

Etat des lieux de l'addiction aux écrans dans le monde et en Algérie

GUENFISSI Hayette
MCA en Sociologie, Université de Bejaia

Résumé

La thématique abordée dans ce travail est inscrite dans le cadre du projet PRFU dédié aux usages contournés des écrans en Algérie, et dont découle la question de l'addiction aux écrans et au virtuel, sous toutes ses formes (jeux, achat, cuisine, études...); toutefois la communication présentée est axée sur l'hyper-connexion numérique, une nouvelle forme d'addiction dont souffrent les Hommes du 21^{ème} siècle, et qui s'est imposée comme problématique préoccupante ces dernières décennies à l'échelle planétaire, et récemment en Algérie, et ce du fait de l'ascension fulgurante des nouvelles technologies de l'information et de la communication d'une manière générale, et plus particulièrement l'arrivée ensuite la diffusion de l'internet « qui provoque l'émergence d'éléments de transformation qui affectent à la fois positivement et négativement tous les niveaux de la société. » (Lajoie et Guichard, 2002, p.5).

Sans doute, l'avènement de l'internet, marque la naissance d'une nouvelle ère, l'ère du numérique apportant avec elle de nouvelles pratiques culturelles consuméristes, et une nouvelle forme de sociabilité axée sur les rapports virtuels, ce qui peut constituer une menace pour la socialisation, l'intégration, et la scolarisation aussi, puisque « a l'âge du numérique, les individus mènent une vie abstraite et digitalisée au lieu de partager des expériences ensemble. ... L'univers high-tech apparaît ainsi comme une machine de désocialisation et de désincarnation des plaisirs qui détruit le monde sensible ainsi que les rapports humains tactiles » (Lipovetsky, 2008, p.49).

En effet, si la plupart apprécient le progrès du High Tech, ils sont toutefois, inquiets des répercussions sur les personnes fragiles et immergées dans ce monde tels, les adolescents et les enfants précocement friands des écrans, à commencer par la télévision, la tablette et autres supports écraniques, car bien avant l'apparition de l'internet, les chercheurs ont déjà remarqué le penchant spontané des enfants pour les écrans, notamment celui de la télévision, à cet effet, « Macluhan calculait que n'importe lequel des « enfants de la télé » entrerait à la crèche avec 4000 heures de télévision derrière lui. » (Dario, 2018, p.70) et à l'ère du numérique on ne peut que confirmer l'enclin grandissant des individus pour l'usage des écrans, notamment les enfants et les adolescents.

Aujourd'hui, tout atteste que derrière l'hyper-connexion de l'homme équipé en technologie mais dépourvu de protection, se dresse une stratégie bien élaborée par les big data qui s'assigne un objectif ultime « allonger le temps de connexion, ce moment fructifiable..., et le cerveau humain avide de stimuli, est une proie facile. »

(Dugain et Labbe, 2016, p.102104).

Mots clés : Les écrans, l'hyper-connexion, addiction, nouvelle sociabilité, le virtuel

Abstract

The theme addressed in this work is part of the PRFU project dedicated to bypassed uses of screens in Algeria, and from which arises the issue of addiction to screens and the virtual, in all its forms (games, purchase, cooking, studies ...). However, the communication presented is focused on digital hyper-connection, a new form of addiction from which people in the 21st century suffer, and which has emerged as a worrying problem in recent decades on a global scale, and recently in Algeria. This because of the meteoric rise of new information and communication technologies in general, and more particularly the subsequent arrival of the Internet "which causes the emergence of elements of transformation that affect both positively and negatively all levels of society." (Lajoie et Guichard, 2002, p.5).

Without doubt, the advent of the Internet marks the birth of a new era, the digital era bringing with it new consumerist cultural practices, and a new form of sociability based on virtual relationships, which can constitute a threat to socialization, integration, and schooling too, since "in the digital age, individuals lead abstract and digitized lives instead of sharing experiences together. The high-tech universe thus appears as a machine of desocialization and pleasures disembodiment which destroys the sensitive world as well as tactile human relationships" (Lipovetsky, 2008, p. 49).

Indeed, if most appreciate the progress of High Tech, they are however worried about the repercussions on fragile people immersed in this world such, adolescents and children precociously fond of screens, starting with television, tablets and other screen supports, because long before the appearance of the Internet, researchers have already noticed the spontaneous penchant of children for screens, in particular that of television. For this purpose, "Macluhan calculated that no matter which of the "Tv children" entered the nursery with 4000 hours of television behind him." (Dario, 2018, p.70) and in the digital age we can only confirm the growing inclination of individuals to use screens, especially children and adolescents.

Today, everything attests that behind the hyper-connection of the equipped man in technology but deprived of protection, stands a strategy well developed by big data which assigns itself an ultimate objective "to lengthen the connection time, this fruitful moment..., and the human brain, hungry for stimuli, is easy prey. »(Dugain et Labbe, 2016, p.102 - 104).

