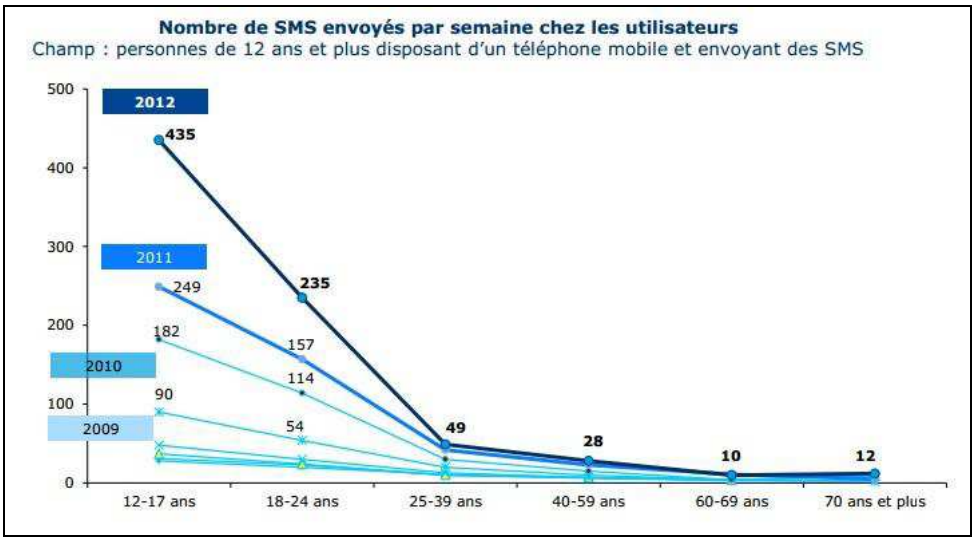

Figure 15: Nombre de SMS envoyés par semaine selon l'âge.
(CREDOC Décembre 2012)[164]

A partir de 2009, la moyenne de SMS envoyés par semaine est en très forte hausse pour les moins de 18 ans : +186 SMS hebdomadaires en un an (entre 2011 et 2012), durant cette même période les jeunes de 18 à 24 ans ont augmenté l'envoi de SMS de +78 messages par semaine. Pour les usagers âgés de plus de 25 ans, la moyenne de SMS envoyés par semaine augmente au fil des années dans une mesure bien plus faible.

Il est manifeste que les jeunes et notamment les adolescents sont généralement très sensibles aux variations de leur environnement. Une sensibilité, que nous verrons plus tard, reflète leur insécurité interne, ce qui engendre des comportements excessifs, compulsifs et dans certains cas extrêmes, addictifs. Dans ce sens, Michael Stora, psychologue-psychanalyste et spécialiste des mondes numériques, évoque les comportements des adolescents dans son livre : « Les écrans ça rend accro… » en attestant que « *les comportements excessifs sont le propre de leur âge et peuvent cesser spontanément du jour au lendemain* »[165], à cet effet, nous pouvons en déduire que ces comportements excessifs représentent une modalité de fonctionnement susceptible de concerner des personnalités différentes et d'apparaître ou de disparaître en fonction des variations de la conjoncture interne et environnementale à laquelle elle est par définition extrêmement sensible. A force de chercher ses attentes dans son environnement, le jeune et particulièrement l'adolescent tente de mettre sous emprise tout ce qui pourrait répondre à ses attentes. Ces jeunes agissent de la sorte « *du fait de leur besoin de dépendance et de l'ampleur de leur quête de*

[164] *Ibid*.
[165] Stora, M. (2007). *Les écrans ça rend accro*…, France : Hachette Littératures, p.94-95.

l'attention et de leur attente à l'égard des autres »[166]. Par cet envoi massif de SMS, les jeunes cherchent l'attention de l'autre, une présence, une reconnaissance d'existence, qui souvent ne se manifeste pas sous forme de liens mais plutôt de simples contacts. Dans ce sens Philippe Jeammet, a écrit : « *On ne peut pourtant pas dire que la relation ne soit pas investie tant l'implication du sujet est souvent massive, mais l'urgence contraignante d'un contact, plus d'ailleurs que d'un lien, prend le pas sur la qualité de la personne investie* »[167]. Le besoin des nouvelles générations d'extérioriser leurs pensées et leurs ressenties en permanence, envers un tiers, reflète leurs désirs de s'approprier leurs existences encore plus que les générations précédentes. Serge Tisseron a mis l'accent sur ces biais d'extériorisation en plaçant les nouvelles technologies de l'information et de la communication sous le feu des projecteurs : *« Le mouvement qui pousse aujourd'hui les jeunes à revendiquer, plus que dans les générations précédentes, le droit à se montrer, expérimenter et choisir n'est que la face la plus visible de leur désir de s'approprier davantage leur existence. C'est ce que confirment les trois technologies qui rencontrent tellement de succès auprès des jeunes et contribuent à bouleverser leur rapport à l'intimité : le téléphone portable, l'écriture sur ordinateur et les nouvelles machines à images* »[168].

Après avoir saisi l'importance de la communication, de l'extériorisation et du contact dans l'appropriation des jeunes de leurs existences nous nous interrogeons sur le choix du médium à savoir les SMS, dans cette quête d'émancipation. Pourquoi les jeunes ne privilégient-ils pas les conversations en face à face ou encore les appels téléphoniques (se parler sans se voir) ?

La pratique du « *Texting* » permet de communiquer avec autrui à quasiment tous moments et à tous endroits sans gêner l'entourage ou encore sans se faire remarquer. Les jeunes peuvent de ce fait, envoyer des messages pendant les cours, à une heure tardive de la nuit, dans un cinéma et même lors des réunions professionnelles, sans se faire remarquer ou du moins sans occasionner une grande gêne aux personnes qui les entourent. Cette pratique permet donc des contacts pérennes et continus par le biais de l'écriture au dépend de l'oralité. Maurizio Ferraris a souligné dans ce sens qu'« *avec le mobile, nous assistons au triomphe non pas de l'oralité, mais au contraire de l'écriture de l'idéogramme, c'est-à-*

[166] Jeammet, P. (2011). *Adolescence et addiction*, *in* Addictologie clinique, *op.cit*. p.136.
[167] *Ibid*., p.135.
[168] Tisseron, S. (2001). *Op. cit*, p.59.

dire de cette forme d'écriture qui ne recopie pas la voix, mais dessine les choses et les pensées »[169].

Ecrire des messages permet à l'usager en général, de s'exprimer plus facilement. Ce dernier, a la possibilité d'utiliser plusieurs langages différents (langage SMS, langage littéraire, langue parlé, etc.) et même d'insérer des « *Smiles* » pour faire part de son humeur et de son état d'esprit. Serge Tisseron a écrit dans ce sens que l'usager « *s'autorise à sauter d'une pensée à l'autre, utilise de manière ludique tous les caractères et signes disponibles, notamment les points de suspension ou d'exclamation, et insère dans son texte des Smiles, ces petits visages qui sourient ou qui pleurent. L'écriture qui en résulte consiste souvent à jeter des mots à travers lesquels on tente de s'approcher de soi-même plus que de l'autre, et d'attendre de celui-ci, en retour, d'autres mots à travers lesquels on pourrait mieux encore se cerner et se connaître* »[170].

Par ailleurs, l'écriture des SMS permet à notre sens, une certaine liberté et même une certaine délivrance des différents codes, règles, habitudes et usages qui conditionnent nos rapports à autrui. Par exemple, il est beaucoup plus facile de présenter des excuses ou de faire une déclaration d'amour à quelqu'un par message qu'en face à face. Tout ce que notre timidité cache et tout ce que notre fierté entrave, nous arrivons pourtant à l'exprimer en écrivant, nous partageons à cet effet, l'avis de Serge Tisseron qui signale que « *toute technique s'accompagne en effet, d'une posture psychique qu'elle induit et qui influe, à son tour, sur le contenu du message* »[171].

L'inconvénient avec ce genre de pratique, c'est que certains prennent le plaisir de modifier peu ou prou leurs vraies identités. Ce genre de problème de jouissance des identités multiples est plus fréquent dans les « *Chats* » en ligne, mais peut concerner notamment les usagers du « *Texting* ». En revanche, pour les personnes timides et qui n'osent pas prendre la parole en présence d'autrui, envoyer des SMS peut les aider à s'intégrer, à faire part de leurs idéaux et à nouer des relations et des contacts.

Par ailleurs, l'envoi intensif de SMS peut aussi s'expliquer par le type de forfaits téléphoniques adoptés par les jeunes. En effet, selon une étude effectuée par Kantar Media[172] en 2012, les jeunes adhérent majoritairement à des opérateurs médias orientés

---

[169]Ferraris, M. (2006). *Op.,cit*, p.15.
[170] Tisseron, S. (2001). *Op. cit*, p.68.
[171] *Ibid*., p.63.
[172] Etude réalisée par Kantar Media auprès de 4200 interviewés de 11 à 24 ans sélectionnés sur des critères de représentativité sociodémographique. Les données sont collectées en ligne et sont délivrées tous les six mois. Source Internet : http://www.kantarmedia-tgifr.com/news/199/La-t%C3%A9l%C3%A9phonie-mobile-chez-les-11-24.php

« jeunes » comme M6 Mobile, NRJ Mobile, Universal Mobile ou encore Virgin Mobile. La plupart ont donc des forfaits bloqués ou une carte, mais avec l'option SMS illimités. Ce qui pourrait expliquer cet engouement des jeunes pour le « *Texting* » : un moyen gratuit et rapide de communiquer avec leurs cercles de contacts.

➔ ***Hypothèse 3*** : Dans sa quête du contact permanent avec son réseau social, le jeune et particulièrement l'adolescent privilégie l'envoi des SMS, qui lui permettent de s'exprimer librement et de dépasser les barrières de la timidité, de la fierté et des codes socioculturels, tout en bénéficiant de la gratuité et de l'instantanéité du service.

Nous venons de constater que l'usage du Smartphone, représente pour les jeunes et en particulier pour les adolescents « *un moyen de s'approprier davantage leur existence* » en instaurant un contact permanent avec leur réseau de contacts. Cependant nous pouvons nous interroger sur la représentation de ce médium pour l'ensemble de ses usagers, ainsi que sur l'apport de ce dispositif dans le quotidien de ses utilisateurs.

L'étude réalisée par Médiamétrie [173](Avril 2012), a dévoilé que 83% des usagers du Smartphone apprécient cette nouvelle technologie de par sa capacité à simplifier et à gérer leur vie, en revanche 82% idéalisent le caractère personnalisable du dispositif. Pas moins de 75% des usagers favorisent la connectivité permanente à leur réseau de contact à travers ce médium et 66% apprécient sa capacité de distraction et de divertissement (figure 16).

L'analyse des résultats de cette étude permet de notifier que les usagers apprécient le Smartphone en tant que tel, c'est-à-dire qu'ils idéalisent le dispositif en tant qu'objet personnalisable, qui leur permet de « rester » à la mode et auquel ils développent un attachement affectif au fil du temps. De surcroît, ils ne renient pas l'appréciation des fonctions et des commodités offertes par le dispositif, à savoir : la communication, le divertissement, la gestion et l'assistance. Nous pouvons conclure que le Smartphone constitue pour ses usagers un objet du désir de par son aspect matériel tangible et les différentes fonctionnalités auxquelles il donne accès.

[173] Etude réalisée par Médiamétrie en Avril 2012, op., cit.

Figure 16 : Motifs de l'appréciation des français de leurs Smartphones (Médiamétrie Avril 2012)[174]

Dans une autre étude élaborée par l'AFOM (Association française des opérateurs mobiles) et le TNS Sofres[175], en Octobre 2010, une comparaison a été effectuée entre l'impact de l'usage du téléphone mobile « classique » et du Smartphone sur la vie et le quotidien de leurs usagers. L'observation de la figure 17 nous permet d'attester que l'usage du Smartphone n'a quasiment que des répercussions positives sur la vie des usagers, leur permettant de bénéficier de plus de facilité, de liberté et de dynamisme qui agrémentent leur quotidien. Par ailleurs, la comparaison entre l'usage des deux dispositifs montre clairement que l'usage du Smartphone participe activement à l'épanouissement de l'individu, encore plus que l'usage du téléphone mobile classique, malgré que l'usage du couteau suisse numérique, reste plus stressant et imprévisible que l'usage de son prédécesseur.

[174] *Ibid.*

[175] Etude élaborée par l'AFOM et le TNS Sofres en Octobre 2010. Échantillon national de 1217 personnes représentatif de l'ensemble de la population âgée de 12 ans et plus, interrogées en face à face à leur domicile par le réseau des enquêteurs TNS Sofres. Méthode des quotas (sexe, âge, profession du chef de ménage) et stratification par région et catégorie d'agglomération. Date de réalisation : les 27 et 30 août 2010. Source Internet : http://www.tns-sofres.com/_assets/files/2010.10.19-afom.pdf

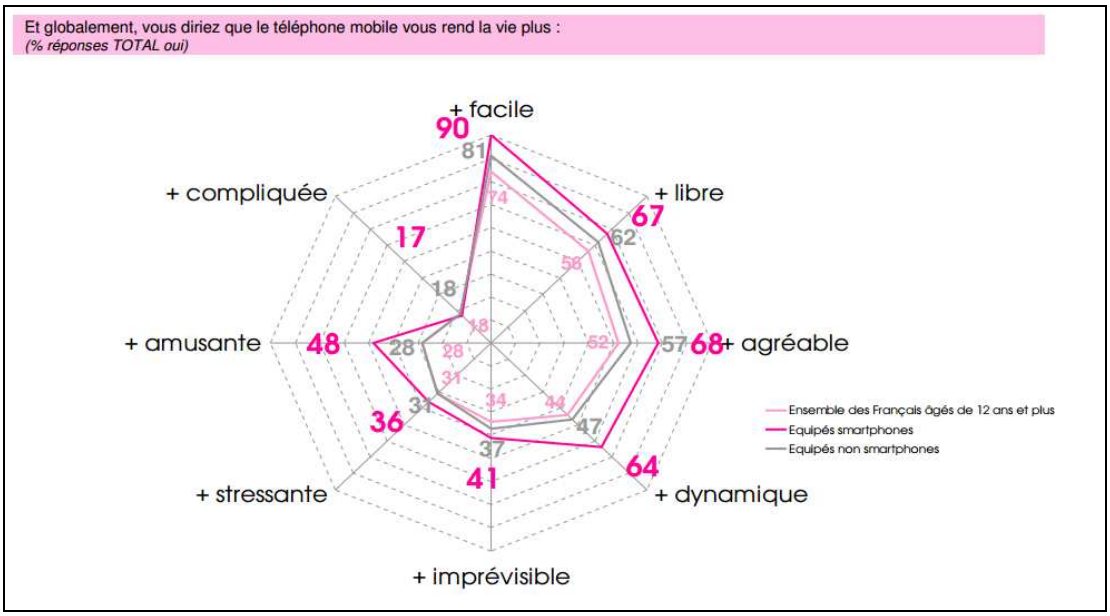

Figure 17 : Comparaison entre l'impact de l'usage du téléphone mobile « classique » et du Smartphone sur la vie de leurs usagers (AFOM et TNS Sofres Avril 2010)[176]

La même étude, démontre aussi un changement beaucoup plus prononcé de la manière de vivre des usagers du Smartphone comparé aux équipés non Smartphone (figure 18). La mobilité numérique et l'accès permanent à un large éventail de fonctionnalités modifie notre rapport à nous-même et aux autres. L'usage de cet appareil implique pour la plupart de ses acquéreurs, une assistance permanente, un régime de contact à forte disponibilité et un accès immédiat à tous types d'informations, ce qui peut influencer d'une part l'individualisme de l'utilisateur en rehaussant sa confiance en soi et d'autre part sa vie sociale en l'exposant à divers types d'interaction sociale.

[176] *Ibid.*

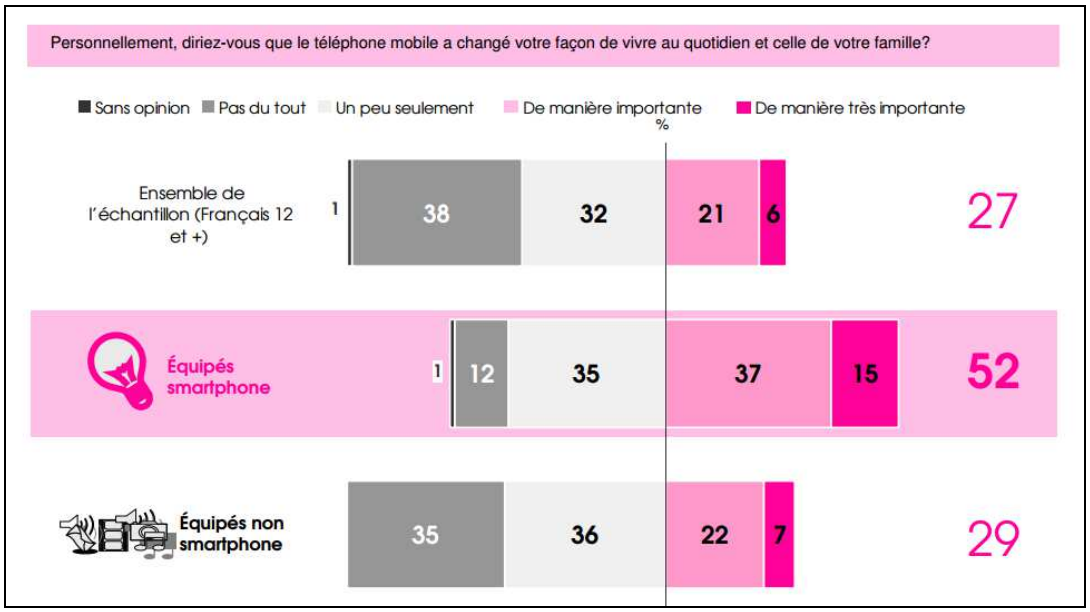

Figure 18 : Impact de l'usage des terminaux mobiles sur l'être au monde de leurs détenteurs (AFOM et TNS Sofres Avril 2010)[177]

➔ ***Hypothèse 4*** : L'usage du Smartphone modifie généralement, notre manière d'être au monde, notre rapport à nous-même et aux autres, de par son aspect matériel tangible et sa multifonctionnalité.

La notoriété acquise par le Smartphone en l'espace de quelques années et l'accélération de la pénétration des mobinautes, a érigé le dispositif numérique en tête du palmarès des technologies numériques de l'information et de la communication les plus appréciées par les jeunes en France devançant la télévision, les tablettes numériques et les ordinateurs. L'étude « Orange Exposure »[178] (2012/2013), atteste que 64% des adolescents préfèrent le Smartphone aux autres écrans. Parmi les motifs les plus généralisés de cet engouement, nous retrouvons le caractère individuel, personnel et immédiat du dispositif. Dans ce sens les jeunes évoquent leurs dispositifs numériques en expliquant : « *c'est le mien et celui de personne d'autres donc je peux faire ce que je veux, quand je veux avec* »[179]. La résonance de cette dernière expression, nous a éclairé sur un point important à exploiter dans notre recherche : Où et quand les français utilisent-ils leurs Smartphones ? Est-il omniprésent dans leur quotidien ?

[177] *Ibid.*
[178] Étude annuelle réalisée en ligne durant l'été 2012 dans 3 pays : France, Royaume-Uni et Espagne pour le compte d'Orange Advertising, auprès de plus de 3000 mobinautes (dont 1077 en France). Source Internet : http://www.tns-sofres.com/points-de-vue/71C211C357D44CB1A21D88B7EEA29197.aspx
[179] *Ibid.*

Une étude récente (Février 2013) réalisée par l'IFOP[180] pour le compte de ROOMN (Les rendez-vous one to one de la mobilité numérique), a révélé que les français âgés de 18 ans et plus, utilisent leurs terminaux mobiles dès le réveil, le matin, avant même de quitter leurs lits. Et les occasions de consultation de leurs dispositifs numériques s'enchaînent tout au long de la journée, à des endroits différents comme par exemple : dans la voiture, au restaurant ou encore dans les toilettes et avec une préférence prononcée pour l'utilisation de leurs mobiles devant la télé ou encore dans leurs lits. La comparaison entre possesseurs de Smartphone et possesseurs de téléphones mobiles classiques indique que l'usage du téléphone intelligent est beaucoup plus fréquent, dans les différents endroits comme le montre la figure 19.

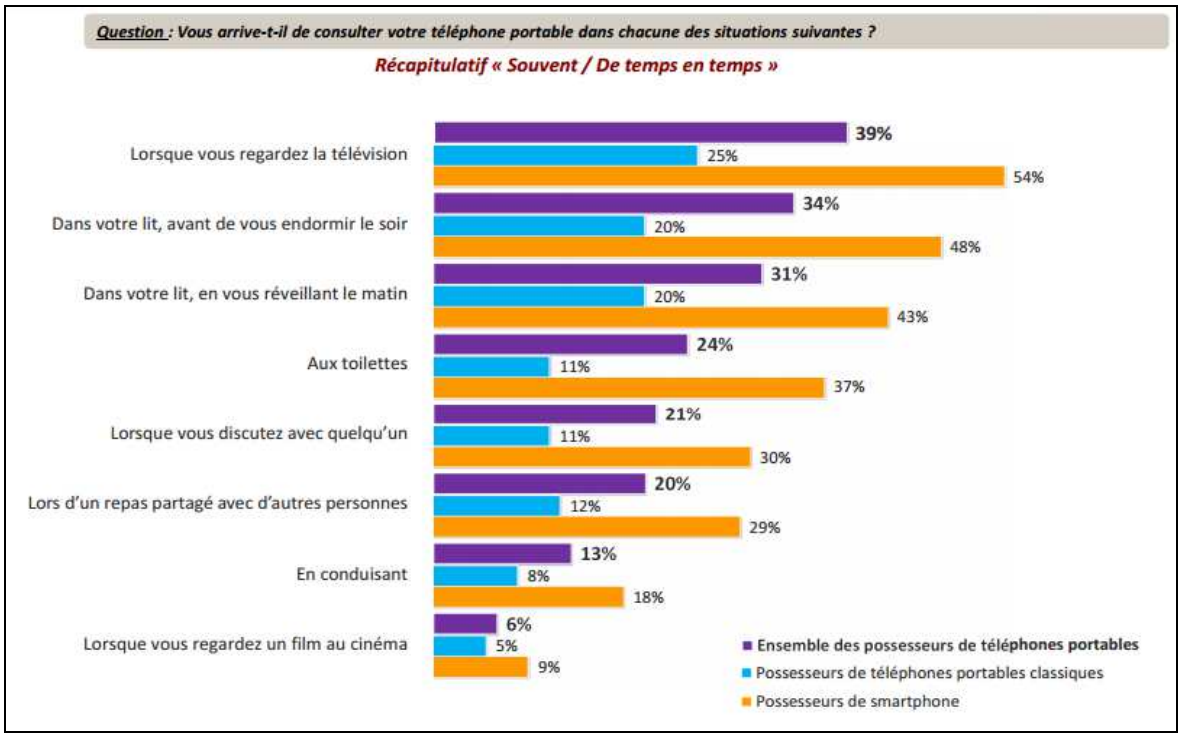

Figure 19: Différentes situations d'utilisation des terminaux mobiles en France (IFOP Février 2013)[181]

La même étude a aussi publiée des résultats sur la fréquence de l'utilisation des terminaux mobiles par les français âgés de 18 ans et plus. Comme nous pouvons le

[180] Etude réalisée par le département Opinion et stratégies d'entreprise de l'IFOP pour le compte de ROOMN en février 2013. L'étude s'intitule : Les français et la dépendance au téléphone portable. L'échantillon se compose de 995 personnes, représentatif de la population française âgée de 18 ans et plus. La représentativité de l'échantillon a été assurée par la méthode des quotas (sexe, âge, profession de la personne interrogée) après stratification par région et catégorie d'agglomération. Les interviews ont eu lieu par questionnaire auto-administré en ligne (CAWI - Computer Assisted Web Interviewing). Dates de terrain : Du 24 au 25 janvier 2013. Source Internet : http://www.ifop.com/media/poll/2167-1-study_file.pdf

[181] *Ibid.*

constater à partir de la figure 20, les possesseurs de Smartphones ont tendance à consulter plus fréquemment leurs dispositifs numériques, tandis que cette fréquence est beaucoup plus faible chez les possesseurs de téléphones portables classiques. Les usagers du Smartphone éprouvent le besoin et le désir de consulter leurs interfaces constamment, ainsi, ils sont 24% à avouer solliciter leurs Smartphones plusieurs fois par heure 75% à l'utiliser une fois ou plus toutes les deux heures.

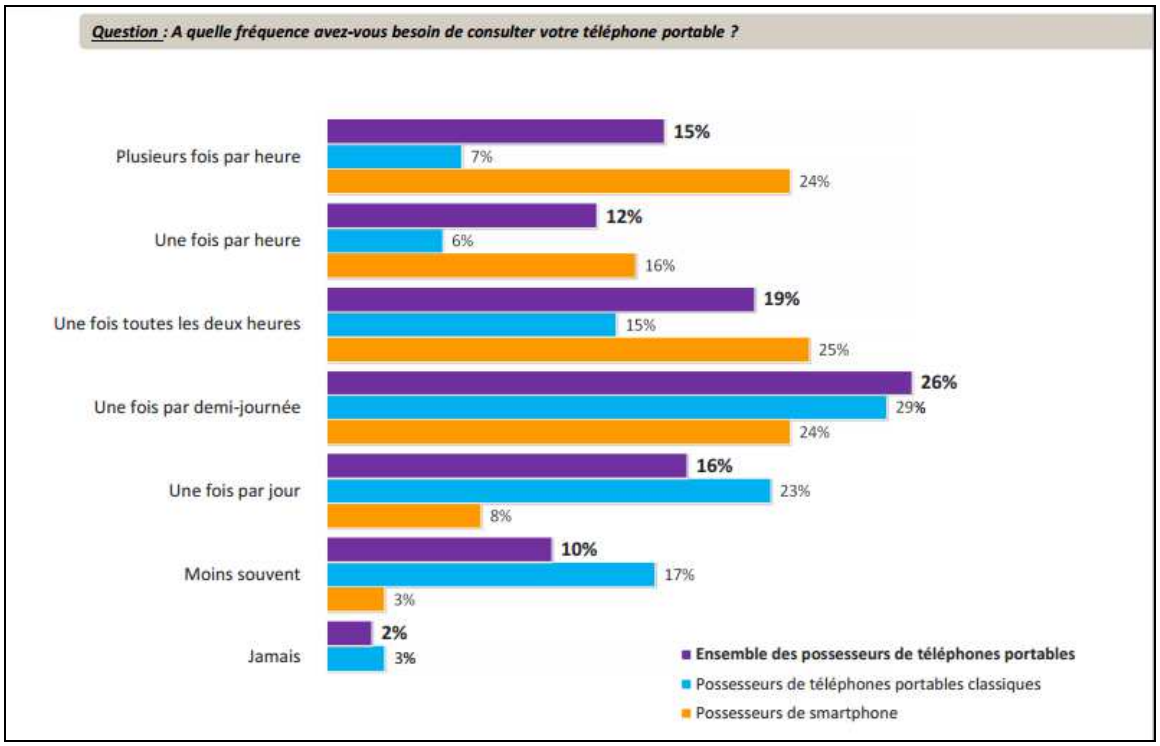

Figure 20 : Fréquence de l'usage des terminaux mobiles en France
(IFOP Février 2013)[182]

Cette étude démontre que comparé au téléphone mobile classique, le Smartphone sollicite ses usagers à une fréquence beaucoup plus importante, ce qui les incitent à l'utiliser pendant quasiment toutes les activités de la journée.

Cette omniprésence du dispositif numérique innovant dans le quotidien des français, peut s'expliquer par sa capacité à répondre plus précisément à l'évolution des besoins et des attentes des usagers, mais aussi par la capacité de ce dernier à introduire de nouvelles pratiques d'usage, en dépassant la simple fonction d'objets informatisés et devenant à la fois un moyen de communication, d'information, d'assistance voire même d'instruction et d'apprentissage.

[182] *Ibid.*

La comparaison effectuée par l'étude de l'IFOP entre le Smartphone et le téléphone mobile classique, nous amène à nous interroger sur les caractéristiques propres au Smartphone qui peuvent être à l'origine de l'omniprésence du dispositif innovant dans le quotidien de ses usagers. De prime abord, nous pouvons citer la connectivité évoluée à Internet, l'accès à des milliers d'applications et l'assistance proposée par le dispositif comme l'écriture des messages ou la recherche d'informations, par simple commande vocale. A notre sens, ce qui caractérise toutes ces fonctions c'est leur capacité interactive.

Le mot interactivité se perd aujourd'hui dans un foisonnement de discours. Dans le registre de la langue française « Interactivité » apparaîtrait initialement pour désigner une caractéristique technique propre à l'informatique dérivée d'un mode de programme conversationnel, cette définition[183] va par la suite déborder le champ informatique pour recouvrir d'autres sphères d'activités liées plus largement à la communication.

Dans son livre « La métamorphose de l'objet », Frédéric Kaplan[184], atteste que l'objet interactif se présente de nos jours comme une incarnation de l'objet désirable de la société de consommation. Pour l'auteur, l'interactivité va présenter un argument déterminant en faveur des nouvelles technologies. Elle deviendra un outil de médiation et de communication entre la sphère technologique et la sphère sociale, d'où l'importance qu'elle va acquérir au fil des années.

A cet effet, nous pouvons constater que le caractère communicant du Smartphone ainsi que sa capacité développée à rallier confort ou encore assistance technologique à une densification du contact humain, constitue la raison majeur de l'engouement des usagers du Smartphone pour leur outil technologique.

➔ ***Hypothèse 5*** : L'omniprésence de l'usage du Smartphone dans la vie quotidienne des français, émane de la capacité interactive du dispositif, qui rallie la sphère technologique à la sphère sociale.

L'omniprésence du couteau suisse numérique dans le quotidien de ses usagers entraine l'accoutumance de ces derniers aux facilités et commodités offertes par le

[183] Définition construite à partir de deux entrées de dictionnaires à savoir :
-Interactivité n.f (1982 : de interactif) activité de dialogue entre un individu et une information fournie par une machine (Petit Robert 1992).
-Interactif : 1. Se dit de phénomènes qui réagissent les uns sur les autres 2. Inform. doué d'interactivité ; conversationnel 3.Se dit d'un support de communication favorisant un échange avec le public. Emission, exposition, livres interactifs (Larousse 1996).
[184] Kaplan, F. (2009). *La métamorphose de l'objet*, FYP Editions.

dispositif ainsi qu'à l'intensification (dans certains cas) de l'interaction avec l'objet et leurs réseaux de contacts. Dans ce sens, les usagers éprouvent au fil de l'usage, un attachement à leurs téléphones intelligents et même une certaine dépendance et assujettissement à l'objet du désir.

L'étude de l'IFOP pour ROOMN (Février 2013), avait pour objectif de déceler si les français détenteurs de terminaux mobiles ressentaient une dépendance à leurs dispositifs techniques. Sans grande surprise, la majorité des possesseurs de Smartphones (58%) éprouve un sentiment de subordination à l'égard de cette technologie. Un sentiment, qui ne fait pourtant pas l'unanimité pour les usagers des téléphones portables classiques dont 27% uniquement éprouve la sujétion à l'égard de leurs appareils de communication.

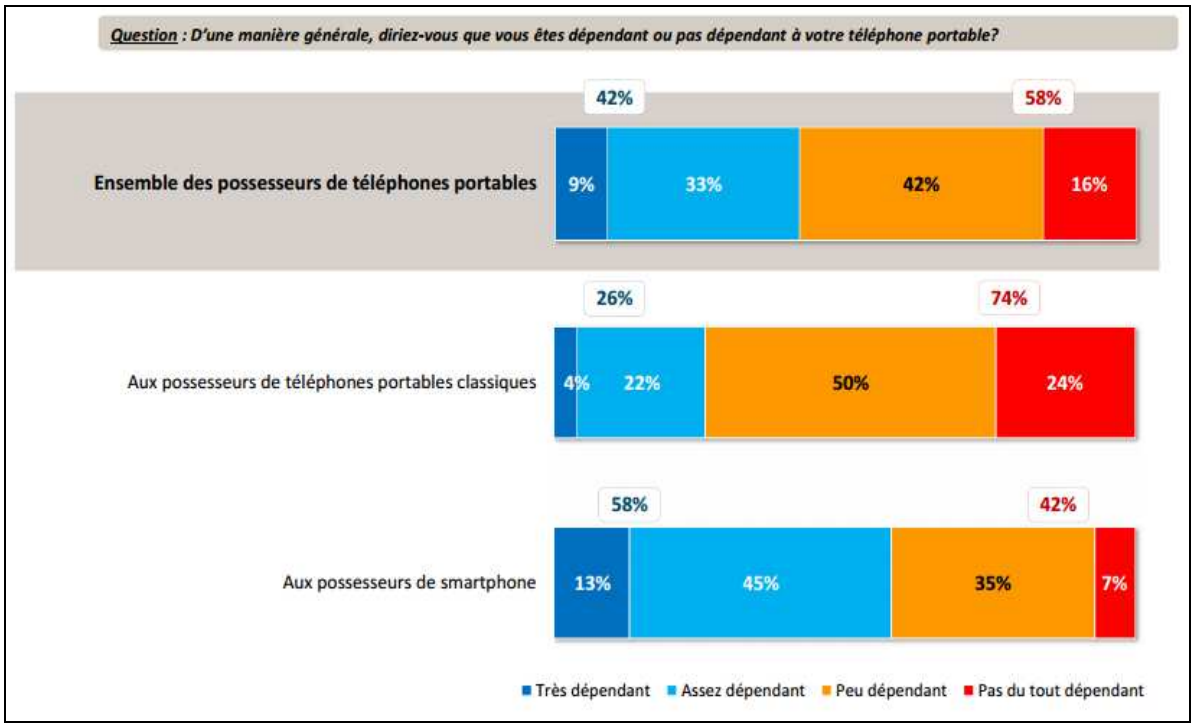

Figure 21 : Degré de dépendance des usagers des terminaux mobiles à leurs différents dispositifs techniques (IFOP Février 2013)[185]

Le communiqué de presse[186] de l'étude en question, précise que la dépendance au mobile se ressent principalement chez les jeunes de moins de 25 ans (78%) et les cadres supérieurs (62%). Nous estimons que ces derniers font un usage majoritairement professionnel de leurs mobiles, ils leurs sont alors indispensables pour l'établissement de

[185] Etude réalisée par l'IFOP pour ROOMN en février 2013, *op,cit*.
[186] Communiqué de presse de l'étude « les français et la dépendance au mobile » réalisé par l'IFOP pour ROOMN et publiée en février 2013. Source Internet : http://www.ifop.com/media/poll/2167-1-annexe_file.pdf

leurs contacts et pour l'accomplissement de leurs fonctions. Nous avons mentionné au début de notre recherche qu'on ne s'intéressera pas à ce type de dépendance puisqu'il ne s'intègre pas dans les catégories des usages problématiques du mobile.

Par ailleurs, le taux élevé (78%) de jeunes qui ressentent une dépendance à l'égard de leurs dispositifs numériques était prévisible. Leur engouement pour l'envoie des SMS laissait présager leur dépendance aux dispositifs numériques. Nous partageons l'idée de Patrick Pharo qui pense que « *la recherche du plaisir et du bien-être peut en effet être la cause d'une dépendance à des produits ou à des pratiques addictives qui oblige, lorsqu'on est effectivement devenu dépendant, à composer avec les conditions de cette dépendance* »[187]. Comme nous l'avons précédemment constaté, les jeunes ont tendance à rechercher en permanence le plaisir et le bien être à travers le contact avec les autres dont le regard stimule « la réalisation de soi ». Cependant, nous ne pouvons pas juger si leurs comportements dénotent d'une dépendance ou encore d'un usage problématique puisque nous n'avons pas les connaissances et l'expertise suffisantes et nécessaires pour établir ce genre de constat, d'autant plus que ce phénomène de dépendance doit être identifié et traité au cas par cas, en élaborant des entretiens individuels avec les usagers.

En outre, nous pouvons nous interroger sur le ou les caractéristiques du Smartphone générateur de ce sentiment ou peut être de cette illusion de dépendance. En exploitant d'autres études élaborées au sujet de la dépendance aux TIC et plus spécifiquement à Internet, nous avons constaté que pour certains chercheurs (Chou, Condron et Belland)[188] Internet en lui-même n'est pas "addictif", mais que certaines de ses applications spécialement celles qui présentent des fonctions interactives, semblent contribuer au développement d'usages pathologiques. Celle-ci peut se décliner aussi bien dans une relation entre l'homme et la machine que dans des relations interpersonnelles en ligne. Les mêmes chercheurs constatent d'autres spécificités d'Internet qui peuvent exacerber les usages problématiques de ce médium à savoir : la vitesse, l'accessibilité, la facilité d'utilisation, l'abondance infinie des informations disponibles et le caractère excitatif de certains contenus. Ces caractéristiques peuvent, *a priori*, s'appliquer sur le Smartphone puisqu'il est connecté en permanence à Internet.

---

[187] Pharo, P. (2012). *Plaisirs et dépendances dans les sociétés marchandes*, Belgique : Editions de l'université de Bruxelles, p.13.

[188] Chou, C., Condron, L., et Belland, J-C. (2005). *A review of the research on Internet addiction*, Educational Psychology Review, Vol. 17, N°4, p.363-388.

➔ ***Hypothèse 6*** : La forte concentration du dispositif numérique intelligent en fonctions interactives est à l'origine du sentiment de dépendance éprouvé par la majorité des usagers du Smartphone.

A présent, nous pouvons continuer la recherche des indicateurs d'usages excessifs du médium, pour avoir une idée plus précise sur l'ampleur de l'altération de la manière d'être au monde de ces jeunes ainsi que la place occupée par le dispositif dans leurs quotidiens.

L'étude élaborée par l'IFOP[189] (Février 2013), démontre que plus que les usagers des téléphones mobiles classiques, les utilisateurs du Smartphone, seront énervés, paniqués et stressés, en cas de perte de leur gadget numérique. Seulement 5% des sondés sont indifférents à la perte de leurs Smartphones contre 13% des acquéreurs de téléphones mobiles classiques. En revanche 1% des possesseurs de Smartphones seraient soulagés de perdre leurs téléphones intelligents, contre quasiment personne du côté des détenteurs de téléphones mobiles classiques. L'attachement au dispositif technique est plus prononcé et manifeste chez les usagers du Smartphone, ce qui peut être dû aux différentes facilités et commodités procurées par les fonctionnalités du Smartphone.

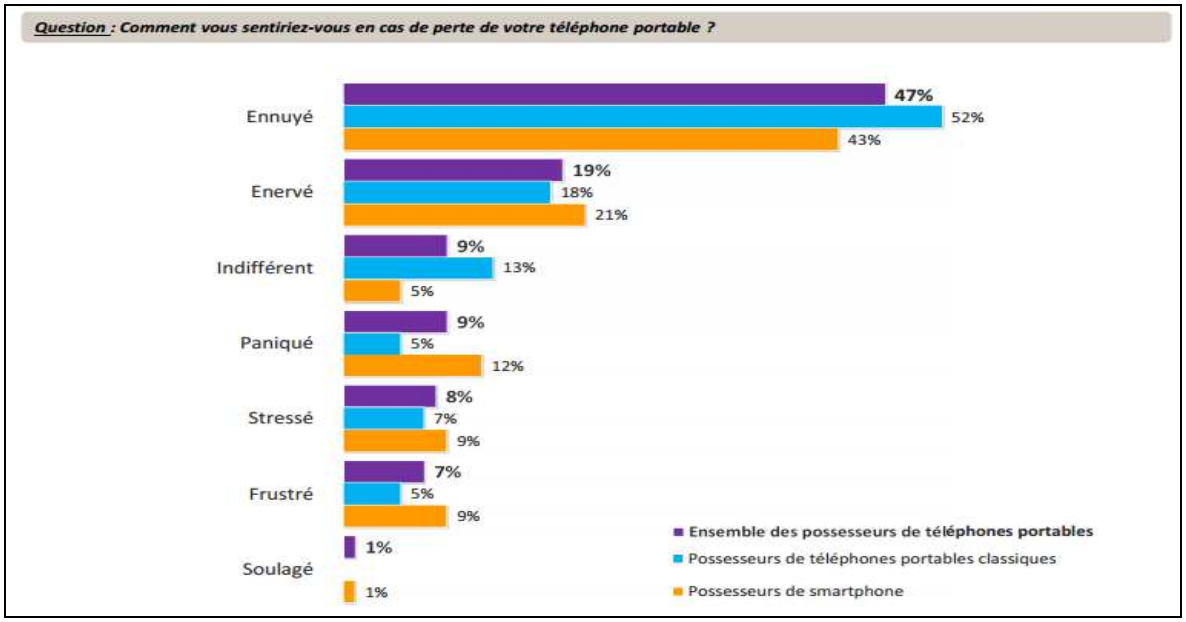

Figure 22: Réactions des usagers à la perte de leurs terminaux mobiles
(IFOP Février 2013)[190]

Dans la suite de cette même étude, les usagers des terminaux mobiles se sont exprimés sur les raisons qui pouvaient justifier la panique et l'énervement en cas de perte

[189] Etude réalisée par l'IFOP pour ROOMN en février 2013, op.,cit.
[190] *Ibid.*

de leurs appareils numériques. Les usagers du téléphone mobile classique, sont plus ennuyés par la perte de leur répertoire de contacts (49%), par le désagrément de ne plus avoir de téléphone portable (31%) et par la complexité des démarches de remplacement du téléphone mobile (19%), que les détenteurs de Smartphones. Quant à ces derniers, ils sont plus paniqués à l'idée que quelqu'un puisse accéder à des éléments privés (31%), mais aussi énervés, de par les dépenses qu'ils doivent faire pour le remplacement du dispositif perdu (40%).

