

# ECHOS D'ESCALE

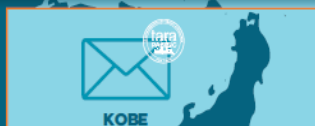
LA MALLE À SOUVENIRS DE TARA 2016-2017, 8 MOIS | 8 OBJETS | 8 ESCALES

Retrouvez toutes les escales, les objets et les fiches sur :  
[echosdescale.taraexpeditions.org](http://echosdescale.taraexpeditions.org)



TARA PACIFIC,  
2 ANS D'EXPLORATION SCIENTIFIQUE

Accompagnez l'équipage de Tara au fil de l'expédition et découvrez tous les mois un objet, embarqué lors de chaque escale et placé dans la malle à souvenirs de Tara, pour comprendre les enjeux du développement durable.



Objet : TELEPHONE PORTABLE

Keelung - TAIWAN

Avril 2017

## FICHE RESSOURCES

*Les nouvelles technologies contribuent-elles à notre bonheur ?*

Dépendance      Hyper-sollicitation  
Travail      Liberté      Ecran  
**TELEPHONE PORTABLE**  
Liens sociaux      Bonheur      Addiction  
Stress

tara  
PACIFIC



## I. Les nouvelles technologies au service du bonheur individuel ?

Auguste Comte (1798-1857), éminent professeur de mathématiques et fondateur du positivisme affirmait que le progrès ne pouvait qu'améliorer les conditions de vie et ainsi améliorer le bonheur des individus.

Aujourd'hui, nous pouvons constater une aisance matérielle accrue grâce aux progrès réalisés dans les domaines techniques et scientifiques. Les individus mènent une vie plus confortable dans laquelle ils sont moins dépendants des besoins primaires comme l'hygiène et l'alimentation. Cela a permis de diminuer les préoccupations liées à la survie, à la souffrance et à la maladie.

Les technologies de l'information et de la communication (TIC) ont largement contribué au bonheur des individus en rapprochant les hommes et les femmes pour prendre conscience de l'appartenance à un même monde, à une même humanité. Cela permet une réelle solidarité notamment entre générations. Des grands-parents qui se mettent à la technologie se rapprochent facilement de leurs enfants et petits-enfants pour qui la technologie est omniprésente. Une curiosité accessible à l'échelle planétaire est désormais possible grâce au développement des médias.

La technologie permet d'être heureux lorsque celle-ci permet de vivre pleinement l'instant présent. La technologie est un outil. C'est l'utilisation qu'on en fait, la mise en relation grâce à la technologie, qui nous apporte le bonheur. La technologie aide à atteindre cette notion de bonheur lorsqu'elle n'est pas imposée et que l'individu reste libre, lorsque nous savons nous l'approprier en fonction de notre vision du bonheur.

D'autre part, la technologie a aidé à développer des modèles économiques avancés dans de nombreuses sociétés, incluant l'économie mondiale actuelle, et a permis l'apparition des loisirs.

Nous constatons cependant une évolution contradictoire des mentalités et des comportements des générations actuelles : d'un côté, un caractère plus altruiste avec le développement de l'écologie, du commerce équitable, de la participation citoyenne et de l'autre, des comportements toujours plus individualistes.

Les nouvelles technologies vont jouer un rôle primordial dans la recherche du bonheur de chaque individu. Ce phénomène permet d'expliquer les courbes de d'expansion des nouveaux smartphones, tablettes ou tout autre équipement connecté.



2008 : 1 millions de Smartphones

2013 : 13,5 millions de Smartphones

2010 : 500 millions d'utilisateurs de Smartphone  
(+70% par rapport à 2009)

2015 : 800 millions d'utilisateurs de Smartphone



*Expansion de l'utilisation des Smartphones depuis 2008, en France et au niveau mondial.*

*Source : <http://www.p21.org/about-us/p21-framework/256>*

Facebook, par exemple, qui regroupe plus d'un milliard de membres, s'est imposé non seulement grâce à une nouvelle technologie révolutionnaire mais aussi car il permet de **répondre à un besoin de connexion et de partage d'informations.**

**Les nouvelles technologies aident également l'utilisateur à combattre son mal être avec le développement massif d'applications** permettant par exemple de perdre du poids, de faire plus de sport, d'aider la mémoire, de diminuer le stress...

En 2011, on en comptait déjà 11 000, rien que dans le secteur de la santé, presque 30 000 en 2012 et aujourd'hui 100 000.

C'est un marché très lucratif car il concerne aussi bien les particuliers que les professionnels de la santé.