Keywords: screens, hyper-connection, addiction, new sociability, virtual

Introduction

La diffusion des High Tech désignée par le monde numérique, a introduit de nouveaux comportements au sein des sociétés, qui affectent le mode de penser, de travailler, de consommer et de se divertir des hommes du 21^{ème} siècle. De même, ces derniers ne peuvent se détacher de ces nouvelles technologies, elles sont devenues nécessaires et presque vitales à la survie des sociétés dans un monde marqué par les mutations et agitations. Avec l'internet, les écrans ont gagné en importance et en notoriété, du fait de leur accessibilité, la simplicité de leur utilisation et la multiplication des fonctions qu'ils assurent, ils remplacent plusieurs appareils ou supports tels l'appareil photo, la montre, la télévision, la radio, livres en version papier...mais les caractéristiques qui positionnent les écrans et en particulier ceux du téléphone mobile, tablette et ordinateur portable en première place du panthéon, c'est l'alimentation par internet de ces derniers, ce qui permet l'ouverture, la liberté illusoire, et abolition de toute forme de frontière ; qui donne accès aux informations, aux contacts et aux loisirs mais aussi aux addictions de tous genres, écrasant sur son passage des frontières qui permettaient autrefois une séparation distincte entre différentes temporalités de la vie. En effet, Ces derniers temps, « avec les nouveaux outils de communication, les frontières entre loisir et travail tendent à se brouiller » (Miege, 1996, p.35).

Pour beaucoup de gens, les écrans deviennent le moyen en tant que support et le refuge par excellence pour rêver d'un monde meilleur, permettant de réaliser un objectif souvent inaccessible dans la vraie vie, basculant ainsi des individus dans un univers virtuel plus vrai que le réel à leur yeux, puisque à l'ère du numérique « le culte de l'internet implique un nouveau rapport au lien social, il implique de vivre d'une certaine façon, où la communication ne cesse jamais. » (Breton, 2004, p.9).

Modifiant ainsi les fonctions principales et initiales des différentes formes de sociabilité et d'interaction auxquelles les sociétés et les individus s'identifiaient auparavant, exposés à la multiplication, et des fois à la dangerosité des biens culturels et jeux proposés sur le Net afin de maintenir les consommateurs connectés le plus longtemps possible. Dans la mesure où le numérique permet aux usagers du Net de voyager au delà des frontières du réel, on les projetant dans un monde virtuel, nommé la réalité virtuelle ou le cyberspace « qui est un média qui donne aux gens l'impression d'avoir été transportés, avec leur corps, du monde physique ordinaire dans des mondes de

pure imagination...il permet au public non seulement d'observer une réalité autre, mais d'y pénétrer ou de l'éprouver, comme si elle était réelle. » (Flichy, 2001, p.173)

En revanche, la fascination des gens pour le virtuel est source d'inquiétude pour plusieurs chercheurs, du fait de la confusion qu'il instaure entre le réel et l'imaginaire, notamment entre le travail et le loisir, mettant en péril, le rôle de la socialisation assurée autrefois par le loisir « qui est un pourvoyeur privilégié d'interactions sociales, il est un prototype de sociabilité. » (Pronovost, 1997, p.97), aujourd'hui, l'hyper-connexion perturbe et déstabilise à toutes les échelles la société actuelle en la fragilisant encore plus. Et nous admettons que le même constat s'applique aussi sur la société algérienne qui tend à substituer les vrais rapports de parenté de sociabilité, d'amitié, par des rapports virtuels, ce qui encourage au final, la dilution des liens familiaux jadis sacrés aux algériens.

Le but de notre recherche, n'est pas d'étudier une telle ou telle dimension du phénomène d'addiction au virtuel connue sous le nom de l'hyper-connexion en particulier, mais d'appréhender le phénomène dans sa totalité, car l'addiction aux écrans est présente dans toutes les sociétés et chez toutes les catégories d'âge sans distinction du genre ou d'appartenance sociale ou culturelle ; Toutefois, pour parvenir à l'appréhension de l'addiction (l'hyper-connexion) en tant que phénomène nouveau en Algérie, il nous faut tout d'abord définir et expliquer le monde numérique (les écrans, internet), qui est à l'origine de l'émergence des deux tendances : à savoir technophile et technophobe, ensuite mettre en exergue les nouvelles formes de sociabilités et les nouveaux fléaux et dangers qui guettent les usagers du net et la société dans sa totalité, notamment les types d'addiction et leurs conséquences. Et enfin les solutions proposées pour atténuer ce phénomène en pleine expansion dans notre société.

1. Le monde numérique

L'avènement du monde numérique en Algérie est indissociable de celui de l'internet. « Il s'agit d'un réseau mondial de télécommunications entre ordinateurs (serveurs ou clients, ou les deux à la fois) formé de multiples réseaux interconnectés et utilisant un protocole commun appelé « Internet Protocol » (IP). L'IP rend possible l'acheminement simultané d'une multitude de messages électroniques en les scindant en paquets indépendants qui sont transportés de proche en proche à travers une cascade de serveurs dont le choix peut être

modifié selon l'achalandage ou des ruptures de liens physiques. » (Lajoie et Guichard, 2002, p.4).

Derrière Internet se dessine une nouvelle ère totalement différentes des précédentes, qui a propulsé l'humanité dans une existence, caractérisée par des nouveaux modes de productions, diffusions et de consommations mettant l'accent sur une politique de plus en plus libérale en terme d'économie mais surtout d'information. Cette ère c'est l'ère du numérique, expression utilisée « pour designer un véritable changement de civilisation. » (Breton, 2004, p.22) une civilisation dotée de projets, axés sur la diffusion de nouvelles autoroutes de l'information, dont a émergé une toute autre infrastructure, « cette infrastructure est bien plus qu'un réseau, c'est également un ensemble d'applications et de services offerts à tous, à tout moment et en tout lieu. » (Flichy, 2001, p.30).