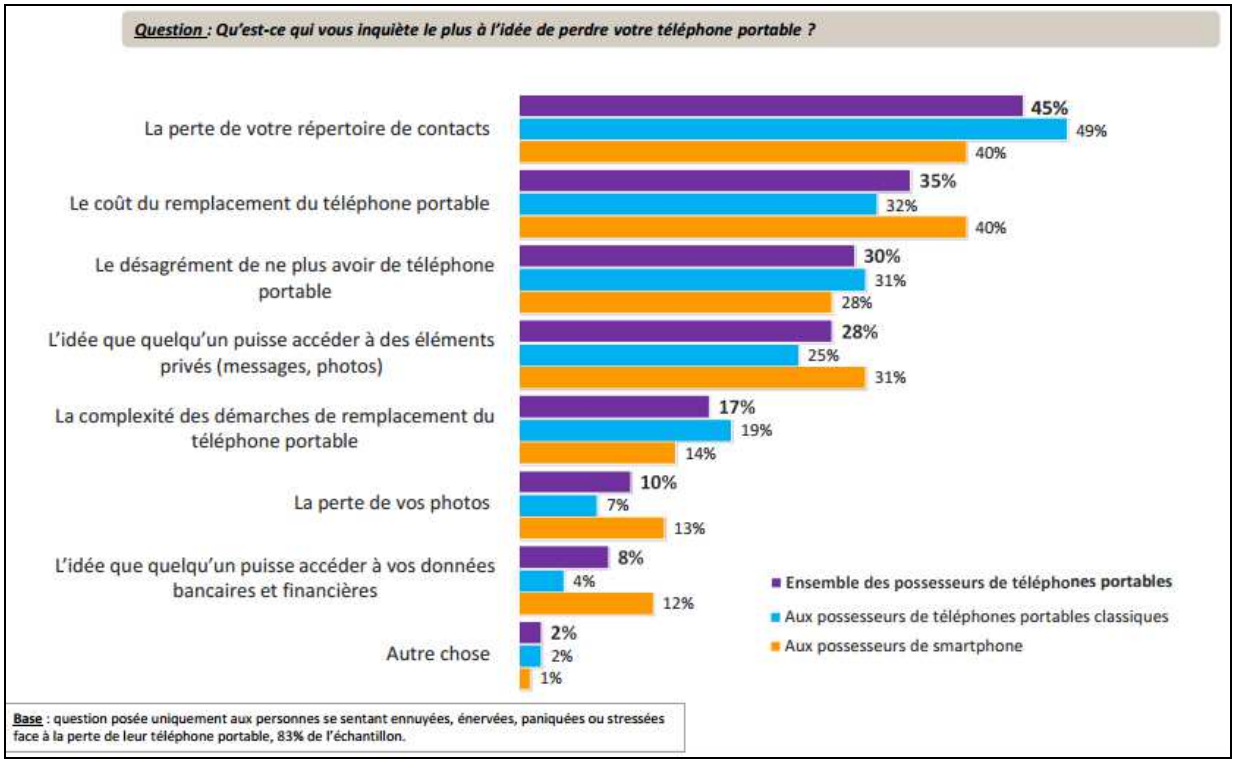

Figure 23: Motifs de l'inquiétude à l'idée de la perte des terminaux mobiles (IFOP Février 2013)[191]

Les résultats de cette question, nous montre qu'hormis la valeur matérielle du Smartphone, la forte concentration de l'objet en données personnelles (photos, messages, e-mails, comptes de réseaux sociaux, répertoire, etc.) peut engendrer la panique et l'angoisse de l'usager en cas de perte du dispositif technique. Rappelons-nous, que Phil Marso, instigateur des «Journées mondiales sans téléphone portable et sans Smartphone», a comparé ce dispositif numérique à une caravane, remplie de souvenirs et d'effets personnels dont la perte « *est souvent tragique* »[192]. L'attachement des individus à leurs dispositifs numériques est, *a priori*, un attachement à la sauvegarde de leurs données

[191] *Ibid*.
[192] Marso, P. (2012). *Op.cit.*

personnelles et à la protection de leurs intimités. D'ailleurs, le fort emballement des mobinautes lors du lancement d'un nouveau dispositif technologique ne reflète pas un fort attachement affectif à leurs appareils numériques actuels, mais plutôt leurs envies de suivre l'évolution de la technique et de bénéficier des dernières avancées technologiques. Le lancement du dernier IPhone : L'IPhone 5 en est édifiant. En effet, une semaine avant la commercialisation du nouveau produit, Apple a annoncé, 2 millions de précommandes enregistrées en 48h. Le 24 septembre 2012, c'est-à-dire trois jours après le lancement de l'appareil innovant, la firme prestigieuse a communiqué avoir vendu plus de 5 millions de leur produit phare, dans le monde, précisant que la demande avait dépassé les stocks initiaux[193]. L'IPhone 5 s'est écoulé à plus de 47,8 millions d'exemplaires dans le premier trimestre de sa commercialisation, réalisant un record de vente jamais atteint par la firme Apple, pionnière pourtant dans la commercialisation des Smartphones[194]. Les usagers sont donc, *a priori*, prêts à changer de mobiles et à transférer leurs données personnelles dans le nouveau dispositif.

➔ ***Hypothèse 7*** : L'attachement des français à leurs Smartphones, est plus un attachement à leurs données personnelles stockées dans le dispositif, qu'au dispositif en tant que tel.

Notre dernière question de la recherche, émane d'un constat personnel. En effet, ayant voyagé dans différents pays (Etats Unis, Mexique, France, Tunisie, Turquie, Suisse et Italie)[195], ces deux dernières années, j'ai[196] toujours observé lors de mes déplacements, le comportement des individus, dans les lieux publics et surtout dans les transports en commun (Métros et bus). La durée de mes voyages excédait tous sans exception les sept jours et durant cette période je prenais quotidiennement, au moins deux fois un moyen de transport public. Ce que j'ai pu constater, c'est qu'en France, l'usage des Smartphones est beaucoup plus intensif et présent que dans les autres pays. Arrive ensuite, les Etats Unis et l'Italie. Pour vérifier, la légitimité et la pertinence de ma conjecture, j'ai recherché des

[193] Informations recueillies à partir de l'article « Ventes records pour l'iPhone 5, en rupture de stock », paru dans le monde.fr, le 24/09/2012. Lien Internet : http://www.lemonde.fr/technologies/article/2012/09/24/apple-annonce-avoir-vendu-plus-de-5-millions-d-iphone-5_1764705_651865.html

[194] Informations recueillies à partir de l'article « iPhone 5 : record de ventes mais chiffre d'affaires d'Apple inférieur aux attentes », publié dans le site d'information : Atlantico.fr, le 24 janvier 2013. Lien de l'article : http://www.atlantico.fr/pepites/iphone-5-record-ventes-mais-chiffre-affaires-apple-inferieur-aux-attentes-616711.html

[195] Dans tous ces pays, j'ai pu visiter la capitale et d'autres villes.

[196] J'utilise le « Je » pour évoquer mon expérience personnelle.

résultats de sondages sur l'usage du Smartphone ou encore des terminaux mobiles dans le monde.

Etant donné que notre étude s'inscrit dans le vaste domaine des études culturelles, nous ne pouvions passer à côté de cette question : Les modalités d'usage du Smartphone diffèrent-elles d'une culture à une autre ? Le taux de pénétration du Smartphone dans les différents pays du monde, varie selon plusieurs critères socio-économiques. A cet effet, nous n'allons pas nous intéresser aux taux de possesseurs du Smartphones dans différents pays du monde mais à l'usage de cette technologie par les habitants de ces derniers. Selon une étude élaborée par Ipsos[197] pour Google et publiée en février 2012, l'usage du Smartphone est très développé dans les pays suivant : la France, les Etats Unis, l'Espagne, l'Angleterre, l'Allemagne et le Japon. Cependant l'étude des pourcentages des différents lieux d'usage du Smartphone, nous a révélé que les utilisateurs français et américains sont les usagers qui se séparent le moins de leurs dispositifs numériques avec un taux général d'utilisation de 56% dans tous les lieux cités dans l'enquête. Ensuite ce sont les allemands (54%), suivis de près des japonais (53%) et des Anglais (52%) qui utilisent leurs Smartphones partout où qu'ils aillent. Les espagnols quant à eux utilisent moins leurs dispositifs (48%) dans les endroits précisés par l'enquête.

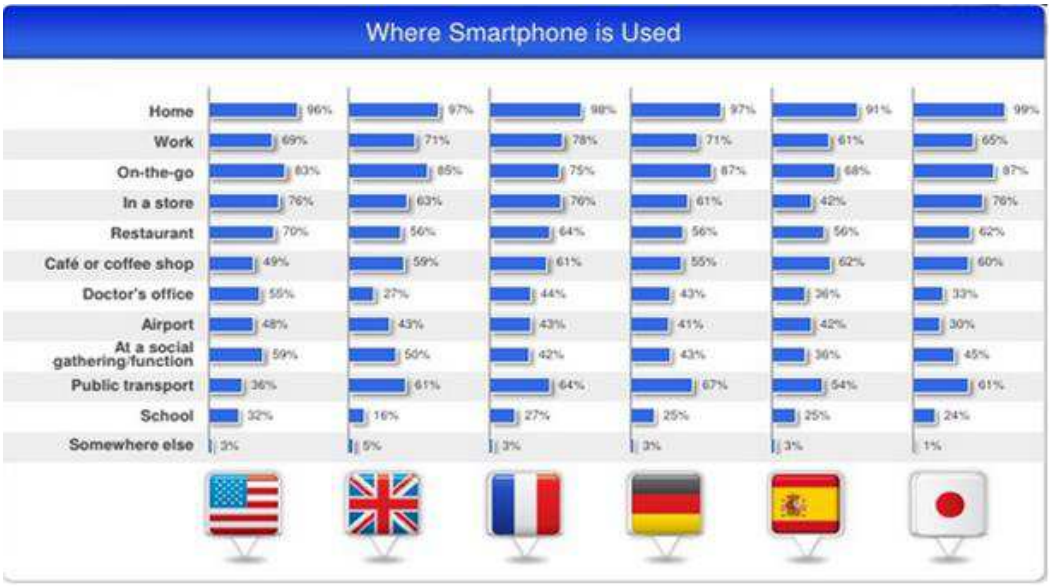

Figure 24: Comparaison entre six pays de l'usage du Smartphone dans des lieux différents (Ipsos, février 2012)[198]

[197] Etude élaborée par Ipsos pour Google, publiée en février 2012, concernant les usagers de Smartphones dans 26 pays différents, âgés de 18 ans et plus et qui ont été interrogé par des entretiens en ligne. La publication de l'étude qui s'intitule : « Our mobile planet : Global Smartphone Users » a par contre concerné 6 pays à savoir : la France, les Etats Unis, l'Espagne, l'Angleterre, l'Allemagne et le Japon. Source Internet : http://fr.slideshare.net/anglada95/google-our-mobile-planet

[198] *Ibid.*

Une autre étude commandée par Google « Think Mobile » et réalisée par l'Ipsos[199] en Mars 2011, dévoile que les mobinautes français ont des usages plus intensifs de leurs Smartphones concernant la connexion à Internet, l'utilisation de l'appareil photo, l'enregistrement de vidéos, le visionnage de série télé et l'accès à leurs comptes bancaires en ligne, que leurs homologues britanniques et allemands.

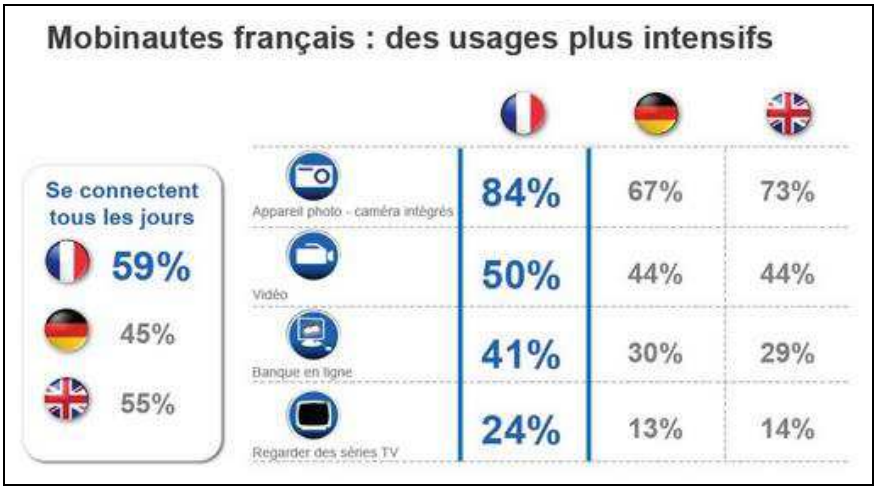

Figure 25: Comparaison de certains usages du Smartphone entre la France, l'Angleterre et l'Allemagne. (Ipsos, Mars 2011)[200]

Ce que nous pouvons retenir à travers ces deux études, c'est que les usages du Smartphone varient en fonction des variations socioculturelles. La France, l'Allemagne et l'Angleterre qui pourtant s'avoisinent sur le plan géographique, économique et progrès technologique, ont une approche différente concernant les usages du Smartphone et la place qu'occupe ce dernier dans leur quotidien.

➔ ***Hypothèse 8*** : Les modalités d'usages du Smartphone varient en fonction des critères socio-culturels qui régissent les populations données. L'usage intensif du Smartphone dans la société française est dû à des spécificités propres à cette dernière qui peuvent être, par exemple: un désir d'"extimité[201]" plus développé, une faible estime de soi plus prononcée ou encore un mode de vie plus stressant et plus régi par la médiation, que les autres sociétés.

[199] L'Etude « les entreprises françaises face au défi du mobile » a été réalisée par l'Ipsos pour Google « Think Mobile » en Mars 2011. L'échantillon comportait 2000 répondants représentatifs de la population française de 18 ans et plus. Lien Internet : http://www.petitweb.fr/documents/Google%20Think%20Mobile.pdf

[200] *Ibid.*

[201] Terme employé par Serge Tisseron dans son livre l'intimité surexposée et qui désigne le désir de rendre visibles certains aspects de soi jusque-là considérés comme relevant de l'intimité.

2.2. Vérification des hypothèses de la recherche à travers l'entretien avec un spécialiste

Afin de vérifier la validité de nos hypothèses, nous avons cherché à les soumettre à l'avis d'un spécialiste dans le domaine de la psychologie, l'addictologie ou encore de la psychiatrie. Ce faisant il nous fera part de son savoir et de son constat à travers les observations qu'il a pu constituer tout au long de sa carrière professionnelle concernant le rapport de l'être humain aux technologies numériques de l'information et de la communication. L'entretien avec le spécialiste sera préparé minutieusement à l'avance, d'une part en fonction de nos questionnements et hypothèses de la recherche et d'autre part à partir du domaine de spécialisation du professionnel. Le déroulement et le contenu de l'entretien sera par la suite transcrit (dans les annexes), puis analysé en faisant le parallèle avec nos recherches et nos hypothèses auparavant avancées. Ce qui nous permettra de constituer une synthèse globale de toutes les informations recueillies à travers nos propres recherches et ceux fournies par le spécialiste.

2.2.1. Mise en œuvre de l'entretien

La recherche de psychologues ou d'addictologues qui acceptent de nous accorder un entretien, s'est avérée une tâche difficile[202] à atteindre eu égard aux obligations professionnelles de ces derniers. Fort heureusement nos recherches ont finalement porté fruits et nous avons été particulièrement honorés d'avoir eu une réponse favorable à notre demande d'entretien de la part de Mr Michael Stora[203], psychologue clinicien, psychanalyste et expert dans les mondes numériques.

Cinéaste de formation, sa passion pour la psychologie a finalement pris le dessus. Ces travaux de recherches portent essentiellement sur les liens inconscients qui existent entre les êtres humains et les images. Cette passion pour la recherche, l'amène à participer à la création de l'Observatoire des mondes numériques en sciences humaines en 2000 en collaboration avec d'autres chercheurs. Pionnier dans l'usage du virtuel en thérapie, il a publié en 2005 un de ses ouvrages phares : « Guérir par le virtuel, une approche

[202] Nous avons contacté plusieurs spécialistes dont Serge Tisseron et Laurence Allard (auxquels nous nous sommes référés à plusieurs reprises dans ce mémoire), qui ont malheureusement décliné notre demande eu égard à leurs obligations professionnelles prenantes.

[203] Vous pouvez consulter la biographie et les publications de Mr Michael Stora dans les annexes.

thérapeutique »[204], pour témoigner de cette expérience inédite dans le domaine psychothérapeutique. La pertinence de ses travaux de recherches et ses interventions enrichissantes dans les colloques et les conférences, ont participé à la renommée de Mr. Michael Stora, qui est régulièrement sollicité par les médias et les associations.

La lecture de ses livres : « L'enfant au risque du virtuel »[205] et « Les écrans, ça rend accro… »[206], nous ont été très profitables pour l'élaboration de notre programme de recherche et la construction de notre problématique. De surcroît, cet entretien en face à face avec Mr. Stora, est une excellente opportunité qui nous est offerte pour connaître précisément son point de vue sur notre sujet de recherche à savoir les usages problématiques du Smartphone. Dès lors, il fallait s'organiser pour préparer des questions pertinentes et un enchaînement logique et graduel du déroulement de l'entretien.

L'entrevue ou l'entretien est un mode de collecte de données défini par Madeleine Grawitz, comme « *un procédé d'investigation scientifique, utilisant un processus de communication verbale, pour recueillir des informations, en relation avec le but fixé* »[207]. Il est aussi défini par Marc – Adélard Tremblay comme « *une technique d'observation qui comporte l'utilisation de questions, plus ou moins directes, adressées à un informateur rencontré fortuitement ou choisi en fonction de critères préalablement établis. Le but en est de recueillir des données essentielles sur une question, d'analyser l'informateur comme représentant d'un milieu particulier, ou de connaître sa personnalité, sa mentalité et sa conduite. Cette définition générale de la technique permet de dégager ces principaux éléments : 1- C'est une communication, 2-Elle se déroule dans un contexte social, 3- Elle nécessite qu'on l'appui et qu'on l'oriente par l'intermédiaire de relations interpersonnelles, 4- Elle fournit des données objectives et subjectives* »[208].

Dans le cadre d'une démarche hypothético-déductive, la finalité de l'entrevue « *est de corroborer ou réfuter une hypothèse grâce à des échanges verbaux entre un enquêteur et un enquêté* »[209]. Afin d'atteindre cet objectif, nous savons d'ores et déjà que nos questions doivent porter sur les indicateurs des concepts et des variables contenus dans les hypothèses relatives à l'analyse des sondages collectés. Parmi les différents types

---

[204] Stora, M. (2005). *Guérir par le virtuel, une nouvelle approche thérapeutique*, Paris : Édition les Presses de la Renaissance.
[205] Stora, M. (2006). *L'enfant au risque du virtuel*, Co-écrit avec Serge Tisseron et Sylvain Missonnier, collection Inconscient et Culture, Paris : Éditions Dunod.
[206] Stora, M. (2007). *Op. cit*.
[207] Grawitz, M. (1990). *Méthodes des sciences sociales*, Paris : Dalloz, p. 742.
[208] Tremblay, M-A. (1968). *Initiation à la recherche dans les sciences humaines*, Montréal : McGraw- Hill Editeurs, p.312.
[209] Dépelteau, F. (1998). *Op, cit*., p.316.

d'entrevues (clinique, en profondeur, centrée, à questions ouvertes et à questions fermées)[210], nous avons choisi d'opter pour un entretien à questions ouvertes, qui consiste à laisser une marge de liberté à l'enquêté, tout en l'amenant à répondre à des questions précises liées à nos conjectures théoriques. Cette liste de questions ordonnées va, à cet effet, orienter en partie les réponses de l'enquêté tout en lui laissant la liberté d'aborder les réponses de son propre point de vue sans lui imposer de réponses préétablies.

2.2.2. Interprétation des réponses du spécialiste et vérification des hypothèses de la recherche

L'entretien avec Mr. Stora s'est déroulé le 10 Avril 2013, le matin de 10h jusqu'à 11h30 dans son cabinet situé au 11ème arrondissement de Paris. L'entrevue s'est bien déroulée, Mr. Stora a été très aimable et détendu durant toute la conversation et il a manifesté un intérêt particulier au sujet de notre recherche ainsi qu'aux différents résultats des sondages que nous avons pu collecter. Nous avons préparé une liste de questions en rapport avec nos hypothèses de la recherche accompagnée d'un document réunissant des graphiques sélectionnés parmi les résultats des sondages que nous avons traités dans la partie antérieure. Nous avons pu enregistrer l'intégralité de l'entrevue par le biais d'un Smartphone pour nous faciliter la transcription[211] de l'entretien par la suite et nous permettre de garder une trace matérielle et concrète de cette rencontre.

Rappelons maintenant nos hypothèses de la recherche et voyons si les réponses de Mr. Stora corroborent ou réfutent nos conjectures.

- ➔ ***Hypothèse 1*** : La consommation élevée des Smartphones par les jeunes est stimulée essentiellement par « *la réalisation de soi* ». A cet effet, les médias usent de cette motivation pour inciter les jeunes à s'équiper et à consommer les nouvelles technologies de l'information et de la communication.

La question de l'engouement des jeunes pour cette nouvelle technologie de l'information et de la communication s'explique selon Mr. Stora par une quête de l'identité de soi mais aussi par une quête de l'identité sexuelle, propres à cette période bien précise de la vie de l'être humain. En effet, l'entrée des jeunes ou des adolescents dans le monde adulte, marque une nouvelle ère de relations à l'autre (en particulier l'autre du sexe

[210] Grawitz, M. (1990). *Op. cit.*, p.745.
[211] Vous pouvez consulter la transcription littérale de l'entretien avec Mr. Michael Stora dans les annexes.

opposé) stimulée par des pulsions c'est-à-dire une « *force biologique inconsciente qui s'impose à l'appareil psychique et pousse le sujet à accomplir une action visant à réduire une tension*»[212]. Dans cette période transitionnelle de sa vie, le jeune a besoin du regard de l'autre et de son jugement pour se construire et se forger sa propre personnalité, Mr. Stora a expliqué dans ce sens, que la construction de soi passe par la représentation de nous-même à travers le regard de l'autre. Les jeunes vont oser dire et aborder des sujets qui peuvent engendrer un retour positif de la part de l'autre. Dans cette période transitoire de sa vie, l'adolescent est justement en quête permanente de cette image que les autres constituent de sa personne.

L'adolescence et ses particularités psychoaffectives peuvent prédisposer l'être humain à une utilisation excessive des technologies de la communication, étant donné que ces dernières peuvent représenter un objet transitionnel du monde de l'adolescence au monde adulte. Philippe Jeammet a évoqué dans ce sens que « *l'adolescence se présente ainsi comme un remarquable révélateur des contradictions dont l'être humain est porteur. Révélateur des contraintes dont nous héritons de l'enfance, mais aussi révélateur des modèles que le monde adulte offre en réponse aux attentes spécifiques des adolescents que les changements induits par la puberté font naître* »[213].

De surcroît, notre spécialiste pense que les problèmes actuels de la société française à savoir les pères absents, les pères défaillants ou encore les foyers monoparentaux figurent parmi les raisons essentielles provocatrices de l'usage intensif des dispositifs de communication. En l'absence d'une présence affective maternelle ou paternelle, le jeune s'adresse à l'autre afin de combler ce manque ou encore ce vide.

D'autre part, Mr. Stora confirme notre doute concernant l'influence des médias sur le taux d'équipement élevé des jeunes générations et met en évidence les divers messages dont les publicitaires usent pour attirer les usagers cibles. Entre l'image du « fils à papa » à qui on offre le Smartphone pour qu'il puisse crâner devant tous ces amis et l'image des couples que la distance sépare mais qui grâce à leurs dispositifs intelligents arrivent à braver cet obstacle, Mr. Stora explique que les médias jouent essentiellement sur les questions du lien à l'autre et de l'image de l'autre.

Les remarques et les indications de notre expert nous ont orientés vers des paramètres que nous avons omis d'interpeller lors de l'élaboration de nos hypothèses de la recherche. Eu égard à ces remarques, nous pouvons corriger notre première hypothèse et

[212] Définition du dictionnaire : Le petit Larousse illustré 2013.
[213] Jeammet, P. (2011). *Op. cit.*, p.151.

la reformuler de la sorte ➔ La consommation élevée des Smartphones par les jeunes est stimulée par une quête de l'identité de soi et d'une identité sexuelle, propres à cette période bien déterminée de la vie de l'être humain. Ces motivations peuvent être soutenues par les conjonctures familiales, sociales et environnementales de l'individu ou encore par l'influence des messages médiatiques.

➔ ***Hypothèse 2*** : L'accroissement des taux des différents usages du Smartphone (par rapport au téléphone mobile classique) est une résultante de l'évolution sociale, technologique et culturelle de la société française. Ces évolutions influent sur la psychologie de l'usager ce qui l'incite à accroître l'usage de ces médiums dans le but d'échapper aux sentiments de manque et de solitude et ainsi éprouver la satisfaction.

Pour notre spécialiste l'accroissement des taux des différents usages du Smartphone par rapports aux mêmes usages du téléphone mobile classique est profondément lié à l'ergonomie de l'objet. En effet, nous pouvons constater que le confort et la facilité d'utilisation proposés par le Smartphone devance sensiblement ceux du téléphone mobile classique, par exemple pour écrire un SMS avec le téléphone mobile classique il fallait se concentrer sur le nombre de touches appuyés pour pouvoir trouver la lettre qui convient, ou encore appuyer sur des touches tellement petites (le cas du BlackBerry par exemple), que les erreurs deviennent inévitables, par contre avec un Smartphone, le clavier tactile ajustable permet une aisance bien plus prononcée dans l'écriture des messages et le choix des commandes. Mr. Stora note aussi que la multifonctionnalité du Smartphone et sa connectivité à Internet jouent un rôle dans l'accroissement des usages en donnant l'exemple des applications téléchargeables de "*Smileys*" qui peuvent nous induire à envoyer des messages où il n'y a que des émoticônes. Ce qui veut dire que le progrès technologique et le vaste choix proposé par les Smartphones peuvent influencer notre fréquence d'utilisation de l'objet. Il est à noter aussi que la capacité interactive du Smartphone peut engendrer un temps d'utilisation plus long et plus fréquent comparé à l'usage du téléphone mobile classique. Pour Mr. Stora, ce qui fait la différence entre les taux des usages du téléphone mobile classique et ceux du Smartphone, c'est non seulement les évolutions socioculturelles de la société française mais surtout les évolutions technologiques et ergonomiques des produits innovants.

A partir des remarques de Mr. Stora, nous apportons quelques modifications à notre deuxième hypothèse comme suit ➔ L'accroissement des usages du Smartphone par

rapport aux usages du téléphone mobile classique est non seulement une résultante des évolutions socioculturelles de la société française mais surtout le retentissement du progrès ergonomique, interactif, esthétique et fonctionnel atteints par ces produits intelligents qui répondent désormais aux besoins et attentes d'une large panoplie d'usagers.

➔ ***Hypothèse 3*** : Dans sa quête du contact permanent avec son réseau social, le jeune et particulièrement l'adolescent privilégie l'envoi des SMS, qui lui permettent de s'exprimer librement et de dépasser les barrières de la timidité, de la fierté et des codes socioculturels, tout en bénéficiant de la gratuité et de l'instantanéité du service.

Notre spécialiste signale qu'à l'âge de l'adolescence, les jeunes ressentent une pudeur due à l'émergence de nouvelles pulsions de nature sexuelle. Serge Tisseron a défini la notion de pudeur en soulignant qu'elle consiste à se cacher et se protéger du regard ou même de l'intrusion d'autrui lorsque les convenances le nécessitent et qui s'accompagne volontiers du sentiment d'avoir surmonté une épreuve[214]. Dans ce contexte, notre spécialiste souligne qu'à travers l'envoie des SMS, les adolescents osent dire et osent imaginer des rapports et des relations à autrui d'un nouveau genre, tout en restant à l'abri des regards et des jugements des autres. La gêne qu'ils peuvent ressentir en s'exposant à leurs parents ou à leurs semblables va être estompée par cette sorte d'effet « *bal masqué de mots* » comme l'a souligné Mr. Stora. Les jeunes vont oser discuter avec certains de leurs contacts de sujets érotiques et sexuels sans que la gêne ou encore la pudeur, n'interfèrent entre eux.

Notre psychologue a aussi évoqué la gratuité et l'instantanéité de ce service de messagerie, qui va permettre aux jeunes de rester constamment en contact avec leurs pairs sans être obligé d'utiliser le téléphone dont les communications sont relativement chères. Le langage SMS va donc permettre d'une part de compresser le nombre de lettres pour pouvoir envoyer un maximum d'informations et d'autre part de se libérer de toutes les conventions et les codes dictés par la société et par les parents.

A la lueur des observations de Mr. Stora nous allons reformuler et compléter notre troisième hypothèse de la recherche de la sorte ➔ Les jeunes et les adolescents privilégient l'envoie des SMS comme mode de conversation avec leurs pairs parce qu'ils leur permettent de passer outre la gêne, la honte et la pudeur qui peuvent être liées à des sujets

[214] Tisseron, S. (2007). *La honte, Psychanalyse d'un lien social*, Paris : Dunod, p. XIV.

d'ordre intime ou encore sexuel, tout en bénéficiant de la gratuité, la liberté, la discrétion et l'instantanéité du service.

➔ ***Hypothèse 4*** : L'usage du Smartphone modifie généralement, notre manière d'être au monde, notre rapport à nous-même et aux autres, de par son aspect matériel tangible et sa multifonctionnalité.

Le Smartphone représente pour certains d'entre nous, un objet transitionnel que Mr. Stora et bien d'autres chercheurs ont surnommé « *le doudou sans fil* ». L'objet permet dans ce sens, de combler la présence d'une mère mais aussi la présence de l'autre. L'attachement à l'objet révèle notre angoisse de la solitude, qui se manifeste par exemple quand nous n'avons plus de couverture réseau ou encore quand notre téléphone mobile est hors d'usage.

Le Smartphone est érigé au statut d'un révélateur, d'un facilitateur et d'un amplificateur selon les propos de Mr. Stora. Ce dispositif numérique arrive à combler le lien à l'autre quand l'être humain se trouve en situation de difficulté psychologique ou encore en situation d'éloignement géographique. Dans ce sens, Serge Tisseron a souligné que « *Le téléphone portable a soudain fait découvrir que les objets de notre environnement ne prolongent pas seulement certaines de nos fonctions, ils transforment aussi la perception que nous avons de nous-même, de notre place dans une famille ou dans un groupe, notre manière de nous socialiser ou au contraire de nous isoler et même parfois notre façon de tromper l'angoisse*»[215]. A cet effet, nous pouvons souligner que la possibilité d'un contact permanent avec l'autre, offerte par le téléphone mobile, a réellement modifié notre manière d'être au monde, notre rapport à nous-même et aux autres.

Notre quatrième hypothèse de la recherche est juste, cependant nus pouvons l'améliorer comme suit ➔ L'usage du Smartphone modifie notre manière d'être au monde et essentiellement notre relation à l'autre de par la joignabilité permanente qu'il autorise. Dans ce sens, il altère notre rapport à la solitude et notre capacité à évoluer au-delà du regard de l'autre.

[215]Tisseron, S. (1999). *Comment l'esprit vient aux objets*, France : Aubier, p.9.

➔ ***Hypothèse 5*** : L'omniprésence de l'usage du Smartphone dans la vie quotidienne des français, émane de la capacité interactive du dispositif, qui rallie la sphère technologique à la sphère sociale.

Notre spécialiste des mondes numériques atteste que le Smartphone a changé notre rapport au monde et aux images. Nous sommes passés d'une position de spectateur de l'image, à une position d'inter-acteur de l'image, notamment avec l'avènement de la première culture véritablement interactive à savoir les jeux vidéo. Avec l'écran tactile du Smartphone nous avons la possibilité de toucher l'image qui d'habitude nous échappe. Dans ce sens, Mr. Stora fait un rapprochement entre la relation à l'écran et la relation au corps d'une mère qui sollicite les sensorialités dites proximales (le toucher, le gouter, le senti). Le toucher renvoie à cet effet, à une relation proche du corps de l'autre, le tactile permet ainsi de combler d'une certaine manière la distance qui peut nous séparer de l'autre. Mr. Stora voit même dans notre manière de manipuler l'image : l'écarter, l'agrandir ou encore la rétrécir, une forme de sensualité, qui rejoint finalement l'idée que les dispositifs numériques d'information et de communication peuvent révéler et combler certaines pulsions sexuelles, évoquées auparavant.

Avec l'émergence de la 4G qui est la 4eme génération des standards pour la téléphonie mobile, la transmission des données va être encore plus rapide et instantanée. La capacité interactive du dispositif technique va, *a priori*, s'amplifier et notre rapport à l'objet va par conséquent évoluer. La question du progrès technologique et de l'expansion des forfaits téléphoniques illimités vont accentuer notre rapport à l'objet à travers les facilités et la connectivité offertes par le dispositif technique.

Suite aux remarques de notre spécialiste, nous envisageons notre cinquième hypothèse sous un autre angle ➔ La capacité interactive du Smartphone et son évolution permanente vers une expansion perpétuelle du champ des possibles, induit un attachement de plus en plus prononcé de l'être humain au dispositif numérique. D'autant plus que notre nouveau statut d'inter-acteur de l'image a permis d'instaurer une relation plus proche et plus sensorielle avec l'objet communicant.

➔ ***Hypothèse 6*** : La forte concentration du dispositif numérique intelligent en fonctions interactives est à l'origine du sentiment de dépendance éprouvé par la majorité des usagers du Smartphone.

Dans ce contexte, notre spécialiste nous a fait part de son scepticisme et de sa méfiance concernant l'exactitude et la légitimité de la définition du concept de dépendance

pour l'ensemble des répondants au sondage réalisé par l'IFOP en Février 2013. Mr. Stora atteste que les gens ont une idée assez large du concept de dépendance et confondent généralement l'addiction, la dépendance et le fait d'être accro à quelque chose. Titulaire d'un diplôme universitaire en addictologie, Mr. Stora explique que la dépendance est un concept très précis, et distinct de l'addiction. La particularité chimique de certaines substances comme la nicotine ou encore l'héroïne, influent sur le système physiologique de l'être humain et provoquent une souffrance physique et psychologique à l'individu dès qu'il interrompt la prise de ces substances. Cette souffrance est à l'origine de cette relation de dépendance à certains produits chimiques. L'addiction par contre, est un concept plus large qui n'est pas toujours en lien avec le système physiologique de l'être humain. L'addiction dite comportementale introduite par Fenichel en 1946, est édifiante d'un type d'addiction sans drogues et donc sans substances toxiques ou chimiques.

Dans notre cas d'étude, Mr. Stora considère que les individus manifestent non pas une addiction au Smartphone en tant que tel mais une addiction à l'autre. L'objet en lui-même ne provoque pas d'assujettissement mais révèle les troubles psychiques des individus. Certains peuvent utiliser le dispositif technique intelligent pour remédier à leurs troubles narcissiques en publiant par exemple leurs photos avantageuses dans les réseaux sociaux, d'autres au contraire, vont atténuer l'inhibition ou encore la timidité propre à leurs personnalités en essayant de se montrer libérer, communicatif, entreprenant, etc. Dans les deux cas de figure, le Smartphone va être utilisé pour combler les faiblesses psychiques de l'individu et satisfaire sa fragilité psychologique.

De surcroît, notre psychologue clinicien souligne que les troubles liés à l'inhibition et l'exhibition se manifestent essentiellement à la période de l'adolescence, où le jeune fragilisé, assiste à un changement de son apparence, de ses besoins, de sa personnalité et de ses désirs. Il manifeste alors, une attention particulière à son image dont il cherche le reflet dans le regard porté par l'autre sur sa personne. Ce sentiment de dépendance des individus à leurs Smartphones émane de la capacité de ce dernier à atténuer leurs souffrances psychologiques. Selon Mr. Stora, le Smartphone joue ainsi le rôle d'un antidépresseur qui aide l'individu à mieux se porter et à se défendre contre les faiblesses de l'estime de soi.

Par conséquent, notre sixième hypothèse de la recherche est rejetée, nous pouvons la modifier de la sorte ➔ Le sentiment de dépendance éprouvé par un nombre important d'usagers du Smartphone émane véritablement de leur addiction à l'autre. L'objet technique n'est qu'un médiateur et un révélateur de leurs fragilités psychologiques qui

oscillent entre la valorisation narcissique de leurs estimes de soi et leurs besoins de rompre avec l'inhibition et la timidité qui caractérisent leurs personnalités.

- ➔ ***Hypothèse 7*** : L'attachement des français à leurs Smartphones, est plus un attachement à leurs données personnelles stockées dans le dispositif, qu'au dispositif en tant que tel.

Hormis sa capacité à combler les déficiences psychiques de certains d'entre nous, le Smartphone se caractérise aussi par une forte concentration en données personnelles à savoir : le répertoire de contacts, les messages intimes, les photos et vidéos personnelles et parfois même les codes d'accès au compte bancaire et aux comptes des réseaux sociaux. Pour notre spécialiste, l'attachement à l'objet de par son contenu personnel, dépend du fonctionnement de chaque individu. « *Nous ne sommes pas tous fétichistes !* », atteste Mr. Stora. Cependant, nous pouvons l'être inconsciemment et nous ne pouvons, nous en rendre compte qu'à la perte de cet objet symbolique doté de valeur affective. Pour notre psychologue, la crainte des usagers du Smartphone de la perte de leurs terminaux mobiles est surtout une crainte de la violation de leur intimité : « *Montres-moi ton portable, je te dirais qui tu es !* » affirme Mr. Stora. Ce dernier fait un rapprochement entre la perte ou encore le vol du téléphone mobile à un cambriolage de domicile, ce qui rejoint finalement l'idée de Phil Marso, qui a comparé le Smartphone a une caravane ; un espace personnel mobile comportant nos souvenirs, nos affaires personnelles et protégeant notre intimité.

Suite aux remarques de Mr. Stora, nous avons décidé de supprimer notre septième hypothèse de la recherche pour impossibilité de vérification de l'exactitude de ces conjectures. L'attachement aux objets est un phénomène qui selon notre spécialiste dépend du fonctionnement de chacun, nous ne pouvons à cet effet généraliser nos doutes.

- ➔ ***Hypothèse 8*** : Les modalités d'usages du Smartphone varient en fonction des critères socio-culturels qui régissent les populations données. L'usage intensif du Smartphone dans la société française est dû à des spécificités propres à cette dernière qui peuvent être, par exemple: un désir d'"*extimité*" plus développé, une faible estime de soi plus prononcée ou encore un mode de vie plus stressant et plus régi par la médiation, que les autres sociétés.

L'usage plus intensif et plus fréquent des dispositifs numériques par les français se traduit par la fragilité de la population. En effet, pour Mr. Stora, un nombre important de français souffrent d'une fragilité narcissique, ce qui explique la consommation surélevée

de psychotropes en France depuis plus de dix ans. Notre spécialiste souligne dans ce sens, que cette société témoigne d'une crise de certaines valeurs qui lui sont propres et qui peuvent se rapporter à des réflexions psychosociales, sociétales, socioéconomiques, culturelles, voire même religieuses.

L'usage intensif du Smartphone, va permettre à certains de transgresser toutes les conventions et les codes de la société pour se libérer de son emprise, ses tensions et ses inhibitions, en dévoilant ses pensées, son ressentie et ses désirs sans pour autant être jugé ou déprécié. Cette pratique va remédier, de surcroît, aux troubles narcissiques, à la pudeur et au sentiment de culpabilité qui altèrent l'état psychique des individus et leurs estimes de soi.

Nous pouvons donc conclure que les modalités de l'usage du dispositif technique innovant sont en rapport direct avec les critères psychologiques, sociales, économiques, religieuses et culturelles propres à chaque société.

Dans ce sens, nous voulons engager quelques modifications à notre huitième hypothèse de la recherche de la sorte ➔ Les modalités d'usages du Smartphone varient en fonction des critères spécifiques aux populations données. L'usage intensif du Smartphone dans la société française est dû à une fragilité psychologique de la population et à l'appauvrissement de certaines valeurs qui lui sont propres.

L'entretien avec Mr. Stora nous a permis de trouver des explications psychosociologiques potentielles à nos doutes et conjectures. En effet, étant donné que la psychologie n'est pas une science exacte, nous ne pouvions changer le statut de nos hypothèses en affirmations, d'autant plus que la méthode hypothético-déductive exige un questionnement permanent et continu des hypothèses avancées. Organiser d'autres entretiens, dans le futur, avec des spécialistes en psychologies et en addictologies, nous permettra d'avoir d'autres points de vue et attirera peut être notre attention sur d'autres paramètres pas encore décelés à ce stade de la recherche.

2.3. Synthèse générale

L'entretien avec Mr. Stora nous a été d'une grande richesse et d'un profit considérable. En effet, la discussion avec un psychologue clinicien, spécialiste des mondes numériques, nous a mis sur la voie de nouvelles pistes que nous n'avons pas exploitées auparavant et nous a permis de percevoir des explications scientifiques à nos doutes et nos conjectures.

L'usage du Smartphone dans la société contemporaine s'articule autour de plusieurs facteurs liés aux conjonctures techniques, économiques et sociales. Il est aussi étroitement lié à l'état psychique de l'être humain en rapport avec les différentes mutations biologiques, affectives et pulsionnelles auxquelles tout individu fait inévitablement face.

Dans ce sens, l'engouement des jeunes générations pour les dispositifs innovants peut s'expliquer par leur fragilité émotionnelle, identitaire et narcissique engendrées par le passage de l'adolescence au monde des adultes. A cette période "critique", l'individu est généralement en quête d'intégration, d'échange et de reconnaissance de la part de ses semblables. Le regard porté par l'autre contribue dans ce sens, à édifier la personnalité de l'individu, à combler les faiblesses de son estime de soi et à dépasser ses craintes, son inhibition et sa culpabilité. Dans cette perspective, l'autre est souvent incarné par des individus de la même génération, ayant des influences similaires et des envies et des désirs semblables, en quête d'extériorisation et d'émancipation de toutes les contraintes et les règles imposées par les parents et les adultes en général. L'utilisation de ce moyen privé et personnel de communication, à savoir le Smartphone, offre aux jeunes la possibilité de discuter en permanence avec leurs semblables, d'oser dire - sans honte ni gêne - et de dépasser les contraintes de la langue, des normes et des conventions, tout en étant à l'abri des intrusions et des jugements. Posséder les dernières technologies de l'information et de la communication en cette époque peut en dire beaucoup de vous, de vos goûts et de votre personnalité. Cela peut se traduire de différentes manière : Vous êtes équipé d'un Smartphone dernière génération par conséquent vous aimez être à la pointe de la technologie, vous faites attention à l'image que vous donnez de vous-même, vous êtes à la page et au courant de tout ce qui se passe autour de vous et vous êtes un "*digital native*" sociable et gâté par ses parents. Ce type de représentation est justement utilisé par les médias et les publicitaires pour inciter et influencer les jeunes à acheter et à s'équiper de Smartphones en leur promettant la notoriété et une sociabilité accrue.

Par ailleurs, plusieurs études et sondages ont pu révéler que l'usage privilégié du Smartphone est incontestablement l'envoie des SMS. Mr. Stora a attiré notre attention sur les raisons qui peuvent justifier ce fort engouement surtout de la part des jeunes, pour la communication écrite au dépend de la communication directe en face à face, il souligne, à cet effet, l'incapacité de certains individus à gérer le sentiment de la solitude et leurs forts attachements à la présence permanente de l'autre. Dans ce sens, l'envoie des SMS est privilégié étant donné que c'est un moyen relativement économique et discret pour rester en contact permanent avec son réseau de connaissance. Notre psychologue clinicien met aussi en lumière l'utilisation des messages écrits pour gérer les pulsions sexuelles des adolescents et construire leurs identités sexuelles, en dépassant la pudeur et la gêne qui peuvent interférer dans l'assouvissement de ce type de besoin.

Outre la capacité du dispositif technique à protéger et maintenir la présence permanente de l'autre, l'attachement de plus en plus prononcé des individus à leurs Smartphones peut, de surcroît, s'expliquer par la multifonctionnalité de l'appareil technologique et sa capacité interactive qui selon notre spécialiste, a modifié notre rapport au monde et aux images. Désormais nous touchons les images, nous intervenons sur les photos, nous interagissons avec nos interfaces, ce qui nous rapproche considérablement de ces dispositifs techniques. Considérés par certains usagers comme une extension du corps humain ou un prolongement de soi, beaucoup de chercheurs l'ont pourtant érigé au statut du doudou numérique ou encore du doudou sans fil, remplaçant en quelque sorte la présence d'une mère et rassurant ses détenteurs de la proximité de l'autre en cas de besoin ou de nécessité.