Outre-Atlantique, certains développeurs ont déjà pris l'habitude de collaborer avec les plus prestigieuses universités américaines. D'autres s'associent avec de grandes compagnies d'assurances qui proposent à leurs affiliés une réduction de leurs cotisations pourvu qu'ils utilisent telle « app » censée les aider à perdre du poids, à diminuer leur stress ou à faire plus d'exercice. Paradoxalement, l'un des créneaux les plus prometteurs de ces technologies délétères serait donc celui du bien-être avec, par exemple, les effets suivants :

- La performance sportive est améliorée de 20% lorsqu'elle est accompagnée par la **musique**
- La réception automatique d'un **SMS** rappelant les consignes du régime multiplie les chances du régime par 3.5
- La satisfaction du travailleur augmente de 22,5% pour 2 jours de **télétravail**, 27% pour 3 jours, mais retombe à 18% pour 4 jours

Autant le développement de l'informatique répondait initialement à des besoins autour de l'amélioration de la performance, autant les nouvelles technologies cherchent de plus en plus à **répondre au besoin individuel avec une personnalisation de plus en plus poussée.**

Les nouvelles technologies sont aussi largement utilisées dans le domaine du commerce où tout devient possible afin de rendre heureux les consommateurs : mise à disposition d'outils digitaux, parcours clients ludiques, points de ventes interactifs ...

Si le bonheur, selon Wikipédia, est défini comme « un état durable de plénitude et de satisfaction, état agréable et équilibré de l'esprit et du corps, d'où la souffrance, le stress, l'inquiétude et le trouble sont absents », on peut conclure que la transformation digitale est un tremplin vers ce bonheur.

- **Les nouvelles technologies et le bonheur sont-ils cependant compatibles ?**

Dans les années 1900, les premières conséquences négatives de la technologie apparaissent avec les guerres mondiales et industrielles. On ne va plus utiliser le progrès à des fins pacifiques. On parle de “techno-catastrophisme” puisqu’à travers l’histoire, le développement des armes est passé du bâton à l’arme blanche puis à l’arme nucléaire. La technologie n’est alors plus vue comme un pilier au bonheur mais plutôt comme la possibilité de détruire l’humanité.

D’autre part, la technologie n’affecte pas que les sociétés, elle affecte également les écosystèmes. Beaucoup de processus technologiques produisent des effets indésirables, comme la pollution, l’épuisement des ressources naturelles, au détriment de la Terre et de l’environnement.

A notre époque, avec l’utilisation massive des TIC, nous n’utilisons plus de la même façon les anciens biais de communication comme le courrier. Nous sommes devenus dépendants de la technologie. Nous avons réorganisé toute notre pensée, nos méthodes de travail et de communication autour de la technologie. Lorsque celle-ci ne fonctionne plus, nous sommes comme figés le temps de sa restauration.

La technologie apporte en outre des satisfactions limitées en réponse à des besoins qui n’existeraient pas si la technologie elle-même n’existait pas.

Au-delà même de cette dépendance technologique, il y a une dépendance sociale. Les individus qui voudraient se passer de toutes ces nouvelles technologies ou de certaines que nous pourrions qualifier de superflues ne le peuvent pas, ou très difficilement, au risque de se marginaliser.

Le confort matériel, l’accès aux nouvelles technologies, la mondialisation, la ville... ces éléments sont-ils pour autant indispensables à notre bonheur ?

Les sociétés des peuples premiers connaissent-elles moins le bonheur que nous autres Occidentaux ?

Nous commençons également à apercevoir une autre facette de la démocratisation des nouvelles technologies, comme le stress chronique lié aux mails intempestifs, addiction aux SMS ou à internet. Notre quotidien et notre cerveau deviennent envahis et hyper sollicités, nous conduisant parfois jusqu'au "burn-out".

L'instabilité en amour pourrait également trouver sa source dans l'introduction massive de ces nouvelles technologies.

Même les plus connectés ont aujourd'hui des doutes sur le bien-fondé de leur utilisation frénétique du smartphone, de la tablette et de l'ordinateur portable à toute heure du jour et de la nuit. Plus elles deviennent prégnantes dans notre vie quotidienne, plus nous rêvons de nous en éloigner pour renouer avec un monde « bio », artisanal, débarrassé de ces ondes, ces réseaux, ces écrans.

Les psychologues mettent régulièrement en garde contre les dangers de la virtualité... certains ayant même proposé de faire entrer l'addiction à internet dans la dernière version du DSM (manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux), une référence en psychiatrie.

Il paraît cependant difficile de s'éloigner de ces nouvelles technologies tant elles font partie de notre environnement. On peut donc se demander si la solution ne serait pas de maîtriser leur utilisation de façon raisonnée et apaisée, tout en conservant notre liberté.

On nous vend beaucoup les avantages des nouvelles technologies, comme l'augmentation de nos capacités, mais on nous cache aussi certains inconvénients. Par exemple :

- Plus un enfant regarde la télévision, plus ses dessins et son vocabulaire sont pauvres, et plus il a de risques de devenir obèse, d'avoir des difficultés à obtenir des diplômes.
- Les jeunes Américains passent en moyenne plus de temps devant les écrans (télé, consoles, ordinateurs, Smartphone...) qu'à l'école, s'imprégnant ainsi de consommation et de contenus indésirables intégrant sexe et violence.

Pourtant, ces moyens de communication sont un formidable outil de libération, de connaissance, de réflexion et d'échanges à condition d'en faire bon usage.