A l'image de ce qui s'est produit dans le monde, le numérique a apporté en Algérie une nouvelle forme de communication centrée sur les goûts, les choix et les désirs du consommateur, en le basculant dans un monde qui émerveille l'utilisateur avide de nouveauté, d'information et d'interactivité, grâce à la communication digitale, l'internaute, se sent libéré de toutes les contraintes que les anciens moyens de communication lui instaurés, et aussi libéré du contrôle social infligé par la communauté sur sa conduite et sa façon d'utiliser et d'investir ces moyens, à noter, qu'à l'ère du numérique « la dimension participative était bien la vision de Tim Berners Lee, l'inventeur du Web. Il était convaincu non seulement que le grand atout d'internet serait de nous donner le choix dans les contenus, par opposition avec le monde des producteurs TV, mais aussi que les internautes adoreraient être en lien les uns avec les autres. » (Faillet, 2016, p.32).

Sans doute, c'est là que se trouve l'omnipotence de l'internet, qui lui permet de régner en maître sur le monde des technologies de l'information et de la communication, sans concurrence ni menace pour l'instant, ces derniers temps Internet tend à devenir une religion et un culte des temps et des hommes modernes, par ailleurs « les réseaux, les ordinateurs, toutes les machines à communiquer deviennent autant de lieux privilégiés, quasi exclusifs, où se pratique ce nouveau culte. Ils rendent caduques les formes « anciennes », « archaïques » de communication, de médiation, de savoir, de loisir et, d'une façon générale, de contact avec les autres. » (Breton, 2004, p.9) et sans conteste, c'est ce qui a séduit les internautes algériens, du fait de la longue privation instaurée par les politiques gouvernementales concernant la diffusion des

informations, et la pauvreté des programmes adoptés et proposés aux téléspectateurs, par le secteur audiovisuel.

Si au départ ou du moins à ses débuts, Internet était utilisé et réservé au monde militaire pour fin d'espionnage, ensuite dans le cadre de la récession économique, puis dans le milieu professionnel pour améliorer la qualité des services proposés aux consommateurs et ce dans tous les domaines, rapidement internet se propage dans la société à la vitesse de l'éclair, pour atteindre pratiquement les quatre coins du monde et toutes les catégories sociales, du fait de son accessibilité en termes de prix et d'une couverture par un réseau de plus en plus universel et performant, en dépit de l'existence de la fracture numérique qui se trouve entre les pays et l'intérieur d'un seul pays. Internet s'est imposé comme vecteur de toutes les nouveautés.

Plus tard, vient le tour des individus d'être conquis par cette nouvelle forme de communication renouvelée dans ses outils, méthodes et contenus, en effet, en Algérie et ailleurs tout atteste que « le désir d'utiliser Internet pour la communication interpersonnelle est l'une des principales raisons qui poussent les gens à acquérir un ordinateur personnel et à s'abonner à un fournisseur de services Internet. » (Lajoie et Guichard, 2002, p.145) c'est par ce mode d'emploi que l'appropriation des individus pour les différents moyens de communication digitale s'est confirmée.

Simplement, le monde numérique n'a pas que des avantages, il a aussi ses inconvénients, qui ont fait apparaître des tendances divergentes dans leurs opinions concernant l'utilité des High- Tech dans la vie des gens et des sociétés.

2. Les deux tendances extrémistes (technophile et technophobe)

Il convient à présent, de parler sur les différents discours qui marquent les deux principales tendances divergentes dans la représentation qu'elles font des nouvelles technologies. En effet, si certains chercheurs prônent l'usage des nouvelles technologies de l'information et de la communication, comme étant le moyen indispensable pour progresser, d'autres accusent ces dernières d'être la source de tous les maux dont souffrent les sociétés actuelles.

✓ Les Technophiles

Malgré les risques d'addiction aux écrans, il faut néanmoins souligner l'importance des High Tech dans la vie des individus et des sociétés, ainsi,

beaucoup de scientifiques croient à l'hégémonie de l'internet qui a conquis le monde grâce à ses capacités nettement supérieures à celles de tous les hommes réunis, « Comme le dit Larry Page, cofondateur de Google « le cerveau humain est un ordinateur obsolète qui a besoin d'un processeur plus rapide et d'une mémoire plus étendue. » (Dugain et Labbe, 2016, p.110) c'est l'une des raisons de l'adoration d'Internet par des millions d'utilisateurs dans le monde.

Les adeptes de cette tendance, particulièrement les algériens, croient que c'est internet qui a sauvé la société de l'ignorance, en donnant accès à tout le monde, sans exception du genre, d'âge ou d'origine ethnique, sociale et culturelle aux informations, au savoir et connaissances. Offrant ainsi toutes les possibilités aux hommes de s'auto-informer et de s'auto-construire, et de s'auto-divertir, ce qui a fait « d'internet une citadelle de lumière » selon Pierre Levy (Breton, 2004, p.30).

La plupart des algériens qui utilisent internet, se voient omniscients et omnipotents, débarrassés de leur dépendance aux autres pour apprendre une information ou une formation ou une quelconque astuce ou ficelle d'un métier, d'où la fascination manifeste et croissante pour cet outil.

Autant de considérations à prendre en compte dans le discours des technophiles, qui relie tout à Internet. Internet n'est pas juste un simple outil qui marque une performance technique dans le monde de la communication ; il est indispensable pour consolider les traditionnels liens sociaux et d'en créer de nouveaux plus vastes, plus inclusifs, faisant d'internet un tisseur de liens par excellence qui répond à une société en pleine mutation.