Dans ce sens, la capacité interactive du Smartphone, son évolution permanente et l'hyper-choix qu'il propose, provoque l'attachement de l'être humain à ce dispositif technique et même une certaine accoutumance ou dépendance à l'usage de cet objet. Soumis à une sujétion inventée, l'usager ne se rend pourtant pas compte qu'il s'agit d'une addiction à l'autre et non à l'appareil en tant que tel. Réellement les individus éprouvent une subordination à ce que le Smartphone procure, révèle, amplifie et facilite dans leur contact avec les autres et leur quête de construction identitaire, d'où l'expression de Mr. Stora qui souligne que « *le Smartphone est un facilitateur, un révélateur et un amplificateur* ».

Les usages excessifs et intensifs de cet objet, sont finalement des révélateurs de la fragilité psychologique de l'usager qui fluctue entre la valorisation narcissique de son estime de soi et son besoin de rompre avec l'inhibition et la timidité propres à sa

personnalité. A cet effet, le Smartphone joue le rôle d'un calmant, d'un tranquillisant ou encore d'un booster de la confiance et de l'estime de soi.

Ces usages deviennent problématiques, lorsqu'ils provoquent une rupture des liens sociaux avec l'entourage proche comme par exemple le refus de toutes formes de discussions avec la famille, l'abandon des réunions entre amis ou membres de la famille, la déscolarisation, etc. Ce genre de comportement pathologique est lié à des phénomènes psychosociologiques que nous allons tenter d'exploiter et d'analyser dans le chapitre suivant.

V. Etiologie psychosociale des usages problématiques du Smartphone

Nous naissons tous dépendants : de l'oxygène pour respirer et de la nourriture et de l'eau pour survivre. Au fil du temps, les objets de dépendances se foisonnent et se prolifèrent pour toucher à notre relation à l'autre, notre besoin d'aimer et d'être aimé et notre instinct de se reproduire. En plus de ces dépendances *quasi* vitales, il existe d'autres que nos comportements excessifs ou la consommation d'un certain type de substance va favoriser et créer. Dans ce sens, le docteur Michel Lejoyeux évoque l'exemple d'Internet et des technologies qui en découlent comme une source redoutable de comportements addictifs en citant : « *il n'aura pas fallu longtemps pour qu'Internet et les technologies qui en découlent soient utilisées comme des drogues. Ils sont conçus pour nous accompagner partout et s'immiscer dans les domaines les plus intimes de notre vie. Ils nous relient à nos proches, nous informent et nous font rêver. Certains en deviennent esclaves* »[216]. A travers notre rencontre avec Mr. Stora, nous avons pu dévoiler que ce sentiment de subordination et d'"esclavage" -pour reprendre le propos du Dr. Michel Lejoyeux- émane de notre dépendance à la présence et le contact de l'autre. Sauf que cette dépendance peut être accrue par la présence de certaines déficiences psychiques et de facteurs contextuels inconfortables qui engendrent la souffrance dépressive et pathologique de l'individu. L'usage excessif des objets interactifs va naturellement être mis à l'épreuve du soulagement de l'anxiété et du mal être psychique de l'individu, ne serait-ce que pour une courte durée. Pour Mr. Stora ce genre de comportement est lié à des problématiques narcissiques engendrées par des phénomènes psychosociologiques.

[216] Lejoyeux, M. (2007). *Op.,cit,* pp.70-71.

Dans la perspective qui est la nôtre, définir un seul modèle étiologique pour expliquer l'engouement et la passion obsessive de certains usagers à l'égard de leurs outils technologiques et plus précisément de leurs Smartphones est absurde. Sachant que nous sommes plus d'un milliard[217] d'utilisateurs de Smartphones dans le monde, il nous est difficile de rendre compte dans les détails de l'ensemble des cas de figure possibles. Il s'agit dans ce travail de recherche, d'éviter d'élaborer un raisonnement *a priori* et généraliste mais souvent réducteur voire spécieux. L'entretien avec Mr. Stora, nous a permis de percevoir que la psychologie n'est pas une science exacte puisqu'elle est en permanence soumise à une évolution des théories qui la régissent et qu'elle nécessite souvent de se polariser sur des cas et des usages spécifiques pour les analyser et les traiter dans leur singularité. De surcroît, l'âge des usagers du dispositif technologique est un élément déterminant dans la constitution d'un diagnostic, sachant que les adolescents par exemple ont des comportements et des pulsions bien spécifiques à cette période de leur évolution. Ce qui signifie que nous ne pouvons pas saturer cette question de l'étiologie des comportements problématiques par une quelconque exhaustivité. Néanmoins, nous tenterons de définir et de déceler à travers ce volet de la recherche quelques déficiences et facteurs contextuels inconfortables qui peuvent entrer en jeu dans l'instauration d'un comportement de subordination à l'égard de l'objet interactif à savoir le Smartphone. Dans cette perspective, notre spécialiste a approuvé notre choix de distinction entre deux importantes manifestations problématiques pour désigner l'étiologie des usages problématiques du Smartphone à savoir : la faible estime de soi et le mal-être psychologique, que nous allons essayer d'en déceler les principales manifestations.

1. La faible estime de soi ou la tyrannie narcissique

Le narcissisme est une composante indispensable de la vie psychique de l'être humain. Il désigne communément « *l'amour de soi dans ses différentes modalités* »[218], qui « *confère au sujet une unité, une identité, qui lui permettront de chercher en l'objet un complément pour former une unité encore close, quasi-totale : celle du couple* »[219]. Sujet à différentes recherches et analyses, ce concept a notamment intéressé le fondateur de la

[217] Duretz, M. (2013). *Smartphone Applitude*, publié dans : Le monde.fr, le 12/03/2013. Source Internet : http://www.lemonde.fr/vous/article/2013/03/12/smartphone-applitude_1846711_3238.html
[218]Dessuant, P. (1983). *Le narcissisme*, Paris : Presses universitaires de France, Que sais-je ?, p.3.
[219]Green, A. (2009). *L'aventure négative*, Paris : Hermann Editeurs, p. 41.

psychanalyse Sigmund Freud, qui en a même inventé un nouveau terme à savoir « *Narzissmus* » et une nouvelle acception en faisant la distinction entre un narcissisme primaire et un narcissisme secondaire[220]. Toutefois nous nous intéresserons en particulier à la conception de la notion de narcissisme chez André Green qui a distingué deux types de narcissisme différents de ceux proposés par Freud : Le narcissisme que nous venons de définir plus haut et un autre narcissisme, « *celui qui, loin d'aider à réaliser l'unité, aspire, contre toute apparence, à toujours moins de désir, à toujours moins d'objet et, en fin de compte, à toujours moins d'altérité. Ce narcissisme-là ne peut prendre le risque de mettre à l'épreuve son unité dans la pleine rencontre avec l'autre. Aussi est-il voué non seulement à refermer le sujet sur lui-même mais à le contraindre à se sentir menacé de n'être rien* »[221]. Ce narcissisme est désigné par Green comme un narcissisme négatif dont Mr. Stora a fait allusion lors de notre rencontre.

Par l'usage excessif des technologies numériques de l'information et de la communication, l'individu a le moyen d'entretenir ces deux types de narcissisme : soit par l'exhibition ou par l'inhibition. En effet, en exhibant et exposant aux autres ses photos, ses vidéos, ses états d'âme, l'individu se libère de ses contraintes surmoïques et laisse libre cours à « *le ça* »[222] c'est-à-dire à ses désirs inavoués et ses besoins pulsionnels. Il attend dans ce sens d'être gratifié et sublimé par l'autre en même temps qu'« *éprouver différentes réponses à la question : « Qui suis-je ? »* »[223]. Quant à l'inhibition, elle renferme l'individu sur lui-même en lui instaurant des règles strictes de dévoilement et de contact avec l'autre, ce qui le pousse plutôt à l'immersion dans les jeux vidéo ou les séries télévisés et à sous-estimer en permanence ses capacités et sa valeur au sein de la société. Dans les deux cas, l'individu succombe à la pression de son psyché interne et utilise l'objet interactif pour soulager ses pulsions et ses souffrances. Sans entrer dans une classification exhaustive, Serge Tisseron a résumé le combat narcissique en soulignant que « *les malades du narcissisme ne sont pas des personnes qui ont un ego excessif ou insuffisant, selon une problématique purement quantitative, mais un narcissisme qualitativement perturbé. Ils sont prisonniers d'une idéalisation paralysante de certains aspects d'eux même, ou au*

[220]Par narcissisme primaire, Freud entend désigner l'amour de soi qui précède l'amour de l'autre et par narcissisme secondaire il désigne l'introjection de l'objet et l'identification à celui-ci.
[221] Green, A. (2009). *Op. cit*., p.41.
[222] La topique freudienne du ça, du moi et du surmoi.
[223] Allard, L. (2009). *Op. cit*., p. 36.

contraire d'une idéalisation tyrannique de certains membres de leurs entourages placés par eux sur un piédestal inaccessible »[224].

Dans ce sens, en se penchant sur les usages d'Internet par exemple Michael Civin a constaté que ce médium peut se percevoir et se métaphoriser à la fois comme un outil d'isolement et comme un outil de mise en contact. Les usagers fervents de la Toile évoquent tantôt l'archétype de l'étudiant introverti et blafard, cloitré dans sa chambre, tantôt celui de communautés dynamiques, saturés par les échanges d'informations et de propositions de rendez-vous[225]. L'état psychique de l'individu détermine à cet effet le type d'usage du média et l'objectif de son utilisation.

Satisfaire le besoin profondément humain d'avoir des relations, s'accompagne le plus souvent, par un désir d'extériorisation appelé par Serge Tisseron : le désir d'« *extimité* » qu'il définit comme un « *mouvement qui pousse chacun à mettre en avant une partie de sa vie intime, autant physique que psychique* »[226]. Si les individus désirent communiquer à propos de leur monde intérieur et extérioriser certains éléments de leur vie, « *c'est pour mieux se les approprier, dans un second temps, en les intériorisant sur un autre mode grâce aux réactions qu'ils suscitent chez leurs proches* »[227]. Ces réactions soulignées par Tisseron, vont participer à améliorer ou affaiblir l'estime de soi de l'individu, c'est pour cela que nous sélectionnons bien les gens à qui nous nous confions et que nous ressentons généralement un soulagement, une libération et une confiance en soi plus exacerbée, lorsque ces derniers nous gratifient, nous donnent raison ou nous idéalisent.

Le concept d'estime de soi est défini par le psychanalyste Jacques André comme « *le sentiment plus ou moins favorable que chacun éprouve à l'égard de ce qu'il est, ou plus exactement de ce qu'il pense être c'est l'idée qu'il a, au fond de lui, de sa valeur… cette estime se construit à partir des images que nous renvoient les autres, images liées souvent à des qualités ou compétences valorisées par eux, à partir de nos échecs ou nos réussites*»[228]. Cette définition peut être complétée par la réflexion du psychoéducateur canadien Germain Duclos qui souligne que « *l'estime de soi est faite de quatre composantes : le sentiment de confiance, la connaissance de soi, le sentiment d'appartenance à un groupe et le sentiment de compétence. Le sentiment de confiance est préalable à l'estime de soi. En effet, il faut d'abord le ressentir et le vivre afin d'être*

[224]Tisseron, S. Missonnier, S. et Stora, M. (2006). *L'enfant au risque du virtuel*, *op. cit*., p. 23.
[225]Civin, M. (2000). *Psychanalyse du net*, Paris, Hachette, p.238.
[226]Tisseron, S. (2001). *Op. cit*., p.52.
[227] *Ibid*., p. 53.
[228] André, J. (2005). *Eduquer à la motivation : Cette force qui fait réussir*, Paris : L'Hamattan, p.97.

disponible pour réaliser des apprentissages qui vont nourrir l'estime de soi. Il en va autrement des trois autres composantes. On peut stimuler la connaissance de soi, le sentiment d'appartenance et le sentiment de compétence à chaque stade du développement, à chaque période de la vie, par des attitudes éducatives adéquates et des moyens concrets. Il faut donc accorder une importance toute spéciale à la sécurité et à la confiance »[229].

L'estime de soi se traduit dans ce sens par un sentiment intimement lié à la présence de l'autre, à son regard et l'image qu'il nous renvoi de nous-même. Il nécessite à cet effet, la mobilisation du sentiment de confiance, de la connaissance de soi, le sentiment d'appartenance à un groupe et le sentiment de compétence. S'aimer soi-même, peut être lié au narcissisme. En effet, comme Narcisse[230], amoureux de sa personne et de son reflet, se croyant le centre du monde, cherchera à attirer l'attention des autres pour se faire admirer et se faire aimer par son entourage. L'image parfaite que Narcisse avait de lui-même lui a conféré dans ce sens, une confiance exacerbée en sa personne et dans la même perspective un fort estime de soi.

Dans le monde occidental, le concept d'estime de soi occupe une place importante, dans le sens où il est considéré comme une nécessité pour survivre dans une société de plus en plus compétitive. L'estime de soi s'affirme, à cet effet, comme une composante dynamique et fonctionnelle dans le développement de la personne : « *Pour pouvoir vivre dans un minimum de bien-être, il faut trouver acceptable, appréciable, l'idée que l'on a de soi-même, tout compte fait et insuffisances reconnues* »[231]. Certains individus, ont tendance, assez tôt, à refouler leurs propres images, leurs capacités et à s'attribuer la responsabilité de leurs échecs, à s'en culpabiliser. Ce qui se traduit négativement sur leur estime de soi et leur amour de leur propre personne.

Dans ces circonstances de vulnérabilité psychique, l'individu peut trouver refuge dans l'usage excessif des technologies numériques de l'information et de la communication, à travers lesquels il peut tester et évaluer, l'image que les autres ont de lui sans pour autant risquer de se confronter à une déception en face à face , dans ce sens, Serge Tisseron explique que « *se montrer pour de vrai à quelqu'un risque de confronter à*

---

[229]Duclos, G. (2000). *L'estime de soi, un passeport pour la vie*, Montréal : Le magazine et l'hôpital Ste Justine, Collection parents, p.115.

[230] Narcisse est un personnage de la mythologie grecque doté d'une beauté exceptionnelle et d'un caractère très fier. Un jour, il vit son reflet dans l'eau claire d'une source, et il tomba amoureux de sa propre image. Face à cette passion sans espoir, il meurt dans le désespoir de ne jamais pouvoir rattraper son image.

[231]Bolognini, Y. et Prêteur, Y. (1998). *Estime de soi, Perspectives développementales*, Lausanne, Paris : Delachaux et niestlé, p.129.

une déception sans échappatoire, montrer sur Internet une photographie peu flatteuse de soi permet de relativiser toutes les réponses »[232].

Dans le cas des personnes souffrantes de timidité excessive appelé aussi phobie sociale[233], l'usage excessif des médias numériques peut participer à l'éclosion et la délivrance de ces individus de cette peur persistante de l'engagement intersubjectif. Paradoxalement, à travers les réseaux sociaux et les SMS, ces individus laissent paraître une personnalité qui est loin d'être introvertie, en partageant des photos flatteuses, en envoyant des messages assez provocateurs et en dévoilant leur intimité. Satisfaire ce besoin profondément humain d'extériorisation, participe à construire leur identité et à forger leur personnalité. C'est ce que Laurence Allard a appelé dans son livre « Mythologie du portable » : « *L'individualisme expressif* »[234] qui stipule que « *les identités personnelles et sociales ne sont plus données naturellement ni reproduite aveuglement. Elles deviennent en partie, la résultante d'un travail expressif à travers lequel l'individu façonne sa biographie et se dote d'une identité certaine* »[235]. Plus tard, l'auteur a qualifié ce processus de « *bricolage esthético-identitaire* »[236] qui consiste à prendre plaisir à "béta-tester" des identités à facettes sous différents sites ou dispositifs, ce qui confère aux individus une capacité d'agir, de s'exprimer et de dire ce qu'il en pense comme une manifestation authentique de ce qu'il pense ou désire être[237].

Pour résumer ce que nous venons d'évoquer dans cette partie de la recherche, nous pouvons souligner que les usages problématiques du Smartphone peuvent être liés à une faible estime de soi, à un manque de confiance en soi, à une vulnérabilité narcissique ou encore à une timidité excessive qui seront tous mis à l'épreuve dans le processus de *bricolage* identitaire auquel l'individu se livre, à travers l'usage des médias numériques comme moyens sécurisés d'extériorisation d'une subjectivité intimement liée à la conquête d'une intériorité.

---

[232]Tisseron, S. Missonnier, S. et Stora. M. (2006). *Op. cit*., p.25.
[233] La timidité excessive, aussi appelée phobie sociale, se caractérise par la présence d'une peur persistante des situations sociales où la personne risque d'être exposée à l'observation d'autrui et où elle craint d'agir de façon humiliante ou embarrassante ou d'être humiliée ou embarrassée.
[234] Allard, L. (2000*). Op. cit*., p.36.
[235]*Ibid*., p. 37.
[236]*Ibid*., p.40.
[237]*Ibid*.

2. *La manifestation d'un mal être psychique ou le défaut de la représentation du manque*

L'usage problématique des technologies numériques de l'information et de la communication peut être considéré comme un symptôme révélateur d'une dépression[238] et d'un fort malaise psychologique qui se traduisent généralement par des pensées auto-dépréciatives, une représentation pessimiste de soi et une tendance à ruminer en permanence ses problèmes. Multiples sont les facteurs qui peuvent engendrer cette souffrance psychologiques, néanmoins, la plupart sont intimement liés au sentiment de manque que l'être humain peut éprouver à différents moments de son évolution biologique.

Un enfant victime de maltraitance et de négligence de la part de ses parents, si occupés dans leur vie sociale et professionnelle, se retrouve livrer à une grande insécurité psychologique due aux sentiments de solitude, de rejet et d'abandon qui envahissent son quotidien. Etre privé de repères gratifiants de la part de ses proches, va pousser l'individu à chercher désespérément à combler ce manque, en se livrant entre autres à l'usage excessif des technologies de l'information et de la communication. Un moyen immédiat et efficace pour satisfaire ses besoins somato-psychiques et le réconforter dans sa détresse psychologique. Dans ce sens, la théorie de l'attachement du psychiatre et psychanalyste anglais John Bowlby est souvent mentionnée pour souligner le lien du vécu social et émotionnel à la dépendance. Celui-ci constate que l'enfant, au travers de ses premières expériences relationnelles, construit un "modèle interne" de lui-même et des autres, qui va lui permettre au cours de son existence, de donner sens à ses conduites et à celles d'autrui. L'expérience de la disponibilité des proches au cours de l'enfance de l'individu, lui procure une sécurité lui permettant d'affronter séparations et frustrations, notamment à certains moments critiques de la vie comme l'adolescence. Par ailleurs, Bowlby affirme aussi que l'expérience de relations insatisfaisantes liées à l'absence ou la faible disponibilité de l'entourage, peut engendrer un retrait des affects de l'enfant, voire des attitudes de dépendances relationnelles constituant pour lui une manière de gérer les fortes angoisses de séparation[239]. Cette théorie corrobore les constats de Mr. Stora qui nous a expliqué lors de l'entretien que la dépendance des français aux Smartphones est due à un

[238]Serge Tisseron a souligné qu' «une très forte proportion des usagers problématiques des TIC présente une pathologie sous-jacente, notamment dépressive ». (Toubiana, E-P. (2011), Addictologie clinique, op. cit., p.555.)

[239] Corcos, M. (2004). Conduites de dépendances à l'adolescence: le circulaire ou les métamorphoses secrètes de l'absence, Revue française de psychanalyse, Mai 2004, Tome LXVIII, pp.472-473.

appauvrissement de certaines valeurs et la détérioration incontestée des liens familiaux souvent marquées par l'absence de l'un des parents. L'enfant peut souffrir dans ce cas de figure des angoisses de l'abandon et plus généralement de l'appréhension du risque de la séparation comme signifiant d'effondrement et d'annihilation.

Dans ses recherches sur les liens de dépendance addictive à Internet, la sociologue Carole Rivière a souligné que les sujets se livrent généralement à une relation de dépendance à l'objet pour se protéger d'une réalité extérieure vécue comme frustrante et menaçante pour l'existence du Moi. Cette situation correspond à un défaut dans la construction d'un objet interne suffisamment sécurisant où l'individu développe une déficience dans ce que le psychanalyste Donald Winnicott a appelé la "capacité d'être seul"[240]. Dans ce cas, nous pouvons souligner que les usages problématiques du Smartphone ne relèvent pas uniquement d'un désir de liaison et de contact avec l'autre, mais aussi d'une incapacité à gérer le sentiment du manque, de la séparation et de l'absence. Cette idée trouve son écho dans les écrits de Serge Tisseron au sujet de l'usage excessif des jeux vidéo, où l'auteur explique que « *l'addiction aux jeux vidéo n'est que la manifestation d'un ratage de l'opération symbolique de fusion-séparation. Ceux qui ont installé en eux cette opération ne sont nullement menacés d'addiction* »[241]. Rappelons dans ce sens, que la période de l'adolescence est une période de fragilité transitoire où se réactualise naturellement la problématique de la séparation/individuation.

Très souvent mentionné dans l'étiologie des usages problématiques des TIC, l'objet transitionnel peut être matérialisé dans le Smartphone, qui va aider l'adolescent à faire la transition entre une relation fusionnelle à sa mère et une relation plus différenciée qui va avoir une fonction maturative importante pour ce dernier. Rappelons que Mr. Stora a qualifié le Smartphone de « *Doudou sans fil* », qui va jouer un rôle très important dans l'affirmation de l'identité de l'individu. Jean Laplanche et Jean Bertrand Pontalis ont d'ailleurs souligné l'importance de cet objet transitionnel dans tout le processus de développement de l'individu en énonçant que « *l'objet transitionnel et le phénomène transitionnel apportent, dès le départ, à tout être humain, quelque chose qui restera toujours importante pour lui, à savoir un champ neutre d'expérience qui ne sera pas contesté […] Ce champ intermédiaire d'expérience, dont il n'a justifié l'appartenance ni à la réalité intérieure, ni à la réalité extérieure (et partagée) constitue la part la plus*

[240] Rivière, C. (2006). Le lien de dépendance addictive à Internet, une nouvelle forme d'addiction ?, mis en ligne le 5 octobre 2006, Observatoire des mondes numériques en sciences humaines, Lien Internet : http://www.omnsh.org/spip.php?article94

[241] Tisseron, S. Missonnier, S. et Stora, M. (2006). Op. cit., p.110-111.

importante de l'expérience de l'enfant. Il va se prolonger tout au long de la vie, dans l'expérience intense qui appartient au domaine des arts, de la religion, de la vie imaginative, de la création scientifique »[242]. L'objet transitionnel va, dans cette perspective, aider l'individu à maintenir un fonctionnement sécurisé et indépendant tout en compensant la perte ou l'éloignement de l'être originel qu'est la mère. La satisfaction éprouvée par l'usage du Smartphone, liée à la rapidité et l'immédiateté des interactions avec autrui, l'infinité des liens et leur disponibilité, ainsi que le sentiment de maîtrise qui peut en résulter, peuvent évoquer pour l'individu la toute-puissance infantile, où la mère face aux besoins, aux caprices et aux désirs de son enfant s'empresse de lui apporter satisfaction. L'objet transitionnel possède, à cet effet, « *un potentiel puissant de réactivation inconscient des éprouvés de l'expérience de communication, de satisfaction et d'insatisfaction avec l'objet primaire* »[243], qui n'est autre que la mère de l'enfant.

L'éloignement précoce de la mère ou les difficultés relationnelles vécues à un stade avancé du développement de l'individu, sont identifiés par bon nombre de psychanalystes comme une source d'un usage addictif puissant des technologies numériques de l'information et de la communication, dans l'objectif de remplacer la fonction maternelle primaire manquante et de faire face à l'absence de l'autre vécu comme un abandon anéantissant.

Ce concept d'objet transitionnel est une éventualité pour justifier le comportement pathologique de certain à l'égard de leur Smartphone, cependant, il ne peut être généralisé à toutes les interactions problématiques entre l'être humain et les terminaux mobiles. Par ailleurs, si ce phénomène touche particulièrement les adolescents c'est parce que ces individus sont sujets à une fragilité et une sensibilité psychique qui caractérisent cette période "critique" de leur évolution. Outre les angoisses du manque et de l'abandon que nous venons d'évoquer, la question de la sexualité s'avère être déterminante de la nature des comportements des individus à cet âge-là. En effet, l'investissement des individus dans les relations avec autrui à travers les interfaces (SMS, messagerie, sites de rencontres, réseaux sociaux, etc.), leurs permettent de satisfaire leurs pulsions et besoins profondément humain, tout en se préservant et se protégeant des risques et des frustrations qui peuvent ponctués les rencontres en face à face. Serge Tisseron a souligné dans ce sens que « *les rencontres virtuelles offrent à l'adolescent un espace de jeu dans lequel il peut gérer, à l'écart des risques de la vie réelle, les désirs, les angoisses et les frustrations dont se tisse*

[242]Laplanche, J. et Pontalis, J-B. (1967). Vocabulaire de la psychanalyse, Paris : Puf, p.296.
[243]Rivière, C. (2006). Op. cit.

toute rencontre »[244]. Face à la gêne et la timidité qui peuvent entraver les désirs pulsionnels des adolescents, l'usage des outils technologiques s'avère être un moyen simple et efficace pour extérioriser leurs envies et assouvir leur curiosité, ou au contraire, pour maîtriser et éviter les pensées sexualisées et contenir l'émergence de ses pulsions au sein de l'environnement virtuel.

Pour conclure ce chapitre, nous évoquons « *la dyade numérique* »[245] de Serge Tisseron qui à notre sens synthétise globalement les différents points évoqués dans cette partie de la recherche. Tisseron mentionne la dyade numérique en référence à la « dyade primitive » [246] pour évoquer la relation privilégiée qui peut s'établir entre l'adolescent et le dispositif technique au détriment des représentations symboliques. Cette dernière s'installe lorsque l'individu a mal vécu les interactions précoces et ressent le besoin de guérir et de dépasser ce sentiment de détresse, d'insécurité et de précarité symbolique. Tisseron affirme que la dyade numérique peut être mise à l'œuvre pour répondre à quatre nécessités que nous allons citer sans entrer dans les détails explicatifs (puisque nous les avons déjà traitées tout au long de ce chapitre) à savoir : la recherche d'un attachement sécurisé, la maîtrise des excitations (le dispositif devient un outil de régulation émotionnelle), l'expérimentation d'un accordage effectif satisfaisant (lorsque ce ne fut pas le cas dans son enfance) et l'incarnation de l'idéal.

A travers cette étude sommaire de l'étiologie des usages pathologiques des médias numériques, nous avons pu constater que les facteurs psychosociologiques peuvent être déterminants pour le bien être de l'individu et la tournure de ses comportements, son humeur, ses réactions et ses agissements. Si ces usages problématiques sont de plus en plus fréquents c'est que nous devrions remettre en question les déficiences de la structure familiale et de la communication sociale et intergénérationnelle qui comme nous venons de voir est déterminante pour l'avenir de l'individu et représente le berceau d'une identité solide et accomplie.

---

[244]Tisseron, S. (2004). *Le virtuel à l'adolescence*, Paris : Adolescence, GREUPP, p.27.

[245]Tisseron. S. (2008). *La dyade numérique, les interactions précoces à l'épreuve des mondes virtuels*, mis en ligne le 10 avril 2008 sur le site de l'observatoire des mondes numériques en sciences humaines, lien Internet : http://www.omnsh.org/spip.php?article142&var_recherche=la%20dyade%20num%E9rique

[246]Qualifie le rapport fusionnel entre le nouveau-né et sa mère qui fait qu'ils sont physiquement séparés mais psychiquement unis de telle sorte que ce qui affecte l'un touche inévitablement l'autre.

Conclusion

«*Je crains le jour où la technologie dépassera l'interaction humaine.*
Le monde aura une génération d'idiots. »[247]
Albert Einstein

Sous l'emprise de la révolution numérique, nul ne peut échapper à la prise de conscience de l'expansion pharamineuse des objets techniques et de la place importante qu'ils occupent désormais dans notre quotidien. Ces dipositifs innovants ont peu à peu modifié notre manière d'être au monde, nos expériences ainsi que nos rapports aux autres, nous conférant de nouvelles habitudes, croyances et pratiques d'usages.

Le sujet de recherche faisant l'objet de ce travail, a pour perspective d'analyser les usages à caractère problématique des technologies numériques de l'information et de la communication et spéciphiquement ceux du Smartphone.

L'usage de ce dispositif technique nous a révélé un rapport d'un nouveau genre vis-à-vis des objets du quotidien. Rapidement ce téléphone intellligent s'est ancré dans notre quotidien, s'est interposé dans nos relations aux autres et s'est imiscé dans nos recherches et nos explorations. Ce couteau suisse numérique s'est distingué de la plupart des objets du quotidien par son omniprésence, sa multifonctionnalité, son interactivité et surtout par sa capacité à apaiser et à rassurer son détenteur en lui offrant le lien à l'autre à tous moments et dans toutes les circonstances du quotidien. Pour certains, le statut du dispositif de communication s'est érigé à celui du veilleur, du comapgnon dans les moments de solitude et d'ennui, d'assistant professionnel pour les journées chargées de travail, etc. Peu à peu, l'objet est même devenu indipensable à l'épanouissement de certains d'entre nous. L'idée même de se séparer de cette aubaine, est inconcevable pour une majorité des détenteurs de cette technologie. Un lien très fort s'est instauré entre l'homme et l'objet technologique, atteignant même dans certains cas la subordination à ce dispositif et à tout ce qu'il offre comme facilités, fonctionnalités, distractions et assistance.

Les jeunes et particulièrement les adolescents sont les plus vulnérables à instaurer ce genre de relation d'assujetissement à leurs appareils technologiques étant donné qu'ils participent à la construction de leurs identités et à forger leurs personnalités. Il n'est pas difficile de faire un tel constat, il suffit de regarder autour de nous, dans le métro, les lieux

[247]"*I fear the day that technology will surpass our human interaction. The world will have a generation of idiots*" Citation traduite par nous.

publics, dans les cours de récreation et même dans notre proche entourage, pour percevoir des jeunes gens cloîtrés devant leurs interfaces, omnibulés par ce qu'ils lisent ou regardent, pianottant frénétiquement sur leurs écrans ou encore totalement déconnectés du monde éxtérieur grâce à des petites oreillettes qui leur diffusent constamment de la musique. Très appréciée par la majorité des jeunes générations, la technologie du Smartphone, amène ces derniers, dans certains cas de figures, à s'isoler du monde réel pour n'apprécier que les instants virtuels, quitte à délaisser leurs obligations familiales, professionnelles et scolaires pour passer plus de temps avec leurs interfaces allant jusqu'à rompre totalement leurs relations sociales réelles pour priviligier celles du monde virtuel.

Ce constat, nous a amené à chercher à analyser, dans le cadre de ce travail de recherche, la problématique de la précarité de la maîtrise de l'usage du Smartphone dans la société française et à rechercher l'étiologie de ces nouveaux usages.

Ce mémoire de recherche nous a permis de clarifier nos incertitudes, nos conjectures et nos préjugés en adoptant une démarche scientifique faisant appel à des méthodes d'analyse et d'expérimentation. Replacer le Smartphone dans son contexte socio-historique d'intelligibilté et le penser comme un dispositif socio-technique nous a amené à constater que son évolution a engendré des répercussions sur les phénomènes psychosociologiques qui régissent notre quotidien, notamment la question des interactions sociales et du lien à l'autre. Les deux démarches d'expérimentations que nous avons adoptés et particulièrement l'entretien élaboré avec Mr. Stora (Psychologue clinicien, psychanalyste et spécialiste des mondes numériques), nous ont permis de développer les aspects étiologiques de l'usage problématique de ce médium en rapport avec le vécu de l'usager, sa psychologie, son environnement, ses pulsions et ses besoins évolutifs.

Malgré nos connaissances limitées au début de cette recherche sur le vaste champ de la psychologie et de la sociologie, nous avons pris un réel plaisir à découvrir la puissance et la pertinence de ces deux domaines complémentaires qui peuvent définir à eux seuls toute l'histoire de notre existence et de notre essence. Malgré qu'elle n'est pas considérée comme une science exacte, la psychologie nous a fait découvrir que tous nos comportements, faits et gestes, traduisent finalement notre psyché interne et peuvent revèler notre fragilité psychologique et nos faiblesses affectives.

Les objets de notre quotidien ne font que dévoiler l'intériorité psychologique de l'homme en lui offrant le moyen d'extérioriser et d'exprimer ses désirs et ses pulsions. Le

Smartphone, en tant que tel n'induit pas de comportements pathologiques, il n'est qu'un « *révélateur, facilitateurs et amplificateurs* »[248] de notre homéostasie interne.

Notre interêt pour les technologies numériques de l'information et de la communication, ne se restreint pas aux usages problématiques du Smartphone. En effet, nous avons pour projet d'étudier ces médias sous un autre angle à savoir : les technologies numériques comme de nouveaux dispositifs de médiation cognitive et culturelle.

Les Smartphones, les tablettes numériques et toutes sortes d'interfaces interactives se sont aujourd'hui, imiscés dans notre manière de s'instruire, d'apprendre et de se cultiver. Ils détreminent dans ce sens, un nouveau rapport à la quête de l'information, à l'enseignement, à la mémorisation et à l'assimilation. Depuis 2009, « la révolution numérique à l'école est lancée »[249], les outils pédagogiques numériques ont fait leur entrée dans les établissements scoalires : tableaux numériques intéractifs, manuels numériques, tablettes numériques, etc. Les technologies de l'information et de la communication appliquées à l'enseignement (TICE), ont rapidement envahi les institutions publiques.

Les entreprises de la nouvelle économie savent pertinament que l'introduction des outils technologiques dans les pratiques de l'enseignement leur ouvre un nouveau gisement de profits : espace numérique de travail, logiciels d'apprentissage, tablettes graphiques, ordinateurs, outils nomades, manuels numériques, etc. Cette nouvelle économie de la connaissance comme certains l'appelle, pourrait à long terme remplacer les livres, les enseignants et peut être même l'école en tant que lieu physique. Sous prétexte de devoir former les élèves au monde qui les attend, le gouvenement français actuel encourage fortement la pénétration des dispositifs numériques dans les institutions éducatives. Le président François Hollande a déclaré faire de la « refondation de l'école une priorité de son action ». Le 4 juillet 2012, la concertation « Refondons l'école » a été lancée dont le volet intitulé « Une grande ambition pour le numérique », révèle la volonté politique de continuer à accélerer le processus de numérisation de l'enseignement.

Même en dehors du système institutionnel éducatif, nous constatons l'émergence d'un environnement de lecture à part entière auquel correspond un nouveau type d'appréhension de l'écrit et du visible en général à savoir : la lecture numérique. Dans son livre « Internet rend-il bête ? », Nicholas Carr constate que les « *gens qui pratiquent la lecture linéaire comprennent mieux, se souviennent mieux et apprennent mieux que ceux*

[248] Cité par Mr. Stora dans l'entretien.

[249] Annoncé par Luc Chatel, alors ministre de l'éducation, le 4 septembre 2009 : *« il faut faire basculer l'éducation nationale totalement dans l'ère numérique »*.

qui lisent des textes farcis de liens »[250]. Les modes de lectures qui se développent dans les environnements numériques se distinguent dans ce sens de ceux sur papier. Une page de site Web peut contenir de nombreux éléments qui perturbent une lecture suivie comme les *Widgets* interactifs, sortes de mini-logiciels proposant des informations (météo, cours de la bourse, etc) ou des divertissements (mini jeux vidéo, animation, etc.), les publicités, les sons, etc. Ces sursollicitations cognitives favorisent la distration de l'individu et peuvent surstimuler son cerveau et perturber son attention. Le temps consacré à une lecture approfondie, attentive et concentrée se réduit, car la lecture numérique privilégie la lecture d'information et de scrutation. Cet accès permanent à une profusion d'information ne facilite pas la mémorisation des contenus. Les expériences sur les effets de Google, menées par Betsy Sparrow, psychologue à l'université de Columbia prouvent que « *le simple fait de savoir qu'une information est disponible nous pousse à ne pas la mémoriser. Notre cerveau se contente de savoir comment la retrouver* »[251]. Cette action pourtant essentielle à la construction de soi et à l'appréhension de l'information devient donc obsolète.

Par ailleurs, ces recherches de l'information par le Web et les logiciels spécialisés conditionnent nos choix et nos sources d'informations. Nous optons tous généralement pour les résultats de la première page que le moteur de recherche nous propose en réponse aux mots-clés que nous avons introduits, alors que rien ne nous garanti la pertinence de ses informations, voire leur exactitude. La facilité de la quête de l'information sur Internet dissuade désormais essentiellement les jeunes générations à chercher la source de l'information et à lire les recherches et les livres dans leurs intégralités. Dans ce sens, plusieurs chercheurs ont mis l'accent sur ce phénomène en constatant que la profusion de l'information a engendré l'adoption d'opinions et d'informations sans se soucier de leur validité, ce qui porte préjudice à la capacité de l'individu à développer, à analyser, à commenter, à critiquer et à mémoriser le sens d'un texte imprimé.

Dans cette perspective, nous nous interrogeons sur la phénoménalité et la légitimité de l'adoption de ces médias numériques comme dispositifs de médiation cognitive et culturelle, en focalisant notre interet sur toutes les étapes qui mènent à la réception de l'information. De surcroît, nous envisageons d'analyser les politiques publiques et culturelles françaises en faveur de la promotion de ces nouveaux médiateurs, ainsi que les conséquences de ces mesures sur l'instruction et l'apprentissage des jeunes générations.

---

[250] Carr, N. (2011). *Internet rend-il bête ?*, Robert Laffont, p.27.
[251] L'impact du Web en quatre questions, La recherche n° 467, septembre 2012.

En raison de son ampleur, un tel sujet ne pouvait être traité en une année de Master. Aussi, nous n'avons étudié durant cette année qu'une facette de l'implication massive de ces dipositifs numériques dans notre quotidien dans l'espoir d'avoir l'opportunité et la chance de terminer ce travail et de développer les autres aspects à partir de l'année prochaine.

Bibliographie

-Agamben. G. (2006). *Qu'est-ce qu'un dispositif ?*, Paris : Rivages poche, petite bibliothèque.

-Allard, L. (2009). *Mythologie du portable*, Lassay-les-Châteaux : Le cavalier bleu éditions.

-André, J. (2005). *Eduquer à la motivation : Cette force qui fait réussir*, Paris : L'Hamattan.

-Angers, M. (1992). *Initiation pratique à la méthodologie des sciences humaines*, Anjou : centre éducatif et culturel inc.

-Assoun, P-L. (2012). *Psychanalyse et addiction*, dans addictologie clinique, Toubiana, E-P. (Dir), Paris : Presses universitaires de France.

-Bauman, Z. (2003). *L'amour liquide. De la fragilité des liens entre les hommes*, Le Rouergue/ Chambon, Rodez.

-Baudrillard, J. (1974). *La société de consommation*, France : Editions Gallimard.

-Baudrillard, J. (1968). *Le système des objets*, Paris : Edition Gallimard.

-Belkhamsa, S. et Darras, B. (2009). *Objets et communication*, Paris, France : L'Harmattan.

-Bellon, B. (2007). *Les capacités d'usage des technologies de l'information et de la communication dans les économies émergentes*, Revue Tiers Monde (n° 192).

-Biagini, C. (2012). *L'emprise numérique, Comment Internet et les nouvelles technologies ont colonisé nos vies*, Montreuil : Editions L'échappée.

-Bigot, R. et Croutte, P. (2012). *La diffusion des technologies de l'information et de la communication dans la société française* (Juin 2012), Credoc, Département conditions de vie et aspirations.

-Bolognini, Y. et Prêteur, Y. (1998). *Estime de soi, Perspectives développementales*, Lausanne, Paris : Delachaux et niestlé.

-Carr, N. (2011). *Internet rend-il bête ?*, Robert Laffont.

-Casilli, A-A. (2010). *Les liaisons numériques, Vers une nouvelle sociabilité*, France : Editions du Seuil.

-Chou, C., Condron, L., et Belland, J-C. (2005). *A review of the research on Internet addiction*, Educational Psychology Review, Vol. 17, N°4, p.363-388.

-Civin, M. (2000). *Psychanalyse du net*, Paris, Hachette.

-Corcos, M. (2004). *Conduites de dépendances à l'adolescence: le circulaire ou les métamorphoses secrètes de l'absence*, Revue française de psychanalyse, Mai 2004, Tome LXVIII, pp.472-473.

-Couderc, R. (2012). Communiqué de Presse GFK : Marché de la téléphonie mobile en France : l'essor des offres sans engagement booste les ventes de Smartphones non subventionnés, lien Internet : http://www.gfkrt.com/imperia/md/content/rt-france/cp_gfk_march___des_smartphones_dec2012.pdf

-Dagognet, F. (1989). *Eloge de l'objet*, Paris, France : Vrin.

-Darras, B. et Belkhamsa, S. (2009). *Les objets communiquent-ils ?*, Paris, France : MEI « Médiation Et Information », n°30-31, L'Harmattan.

-De Broglie, P. (1962). *Comtesse de Pange, Comment j'ai vu 1900*, Paris : Grasset.

-Denouël, J. et Ganjon, F. (2011). *Communiquer à l'ère numérique, Regards croisés sur la sociologie des usages*, Paris : Presses des Mines, Collection sciences sociales.

-Dépelteau, F. (2000), *La démarche d'une recherche en sciences humaine*, Canada : Les presses de l'université Laval.

-Dessuant, P. (1983). *Le narcissisme*, Paris : Presses universitaires de France, Que sais-je ?

-Desurmont, N. (2008). *Communicologie et radiophonie : des fins militaires aux fins éducatives*, Les cahiers du journalisme n°18.

-Dewey, J. (2011). *La formation des valeurs*, Traduit de l'anglais et présenté par Alexandra Bidet, Louis Quéré et Gérome Truc, Paris : La découverte.

-Duclos, G. (2000). *L'estime de soi, un passeport pour la vie*, Montréal : Le magazine et l'hôpital Ste Justine, Collection parents.

-Duretz, M. (2013). *Smartphone Applitude*, publié dans : Le monde.fr, le 12/03/2013. Source Internet : http://www.lemonde.fr/vous/article/2013/03/12/smartphone-applitude_1846711_3238.html

-Fenichel, O. (1979). *La théorie psychanalytique des névroses*. Tome 1 : Introduction. Le développement mental. Les névroses traumatiques et les psychonévroses. Avant-propos Fain. M, traduit de l'anglais par M. Fain et al, The psychoanalytic theory of neurosis (1945), Paris: Bibliothèque de psychanalyse.

-Ferraris, M. (2006). *T'es où ? Ontologie du téléphone mobile*, Paris, Albin Michel.

-Flichy, P. (1991). *Une histoire de communication moderne*, Paris : La découverte.

-Gekiere, C. (2008). *La passion classificatrice en psychiatrie : une maladie contemporaine?*, Ethica Clinica.

