

# De l'usage à l'usage problématique des outils numériques

**HAMMOUD Leila**

**MCA en Sociologie, Université de Bejaia**

## **Résumé**

Cette réflexion se propose de revenir sur la notion d'usage problématique des outils numériques, exprimés en termes d'usage excessif, d'hyperconnexion et d'addiction au virtuel de par une mise en contexte de cette situation inédite d'interdépendance entre les TIC et la société qui à notre époque ne sont plus « ...des outils neutres, comme toutes techniques. Ils sont en même temps structurés et structurants... » (Chebbah, 2017)

**Mots clefs :** Usage, usage problématique, numériques, hyperconnexion et contexte.

## **Abstract**

This reflection proposes to come back to the notion of problematic use of digital tools, expressed in terms of excessive use, hyperconnection and addiction to the virtual world by putting in context this unprecedented situation of interdependence between ICTs. and society, which in our time are no longer "... neutral tools, like all techniques. They are at the same time structured and structuring... » (Chebbah, 2017)

## **Keywords:**

Use, problematic use, digital, hyperconnection, context.

## Introduction

La notion d'usage problématique des outils numériques, exprimés en termes d'usage excessif, d'hyperconnexion et d'addiction au virtuel de par une mise en contexte de cette situation inédite d'interdépendance entre l'Homme, la société et les TIC du moment que ces derniers ne sont plus « ...des outils neutres, comme toutes techniques. Ils sont en même temps structurés et structurants... » (Chebbah, 2017) de la vie en société.

De quoi parlons-nous exactement quant nous évoquons l'usage problématique ou excessif des outils numériques ?

S'agit-il du temps d'usage ? De sa répétition ? Des types d'usages que nous en faisons ? Ou des raisons qui nous poussent à y adhérer ?

Quelle est la limite entre un usage « normal » et un usage « excessif ou problématique » ? quels sont les indicateurs qui nous autorisent à franchir cette frontière pour pouvoir parler d'hyperconnectivité, de cyberdépendance ou même l'addiction au virtuel, ... que nous discutons dans ce colloque ?

Afin de tenter de répondre à ces questions nous allons commencer par définir quelques notions dans l'objectif de clarifier notre propos, avant de présenter quelques observations qui attestent de l'omniprésence des outils numériques connectés dans notre quotidien pour expliciter les cadres sociaux de cet usage « excessif » qui nous mènera par la suite à la présentation des débats scientifiques, notamment entre sociologie et psychologie » sur la ce phénomène et aboutir à la fin sur de nouvelles questions qui nourrissent les recherches et qui n'apportent de réponses probantes, jusqu'au moment présent.

### 1. L'émergence d'une nouvelle problématique : objet de débats ?

Dés le milieu des années 90, les psychologues ont commencés à s'intéressés aux désordres additifs qu'Internet pourrait causer. Plusieurs écrits ont été publiés (Internet Addiction Disorder de King en 1996, Goldberg en 1996...).

Dans ces premiers écrits la relation de l'homme à la machine est mise au centre de réflexion. Celle-ci a été de tout temps sujet de controverses, celle de sa relation aux « machines à communiquer » dépasse toutes celles qui l'on précédées ; d'influence totale aux limites du le two step flow... puis les usages et gratification... les théories du cyberspace, des identités virtuelles... bien

d'autres pistes qui sont en cours de construction ou de maturation pour expliquer ces nouvelles formes de vie qui se construisent sur un nouveau support de vie qui est l'espace virtuel.

Internet comme réseau des réseaux et tout les produits de l'innovation technologique investissent la vie des hommes dans tout ses paramètres et devient ainsi incontournable lors de la recherche d'informations, de la mise au travail, de la distraction et même de la construction des relations avec autrui et devient ainsi lieu de sociabilité, puisque « ... Internet a permis d'ouvrir au monde entier des possibilités de communication et de rencontre... » (Laurens et al, 2006). Ces multiples possibilités s'offrent aux usagers d'Internet de lus en plus fréquemment et avec une facilité grandissante avec la sophistication des outils numériques qui permettent un usage facile, plaisant et gratifiant.

Suite à cela le rythme des usages d'Internet ce sont intensifiés et le nombre d'Internaute augmente chaque jour au point de justifier les catégories d'usagers en groupes, communautés et même en générations.

Alors si Internet, les outils numériques et le monde virtuel sont omniprésents dans nos vies, comment pouvons nous penser que nous les utilisons trop ; c'est alors que nous entrons dans l'usage excessif, l'hyperconnectivité... Ou à une forme d'addiction ou que nous ne l'utilisons pas suffisamment ou rarement, nous versons alors dans l'in-connexion et la fracture numérique ?