Ainsi, selon leur vision, « Internet, loin d'être un univers froid et déshumanisé, serait alors un véritable moteur de rapprochement, une zone d'échange très investie, un *voisinage délocalisé* et pourtant fondateur de lien social, une communauté virtuelle et pourtant belle et bien réelle. » (Lajoie et Guichard, 2002, p.145).

L'intérêt porté par les technophiles, notamment les algériens à Internet, vient de la facilité d'accès qui semble être illimitée d'une part, et de l'autre, la liberté offerte pour l'internaute d'être producteur et consommateur à la fois, d'être celui qu'il veut être, quand il veut et où il veut, en effet grâce à internet et « par l'image, on peut se jouer des autres et de soi-même, être quelqu'un d'autre, imaginer et vivre sa vie autrement... on peut aussi démultiplier son existence,

l'exporter dans un ailleurs à portée de clic, s'immerger dans une autre réalité avec seulement un joystick. » (Stora et Ulpat, 2017, p.10).

L'accessibilité et la facilité ne sont pas les seules caractéristiques attractives possédées par Internet, aux yeux des usagers de cette technologie, « le net permet de communiquer avec des gens qui n'ont pas de localisation géographique et surtout, que le réseau met tous les interlocuteurs sur un pied d'égalité, puisqu'on y communique de façon masquée. »(Flichy, 2001, p.104) l'usage d'internet garantirait à la fois le désenclavement et l'anonymat des individus. De plus il permet aux utilisateurs particulièrement les jeunes via les plateformes interactives auxquelles ils sont inscrits d'imposer leur reconnaissance sociale aux autres, d'exprimer leur opinion sans être jugés, dans ce sens, les technologies de la communication « viennent combler leur besoin de lien, d'identification et de différenciation, leur procurant un sentiment d'appartenance et de reconnaissance qui lève leurs turbulences identitaires. » (Coslin, 2013, p.189).

✓ Le cas de l'Algérie

L'histoire des algériens et les écrans remonte aux années 70, lorsque l'écran de la télévision fait éruption dans les foyers, simplement la mono-chaine et la pauvreté des programmes ont protégé la société de l'addiction. On peut affirmer, que les premières addictions remontent à l'intégration des paraboles, qui offrent un accès à plusieurs chaînes, poussant les familles algériennes à acquérir plusieurs téléviseurs, suivant le nombre de chambres et d'individus, ainsi débute la division de la famille algérienne, pour assouvir les goûts de chacun mettant fin aux réunions de famille autour d'un dîner où journal télévisé ou film apprécié de tous. Pire encore, l'arrivée d'internet va accélérer la distanciation entre les membres et infliger des dégâts irréversibles sur la famille et la société.

Il est tôt pour avancer que, parler d'addiction en Algérie commence à devenir un débat d'actualité, du fait que la sonnette d'alarme n'est pas assez tirée par les psychologues, parents et sociologues concernant l'usage abusif des écrans connectés. Rares sont ceux qui ont abordé cette question ou bien exposé cette problématique que nous considérons urgente, du fait de la diffusion massive et accélérée d'internet dans notre société, et la possession des Smartphones par la quasi totalité des adolescents.

A noter, que la situation de la société Algérienne n'est pas exceptionnelle, elle est similaire à celles vécues par les autres sociétés, car aujourd'hui l'Algérie se trouve dans la phase de la fascination et vénération pour les nouvelles technologies de l'information et la communication, elle croit fermement que le monde du HighTech lui assure un accès illimité sur toute sorte d'information allant du domaine professionnel au loisir.

Un autre phénomène en plein expansion attire notre attention, ce phénomène qui a débuté dans les années 2000, et dont le rôle prépondérant revient aux femmes. En effet, beaucoup de femmes algériennes sont devenues des consommatrices augmentées du fait de l'appropriation de cette nouvelle technologie de communication d'une part, et de l'exploitation de cette dernière dans un but purement économique, il suffit de regarder sur la plateforme YouTube pour se rendre compte de nombre de chaînes dédiées à la cuisine, routines, et couture...un nombre qui ne cesse d'accroître au fur et à mesure que la demande augmente de la part des consommateurs.

Nous pouvons affirmer, que pour l'Algérie, la situation actuelle montre la prééminence de la tendance technophile, en effet les algériens ont un enclin manifeste pour les nouvelles technologies, particulièrement les Smartphones connectés. Selon le président du Conseil de l'Autorité de régulation de la poste et des télécommunications (ARPT), Année (2017) L'intégration d'internet, puis le lancement du haut débit mobile 3G et 4G a permis de "démocratiser" l'internet, multipliant le nombre d'abonnés pour dépasser les 34,5 millions (données de l'ARPCE pour le téléphone fixe et mobile en 2017) contre 28,5 millions en 2016, soit une augmentation de plus de 6 millions d'abonnés. 31,460 millions sont des abonnés à l'internet mobile et 3,168 millions à l'internet fixe dont 2,2 millions abonnés à l'internet haut débit filaire (ADSL).

De tels chiffres montrent l'appropriation individuelle des algériens pour les moyens technologiques de la communication, particulièrement les Smartphones. Les algériens très présents sur les réseaux sociaux, les dernières estimations de face book, parlent de plus de 17 millions d'abonnés en 2017.