-Green, A. (2009). *L'aventure négative*, Paris : Hermann Editeurs.

-Griffiths, M. (1997). *Does internet and computer addiction exist? Some case study evidence*. Paper presented at the 105th annual meeting of the American Psychological Association. Chicago.

-Goggin, G., (2006). *Cell Phone Culture: Mobile Technology in Everyday Life*, Londres: Routledge. Source Internet : le site d'Apple : http://www.apple.com/fr/iphone/features/?aosid=p230&cid=wwa-fr-kwg-iphone&siteid=gofr&keywordid=460669837&creativeid=12989129072&campaignid=266445&sissr=1

-Goodman, A. (1990). *Addiction: definition and implication*, British journal of addictions, 85, p.1403-1408.

-Grawitz, M. (1990). *Méthodes des sciences sociales*, Paris : Dalloz.

-Hautefeuille, M. (2012). *L'addiction au travail ou workoolisme*, dans Addictologie clinique, Eric Pierre Toubiana (dir), Paris : Presses Universitaires de France.

-Hebel, P. et Mathe, T. (2012). *Les jeunes d'aujourd'hui : Quelle société pour demain ?*, Cahier de recherche CREDOC.

-Jauréguiberry, F. (2002). *Internet comme espace inédit de construction de soi*, dans Jauréguiberry, F et Proulx (dir.), Internet, nouvel espace citoyen ?, Paris, L'Harmattan.

-Javeau, C. (2005).*La Bienpensance. Thèmes et variations. Critiques de la raison cosmétique*, Bruxelles, Labor

-Jeammet, P. (2012). *Adolescence et addiction*, dans Addictologie clinique, Eric Pierre Toubiana (dir), Paris : Presses Universitaires de France.

-Kaplan, F. (2009). *La métamorphose de l'objet*, FYP Editions.

-Lamoureux, A. (1995). *Recherche et méthodologie en sciences humaines*, Laval : Editions Etudes Vivantes.

-Laplanche, J. et Pontalis, J-B. (1967). *Vocabulaire de la psychanalyse*, Paris : Puf.

-Lejoyeux, M. (2007). *Du plaisir à la dépendance, Nouvelles addictions, nouvelles thérapies*, Paris : éditions de la Martinière.

-Lenihan, F. (2007), *Computer addiction-a sceptical view*, Advances in Psychiatric treatment, vol 13, p. 31-33.

-Lowenstein, W. (2005). *Ces dépendances qui nous gouvernent, comment s'en libérer ?*, Paris : Calman Lévy.

-Marso, P. (2013). *Adikphonia*, Edition numérique, Megacom-ik.

-Missonier, S. (2006). Psychopathologie psychanalytique du virtuel quotidien, dans L'enfant au risque du virtuel, Paris : Dunod

-Papanek, V. (1974). *Design pour un monde réel. Ecologie humaine et changement social*, France : Mercure de France.

-Peele, S. et Brodsky, A. (1975). *Love and addiction*, New-York: Taplinger.

-Pharo, P. (2012). *Plaisirs et dépendances dans les sociétés marchandes*, Belgique : Editions de l'université de Bruxelles.

-Popper, K. (1973). *La logique de la découverte scientifique*, Paris : éditions Payot.

-Rivière, C. (2006). *Le lien de dépendance addictive à Internet, une nouvelle forme d'addiction ?*, mis en ligne le 5 octobre 2006, Observatoire des mondes numériques en sciences humaines, Lien Internet : http://www.omnsh.org/spip.php?article94.

-Rollot, O. (2012). *La génération Y*, Presses universitaires de France.

-Sergerie, M-A. et Lajoie, J. (2007), *Internet : usage problématique et usage approprié*, revue québécoise de psychologie, 28 (2).

-Stora, M. (2005). *Guérir par le virtuel, une nouvelle approche thérapeutique*, Paris : Édition les Presses de la Renaissance.

-Stora, M. (2007), *Les écrans, ça rend accro…*, France : Hachettes Littératures.

-Tisseron, S. (1999). *Comment l'esprit vient aux objets*, France : Aubier.

-Tisseron, S. (2001). *L'intimité surexposée*, Paris : Editions Ramsay.

-Tisseron, S. (2004). *Le virtuel à l'adolescence*, Paris : Adolescence, GREUPP.

-Tisseron, S. (2006). *L'enfant au risque du virtuel*, Paris : Dunod.

-Tisseron, S., Missonnier S., et Stora, M. (2006). *L'enfant au risque du virtuel*, Paris : Dunod.

-Tisseron, S. (2006). *La dyade numérique. Les interactions précoces à l'épreuve des mondes virtuels*, lien Internet : http://www.omnsh.org/spip.php?article142

-Tisseron, S. (2007). *La honte, Psychanalyse d'un lien social*, Paris : Dunod.

-Tisseron, S. (2008). *Virtuel, mon amour : penser, aimer, souffrir, à l'ère des nouvelles technologies*, Paris, Albin Michel.

-Tisseron, S. (2011). *Les cyberaddictions*, dans Addictologie Clinique, Paris : Quadrige Manuels, Puf, Presses universitaires de France.

-Tremblay, M-A. (1968). *Initiation à la recherche dans les sciences humaines*, Montréal : McGraw- Hill Editeurs.

-Toubiana, E-P. (2011). *Addictologie Clinique*. Paris : Quadrige Manuels, Puf, Presses universitaires de France.

-Turkle, S. (1995). *Life on the Screen. Identity in the Age of the Internet*, New York: Simon & Schuster Paperbacks.

-Vial, S. (2010). *Court Traité Du Design*, Paris. France : Puf.

-Vial, S. (2012). *La structure de la révolution numérique. Philosophie de la technologie*, Thèse de doctorat, Université Paris Descartes.

-Vignola, R. (2000). *Allô ! La merveilleuse aventure du téléphone*, Paris : créations.

Les annexes

Base de données bibliographique de la méta-analyse quantitative

Secteur : les usages du téléphone portable

-Agar, J. (2003). *Constant touch : A global history of the mobile phone*, Cambridge : Icon Books.

-Allard, L. (2009). *Mythologie du portable*, Lassay-les-Châteaux, France : Le cavalier bleu éditions.

-Amri, M. (2010). *Culture technophile: vers une anthropologie du téléphone mobile*, France : Editions universitaires européennes.

-Amsellem-Mainguy, Y. (2007). *Technologies de l'information et de la communication : construction de soi et autonomie*, Presses de Sciences Po | Agora débats/jeunesses, 2007/4 - N° 46, pp 14-18.

-Bardin, L. (2002). *Du téléphone fixe au portable*, Cahiers internationaux de sociologie, (n° 112), pp. 97-122.

-Bélisle, C. (1999). *Multimédia, médias interactifs, audiovisuel*, dans Pratiques médiatiques, Claire Bélisle, Jean Bianchi, Robert Jourdan, 50 mots-clés. Paris. France : CNRS Éditions.

-Bellon, B. (2007). *Les capacités d'usage des technologies de l'information et de la communication dans les économies émergentes*, Revue Tiers Monde (n° 192), pp. 919-936.

-Benkler, Y. (2009). *La richesse des réseaux : comment la production sociale transforme le marché et les libertés*, Lyon : PUL.

- Bevort-Brunder, E. et Bréda, I. (2007). *Jeunes et médias numériques en Europe : Appropriation et enjeux éducatifs*, Presses de Sciences Po | Agora débats/jeunesses, N° 46. pp.20-30.

-Biagini, C. (2012). *L'emprise numérique. Comment Internet et les nouvelles technologies ont colonisés nos vies*, Montreuil : Editions l'échappée.

-Biagini, C., Carnini, G. et Izoard, C. (2007). *La tyrannie technologique : Critique de la société numérique*, Montreuil : Editions l'échappée.

-Bigot, R. et Croutte, P. (2012). *La diffusion des technologies de l'information et de la communication dans la société française*, Centre de recherche pour l'étude et l'observation des conditions de vie.

-Boissier, J-L. (2000). *Le moment interactif*, Moments de Jean-Jacques Rousseau. Confessions et Rêveries. Paris. France: Gallimard multimédia, cédérom (livret).

-Boullier, D. (2000). *Objets communicants, avez-vous donc une âme* ?, Les Cahiers du numérique, vol. 3, n° 4, Hermès-Lavoisier.

- Casili, A. (2010). *Les liaisons numériques : vers une nouvelle sociabilité ?*, Paris, Seuil, collection «La couleur des idées ».

-Castelain-Meunier, C. (2002). *Le téléphone portable des étudiants*, Réseaux, (no 116), pp. 229-255.

-Castells, C., Fernandez-Ardevol, M., Linchuan Qiu, J. et Sey, A. (2006). Mobile communication and society. A global perspective, MIT.

-Denouël, J. et Grajon, F. (2011). *Communiquer à l'ère numérique. Regards croisés sur la sociologie des usages*, Paris : Presses des mines.

-Dibakana, J-A. (2002). *Usages sociaux du téléphone portable et nouvelles sociabilités au Congo*, Politique africaine 1/2002 (N° 85), p. 133-150.

-Donner, J. (2007). *The rules of beeping : exchanging messages Via International « Missed Calls » On Mobile Phones*, dans Journal of Computer mediated communication, volume XIII, Issue I.

-Donner, J. et Ling, R. (2009). *Mobile communications*, Polity Press.

-Ferraris, M. (2006). *T'es où ? Ontologie du téléphone mobile*, Paris, Albin Michel.

-Fize, M. (1997). *Les adolescents et l'usage du téléphone*. In: Réseaux, volume 15 n°82-83. pp. 219-230.

-Flichy, P. (1991). *Une histoire de communication moderne*, Paris : La découverte.

-Flichy, P. (2003). *L'innovation technologique*, Paris : La découverte.

-Gaglio, G. (2011). *Sociologie de l'innovation*, France : Presses Universitaires de France – PUF.

-Germain, M. (2012). *Du téléphone au smartphone à l'usage des débutants... Et des autres* !, France : Puits Fleuri.

-Gifford, C. (2012). *Histoire de la révolution numérique: Jeux vidéo - Internet - Smartphones – Robots*, Paris : Gallimard Jeunesse.

-Guillaume, M. (1994). *Le téléphone mobile*. In: Réseaux, volume 12 n°65. pp. 27-33.

-Goggin, G. (2006). *Cell Phone Culture: Mobile technology in everyday life*, Londres: Routledge.

-Jauréguibérry, F. (2003). *Les branches du portable*, Paris: Presses Universitaires de France.

-Jauréguiberry, F. (2008). *De l'usage des technologies de l'information et de la communication comme apprentissage créatif*, Education et sociétés, (n° 22), pp. 29-42.

-Jeanneret, Y. (2007). *Usages de l'usage, figures de la médiatisation*, In: Communication et langages. N°151. pp. 3-19.

-Kaufman, J.C., (1994). *Trois contextes sociaux de l'isolement*, Revue française des affaires sociales, pp. 43-58.

-Quéau, PH. (1994). *Le virtuel, Vertus et vertiges*, France : Collection milieux, champ Vallon.

-Rivière, C-A. (2001). *Le téléphone : un facteur d'intégration sociale*, In: Economie et statistique, N°345. pp. 3-32.

-Layet, M, Rivasi, M et Gouhier, C. (2009). *Survivre au Téléphone Mobile et aux Réseaux Sans Fil*, France : Le courrier du livre.

-Lejalle, C. (2008). *Le jeu sur le téléphone portable : usages et sociabilité*, Paris : L'Harmattan.

-Linard, M. (1996). *Des machines et des hommes. Apprendre avec les nouvelles technologies*. Paris. France : L'Harmattan, coll. Savoir & Formation.

-Lipovetsky, G. (2011). *L'écran global : Du cinéma au Smartphone*, France : éditions Ponits.

-Lobé, A. (2006). *Téléphone portable : comment se protéger*, France : Santé Publique éditions.

-Martin, C. (2007). *Téléphone portable et relation amoureuse : les SMS, des messages vraiment désincarnés* ?, Corps, (n° 3), pp. 105-110.

-Martin, C et Perriault, J. (2007). *Le téléphone portable et nous : En famille, entre amis, au travail*, Paris : L'Harmattan.

-Mathey, A. (2011). *Le musée virtuel. Les nouveaux enjeux*, France : Editions Le Manuscrit.

-Menrath, J. et Jarrigeon, A. (2008). *La part du possible dans l'usage : le cas du téléphone portable*, dans Hermes n°50 ? Communiquer, innover. Réseaux, dispositifs, territoires.

-Menarth, J. et Gonord, A. (2005). *Mobile attitude : Ce que les portables ont changé dans nos vies*, France : Hachette Littératures.

-Muller, B. (2011). *Le téléphone mobile: Un objet devenu indispensable*, Fastbook Publishing.

-Pecoul, J-P. (1998). *Le téléphone mobile*, France : Minerva.

-Privat, G. (2002). *Les objets communicants, nouvelle frontière des télécommunications* ?, Revue de l'Electricité et de l'Electronique, Septembre.

-Poupée, K. (2003). *La Téléphonie mobile*, France : Presses Universitaires de France – PUF.

-Rigaut, P. (2001). *Au-delà du virtuel : exploration sociologique de la cyberculture*, Paris. France : l'Harmattan.

-Taylor, C. (1999). *Les sources du moi. La formation de l'identité moderne*, Paris : éditions du seuil.

- Tisseron, S. (2008). *Virtuel, mon amour : penser, aimer, souffrir, à l'ère des nouvelles technologies*, Paris, Albin Michel.

- Tisseron, S. (2001). *L'intimité surexposée*, Paris : Editions Ramsay.

-Tisseron, S. (2012). *Rêver, fantasmer, virtualiser - Du virtuel psychique au virtuel numérique*, France : Psychismes.

-Vial, S. (2012). *La structure de la révolution numérique : philosophie de la technologie*, Thèse de Doctorat en philosophie, Université Paris Descartes.

-Vignola, R. (2000). *Allô ! La merveilleuse aventure du téléphone*, Paris, CZ Créations.

-Wallstein, R. (1996). *Le téléphone*, France : Presses Universitaires de France – PUF.

-Weissberg, JL. (1999). *Présences à distance*, Paris. France : L'Harmattan.

Secteur : les usages problématiques des TIC

-Aboujaoude E., MD, MA, Lorrin M. Koran, MD, Nona GAMEL, MSW, Michael D. Large, Ph.D., et
Richard T. Serpe, PhD (2006), *Potential Markers for Problematic Internet Use: A Telephone Survey of 2,513 Adults*, CNS Spectrum 11(10), p. 750-755.

-Albrecht U., Kirschner N.E., Grüsser S.M. (2007), *Diagnostic instruments for behavioural addiction :an overview*, GMS Psycho-Social-Medecine 2007, Vol. 4.

-Allard L. (2005), *Express yourself 2.0* !, dans Maigret, E. et Macé, E. (dir.), Penser les médiacultures. Nouvelles pratiques et nouvelles approches de la représentation du monde, Paris, Armand Colin et Institut National de l'Audiovisuel, pp. 145-172.

-Anderson C. A. & Bushman B. J (2001), *Effects of violent games on aggressive behavior, aggressive cognition, aggressive affect, physiological arousal, and prosocial behavior: A meta-analytic review of the scientific literature*, Psychological Science, 12, p. 353-359.

-Anderson C. A., Dill K. E. (2000), *Video Games and Aggressive Thoughts, Feelings, and Behavior in the Laboratory and in Life*, Journal of Personality and Social Psychology, Vol. 78, N° 4, p. 772- 790.

-Aufrère L. (2008), *Jeu pathologique : une nouvelle pathologie addictive ?*, les Cahiers de prospective jeunesse, 47, p.14-15

-Augé M. (2009), *Pour une anthropologie de la mobilité*, Paris, Payot & Rivages.

-Bai Y.M., Lin C.C., et Chen J.Y. (2001), *Internet addiction disorder among client of a virtual clinic*, Psychiatric Services, 52(10), p. 1397.

-Bajoit G. (2003), *Le changement social. Approche sociologique des sociétés occidentales contemporaines*, Paris, Armand Colin.

-Balandier G. (2004), *Civilisations et puissance*, Paris, Editions de l'Aube.

-Balandier G. (2005), *Le grand dérangement*, Paris, Presses universitaires de France.

-Balandier G. (2009), *Le dépaysement contemporain*. L'immédiat et l'essentiel. Entretiens avec Joël Birman et Claudine Haroche, Paris, Presses universitaires de France.

-Balle F. (2009), *Les médias*, Paris, Presses Universitaires de France, coll. « Que sais-je ? », 4e éd.

-Bauman Z. (1998), *Globalization. The Human Consequences*, London, Polity Press and Blackwell Publishers Ltd.

-Bauman Z. (2000), *Liquid Modernity*, Cambridge, Polity.

-Bauman Z. (2003), *L'amour liquide. De la fragilité des liens entre les hommes*, Rodez, Le Rouergue / Chambon.

-Beard K. W. (2005), *Internet addiction : A review of current assessment techniques and potential assessment questions*, Cyberpsychology and Behavior, 8, 7-14

-Bernardi S., Pallanti S. (2009), *Internet addiction : a descriptive clinical study focusing on comorbidities and dissociative symptoms*, Comprehensive Psychiatry (article in press).
-Berry V. (2008), *Les cadres de l'expérience virtuelle : analyse de l'activité ludique dans les MMO*, mis en ligne le 16 mai 2008 sur l'Observatoire des mondes numériques en sciences humaines (omnsh.org).
-Bevort E. et Bréda I. (2006), *Mediappro : appropriation des nouveaux médias par les jeunes*, Centre de Liaison de l'Enseignement et des Médias d'Information (Clémi).
-Block JJ. (2008), *Issues for DSM-V : Internet addiction*, The American Journal of Psychiatry, 165(3) : 306-7.
-Blondel M-P (2004), *Objet transitionnel et autres objets d'addiction*, Revue Française de Psychanalyse, Tome LXVIII, PUF, Paris.
-Blum K, Braverman ER, Holder JM, Lubar JF, Monastra VJ, Miller D, Lubar JO, Chen TJ, Comings DE (2000), *Reward deficiency syndrome: a biogenetic model for the diagnosis and treatment of impulsive, addictive, and compulsive behaviors*, Psychoactive Drugs 2000, 32 Suppl : i-iv, p.1-
112.
-Bonny Y. (2004), *Sociologie du temps présent. Modernité avancée ou postmodernité* ?, Paris, Armand Colin.
-Breton, P. (2005). *L'explosion de la communication : Introduction aux théories et aux pratiques de la communication*, Paris : Editions La Découverte.
-Bronnec, M. (2012). *Le Jeu Pathologique*, France : Spe.Médicales 1.
-Cabin P. et Dortier J.-F. (dir.) (2008), *La communication. Etat des savoirs*, Auxerre, Sciences humaines.
-Caplan S.E. (2007), *Relation Among Loneliness, Social Anxiety, and Problematic Internet Use*, Cyberpsychology & Behavior, Vol. 10, N° 2, p. 234-242.
-Castells M. (2001), *La galaxie Internet*, Paris, Fayard.
-Choi YH (2007), *Advancement of IT and seriousness of youth Internet addiction*, in 2007 International Symposium on the Counseling and Treatment of Youth Internet Addiction, Seoul, Korea, National Youth Commission.
-Chou C. (2001), *Internet heavy use and addiction among Taiwanese college students: an online interview study*, Cyberpsychology and Behavior, 4(5), p. 573-585.
-Chou C., Condron L., Belland J.C. (2005), *A Review of the Research on Internet Addiction*, Educational Psychology Review, Vol.17, N°4, p. 363-388.
-Chou C., Hsiao M.C. (2000), *Internet addiction, usage, gratification, and pleasure experience: the Taiwan college studens' case*, Computers & Education, 35, p. 65-80.
-Civin M. (2000), *Psychanalyse du net*, Hachette, Paris.

-Corcos M. (2004), *Conduites de dépendance à l'adolescence : le circulaire ou les métamorphoses secrètes de l'absence*, Revue Française de Psychanalyse, Tome LXVIII, PUF, Paris.

-Craipeau S., Seys B. (2005). Jeux et Internet : quelques enjeux psychologiques et sociaux », Psychotropes, vol. 11, De Boek Université.

-CRIOC, juin 2008, « *Les jeunes et Internet* ».

-CRIOC, mai 2006, « *Jeunes et nouvelles technologies* ».

- Dang Nguyen, G. (2011). *Recherches Sur la Société du Numérique et Ses Usages*, Paris : L'Harmattan.

-Darmon M. (2006). *La socialisation*, Paris, Armand Colin.

-Dassetto F. (1999). *L'endroit et l'envers. Regards sur la société contemporaine*, Bruxelles, Labor.

-Davis R.A. (2001). *A cognitive-behavioral model of pathological Internet use*, Computers in Human Behavior, 17, p. 187-195.

-Delacroix J. (2005). *Les Wikis. Espaces de l'intelligence collective*, Paris, M2 Editions.

-Denouël, J et Granjon, F. (2011). *Communiquer à l'ère numérique, Regards croisés sur la sociologie des usages*, Paris : Presses des Mines, Collection sciences sociales.

-Desavoye B. (dir.) (2005). *Les Blogs. Nouveau média pour tous*, Paris, M2 Editions.

-Douglas A.C., Mills J.E., Niang M., Stepchenkova S., Byun S., Ruffini C., Lee S.K., Loutfi J., Lee J-K., Atallah M., Blanton M. (2008). *Internet addiction: Meta-synthesis of qualitative research for the decade 1996–2006*, Computers in Human Behavior, N°24, p. 3027-3044.

-Draelants H. (2004). *Bavardages dans les salons du net*, Bruxelles, Labor.

-Draelants L., Frippiat D. (2006). *Jeux vidéo et questionnement d'un lieu commun médiatique*, Les politiques Sociales, 1 & 2 / 2006 p. 61 - 72

-Dubet F. (2002). *Le déclin de l'institution*, Paris, Seuil.

-Ehrenberg A. (1995). *L'individu incertain*, Paris, Calman-Lévy.

-Favresse D., De Smet P. (2008). *Tabac, alcool, drogues et multimédias chez les jeunes en Communauté française de Belgique. Résultats de l'enquête HSBC 2006*, Service d'Information Promotion Education Santé (SIPES), ESP-ULB, Bruxelles.

-Ferraro G., Caci B., D'Amico A., Di Blasi M. (2007). *Internet Addiciton Disorder : An Italian Study*, CyberPsychology & Behavior, Vol. 10, N°2, p. 170-175.

-Ferron B., Duguay C. (2004). *Utilisation d'Internet par les adolescents et phénomène de cyberdépendances*, Revue Québécoise de Psychologie, 25, 167-180.

-Fortin T., Mora P. et Trémel L. (2005). *Les jeux vidéo : pratiques, contenus et enjeux sociaux*, Paris, L'Harmattan.

-Funk J.B., Baldacci H.B., Pasold T., Baumgardner J. (2004). *Violence exposure in real-life, video games, television, movies, and the internet: is there desensitization?*, Journal of Adolescence, 27, p. 23-39.

-Gaon T. (2007). *Psychopathologie des jeux en ligne*, in Sylvain Missonnier (Dir.) Cliniques des technologies de l'information et de la communication Carnet/PSY, hors série.
-Gaon T. (2008). *Critique de la notion d'addiction au jeu vidéo*, Quaderni n°67. Jeu vidéo et discours. Violence, addiction, régulation, MSH-Sapientia, p. 33-37.
-Gekiere C. (2008), « La passion classificatrice en psychiatrie : une maladie contemporaine ? », Ethica
Clinica n° 51, p. 39-49.
-Gentile A.D., Lynch P.J., Linder J.R., Walsh D.A. (2004). *The effect of violent video game habits on adolescent hostility, aggressive behaviors, and school performance*, Journal of Adolescence, 27, p. 5-22.
-Genvo S. (2009). *Le jeu à son ère numérique. Comprendre et analyser les jeux vidéo*, Paris, L'Harmattan.
-Gergen K. (1991). *The saturated self : dilemmas of identity in contemporary life*, Basic Books, New York.
-Gergen K. (1999), « Le constructionisme social, une introduction », Actualités en sciences sociales,
Delachaux et Niestlé, Paris.
-Gergen K. (2005), « Construire la réalité, un nouvel avenir pour la psychothérapie », La couleur des
idées, Seuil, Paris.
-Gilly P. (2008), « Zap l'écran, vive la vie ! GSM, télé, ordi : comment les maîtriser ? », Charleroi, Couleur livres.
-Golub A., Lingley K. (2008), « Just Like the Qing Empire – Internet Addiction, MMOGs, and Moral
Crisis in Contempory China », Games and Culture, Vol. 3, N°1, p. 59-75.
-Goodman A. (1990), « Addiction : Definition and implications », British Journal of Addiction, 85, 1403-1408.
-Greenfield D. N., Ceap L. (1999), « Psychological Characteristics of Compulsive Internet Use: A Preliminary Analysis », CyberPsychology & Behavior, Vol.2, N°5, p. 403-412.
-Griffiths M. (1998), « Does Internet an Computer "addiction" Exist? : Some case Study Evidence »,
International Conference: 25-27 March 1998, Bristol, UK.
-Griffiths M. D. (1998), « Internet addiction : Does it really exist? » - In Gackenbach J : Psychology and the Internet : Intrapersonal, Interpersonal and transpersonal applications, 61-75, Academic Press, New York.
-Griffiths M.D., Davies M.N.O., Chappell D. (2004), « Online computer gaming: a comparison of adolescent and adult gamers », Journal of Adolescence, 27, p. 87-96.

-Grüsser S.M., Thalemann R., Griffiths M.D. (2007), « Excessive Computer Game Playing: Evidence for Addiction and Aggression? », Cyberpsychology and Behavior, Vol. 10 N°2 p. 290-292.
-Guillebaud J. C. (2001), « Le principe d'humanité », Seuil, Paris.
-Guillot B. (2004), « Jouer en I.M.E. (institut médico-éducatif) », mis en ligne le 20 avril 2004 sur l'Observatoire des mondes numériques en sciences humaines (omnsh.org).
-Gustin P. (2006), « Des dinosaures au pays du Net », Temps d'arrêt lecture, Yapaka, Bruxelles.
-Hanson, B. (2008), « L'invention des maladies », Ethica Clinica n° 51, p. 16-19.
-Hartog, F. (2003), « Régimes d'historicité. Présentisme et expériences du temps », Paris, Seuil.
-Hautefeuille, M. (2002), « A qui profite l'addiction ? », intervention au congrès de l'ASPST à Metz.
-Hautefeuille, M. (2010). Les addictions à Internet : de l'ennui à la dépendance, Paris : Payot.
-Jauréguiberry F. (2002), « Internet comme espace inédit de construction de soi », dans Jauréguiberry, F. et Proulx, S. (dir.), Internet, nouvel espace citoyen ?, Paris, L'Harmattan, pp. 223-244.
-Jauréguiberry F. (2008), « De l'usage des technologies de l'information et de la communication comme apprentissage créatif », Education et Sociétés. Revue internationale de sociologie de l'éducation, n° 22, pp. 29-42.
-Javeau C. (2005), « La Bienpensance. Thèmes et variations. Critique de la raison cosmétique », Bruxelles, Labor.
-Javeau C. (2007), « Les paradoxes de la postmodernité », Paris, Presses universitaires de France.
-Jeammet, PH. Et Crocos, M. (2010). Evolutions des problématiques à l'adolescence : l'émergence de la dépendance et ses aménagements, Références en psychiatrie, Paris : Doin, nouvelle édition.
-Jee Hyun Ha, Su Yeon Kim, Soojeong C. Bae, Sujin Bae, Hyungjun Kim, Minyoung Sim, In Kyoon Lyoo,
Soo Churl Chod (2007), « Depression and Internet Addiction in Adolescents », Psychopathology N° 40, p. 424-430.
-Kaufmann J.-C. (2004), « L'invention de soi. Une théorie de l'identité », Paris, Arman Colin.
-Klein A. (dir.) (2007), "Objectif Blogs ! Explorations dynamiques de la blogosphère », Paris, L'Harmattan.
-Kline S., Dyer-Witheford N. et De Peuter G. (2003), « Digital Play », Montréal & Kingston, McGill-
Queen's University Press.
-KO Chih-Hung, YEN Ju-Yu, CHEN Cheng-Chung, CHEN Sue-Huei, KUANYI WU, YEN Cheng-Fang (2006), « Tridimensional personality of adolescents with internet addiction and substance use experience », Can J Psychiatry, Vol. 51, N°14, December 2006.

-Krahé B., Möller I. (2003), « Playing violent electronic games, hostile attributional style, and aggression-related norms in German adolescents », Journal of Adolescence, 27, p. 53-69.
-Lardellier P. (2006), « Le Pouce et la souris. Enquête sur la culture numérique des ados », Paris, Fayard.
-Lardellier P. (2008), « Les ados pris dans la toile », dans Le Breton, D. (dir.), Cultures adolescentes.
Entre turbulence et construction de soi, Paris, Autrement, pp. 112-125.
-Latour B. (2000), « Le microbe : un acteur social ? », Entretien avec Bruno Latour, dans Cabin, P. et
Dortier J.-F. (dir.), La sociologie. Histoire et idées, Auxerre, Editions Sciences Humaines.
-Lederrey J., Louati Y., Scariati E., Theintz F. (2007), « Addiction au virtuel : une réalité ?, un aperçu de
la cyberdépendance », Immersion en communauté, Faculté de Médecine de l'Université de
Genève.
-Lejoyeux, M. (2007). *Du plaisir à la dépendance, Nouvelles addictions, nouvelles thérapies*, Paris : Editions de La Martinière.
-Lenihan F. (2007), « Computer addiction – a sceptical view », Advances in Psychiatric Treatment, vol. 13, p. 31-33.
-Li S., Chung T-M. (2004), « Internet function and Internet addictive behavior », Computer in Human
Behavior, N°22, p. 1067-1071.
-Lipovetsky G., et Serroy J. (2007), « L'écran global. Culture-médias et cinéma à l'âge hypermoderne»,Paris, Seuil.
-Livingstone S., Haddon L. (2009), « EU Kids Online: Final Report », LSE, London: EU Kids Online. (EC Safer Internet Plus Programme Deliverable D6.5)
-Lobet-Maris C. et Gallez S. (2007), « Les pratiques numériques des jeunes, catalyseurs d'une certaine fracture générationnelle », communication orale au Colloque international "Figures contemporaines de la transmission", Namur, 11 septembre 2007.
-Longneaux J-M (2008), « L'invention des maladies – Editorial », Ethica Clinica n° 51.
-Loonis E. (2001), « L'article d'Aviel Goodman : 10 ans après », E-Journal of Hedonology, 002, 13-25.
-Lowenstein, W. (2005). Ces dépendances qui nous gouvernent, comment s'en libérer ? Paris : Calman lévy.
-Maigret E. (2007), « Sociologie de la communication et des medias », Paris, Armand Colin, 2e éd.
-Mallein P. et Toussaint Y. (1994), « L'intégration sociale des TIC : une sociologie des usages », Technologie de l'information et société, 6-4, pp. 315-335.

-Mallet D. (2008), « La maladie : une coconstruction médico-pharmaceutique », Ethica Clinica n° 51, p. 4-15.
-Marso, P. (2013). Adikphonia , Edition numérique, Megacom-ik.
-Mauco O. (2008), « La médiatisation des problématiques de la violence et de l'addiction aux jeux vidéo : faits divers, dépendance journalistique et pénurie d'approvisionnement en sources », Quaderni n°67. Jeu vidéo et discours. Violence, addiction, régulation, MSH-Sapiensa, p.19-31.
-McDougall J. (2004), « L'économie psychique de l'addiction », Revue Française de Psychanalyse, Tome LXVIII, PUF, Paris.
-Miège B. (2007), « La société conquise par la communication. III. Les TIC entre innovation technique et ancrage social », Grenoble, Presses Universitaires de Grenoble.
-Mincke C. (2009), « Pouvoir ne pas savoir, savoir ne pas pouvoir : une politique du signal », La Revue
Nouvelle, 64e année, N° 7/8, p. 43-49.
-Minotte P. (2009), « Le complexe de Laïos ou lorsque la peur est mauvaise conseillère », Confluence
N° 22, p. 4 – 5.
- Minotte, P. et Donnay, J-Y. (2009). Les usages critiques d'Internet et des jeux vidéo : synthèse regard critique et recommandations, Belgique, Institut Wallon pour la Santé Mentale.
-Mitchell P. (2000), « Internet addiction: genuine diagnosis or not? », Lancet, 355, p. 632.
-Morahan-Martin J. (2001), « Impact of Internet abuse for college students », In C. Wolfe (Ed.), Learning and teaching on the World Wide Web, San Diego, Academic Press, p. 191-219.
-Morahan-Martin J. (2005), « Internet Abuse - Addiction? Disorder? Symptom? Explanations? », Social Science Computer Review, Vol. 23 N°1 (2005) p. 39-48.
-Morahan-Martin J., Schumacher P. (2000), « Incidence and correlates of pathological internet use among college students », Computers in Human Behavior, 16, 13-29.
-Muchembled R. (2008), « Une histoire de la violence », Paris, Seuil.
-Nachez M., Schmoll P. (2003), « Violence et sociabilité dans les jeux vidéo en ligne », Société, 82/4, p.5-17.
-Nichols L. A., Nicki R. (2004), « Development of a psychometrically sound Internet addiction scale : a preliminary step », Psychology of Addictive Behaviors, 2, 403-412.
-Niel X. et Roux D. (2008), « Les 100 mots de l'Internet », Paris, Presses universitaires de France, « Que sais-je ? ».
-Niemz K., Griffiths M., Banyard P. (2005), « Prevalence of pathological internet use among university student and correlations with self-esteem, the general health questionnaire (GHQ), and disinhibition», Cyberpsychology and Behavior, 8, 562-570.
-Norris P. (2001), « Digital Divide. Civic Engagement, Information Poverty, and the Internet Worldwide », Cambridge, Cambridge University Press.

-Octobre S. (2007), « Net-génération. Les jeunes et les TIC », Diversité, n° 148.
-Oullion J.M. (2007), « Mes enfants sont accros aux jeux vidéo. Guide de premiers secours à l'intention des parents déboussolés », Les Carnets de l'Info, Paris.
-Pharo, P. (2012). Plaisirs et dépendances dans les sociétés marchandes, Belgique : Editions de l'université de Bruxelles.
-Pirlot, G., et Cupa, D. (2012). Approche psychanalytique des troubles psychiques, Paris : Armand Collin.
-Polomé P. (2009), « Les médias sur Internet », Toulouse, Les essentiels Milan.
-Proulx S. (2007), « Penser les usages des TIC aujourd'hui : enjeux – modèles – tendances », dans Lardellier, P. et Ricaud, P. (dir.), Le réseau pensant. Pour comprendre la société numérique, Dijon, Editions universitaires de Dijon, pp. 15-27.
-Proulx S. et Latzko-Toth G. (2000), « La virtualité comme catégorie pour penser le social : l'usage de la notion de communauté virtuelle », Sociologie et sociétés, vol. 32 (2), pp. 99-122.
-Rivière C. (2006), « Le lien de dépendance addictive à Internet, une nouvelle forme d'addiction ? », mis en ligne le 5 octobre 2006 sur l'Observatoire des mondes numériques en sciences humaines (omnsh.org).
-Romo, L. (2012). La dépendance aux jeux vidéo et à l'Internet, France : Dunod.
-Rossé E., Codina I. (2009), « Internet : un amplificateur pour les addictions comportementales », Psychotropes, Vol. 15 n°1 p. 77-91.
-Roussel F.-G. et Jeliazkova-Roussel M. (2009), « Dans le labyrinthe des réalités. La réalité du réel, au
temps du virtuel », Paris, L'Harmattan.
-Satcher D. (2001), « Youth Violence : A Report of the Surgeon General, Health and Human Services
Dept. (USA) », en ligne : http://www.surgeongeneral.gov/library/youthviolence/
-Schaeffer J.-M. (1999), « Pourquoi la fiction ? », Paris, Seuil.
-Scherer K. (1997), « College life on-line : healthy and unhealthy internet use », Journal of College Student Development, 38, 655-665.
-Séguin-Levesque C. et coll. (2003), « Harmonious and Obsessive Passion for the Internet : Their Associations with the couple's relationship », Journal of applied social psychology, 33, 1, 197-221
-Sergerie M-A, Lajoie J. (2007), « Internet : usage problématique et usage approprié », Revue québécoise de psychologie, 28(2), p.149-159.
-Shih-Ming Li, Teng-Ming Chung (2004), « Internet function and Internet addictive behavior », Computers in Human Behavior, 22 (2006) p. 1067-1071.
-Spada M.M., Langston B., Nikcevic A.V., Moneta G.B. (2008), « The role of metacognitions in problematic Internet use », Computers in Human Behavior, 24 (2008) p. 2325-2335.

-Stiegler, B. Tisseron, S. (2009). Faut-il interdire les écrans aux enfants ? France: Mordicus.
-Stora M. (2004), « Addiction au virtuel : le jeu vidéo », mis en ligne le 18 mars 2004 sur l'Observatoire des mondes numériques en sciences humaines (omnsh.org).
-Stora M. (2004), « Histoire d'un atelier jeu vidéo : ' Ico ', un conte de fée interactif pour des enfants en manque d'interactions », mis en ligne le 4 juin 2006 sur l'Observatoire des mondes numériques en sciences humaines (omnsh.org).
-Stora M. (2004), « La marche dans l'image : une narration sensorielle », mis en ligne le 19 février 2004 sur l'Observatoire des mondes numériques en sciences humaines (omnsh.org).
-Stora M. (2005), « L'addiction aux jeux vidéo ou comment tenir le monde dans son poing fermé », Les cahiers de prospective jeunesse, 47, 6-13.
-Stora M. (2006), « Attachement aux robots, une histoire d'amour virtuelle », mis en ligne le 4 juin 2006 sur l'Observatoire des mondes numériques en sciences humaines (omnsh.org).
-Stora M. (2006), « Jeu vidéo, un nouvel enjeu thérapeutique » in « L'enfant au risque du virtuel », Dunod, Paris, p. 134-135.
-Stora, M. (2007), Les écrans, ça rend accro…, France : Hachettes Littératures.
-Strong T. (1995), « clinical languages / clinical realities », human systems : the journal of systemic consultation and management, 6, 53-64.
-Tassel I. (2005), « Le chat au masculin, la quête du narcissisme », mis en ligne le 13 novembre 2005
sur l'Observatoire des mondes numériques en sciences humaines (omnsh.org).
-Tisseron S. (2000), « Enfants sous influence, les écrans rendent-ils les jeunes violents ? », Armand Colin, Paris cité dans « Qui a peur des jeux vidéo ? »
-Tisseron S. (2004), « Le virtuel à l'adolescence », Adolescence, GREUPP, Paris.
-Tisseron S. (2008), « La dyade numérique, les interactions précoces à l'épreuve des mondes virtuels», mis en ligne le 10 avril 2008 sur l'Observatoire des mondes numériques en sciences humaines (omnsh.org).
-Tisseron S. (2008), « Virtuel, mon amour – Penser, aimer, souffrir, à l'ère des nouvelles technologies», Albin Michel, Paris.
-Tisseron S., Gravillon I. (2008), « qui a peur des jeux vidéo ? », Albin Michel, Paris.
-Tisseron S., Missonnier S., Stora M. (2006), « L'enfant au risque du virtuel », Dunod, Paris.
-Tisseron, S. (2012). Rêver, fantasmer, virtualiser - Du virtuel psychique au virtuel numérique, France : Psychismes.
-Toubiana, E-C. (2011). Addictologie clinique, Paris, Puf.
-Turkle, S. (1995). Life on the Screen. Identity in the Age of the Internet, New York: Simon & Schuster Paperbacks.
-Turkle, S. (2013). Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other, New York: Basic Books.

-Vallerand R.J., Blanchard C.M., Mageau G.A., Koestner R., Ratelle C., Léonard M., Gagné M.,Marsolais J. (2003), « Les passions de l'âme : On obsessive and harmonious passion », Journal of
Personality and Social Psychology, 85, 756-767.
-Valleur M., Matysiak J-C (2003), « Les Nouvelles Formes d'addiction », Flammarion, Paris.
-Valleur M., Véléa D. (2002), « Les addictions sans drogue(s) », revue toxibase n° 6, 1-15.
-Van Mierlo J., Van den Bulck J. (2003), « Benchmarking the cultivation approach to video game effects: a comparison of the correlates of TV viewing and game play », Journal of Adolescence, 27, p. 97-111.
-Vaugeois P (2006), « La cyberdépendance : fondements et perspectives », Centre québécois de lutte
aux dépendances, Montréal.
-Véléa D. (2005), « Nouvelles consultations de Marmottan : apports théoriques, expériences cliniques », Psychotropes, vol. 11 n° 3-4, De Boek Université, 65-84.
-Véléa D. (2005), « Toxicomanie et conduites addictives », Heures de France, Paris.
-Véléa D. (2009), « Cyberdépendances, réalité ou fiction ? », conférence organisée par l'Institut Wallon pour la Santé Mentale le 12 mars 2009.
-Véléa D., Hautefeuille M. (1998), « La toxicomanie au WEB, nouvelle 'toxicomanie sans drogue' », Les Cahiers de Prospective Jeunesse, 3, 2.
-Virole B. (2006), « Du bon usage des jeux vidéo, clinique psychothérapeutique du virtuel », mis en Ligne le 5 octobre 2006 sur l'Observatoire des mondes numériques en sciences humaines (omnsh.org).
-Virole B. (2007), « L'addiction aux jeux vidéo Mythe et réalité », mis en ligne le 29 octobre 2007 sur l'Observatoire des mondes numériques en sciences humaines (omnsh.org).
-Virole B. (2007), « Shell », Hachette, Paris.
-Wan C-S, Chiou W-B C. (2006), « Why Are Adolescents Addicted to Online Gaming ? An Interview
Study in Taiwan », Cyberpsychology & Behavior, Vol. 9, N° 6, p.762-766.
-Whang L.S., Lee S., Chang G. (2003), « Internet over-users psychological profiles: a behavioral sampling analysis on Internet addiction », Cyberpsychology and Behavior, 6(2), p. 143-150.
-Yellowlees P. M., Marks S. (2005), « Problematic Internet use or Internet addiction ? », Computer in
Human Behavior, 23(2007), p. 1447-1453.
-Young K. (1996), « Internet Addiction : the emergence of a new clinical disorder », CyberPsychology
and Behavior, Vol.1 N°3, p. 237-244.

-Young K. (2004), « Internet Addiction, a new clinical phenomenon and its consequences », American
behavioral scientist, vol. 48 N° 4, 402-415.
-Young K. (2008), « Internet Sex Addiction : Risk Factors, Stages of Development, and Treatment»,
American Behavioral Scientist, Vol.52, N°1, p. 21-37.
-Young K. S. (1996), « Internet addiction : the emergence of a new clinical disorder », Paper presented at the 104th Annuel Meeting of the American Psychological Association, Toronto.

Réponses des participants à l'enquête par saturation

Question : Que pensez-vous de l'avènement des Smartphones dans la société française? Et est-ce que vous êtes pour ou contre l'usage de ces nouvelles technologies?

Participante n°1 : Hinda, 35 ans, femme au foyer, adepte de Smartphone.