Quel est le sens auquel renvoient ces qualificatifs qui en finalité œuvrent à décrire notre relation à Internet, au Web, aux réseaux sociaux, à l'espace virtuel, mais aussi aux ordinateurs, aux jeux vidéo, aux jeux en ligne, aux moteurs de recherche et aux objets connectés.

Si nous posons autant de questions c'est que la revue de la littérature sur la question ne donne pas de réponses arrêtées. Ce qui est certain, c'est ce thème d'usage excessif est nouveau et que les études actuelles n'ont pu apportées que des réponses générales et relatives à des situation d'études spécifiques dont les résultats ne peuvent pas encore construire un référentiel théorique homogène comme le signifie clairement(Juneau & Martel,2016) : «... il était claire pour nous... que le thème de la cyberdépendance était une problématique « nouvelle », et que de ce fait, nous risquions de nous heurter à de nombreuses questions encore inexpliquées... un domaine dans lequel manquait de nombreux consensus sur les définitions des termes usités... » (Juneau & Martel, 2016).

Ajouté à cela le poids de l'encrage disciplinaire dans lequel l'étude est encrée ; là où le sociologue voit un usage excessif comme une réponse pour une sollicitation abondante le psychologue n'hésite à utiliser l'optique des impulsions, du plaisir et de perte de contrôle sur soi.

Quel est le contexte qui a facilité l'émergence de cette problématique de l'usage problématique des outils numériques et dans lequel les concepts d'Hyperconnection et d'addiction au virtuel sont apparus ?

## **2. Quelques définitions**

### **✓ L'usage**

Cette notion vient de l'action d'user, de se servir de quelque chose. L'usage d'un outil, d'un instrument. La théorie des usages reprend ce sens pour désigner des situations : l'emploi, l'utilisation, la pratique ou l'appropriation, de médias ou d'outils numériques. Elle se consolide avec la notion de gratifications : satisfaction des attentes et qui témoigne d'un renversement de d'approche, qui abandonne le postulat d'un récepteur inerte, influencé par les médias pour mettre au centre de jeu un récepteur actif. De la question « qu'est ce que les médias font aux individus ? » née la question « qu'est ce que les individus font aux médias ? »

L'usage social des outils numériques renvoie à la fréquence d'utilisation : quand les modes d'utilisation sont intenses et forment des habitudes ancrées dans le quotidien et deviennent des pratiques. Et l'usage excessif : intensif, abusif, contraignant... lorsqu'il échappe au contrôle devient hyperconnection voir une forme d'addiction qui signifie pour beaucoup de psychologues (Griffiths, Young, Scherer,...) « ... une addiction à une forme de communication... sur Internet... Un processus... de connexions de plus en plus fréquentes, sources de plaisir, mais (qu'on) ne peut contrôler ni arrêter... ».

Il est donc primordial de préciser la discipline dans laquelle cette problématique est traitée afin de maîtriser le sens des notions et des concepts que nous utilisons.

### **✓ Les objets connectés**

Les outils qui nous permettent de nous relier les uns aux autres sont nombreux et ont de multiples performances. Parmi ces outils on trouve ceux que nous

connaissions sous le nom **d'objets connectés**. Ce sont des objets physiques équipés de capteurs ou d'une puce qui leur permettent de transcender leur usage initial pour proposer de nouveaux services. Il s'agit d'un matériel électronique capable de communiquer avec un ordinateur, un smartphone ou une tablette via un réseau sans fil (Wi-Fi, Bluetooth, réseaux de téléphonie mobile, réseau radio à longue portée de type Sigfox ou LoRa, etc.), qui le relie à Internet ou à un réseau local.

### ✓ **Les cadres sociaux de l'hyperconnection**

L'hyperconnectivité comme forme d'usage d'Internet, existe dans un contexte : technologique (disponibilité de l'équipement) qui conditionne l'organisation socioéconomique et marque les formes du lien social. Etant intégrée dans nos vie quotidienne et au cœur de nos pratiques qui sont de plus en plus « technicisées » autant que ces technologies sont « socialisées » et fonctionne dans une logique de sollicitations permanentes, et delà induisent la nécessité d'être hyperconnecté ; objets connectés, tablettes, Smartphones, smart home, smart city.... Impossible d'échapper à la connexion...surtout que l'innovation permanente attire les usagers et facilite l'usage. Mais surtout accentue la sollicitation.

Mais si nous pouvons facilement nous laissé convaincre, par cette description des cadres sociaux qui nous conduisent à la connexion excessive ou même à la cyberdépendance, en prenant du recul nous allons nous apercevoir que ce qui est décrit ici c'est notre société postérieure au numérique que nous considérons comme un envahisseur de notre monde fait, structuré, ordonnée et stable. Dominique Boullier nous dis : « la sociologie de la société déjà faite à autant plus de mal à produire la carte de cette « structure sociale du numérique » que le changement permanent et l'innovation furieuse semble y régner... » (Boullier, 2016, p.5).