Et un tel engouement, s'explique par le passé des algériens dans leur rapport avec les médias et les moyens de communication d'une manière générale, souvent monopolisés par le gouvernement adepte du contrôle et de la censure. Ainsi, le premier point à souligner c'est l'importance que les algériens accordent à internet en tant que l'outil efficace pour pallier la carence informationnelle

imposée autrefois par les autorités, particulièrement les informations qui touchent de près les citoyens (droits, pouvoir d'achat, soins, politique...)

Et le deuxième point qui émane de nos constatations sur le terrain, qui sont alarmantes, du fait de l'échec des parents à instaurer des règles concernant l'usage des écrans et l'accès à internet d'une manière raisonnable par les adolescents et les enfants. Il faut dire, que la plupart des parents d'enfants de certaines catégories d'âges, et ayant un certain niveau d'instruction sont eux-mêmes des addicts aux écrans, d'où leur inconscience d'une part, et de l'autre ils sont dans l'incapacité d'interdire aux enfants ce qu'ils autorisent à eux mêmes.

✓ Les Technophobes

Dans leurs études du monde de l'internet, beaucoup de chercheurs vont se révéler davantage technophobes que technophiles, malgré la contribution du numérique au progrès de la société dans différents domaines, et ce du fait que l'usage excessif des nouvelles technologies de l'information et de la communication constitue un danger invisible dans sa démarche mais aux conséquences dévastatrices sur l'individu et la société, car « elle amène à une modification en profondeur du comportement, des idées, mais comporte aussi des risques psychiques : impression qu'il n'y a plus de repères, de valeurs, tendance à expérimenter sans intégrer en soi. » (Duits, 2010, p.85-86) autant de symptômes qui désignent des personnes en état d'errance et de souffrance.

Le problème qui retient aujourd'hui l'attention des chercheurs est celui de l'addiction (l'hyper-connexion) dont souffrent plusieurs catégories d'individus au sein des sociétés qui sont trop attachées au Net, beaucoup d'individus vivent en immersion totale dans le monde virtuel conçu sur des bases artificielles pour substituer au monde réel au point de se détacher entièrement de ce dernier. En général, ces gens sont absorbés par la réalité virtuelle qui n'est qu'un « média subjectif, et dont l'immersion ne concerne pas seulement le corps et la perception, mais aussi la cognition et l'émotion. » (Flichy, 2001, p.169).

Internet a transformé la vie des gens, souvent il est utilisé comme outil de travail, de recherche mais aussi de divertissement, le besoin croissant d'intégration du Net dans l'accomplissement des activités ludiques, a fait perdre au loisir ses traditionnelles vertus telles la socialisation, l'apprentissage, et le développement de soi, ce qui contredit la représentation d'antan de la sociologie pour le loisir, en effet « la sociologie de loisir a souvent présenté le temps du

loisir, comme le seul véritable temps qui soit consacré au développement personnel, à l'expression culturelle, et à la poursuite d'activités d'autoformation. » (Pronovost, 1997, p.9) L'hégémonie du Net sur la vie des gens est si imposante qu'on la qualifie d'une nouvelle dictature à laquelle les sociétés et les hommes doivent se soumettre, cette hégémonie vient du fait qu'elle exerce un pouvoir attractif et hypnotisant qui rend les gens passifs.

Le pire est que ces dangers sont plus manifestes chez les adolescents et particulièrement les enfants très vulnérables, car ils sont d'avantage surexposés à l'usage des écrans dès leur jeune âge faisant d'eux des sujets dépendants sans le vouloir, puisque les enfants ne possèdent pas encore toutes les capacités nécessaires sur le plan spirituel pour en juger de la qualité de l'objet ou du produit qu'ils utilisent et consomment, et les dangers augmentent au fur et à mesure que les enfants s'habituent à ces nouveaux outils de communication, et surtout considérés aussi comme étant des dispositifs d'apprentissage, ce qui les éloignent du champ de la vigilance des parents, ce qui a poussé un groupe de chercheurs à « demander d'éloigner les enfants des tablettes. Lorsqu'elle devient le principal outil de stimulation, la tablette augmente les troubles de l'attention, retarde l'émergence du langage, entrave la construction du principe de causalité et des premières notions du temps, altère le développement de la motricité fine et globale, et nuit à une socialisation adaptée. » (Dugain et Labbe, 2016, p.100).

Chez les adolescents qui traversent la phase la plus délicate et la plus décisive de leur vie, les dangers de l'internet sont multiples, en premier lieu du fait que cette catégorie fait partie de la génération de digitale native, il est évident que les adolescents sont très friands du Net au point de changer leurs habitudes sociales. En second lieu, nul besoin de rappeler que, les adolescents se connectent de plus en plus via les réseaux sociaux et autres plateformes interactives, ainsi « Internet devenant le moyen de communication préféré des jeunes, ce qui conduit à une nouvelle forme de rapports interpersonnels : les relations virtuelles que les jeunes apprécient pour leur discrétion, leur interactivité et leur convivialité...mais ces relations si elles perdurent, peuvent avoir des répercussions négatives dans les mesures où elles accentuent l'introversion, alimentent le mensonge et peuvent même conduire à l'addiction. » (Coslin, 2013, p.187).

En dernier, souvent les adolescents se réfugient dans le Net au moindre problème de communication dans le monde réel, afin de s'affirmer et de gagner

en autonomie face aux contraintes imposées par les proches, ils s'orientent vers les forums de discussion pour chatter et extérioriser leur mal être qui est l'expression de leur crise d'identité. C'est ainsi que « l'addiction communicationnelle s'exprime par les longues heures passées en connexion, l'image de ces cyberdépendants étant celle de personnes ayant des difficultés de communication, une notion spatio-temporelle altérée, et cherchent sans cesse un moyen pour exprimer leur mal de vivre. »(Coslin, 2013, p.188).