« Je pense que ces nouvelles technologies améliorent considérablement notre vie et qu'il y a plus d'avantages que d'inconvénients. C'est fascinant de voir tout ce qu'on peut créer et développer et combien le monde devient petit. Il y a beaucoup d'opportunités et un échange d'information très rapide. Ceci dit, il est certain que ces technologies vont être utilisées à des fins criminelles ou pour créer des armes ou tout simplement pour gagner de l'argent sur le dos de gens qui y deviennent accros. Mais je pense qu'avec le temps on arrivera à trouver un équilibre et des solutions à ces problèmes. Je suis tout à fait pour l'utilisation de ces nouvelles technologies. »

Participant n°2 : Christophe, 60 ans, enseignant universitaire retraité, n'a jamais utilisé de Smartphone.

« Je pense que ces nouvelles technologies améliorent notre vie puisqu'elles nous permettent de rester joignable à tout instant et par conséquent réagir rapidement à toute requête aussi bien au travail qu'avec la famille. Par contre, on en devient vite dépendant de ces appareils. Si vous oubliez votre Smartphone ou portable vous vous sentez isoler puisque cet objet vous maintien lié à vos proches et vous procure un sentiment de sécurité.

Personnellement, je suis plutôt contre ces technologies. »

Participante n°3 : Chema, 21 ans, étudiante, adepte de Smartphone.

« Je pense que ces technologies nous facilitent beaucoup de choses mais je trouve que cela devient une nécessité alors que réellement ce n'est pas le cas. On est en train de basculer vers un monde virtuel. Je suis contre cet effet la, il faut maîtriser l'utilisation de ces appareils. Je trouve aussi que pour les gens timides, les Smartphones accentuent leur renfermement sur eux même puisqu'ils n'essaient pas de mener une conversation directe avec les autres et en même temps cela leur permet de communiquer quand même.

Je fais partie de ceux qui manifestent une certaine récalcitrance vis-à-vis de ces nouvelles technologies mais qui ne peuvent s'empêcher de les utiliser. »

Participant n° 4 : Hayder, 30 ans, délégué médical, adepte de Smartphone.

« Comme toute technologie qui évolue, les Smartphones améliorent certes la qualité de nos vies. Cependant, on devient de plus en plus dépendant. De plus, cette prolifération d'objets et d'appareils va certainement avoir des répercussions sur l'écologie.
Malgré tout je reste pour l'utilisation de ces nouvelles technologies »

Participante n°5 : Hager, 23 ans, étudiante, adepte de Smartphone.

« Les nouvelles technologies de la communication améliorent largement notre quotidien. L'impact est aussi bien positif (facilité de communication, accès immédiat aux informations, connectivité, etc.) que négatif: disparition de la communication réelle, addiction, localisation (intrusion dans la vie privée), nuisances écologiques, etc. Cependant, je fais partie de ceux qui adorent les nouvelles technologies. »

Participant n° 6 : Khalil, 37 ans, ingénieur en télécommunication, adepte de Smartphone.

« Pour ma part, j'ai plutôt un avis nuancé. D'un côté, les nouvelles technologies facilitent l'accès à l'information indépendamment de l'endroit où on se trouve et du temps. Ce qui fait que la mobilité et la flexibilité améliorent considérablement l'efficacité côté privé et professionnel. D'un autre côté, l'accessibilité illimitée (le fait d'être joignable à tout moment) rend une séparation de la vie privée et professionnel plus difficile.
En fin de compte, c'est un choix personnel, si les e-mails reçus sur le Smartphone sont consultés le soir où durant le weekend. D'ailleurs certaines sociétés (je pense en Allemagne) ont déjà pris la décision que les mails ne doivent plus être distribués sur les Smartphones hors des heures de travail.
Je suis donc pour l'usage maîtrisé de ces nouvelles technologies. »

Participante n° 7 : Irina, 21 ans, étudiante, adepte de Smartphone.

« Pour ma part je pense que les smartphones améliorent notre quotidien. Comme j'ai répondu dans le sondage: Facetime, les e-message, skype etc. permettent aux utilisateurs de communiquer partout avec le monde entier sans avoir des factures de plusieurs pages à la fin du mois. Mieux encore on peut aller chercher l'information dès que quelque chose nous passe par la tête. Je pense qu'en règle générale les Smartphones nous rendent la vie plus simple. Il faut bien évidemment connaître ses limites. Les gens qui sont sans cesse accrochés à leur Smartphone peuvent être irritants au bout d'un moment. C'est pour cela que quelques restaurateurs ont mis en place des systèmes bien pensés pour rendre plus sympathique les soirées de leur client autour d'un repas: Les personnes laissant leur Smartphone à l'entrée du restaurant obtiennent un pourcentage sur l'addition totale.

Les Smartphones peuvent également couper les personnes avec leur environnement physique pour retrouver un environnement virtuel. A cet effet, je suis pour l'usage des Smartphones, parce que je pense qu'on peut difficilement s'en passé. »

Participante n°8 : Nahla, 27 ans, étudiante, adepte de Smartphone.

« Les nouvelles technologies me facilitent énormément la vie, je peux tout faire à partir de mon cellulaire, gérer mes comptes, transférer de l'argent, lire mes mails et être joignable à tout moment pour le travail les études ou autres... trouver des trajectoires et des endroits qu'on cherche, partager les photos et les vidéos instantanément, bref il me facilite la vie énormément, mais j'ai parfois envie de dire stop car je deviens accro à cet outils je l'utilise tout le temps, c'est parfois une perte de temps, ça réduit le dialogue (ça m'arrive de préférer mon tel à une sortie), je ne lis plus trop, je deviens accro à Facebook étant donné que je l'ai comme application. C'est vrai qu'on réfléchissant on se retrouve de plus en plus esclave de ces gadgets, la technologie ne cesse d'évoluer et si en 2012 on est arrivé à ce stade quel sera l'avenir de nos futurs enfants si on ne freine pas ? Evidemment je suis pour cette technologie étant donné que j'en suis totalement accro. »

Participante n°9 : Salma, 22 ans, étudiante, adepte de Smartphone.

« Les nouvelles technologies changent nos vies elles les facilitent mais elles nous rendent dépendants et entravent notre liberté elles nous conditionnent! Au lieu de stimuler nos esprit elles nous rendent passifs et provoque chez nous des comportements et non pas des conduites (Heidegger). Je suis contre ces nouvelles technologies quand elles nous dictent des comportements. »

Participant n°10 : Christian, 28 ans, étudiant, adepte de Smartphone.

« Le Smartphone, en tant qu'objet multitâches, nous facilitent énormément la vie, il nous fait gagner beaucoup de temps et nous permet d'être tout le temps relié aux autres. Cependant, cet objet censé rapprocher les gens, agit aussi dans l'autre sens. En effet, les jeunes aujourd'hui que je considère comme la cible première des designers et des vendeurs de cet objet, privilégient de plus en plus cette notion de « se parler sans se voir ». Les contacts et les conversations directes régressent ainsi progressivement. La diversité des applications et des distractions engendrent une dépendance à cet objet du désir, ce qui me fait craindre des répercussions sur la santé de ces usagers tout le temps accrochés à leurs mobiles. Personnellement je fais de mon mieux pour maîtriser l'usage de mon Smartphone, parce que je crains réellement de devenir dépendant à ce dispositif. Ce type d'objet nous ouvrent les champs des possibles, on a la sensation qu'on est les maîtres du monde, qu'on maîtrise tout et que rien ne nous résistent. Alors que réellement ce n'est

pas le cas. Il faut vraiment en faire un bon usage et savoir arrêter quand il est encore temps. Je suis pour l'usage maîtrisé de ces appareils. »

Participante n°11 : Noémie, 17 ans, Lycéenne, adepte de Smartphone.

« Je pense que le téléphone portable est indispensable de nos jours surtout pour notre génération. Il fait partie de notre vie et sans cet outil, il serait difficile d'être au courant de tout, de prévenir d'un retard, de partager tout avec ses amis, etc. Sans portable ce serait beaucoup plus compliqué, c'est l'objet de notre quotidien. Personnellement je suis totalement accro à mon Smartphone, si je l'oublie chez moi en allant au lycée, je sens un énorme vide et une envie pressante d'aller le chercher. Il est indispensable pour moi, je l'utilise tout le temps, il me permet de rester tout le temps en contact avec mes copines et mes amis. Je ne peux pas m'en séparer, donc évidemment je suis pour l'usage de cet appareil. »

Participant n° 12 : Bertrand, 36 ans, enseignant, adepte du Smartphone.

« Je considère que les Smartphones et les tablettes sont les inventions les plus utiles après l'ordinateur bien évidemment ! C'est fou ce qu'ils nous facilitent la vie, je suis tout le temps en contact avec mes connaissances, je peux travailler partout dans le métro, dans l'avion, je peux faire des recherches sur Internet quand je veux, bref c'est un objet indispensable pour moi ! Peu importe les nuisances qu'il peut engendrer, pour ma part j'adore tout ce qui me facilite la vie, et puis, tant que je sache personne n'est morte jusqu'à maintenant à cause de l'usage du Smartphone ! Evidemment que je suis totalement pour l'usage de ce dispositif. »

Participante n°13 : Adeline, 16 ans, élève, adepte du Smartphone.

« Le Smartphone c'est mon meilleur ami, je ne sais pas comment je faisais avant sans cet appareil ! Je ne m'en sépare jamais, même quand je dors. Il me permet de rester en contact avec ma bande de copains même quand je rentre chez moi, de partager avec eux des vidéos et des photos, de leur envoyer des "Textos", d'être au courant de tout ce qui se passe, de tous les événements et toutes les soirées. Je suis totalement pour l'utilisation de ce dispositif. »

Participant n°14 : Akram, 32 ans, chef d'entreprise, adepte du Smartphone.

« Je pense que les Smartphones ont considérablement amélioré la qualité de nos vies. Personnellement pour mon travail, le Smartphone est juste indispensable. Je l'utilise tout le temps, parce qu'il me permet de rester en contact avec tous les salariés de mon entreprise et de faire des démonstrations du produit que je vends à travers mon terminal mobile dans le cas où je n'ai pas mon ordinateur portable avec moi. C'est donc un outil d'organisation du travail, il me facilite la

vie. Evidemment je suis pour, il est devenu indispensable pour moi de l'avoir toujours à portée de main. »

Participante n°15 : Catherine, 58 ans, femme au foyer, n'a jamais utilisé un Smartphone.

« Je suis toujours étonnée quand je vois l'engouement des jeunes pour ces nouvelles technologies. Personnellement, je n'y vois pas du tout l'intérêt, c'est un téléphone portable amélioré pour vous faire perdre encore plus de temps. La fonction d'un téléphone mobile c'est de pouvoir joindre ces contacts n'importe où n'importe quand et le téléphone mobile classique le fait déjà. Donc tout ce qui a été ajouté n'est pas d'une grande utilité pour moi, c'est pourquoi je refuse d'utiliser ce type d'appareil. Oui je suis contre l'utilisation de ces Smartphones, ils coutent très chers pour un apport très minime à mon sens. »

Participant n° 16 : Ahmed, 25 ans, étudiant, adepte du Smartphone.

« Franchement c'est compliqué, d'un côté c'est devenu un objet de mode et de frime indispensable à l'intégration dans les communautés sociales, de l'autre il nous facilite la vie mais en contrepartie il nous distrait de beaucoup de choses et nous éloigne sans qu'on se rend compte de notre entourage proche. Sans oublier le fait que les radiations qu'il dégage nuisent à notre santé. Donc je suis plutôt partager entre deux positions : J'aime ce que cet objet offre comme facilités, en même temps j'ai peur des nuisances qu'il peut engendrer. Je suis pour l'utilisation de ce dispositif malgré que j'aie certaines appréhensions à son sujet. »

Grilles des critères diagnostiques des usages problématiques des TIC élaborées par des chercheurs et des spécialistes

Critères du trouble addictif selon Goodman (1990)

A. Impossibilité de résister aux impulsions à réaliser ce type de comportement.

B. Sensation croissante de tension précédant immédiatement le début du comportement.

C. Plaisir ou soulagement pendant sa durée.

D. Sensation de perte de contrôle pendant le comportement.

E. Présence d'au moins cinq des neuf critères suivants :

1. Préoccupations fréquentes au sujet du comportement ou de sa préparation ;

2. Intensité et durée des épisodes plus importantes que souhaité à l'origine ;

3. Tentatives répétées pour réduire, contrôler ou abandonner le comportement ;

4. Temps important consacré à préparer les épisodes, à les entreprendre, ou à se remettre de leurs effets ;

5. Survenue fréquente des épisodes lorsque le sujet doit accomplir des obligations professionnelles, scolaires ou universitaires, familiales ou sociales ;

6. Activités sociales, professionnelles ou de loisirs majeurs sacrifiés du fait du comportement ;

7. Persévération du comportement bien que le sujet sache qu'il cause ou aggrave un problème persistant ou récurrent d'ordre social, financier, psychologique ou physique ;

8. Tolérance marquée : besoin d'augmenter l'intensité et la fréquence pour obtenir l'effet désiré, ou diminution de l'effet procuré par un comportement de même intensité ;

9. Agitation et irritabilité en cas d'impossibilité de s'adonner au comportement.

F. Certains éléments du syndrome ont duré plus d'un mois ou se sont répétés pendant une période plus longue.

Critères diagnostiques de la dépendance comportementale de Griffiths (1997)

1. La prépondérance (*salience*) : l'activité particulière devient l'activité la plus importante dans la vie de la personne. Elle domine ses pensées (préoccupations et distorsions cognitives), ses sentiments (par exemple, sentiment de manque) et ses comportements (détérioration des comportements socialisés).

2. La modification de l'humeur : est une conséquence de l'adoption de l'activité et peut être une stratégie de *coping* (excitation, surexcitation, sentiment d'évasion).
3. La tolérance : la durée de l'activité doit augmenter pour obtenir satisfaction.
4. Les symptômes de sevrage : état de sensations déplaisantes (humeur dépressive, irritabilité) et/ou effets physiques déplaisants (par exemple, tremblements).
5. Les conflits : interpersonnels (entre le dépendant et l'entourage de celui-ci) ou intrapsychiques (entre la volonté de ne pas céder aux tensions causées par la dépendance à l'activité et le besoin psychologique de s'adonner à l'activité).
6. La rechute : la tendance à retourner aux habitudes liées à l'activité après une période d'abstinence ou de contrôle de la dépendance comportementale.

Critères diagnostiques de la cyberdépendance selon Young (1996)

Le sujet doit présenter cinq symptômes ou plus parmi les suivants :
1. Préoccupé par l'Internet (par exemple, préoccupation par la remémoration de sessions en ligne passées ou par la prévision de sessions en ligne, à venir).
2. Besoin d'utiliser l'Internet de plus en plus longtemps afin d'être satisfait.
3. Efforts répétés, mais infructueux pour contrôler, réduire ou arrêter l'utilisation d'Internet.
4. Agitation ou irritabilité lors des tentatives de réduction ou d'arrêt de l'utilisation de l'Internet.
5. Demeure en ligne plus longtemps que prévu.
6. Met en danger ou risque de perdre une relation affective importante, un emploi ou des possibilités d'étude ou de carrière à cause de l'Internet.
7. Ment à sa famille, à son thérapeute ou à d'autres pour dissimuler l'ampleur réelle de son utilisation de l'Internet
8. Utilise l'Internet pour échapper aux difficultés ou pour soulager une humeur dysphorique (exemple : des sentiments d'impuissance, de culpabilité, d'anxiété, de dépression).

Critères diagnostiques de l'usage problématique d'Internet par Shapira et coll. (2003)

A. Préoccupation mal adaptée face à l'usage de l'Internet comme indiqué par au moins un des symptômes suivants :

1. Préoccupations face à l'usage de l'Internet qui sont vécues comme irrésistibles.

2. Usages excessifs de l'Internet pour des périodes de temps plus longues que prévu.

B. L'usage de l'Internet ou des préoccupations face à son usage causant soit une détresse psychologique cliniquement significative, soit des problèmes dans les sphères sociales, occupationnelles, ou dans d'autres sphères du fonctionnement.

C. L'usage excessif de l'Internet ne survient pas exclusivement dans des périodes d'hypomanie ou de manie et n'est pas mieux expliqué par d'autres troubles de l'Axe I du DSM-IV-TR.

Critères diagnostiques de la cyberdépendance chez les adolescents par Ko et coll. (2005)

A. Doit présenter six symptômes ou plus parmi les suivants :

1. Préoccupé par l'Internet

2. Échecs répétés pour résister à l'impulsion d'utiliser l'Internet

3. Tolérance : augmentation marquée de la durée d'utilisation de l'Internet pour obtenir une satisfaction

4. Sevrage qui se manifeste par :

a. Symptômes d'humeur dysphorique, d'anxiété, d'irritabilité et d'ennui lorsque privé d'Internet ;

b. utilisation de l'Internet pour calmer ou éviter les symptômes de sevrage.

5. Usage de l'Internet pour une période de temps plus longue que prévu

6. Désir persistant et/ou échecs répétés pour cesser ou réduire l'usage d'Internet

7. Durée excessive du temps passé sur l'Internet

8. Effort excessif pour obtenir l'accès à l'Internet

9. Usage excessif d'Internet malgré la connaissance d'un problème physique ou psychologique, persistant et récurrent, pouvant être causé ou exacerbé par l'usage de l'Internet

B. Difficulté fonctionnelle : un des symptômes suivants (ou plus) doit être présent :

1. Négligence des obligations scolaires ou familiales à cause d'un usage répété de l'Internet

2. Problème dans les relations sociales

3. Violation des règlements de l'école ou des lois à cause de l'usage de l'Internet

C. La cyberdépendance ne doit pas être mieux expliquée par un trouble psychotique ou un trouble bipolaire de type I.

Internet Addiction Test (IAT) Young (1998)

Répondez aux questions suivantes en utilisant cette échelle :

1=rarement, 2=occasionnellement, 3=parfois, 4=souvent, 5=toujours

_ À quelle fréquence demeurez-vous en ligne plus longtemps que vous ne l'auriez prévu ?

_ À quelle fréquence négligez-vous vos travaux domestiques pour passer plus de temps en ligne ?

_ À quelle fréquence préférez-vous le divertissement que vous procure l'Internet, à l'intimité avec votre partenaire ?

_ À quelle fréquence vous arrive-t-il de créer de nouvelles relations interpersonnelles en étant en ligne ?

_ À quelle fréquence vos proches se plaignent-ils du temps que vous passez en ligne ?

_ À quelle fréquence négligez-vous vos études ou vos travaux scolaires à cause du temps passé en ligne ?

_ À quelle fréquence regardez-vous vos courriels avant de faire d'autres tâches pressantes ?

_ À quelle fréquence votre performance au travail ou votre productivité ont été affectées à cause de l'Internet ?

_ À quelle fréquence avez-vous été sur la défensive ou offusqué si quelqu'un vous demandait ce que vous faites en ligne ?

_ À quelle fréquence oubliez-vous vos problèmes personnels en focalisant votre attention sur l'Internet ?

_ À quelle fréquence avez-vous anticipé de vous retrouver encore en ligne ?

_ À quelle fréquence avez-vous pensé que la vie sans Internet serait ennuyante, vide et sans joie ?

_ À quelle fréquence vous êtes-vous mis en colère si quelqu'un vous dérangeait lorsque vous étiez en ligne ?

_ À quelle fréquence avez-vous manqué de sommeil parce que vous étiez resté en ligne trop tard le soir ?

_ À quelle fréquence avez-vous pensé à Internet ou souhaité être en ligne, quand vous n'étiez pas en ligne ?

_ À quelle fréquence, lorsque vous étiez en ligne, vous êtes-vous dit à vous-mêmes : « juste quelques minutes encore » ?

_ À quelle fréquence avez-vous tenté sans succès de diminuer votre temps d'utilisation de l'Internet?

_ À quelle fréquence avez-vous tenté de dissimuler le temps que vous passez en ligne ?

_ À quelle fréquence avez-vous choisi d'être en ligne plutôt que de sortir avec d'autres personnes ?

_ À quelle fréquence vous êtes-vous senti déprimé, triste ou nerveux si vous n'étiez pas en ligne et que votre humeur revenait à la normale si vous retourniez en ligne ?

Internet Stress Scale ou Test d'Orman (2001)

Comptez le nombre de réponses positives :

1. Passez-vous plus de temps connecté sur Internet que vous l'auriez pensé initialement ?
2. Regrettez-vous de devoir limiter votre temps passé sur l'Internet ?
3. Des amis ou des membres de votre famille se plaignent-ils du temps que vous passez sur Internet ?
4. Trouvez-vous difficile de ne pas être connecté pendant plusieurs jours ?
5. Votre rendement, la qualité de votre travail professionnel ou vos relations personnelles en ont-ils souffert ?
6. Y a-t-il des zones d'Internet, des sites particuliers, que vous avez difficile d'éviter ?
7. Avez-vous du mal à contrôler l'impulsion d'acheter des produits voire des services à partir d'Internet ?
8. Avez-vous essayé, sans succès, d'écourter l'usage d'Internet ?
9. Déviez-vous beaucoup de vos champs d'action et de satisfaction à cause de l'Internet ?

_ De 1 à 3 réponses positives, il y a une légère tendance à devenir « addictif Internet ».

_ Entre 4 et 6 réponses positives, il y a un risque de développer cette addiction.

_ Entre 7 et 9 réponses positives, il y a une forte tendance à devenir dépendant.

Generalized Problematic Internet Use Scale (GPIUS) – Caplan (2002)

Indiquez votre niveau d'accord ou de désaccord avec l'énoncé, sur une échelle allant de 1 (fortement en désaccord) à 5(fortement en accord)

_ J'utilise l'Internet pour discuter avec les autres, quand je me sens seul.

_ Je recherche des personnes en ligne, quand je me sens seul.

_ J'utilise l'Internet pour me sentir mieux, quand je me sens triste.

_ Je vais en ligne pour me sentir mieux, quand je suis déprimé.

_ Je suis mieux traité en ligne que dans des relations face à face.

_ Je me sens plus en sécurité en ligne qu'en face à face.

_ J'ai plus confiance en moi pour socialiser en ligne plutôt qu'en face à face.

_ Je suis plus avec l'ordinateur qu'avec les gens.

_ Je suis mieux traité en ligne que dans la réalité.

_ J'ai des problèmes au travail/à l'école, à cause de l'Internet

_ J'ai été absent de l'école ou du travail parce que j'étais en ligne.

_ Je me sens sans valeur hors ligne, mais je suis quelqu'un en ligne.

_ J'ai manqué des événements sociaux, car j'étais en ligne.

_ J'ai essayé sans succès de contrôler mon utilisation de l'Internet.

_ Je suis incapable de réduire mon temps en ligne.

_ Je me sens coupable à cause de mon temps en ligne.

_ J'ai essayé d'arrêter l'Internet pour une longue période de temps.

_ Je perds la notion du temps en ligne.

_ J'utilise l'Internet pour plus longtemps que je ne l'avais prévu.

_ Je passe beaucoup de temps en ligne.

_ Je passe plus de temps en ligne que je ne l'avais prévu.

_ Je suis préoccupé par l'Internet si je ne peux me connecter pendant un certain temps.

_ Ça me manque d'être en ligne si je ne peux pas aller sur l'Internet.

_ Quand je suis hors ligne, je voudrais savoir ce qui se passe sur l'Internet.

_ Je me sens perdu si je ne peux être en ligne.

_ Je suis préoccupé par ce qui m'attend en ligne.

_ Je ne me préoccupe pas de mon apparence lorsque je socialise en ligne.

_ Je ne me préoccupe pas de m'impliquer dans une relation lorsque je socialise en ligne.

_ J'ai le contrôle sur la façon dont les autres me perçoivent en ligne.

Internet Addiction Scale (IAS) – Nichols et Nicki (2004)

Indiquez le niveau avec lequel chacun des énoncés s'applique à vous, en encerclant le nombre qui reflète le mieux l'intensité de votre réponse. L'utilisation d'Internet fait référence à tout ce que vous faites en ligne (*chat*, courriel, exploration d'Internet, jeux, cybersexe, cyberpornographie, groupe de discussion, utilisation en réseau, recherche, etc.)

1 = jamais ; 2 = rarement ; 3 = parfois ; 4 = fréquemment ; 5 = toujours

- Quand j'essaie de diminuer ou d'arrêter d'utiliser l'Internet, l'irritation que je ressens s'estompe lorsque je retourne sur l'Internet.
- Maintenant, quand j'utilise l'Internet, je ne me sens pas aussi bien que j'en avais l'habitude auparavant.
- J'ai utilisé l'Internet plus longtemps que j'en avais l'intention.
- J'aimerais passer moins de temps sur l'Internet.
- Parfois, je tente de dissimuler le temps que j'ai été sur l'Internet.
- J'ai abandonné un loisir afin d'avoir plus de temps à consacrer à l'Internet.
- Mes études ou mon travail ont souffert à cause de mon temps passé sur l'Internet.
- Je me suis dit à moi-même « encore quelques minutes sur l'Internet ».
- J'ai manqué de sommeil à cause de mon utilisation d'Internet.
- Je vois mes amis moins souvent à cause du temps que je passe sur l'Internet.
- J'ai le sentiment que la vie sans l'Internet serait ennuyante et vide.
- J'ai négligé des choses qui sont importantes et que je dois faire.
- Je trouve que j'ai besoin d'utiliser plus l'Internet pour obtenir la même satisfaction qu'avant.
- Plus je passe de temps sans être sur l'Internet, plus je deviens irritable.
- Quand j'utilise l'Internet, je vis une expérience agréable (i.e., un sentiment de bien-être).
- J'ai manqué l'école ou le travail afin d'avoir plus de temps pour l'Internet.
- L'Internet a eu un effet négatif sur ma vie.
- Lorsque je suis sur l'Internet, j'ai l'intention d'y rester pour un bon bout de temps.
- J'ai essayé de passer moins de temps sur l'Internet, mais j'en ai été incapable.
- Après avoir utilisé l'Internet tard le soir, je me lève plus tard le matin à cause de cela.
- Je me retrouve à faire plus de choses sur l'Internet que j'en avais l'intention.
- J'utilise l'Internet afin de m'évader de la réalité.
- Je me surprends à penser/désirer me retrouver à nouveau sur l'Internet.
- J'aime le plaisir/l'excitation d'être sur l'Internet.
- Je me sens affligé quand je ne peux pas passer autant de temps que d'habitude sur l'Internet.
- J'ai essayé sans succès de restreindre mon utilisation d'Internet.
- Depuis que j'ai commencé à utiliser l'Internet, j'ai remarqué l'augmentation de mon utilisation et non de ma satisfaction.
- J'ai accédé à plus d'informations sur l'Internet que je ne l'avais prévu.

- J’ai un désir persistant de diminuer ou de contrôler mon utilisation d’Internet.
- Lorsque je me sens seul, j’utilise l’Internet pour parler avec les autres.
- J’utilise tellement l’Internet que je dois rattraper le temps ainsi perdu.

Internet Addiction, signes et symptômes (Véléa, 1998)

---

1. Avez-vous observé un déclin dans votre vie sociale ?
2. Passez-vous plus d’heures que d’habitude devant votre terminal Internet ?
3. Passez-vous sans compter des heures et des heures sur Internet ?
4. Vous arrive-t-il de vous trouver en conversation dans les IRC à des heures matinales ?
5. Vous privez-vous de sommeil (moins de 5 heures par nuit en moyenne), pour passer le maximum de temps en connexion ?
6. Négligez-vous des activités importantes – familiales ou sociales, travail ou état de santé – pour passer des heures entières sur Internet ?
7. Une personne très proche vous fait-elle une remarque sur l’utilisation démesurée de l’Internet : votre chef, un ami proche, une compagne… ?
8. Pensez-vous constamment au Web, même quand vous n’êtes pas on-line ?
9. Vous dites-vous souvent qu’il faut débrancher votre modem, sans être capable de réaliser cet acte?
10. Vous dites-vous souvent que vous allez passer un temps limité en connexion, pour constater quelques heures plus tard que vous êtes toujours on-line ?

Problem Video Game Playing (PVP) - Tejeiro Salguero et Bersabé Moran (2002)

- Lorsque je ne joue pas aux jeux vidéo, je continue à y penser (c.-à-d. à me remémorer des parties, à planifier la prochaine partie, etc.).
- Je passe de plus en plus de temps à jouer aux jeux vidéo.
-J’ai essayé de contrôler, de diminuer ou d’arrêter de jouer, ou généralement je joue plus longtemps que je ne l’avais planifié.
- Lorsque je ne peux pas jouer aux jeux vidéo, je deviens de mauvaise humeur, irritable.
- Lorsque je ne me sens pas bien (nerveux, triste ou en colère), ou lorsque j’ai des problèmes, j’utilise plus souvent les jeux vidéo.
- Lorsque je perds une partie ou lorsque je n’atteins pas les résultats escomptés, j’ai besoin de jouer plus pour atteindre mon but.

- Parfois, je cache aux autres, tels mes parents, mes amis, mes professeurs, que je joue aux jeux vidéo.
- Afin de jouer aux jeux vidéo, je me suis absenté de l'école ou du travail, ou j'ai menti, ou j'ai volé, ou je me suis querellé ou battu avec quelqu'un.
- À cause des jeux vidéo, j'ai négligé mes obligations professionnelles ou scolaires, ou j'ai sauté un repas, ou je me suis couché tard, ou j'ai passé moins de temps avec mes amis et ma famille.

Résultats recueillis de notre enquête par questionnaire

Afin de réunir un nombre important de répondants à notre questionnaire nous l'avons diffusé en ligne dans différents sites et groupes de réseaux sociaux en précisant que ce questionnaire ne concerne que les détenteurs de Smartphones habitants en France. Nos proches, amis et connaissances installés en France, nous ont aidés à diffuser le questionnaire à leurs propres listes de contacts, ce qui a permis de réunir 127 réponses à notre enquête, que nous avons décidé de clore à deux semaines du dépôt de ce mémoire (fin Mai) pour pouvoir traiter globalement les informations collectées. L'inconvénient avec cette méthode que nous avons adopté c'est la disparité de l'échantillon recueilli. En effet, dans chaque sous-catégorie de tranche d'âge nous n'avons pas réussi à réunir un nombre de répondants, égal au nombre de répondantes.

Cependant nous avons quand même décidé de traiter les informations que nous avons pu recueillir succinctement, sans forcément rentrer dans les distinctions de genre puisque nous n'avons pas pour objectif, à travers ce questionnaire de déceler les divergences de comportements entre genres, mais plutôt entre les générations. Cette enquête figure dans les annexes comme un témoignage corroborant les résultats des sondages collectés, étant donné que nous étions dans l'impossibilité de réunir un échantillon représentatif des usagers de Smartphones en France et ne disposant pas de temps et de connaissances suffisantes pour traiter un grand nombre de réponses à notre enquête.

L'échantillon que nous avons pu recueillir se compose de :

-38 femmes âgées entre 15 et 24 ans

-13 hommes âgés entre 15 et 24 ans

→ 51 répondants âgés entre 15 et 24 ans

-31 femmes âgées entre 25 et 39 ans

-22 hommes âgés entre 25 et 39 ans

→ 53 répondants âgés entre 25 et 39 ans

-3 femmes âgées entre 40 et 70 ans

-20 hommes âgés entre 40 et 70 ans

→ 23 répondants âgés entre 40 et 70 ans

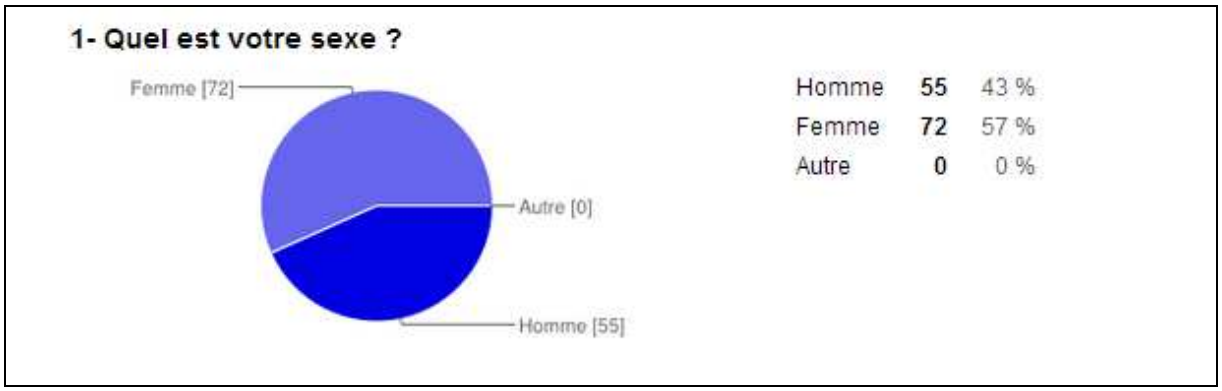

Figure 1 : Valeurs et pourcentages collectés en réponse à la première question

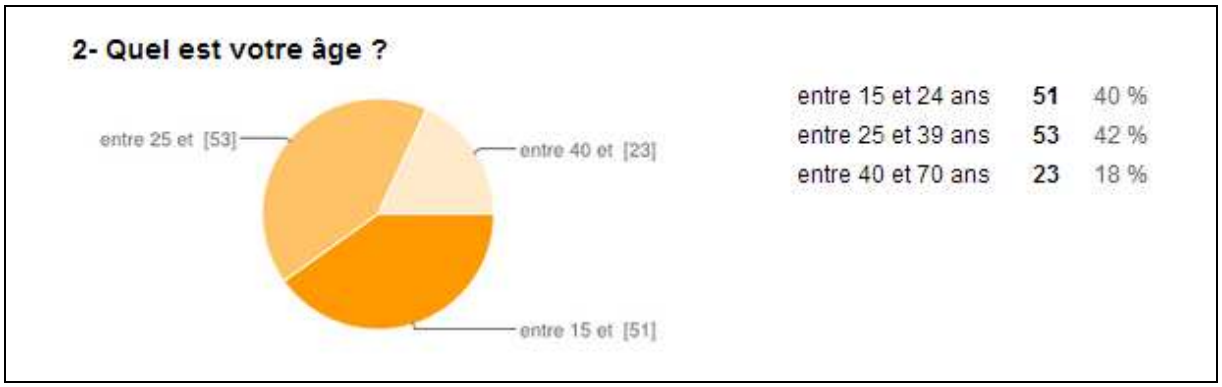

Figure 2 : Valeurs et pourcentages collectés en réponse à la deuxième question

Dans le cas d'une étude fiable et valide, nous devrions prendre en considération la fiabilité des pourcentages collectés dans chaque réponse de notre enquête en étudiant l'intervalle de confiance pour chaque valeur. D'après une définition donnée par l'institut national de la statistique et des études économique (INSEE) à propos de « l'intervalle de confiance », (2011) : « *Les estimations que fournit une enquête par sondage s'écartent légèrement des résultats qu'aurait donnés une interrogation exhaustive. Si le sondage est aléatoire, la notion d'intervalle de confiance permet de donner une idée de cet écart. Lorsqu'un intervalle de confiance à 95 % est fourni pour une grandeur, cela signifie que cet intervalle a 95 % de chances de contenir la valeur qu'aurait donnée une interrogation exhaustive. L'intervalle de confiance ne prend en compte que le fait que les résultats proviennent d'une enquête par sondage aléatoire, et non les autres sources d'erreurs : réponses inexactes ou mal interprétées, biais des non-réponses...* »[252].

Il existe plusieurs méthodes pour déterminer la marge d'erreur d'un sondage par questionnaire, comme par exemple la méthode asymptotique, la méthode de l'ellipse, la méthode Wald avec correction de continuité, la méthode de score de Wilson, etc.

[252]L'institut national de la statistique et des études économique. Intervalle de confiance. Récupéré du site : http://www.insee.fr/fr/methodes/default.asp?page=definitions/intervalle-de-confiance.htm

Seulement, utiliser ces méthodes nécessite des connaissances mathématiques et statistiques ainsi qu'un temps de traitement considérable. Etant donné le temps court imparti et la non-représentativité de notre échantillon, nous n'avons malheureusement pas pu traiter les données en bonne et due forme. Néanmoins, nous avons choisi de les intégrer dans les annexes, à titre indicatif et approximatif, comme témoignage des résultats des sondages collectés.

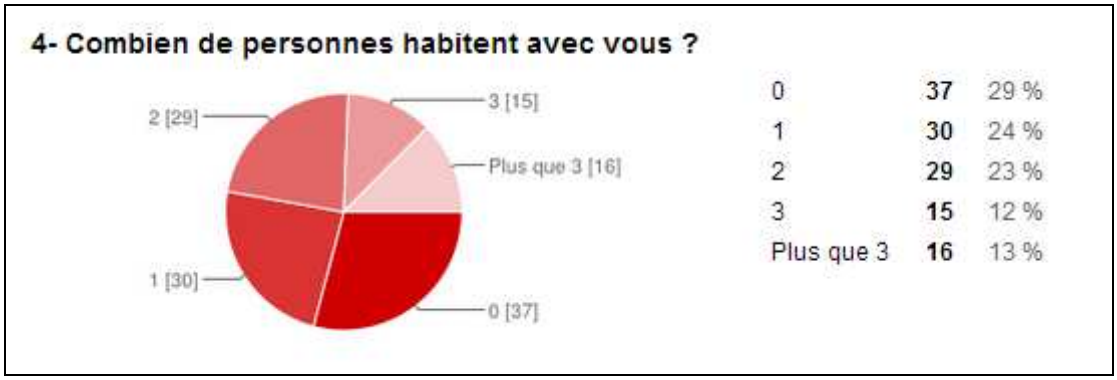

Figure 3 : Valeurs et pourcentages collectés en réponse à la quatrième question

- ➔ La majorité des répondants à notre sondage habitent seuls (29%) ou avec une seule personne (24%) ce qui peut être un facteur générateur du sentiment d'ennui, de solitude et d'abandon souvent liés aux usages problématiques du Smartphone.

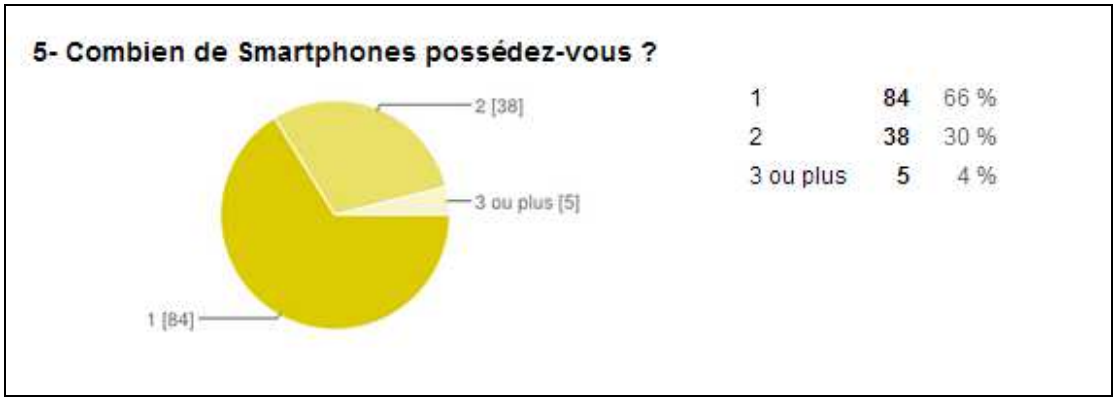

Figure 4 : Valeurs et pourcentages collectés en réponse à la cinquième question

- ➔ 66 % des répondants à notre enquête possèdent un seul Smartphone, cependant un nombre important (34%) des répondants en possèdent deux ou plus, ce qui peut révéler un attachement de certains usagers à cette technologie.

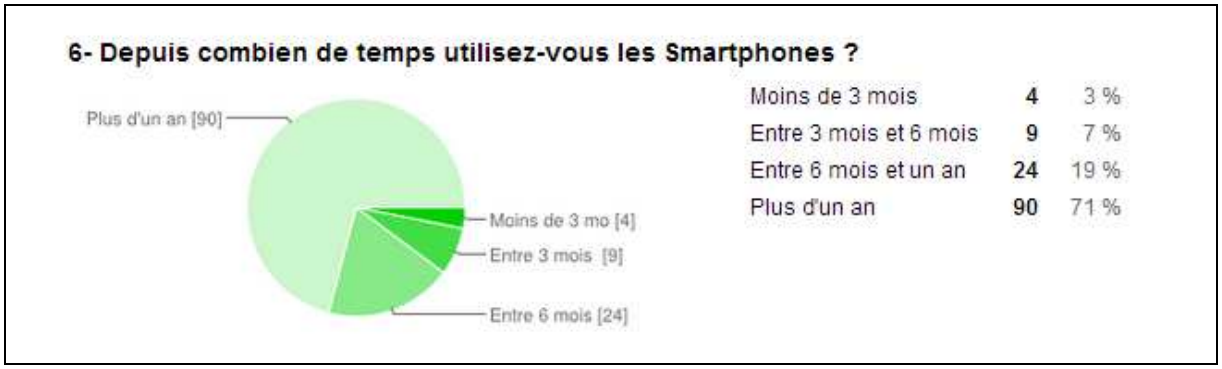

Figure 5 : Valeurs et pourcentages recueillis en réponse à la sixième question

➔ La majorité des répondants (71%) utilisent leurs Smartphones depuis plus d'un an, ce qui veut dire que ces usagers se sont habitués à l'usage de leurs dispositifs techniques et qu'ils ont dépassé la phase d'expérimentation et de bricolage exécutif pour intégrer l'usage de ce médium dans leurs croyances et habitudes d'action.

Figure 6 : Valeurs et pourcentages collectés en réponse à la septième question

➔ La majorité des utilisateurs du Smartphones (57%) en font un usage à la fois privé et professionnel, ce qui peut conférer encore plus d'importance et d'implication à ce dispositif numérique dans la vie de ses usagers, en leur permettant de rester en contact permanent avec leurs proches ainsi que leurs réseaux de contacts professionnels.

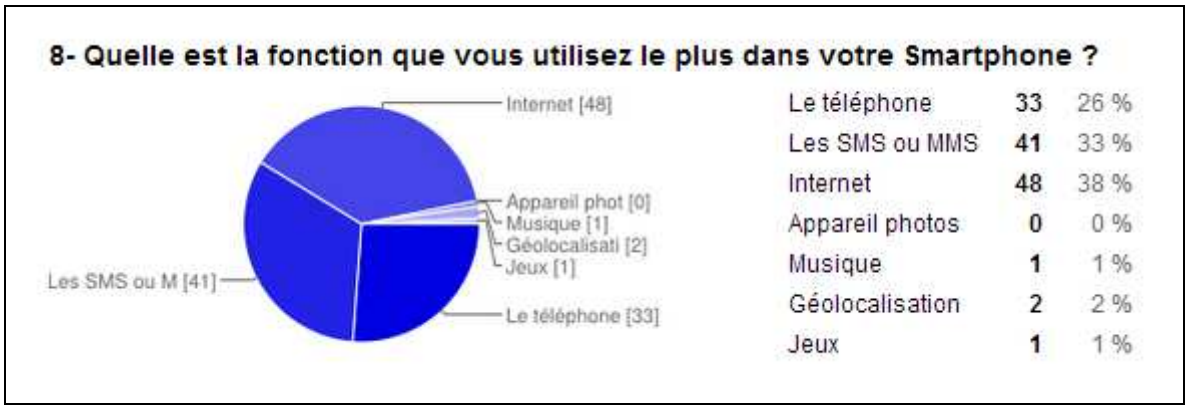

Figure 7 : Valeurs et pourcentages collectés en réponse à la huitième question

➔ La figure 7 nous montre que les fonctions : Téléphone, Internet et SMS/MMS sont les fonctions les plus utilisées par les usagers du Smartphone. Une étude approfondie des réponses à cette question nous a révélé que :

- Pour les usagers du Smartphone âgés entre 15 et 24 ans la fonction la plus utilisée est : pour 64% c'est l'envoie des SMS/MMS, pour 23% c'est surfer sur Internet et pour seulement 9% c'est téléphoner.
- Pour les usagers du Smartphone âgés entre 25 et 39 ans la fonction la plus utilisée est : pour 49% c'est surfer sur Internet, pour 33% c'est téléphoner et pour 9% c'est l'envoie des SMS/MMS.
- Pour les usagers du Smartphone âgés entre 40 et 70 ans la fonction la plus utilisée est : pour 56% c'est téléphoner, pour 34% c'est surfer sur Internet et pour 8% c'est l'envoie des SMS/MMS.

