HAL open science

Les technologies de communication : d'une sociologie des usages à celle de l'expérience hypermoderne

Francis Jauréguiberry

▶ To cite this version:

Francis Jauréguiberry. Les technologies de communication : d'une sociologie des usages à celle de l'expérience hypermoderne . Cahiers de recherche sociologique, 2016, 59-60, pp.195-209. 10.7202/1036793ar . hal-01681410v1

HAL Id: hal-01681410

https://hal.science/hal-01681410v1

Submitted on 11 Jan 2018 (v1), last revised 2 Dec 2023 (v2)

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.

Open licence - etalab

Publié dans la revue *Cahiers de recherche sociologique*, n° 59-60, Montréal, 2016, pp. 195-209.
Article disponible en ligne à l'adresse : *https://www.erudit.org/fr/revues/crs*

Les technologies de communication : d'une sociologie des usages à celle de l'expérience hypermoderne

Francis Jauréguiberry

1. Les études d'usages

Lorsque, il y a moins de trente ans de cela, ce que l'on appelait alors les « nouvelles technologies de l'information et de la communication » (NTIC) sont apparues, elles ont d'abord et avant tout surpris. Leurs caractéristiques quasiment magiques (que l'on songe par exemple à la dimension ubiquitaire des portables) semblaient les doter d'une capacité intrinsèque à transformer les rapports au monde et aux autres. Il suffit de parcourir les articles de journaux, de visionner les émissions télévisées ou de relire les quelques essais qui y étaient alors consacrés pour s'apercevoir comment ces technologies étaient décrites comme mues par un mouvement propre. « Arrivant », « débarquant », « se développant », elles semblaient saisir le social : la plupart du temps d'étonnement voire d'émerveillement, plus rarement de crainte voire d'effroi. Leur nouveauté et l'étendue des changements qu'elles paraissaient annoncer interpellaient, et il n'est pas étonnant que ce soit d'abord sous la forme d'études d'impact que la sociologie ait empiriquement investi ce nouveau champ de recherche. Au-delà des espoirs ou des craintes que ces technologies suscitent, il lui est en effet demandé d'en évaluer les « effets réels » sur les comportements individuels et collectifs et, partant, sur l'organisation et le changement social. La question alors posée aux sociologues est en définitive de savoir comment la technique influe sur le socioculturel, l'économique et le politique.

On peut évidemment s'interroger sur le présupposé clairement techniciste d'une telle approche, mais il est rétrospectivement plus intéressant d'observer qu'en mettant au contact sociologues et usagers, les premiers vont rapidement observer que les seconds, loin d'être passifs et de simples consommateurs, sont tout autant actifs et inventifs. Presque toutes les observations de terrain réalisées en France durant la décennie 1980 mettent en effet l'accent sur un phénomène négligé à la fois par les ingénieurs (centrés sur la conception et le

fonctionnement de l'appareil) et par les économistes (pour qui le modèle diffusionniste de Rogers restait en la matière le plus adéquat) : les apprentissages des « nouvelles machines à communiquer » ne sont ni disciplinés ni passifs mais désordonnés et actifs. Les modes d'emploi sont certes lus, mais les usages débordent les prescriptions des concepteurs. Les utilisateurs bricolent, bidouillent, s'approprient les technologies en fonction de leur culture, de leurs savoirs, de leurs besoins et, ce faisant, en viennent à inventer de nouveaux usages non prévus par les concepteurs. Pendant quelques années, la quasi-totalité des sociologues de langue française travaillant sur les usages des technologies de communication vont se reconnaître dans ce type d'approche, au point où l'on peut rétrospectivement parler d'une « école française des usages » dans les années 1980[1]

Le bilan de ces études est largement positif. Leurs résultats ont permis de dépasser la représentation d'un usager « buvard » qui, selon sa porosité, absorberait avec plus ou moins de talent, l'innovation technologique. En intervenant dans le quotidien même de cet usager et en observant ses « manières de faire », ces études l'ont d'abord dégagé de ce rôle passif. En mesurant l'écart entre les usages effectifs des nouvelles machines à communiquer et les usages prescrits par leurs promoteurs, elles ont ensuite permis de penser cet usager comme un acteur. En repérant comment ses « déviances », ses « braconnages » et ses « détournements » étaient non seulement des réactions et des façons d'être, mais aussi des créations et des manières de faire, elles ont enfin posé la question du changement social à partir des usages des technologies, la débarrassant au passage de tout « technologisme » c'est-à-dire une vision déterministe qui expliquerait le changement social par le recours exclusif au facteur technologique.