Les adultes aussi souffrent de l'usage excessif de ces nouvelles technologies, qui les plonge dans un monde infini et sans repères, ce qui provoque un sentiment soit d'absorption totale, soit d'aliénation par rapport à la réalité, dans un cas comme dans un autre, souvent« l'homme est déboussolé, dans le temps mais aussi dans l'espace. » (Dugain et Labbe, 2016, p.109).

Le flux ininterrompu d'information et de biens de cultures (les industries culturelles) tels les jeux, les films, sur tout et sur rien implique des consommations et des prises de décisions sur le tas ce qui peut provoquer des frustrations chez les uns, et du mépris chez les autres, sans doute c'est l'une des raisons de l'apparition d'une tendance technophobe qui confirme que le monde du « high-tech suscite la méfiance de ses effets destructeurs sur l'homme lui-même dans ses rapports avec le corps ,l'expérience sensible et les autres. Différents auteurs soutiennent ainsi qu'internet constitue un danger pour le lien social, dans la mesure où, dans le cyberspace, les individus communiquent en permanence mais se rencontre de moins en moins. » (Lipovetsky, 2008, p.49).

L'exploitation du numérique pour l'homme, ne s'arrête pas au temps et l'argent consacrés pour l'achat et l'usage des outils numériques, il va au-delà des limites autorisées par la loi et la déontologie. L'internaute devient une cible, une proie visée par toutes les enseignes qui souhaitent le conquérir, le connaître, le profiler, vendre ses données personnelles, l'internaute trop confiant se livre sur la toile sur ses goûts, ses penchants, et ses craintes. La plupart du temps, a son insu les big data récoltent et stockent les données des internautes ; puisque « avec les nouvelles technologies le consommateur joue le petit poucet, sans toujours en avoir conscience, il laisse derrière lui des petits cailloux blancs que des tiers ramassent pour les utiliser parfois contre ses intérêts...un consommateur nu sous le regard des tiers n'est plus un consommateur libre. » (Piatti, 2001, p.42) mais plutôt un consommateur profilé, programmé à devenir dépendant toute au long de sa vie.

3. L'addiction entre hasard et stratégie

Les multiples discours sur le monde numérique, témoignent de l'importance accordée à la communication au sein de la société actuelle, faisant d'elle une société de l'information par excellence, une société programmée à la dépendance aux écrans dans tout ce qu'elle fait. Dans sa démarche, le monde numérique recourt à une stratégie analogue à celle déjà employée dans le secteur de l'économie, en effet « comme l'industrie agroalimentaire a su jouer avec notre appétence naturelle envers, le gras, le sucre et le sel pour nous faire remplir plus que de raison nos caddies, les firmes du numérique utilisent le goût de notre cerveau pour le picorage effréné de l'info.. .. Une forme d'hypnose numérique » (Dugain et Labbe, 2016, p.105).

Sans le moindre doute, le constat confirmé par la communauté scientifique, est que les big data qui gèrent le numérique, ne cessent de renouveler les outils et les contenus proposés aux consommateurs afin d'éviter de perdre des parts du marché, sans se soucier des effets sur la santé physique ou mentale des utilisateurs. Selon leur logique, toutes les catégories sont des cibles ou tout simplement de potentiels clients. Même les enfants n'échappent pas à cette stratégie. Au contraire, pour ces enseignes, les enfants doivent recevoir dès leur jeune âge, une socialisation numérique, c'est dans cette démarche là, que « Steve Jobs, soucieux d'étendre toujours plus le pouvoir d'Apple, a donné pour consignes à ses équipes marketing, peu de temps avant sa mort, de faire pression sur les écoles primaires pour que les élèves aient des Ipad afin d'apprendre à lire dessus, sans passer par des livres papier. Objectif : utiliser l'école comme tête de pont pour ses produits et faire des élèves de futurs acheteurs en les familiarisant le plus tôt possible à l'outil. » (Dugain et Labbe, 2016, p.101).

Bien souvent, les big data font en sorte, que les gens prennent goût à l'usage des écrans sous toutes leurs formes tant qu'ils sont équipés de toutes sortes de gadgets et notamment d'internet. Puisque c'est Internet qui unit et regroupe l'humanité sans nécessité de se déplacer physiquement ou d'avoir des contacts présentiels.

4. Définitions de l'addiction

Bien souvent, la dépendance, l'addiction et l'hyper-connexion sont employées pour désigner un état de soumission à une substance, pratique ou comportement qui s'accompagne d'une perte considérable de liberté d'agir,

toutefois les scientifiques ne sont pas unanime sur l'attribution d'une seule et même définition pour les trois notions. En effet « la dépendance est généralement définie selon des critères négatifs touchant à la « perte de contrôle », c'est-à-dire, classiquement, la perte de liberté de s'abstenir malgré la conscience des dommages occasionnés par la consommation. » (Morel et Couteron, 2008, p.21).

Quoi que l'on pense de l'addiction, il s'agit d'un phénomène grandissant en société qui touche toutes les catégories d'âges, et nous précisons qu'il est question d'addiction comportementale, ainsi« On peut commencer à parler d'addiction, ... Lorsqu'une conduite envahit toute la vie du sujet, au point de l'empêcher de vivre. » (Coulombe, 2010, p.16).