➔ D'après les résultats de la huitième question nous avons pu constater que pour chaque génération ou encore pour chaque tranche d'âge, les usages du Smartphone diffèrent. En effet, pour les plus jeunes (âgés de 15 à 24 ans) la fonction la plus utilisée est l'envoie des SMS/MMS. Pour les adultes âgés de 25 à 39 ans c'est Internet qui est la plus utilisée parmi toutes les fonctions du Smartphone et pour les usagers âgés entre 40 et 70 ans c'est la fonction initiale du téléphone à savoir téléphoner qui suscite l'intérêt du plus grand nombre de cette génération. Ce qui est conforme aux résultats des sondages que nous avons pu collecter et traiter dans ce mémoire.

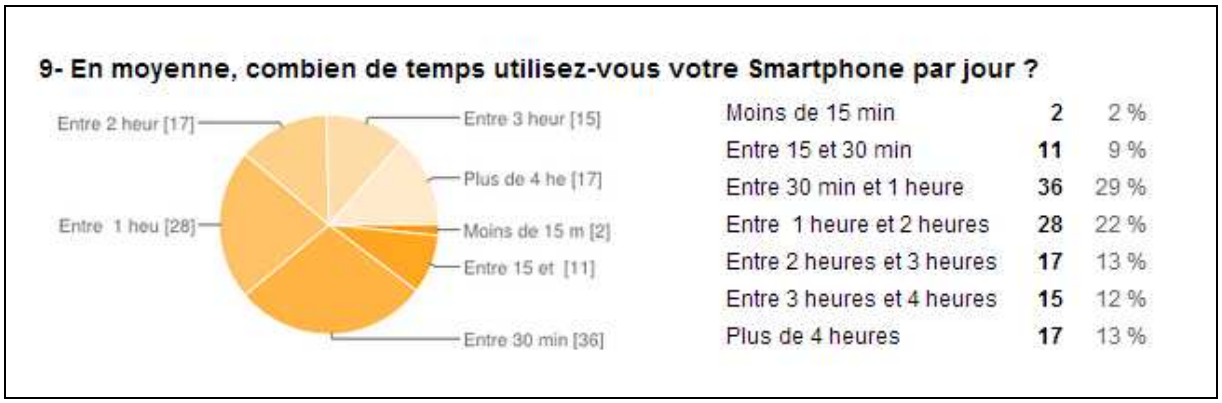

Figure 8 : Valeurs et pourcentages collectés en réponse à la neuvième question

➔ Les résultats de la neuvième question révèlent que 29% des usagers du Smartphone passent entre 30 min et 1 heure tous les jours à utiliser leurs dispositifs techniques, 13% y passent entre 2 heures et 3heures par jour, 12 % y passent entre 3 heures et 4 heures chaque jour et 13% l'utilisent plus de 4 heures par jours. Sans grande surprise, ce sont les usagers âgés de 15 à 39 ans qui passent le plus de temps par jour à pianoter sur leurs terminaux mobiles. Ce qui corrobore les constats que nous avons établis dans notre recherche.

Figure 9 : Valeurs et pourcentages collectés en réponse à la dixième question

➔ La figure 9 nous dévoile que 43% des adeptes du Smartphone envoient moins de 6 SMS/MMS par jour, 21% envoient moins de 10 SMS/MMS par jour et 35% envoient plus de 10 SMS/MMS par jour. Ce sont les jeunes âgés entre 15 et 24 ans qui envoient le plus grand nombre de SMS/MMS par jour allant jusqu'à plus de 50 messages.

Figure 10 : Valeurs et pourcentages collectés en réponse à la onzième question

➔ Les réponses à la onzième question nous révèlent que 22% des usagers du Smartphone utilisent leurs Smartphones pour chercher des informations, 19% l'utilisent pour faire face à l'ennuie et 18% l'utilisent pour répondre à leurs obligations professionnelles. La quête de l'information étant un nouveau paramètre introduit par les applications et la connectivité évoluée à Internet propres aux Smartphones, suscite l'engouement des adeptes de cette technologie numérique de communication.

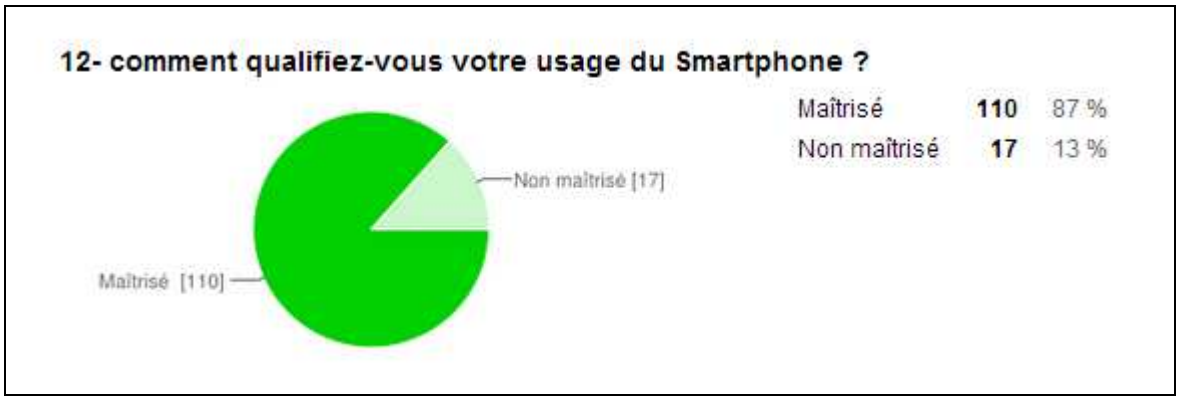

Figure 11 : Valeurs et pourcentages collectés en réponse à la douzième question

➔ Les détenteurs de Smartphones ont majoritairement avoué maîtriser l'usage de leurs mobiles intelligents, seulement dix répondants âgés de 25 à 39 ans et cinq répondants âgés de 15 à 24 ans ont remarqué qu'ils ne maîtrisent pas parfaitement l'usage de leurs dispositifs. Cependant nous avons un grand doute concernant la compréhension des termes « maîtrise » et « non maîtrise » de la part de l'ensemble des répondants à cette question.

Figure 12 : Valeurs et pourcentages collectés en réponse à la 13ème question

➔ 37 % des usagers du Smartphone affirment pouvoir se passer de leurs dispositifs numériques, en revanche 32% estiment ne pas pouvoir s'en passer que quelques heures et pour 31% des sondés ils ne peuvent se passer de leurs appareils qu'un jour ou deux. Ce qui montre une forte implication de l'objet interactif dans la vie quotidienne des usagers ainsi que leur attachement à la présence permanente de ce dispositif.

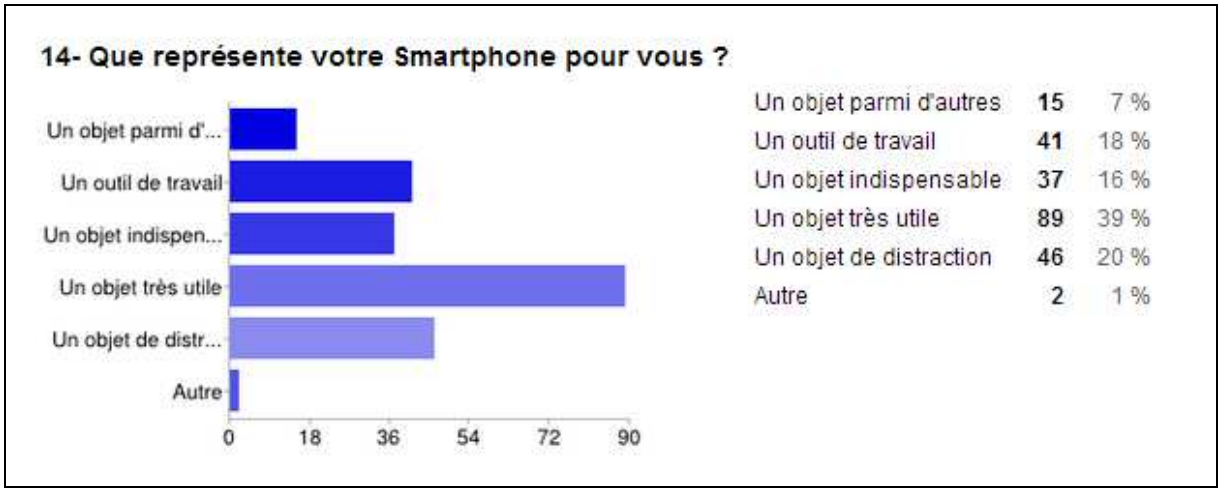

Figure 13 : Valeurs et pourcentages collectés en réponse à la 14ème question

➔ Pour la majorité des répondants (39%) le Smartphone est un objet très utile dans leur vie quotidienne, il est aussi un objet de distraction (20%), un outil de travail (18%) et un objet indispensable (16%). Entre utilité, fonctionnalité et distraction, l'objet technique acquiert de plus en plus d'importance dans le quotidien de ses usagers.

Figure 14 : Valeurs et pourcentages collectés en réponse à la 15ème question

➔ La majorité des répondants à notre questionnaire (60%) ont constaté qu'ils consacrent plus de temps que prévu à l'utilisation de leurs Smartphones. Ceci est peut-être dû à la multifonctionnalité de l'objet et à sa capacité interactive qui captivent les usagers et accaparent leur attention plus longtemps que prévu.

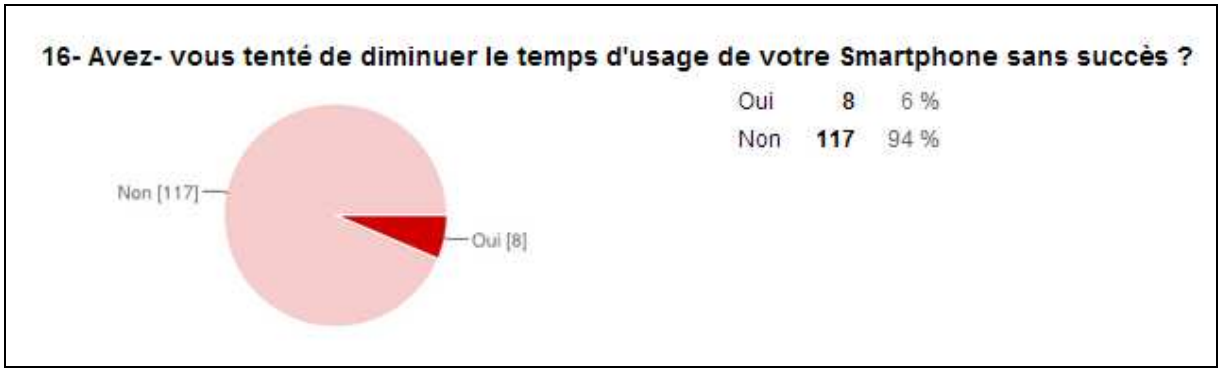

Figure 15 : Valeurs et pourcentages collectés en réponse à la 16ème question

➔ 94% des usagers du Smartphone n'ont jamais essayé de diminuer le temps d'usage de leurs appareils mobiles intelligents. Ce qui veut *a priori* dire que malgré un temps d'usage plus long que prévu (question précédente) les usagers prennent du plaisir à utiliser leurs dispositifs et n'envisagent pas de diminuer la fréquence et la durée d'usage de leurs Smartphones.

Figure 16 : Valeurs et pourcentages collectés en réponse à la 17ème question

➔ Pour 59% des usagers du Smartphone, le dispositif comporte des applications, des jeux, des pages Internet et des fonctions attractives qu'il est difficile pour eux de les éviter. La multifonctionnalité du dispositif, son caractère interactif et son ouverture sur différents domaines : loisirs, informations, réseaux sociaux, etc., peuvent inciter l'usager à accroitre la fréquence d'utilisation du dispositif de communication ainsi que le temps d'usage.

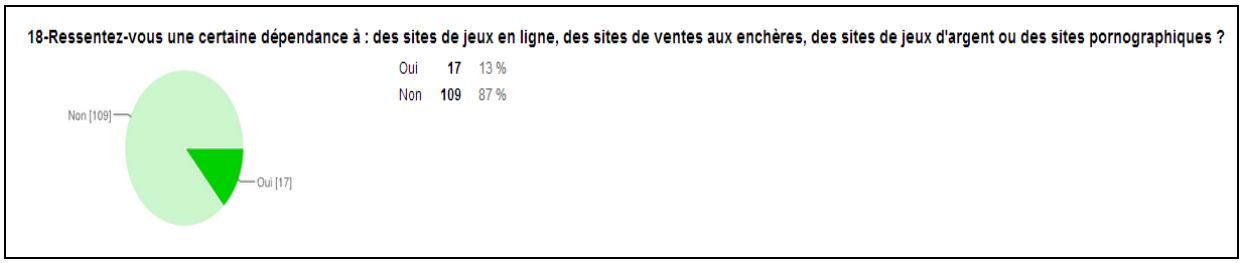

Figure 17 : Valeurs et pourcentages collectés en réponse à la 18ème question

➔ 87% des participants à notre enquête n'éprouvent pas une dépendance à des sites en ligne, des sites de ventes aux enchères, des sites de jeux d'argent ou des sites pornographiques. Nous avons posés cette question pour éviter toutes confusions avec d'autres types de dépendances. L'addiction à des sites de jeux, de ventes aux enchères peuvent induire l'usager à utiliser son Smartphone massivement pour assouvir ses pulsions addictives. La dépendance à ces sites en ligne n'est donc pas une dépendance au dispositif techniques, mais à certaines distractions auxquelles il donne accès.

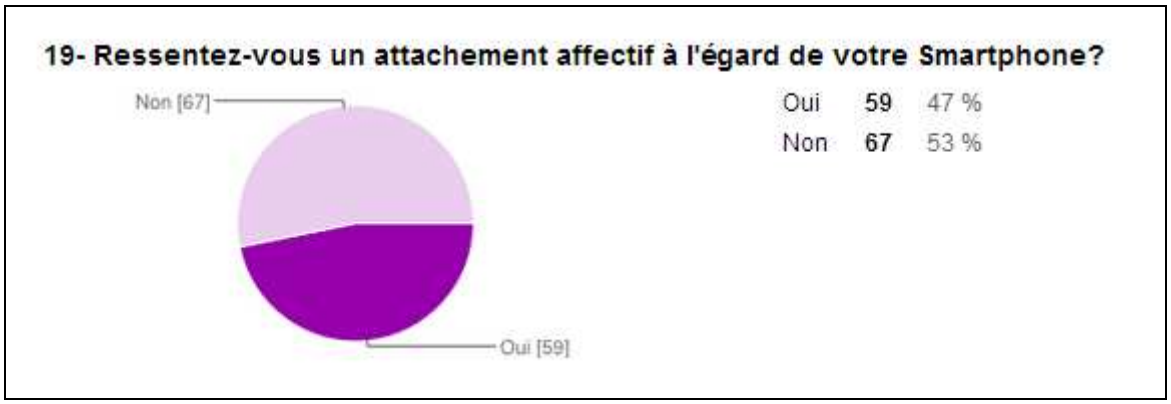

Figure 18 : Valeurs et pourcentages collectés en réponse à la 19ème question

➔ L'avis des répondants est visiblement partagé sur cette question. En effet, pour 53% des usagers du Smartphone, leur dispositif n'a pas une valeur affective, en revanche 47% ressentent un attachement affectif à l'égard de ce dispositif. Il est vrai que le Smartphone contient généralement des données personnelles, sentimentales voire intimes, d'où l'attachement des usagers à leurs souvenirs, leurs photos, leurs messages, etc. Toutefois ces données peuvent être transférer d'un dispositif à un autre grâce au progrès technologique d'où l'engouement des français à l'achat des dispositifs les plus innovants et le changement assez fréquents d'appareils technologiques.

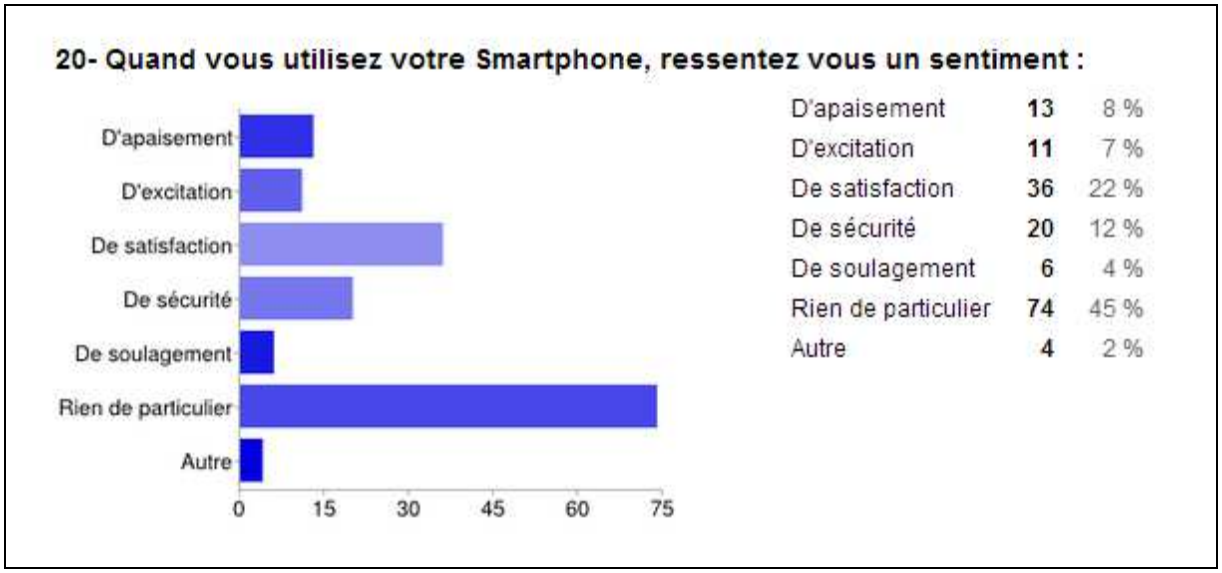

Figure 19 : Valeurs et pourcentages collectés en réponse à la 20ème question

➔ La majorité des répondants (45%) ne ressentent rien de particulier en utilisant leurs Smartphones, en revanche, certains avouent ressentir un sentiment de satisfaction (22%), de sécurité (12%) et d'apaisement (8%). Le Smartphone peut répondre dans ce sens à des impératifs psychologiques qui participent au bien être de l'usager.

Figure 20 : Valeurs et pourcentages collectés en réponse à la 21ème question

➔ 84% des participants à notre enquête affirment que la vie sans leurs Smartphones ne serait pas ennuyante vide et sans joie. En revanche, 16% des usagers pensent le contraire, ce qui dénote de l'importance de la présence de cette technologie dans la vie de certains usagers et le changement qu'elle engendre sur leur manière d'être au monde et leur épanouissement personnel.

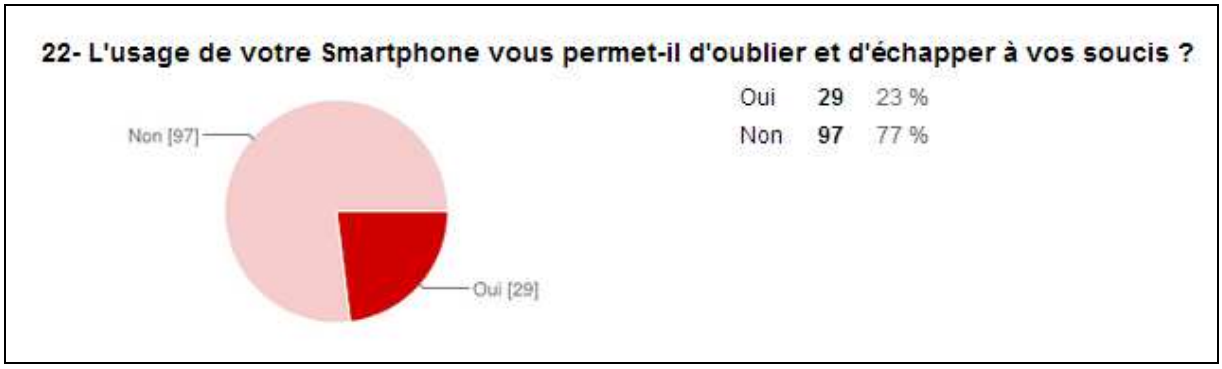

Figure 21 : Valeurs et pourcentages collectés en réponse à la 22ème question

➔ Pour 23% des participants au questionnaire de notre enquête, le Smartphone constitue une échappatoire à leurs problèmes, soucis et inquiétudes. Il leur permet dans ce sens de changer d'idée et d'humeur et d'oublier ne serait-ce que pour un temps court les ennuis du quotidien.

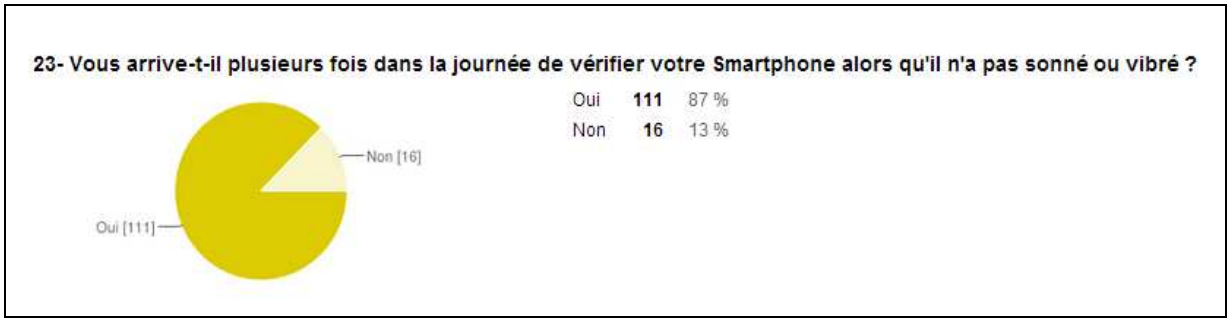

Figure 22 : Valeurs et pourcentages collectés en réponse à la 23ème question

➔ La majorité des répondants (87%) au questionnaire affirment vérifier, plusieurs fois durant la journée, leur Smartphone alors qu'il n'a pas sonné ou vibré. Il est vrai que certains vérifient constamment s'ils ont un appel en absence, un SMS ou un email non lu ou encore s'il y a un commentaire à leurs publications dans les réseaux sociaux, nous pensons que cette vérification récurrente dénote de l'importance du lien à l'autre dans le quotidien de ces individus.

Figure 23 : Valeurs et pourcentages collectés en réponse à la 24ème question

➔ La majorité des répondants (78%) ne se privent pas de sommeil pour passer plus de temps à utiliser leurs Smartphones, par ailleurs, 22% des sondés avouent se laisser tenter souvent par l'envie de continuer à utiliser leurs Smartphones au dépend de leurs temps de sommeil. La joignabilité permanente, la multifonctionnalité et l'interactivité offertes par le dispositif technique captivent certains usagers et les incitent à prolonger l'usage de leurs appareils de communication au dépend de leurs temps de repos et de sommeil.

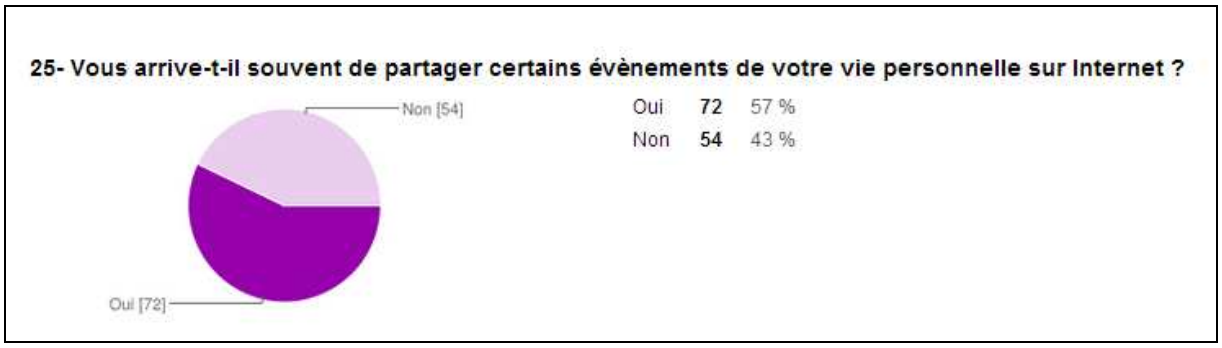

Figure 24 : Valeurs et pourcentages collectés en réponse à la 25ème question

➔ Un nombre important d'usagers du Smartphone (57%) partagent des évènements de leurs vies personnelles sur Internet. La connectivité permanente du dispositif technique a peut être facilité cette nouvelle pratique et ce nouveau désir appelé par Serge Tisseron le désir d' « extimité ».

Figure 25 : Valeurs et pourcentages collectés en réponse à la 26ème question

➔ 64% des usagers du Smartphone laissent volontairement leurs dispositifs techniques en marche quand ils dorment (majoritairement les jeunes âgés entre 15 et 24 ans). Ce qui peut refléter l'inconscience de ces individus des dangers de leur exposition aux radiations permanentes du dispositif ainsi que leur attachement à la joignabilité permanente avec l'autre : Eteindre le dispositif signifie couper momentanément le lien perpétuel aux autres et le désir de rupture avec le monde extérieur et tout ce qu'il implique de sollicitations et d'interactions sociales.

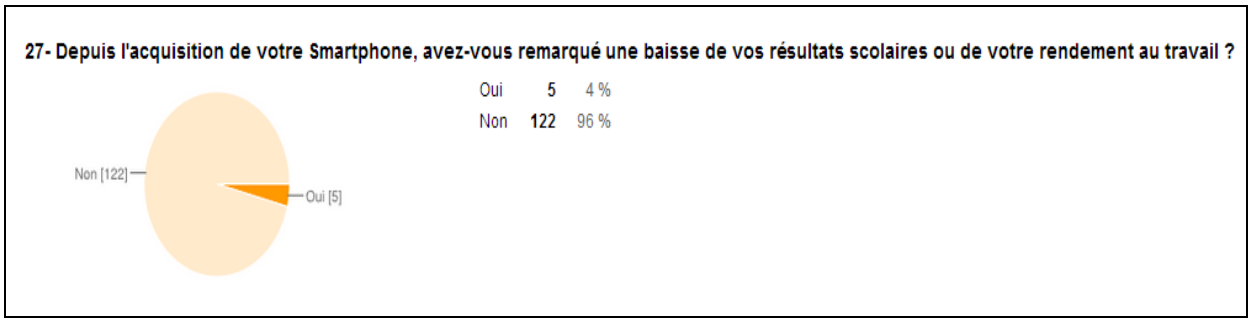

Figure 26 : Valeurs et pourcentages collectés en réponse à la 27ème question

➔ Seulement 4% des participants à notre questionnaire ont notifié une baisse de leurs résultats scolaires ou de leurs rendements au travail, depuis l'acquisition de leurs Smartphones. Ce qui prouve que l'usage non maîtrisé de ce dispositif technique peut être problématique dans certains cas, pour le bien être psychologique, social et professionnel de l'individu. Certes ces cas ne sont pas très nombreux, néanmoins il est important de prendre garde et conscience des dérives qui peuvent être engendrées par un usage compulsif non maîtrisé de ce dispositif intelligent.

Figure 27 : Valeurs et pourcentages collectés en réponse à la 28ème question

➔ Sur les 127 participants à notre enquête par questionnaire, onze (9%) ont avoué avoir tendance à préférer l'isolement depuis l'acquisition de leur Smartphone.

Selon Mr. Michael Stora, l'usage du dispositif devient problématique lorsqu'il provoque une rupture des liens sociaux et amène l'individu peu à peu à l'isolement. Cette nouvelle manifestation comportementale peut être dans ce sens, révélatrice d'un usage problématique du Smartphone, cependant, il est important d'étudier chaque cas séparément et de le soumettre à l'avis d'un spécialiste.

Figure 28 : Valeurs et pourcentages collectés en réponse à la 29ème question

➔ 7% des participants à notre questionnaire révèlent que depuis l'acquisition de leurs Smartphones, ils ont noté une tendance à réduire leurs activités et leurs sorties. Ce qui rejoint finalement l'idée précédemment formulée concernant le penchant au renfermement et à l'isolation comme signe potentiellement révélateur d'un usage problématique du dispositif technique de communication.

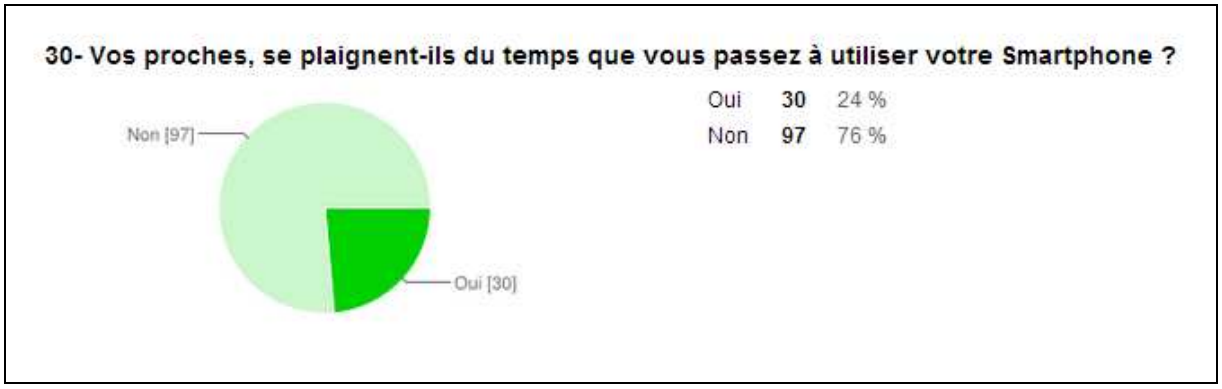

Figure 29 : Valeurs et pourcentages collectés en réponse à la 30ème question

➔ Près d'un quart des répondants à notre enquête (24%) ont avoué que leurs proches se plaignent du temps qu'ils passent à utiliser leurs Smartphones. A partir du moment où l'usage du dispositif engendre des nuisances à l'utilisateur et à son entourage, il peut alors être révélateur d'un comportement problématique. Cependant, comme pour la question précédente il est nécessaire de vérifier nos conjectures par des entretiens individuels élaborés avec l'aide de spécialistes.

Synthèse de notre enquête par questionnaire

Cette enquête par questionnaire nous a révélé qu'il n'existe *a priori* pas de critères diagnostiques prédéfinis pour déceler et identifier un usage problématique du Smartphone. Ce phénomène purement psychologique et sociologique ne peut pas faire l'objet d'une simple enquête par questionnaire, il aurait peut-être été plus judicieux d'élaborer des entretiens individuels en face à face avec des participants qui manifestent un fort attachement à leurs dispositifs techniques ou encore d'organiser des *focus groups* en présence d'un spécialiste en addictologie ou en psychologie, pour pouvoir déceler au cas par cas l'existence d'usages problématiques ou pas.

Chaque individu a son propre vécu, son expérience personnelle, son environnement et ses propres défaillances psychologiques qui peuvent tous entrer en jeu dans la détermination de la nature de son comportement vis-à-vis des technologies numériques de l'information et de la communication. Néanmoins, nous avons pu, à travers ce questionnaire, déterminer la tranche d'âge la plus sensible à l'usage excessif de ce dispositif à savoir les jeunes ou encore les adolescents. Ces derniers, utilisent massivement leurs objets techniques (temps d'usage supérieur à 2 heures par jour, envoie entre 10 et 50 SMS par jour, etc.), afin de garder un contact permanent avec leurs pairs et leurs proches, malgré leur connaissance des potentielles nuisances physiques que peut engendrer ce dispositif technique et les plaintes de leur entourage du temps d'usage excessif qu'ils déploient à pianoter sur les écrans.

Par ailleurs, cette enquête nous a permis de déceler les usages du dispositif propres à chaque génération : l'envoie des SMS/MMS pour les jeunes âgés de 15 à 24 ans, l'utilisation d'Internet pour les individus âgés de 25 à 39 ans et l'usage du téléphone pour les adultes âgés de 40 à 70 ans. Ces usages révèlent les centres d'intérêts et les objectifs d'utilisation du dispositif selon l'âge et les préoccupations des usagers. De surcroît, nous avons pu constater que ce dispositif a acquis une grande importance dans la vie de ses usagers qui l'ont qualifié d'objet très utile et indispensable et qui n'envisagent pas une séparation du dispositif à plus de quelques heures. La multifonctionnalité, la connectivité, la joignabilité permanentes et l'interactivité du dispositif, participent à son ancrage permanent dans le quotidien de ses usagers.

Pour conclure, nous pensons qu'il est préférable de reformuler certaines questions de ce formulaire pour pouvoir en tirer meilleurs profits dans nos projets de recherches futurs.

Retranscription de la conversation du Focus Groupe

Date et lieu du *Focus Group* : Dimanche 23 juin à 15h, chez moi au 13ème arrondissement de Paris

Durée : 1h 10 min.

-Modératrice : Bonjour tout le monde, merci d'avoir accepté de participer à ce Focus groupe, qui me sera d'une grande aide dans l'élaboration de mon mémoire de recherche. Comme je vous l'avais déjà expliqué, le sujet de cette discussion sera l'usage du Smartphone dans la société française. Chacun d'entre vous va commencer par nous parler de son expérience de l'usage de ce dispositif, ce qu'il en pense, ce qu'il ressent et ce que lui procure cet objet lors de son utilisation. Les autres participants, vous pouvez commenter et interagir avec la personne qui a la parole pour lui poser des questions. Vous êtes libre de prendre la parole à tout moment tant que cela n'altère pas le bon déroulement de cette discussion. Ah encore une chose, je sais que cela va être dur pour vous mais je vais vous demander de mettre vos Smartphones en mode silencieux (Rire). Alors commençons par toi Julien, depuis quand possèdes tu ton Smartphone et parles nous de ton expérience avec cette technologie.

-Julien. C : D'accord ! Alors, j'ai acheté mon premier Smartphone, il y a deux ans, enfin, j'ai galéré pour que mes parents me l'achètent (Rire). Celui-là (IPhone 4S), je l'ai acheté il y a 6 mois. Je ne pouvais pas me contenter d'une technologie qui s'est vite fait dépassée, alors j'ai harcelé mes parents pour qu'ils m'achètent un nouveau Smartphone. Mon téléphone ne me quitte presque jamais, il est partout où je vais avec moi. La première chose que je fais le matin c'est consulter mes textos, mes e-mails et mon compte Facebook avec mon Smartphone et ça continue toute la journée comme ça. Je l'utilise en classe, dans le bus, lors du déjeuner, devant la télé et même quand je sors avec mes potes. Il est toujours avec moi. J'adore ce que cet objet me permet de faire. Je suis là avec mes amis et en même temps je peux chatter avec ma copine via textos. Je peux lui envoyer des photos, je suis au courant de tout ce qui se passe dans les réseaux sociaux et ceci sans que je m'arrête de faire ce que je suis en train de faire.

-Modératrice : et comment qualifierez-vous cette relation ?

-Julien. C : Je dirai… de complémentarité, de grand attachement ou encore de dépendance. Oui, oui, je me sens incapable de m'en séparer. Il m'arrive parfois de l'oublier chez moi, et je n'hésite pas à revenir pour le chercher.

-Christelle. B : (Rire). Ça m'est arrivé plusieurs fois moi aussi. Je préfère arriver en retard ou même rater un cours que de rester sans mon téléphone.

-Julien. C : Carrément ! Je sens qu'il me manque quelque chose quand je m'en sépare ou encore que je suis isolé. Dès que je le récupère je me sens soulagé.

-Modératrice : Et qu'est-ce que vous utilisez le plus comme fonctions et applications.

-Julien. C : Essentiellement les textos. J'envoie une cinquantaine minimum par jour. Je suis tout le temps en contact avec ma copine et mes amis. J'utilise aussi beaucoup de jeux et j'écoute tout le temps de la musique. En fait, avec ce téléphone on peut faire ce qu'on veut, on s'ennuie rarement avec ! D'ailleurs mes parents me reprochent toujours d'être constamment sur mon téléphone, il m'arrive de veiller tard la nuit à taper des textos ou à jouer avec mes applications.

-Zied. M : Et cela se répercute sur vos résultats scolaires j'imagine ! (rire)

-Julien. C : C'est vrai que je ne peux pas me concentrer trop longtemps quand je fais mes devoirs et même en classe, d'ailleurs j'ai un prof cette année qui m'a confisqué a plusieurs reprises mon téléphone. En même temps, mon téléphone me permet d'avoir des petites pauses de distraction quand je révise et quand je fais mes devoirs pour pouvoir reprendre les études avec plus de motivation après, donc voilà…

-Modératrice : A vous Christelle, racontez-nous votre expérience avec cette nouvelle technologie.

-Christelle. B : je me demande souvent comment je faisais avant d'avoir mon IPhone. J'ai acheté le premier depuis presque 4 ans et j'en suis de plus en plus accro. En plus j'en change assez souvent : une à deux fois par an. Je passe tellement de temps avec, que je me lasse très vite du design et des fonctionnalités. Comme …

-Modératrice : Julien !

-Christelle. B : oui Julien, je ne m'en sépare presque jamais. Il est toujours à portée de main. Je vérifie plusieurs fois dans la journée s'il est bien rangé dans mon sac ou dans ma poche. Il me permet de tout faire : rester en contact avec mes amis et mes proches, consulter mes mails, voir mon compte bancaire, faire des achats, écouter de la musique, regarder des séries, bref j'ai accès à tout ! Je suis très accro à mon IPhone, j'ai un forfait de 4 heures d'appels avec SMS et Internet illimités et chaque mois je dépasse mon forfait, avec une moyenne de 90 euros, ce qui me pose problème parce que mon compte est

souvent dans le rouge à cause de mes dépassements, mais j'y peux rien, je ne peux pas vivre sans mon téléphone. Je sens le besoin permanent d'envoyer des textos à mon petit ami et mes copines. Quel que soit le contenu. Quand je m'ennuie, je vais sur des sites de blagues et je les partages avec mes amis à travers Facebook ou par texto.

-Modératrice : En prenant un peu de recul qu'en pensez-vous de cette relation que vous avez avec votre téléphone ?

-Christelle. B : je suis totalement accro et j'en suis consciente ! Mais tant qu'il me donne du plaisir, il me facilite la vie, et me permet de rester en contact avec mes amis, je ne me plains pas ! Celui qui a inventé cet appareil est un génie, (rire).

-Modératrice : Avant d'acheter ton premier Smartphone tu avais un téléphone portable classique ?

-Christelle. B : Ouais

-Modératrice : et est-ce que tu étais aussi dépendante à ton portable ?

- Christelle. B : Oui avant j'étais aussi accro aux textos, mais depuis que j'ai acheté mon premier IPhone ça a empiré. Il faut dire que les deux appareils sont très différents, l'évolution est trop grande entre les deux. Avec le Smartphone, d'un coup nous avions eu une dizaine de nouvelles fonctionnalités que nous n'avions pas avec le téléphone portable ! Nous avons eu le tactile, la 3G, une qualité de photo et d'image nettement meilleure, des applications en tous genres, un lecteur mp3 intégré, le GPS… Je pense que cette multifonctionnalité a fait que je suis devenu plus accro à mon mobile. Y'a aussi le confort, le fait d'avoir un écran plus grand, la facilité d'écrire des textos avec le tactile et la connexion instantanée, je pense que ces facteurs ont joué un rôle important aussi.

-Modératrice : Je vois que Zied est étonné en t'écoutant parler de ta relation avec ton mobile (rire).

-Zied : Oui, oui absolument ! Je me demande toujours en regardant les gens dans le métro très absorbés par leurs mobiles ce qu'ils y trouvent d'intéressant à faire dessus. Personnellement, je n'utilise mon Smartphone qu'en cas de besoin. Ce qui m'étonne c'est que ton quotidien est chargé, tu es étudiante, tu m'as dit tout à l'heure que tu travaillais à mi-temps, tu as l'air d'avoir pleins d'amis et tu viens de dire que tu as un petit ami. C'est parfait ! Tu n'as donc pas de vide à combler et logiquement tu n'as pas de temps libre.

-Christelle. B : Justement avec mon téléphone je n'ai pas besoin d'avoir du temps libre pour l'utiliser, je suis capable de faire deux choses à la fois, je n'ai même pas besoin de regarder les touches pour écrire, du coup, je l'utilise à pratiquement tout moment et dans toutes les circonstances (rire).

-Zied. M : Pour ma part, j'ai un forfait, 2 heures d'appels avec SMS et Internet en illimité et je n'ai jamais dépassé mon forfait. Je ne l'utilise que pour mon travail ou pour joindre ma famille, ni plus ni moins. Je consulte parfois mes mails avec dans le métro. Je n'ai pas beaucoup d'amis et je déteste rester plus que 10 min au téléphone, je sens de la chaleur qui se dégage de mon oreille et ça me dérange.

-Christophe. A : Pareil pour moi, je ne l'utilise qu'en cas de besoin. J'ai mon Samsung depuis 3 ans et je l'utilise comme j'utilisais avant mon portable, rien n'a changé. C'est vrai qu'il est devenu beaucoup plus utile, surtout avec la fonction GPS, mais je ne l'utilise qu'en cas de besoin. A la limite, il m'arrive parfois de jouer à « Sodoku » dans le métro, mais rarement. Je pense que c'est un phénomène de jeune. (Rire) il va falloir se mettre à l'évidence Zied, on n'est plus jeune ! (Rire).

-Zied. M : mais si, mais si on l'est ! (rire)

- Christophe, A : c'est peut être un phénomène de mode aussi qui peut disparaître dans quelques années. C'est comme la PlayStation, au début ça a fait le « buzz » tout le monde se l'arrachait, maintenant c'est de moins en moins.

- Julien. C : Non c'est faux, le marché des jeux vidéo n'a pas du tout régressé, c'est juste qu'il y a beaucoup de concurrence, entre la WII, la XBOX- Kinect et la PlayStation, les joueurs sont très partagés, mais je vous assure que le marché des jeux vidéo est en très forte expansion. Je ne pense pas que les téléphones portables sont un phénomène de mode, la preuve depuis leur apparition sur le marché, ils continuent à ce jour d'être des produits très prisés. Mais je suis d'accord avec vous que les jeunes sont les plus grands consommateurs de ce produit.