Ces études ont cependant leurs limites, repérables à au moins trois niveaux :

- Par l'oubli que l'innovation est déjà elle-même un objet social. La sociologie des usages a eu trop souvent tendance à considérer l'objet ou le dispositif dont l'usage était étudié comme un produit exogène à la société. Il faut reconnaître que la façon dont ont été lancées les premières expérimentations portait à commettre cette erreur : les ingénieurs admettaient alors eux-mêmes concevoir des produits dont ils ne connaissaient pas vraiment l'utilité sociale… La sociologie de la traduction a montré comment il y a, en amont de la diffusion, un travail d'incorporation, d'hybridation des solutions techniques aux problèmes sociaux, et que

[1] Pour une présentation de cette « école », voir Francis Jauréguiberry, « De l'usage des technologies de l'information et de la communication comme apprentissage créatif », *Éducation et société*, 2008, n° 22, pp. 29-42.

l'innovation technologique est grandement dépendante des rapports de pouvoir qui structurent le social.

- Par son opposition trop systématique entre la technique et l'usager. Il en résulte une sorte de face à face dans lequel la technique est souvent appréhendée dans sa logique propre (comme indépendante du social) et l'usager considéré dans son individualité et sa subjectivité. Cela conduit, d'une part, à accentuer le premier travers (poser la technique en soi, comme extérieure à la société) et, d'autre part, à psychologiser le comportement des usagers, donc à risquer de perdre de vue la détermination sociale des usages.

- Par la surestimation de l'autonomie de l'usager. En s'opposant au modèle déterministe, les études d'usage ont permis, et c'est leur grand mérite, de faire apparaître la figure de l'usager comme acteur. Mais celui-ci est pourtant pris dans des structures qui limitent constamment ses capacités de « résistance », de « bricolage » ou de « détournement ». Et si cette façon de faire est, comme le pense Michel de Certeau[2] une manière de ruser avec le pouvoir, encore faut-il nommer ce dernier, et dire en quoi il pèse sur les modes d'usage, perspective qu'un enfermement sur l'usager considéré comme une monade ne permet pas.

Ces limites posent alors la question : comment faire de la sociologie sans s'enfermer dans l'un de ses champs, ici la sociologie des usages des technologies de communication ? Ou encore, car il n'y a aucune raison de dédaigner ces « sociologies locales », comment faire *une* sociologie sans renoncer pour cela à l'idée de *la* sociologie alors que l'ensemble auquel elle se réfère, la société perd de son évidence ?

2- Les usages comme expérience

L'image de la société est en effet devenue floue, non seulement parce que celle-ci bouge tout le temps, mais aussi parce qu'elle n'a plus d'unité. Le nationalisme méthodologique qui a imposé une conception territoriale de la société reposant sur des frontières construites et contrôlées par les États, tout comme la représentation qui, durant tout le XXe siècle, a fait de la société un sujet capable d'articuler les multiples dimensions de la vie sociale, ne sont plus tenables. La sociologie s'étant bâtie sur cette idée de société, il ne faut pas s'étonner de constater son actuelle dispersion en « sociologies locales », chacune pointant à sa façon la crise de la sociologie classique. Sauf à tomber dans une réaction nostalgique néo-structuraliste ou à succomber aux sirènes postmodernes d'une désarticulation générale, la seule réponse possible consiste à penser la société non plus comme une unité

[2] Michel de Certeau, *L'invention du quotidien-1: Les arts de faire*, Paris, UGE, 1980.

donnée et structurante, mais comme un résultat éphémère et aléatoire des pratiques sociales. La société n'est plus une totalité « en soi » qui à la fois détermine les acteurs sociaux et constitue l'enjeu de leurs mobilisations, mais le produit « pour soi » de leurs conduites afin de construire une représentation à la fois intellectuelle et concrète de leur vie sociale. Il est dès lors possible de travailler dans un champ sociologique (pratiques locales) tout en ne perdant pas de vue : d'une part que les pratiques observées sont aussi des « représentations en action », et d'autre part que les actions sont aussi productrices de représentations (cohérence sociale). C'est ainsi que les usages des technologies de communication peuvent être étudiés *et* comme pratiques « locales » *et* comme constructions « générales ».

La notion qui permet le mieux d'appréhender cette double dimension des usages, à la fois dominés par l'hétérogénéité de leurs principes constitutifs et par la nécessité de leur donner un sens, est sans doute celle d'expérience. Elle renvoie en effet à deux dimensions. D'une part, à la façon dont nous recevons et percevons notre environnement qui se présente et s'impose à nous comme quelque chose d'extérieur et de déjà-là, et, d'autre part, à ce que nous en faisons, à la manière dont on le pratique, aux actions par lesquelles on participe à son fonctionnement ou à son changement et, ce faisant, l'on se construit soi-même[3]. L'expérience est donc à la fois la manière dont on éprouve le monde et ce que l'on fait de lui. La question qui se pose alors est la suivante : de quoi est faite cette expérience du monde à partir du moment où elle est de plus en plus médiée par des technologies de communication et à quels enjeux inédits renvoie-t-elle ?