Une vie sociale, car l'hyper-connexion isole les individus, elle les enferme dans un monde parallèle mais détaché de la réalité, à l'instar des autres formes d'addiction (drogue, tabac, alcool, l'hyper-connexion rend les gens accros aux différents écrans, chacun son écran préféré et au même temps aux contenus proposés et diffusés sur les écrans, en effet l'usage immodéré d'un écran peut débaucher sur plusieurs addictions : addiction à l'achat en ligne, addiction aux jeux (poker), aux jeux vidéo.... Ces derniers temps, le constat unanime est que, « les jeux vidéo en ligne se révéleraient être des criminels en puissance... La dépendance à une substance ne tient pas –n'a jamais tenu- au simple fait de la consommer ; la dépendance à un comportement ne tient pas au fait de la pratiquer : elle naît au moment où cette substance ou ce comportement nuisent à la vie du sujet. » (Coulombe, 2010, p.15).

La vie parallèle(virtuelle) dans laquelle sont plongés, les hyper-connectés, joue le rôle d'un aimant qui les attire à se connecter des qu'ils s'approchent d'un écran, en leur faisant croire que la connexion peut résoudre tous les soucis qu'ils ont ,et aussi d'apaiser leurs souffrances de différentes natures, simplement de ce comportement émane l'addiction qui « est une recherche de satisfaction qui amène le sujet à focaliser peu à peu son existence sur un comportement en réduisant ses capacités à jouir de la vie. »(Morel et Couteron, 2008, p.29).

5. Les causes de l'hyper-connexion (l'addiction)

Il est vrai que nous utilisons tous internet au quotidien pour l'aide qu'il nous apporte, dans notre travail, la recherche, il devient de plus en plus un moyen indispensable pour s'informer pour les uns et s'auto-former pour les autres. En revanche lorsque les gens deviennent accros à internet, collés aux écrans pour faire tout et rien, c'est là où se dessinent clairement les frontières entre un usage raisonné et l'hyper-connexion (l'addiction).

A présent, on peut affirmer, que plusieurs raisons peuvent conduire les individus friands à tout internet à l'addiction, il peut s'agir de raisons personnelles comme sociales. Pour la plupart, c'est la recherche d'un confort absent dans leur vie réelle, qui les pousse à s'aventurer sur le Net, dans la mesure que « tout se passe comme si internet avait le pouvoir de réduire les tensions, de construire un lien social plus harmonieux, moins conflictuel... le fait de pouvoir tout faire de chez soi sans bouger de son fauteuil. » (Breton, 2004, p.31).

Autant d'atouts qui séduisent les individus très friands du Net, les faisant perdre la capacité de réflexion, et toute logique rationnelle nécessaire pour distinguer le bien du mal qu'ils s'appêtent à s'auto-infliger. Pour beaucoup, se connecter à internet est vital, privés de connexion ces gens se montrent frustrés et énervés, dans ce cas précis internet joue le même rôle que n'importe qu'elle drogue consommée régulièrement pour apaiser les souffrances et ressentir à nouveau un certain confort même éphémère. Cette attitude n'est pas récente chez les hommes, en effet, « de tout temps, l'homme a fait appel à des agents externes, des « déclencheurs de satisfactions », pour trouver réponses ou soulagements dans cette quête du bien-être. » (Morel et Couteron, 2008, p.4).

Internet attire dans son sillage aussi, une catégorie d'individus ayant des difficultés de communication avec leur entourage, et les autres, préférant ainsi utiliser d'autres procédés de communication qui n'exigent pas de contact présentiel. Généralement, c'est « les timides, les introvertis...y trouvent l'occasion de se faire des amis tout en préservant leur anonymat, compensation, leur permettant éventuellement de combler un vide affectif. »(Coslin, 2013, p.187).

D'autres raisons qui poussent les gens à l'hyper-connexion, sont à prendre en compte, c'est le sentiment de solitude, recherche d'exutoire, mais aussi l'attractivité et la fascination dont sont dotés les procédés et produits mis à

disposition des usagers du Net, souvent « dans toute addiction, l'objet vient panser, calmer des doutes, des souffrances et des questionnements. L'image et les usages numériques n'y échappent pas, offrant à certains- de tous les âges, de toutes les conditions et de tous les genres-un espace sans limites. » (Storaet Ulpat, 2017, p.10).

Et chez les adolescents et les jeunes, les raisons de l'hyper-connexion sont multiples et en rapport directe avec le lien étroit existant entre eux et le monde numérique qui les a vu naître et grandir, ils sont désignés par l'expression « digital natives » ; une génération qui baigne dans le numérique. « Certes, ces nouvelles technologies offrent une ouverture sur le monde comme l'on n'en avait jamais connue, mais elles enferment nombre de jeunes dans la solitude ou la dépendance, mêlant étroitement et rendant confuses les connexions virtuelles et les effets réels. » (Coslin, 2013, p.188).

6. Les symptômes et conséquences de l'hyper-connexion (addiction)

Ces dernières décennies, les symptômes et conséquences de l'hyper-connexion sont omniprésents dans les attitudes de chacun de nous, vu que la majeure partie utilise les écrans, ils sont visibles et tout le monde les voit sans réaction, pour ce rendre compte, il suffit d'observer le comportement des individus qui se sentent perdus sans écrans ou connexion, ou frustrés à cause d'un débit faible, ou tout simplement préfèrent chatter sur les réseaux sociaux que d'avoir une conversation avec les membres de leur famille ou vrais amis. Mais surtout lorsque les individus prétextent tout et rien pour justifier la nécessité de l'usage des écrans connectés. Ces comportements sont les symptômes de toute forme d'addiction, ils reflètent le manque ressenti par les personnes qui souffrent de l'hyper-connexion.