Il est donc nécessaire de renouveler les cadre théorique pour comprendre le monde du numérique, puisque celui-ci est : « ... pervasif, ...il pénètre toutes nos activités, des plus intimes aux plus collectives... » (Boullier, 2016, p.6).

### **3. Usage, usage problématique ou addiction ?**

Nous parlons très fréquemment de l'hyper connectivité en terme de temps d'exposition et d'usage des TIC, notamment chez les jeunes gens, qui sont d'après les statistiques mondiales les premiers usagers des ces technologies ; ce

sont les jeunes qui maîtrisent ces technologies et qui peuvent être facilement sujets à une relation de soumission en face des TIC.

Ils développent donc une relation de dépendance suite à leur exposition excessive aux TIC et à Internet.

Les effets de cette relation négative se manifestent sur la vie, les comportements et les relations sociales de ces jeunes gens qui doivent être sans cesse accompagnés par leurs aînés afin d'assurer ou de sauvegarder leur socialisation « adéquate ».

Ce constat est aujourd'hui valable de par les divers exemples que nous observons quotidiennement dans nos propres foyers (qui d'entre nous n'a pas débranché le modem Internet, ou confisqué les Smartphones...de ses propres enfants pour vaincre l'attraction d'Internet ?) sur les lieux de notre travail, dans la rue....

Sauf que la question d'usage, d'usage problématique qui peut conduire à « l'addiction », et en partant de ces observations profanes, peut aussi être valable et applicable à tout usage des TIC et d'accès à Internet dans la vie sociale, dans le monde du travail, à l'école, dans la recherche et les hautes études, dans l'exercice de la politique....en bref dans tout ce que nous faisons dans notre vie de tous les jours, puisque Internet est devenu une dimension centrale de celle-ci.

Alors, sommes-nous tous dépendants d'Internet au même titre que certains sont dépendants des drogues ou d'alcool.... ?

Delà apparaît la complexité de la question et son importance, puisque elle étale sur le champ de la réflexion scientifique la question des formes d'intégration dans les sociétés actuelles ; sociétés postindustrielles/postmodernes, sociétés de la connaissance, société de l'information, société liquide. . Autant de qualificatifs construits autour d'une catégorie centrale celle de la communication.

Pour nous livrer sa perception du « Culte d'Internet, Philippe Breton dresse un tableau de trois positions vis-à-vis d'Internet « ... les militants du tout Internet... les technophobes...et (les adeptes) d'un usage raisonné... » (Breton, 2004, p.13) cette dernière position qui se présente comme une troisième voie entre l'excès et le défaut témoigne du malaise encore visible de l'homme face à la machine, puisqu'il cherche toujours à se prémunir de sa toute puissance qui relègue l'humain au second plan.

Pourtant, notre quotidien foisonne de situations observables de ce tout Internet qui même fini par crée de véritables relations de domination entre l'outil et l'utilisateur en faveur du premier qui laisse les spécialistes, notamment les psychologues, les psychiatres et les spécialistes de neurosciences, parler de véritables état d'addiction à Internet et au virtuel.

C'est pour cela que nous pouvons lire, depuis les années 2000, des travaux traitants de « désordre général du contrôle des impulsions » de « comportements addicts à Internet »...Elodie Laurens et ses coauteurs remarquent que « Si l'addiction à Internet est un phénomène aujourd'hui reconnu, l'objet de cette addiction reste encore à déterminer... » (Laurens & al, 2006).

C'est pour cela qu'elle pose la question, sommes-nous en face d'une « ... addiction à Internet, au virtuel ou à la communication ? »(Laurens & al, 2006). E nous renvoie à la question de l'usage ; ce que nous faisons des outils numériques et ce que ces outils nous font ?

#### **4. De l'hyper connexion dans la société virtuelle**

Dans un texte sur les communautés virtuelles, Serge Proulx et Latzko-Toth élaborent d'intéressantes pistes de réflexion qui nous paraissent très instructives pour aborder la question de « l'usage problématique » des TIC.

Dans un souci de conceptualisation, il est important de rappeler que : « dans les sociétés modernes, une part grandissante des interactions est médiatisée : Un des éléments qui font que les sociétés modernes sont «modernes» est le fait que l'échange de formes symboliques ne se limite plus principalement aux situations d'interactions en face à face, mais se trouve de plus en plus largement et fréquemment médiatisé par les institutions et les dispositifs de communication de masse » (Proulxet Latzko-Toth,2000). Donc, la médiatisation des relations sociales est un paramètres central de la sociabilité d'où la nécessité de l'hyper connectivité puisque la Toile devient le champ légitime des échanges depuis que celui du face-à-face est dépassé.