L'ensemble de nos travaux sur les usages des technologies de communication comme expérience nous a permis de montrer qu'ils renvoyaient toujours à trois logiques d'action : une logique d'intégration et de reconnaissance dans un système d'appartenance réticulaire et technologique ; une logique utilitaire, de gain et de puissance dans un système de concurrence et de compétition ; et une logique de prise de distance et d'autonomie dans un système d'individualisation et de subjectivation. La première logique alimente la conscience très forte de la nécessité d'être intégré à un ensemble de réseaux pour exister économiquement et socialement. Cette logique d'intégration renvoie d'abord à notre système économique de compétition où tout est à la fois lié et concurrentiel. La généralisation de l'information en temps réel conduit à un branchement constant et à des délais de réponse chaque fois plus courts *:* il n'est plus possible d'être à la fois compétitif et hors des synapses de ce système désormais mondial. Mais cette volonté de ne pas rester en dehors et de ne pas être exclu est

[3] François Dubet, Dubet, *Sociologie de l'expérience*, Paris, Seuil, 1994.

aussi à la base des motivations personnelles, individuelles et non professionnelles au branchement. Cet élan intégrateur, cette volonté « d'en être » et de ne pas « perdre le contact » n'est compréhensible que si l'on ne perd pas de vue le fantastique mouvement d'ouverture relationnelle et d'accélération des échanges qui s'est opéré durant la seconde moitié du XXe siècle.

Chacun veut profiter de « l'immense ouverture », synonyme de « choix identitaire » et « d'opportunités de rencontre » que notre société de communication met à sa portée. Chacun s'essaie donc à l'appartenance de ce qui lui paraît la plus profitable en fonction de qu'il perçoit de ses besoins, nécessités ou goûts du moment.[4] L'appartenance n'est plus imposée, ne relève plus du destin *:* elle semble choisie. Le cercle social d'appartenance, qui définissait assez bien l'individu jusqu'à peu, disparaît au profit d'un ensemble de bulles identitaires et occupationnelles plus ou moins éphémères et le plus souvent sans grande surface de recoupement entre elles.[5]

Dans la gestion de cette hétérogénéité identitaire et occupationnelle, le téléphone portable et encore plus Internet arrivent sans doute à point nommé. Ils permettent de passer immédiatement d'une « tribu » à une autre, rendent plus certains et rentables les déplacements, multiplient les possibilités de rencontres et coordonnent les occupations. En activant le bon réseau au bon moment, il est possible de partager à distance et d'être reconnu malgré l'absence *:* l'intégration passe par la connexion.

Pour la seconde logique, le recours aux technologies de communication est surtout présenté comme étant le fruit d'un raisonnement de type économique. Il s'agit de gérer l'urgence, de rentabiliser les temps morts, de rationaliser les tâches en temps réel, bref d'être performant. Le fait de pouvoir être, par l'écoute et la parole, dans deux voire trois endroits à la fois décuple les possibilités d'action, donc de gains éventuels. Le type de communication qui correspond à cette approche du réel est presque toujours utilitaire, instrumental et informatif. Le calcul, le jeu et la ruse définissent le mieux les actions des uns envers les autres, chacun étant considéré par chacun comme potentielle ressource ou cible avec lesquelles il faut « faire des coups ». Il ne faut pas pour autant croire que la logique stratégique ne se déploie qu'autour de grands enjeux. Elle peut rendre compte de conduites tout à fait banales, dont les fins (plaisir, reconnaissance ou bénéfice) sont visées par de « petits égoïsmes bien pensés ».

---

[4] Zygmunt Bauman, *L'amour liquide*, Rodez, Le Rouergue/Chambon, 2004.

[5] Voir par exemple Bernard Lahire, *L'homme pluriel*, Paris, Nathan, 1998 ; Jean-Claude Kaufmann, *L'invention de soi*, Armand Colin, 2003 ; Danilo Martuccelli, *La société singulariste*, Paris Armand Colin, 2010.

Enfin, la troisième logique renvoie à la notion de sujet, d'acteur autonome de sa propre vie. Elle permet à l'individu de se regarder de l'extérieur et de concevoir sa vie non seulement comme déterminée par son héritage et par son insertion dans un système d'interdépendance, mais aussi comme le produit de sa réflexivité et de sa liberté individuelle. L'objectivation du monde qu'opère la modernité concerne aussi l'individu en lui donnant une définition extérieure de ce qu'il est (statut, rôles qu'il doit jouer, ressources sociales auxquelles il a recours pour agir). Or, nous montre de manière particulièrement saisissante toute l'œuvre de Georg Simmel, l'individu moderne ne parvient jamais à totalement coïncider avec cette objectivité-là. Il est cela : sa capacité réflexive l'en informe sans contestation possible. Mais il se sent aussi autre chose : une partie de son être se dérobe, sans cesse rétive à être cernée par une quelconque objectivité. Ce « reste de soi profond » est vécu par l'individu comme intrinsèquement personnel, intérieur, irrécupérable. Cette scission entre objectivité et subjectivité le soumet à une tension dont il ne peut se défaire.