L'impact du numérique sur la communication, l'interaction, la sociabilité et l'apprentissage est considérable, aujourd'hui, parler ou analyser ces processus ne peut se faire indépendamment de l'internet. En partant du principe, que l'usage excessif d'internet a transformé à la fois, les structures, les modalités et les objectifs finaux de ces processus jadis autonomes, en altérant les capacités intellectuelles et cognitives de l'homme. Souvent, dans ce cas de figure, les rapports entre l'homme et la société, la culture et le savoir sont redéfinis, en effet l'homme devient de plus en plus passif, et « l'usage croissant d'internet aurait fragilisé notre capacité à acquérir des connaissances profondes, à mener

des analyses inductives, à produire de l'esprit critique, de l'imagination et de la réflexion » (Dugain et Labbe, 2016, p.103).

Aujourd'hui nous vivons une ère où le numérique a envahi nos vies, permettant à l'intelligence artificielle de dominer l'esprit humain ou point de faire de l'homme un esclave des écrans consenti malgré lui. Au vu et su de tous, les écrans continuent d'asseoir leur hégémonie sur l'homme.

7. Les solutions suggérées

Il devient nécessaire d'adopter à terme un ensemble de résolutions pour diminuer le phénomène d'addiction, ainsi nous proposons quelques solutions qui reposent sur la volonté et la détermination des parents.

- Limiter le temps de la connexion par jour pour les adultes, pour éviter de tomber dans l'abus et l'excès, et pour que les enfants prennent exemple sur les parents. car on sait bien, que les enfants ont tendance à imiter les parents en reproduisant leur comportement, donc c'est aux parents de donner le bon exemple à suivre.
- Instaurer des règles fermes concernant l'accès et l'usage d'internet aux adolescents, en adoptant les applications de contrôle parental.
- La connexion des adolescents ou enfants doit être accompagnée d'un contrôle régulier pour les contenus visionnés par un adulte.
- Apprendre aux adolescents l'usage optimal de l'internet.
- Eviter d'exposer précocement les enfants aux écrans, en les habituant à des jeux éducatifs plus sains pour leur âge.
- Ne pas offrir de Smartphone aux adolescents ni aux enfants, jusqu'à atteindre un certain âge, et un certain degré de maturité.
- Aux concepteurs de développer de nouvelles applications, afin de permettre aux parents de limiter la connexion des enfants à distance et où qu'ils soient.
- Encourager les enfants à exercer des activités sportives et ludiques.

Conclusion

La dépendance ou l'addiction (l'hyper-connexion) ne vient pas du fait de l'usage du numérique, qui s'impose comme l'outil indispensable pour avancer au 21^{ème} siècle, on parle d'hyper-connexion lorsque les individus ne parviennent plus à se détacher de cet outil, ou n'envisagent pas de s'en passer. Ce fléau se propage dans notre société en mode silencieux à l'image des autres addictions, et les conséquences peuvent être dramatiques si rien n'est fait pour optimiser l'usage du Net et les écrans, en s'inspirant de la troisième tendance qui prône un usage raisonné pour la connexion, particulièrement chez certaines catégories, en l'occurrence les enfants et les adolescents.

Bibliographie

- Breton, P. (2004). *Le culte d'internet (une menace pour le lien social ?)*. Alger, Algérie : Casbah.
- Coulombe, M. (2010). *Le monde sans fin des jeux vidéo*. Paris, France : PUF.
- Coslin, P. G. (2013). *Psychologie de l'adolescent (4^{ème} ed)*. Paris, France : Armand Colin.
- Dario, V. (2018). *Les galaxies de la rhétorique*. Madrid, Espagne : Nallet Thierry.
- Dugain, M., Labbe, C. (2016). *L'homme nu (la dictature invisible du numérique)*. Paris, France : Plon.
- Duits, E. J. (2010). *Mode d'emploi de la civilisation planétaire (devenir acteur des changements ici et maintenant)*. Lyon, France : l'essentiel.
- Faillet, C. (2016). *L'art de la guerre digitale (survivre et dominer à l'ère du numérique)*. Paris, France : Dunod.
- Flichy, P. (2001). *L'imaginaire d'internet*. Paris, France : la Découverte.
- Lajoie, J., Guichard, E. (2002). *Odyssée Internet : enjeux sociaux*.
Canada, Québec : Presses de l'Université du Québec.
- Lipovetsky, J., Serroy, J. (2008). *La culture-monde (réponse à une société désorientée)*. Paris, France : Odile Jacob.
- Miege, B. (1996). *La société conquise par la communication (I. logiques sociales)*.
Grenoble, France : Presse université de Grenoble.
- Morel, A., Couteron, J. P. (2008). *Les conduites addictives (comprendre, prévenir, soigner)*. Paris, France : Dunod.
- Piatti, M. C. (2001). *Les libertés individuelles à l'épreuve des NTIC*. Lyon, France : PUF.
- Pronovost, G. (1997). *Loisir et société*. Canada, Québec : Presse universitaire de Québec.
- Stora, M., Ulpat, A. (2017). *Hyper-connexion (internet, écrans, Smartphones, tablettes...ou comment le numérique a envahi nos vies)*. Paris, France : Larousse.