- Nathalie. T : je pense plutôt que c'est un phénomène générationnel. Chaque génération a ses centres d'intérêt et ses caractéristiques. Comme les jeux vidéo, plus on grandit plus on joue moins. Peut-être qu'en grandissant nous n'aurions plus le même intérêt pour les téléphones portables. Quoiqu'il me semble difficile d'envisager la séparation pour l'instant (rire). J'en suis totalement accro à ces technologies, dès qu'un nouveau produit sort : accessoires, téléphones ou coques il faut que je l'aie. Mes parents se plaignent tout le temps de mon attitude mais n'y peuvent rien. C'est une sorte de passion, cet appareil me complète !

- Aurélie. C : Je ne pense pas que cela va diminuer avec le temps. Ma mère par exemple est presque aussi accro que moi à son portable pourtant elle approche de la cinquantaine. Mais bon, elle l'utilise essentiellement pour son travail, elle travaille dans une agence de voyage

donc elle est tout le temps connectée avec son téléphone pour gérer le site Internet, pour répondre aux questions et vérifier les disponibilités des vols et des hôtels.

-Modératrice : Ta maman est donc plus accro à son travail, qu'à son téléphone.

-Aurélie. C : Oui, c'est vrai qu'elle l'utilise rarement pour se connecter à son compte Facebook et que dès qu'elle rentre à la maison elle utilise plutôt son ordinateur. Mais, elle a une amie qui utilisent énormément son Smartphone pour se connecter à Facebook, à des sites de ventes en ligne et pour jouer avec des applications et qui a peu près le même âge que me mère. Ce qui veut dire qu'il existe des adultes accros à leurs Smartphones.

-Christophe. A : oui mais je ne pense pas qu'ils sont aussi nombreux que les adolescents ! Je pense que les jeunes sont plus sensibles que les adultes : ils voient leurs amis possédant un téléphone dernier cris, ils remuent ciel et terre pour l'avoir eux aussi ! Ils regardent une publicité à la télé sur le dernier IPhone et ils veulent l'avoir de suite. Les jeunes ont besoin de frimer et d'être à la page pour pouvoir s'intégrer plus facilement dans la communauté des jeunes. Ceux qui ne sont pas équipés avec des Smartphones sont mis à l'écart et sont parfois considérés comme démodés ou marginaux.

-Julien. C : C'est clair qu'avoir un Smartphone ça facilite l'intégration. Dans ma classe par exemple nous en avons tous un ! On ne peut pas être dans la « *Vibe* » si on n'est pas équipé des dernières technologies. On ne peut pas être au courant de ce qui se passe, si on n'a pas les textos et Internet. L'info ne circule plus désormais que par ces deux voies. Si je n'avais pas d'IPhone, je raterai toutes les soirées, toutes les sorties, tous les évènements et surtout toutes les nouvelles qui peuvent circuler sur qui sort avec qui, qui drague qui, qui déteste qui, etc. (Rire). C'est vraiment un outil d'intégration.

-Zied. M : oui mais tu n'as pas besoin de Smartphone pour avoir toutes ces informations. Tu peux avoir un téléphone portable classique pour recevoir les textos, et te connecter chez toi depuis un ordinateur pour recevoir les *news*.

-Julien, C : Non c'est trop tard ! Si j'attends de revenir chez moi pour réagir je raterai la moitié des soirées et des programmes. Notre génération est une génération de la réactivité et de l'instantanéité. Tout se fait rapidement. Le Smartphone a peut-être simplifié et je dirai même amplifié ce côté-là !

-Christelle. B : Je suis d'accord avec toi. Avant quand j'étais petite, quand je rentrais chez moi après les cours, j'attendais forcément le lendemain pour revoir mes copines et papoter avec elles. C'est vrai que ça avait un charme, ça me motivait pour aller à l'école. Maintenant, ce n'est plus pareil. Ma meilleure amie, est quasiment au courant de tout ce

que je fais, elle est toujours présente, on s'envoie une trentaine de messages par jour et c'est la même chose avec mon copain. La technologie nous a énormément rapprochés.

-Christophe. A : Oui ça a certainement rapproché les gens, mais tu ne penses pas que ce rapprochement est exagéré. Enfin, je veux dire que finalement pourquoi as-tu besoin de tout raconter à ton amie et à ton copain ? Ceci diminue tes libertés et te contraint à toujours leur raconter tout ! On est là depuis disons, une vingtaine de minutes et ton téléphone a vibré au moins dix fois ! Tu ne peux pas faire quelque chose sans être harcelé par des textos, et des notifications ! Et je suis sûr que tu meurs d'envie d'aller lire tes messages en ce moment.

-Christelle. B : oui c'est vrai (rire). Je suis très tentée de lire mes mails et textos en ce moment mais je garde le contrôle (rire). Je ne suis pas « addict » à ce point-là, je contrôle la situation, quand je sais que je dois laisser mon téléphone de côté pour quelques instants je le fais. C'est vrai qu'après je suis trop contente de le retrouver et de joindre mes amis.

-Modératrice : Cette relation entre guillemets "fusionnelle" avec ton téléphone, interfère-t-elle d'une manière négative sur ta vie familiale, sociale et universitaire ?

-Christelle. B : non, non ! Enfin si parfois !

-Modératrice : attends je reformule : As-tu constaté des nuisances engendré par cette relation fusionnelle avec ton Smartphone ?

-Christelle. B : Bon c'est vrai que quand je vais voir mes parents, ils me reprochent de ne pas passer assez de temps avec eux, trop absorbé par mon téléphone, mais à part ça je ne pense pas qu'être en contact avec mes amis peut nuire.

-Modératrice : Et vous Aurélie ?

-Aurélie. C : Pareils mes parents n'arrêtent pas de se plaindre. D'ailleurs quand ils veulent me punir, ils me confisquent mon téléphone. Ils savent que j'y tiens tellement, qu'ils utilisent cela pour me punir. C'est vrai que je délaisse totalement mes proches, les réunions familiales et même parfois les repas en famille à cause de mon absorption par mon téléphone mais bon je m'amuse tellement avec mon Smartphone que j'oublie tout ce qui m'entoure.

-Zied. M : Et tu utilises ton téléphone pendant les cours ?

-Aurélie. C : Oui j'essaie d'être discrète pour ça parce que j'ai déjà eu des reproches de mes profs.

-Zied. M : Donc tu ne peux te concentrer à 100% lors de tes cours ?

-Aurélie. C : Oui c'est vrai que cela peut me déconcentrer des fois, mais bon mes amis savent quand est ce que je suis en cours alors ils ne m'envoient des textos que quand c'est

important. C'est vrai que mes résultats scolaires ont baissé cette année mais je pense que c'est plutôt dû à cette période d'adolescence où étudier n'est plus vraiment une priorité ! Je ne pense qu'à sortir, profiter de la vie, de mes amis et voilà.

- Modératrice : Et vous Julien ?

-Julien. C : Oui, je pense qu'il y a des avantages et des inconvénients à être toujours connecté. Le téléphone me déconcentre certainement, quand je fais mes devoirs ou quand je suis en cours. D'autant plus que j'y passe énormément de temps surtout avant de m'endormir. Ce qui me pousse à veiller très tard et à avoir des difficultés à se réveiller le lendemain. Il faut que je fasse plus d'effort dans ce sens-là : contrôler mes envies de jouer à « *Angry Birds* » ou « *Incomania* ».

- Modératrice : Nathalie, qu'en penses-tu ?

- Nathalie. T : Pareils pour moi aussi, je suis très souvent tentée de m'isoler avec mon téléphone du reste de la famille, du coup il me reproche souvent ça. Y'a un autre point qui peut être une source de nuisance aussi : je passe tellement de temps à écrire des textos avec le langage SMS que quand j'écris mes dissertation, j'ai du mal à écrire correctement. Je fais énormément de fautes d'orthographe parce que je pense que j'ai pris l'habitude d'écrire des abréviations de mots. Mais aussi parce que je ne lis pas assez de livre, je passe tellement de temps avec mon téléphone que finalement il ne me reste pas beaucoup de temps pour lire. Je me rends compte que ce langage des textos est devenu très courant pour moi, je l'utilise même quand je parle dans une conversation avec quelqu'un : J'utilise souvent « LOL », « MDR » et des expressions de ce genre quand je parle, du coup je pense qu'il faut que je fasse plus d'effort dans ce sens.

-Modératrice : Zied et Christophe, pour vous y'a pas de problèmes je pense, puisque vous maîtrisez l'usage de votre mobile.

-Zied. M : Pour moi, je n'ai pas de problème, je peux m'en passer facilement et je ne suis pas du tout fan des textos ni des appels téléphoniques, comme je vous l'avez dit je ne l'utilise qu'en cas d'urgence ou pour consulter mes mails.

-Christophe. A : Pour moi, ce qui me dérange c'est le fait d'être localisable partout. Quand ma compagne m'appelle, elle me pose toujours la même question : « T'es où ?». Je dois toujours dire où je suis, ce que je suis en train de faire, je suis avec qui… ce n'est pas que je veux cacher des choses mais je ne veux pas être obligé de rendre des comptes à quelqu'un sous prétexte que je suis joignable. Je déteste aussi le fait que les gens ne respectent pas le temps de repos des autres. Ils m'arrivent souvent de recevoir des appels téléphoniques du boulot ou des e-mails auxquels je dois répondre de suite parce que c'est

soit disant urgent alors que je suis censé être en vacances ou en weekend. Je travaille plus que mes heures de travails hebdomadaires à cause de mon Smartphone. C'est un couteau à double tranchant ce « machin », parce que d'une part ça nous facilite la vie et d'autre part il délimite notre liberté.

-Modératrice : Pensez-vous que les designers ou créateurs de ces produits ont prévus que cette technologie sera très apprécié par les jeunes ?

-Julien. C : je pense que oui. Ils savent très bien que nous allons adorer. Vous pouvez vous en rendre compte rien qu'en regardant les publicités qui passent à la télé : On n'y voit pratiquement que des jeunes. Et puis les accessoires, les formes et les couleurs qu'ils attribuent à chaque nouvelle version visent à attirer tous les âges et tous les goûts.

-Christelle. B : et puis les opérateurs téléphoniques y sont pour quelque chose eux aussi ! Avec les offres de Smartphone à 1 euro quand on achète un forfait mobile, il est difficile de résister à la tentation ! Et puis il y a du choix, à chaque budget correspond une offre, du coup c'est assez tentant. Les parents achètent des mobiles à leurs enfants de plus en plus tôt et ils trouvent des forfaits pas chers du tout. Je crois que Free a un forfait à 2 euros par mois, bon sans le mobile mais c'est déjà hyper intéressant !

-Christophe. A : c'est clair que les industriels travaillent ensemble pour vendre leurs produits et tenter le maximum de consommateurs. C'est la loi de la société de consommation de masse, nous sommes des spectateurs, on joue avec nos émotions, on nous influence, tout ça pour qu'on consomme encore et encore et nous on tombe toujours dans le piège (rire).

-Nathalie. T : et puis c'est le cours normal de l'évolution de la technologie je trouve : si nous ne consommons pas, les industriels n'auront pas assez de ressources pour améliorer la technologie existante et inventer de nouveaux produits. S'il y a de la demande il y aura du progrès !

-Zied. M : Dans le cas du Smartphone, je pense que ça dépasse les espérances des industriels de ce côté-là. Dans la boite dans laquelle on travaille moi et Christophe, nous sommes en contact avec Apple et IBM. Leurs chiffres d'affaire ont considérablement augmenté ces dernières années avec l'expansion très rapide des Smartphones et des nouvelles technologies. Croyez-moi les ressources qu'ils ont leurs permettront de faire des recherches pendant des années et des années. Je pense que c'est comme a dit Christophe, la loi de la société de consommation. On nous tente, nous achetons, on nous retente, nous rachetons. Et ça ne finit pas. Les industriels ont bien compris cela et ils n'hésitent pas à user de tous les moyens pour faire en sorte que nous achetons et rachetons leurs produits.

-Modératrice : Personnellement je pense que les industriels jouent énormément sur certains aspects de la société moderne. Les jeunes sont de plus en plus en quête de liberté et d'émancipation des contraintes imposées par la société et plus précisément par leurs parents. De plus, ces derniers consacrent de moins en moins de temps à leurs enfants qui se sentent délaisser ou abandonner. Le téléphone leur donne justement ce pouvoir de rester toujours en contact avec leurs semblables et de compenser l'absence et l'affection de leurs parents.

-Aurélie. C : Oui c'est peut-être vrai ! Mes parents travaillent toute la journée, je suis fille unique et je passe toute la journée avec mes amis. Heureusement que j'ai mon téléphone, sinon j'aurai passé mes journées seule. J'ai pris l'habitude de me confier à mes copines plutôt qu'à mes parents puisqu'ils ne sont pas assez présents dans mon quotidien. Du coup je leur raconte tout. Ma mère vient dans ma chambre des fois et me demande de lui raconter si j'ai un petit ami, si je suis amoureuse et tout. Mais je refuse de lui en parler, parce que justement je ne suis pas habituée à partager des choses sur ma vie sentimentale avec elle. Tandis qu'avec ma meilleure amie par exemple, elle est au courant de tout à la minute où ça se passe. Je ne sais pas si c'est une histoire d'âge ou d'habitude mais en tous cas je préfère de loin me confier à mes copines qu'à ma mère par exemple.

-Christelle. B : Oui je pense que le téléphone peut compenser certains manques. Mais je pense aussi que les jeunes l'utilisent aujourd'hui plutôt comme un moyen d'expression en toute intimité et discrétion. Il est clair qu'écrire est plus facile que discuter. Par exemple, si un garçon me plait et que j'ai envie qu'il m'aborde. Il est beaucoup plus facile pour moi de lui envoyer un texto ou un message sur Facebook que d'aller à sa rencontre en face à face ! (Rire). Un autre exemple : il est beaucoup plus facile de dire pardon ou je m'excuse à quelqu'un par texto qu'en face à face surtout si on est trop fier. Toute la gêne et le malaise qui peuvent se rapporter à certains sujets délicats se trouvent minimiser voire effacer quand on utilise l'écriture au lieu de la parole.

-Modératrice : Du coup si vous devriez choisir une qualité parmi toutes les facilités offertes par votre Smartphone, vous choisirez laquelle ?

- Julien. C : Je dirais « No Limit ». Tout est possible avec cet appareil. Y'a tellement de possibilités qu'on sent qu'on a entre les mains, un concentré de technologie super efficace qui nous donne accès à tout ou presque.

-Christelle. B : Pour ma part je dirais : liberté. Cet appareil nous offre la liberté de discuter avec qui on veut, de se divertir quand on veut, de rester joignable ou pas, d'avoir de l'aide

quand on en a besoin… Comme l'a dit Julien, cette multitude de possibilités offerte par ce téléphone nous donne de plus en plus de liberté et de pouvoir.

- Zied. M : Liberté ! Oui d'un certain point de vue. Mais je pense que ça vous rend surtout dépendant à cet objet. Si vous le perdez, vous vous sentiriez perdu ou désemparé. Donc ça vous donne certes des libertés, mais d'autre part ça conditionne aussi.

Pour ma part je dirais utile. En cas de besoin, il sert toujours.

-Christophe. A : Même avis que Zied c'est utile et fonctionnel.

-Aurélie. C : Moi je dirais la présence. Personnellement je me sens rarement seule ou ennuyée quand j'ai mon smartphone à portée de main. Il me divertie et il m'occupe quand je n'ai rien à faire et cela me permet d'être rassuré quand je perds mon chemin, quand je suis en retard ou encore quand je me retrouve dans de mauvaises situations. Je sais que très rapidement je peux avoir l'aide et le soutien de mes amis et proches grâce à mon téléphone.

-Nathalie. T : Pour moi c'est le contact permanent. J'aime être tout le temps en contact avec mes amis et mes proches et c'est ce que je préfère le plus dans mon téléphone. Cette joignabilité quasi permanente me donne de la confiance et de l'assurance.

- Modératrice : Le fait que vous et plus généralement les jeunes partagent tout avec leurs amis, et ils publient ce qu'ils font sur les réseaux sociaux : leurs photos, leurs sorties, leurs commentaires, leurs vidéos. Vous n'y voyez pas un certain, entre guillemet voyeurisme, sur la vie privée des autres ?

- Christelle. B : Bah Non ! Chacun est responsable de ce qu'il publie ou pas. Rien ne nous oblige à publier nos photos et nos vidéos ! Vous pouvez avoir un compte Facebook, sans pour autant avoir une photo de profil ou une très grande activité sur votre mur. C'est vrai que certains s'amusent à voler les photos des gens pour ouvrir des faux comptes et s'offrir une autre identité, mais bon ces gens-là sont des malades. Il faut savoir se protéger dans ce genre de réseaux. Il faut mettre en place les paramètres de sécurité pour que vos photos et vos publications ne puissent être vu que par vos amis.

-Julien. C : Oui je suis d'accord avec toi. Mais même sans le vouloir, on est parfois tenté de voir les photos des gens, de connaitre leur secrets et leurs situations amoureuses. Ça rentre dans le jeu de la séduction sur le net je trouve. Beaucoup de jeunes utilisent internet pour draguer et se faire de nouveaux amis et de nouvelles connexions. C'est très efficace et c'est rapide pour faire connaissance. 50% de mes amis Facebook, je ne les connais pas vraiment. Ce sont des amis de mes amis, des filles que j'ai repéré dans le lycée ou encore des filles que leurs photos de profils m'ont plu.

-Christophe. A : Oui mais il faut faire attention. J'ai une connaissance à moi, qui a fait confiance à un mec qui lui a fait un chantage après. Il voulait qu'elle lui donne de l'argent pour qu'il n'envoie pas des photos d'elle qu'il a modifiées avec Photoshop à ses amis sur Facebook. Heureusement que ça ne s'est pas mal terminé et que le mec a été bloqué par ses amis mais ça aurait pu dégénérer et causer de graves problèmes à cette fille. Il faut vraiment être vigilent avec ce genre de réseaux. Il faut sélectionner ce qu'on publie et ce qu'on ajoute à sa liste d'amis.

-Modératrice : Oui le problème avec ces technologies c'est qu'elles sont bourrées d'informations privées. Imaginez que vous perdez votre Smartphone, qu'est-ce qui vous dérangera le plus ?

-Christelle. B : oh là ! C'est ma plus grande crainte. Je n'ose même pas imaginer l'état dans lequel je serai. Celui qui me volera mon téléphone aura accès à plus de 700 photos de moi et de mes amis, à ma boite d'email, mon compte Facebook et Twitter, à tous mes textos, mes souvenirs et mes vidéos. Il saura tout de ma vie privée. Je sauvegarde parfois mes photos dans mon ordinateur, mais pour le reste il a accès à tout. Ça sera un vrai cauchemar. Je perdrai ma liste de contact aussi… Je préfère ne pas y penser, rien que de le faire ça m'angoisse.

- Aurélie. C : je me suis fait voler mon téléphone l'an dernier et c'était trop dur à gérer. De un : le coût de remplacement du téléphone n'était pas le moindre et mes parents ne voulaient plus m'acheter un Smartphone cher et de deux j'ai été obligé de changer tous mes mots de passes pour les réseaux sociaux, l'email et tout. Et de supprimer mes photos sur Internet. Mais bon je regrette toujours la perte des photos enregistrées sur mon téléphone et mes textos. Quand je pense qu'un inconnu a pu lire mes messages perso, ça me rend malade.

-Julien. C : Oui j'imagine. J'essaie de faire attention de ce côté-là et de sauvegarder tout ce qui est important pour moi, dans mon ordinateur, ou encore dans des disques durs externes. Malgré les performances de ces appareils hautement technologiques, je sais que ça reste des machines susceptibles de tomber en panne ou de se détruire à tout moment. Les smartphones sont de plus en plus minces et fragiles, il suffit qu'il glisse de vos doigts et hop, il se casse en morceau. J'ai déjà fait tomber mon téléphone dans une piscine et ça m'a appris à sauvegarder tout ce qui a de la valeur pour moi.

-Zied. M : Pour ma part ce qui me dérangerai le plus c'est les procédures à adopter en cas de perte ou de vol et le coût de remplacement du téléphone. A part ça, je n'enregistre pas

beaucoup de choses là-dedans. J'aurais à changer mes mots de passe surtout pour mon email mais rien de très grave.

-Christophe. A : Pareil.

-Nathalie. T : Fort heureusement je n'ai pas eu ce genre d'accident, mais je ferai mieux d'enregistrer mes photos et mes informations personnelles ailleurs. Je pense que je me sentirai mal de savoir qu'un intrus a accès à mes textos et mes photos. J'aurai peur qu'il les utilise sur Internet ou qu'il en fasse un mauvais usage. Je pense que c'est ce qui m'affectera le plus.

-Modératrice : Vous avez certainement tous entendu parler des dangers que peut provoquer une exposition permanente aux radiations émises par les téléphones et toutes les sortes de maladies qui peuvent être engendré par l'usage excessif de ce médium. Qu'en pensez-vous ?

- Christelle. B : Personnellement je n'ai jamais entendu dire que quelqu'un est mort parce qu'il utilisait intensément son téléphone portable. Du coup je n'accorde pas beaucoup d'importance à ces choses. J'ai lu sur Internet, que cela peut causer le cancer et des troubles musculaires mais bon… Tant que les risques ne sont pas énormes, je continue à l'utiliser. Mes parents me demandent toujours d'éteindre mon téléphone ou de le mettre en mode avion quand je dors mais je ne peux m'empêcher de le laisser en marche et tout près de mon oreiller.

Je reçois tout le temps des textos de mon copain et de mes copines, du coup je le laisse en marche.

-Julien. C : Moi aussi je le laisse tout le temps en marche à côté de moi, même quand je dors. Il se peut qu'il y ait une urgence ou quelque chose d'important, je dois être joignable. Pour les maladies, la fatigue visuelle et les troubles musculaires, il m'arrive parfois d'avoir mal aux doigts quand j'écris trop de textos, mais je connais mes limites, quand je me fatigue, je me repose. Sinon, comme l'a dit Christelle, tant que personne n'en est mort, je continuerai à l'utiliser.

-Zied. M : Bah pour l'instant personne n'est mort oui mais il y a des risques de cancer de cerveau et de graves maladies. Personnellement je l'étain avant de dormir et quand je sais que j'aurai peut-être des appels téléphoniques du boulot tôt le matin je le laisse en marche mais pas dans ma chambre à coucher. J'essaie de m'en éloigné le maximum.

-Christophe. A : Pour ma part je le laisse en marche la nuit au cas où. Mais bon c'est vrai qu'on a tous tendance à oublier que c'est peut être très dangereux. J'en ai entendu parler de

plusieurs études qui ont été faites pour démontrer que c'est dangereux toutes ces ondes, mais bon je tacherai de faire plus attention.

-Aurélie. C : Je pense que le risque est minime par rapport à toutes les facilités que le téléphone nous offre c'est pour cela que je n'y pense pas trop.

-Nathalie. T : Moi aussi même chose, il m'arrive d'avoir les yeux qui piquent ou mal à la tête tellement je fixe le petit écran. Mais dès que je m'arrête et que je me repose ça va beaucoup mieux. Donc pour l'instant il n'y a rien d'alarmant.

-Modératrice : Je vous remercie tous pour votre participation. Nous avons passé un bon moment ensemble. Cette discussion, va beaucoup m'aider dans l'élaboration de ma recherche. Encore merci, c'est très aimable de votre part.

Liste des sondages collectés

- **Médiamétrie (Avril 2012)** : Etude réalisée par Médiamétrie - Ad'Hoc pour Les échos conférences (avril 2012), publiée par Audience le Mag : « Jamais sans mon Smartphone » (Décembre 2012). L'étude a été réalisée auprès de 1.003 utilisateurs âgés de 15 ans et plus. Lien Internet de la publication :
http://www.audiencelemag.com/index.php?article=48#.UVGImhzZYrU
- **Médiamétrie (Juillet 2012)** : Etude réalisée par Médiamétrie en juillet 2012 : Téléphonie et services mobiles/ Mobile consumer insight et publiée par Audience le Mag : 15-24 ans Mobile rime avec Smartphone. Lien Internet de la publication : http://www.audiencelemag.com/index.php?article=45
- **Credoc (Décembre 2012)** : « La diffusion des technologies de l'information et de la communication dans la société française » est une étude réalisée par le CREDOC pour l'ARCEP (Autorité de régulation des communications électroniques et des postes) et le CGEIET (Conseil général de l'économie, de l'industrie, de l'énergie et des technologies) et publiée suite à la Conférence de presse du 10 décembre 2012. L'enquête a été réalisée en face-à-face en juin 2012 auprès de 2206 personnes représentatives de la population des 12 ans et plus selon la méthode des quotas. Source Internet : http://www.arcep.fr/fileadmin/reprise/communiques/communiques/2012/dossier-presse-credoc-2012-101212.pdf
- **Kantar Media (2012)** : Etude réalisée par Kantar Media auprès de 4200 interviewés de 11 à 24 ans sélectionnés sur des critères de représentativité sociodémographique. Les données sont collectées en ligne et sont délivrées tous les six mois. Source Internet : http://www.kantarmedia-tgifr.com/news/199/La-t%C3%A9l%C3%A9phonie-mobile-chez-les-11-24.php
- **AFOM et TNS Sofres (Octobre 2010)** : Etude élaborée par l'AFOM et le TNS Sofres en Octobre 2010. Échantillon national de 1217 personnes représentatif de l'ensemble de la population âgée de 12 ans et plus, interrogées en face à face à leur domicile par le réseau des enquêteurs TNS Sofres. Méthode des quotas (sexe, âge, profession du chef de ménage) et stratification par région et catégorie d'agglomération. Date de réalisation : les 27 et 30 août 2010. Source Internet : http://www.tns-sofres.com/_assets/files/2010.10.19-afom.pdf

- **Orange Exposure (2012/2013)** : Étude annuelle réalisée en ligne durant l'été 2012 dans 3 pays : France, Royaume-Uni et Espagne pour le compte d'Orange Advertising, auprès de plus de 3000 mobinautes (dont 1077 en France). Source Internet : http://www.tns-sofres.com/points-de-vue/71C211C357D44CB1A21D88B7EEA29197.aspx
- **IFOP (Février 2013)** : Etude réalisée par le département Opinion et stratégies d'entreprise de l'IFOP pour le compte de ROOMN en février 2013. L'étude s'intitule : Les français et la dépendance au téléphone portable. L'échantillon se compose de 995 personnes, représentatif de la population française âgée de 18 ans et plus. La représentativité de l'échantillon a été assurée par la méthode des quotas (sexe, âge, profession de la personne interrogée) après stratification par région et catégorie d'agglomération. Les interviews ont eu lieu par questionnaire auto-administré en ligne (CAWI - Computer Assisted Web Interviewing). Dates de terrain : Du 24 au 25 janvier 2013. Source Internet : http://www.ifop.com/media/poll/2167-1-study_file.pdf
- **Ipsos (Février 2012)** : Etude élaborée par Ipsos pour Google, publiée en février 2012, concernant les usagers de Smartphones dans 26 pays différents, âgés de 18 ans et plus et qui ont été interrogé par des entretiens en ligne. La publication de l'étude qui s'intitule : « Our mobile planet : Global Smartphone Users » a par contre concerné 6 pays à savoir : la France, les Etats Unis, l'Espagne, l'Angleterre, l'Allemagne et le Japon. Source Internet : http://fr.slideshare.net/anglada95/google-our-mobile-planet
- **Ipsos (Mars 2011)** : L'Etude « les entreprises françaises face au défi du mobile » a été réalisée par l'Ipsos pour Google « Think Mobile » en Mars 2011. L'échantillon comportait 2000 répondants représentatifs de la population française de 18 ans et plus. Lien Internet : http://www.petitweb.fr/documents/Google%20Think%20Mobile.pdf

Biographie de Mr Michael Stora

Diplômé de l'École Supérieure d'Études cinématographiques (1992), Michael Stora a changé de formation pour devenir psychologue-psychanalyste (Diplôme de Psychologue clinicien, Université de Paris 7, 1996) et expert dans les mondes numériques qui ne cesse de s'interroger sur les liens inconscients qui existent entre les êtres humains et les images.

En 2000, il cofonde l'OMNSH (Observatoire des Mondes Numériques en Sciences Humaines, http://www.omnsh.org) pour rassembler les chercheurs et publier leurs contributions universitaires. Dans le cadre d'une institution en pédopsychiatrie, il crée un atelier jeu vidéo auprès d'enfants et d'adolescents souffrant de troubles du comportement.

Depuis 2001, il effectue des conférences auprès d'association de parents (UNAF, UNAPEI, etc..) et des centres culturels et médiathèques pour former des animateurs, éducateurs aux réflexions psychologiques sur les mondes interactifs.

En 2002, il a travaillé comme consultant pour SEGA, Ubisoft, Electronic-Arts, Microsoft, Mimesis, etc. Trois ans après, il publie le livre « Guérir par le virtuel, une nouvelle approche thérapeutique » (Edition les presses de la Renaissance).

A partir de 2006, il a commencé à former des addictologues, psychologues et psychiatres à la prise en charge des cyberdépendants. (COPES, EPE, etc.). A cette même année, il co-publie le livre « L'enfant au risque du virtuel », aux éditions Dunod, co-écrit avec Serge Tisseron et Sylvain Missonnier (Mai 2006). Parallèlement il exerce comme psychanalyste dans son cabinet situé au 11eme arrondissement à Paris et reçoit de plus en plus d'adolescents et adultes qui sont «accrocs » aux jeux vidéo et au chat.

En 2007, il a été nommé comme expert auprès des ministères de la jeunesse, la culture et l'éducation pour le projet PEM (éducation aux multimédias). Dans la même année il publie un livre qui s'intitule « Les écrans, ça rend accro… », aux éditions Hachette Littérature.

En 2008, il devient expert auprès de la Commission AB interministérielle des marchés pour le ministère de l'éducation nationale et de l'industrie pour les questions des jeux vidéo à l'école. Parallèlement, il commence à diriger la cellule psychologique pour Skyrock.com, pour la mise en place d'un travail de réseau pour la prévention des blogs à risque.

En 2009, Le projet « Archaos, Mellow's Quest », destiné aux enfants et adolescents obèses, est retenu par l'appel à projet organisé par le ministère de l'économie numérique. Suite à cela, il a été nommé au comité de sélection de la Fondation SFR, (rentrée 2010).

En 2012, il rejoint la société Manzalab spécialisée dans le « Serious Game » en tant que conseiller scientifique. Et au court de cette même année il entame l'écriture de son livre «Clinique du virtuel, de la médiation à l'addiction», dont la sortie est prévue rentrée 2013.

PUBLICATIONS

Livres

Stora, M. (2003). «Marcher dans l'image: une narration sensorielle », in Coll.: Dossier en SciencesHumaines sous la direction de Mélanie Roustan. Ed L'Harmattan, Paris.

Stora, M. (2005). « Guérir par le virtuel, une nouvelle approche thérapeutique », Édition les Pressesde la Renaissance, Paris.

Stora, M. (2006). « L'enfant au risque du virtuel », collection Inconscient et Culture, Co-écrit avec Serge Tisseron et Sylvain Missonnier. Éditions Dunod, Paris.

Stora, M. (2007). « Les écrans, ça rend accro… », Collection « Ca reste à prouver… », Éditions : Hachette Littérature, Paris.

Stora, M. (2007). « Second Life ». Ouvrage collectif dirigé par Mario Gerosa. Ed Meltemi, Roma.

Stora, M. (2010). « Des avatars et des hommes », Co-écrit avec Nicolas Gaume. ed. Anne Carrière, Paris.

Stora, M. (2010). « Introduction au Serious Game », Editions Question théoriques sous la direction de Julian Alvarez et Damien Djaouti.

Stora, M. 2010. « Télé et jeux vidéo, un bon dosage pour un bon usage », Co-écrit avec Madeleine Deny. Ed. Nathan. Collection « Les petits guides parents. »

Stora, M. 2010. « Dictionnaire de l'adolescence et de la jeunesse », Définition du mot «Image», sous la direction de David Le Breton et Daniel Marcelli. Editions Quadrige/ Presse Universitaire de France.

Articles

Stora, M. (2004). « Le jeu vidéo: de l'addiction. », Revue Adolescence.

Stora, M. (2006). "Ico; un conte de fée numérique, histoire d'un atelier jeu vidéo", Revue L'autre.

Stora, M. (2008). « Ca ne regarde que les autres, la blogthérapie, Revue Enfance et psy.

Stora, M. (2009) « L'addiction aux jeux vidéo ou comment tenir le monde dans son poing fermé », Revue Soins psychiatrie, numéro 262, mai/juin 2009.

Stora, M. (2009). « Rêve et réalité : une clinique du jeu vidéo comme médiation thérapeutique», Revue Dialogue, numéro 186 : « De l'imaginaire au virtuel », Edition Eres.

Stora, M. (2009). « Jouer au jeu vidéo ; entre rêve et passion. Un self-interactif à portée de main », Psychiatrie Française, Numéro 3/2009.

Stora, M. (2009) « Le blog à l'épreuve de l'adolescence ». Revue EMPAN, numéro 76, Edition Ères.

Presse et Médias

Télévision : Journal Télévisé de TF1, France 2, France 3, « Sept à Huit », « Ça se discute », «Vie privée, vie publique » sur les addictions, documentaire sur Arte réalisé par Jean-Pierre Limousin sur soigner avec des jeux vidéo, « E=M6 », Portait du jour sur LCI, 100% MAG etc...

Radio : France Inter, France culture, Europe1, RTL, etc.

Articles : Le Monde, Libération, Télérama, Le nouvel Observateur, l'Express, Le Point, Paris- Match, Psychologie Magazine, Le Parisien, Ouest-France, Elle, Femme actuelle, etc.

Retranscription littérale de l'entretien avec Mr Michael Stora, à Paris, le 10 Avril 2013.

-Mr Stora, en tant que psychologue clinicien, psychanalyste, expert dans les mondes numériques et usager du Smartphone, que pensez-vous de cette technologie et de ses usages ?

On va dire qu'à la base le téléphone est un objet utile et finalement on se rend compte que tout d'un coup grâce à cette dimension multitâche, il devient un objet parfois inutile, dans le sens où on se retrouve avec un objet, qui est un concentré finalement de choses qui servent justement la première cause du téléphone c'est-à-dire rentrer en contact avec les autres mais aussi qui va servir, je dirai à travers la dimension d'Internet de rester d'une certaine manière tout le temps connecter aux autres. Personnellement j'aime bien jouer, j'ai des applications de jeux dans mon Smartphone et je passe parfois beaucoup de temps à jouer.

-D'après votre expérience personnelle et l'observation des comportements des français, avez-vous noté des usages problématiques du Smartphone ?

C'est marrant parce qu'il m'arrive souvent d'être interrogé par les médias, à savoir est ce que les gens sont venus en disant voilà je suis dépendant de mon portable ? Personnellement, je n'ai jamais rencontré ce type de gens, j'ai eu l'occasion de partir à Nantes où j'ai rencontré le chef de service d'un service d'addictologie spécialisée dans l'addiction entre autres au virtuel, je lui ai demandé est qu'il a reçu des cas d'addiction au Smartphone, et il a répondu que non jamais et là j'ai écouté par hasard, parce que j'ai fait une émission sur Europe 1 lundi dernier, la journaliste a trouvé un psychologue plutôt d'approche comportementaliste, où une personne est venue pour dépendance à son portable. Personnellement j'ai trouvé cela très bizarre, je vais être honnête, c'est-à-dire qu'en fin de compte ce qui est vrai c'est que pour moi ces objets sont des révélateurs, facilitateurs et des amplificateurs. Cela veut dire qu'au fond on n'est pas « addict » à l'objet en lui-même. Même si on peut se demander si la dimension du tactile n'a pas une fonction puissante dans le plaisir que l'on va avoir à finalement toucher une image, je vais vous expliquez cela plus tard. Maintenant il faut bien comprendre que s'il y a une forme de dépendance ou d'addiction ou d'usages problématiques, c'est plutôt à l'idée que l'on est dans une forme de dépendance à l'autre. Par contre une chose qui est reconnu depuis bien

longtemps par le DSM IV, (qui est donc la classification psychiatrique), c'est la dépendance affective et par exemple vous avez à Paris des groupes de dépendants affectifs et/ou sexuels, j'ai eu l'occasion de leur parler et ils m'ont dit que le portable avec Internet est venu amplifier cette dimension-là. Mais il faut bien comprendre que finalement c'est un peu ce qu'on retrouve aussi dans la passion amoureuse qui est une dépendance à l'autre. L'amour est une forme de dépendance. Et la passion amoureuse est une vraie drogue, c'est même une drogue assez dure. Au fond on est en train de se rendre compte c'est que cet objet vient amplifier une relation et c'est ce qu'on peut repérer par exemple dans notre tendance à communiquer avec des inconnus. Cela veut dire que ce qui est surinvestie ce n'est pas l'autre tel qu'il est, réellement c'est l'image de la passion, dans la passion amoureuse on ne veut pas voir l'autre tel qu'il est, au bout d'un certain temps on se rend compte que l'autre n'est pas du tout à l'image que vous vous étiez faites de lui : cela c'est la passion. Et cela veut dire que sur Internet et les SMS avec des gens que vous ne connaissez pas, ce qui va être surinvestie c'est ce qu'on appelle la relation d'objet virtuelle, et virtuelle est au féminin par ce que ce qui est surinvestie c'est la relation et pas l'autre. Par exemple tous les sites de rencontres ont des applications, et les gens les utilisent et ils se surinvestissent dans ses relations où ils restent à attendre des messages et des SMS qui finalement peuvent ne pas venir. Donc c'est une des raisons pour lesquelles cette dimension qu'on retrouve sur Internet qui est une sorte de désinhibition qui fait qu'au fond la dépendance sera surtout assujettie à la relation et pas à l'autre. C'est ce qui se passe presque avec un psychologue : mes patients ne savent rien de ma vie et donc ils peuvent projeter sur moi tout ce qu'ils veulent : un père, un ennemi, allié, etc. et finalement c'est un peu ce qui se passe. D'où le fait que finalement ce n'est pas tant qu'à l'objet portable qu'on est dépendant. Par contre, ce qu'il peut révéler, et on le voit surtout dans le métro, où on est tous là à toucher son portable et mon hypothèse c'est de montrer qu'au fond le tactile me permet de toucher cette image qui d'habitude m'échappe. Ceci peut révéler chez beaucoup d'individus une angoisse liée à la solitude. Et au fond quand on est bébé, le rapport qu'on a au corps de sa maman est en rapport avec des sensorialité qu'on appelle proximale : le toucher, le gouter et le senti, parce qu'il nous renvoie à une relation proche du corps de l'autre. Le visuel et l'auditif met à distance ces choses, cela veut dire qu'il renvoie à la séparation. Le tactile, d'une certaine manière me permet de combler cette distance, on le voit du fait d'écarter l'image, de l'agrandir, de la rétrécir, etc. Il y a peut-être même un rapport, avec une forme de sensualité. Voilà, d'après moi ce n'est pas le portable lui-même qui est problématique c'est finalement ce qu'il vient révéler chez l'individu.

-Justement vous venez d'évoquer les SMS, à ce propos, une étude publiée par le Credoc en Décembre 2012 a révélé que le volume de SMS envoyés s'est fortement accru ces dernières années, surtout pour les jeunes âgés entre 12 et 24 ans. D'après vous pourquoi les jeunes privilégient-ils le « Texting » aux autres pratiques comme par exemple : les rencontres en face à face ou encore les appels téléphoniques ?

Ce qui est vrai, c'est qu'à l'âge de l'adolescence, les individus fluctuent entre pudeurs et impudeurs. Paradoxalement, il y a beaucoup de pudeurs à cet âge-là, dû à l'émergence de pulsions sexuelles qui peuvent être même très puissante à l'âge de la puberté. Au fond, le SMS va permettre d'une certaine manière d'oser dire, d'oser imaginer, à l'abri du regard de l'autre. Parce que quand on est en face à face, on est pris de gêne, ce qui fait qu'on se sent mal à l'aise, d'autant plus à un âge où on est narcissiquement très fragile. Là où c'est intéressant, parce que déjà à l'époque j'ai repéré ceci avec MSN, c'est que beaucoup d'adolescents vont avoir des discussions très osées à caractère parfois sexuel mais se revoit le lendemain à l'école. Donc il y a une sorte de clivage et en même temps ce que m'expliquait l'autrefois un adolescent, il m'a dit oui mais c'est un peu comme un apprivoisement. On ose se dire des choses sur SMS ou MSN et puis quand on se retrouve dans la réalité, on est un peu gêné, mais petit à petit on s'autorise à dire et à imaginer. Donc je pense que le langage SMS a été inventé pour cela, c'est-à-dire qu'à partir d'un certain nombre de caractère ça coutait plus cher, d'où l'émergence du langage SMS qui est une contraction des mots. Parce que la conversation téléphonique, coute une fortune et qu'avant cela tous les adolescents passaient des heures à se parler au téléphone et enfin de compte on est aussi dans un période où nous avons un désir d'autonomie, et donc le portable va me permettre alors que je suis chez moi je peux continuer d'échanger avec mes pairs pour échapper aux parents et puis je peux envoyer des SMS de n'importe où, donc je suis à l'abri du regard de mes parents, à l'abri du regard de l'autre, et c'est ce qu'on observe même sur les réseaux sociaux aujourd'hui, c'est qu'il y a une désinhibition, les gens osent, c'est un peu l'effet bal masqué : un bal masqué des mots, ce qui fait que finalement vous osez imaginer et dire toute sorte de chose.

-Dans le rapport publié par le Credoc en 2012 : « Les jeunes d'aujourd'hui : Quelle société pour demain ? », les auteurs expliquent que « le modèle générationnel met nettement en évidence que les jeunes générations ont fortement modifié leurs besoins en les déplaçant vers la réalisation de soi ». Pensez-vous que l'usage excessif des jeunes de leur Smartphone s'intègre dans ce processus de « réalisation de soi » ?

Je connais justement une étudiante qui a fait une étude sur la quête de l'identité sexuelle des adolescentes sur MSN, parce qu'à l'époque MSN était une messagerie énormément utilisée et qui a fusionné maintenant avec Skype. Ce qui est vrai c'est qu'on retrouve cette même dimension, la quête de l'identité de soi et la quête de l'identité sexuelle sont très liées parce qu'au fond, l'émergence de la sexualité adulte à l'adolescence me permet d'advenir en tant qu'homme ou en tant que femme. Je trouve que c'est très intéressant d'évoquer cela, parce que ce n'est pas un usage problématique, bien au contraire, c'est un outil de construction de soi. Ce qu'il faut bien se dire c'est que justement oser dire va me permettre d'autant plus si l'autre me répond en me gratifiant, cela peut-être aussi bien des choses amoureuses ou physiques ou sexuelles, etc. Qui fait que finalement l'autre va d'une certaine manière confirmer que je peux être une femme ou un garçon en devenir. L'envoie de photos s'intègre justement dans cet objectif-là, de chercher l'avis de l'autre. Le problème dans notre société, c'est qu'il y a de moins en moins de papa, il y a des pères absents, des pères infantiles, des pères défaillants et donc en région parisienne il y a énormément de foyers monoparentaux, donc beaucoup de filles ont besoin d'exister dans le regard de l'autre non pas vis-à-vis de sa mère mais vis-à-vis d'un père qui est finalement un homme. Donc l'idée d'une réalisation de soi dans une quête d'identité, entre autre sexuelle, va énormément se jouer, c'est très intime, on ne peut pas entrer dans les discussions qu'ils ont mais à l'adolescence, vu que j'ai beaucoup de mes patients qui sont ados, je sais que ça tourne beaucoup autour de la sexualité.