Cette tension, qui est au fondement même des modalités existentielles de la modernité, se trouve multipliée chez l'individu contemporain. La mise à distance du monde, qui a accompagné son objectivation et sa rationalisation, a permis de le rendre plus maîtrisable et contrôlable. Comme le souligne Giddens, le développement technologique et organisationnel a délivré l'individu des dangers et craintes situationnelles d'autrefois. Mais l'approfondissement du caractère objectif de la vie, en désamorçant les réponses sociales « enchantées » qu'apportaient mythes et traditions au questionnement existentiel, est aussi celui de l'insécurité ontologique[6]. Celle-ci conduit l'individu à un nécessaire travail de construction de son existence de telle sorte qu'elle puisse avoir un sens à ses propres yeux. En somme, en l'absence d'un traitement social, l'individu doit trouver en lui-même le sens de son existence et surtout en expérimenter l'efficience sous la forme d'un contentement et d'un sentiment de vérité.

Rapportée aux trois logiques d'action définies ci-dessus, l'expérience de l'individu connecté apparaît donc comme un effort d'imagination et un travail concret visant à mettre en cohérence des aspirations de nature hétérogène qui en résultent. Il gère cette hétérogénéité par des conduites d'ajustement et d'hybridation dont nous avons dégagé trois archétypes *:* zapper, filtrer et préserver[7].

---

[6] Antony Giddens, *Les conséquences de la modernité*, l'Harmattan, 1994.

[7] Pour un développement de cette approche, voir Francis Jauréguiberry et Serge Proulx, *Usages et enjeux des technologies de communication*, Toulouse, Eres, 2011.

3- Hypermodernité

En quelques années seulement, les technologies de communication en sont venues à irriguer la quasi-totalité de la surface de nos vies. Mais, c'est en profondeur qu'elles (avant tout les téléphones intelligents avec leurs multiples utilitaires et applications, et les objets communiquant par le biais de puces RFID) agissent désormais en s'insérant entre d'une part des systèmes experts basés sur des techniques statistiques (algorithmes) permettant l'apprentissage automatique, et d'autre part nous tous qui ne cessons de laisser des traces comptabilisables de nos activités sous forme de géolocalisations, d'achats, de visites de sites sur Internet, de *j'aime* sur Facebook, de suivis sur Twitter, ou même de mesures volontairement fournies par le biais de senseurs corporels. La récolte d'une multitude de données disparates (*big data*) nous concernant directement permet d'établir des régularités et des rapprochements parfois insoupçonnés non seulement entre des comportements individuels et des données extérieures (par exemple entre déplacements, moyens de transport et météo), mais aussi entre de mêmes comportements portés par des individus différents (ceux qui viennent de commander tel livre sur Amazon, tel film sur Netflix, de visionner telle séquence sur YouTube ou de réaliser telle performance physique). Le but est de dégager des profils d'utilisateurs permettant de prévoir des types de comportements sur lesquels se grefferont aussitôt des « aides à la décision » (sous forme de recommandations d'achat, d'offres de location ou de suggestions d'abonnement à des services). Derrière se profile toute une industrie dont le but est de cerner le mieux possible des régularités comportementales et par là même des cibles afin de les vendre à des annonceurs.

Les modalités de captation des traces posent la double question du degré de connaissance qu'en ont des usagers (qui en sont les producteurs) et du consentement de ces derniers à de telles pratiques. Ainsi, combien d'abonnés à tel opérateur savent-ils que leur géolocalisation est vendue à telle firme GPS afin que celle-ci puisse commercialiser ses recommandations de parcours (en fonction des densités de carte SIM couplées aux axes de circulation) ? Combien de visiteurs de tel ou tel site savent-ils, qu'en autorisant l'importation d'un cookie afin de profiter des facilités de ce site, ils viennent d'installer un cookie tiers qui pistera leurs activités sur d'autres sites associés ? Combien d'utilisateurs de telle ou telle application ont effectivement lu ce que referment les quatre ou cinq pages du contrat qui accompagnent leur achat ? Face au flou qui entoure la captation des données et (il faut le reconnaître malgré quelques prises de position contraires) au peu d'inquiétudes que cela suscite, il semble urgent que le droit s'empare de cette question au même rythme que celui avec lequel les firmes lancent de nouvelles procédures. Mais le fond de l'affaire réside en ce,

qu'au moins pour l'heure, une sorte de fatalisme préside en la matière sous la forme d'une servitude volontaire : les sites visités, les applications installées, les réseaux fréquentés fournissent trop de services, de facilités, de sécurité, de gain de temps et d'économie d'énergie pour qu'on refuse de leur concéder en échange quelques informations sur nos pratiques.