La vie virtuelle devient une nouvelle dimension de la vie qui nécessite une nouvelle forme de présence renouvelée sans cesse, afin de s'adapter aux nouvelles exigences de redéfinition du temps et de l'espace tout en s'appuyant sur les paramètres de la vie physique : « Quand on observe de près ce qui se passe sur et autour d'Internet, il est difficile de nier que de nouvelles formes de collectifs sont en train d'être inventées. Dans les nouvelles communautés, la

ressource commune n'est pas seulement l'information mais la «présence» même des autres, quand bien même cette présence serait abstraite, mentale, paradoxalement distanciée, pour reprendre le titre du livre de Weissberg (1999). Le lieu virtuel de ces communautés pourrait être évoqué par le recours à la métaphore du point d'eau dans le désert, c'est-à-dire un «point de passage » (Proulx et Latzko-Toth,2000).

Dans cette imbrication entre le virtuel et le réel : « la virtualité ne doit pas être ici comprise comme une dénaturation du social, mais plutôt comme un aspect, un effet d'optique de sa complexification croissante, amplifiée par ses propres artefacts techniques. ». (Proulx et Latzko-Toth ,2000).

Dominique Boullier reprend à son compte le concept « d'amplification » élaboré par Elizabeth Eisenstein dans son analyse de la révolution de l'imprimerie. Pour lui aussi « ... le numérique agit... comme amplification...tout peut être affecté par le numérique... les tendances lourdes comme les signaux faibles peuvent s'en trouver amplifiés... » (Boullier, 2016, p.6).

### **En guise de conclusion**

La question d'usage problématique des outils numériques, exprimés en termes d'usage excessif, d'hyperconnexion et d'addiction est une en émergence de débats.

L'usage comme pratique sociale à précéder l'effort scientifique de sa compréhension par une approche globale dans laquelle les paramètres de conceptualisation est central. C'est un effort en cours de construction afin de comprendre la nature profonde du phénomène pour construire les attaches nécessaires entre les maux de la société et leur transposition sur l'espace virtuel comme forme de compensation.

Il apparait que l'angle disciplinaire à travers lequel cette thématique est traitée conditionne la mobilisation d'un appareil conceptuel spécifique. Là où les sociologues cherchent un effet de contexte des différents rythmes d'usages, les psychologues diagnostiquent les formes d'addictions. Mais les uns et les autres restent encore sur leur garde quand il s'agit de tracer la transition vers l'excès des usages.

C'est pour cela que, jusqu'à présent, les réflexions traitant cette thématique posent plus de questions qu'elles ne proposent de réponses.



## Bibliographie

- Boullier, D. (2016). *Sociologie du numérique*. Paris, France : Armand Colin.
- Breton, Ph. (2004). *Le culte de L'Internet*. Alger, Algérie : Casbah Edition.
- Gossart, C. (2017). Les enjeux sociétaux des objets connectés. *Terminal [En ligne]*. <https://doi.org/10.4000/terminal.1500>
- Denouél J. et Gronjon, F. (2011). *Communiquer à l'ère du numérique*. Paris, France : Presse des Mines.
- Laurens, E., Gimenez, G. et Pedinielli, J-L. (2006). L'addiction à internet : une addiction au virtuel ?. *Lire, écrire, communiquer et apprendre avec Internet*, 419-438.
- Juneau, S. et Martel, J. (2014). La " cyberdépendance " : un phénomène en construction. *Déviance et Société*, 38(3), 285-310. <https://doi.org/10.3917/ds.383.0285>
- Valleur, M. (2009). La cyberaddiction existe-t-elle ? . *Psychotropes*, 15(1), 9-19. [10.3917/psyt.151.0009](https://doi.org/10.3917/psyt.151.0009)
- 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*, 32(2), 99– 122. [10.7202/001598ar](https://doi.org/10.7202/001598ar)
- Juneau, S. et Martel, J. (2014). La "cyberdépendance": un phénomène en construction. *Déviance et Société*, 38(3), 285-310. [10.3917/ds.383.0285](https://doi.org/10.3917/ds.383.0285)
- Chabbeh, S. , Vitalis ,A . (2016). *L'incertaine révolution numérique. 1. Communication [En ligne]*, 2(34). <https://doi.org/10.4000/communication.7190>
- Optima Santé globale (2013). *La cyberdépendance* [PDF]. Repéré à [https://ssq.ca/sites/default/files/archives/ac/Chroniques\\_sante/La\\_cyberdependance.pdf](https://ssq.ca/sites/default/files/archives/ac/Chroniques_sante/La_cyberdependance.pdf)