-Dans ce même contexte, une autre étude publiée par le Credoc en Décembre 2012, montre que les usages des terminaux mobiles sont nettement plus intensifs et soutenus chez les détenteurs de Smartphone que chez les possesseurs du téléphone mobile classique. Comment expliquez-vous cet usage plus intensifiés des mêmes fonctions ?

Oui c'est un peu ambigu parce que si on rentre dans les détails de l'ergonomie, il est vrai que dans le téléphone mobile classique, pour écrire un SMS, c'était compliqué et fastidieux. Et je pense que c'est aussi un renouvellement du parc des téléphones puisqu'on sait que beaucoup de parents offrent des Smartphones à leurs enfants, souvent d'ailleurs comme un outil de surveillance alors que les adolescents l'utilisent comme un outil d'autonomie, de liberté. Mais la réalité c'est qu'en effet, je pense qu'il y a une problématique liée profondément à l'ergonomie puisque, vous avez aussi un IPhone et vous avez certainement constaté qu'écrire un SMS est quand même très facile. A une époque j'avais un BlackBerry, vous avez un véritable clavier, qui ne facilite pas vraiment

l'écriture. D'ailleurs pour le nouveau modèle du BlackBerry, ils ont pensé à faire une sorte de correction automatique intuitive où les mots selon la phrase apparaissent d'emblée donc ici ils vous aident carrément à écrire votre phrase. Pour ma part j'ai l'impression qu'envoyer plus d'SMS avec un Smartphone qu'avec un téléphone mobile classique c'est aussi parce que c'est plus simple. Il y a aussi maintenant des applications à télécharger qui vous rajoute des smiley dans vos SMS, ce qui fait que vous vous retrouvez parfois à envoyer des messages où il n'y a que des Smiley. La question de la communication en image ce retrouve là aussi.

-Dans ce sens, notez-vous que les médias ont une influence conséquente sur ce taux d'équipement relativement élevé des jeunes âgés de 15 à 24 ans en Smartphone et aussi sur l'accroissement des usages de ce dispositif ?

Oui évidemment, même si c'est un peu amusant de voir que les médias ont aussi un peu peur d'Internet parce que les gens lisent aujourd'hui les journaux à travers leurs téléphones, regardent la télé et des séries. Je me rappelle que Samsung a lancé une série de publicités sur un Galaxy, où elle donnait des noms à ce téléphone. Et il y avait une des affiches publicitaires où le nom était fils à papa. Ils sont donc complètement rentrés dans cette question que c'est le fils à papa à qui on va offrir un Smartphone, qui va pouvoir crâner avec, etc. C'est vrai que vu qu'un Smartphone coute relativement cher, on le brandi partout où on va, regarder mon concentré de technologie, j'ai une grande puissance, etc. Même si j'ai entendu dire l'arrivée sur le marché de Smartphone « low cost » qui vont d'après moi avec le temps, faire que vous aurez les fans d'Apple qui continueront à acheter l'IPhone et les petites communautés d'Android qui continueront à se développer et je ne pense pas que ces usagers vont aller vers ces dispositifs pas chers. Donc finalement oui, les médias et les publicités vont avoir une fonction importante dans l'achat et la consommation de ces mobiles. Je dirais que même à une certaine époque où il y avait la série télévisée « 24H », les spectateurs se disaient que si le héros n'avait pas son téléphone portable, la série n'aurait jamais fonctionnée. Là on est un peu dans le gadget mais en même temps on voit bien que d'une manière ou d'une autre on peut être influencé par les médias. Il est vrai aussi que je n'ai pas fait une étude individuelle sur le type de publicité propre aux téléphones, mais je me rappelle que j'ai vu à un certain moment une série de pub sur le Face Time, où on voyait des couples qui sont séparés par la distance et qui se retrouve le soir au lit chacun devant son écran pour se dire bonne nuit. On voit bien qu'ici on va jouer sur la question du lien à l'autre, de l'image de l'autre, etc.

-Revenons à présents aux usages problématiques du Smartphone, que peuvent procurer ce type d'usage aux utilisateurs comme sentiments ou sensations ?

Pour un article du Monde, j'ai donné l'appellation « le doudou sans fil » pour le Smartphone. Le doudou a une fonction très importante, c'est ce qu'on appelle un objet transitionnel : c'est quelque chose qui me permet de garder ma maman en moi alors qu'elle n'est pas là. Petit à petit on quitte ce doudou, alors après vous avez des adolescents qui parfois le garde longtemps. J'ai envie donc de dire que nous avons un doudou sans fil qui fait que beaucoup de personnes seront renvoyés à leur incapacité à parfois être seul. Parce que ce n'est pas parce qu'on est seul, qu'on se sent seul. Et je pense que dans notre société beaucoup de gens se sentent seuls. Et donc finalement le dispositif devient une sorte d'objet à la fois utile et inutile vue que nous envoyons des messages du genre : « je pense à toi », « tu me manques », etc. Toutes sortes de choses qui font qu'on a besoin de le dire à travers ce médium et la question qui se pose après c'est : est-ce que l'autre va nous répondre ? Néanmoins, l'objet de par sa facilité d'utilisation et de par sa connectivité permanente vient révéler notre attachement au dispositif surtout dans les moments où nous n'avons plus de couverture réseau. Ce qui veut dire que l'objet révèle dans ces circonstances, non pas notre dépendance à l'objet, je tiens à le préciser, mais notre dépendance à l'autre, à cet autre qui nous manque.

Je pense que la technologie est venue rentrer dans une faille qui existait déjà. Par exemple la France est le premier pays consommateur de psychotropes au monde depuis plus de dix ans. On peut se dire alors que la société française ne va pas si bien que ce qu'elle en a en apparence. Il y a des pays où les liens familiaux, je ne sais pas en Tunisie par exemple j'ai l'impression d'après mes voyages dans ce pays, que les rapports à la famille sont nettement plus puissants, et parfois peut être même trop dans le sens que cela peut devenir étouffant. Mais voilà, en France, dans une culture de la pudeur, on a envie de se libérer très tôt de l'emprise et donc finalement il y a des spécificités françaises qui d'après moi n'existent pas dans d'autres cultures. On voit par exemple chez les chinois et les japonais, il y a une grande pudeur dans les relations. C'est pour cela d'ailleurs que ce sont les pays où les réseaux sociaux ont le plus de succès.

-Cela me ramène justement à une question que j'avais envisagé de vous poser. Une étude commandée par Google et réalisée par l'Ipsos en février 2012, a révélé que les français et les américains sont les usagers qui se séparent le moins de leurs dispositifs numériques. Et une autre étude réalisée par l'Ipsos en 2011, a dévoilé que les

mobinautes français ont certains usages plus intensifs de leur Smartphone comme par exemple la connexion à Internet, l'utilisation de l'appareil photo ou encore le visionnage de séries télévisées, que leurs homologues britanniques et allemands. Voilà ceci rejoint donc ce que vous venez de m'expliquer ?

Ah d'accord ! On est les champions alors ! Je pense que ceci a un rapport avec la fragilité des français. Comme je viens de vous dire, on est premier pays consommateur de psychotropes, cela veut dire qu'il y a une fragilité narcissique qui est très forte dans notre pays. J'ai beaucoup de mal à l'expliquer parce que c'est très compliqué. Parce que cela à un rapport aux réflexions psychosociales, sociétales, socioéconomiques, culturelles voire religieuses. Par exemple, en France, on a un rapport très coupable au plaisir, surtout pour les catholiques, on est beaucoup dans la rédemption, la mortification, etc. Quelque part le portable va devenir un objet transgressif pour certains. Et en plus c'est très amusant, parce que les médias ont tendance à diaboliser les objets technologiques. Plus on est dans cette perspective-là, plus on en fait un objet de convoitise et d'envie. Mais au-delà, je pense que le fait que les français utilisent plus que les allemands et les britanniques, l'appareil photo, est révélateur. Parce qu'on se prend en photos soi-même, on choisit la meilleure et directement on va la mettre sur un réseau social ou sur un site de rencontre, puis au fond avec une forme d'audimat, qui va me permettre de voir et de mesurer à quel point je suis aimé ou désiré. Après, le fait de filmer, de prendre en photo l'autre, c'est un peu le syndrome qu'on voit dans les anniversaires, vous avez des gens qui ne vont pas arrêter de prendre en photos leurs enfants, qui est à mon sens une manière de prendre de la distance, donc de ne pas être vraiment dedans. Et en même temps c'est une manière, de révéler qu'il y a quelque chose qui est gênante pour l'individu ou déprimante. Dans ce cas-là, l'outil va être comme une sorte d'évitement du fait d'être vraiment en famille.

Ce qui est vrai donc, c'est qu'il y a une crise de certaines valeurs en France, qui lui sont spécifique. Nous pouvons dire aussi qu'il y a le narcissisme de notre société, la pudeur, la culpabilité, qui sont des spécificités négatives de notre société. On se sent coupable de réussir, on se sent coupable de son ambition, et en même temps on le voit bien, je suis en train d'écrire un livre sur les femmes et le virtuel, je vois à quel point les jeunes femmes sur Internet veulent se libérer. Et d'ailleurs j'ai cru saisir, puisque je travaille sur Skyrock où il y a beaucoup de filles qui viennent du Maghreb, avec qui je suis entré en contact et alors là, on voit à quel point pour elles c'est un outil de liberté. Il y a beaucoup d'inhibition dans ces pays, il y a un peu une manie sur la sexualité des filles, même si j'ai pu comprendre qu'à Tunis par exemple, c'est très européanisé et les filles sont très libres

aussi. (**Oui c'est vrai que dans certaines régions les filles sont très libres)**. Oui, j'ai été me faire une thalasso à Djerba et c'était un médecin de Tunis qui m'a ausculté parce qu'il faut voir si je supporte certaines choses, c'était une femme d'une modernité et puis elle m'a dit vous savez les filles ici qui s'occupes des clients qui sont des masseuses professionnelles, elles sont considérées à Djerba comme moins que rien. C'est vraiment dur pour elles. Donc vous voyez bien quand même dans certaines cultures, on va utiliser finalement ces objets là comme un outil de liberté mais sans se rendre compte on va s'y enfermé. Parce que ça peut aider quand on est pris dans une famille qui n'arrête pas de nous dire à quel point on n'a pas le droit de regarder les garçons, on n'a pas le droit d'être regardé, et bien qu'est-ce que je vais faire ? Je vais prendre une photo de moi assez sexy, je vais la mettre sur un site et ça va me permettre d'être aimé, comme une femme et non pas comme quelque chose de honteux. Et je pense que nous en France, bon on est quand même moins là-dedans, mais je pense qu'il y a quand même encore beaucoup de culpabilité, d'inhibition, et la culpabilité est la pire des choses. Et l'inhibition vient souvent d'une culpabilité à oser se montrer, se dire, etc. Donc je pense que peut être qu'il y a quelque chose de cet ordre. En même temps, dans votre sondage il ne spécifie pas sur quels sites Internet les français se connectent. C'est sûr qu'il y a beaucoup de gens sur Facebook et Facebook c'est comme Twitter c'est-à-dire au fond c'est ce que j'appelle l'audimat intime c'est-à-dire que vous postez quelque chose, je parle des gens qui sont par exemple qui sont comme vous, peut-être, qui a une partie de votre famille et de vos amis en Tunisie, l'usage est très différent, parce que cela permet de garder le lien.

Justement pour ma part, je pensais que j'étais dépendante de mon Smartphone, je suis en quelque sorte dépendante de cet outil, c'est pour cela que j'ai eu l'idée de faire cette étude, mais finalement je me suis rendu compte que c'est juste par sécurité, que je me sentais rassurée de l'avoir avec moi, parce que j'étais éloignée de ma famille et de mes amis et que je ne connais pas l'endroit, et que quand je suis arrivée ici j'avais peur de me perdre dans cette grande ville. Le Smartphone me permettait de me sentir en sécurité.

Ce que vous dites est très intéressant, quitter son pays et l'immigration sont en soit un traumatisme, ce n'est pas évident. Même si la culture de la Tunisie n'est pas très loin de la culture française, néanmoins voilà ça reste l'inconnu. C'est vrai que Skype permet de visuellement continuer à voir sa famille. On sait que pour toutes les populations immigrées, c'est génial Skype, ça permet de voir l'autre parce que le contact du voir est important.

Certaines contrairement à vous, veulent échapper et au contraire elles ont besoin de se perdre et de ne pas utiliser le Smartphone comme une sorte de lien, c'est ce qu'on voit chez les ados surtout, mais bon vous c'est différent vous êtes adulte et puis vous avez quand même votre marie ici donc tout ceci aide pour se sentir un peu moins seule. Si vous étiez totalement seule, bon après oui on peut se dire oui on peut se faire des contacts mais c'est très difficile de se faire des amis dans les grandes villes, soyons honnête, moi qui vit maintenant dans la banlieue c'est encore pire. Paris est faite de pleins de petits quartiers et j'avais un ami qui s'appelle Nathan Schtern, qui est un ingénieur dans les réseaux sociaux, et qui avais créé le premier réseau social de quartier qui s'appelait « Voisinage » qui a eu un succès important et qui montrait que finalement même dans le même quartier les gens ne se parlaient pas, après on se rend compte quand on vit longtemps dans le même quartier, vous avez toujours la même boulangerie, etc. donc Paris est faite de milliers petits villages et quand vous auriez des enfants, vous aller voir que les parents quand ils emmènent leur enfants à la maternelle très rapidement il va y avoir une communauté de mamans ou de parents qui vont commencer à se fréquenter. Il est possible de se faire des amis, alors peut être différemment qu'en Tunisie par exemple. Je pense que finalement c'est des rapports culturels différents.

Donc finalement, l'usage du Smartphone agit sur notre manière d'être au monde ?

Oui mais je pense qu'il vient surtout combler ! Il vient combler évidemment le lien à l'autre, quand il est finalement en difficulté, aussi bien pour des raisons de distance géographique, mais aussi pour des raisons finalement beaucoup plus intime, beaucoup plus psychologique, qui fait que l'individu tout d'un coup se rend compte qu'il va avoir moins de capacité d'être seul. Et ce qu'on observe dans notre société c'est quand même un changement de la mentalité, il y a beaucoup de parents qui sont fragiles, et quand vous avez des parents fragiles, malheureusement l'enfant sera fragile, c'est ce qui se passe. Et donc c'est vrai que des études ont montré qu'on ne supporte plus des bébés quand ils pleurent, on ne supporte plus quand les enfants s'ennuient. Et donc ils vont arriver des générations de jeunes qui ne pourront pas envisager d'être seuls, c'est impensable. Pour ce qui est de l'adolescent c'est normal parce qu'on voit bien que la bande est très importante, la bande, la tribu, le groupe d'amis qui permet d'être entre soi et d'échapper comme ça au regard parental, etc.

-J'avais une question à propos du reportage « Les Smartphones nous rendent-ils bête ?» de l'émission 100% Mag, auquel vous avez participé et qui a été diffusée sur M6 le 5 Mars dernier : vous avez dit : je cite : « Le téléphone est un révélateur profond de

ce que vous êtes», Est-ce que finalement c'est l'usage du mobile et en particulier du Smartphone qui induit des comportements problématiques, où participe-t-il uniquement à révéler les malaises psychologiques enfouis à travers ces usages problématiques ? Finalement vous venez de me répondre à cette question puisque vous venez de m'expliquer que le téléphone est un révélateur de certains malaises psychologiques.

Oui, je n'ai pas encore regardé l'émission, ils m'ont envoyé le DVD mais je ne l'ai pas encore visionné. Oui, tous les objets technologiques sont toujours envisagés du coté justement de la dimension problématique, j'ai envie de vous dire que le seul danger du côté du portable, de l'objet lui-même ça serait que je vous l'envoie à travers la figure, je pense que ça peut faire mal. Cela veut dire que ce n'est pas l'objet en lui-même qui est dangereux, ce n'est qu'un révélateur, c'est ce que je voulais dire, ce n'est qu'un révélateur de notre rapport aux autres et au monde, avec une dimension très claire, hier j'ai pris le taxi, j'ai une application qui me permet de voir les embouteillages en direct, super ! Mais après totalement inutile j'ai un jeu qui s'appelle « Happy Street » et quand je prends le RER et que je n'ai pas envie de lire et bien je regarde l'état des lieux de mes émotions d'une petite ville que j'ai construite, je la « *upgrade* », j'en fais un petit royaume qui est une sorte de miroir pour voir à un certain moment quand l'estime de moi ne va pas bien, par exemple je suis en train d'attendre une réponse d'un éditeur pour un livre, lorsqu'on attend on est toujours stressé donc on va trouver des manières de se déstresser. Bon j'ai parfois la cigarette, ce n'est pas la meilleure et je pense d'ailleurs, j'ai fait une grosse conférence avec le PDG d'Orange : Stéphane Richard et il y avait la patronne de LinkedIn France et elle est allée au rendez-vous des grands Geeks américains où ils disent « Smoke Your Phone », sauf que là elle a dit moi je préfère l'expression de Michael « le doudou sans fil » parce qu'on est plus dans cette dimension transitionnel. C'est vrai qu'il y a même une application où on peut fumer une cigarette, je ne sais pas si vous la connaissez, même sur Facebook il y a un truc qui s'appelle « Smoke Your Friend ». Et puis, en effet, c'est un concentré, on pourrait faire une étude tout à fait amusante de qu'est-ce qu'on met en page d'accueil, vous voyez moi par exemple j'ai mis mes enfants, c'est ce qu'on met en général, peut être que vous vous avez mis votre mari ? **Oui exactement**. Donc c'est très intéressant cette photo-là, qu'est-ce qu'elle vient dire de nous ? C'est comme, moi qui a beaucoup travaillé sur le pseudo, pourquoi je choisis ce pseudo et pas un autre ? C'est très révélateur. J'ai vécu un crash dans un avion, il y a quelques mois, j'ai cru que j'allais mourir, bon ça s'est finalement bien passé, on a atterri en catastrophe à Athènes, on a fait une chute de

8000 m donc un truc monstrueux, j'ai regardé mes enfants. En ces moments-là, on a peur donc j'ai regardé mes enfants, voilà en me disant peut que je vais mourir donc je pense à eux. Alors après j'avais une autre ou je mettais ma femme, mais bon… c'est compliqué (Rire).

Donc pouvons-nous dire que l'omniprésence du Smartphone dans notre quotidien, et même comme vous venez de dire dans les moments les plus durs de notre vie, est due à sa capacité interactive ?

Complétement, oui bien sûr, l'interactivité a changé notre rapport au monde et notre rapport aux images. Nous étions dans une position de spectateur des images, avec le jeu vidéo entre autres, parce que c'est la première culture vraiment interactive et puis Internet, parce que nous sommes dépendants des évolutions technologiques, la 4G va apparaître, ça va changer la donne, à beaucoup de niveaux. **On pourrait finalement dire qu'on sera acteur** ? Inter-acteur même ! Beaucoup plus Inter-acteur, mais cela veut dire quoi ? J'avais fait une émission sur BFM TV sur l'apparition de la 3G dans le RER et le métro. Et alors on m'avait dit que finalement ça ne va qu'accentuer le fait que les gens ne se parlent plus, j'ai dit attendez, soyons honnête, ça fait bien longtemps que les gens ne se parlent plus dans le métro et le RER ! C'est fini. Même je trouve quand moi j'étais jeune, j'ai 48 ans maintenant, on voyait encore des garçons qui draguaient des filles dans la rue, maintenant je n'en vois quasiment plus. Ca dépend, j'espère que ça vous arrive encore… (Rire). Mais ça n'arrive quasiment plus. Donc c'est vrai que voilà il y a quelque chose qui fait que les gens ne communiquent plus, alors moi je leur dit, mais inventons une application que les gens accepteraient de la télécharger s'ils le souhaitent et quand vous êtes dans le métro ou le RER, vous auriez une cartographie des gens qui ont la même application, qui ont des renseignements sur eux même et là vous vous rendez compte, ah il a aimé le même film que moi ! Tiens je vais échanger avec lui par SMS et pourquoi pas, se parler. Donc la question c'est que paradoxalement, le Smartphone peut rapprocher les gens à l'inverse de ce que l'on croit. Tout dépend comment on l'utilise. Il faut savoir que dans l'histoire des technologies, quand le téléphone a été inventé, les gens avaient très peurs qu'à cause du téléphone, les gens ne se rencontrent plus. Et on se rend compte que c'est faux. Grâce au téléphone les gens se rencontrent beaucoup plus. Avec Internet aussi les gens se rencontrent plus. Mais quand vous aviez à l'époque les modems 56K Bit, vous savez c'était les premiers modems, pour qu'une photo s'affiche, vous pouviez aller vous prendre votre douche, vous prendre votre petit déjeuner. C'était super long. Donc on est complétement dépendant des évolutions technologiques. La question du forfait illimité de

Free, a complétement rompu ce rapport trop précieux parce que ça coutait une fortune la téléphonie quand même.

-Selon L'étude réalisée par l'Ifop, 58% des usagers du Smartphone avouent être dépendants à leurs dispositifs numériques. Ce taux est encore plus élevé chez les jeunes de moins de 25 ans et atteint un taux de 78%. Cette dépendance éprouvée par ces usagers, est-elle une vraie dépendance avec tout ce qu'elle implique de nuisances psychiques, physiques et sociales où les gens ont ce sentiments juste parce qu'ils le considèrent comme vous le dites comme un doudou ?

Oui selon cette figure que vous venez de me montrer une grande majorité se disent assez dépendants. En addictologie la dépendance est un concept très précis qui est différents de l'addiction. Par exemple la cigarette c'est une dépendance parce qu'il y a une particularité chimique dans la cigarette ce qui fait que ça va jouer dans les neurones, c'est ce qu'on appelle les neurones nicotiniques, c'est des synapses qui font que dès que vous arrêtez la cigarette, vous avez une période d'environ huit jours où vous êtes vraiment en manque. C'est la même chose pour l'héroïne, il y a une dépendance parce que quand vous prenez l'héroïne ça vous enlève totalement votre système endomorphique et quand vous arrêtez l'héroïne, pendant à peu près deux semaines vous avez plus de système endomorphique, d'ailleurs vous avez mal partout, etc. Je dis ça parce que j'ai fait un D.U d'addictologie à Marmottan donc je sais bien. L'addiction par contre, est un concept plus large, qui n'est pas toujours en lien avec la dimension physiologique, et entre autres c'est Fenichel en 1946 qui a inventé le concept d'addiction sans drogue : addiction dite comportementale. Vous avez par exemple des gens accro au travail, des gens accro au jogging, alors le jogging ou le sport c'est spécial parce que vous avez une décharge d'endorphine aussi. Il y a aussi l'addiction au sexe. Bon pour la cyberdépendance, il faut savoir que l'académie des sciences l'année dernière a dit que l'addiction au virtuel n'existait pas. Bon moi j'ai pu remarquer chez les jeunes qui sont en lien avec des mondes persistants comme World of Warcraft il y a une forme d'addiction, mais ce que j'ai tentais de vous dire c'est qu'il y a quand même beaucoup d'addiction à l'autre. Il y a toujours la question de l'autre ! L'autre semblable qui est un peu moi avec qui je me sens suffisamment à l'aise qui fais que je ne le connais pas mais par contre la relation que je vais avoir avec lui, est sur investie. Après, c'est que quand on interroge cela, les gens ont une idée assez large de ce qu'on appelle dépendance. Dans ce sondage ça aurait été plus intéressant de poser la question est ce que vous êtes « Addict » ou dépendants ? Pour voir déjà la différence dans la tête de la personne, ou on peut mettre aussi « accro ». On se rend compte que si on n'est pas de la

partie, si on n'est pas psychiatre ou psychologue, on ne fait pas une grande différence entre les deux concepts. Mais ce qu'il faut bien comprendre c'est que, le paradoxe pour les gens qui ont des troubles narcissiques, comme je vous l'ai dit, je pense que notre société est très narcissique et c'est une fragilité d'être narcissique et vous avez des gens qui au contraire qui ont des critères propres à l'inhibition : je n'ose pas, je me sens coupable de tout. Ou alors on est dans l'exhibition. Et dans les deux cas, le Smartphone va être utilisé pour combler ces failles. Aussi bien du côté de la valorisation narcissique : je montre des photos de moi super sexy, je suis trop belle ou je suis un super beau gosse. Ou alors du côté de l'inhibition, je vais aller sur des sites de rencontre, je suis super timide, je vais m'appeler « pétillante 94 » et je vais oser me montrer très libéré, très légère, etc. Donc on voit bien comment chacun des deux, va utiliser ce téléphone comme un moyen ou alors de satisfaire une fragilité ce qui est à l'adolescence est très vrai parce qu'au fond, à l'adolescence tout change, donc je me photographie pour voir est ce que c'est toujours moi ? Ou alors je n'ose pas trop, je suis dans l'inhibition et finalement je vais chercher à me construire dans le regard de l'autre, mais d'une manière différente. Alors il faut bien comprendre que la dépendance est ce qu'on appelle une pathologie narcissique. Dans les problématiques narcissiques vous avez trois types : les troubles de la conduite alimentaire, l'addiction et ce qu'on appelle les pathologies dites psychosomatiques qui indiquent une fragilité dans l'estime de soi, c'est-à-dire qu'on n'a pas confiance en soi. Mais après, comment la société en elle-même va favoriser ou non ce problème-là ? Comment même la religion et les références culturelles vont entrer en jeu ? Par exemple vous avez le cas de ce jeune qui s'est tué, qui s'est suicidé parce qu'il est rentré en contact avec une fille africaine, vous avez peut être entendu parler de ce fait divers à Brest ? C'est un jeune, qui a eu une pratique à caractère sexuel avec une fille, après il lui a dit vient sur Facebook et là elle lui a fait un chantage : Tu me donnes 400 euros où je montre des photos de toi à tous tes amis et ta famille. Il s'est tué. C'est horrible. Je me suis renseigné sur qui était ce jeune, parce que je suis intervenu dans les médias pour commenter cette histoire et ce jeune est issu de la grande bourgeoisie et dans les grandes bourgeoisies, la problématique de l'image est très importante, l'image qu'on donne à voir aux voisins et aussi, on sait que dans les bourgeoisies il y a beaucoup de répression de toutes les formes d'émotion. A une époque il y a eu les *Punks* et souvent les filles *punks* étaient des filles issues de la bourgeoisie parce qu'elles avaient besoin de rejeter cette tendance à être toujours propre, etc. et moi qui a eu affaire à des jeunes filles du Maroc et de la Tunisie sur Skyrock, on voyait bien comment elles avaient un besoin fou de se lâcher. C'est une forme de libération, de désinhibition et

de déculpabilisation. Et je pense que c'est comme ça que souvent ces outils peuvent être utilisés.

Vous venez de parler de la différence entre l'addiction et la dépendance. Est-ce que finalement l'addiction est plus intense que la dépendance puisqu'elle implique aussi une souffrance à l'individu ?

Dans les deux cas il y a une souffrance, il faut bien comprendre que c'est un antidépresseur. Le Smartphone est un « Prozac » interactif à certains moments. C'est vrai qu'on va l'utiliser comme un moyen de se soigner. L'addiction est une manière bizarre de se soigner, c'est une manière de se défendre contre des pertes de confiance en soi, etc. Donc à l'adolescence c'est normal, puisque c'est une période de fragilité en soi, et d'autant plus vrai parce qu'au fond je vais pouvoir grâce à ce téléphone d'être toujours en lien avec mes parents, mais aussi m'autonomiser, c'est-à-dire mon papa peut m'appeler et je me dis non je ne réponds pas à cet appel, etc. Donc voilà l'objet en lui-même n'est qu'un médiateur, la manière dont je me perçois et la manière dont je souhaite que les autres me perçoivent, puisque paradoxalement il y a une grande maîtrise, quand j'ai dit qu'on fait 40 photos de soi, je ne vais en choisir que 2, parce que je sais que c'est celles-là qui me correspondent bien.

-Existent-ils des critères diagnostiques de l'usage excessif voire problématique du Smartphone ? Puisque il y a des critères qui ont été établis par des chercheurs pour la cyberdépendance et l'addiction aux jeux vidéo, qui ne sont certes pas exhaustifs mais qui donnent une idée sur les symptômes de cet usage problématique.

Oui et non puisque vous savez que la cyberaddiction a été rejetée par l'académie des sciences et même par le DSM IV, parce que peut être qu'on est en train de se rendre compte que lorsqu'on est dans une dépendance addictive à l'autre et que la du coup la dépendance affective est une classification psychiatrique. Donc comme je vous l'avez dit, je suis entré en lien avec des gens qui animent les groupes des dépendants affectifs et sexuels. Souvent quand vous avez une addiction ou d'une structure addictive et bien on se dit qu'on ne fait que déplacer. Moi je connais des femmes qui sont accros à la passion amoureuse, la seule manière de se sentir exister c'est la passion amoureuse. Donc là je pense que Emma Bovary aurait adoré « Chatter » ! (Rire)

-Donc finalement il n'y a pas de critères fixes comme par exemple si une personne utilise son Smartphone plus de 4h par jour ou envoie plus de SMS en journée ?

On pourrait se dire, de ce que moi j'ai pu repérer, ce n'est pas toujours en terme d'heures, parce qu'on peut avoir des pratiques excessives à certains moments et que beaucoup moins

à d'autres. Donc peut être que la pratique excessive qu'on va avoir c'est pour calmer une tension, calmer une angoisse de solitude, après on va dire qu'on va repérer réellement un danger entre guillemets quand il y aura une rupture des liens sociaux. C'est-à-dire qu'alors que vous êtes en famille, avec vos enfants et votre femme, tout d'un coup on n'arrête pas de s'isoler, ça peut être aussi l'ordinateur mais on peut sinon utiliser le Smartphone parce que c'est tellement petit qu'on peut s'enfermer avec dans les toilettes, dans sa chambre, etc. et donc on va évoquer une forme d'addiction quand il y a rupture des liens sociaux, qui peuvent commencer par le repas du soir et finir par exemple pour le cas des jeunes que j'ai rencontré par la déscolarisation. Mais c'est vraiment dans la rupture des liens sociaux, j'avais rencontré une jeune femme qui était accro aux sites de rencontres et qui étaient en train de délaisser ses enfants et son mari.

-Et donc finalement la rupture des liens sociaux est le révélateur de la limite que nous franchissons en devenant accro à ces dispositifs ?

Oui complétement, mais ça peut venir révéler d'autres choses, parce que c'est ce que je dis parfois au fond vous venez diner avec votre amoureux, qu'est-ce que vous faites ? Est-ce que vous laissez votre téléphone allumer ou pas ? Est-ce que vous le mettez sur la table ou pas ? Et si votre mec tout d'un coup le met sur la table, vous allez être vexée ! C'est votre anniversaire de mariage quand même ! Et en même temps peut être que cela vient révéler qu'il n'est pas peut être si bien que ça avec vous ! Après vous avez des couples qui se baladent parfois dans le rue bras dessus bras dessous et chacun avec son portable, et pourquoi pas ? Pourquoi il y a un idéal qui fait qu'un couple qui s'aime doit toujours se regarder les yeux dans les yeux, regarder ensemble dans la même direction ? Un couple c'est quand même deux personnes qui tentent d'être bien ensemble et parfois ils ne sont pas bien parce qu'il y en a un qui ne va pas bien et l'autre non plus, alors quand les deux ne vont pas bien, ce n'est pas évident. Donc dans cette société un peu idéale, dire que le téléphone portable empêche les gens d'être amoureux ou d'être ensemble bien et vraiment ensemble, ça veut plutôt dire que peut être la personne n'avait pas franchement envie d'être avec cette personne. Après moi qui a un boulot professionnel très prenant, quand j'ai des rendez-vous avec des hommes ou des femmes d'affaires, c'est évident qu'on se dit bonjour et chacun met son téléphone portable sur la table, et parfois ça n'empêche pas qu'on peut continuer à parler. Après si quelqu'un n'arrête pas quand on se parle de regarder son portable, je me dis qu'au fond ce que je suis en train de lui dire ne l'intéresse pas.

- L'étude de l'Ifop 2013 montre que les usagers du Smartphone avouent être paniqués, ennuyés et énervés à l'idée de la perte de leur Smartphone. L'étude révèle aussi qu'hormis la valeur matérielle du dispositif, les usagers sont inquiets à l'idée que quelqu'un puisse accéder à leurs données personnelles. Peut-on dire alors que l'attachement des usagers à leurs Smartphone est stimulé essentiellement par la forte concentration de ce dernier en données personnelles ?

Dans la figure que vous me monter c'est marqué ennuyé. Qu'est-ce que ça veut dire ennuyé ? C'est dans quel sens ? Parce qu'ennuyé est un terme assez « *Soft* » je trouve par rapport à énervé et paniqué. Ennuyé ça veut dire qu'au fond, ça fait penser à l'idée que tout simplement, tout simplement tout le concentré des photos, de vos fameux SMS que vous avez gardé depuis un an, tout ce qui s'est dit, disparait. Néanmoins, je suis étonné parce que c'est surtout ennuyé ce n'est pas très grave, bon moi je vais vous dire, qu'à une époque quand j'ai changé de portable, j'ai tout perdu ! Ça m'a en effet ennuyé, je ne suis pas devenu dingue. J'ai perdu des photos que j'aimais bien, ce n'est pas dramatique, parce que je ne suis pas fétichiste. Je pense que c'est de l'ordre du fétiche de penser que si une photo disparait la personne disparait. La personne elle est là quoiqu'il arrive, c'est ça le plus important. Ce sont des souvenirs qui sont matérialisés, les souvenirs à la base ils existent dans la mémoire et c'est tout. Ca dépend un peu du fonctionnement de chacun, ma femme par exemple jette sans arrêt des vêtements et une fois elle m'a jeté une chemise que j'avais depuis 20 ans, à un moment je me suis dit elle est en train de jeter la chemise avec laquelle j'ai vécu tellement de chose et même avant elle, ça m'a fait de la peine, après je me suis dit on s'en fou ce n'est qu'une chemise. Mais vous voyez, je pense qu'on est sans se rendre compte fétichiste des objets et des images. On va dire que là où on peut être embêté c'est par rapport à nos coordonnées bancaires, etc. Moi je ne suis pas paranoïaque, mais on peut le devenir. Mais après il y a une dimension de viol de l'intimité vous avez raison, c'est un peu ce qu'on observe chez les gens qui ont été cambriolés, tout à coup vous avez des gens qui sont venus chez vous, qui ont fouillés dans vos affaires, etc. c'est du viol de l'intimité. C'est vrai qu'on pourrait se dire voilà, on découvre qui vous êtes. Montres-moi ton portable je te dirais qui tu es, les SMS, les photos que tu as, etc. Et en plus c'est intéressant parce que maintenant vous avez des applications coffres forts. Oui c'est-à-dire vous pouvez mettre des choses à l'intérieur, que vous ne voulez pas que les autres voient : ça peut être des photos, des vidéos, des messages, des pages d'internet et autres, entre autres pour les gens qui peut être sont mariés et qui ont besoin d'avoir dans cet objet personnel un

espace bien à eux, moi je connais un nombre de patientes qui fouillent les portables de leurs maris, c'est dingue ! Il y'en a plein.

-Justement, d'après votre expérience professionnelle et vos recherches sur les comportements pathologiques, quels sont selon vous les facteurs psychosociologiques qui favorisent les usages problématiques du Smartphone ? D'après les études que j'ai pu lire jusqu'à maintenant j'ai pu dégager deux facteurs à savoir : la faible estime de soi et le mal être psychologique, qui a mon sens sont les deux facteurs les plus importants, mais j'aimerai bien savoir ce que vous en pensez.

Oui c'est ce que j'ai évoqué tout à l'heure c'est ce qu'on appelle la fragilité narcissique. Le problème de l'estime de soi c'est la confiance en soi. D'ailleurs on s'est rendu compte que ceux qui passaient parfois le plus de temps sur les réseaux sociaux ou autres, sont des gens qui ne sont pas toujours très … Ou alors ils sont loin de leurs familles et de leurs amis, etc. Ou alors ceux pour qui l'image de soi n'était pas très bonne. Donc les adolescents mais aussi les gens qui ne sont pas à l'image de ce qu'il faudrait être, donc par exemple, il y a eu une étude américaine qui a montré que les jeux vidéo nous rendent obèses, une semaine après une autre université américaine a dit mais non c'est que les obèses adorent jouer aux jeux vidéo. Donc voilà c'est l'inverse, et là on se rend compte que par exemple beaucoup de personnes avec des handicaps sont énormément là-dessus, parce que justement le regard des autres n'est pas toujours positif, quand vous êtes obèse n'en parlons pas, quand une femme ou un homme est obèse on ne le regarde pas comme une personne malade mais plutôt comme si c'était de sa faute, alors que moi qui soigne beaucoup d'obèses c'est très compliqué, ce n'est pas simple. Donc voilà la question du fait qu'on n'est pas à l'image de ce que la société souhaite, nous avons une société très tyrannique sur les idéaux. **Ceci concerne aussi les dépressifs ?** Oui les problèmes d'estime de soi est en soi une dépression. L'addiction est une lutte antidépressive, il faut bien le comprendre. Après les gens prennent du Prozac qui va leur donner l'impression que la vie est belle alors que ce n'est pas si simple que ça.

Dans mon plan, j'ai mis deux sous-titres dans les phénomènes psychosociologiques liés à l'usage problématique du Smartphone. J'ai pensé que ces deux phénomènes : la faible estime de soi et le mal être psychologique était différents mais finalement d'après ce que vous venez de me dire, vaut-il pas mieux que je ne les sépare pas ?

Oui c'est vrai, alors ce que j'ai tenté de vous dire, c'est ce qu'on appelle deux types de problématique narcissique. Vous avez ce qu'on appelle un narcissisme positif et un narcissisme négatif. Le narcissisme négatif c'est ce que vous avez mis en premier : une

faible estime de soi mais qu'on retrouve aussi dans ce qu'on appelle la dépression. De toutes les façons les deux cas sont dépressifs. Et comme je vous l'avez dit, le premier serait plus un narcissisme négatif qu'un autre auteur appelle narcissisme « clivo-horizontal » mais bon ça c'est compliqué, c'est-à-dire que finalement, un problème d'estime de soi d'image de soi, de culpabilité voire de honte, qui fait que au fond voilà personne introvertie vous avez écrit, et la timidité excessive, donc je vais pouvoir enfin oser dire, je suis un autre, c'est un effet bal masqué et qui m'aide, ce qui pourrait être intéressant et qui fait que je ne peux entrer plus facilement en contact avec les autres c'est ce qu'on retrouve chez les autistes d'Asperger qui ont un rapport très compliqué dans leur relations, Bill Gates avant qu'il rencontre sa femme ils sont restés deux ans à ne pas se voir, ils dormaient ensemble avec des systèmes de Web Cam, je ne sais pas ce qu'ils ont pu faire d'autres, mais… (Rire). Et l'autre c'est peut-être en effet, du côté de l'exhibition, parce que dans le narcissisme il y a de l'inhibition et le contraire de l'inhibition c'est de l'exhibition. Et l'exhibitionniste est lui-même dépendant des autres et en même temps il a ce même problème de fragilité narcissique sauf que, moi j'ai envie de dire que les patients je les aide à devenir exhibitionnistes, alors il y a tout un coup une patiente vient de me dire ah je fais partie d'une chorale, tout d'un coup je découvre que pour une fois ma patiente met une jupe, ou alors il y a une qui fait carrément du Lap Dancing. Donc on voit comment elles osent. Et donc c'est vrai que les gens en général n'osent pas, ils ont peur. C'est ce qui fait que les gens souffrent. Et donc finalement l'exhibitionniste lui, c'est dans le sens inverse mais c'est épuisant. Parce qu'il doit publier sans arrêt sur Facebook, il est dans l'accumulation du nombre d'amis, donc il est toujours dans un challenge, dans une sorte d'audimat de petit people à lui seul qui permet de continuer à exister dans le regard de l'autre. Moi qui, à un moment donné travaillé pour Meetic, le site de rencontre, je me souviens qu'une femme qui va par exemple travailler toute la journée, personne ne la regarde, elle rentre chez elle, puis alors elle allume Meetic et là il y a 15 flash, 40 visites reçues, la jauge narcissique est pleine. Parce qu'elle a mis une photo d'elle avec un petit sourire sympa, montrant une jolie poitrine en décolleté, etc. Oui je pense que pour préciser il y a d'un côté, je trouve que les mots que vous utilisez sont très bien, l'estime de soi c'est le narcissisme négatif, ça reste dans les deux cas une problématique narcissique.

-Votre prochain livre «Clinique du virtuel, de la médiation à l'addiction», dont la sortie est prévue à la rentrée 2013, traite-t-il des questions que nous venons d'aborder ?

Ah ! Non ce livre ne va pas se faire maintenant. En effet, c'était Dunod qui m'avait demandé d'écrire un livre, sauf qu'il se trouve que j'ai mis de côté ce livre pour travailler sur un autre sur les femmes et le virtuel. Mais bon voilà, ce livre ne va pas sortir, Dunod c'est très scientifique ce qu'il me demande de faire, alors que le livre sur les femmes et le virtuel va être pour le grand public. Mais je vais peut-être relancer ce livre.
En fait je travaille sur beaucoup de champs différents :J'ai beaucoup travaillé sur les portables, les réseaux sociaux, je fais partie d'une commission ministérielle sur ces choses-là, c'est vrai que mon premier objet d'étude c'était les jeux vidéo, je l'ai même utilisé pour soigner, mais sinon je suis très ouvert à toutes les innovations qui arrivent et parfois on me demande un avis ou autre, je viens par exemple d'être embauché par McDonald's Europe, je suis le Digital Advisery Board, comme expert, j'ai été engagé par la fondation SFR, là je viens d'être nommé chez Orange sur justement les nouveaux liens sur Internet, peut être que vous connaissez Dominique Cardon, c'est un sociologue, qui lui a beaucoup travaillé sur les réseaux sociaux, voilà je fais toute sortes de choses, je fais la promo de certains jeux vidéo qu'on me demande, Activision, j'ai fait un jeu qui s'appelle Bayonnetta, Vous êtes joueuse un peu ? **Un tout petit peu**. Donc voilà je suis ouvert à plusieurs champs, et je suis intervenue à l'AFOM l'association française des opérateurs donc voilà je travaille sur toutes ces choses-là et puis parallèlement maintenant je fais des jeux vidéo : Serious Game.

Merci beaucoup Mr Micahel Stora, c'est très aimable de votre part. Je vous en prie, c'est normal, j'espère que j'ai pu vous aider et puis n'hésitez pas si vous avez d'autres questions à me poser plus précisément vous me rappeler et il n'y a pas de soucis, je vous répondrais.