Car, qui se plaindra de se voir immédiatement proposer une chambre d'hôtel correspondant exactement au type de celle qui est cherchée, d'être redirigé en temps réel vers un parcours moins embouteillé, de recevoir une notification informant du retard d'un avion ? Qui se plaindra de ne plus à avoir à remplir de fastidieux formulaires grâce à d'astucieux cookies, de ne plus être obligé de supporter des heures d'attente pour obtenir certains documents grâce à leur mise en ligne, de ne plus avoir à se déplacer pour acheter certains produits ? Nous nous habituons à être secondés, assistés, guidés par d'agréables suggestions toujours synonymes d'économie de temps, de déplacement, d'efforts et d'aléas. Cette extension d'assistance embarquée (pour l'instant sur les téléphones mais bientôt par l'intermédiaire de lunettes, bracelets, bijoux et vêtements intelligents) touche désormais des secteurs de plus en plus personnels de notre vie. C'est ainsi que des restaurants nous sont conseillés en fonction de nos goûts culinaires sans que nous ayons eu à explicitement les décliner, qu'une suggestion de destination de vacances « tombera à pic », qu'une cure de vitamines recommandée fera « spontanément écho » à une certaine lassitude physique, que tel morceau de musique, livre ou film correspondant « tellement bien » à nos attentes nous sera signalé.

Par l'intermédiaire de ces technologies, nous rentrons dans un monde bavard, séduisant et surtout terriblement efficace. Dans un remarquable petit ouvrage, Dominique Cardon[8] expose comment, derrière ces suggestions et conseils se cachent des algorithmes dont la logique repose sur la mise en corrélation d'une grande masse de traces sans poser *a priori* la signification de leur croisement. Ce n'est qu'*ex post* que de possibles modèles de comportements apparaissent. Il n'y a pas (comme en sociologie quantitative classique) d'abord choix de causes possibles à travers un certain nombre d'indicateurs ou de profils pour savoir dans quelle mesure ceux-ci agissent sur les comportements ou opinions. À cette recherche de causalité finalement basée sur des hypothèses faites par les chercheurs (par exemple l'âge, le sexe, le métier agissant sur tel type de comportement), est substituée une mise en corrélation tous azimuts, sans hiérarchie ni hypothèse. Improbables ou même

[8] Dominique Cardon, *A quoi rêvent les algorithmes ?* Paris, Seuil, 2015.

inimaginables par un cerveau sociologique classique, des rapprochements entre données n'ayant *a priori* rien à voir sont effectués par des calculateurs ultra-puissants, le but étant de repérer des régularités et redondances. La prédiction algorithmique apparaît à l'issue de ces mises en relations improbables de données jusqu'alors impossibles à récolter vu leur dispersion et à traiter vu leur volume.

Cardon montre comment, s'appuyant sur les comportements passés et présents (traces) d'un individu, les calculateurs ne s'intéressent pas à ce qu'il déclare, veut ou même désire pour lui recommander des choses à faire : ils se contentent de lui suggérer les choix les plus probables en fonction de ceux qu'il a déjà faits ou de l'amener à s'intéresser à ce que d'autres individus lui ressemblant beaucoup aiment déjà. Peu importe les déclarations, opinions ou états d'âme : derrière l'apparente indétermination et dispersion des comportements individuels vécus sous la forme de liberté individuelle, l'implacable logique du statistiquement probable l'emporte de loin sur celle du théoriquement possible. « La logique algorithmique colle à ce que font les individus en considérant, de façon très conservatrice, qu'ils sont rarement à la hauteur de leurs désirs. En préférant les conduites aux aspirations, les algorithmes nous imposent ce réalisme efficace. Ils nous emprisonnent dans notre conformisme. » Toutefois, Cardon note que les algorithmes prédictifs « ne marchent que dans des conditions bien particulières [lorsque] la boucle de rétroaction entre l'information et l'action qui la valide est extrêmement courte : proposer des livres, les acheter ; classer des liens, les cliquer ; indiquer un parcours, le suivre. Lorsque le couplage est plus long, plus incertain, lorsqu'il donne plus de place à une réflexion distante de l'utilisateur, les calculs prédictifs sont à la peine » (*ibid*, p. 71).

Précisément, la « réflexion distante de l'utilisateur » nous paraît l'une si ce n'est la question centrale que pose l'approfondissement de la logique d'action instrumentale et son extension à des domaines de plus en plus étendus de la vie quotidienne par le biais des technologies de communication. À partir du moment où les recherches d'efficacité, de performance, de gain, de bénéfice, mais aussi de reconnaissance, de distraction et de sécurité sont si bien servies par ces technologies et les calculateurs qui sont derrière, qu'est-ce qui peut encore conduire à s'en distancier ?

Les premières études menées sur des pratiques de mise à distance sous la forme de déconnexions volontaires ont permis de dépasser cette apparente contradiction en posant l'hypothèse de la surcharge informationnelle. C'est parce qu'il y a trop de branchements, trop de connexions, trop d'interpellations, trop de simultanéité, trop de bruits et trop d'informations qu'un désir de déconnexion apparaît. La déconnexion relève alors d'une

volonté de ne pas se laisser aspirer par un tourbillon non maîtrisé d'informations et de communications. Cette hypothèse a largement été vérifiée : le désir de déconnexion apparaît toujours dans des situations de saturation, de trop-plein informationnel, de débordement cognitif, de harcèlement ou de surveillance dans lequel l'individu se sent dépassé ou soumis (Jauréguiberry, 2014). La pression transitant par les TIC, il y a comme un espoir diffus qu'en bridant celles-ci, celle-là s'en trouvera diminuée. Dans les cas extrêmes de *burn out*, le rejet des TIC fait partie intégrante d'attitudes de défenses ultimes qui permettent à l'individu de survivre quand il ne peut plus lutter. Ces cas sont heureusement rares et relèvent moins d'une déconnexion volontaire cherchant à maîtriser des flux communicationnels que d'une déconnexion mécanique visant à ne pas se laisser emporter par un mouvement incontrôlable. À l'image d'un disjoncteur qui saute lorsque l'intensité électrique devient trop importante, la déconnexion est ici purement réactive. Les témoignages des personnes ayant traversé un épisode de *burn out* montrent tous que la déconnexion n'est pas volontaire mais automatique, au même titre que l'arrêt immédiat du travail[9].

Les conduites de déconnexion volontaires que nous avons observées se situent toutes en deçà de telles réactions extrêmes. Elles visent précisément à éviter de rentrer dans la zone rouge du *burn out* et de subir des situations de surcharge informationnelle insupportables. Les déconnexions volontaires apparaissent à partir du moment où le désir de déconnexion va au-delà d'une plainte ou d'une fatigue (« Je suis débordé », « Je n'en peux plus », « Je croule sous les e-mails ») et se traduit par des actions, des conduites et des tactiques effectives. Il s'agit par exemple de mettre sur *off* son téléphone portable dans certaines circonstances ou plages horaires, de déconnecter son logiciel de courrier électronique en choisissant de ne l'interroger que de façon sporadique, d'accepter de ne pas être constamment branché sur ses réseaux sociaux ou de refuser d'être géolocalisable où que l'on soit.

Il semble que nos contemporains fassent en la matière preuve d'un savoir-faire de plus en plus original à mesure que les TIC se complexifient. Chacun puise dans son expérience quotidienne pour instaurer des formes de déconnexion adaptées aux situations rencontrées. Toutes relèvent d'une économie de l'attention et mobilisent à la fois un ensemble de règles quasi techniques (par exemple connaissance des potentialités de son téléphone et de ses applications), un art de l'évaluation (en termes stratégiques ou de bienséance) et une capacité d'action (choix). Il s'agit d'articuler différents types d'engagements sous la forme soit de successions (connexion-déconnexion) soit de modulation (déconnexion courriels mais pas

[9] Francis Jauréguiberry, « La déconnexion aux technologies de communication », *Réseaux*, n° 186, pp. 17-49, 2014.

téléphone, ou déconnexion totale sauf trois numéros entrants, ou filtre visuel, etc.), tout devenant une question de choix et de priorité.

Mais la déconnexion volontaire n'est pas seulement une sorte de fuite alimentée par un désir de souffler, de reprendre son rythme ou de préserver un temps à soi. Elle vise aussi, ne serait-ce que quelques heures, à se mettre à l'écart du monde, à prendre de la distance afin de « faire le point » et de « se retrouver ». Moment ou période de dialogue de soi à soi, de réflexivité, de confrontation avec le sens de sa vie, la déconnexion est alors vécue comme pratique de son intériorité et renvoie directement à la notion de sujet dans une société hypermoderne.

4- Sujets versus objets

Pour l'heure, l'hypermodernité a surtout été pensée comme une radicalisation, une extension et un approfondissement de ce que la modernité offrait déjà il y a plus d'un siècle : le mouvement, le choix, l'inédit, la capacité instrumentale à agir rationnellement sur le réel. L'accent a été mis sur les capacités décuplées de l'action humaine vers plus d'efficacité, sur la généralisation du mouvement et sur l'accélération du temps. Efficience, efficacité, rentabilité, rapidité, densité et intensité sont recherchées avec obsession et c'est avant tout par la prise en compte des effets pervers que la radicalisation de la modernité pouvait engendrer que l'hypermodernité a été abordée[10]. Par exemple, l'accélération temporelle, qui conduit à des situations d'urgence répétées, débouchant à l'échelle collective sur des dysfonctionnements organisationnels ou, à l'échelle individuelle, sur du stress ou des épuisements professionnels. De même, l'hyper réflexivité de nos sociétés les ont amenées à prendre conscience des effets « induits latents » de ce qui, jusqu'à peu, avait été vécu comme synonyme de progrès (modernisation)[11]. Toutefois, s'en tenir à cette unique vision de l'hypermodernité serait une erreur, car la radicalisation de la modernité concerne tout autant l'autre grand pan qui la constitue : la capacité réflexive qu'elle offre aux individus de pouvoir se penser en extériorité d'eux-mêmes.

En effet, si l'avènement de la modernité est bien ce moment où, échappant au déterminisme divin ou traditionnel, la raison triomphe, il est tout autant celui où le décalage de soi à soi des individus est culturellement reconnu et socialement quasi institué. Pour l'individu moderne s'ouvre alors ce fossé que rien ne pourra plus combler entre son désir

[10] Nicole Aubert, *L'individu hypermoderne*, Toulouse, Érès, 2004.

[11] Ulrich Beck, *La société du risque*, Paris, Aubier, 2001.

d'être et ce qu'il est ou, dit autrement, entre sa subjectivité et son existence sociale. Le sujet moderne existe dans sa capacité à se penser comme potentiellement autre, en plus ou en moins de ses rôles et statuts, de ses appartenances et assignations. C'est dans ce décalage, dans cette capacité de se penser non pas nécessairement contre (opposé) mais le plus souvent contre (à côté) son personnage fait de statuts, d'habitudes et d'appartenances que le sujet se déploie dans sa capacité d'ouverture et d'imprévisibilité, et qu'il prend pleinement conscience de son irréductible liberté intérieure.

L'ouverture dont il est ici question n'est pas seulement celle à soi comme un autre potentiel capable de porter des gestes inédits dans des élans de vie synonymes d'authenticité et de vérité à ses propres yeux, mais ouverture aussi aux autres dans leur reconnaissance à porter le même type d'intériorité et d'élans. Il ne s'agit pas de chercher à dévoiler une supposée personnalité cachée chez eux, d'une mise en transparence de leurs rôles afin d'accéder à leur véritable identité, mais d'une attention à leur être au-delà de leurs statuts. C'est dans la reconnaissance réciproque des sujets à se situer au-delà des assignations et des avoirs qui les ancrent dans la distribution sociale qu'apparaît leur possibilité de s'identifier à quelque chose qui les dépasse et qui peut donner lieu à des engagements collectifs autour de valeurs ou de principes allant au-delà des intérêts individuels ou de la reproduction culturelle. La question est de savoir que devient cette dimension fondamentale de l'individu moderne dans une situation hypermoderne. L'hypothèse ici posée est qu'elle se renforce tout autant que la dimension instrumentale.

L'individu hypermoderne est quotidiennement confronté à son personnage social pisté, calibré et métabolisé par les technologies en un ensemble d'indicateurs qu'il lui est demandé de gérer au mieux en fonction d'une vision rentabiliste de lui-même. Celle-ci l'encourage à réussir au mieux sa vie, à tout instant et en tous lieux, dans un souci de performance, d'efficacité et de reconnaissance. Démiurge de lui-même, gestionnaire de ses propres ressources, il mesure la valeur de son existence à l'aune de l'intensité que cette même existence lui procure et que des indicateurs évaluent de plus en plus précisément. Poussée à son extrême, cette logique instrumentale de soi conduit à deux issues négatives. Soit la vie se referme sur elle-même en une série d'habitudes et d'attitudes conformistes que seul le sentiment de sécurité peut amener à apprécier et dont la seule jouissance renvoie à la consommation de la réalisation de goûts (parfaitement cernés par les algorithmes prédictifs) sous forme de produits ou de services. Le zapping postmoderne et le cocooning incarnent bien cette attitude. Soit la recherche du mieux se révèle en définitive décevant, car l'écart vécu entre l'idéal visé (qui procède toujours d'une injonction sociale) et la réalité constatée est trop

important : rares sont en effet ceux qui possèdent les ressources à la hauteur de leurs espérances et les capacités nécessaires à la réalisation des performances escomptées. La dépression n'est alors jamais loin.

C'est parce que ces deux issues extrêmes menacent l'individu hypermoderne dans ses capacités à se penser comme sujet que des réactions apparaissent. À la radicalisation de la rationalité dans sa traduction instrumentale répond celle de la conscience du sujet dans son exigence de liberté et d'autonomie. Dans le film *Apollo 13* réalisé par Ron Howard et retraçant des faits réels, les membres de la mission sont soumis à un très fort stress : une explosion à bord de l'engin spatial met directement leur vie en danger. Les senseurs dont sont bardés les astronautes mesurent et transmettent alors au centre de contrôle des données alarmantes en regard de la normalité attendue : leur rythme cardiaque est trop élevé, leur respiration trop saccadée, leurs temps d'apnée trop fréquents, etc. Au moment où la question même de la survie des astronautes se pose, l'équipe médicale chargée sur Terre de contrôler leurs données physiologiques leur suggère de respirer plus calmement, de se détendre afin de faire baisser leur rythme cardiaque, de prendre quelques instants de repos… N'en pouvant plus, le commandant de la mission ouvre sa combinaison et arrache tous les senseurs, « reprenant contrôle », comme il le dit alors, de lui-même. À la définition de lui comme objet, il oppose celle de lui comme sujet.

De nombreux actes de déconnexion aux TIC relèvent de ce même type de réaction. Lorsque la mesure de soi est vécue comme trop contraignante, lorsque le sentiment de n'être plus qu'un agent devant sans cesse tendre vers la performance l'emporte sur le projet initial de simplement s'améliorer, lorsque les suggestions, conseils et recommandations « sur mesure » renvoient sans surprise à du déjà-attendu, des réactions visant toutes à « reprendre contrôle de soi-même » apparaissent. Elles impliquent toujours une prise de distance, une mise à l'écart souvent expliquée par la défense d'un temps à soi dans un contexte de mise en synchronie généralisée, par la préservation de ses propres rythmes dans un monde poussant à l'accélération, par le droit de ne pas être dérangé dans un environnent télécommunicationnel intrusif, et par la volonté d'être tout à ce que l'on fait dans un entourage portant au zapping et à la dispersion. L'attente, l'isolement et le silence, longtemps combattus, car synonymes de pauvreté, d'enfermement ou de solitude réapparaissent dans ce cadre non plus comme quelque chose de subi mais de choisi. S'ouvre alors un moment ou une période de dialogue de soi à soi, de réflexivité, de confrontation avec le sens de sa vie et de retrouvailles avec son intériorité.

Cette expérience de l'intériorité n'est jamais simple. Elle se pose en tension avec les logiques de reconnaissance et de gain qui motivent la connexion. Dans ces moments de prise de distance, il n'y a en effet plus de courriels, plus d'appels ou plus de réseaux sociaux pour attester de son existence aux yeux des autres, plus de tweets ou d'Internet pour informer de la marche de ce monde ! Il n'y a plus de stimulations extérieures, plus de notifications, plus de distractions et d'occupations immédiates. Il n'y a plus rien en dehors des seules empreintes que tout cela a laissé sur soi et qu'il s'agit justement d'ordonner afin de leur donner du sens. La dimension hypermoderne de cette démarche réside en ce qu'elle est pleinement volontaire et qu'elle comporte un risque accepté : celui de se retrouver seul, vide, sans ressource ou sans but car, contrairement à la situation historique dans laquelle la modernité s'est développée, l'individu hypermoderne ne peut plus compter sur une instance pourvoyeuse de sens ou sur des catégories de l'espoir immédiatement mobilisables.

Ce sont des moments difficiles car la confrontation avec le sens de son existence est toujours périlleuse et implacablement angoissante quant à son issue. Ce n'est pas seulement la curiosité ou l'espoir d'advenance qui motive ceux qui, dès qu'ils ont cinq minutes, pianotent sur leur clavier. Et ce n'est pas seulement l'ennui qu'ils fuient ainsi : c'est aussi l'angoisse existentielle. Les TIC sont d'incroyables machines à occuper son temps, à combler tout temps mort en stimulant, informant, instruisant ou distrayant. Mais dans une perspective pascalienne, il est aussi possible de dire qu'elles sont à la mesure de la soif de divertissement de l'homme qui fuit les questions existentielles ou plus simplement celle du sens de la vie.

Ces moments de déconnexion peuvent amener à investir différemment les TIC. Non plus comme un environnement subi incitant constamment à la distraction, à la dispersion, à un utilitarisme ou au conformisme consumériste, mais comme des outils délibérément choisis en fonction de projets ayant, tout simplement, un sens aux yeux de ceux qui les portent. Pour le sociologue s'ouvre alors le chantier de comprendre en quoi les tensions vécues entre ces logiques sont révélatrices des enjeux, en termes de construction de la réalité, de la société hypermoderne.