Malheureusement, elles nous ont été imposées, et non proposées, par le biais de stratégies marketing ultra efficaces et extrêmement lucratives, qui nous ont mis d'emblée dans un rapport de désir – « Moi aussi, il me le faut » – et de dépendance – « Je ne peux plus m'en passer ». Les écrans ont envahi l'intégralité de nos vies, et nous sommes avec eux dans une relation addictive : nous consultons nos mails à tout moment, nous ne sortons jamais sans notre téléphone portable, nous sommes perdus sans notre GPS. Un test simple pour révéler nos nouvelles hiérarchies : si votre portable vibre alors que vous êtes avec quelqu'un, à qui donnez-vous la priorité ? À l'humain en face de vous ou à celui qui est derrière la machine ?

Nous sommes passés, en Occident, de sociétés de carence à des sociétés de pléthore que nous ne savons pas encore maîtriser. De la même façon, nous gaspillons et jetons la nourriture parce qu'elle est accessible partout et tout le temps, alors qu'elle a été rare et précieuse pendant des millénaires.

L'expérience des « rats de cafétéria » illustre ce comportement : un groupe de rats a accès libre à la nourriture, mais ce sont toujours les mêmes aliments. Les animaux se nourrissent avec modération et s'arrêtent lorsqu'ils sont rassasiés. Comportement normal, donc. Un autre groupe a accès libre aussi, mais à une nourriture grasse, trop salée ou trop sucrée, avec des couleurs et des saveurs variées (comme la nôtre) Très rapidement, ils deviennent obèses et ne cessent de manger, sans pouvoir s'arrêter.

C'est de la même façon que nous sommes aussi suralimentés en sollicitations, en informations et en distractions à travers les nouvelles technologies. Nous avons du mal à résister, à faire le tri. Notre capacité d'autorégulation est perturbée car nous avons peur de rater quelque chose.

De plus, il est si facile de se mettre devant un ordinateur ou la télévision, que nous y consacrons une part énorme, de notre temps, et donc de notre vie.

L'histoire de l'humanité est jalonnée d'apparitions de nouvelles technologies mais ce qui est nouveau, c'est la rapidité avec laquelle elles se sont diffusées dans le monde.

Les écrans ne sont une chance que si nous les dominons, si nous les excluons de nombreux moments de notre vie.

Il existe en Californie, dans la Silicon Valley, de très nombreuses écoles sans écrans, dont la pédagogie est traditionnelle : tableau noir, papier, crayon, etc. Malgré leur coût très élevé, les cadres de Facebook, Yahoo!, Apple se battent pour y placer leurs enfants car ils savent que les écrans ne sont pas indispensables à l'école, loin de là.

En Occident, la ligne de démarcation ne passe plus entre les possesseurs d'écrans et ceux qui n'en ont pas. Elle passe entre ceux qui en font un usage raisonné et les autres. On commence d'ailleurs à voir apparaître des signes de lutte contre l'envahissement : aller dans des lieux sans connexion, couper son portable pendant les vacances. Certains refusent radicalement de se connecter, mais même sans aller aussi loin, il y a urgence à établir les règles du bon usage de ces nouvelles technologies qui peuvent devenir nuisibles si on en abuse.

Le temps qu'elles peuvent nous faire gagner devrait être mis à profit pour mieux vivre, mais ce n'est pas ce qui se passe : l'écran pousse à l'écran. Dans les entreprises, le courrier a d'abord été remplacé par le fax, plus rapide, puis par les mails, encore plus rapides. Cela aurait pu dégager du temps, propice à des formations, au temps libre, à la réflexion stratégique. Mais ce temps gagné a été occupé par plus d'exigence de travail, de rapidité, de rentabilité, de disponibilité, tout ce que l'on nomme « technostress ».

Dans la sphère privée, nous assistons au même phénomène et nombre de personnes commencent leur journée en allumant leur ordinateur, au lieu de faire un peu de gym ou de méditation, et qui consultent leur Smartphone à tout instant d'attente au lieu de se détendre ou de regarder le ciel. Il y a une concurrence entre le temps d'écran et le temps de vie.

Pour lutter contre ces effets néfastes, il peut être utile de :

- Réduire le temps d'écran, et vivre.
- Multiplier les instants de non-action, de non-écran.
- Retrouver le goût du calme, de la lenteur, de l'attente.
- Attendre le bus sans jouer sur son portable ou envoyer des SMS.
- Tenter de ne relever ses mails que trois fois par jour.
- Ne pas répondre au téléphone si vous parlez à quelqu'un.
- Ne pas emporter son téléphone en promenade, l'éteindre pendant les repas.
- Prendre celui de vos enfants mineurs après 21 heures.
- Ne pas utiliser vos écrans le dimanche.

En réfléchissant à ce qui nous rend heureux ou aux plus beaux moments de notre vie, il est fort probable que ce ne soit pas des moments passés devant l'écran.

Notre bonheur est fait de choses simples et fondamentales : des liens réels avec d'autres humains, des moments passés dans la nature, des instants de calme, de récupération, de réflexion... Dans ces moments-là, non seulement les nouvelles technologies ne sont pas indispensables, mais elles sont indésirables.

## II. Aspects économiques

Sur le plan économique, les nouvelles technologies correspondent à ce que l'on nomme des innovations, c'est-à-dire, l'application au domaine commercial, d'inventions réalisées par des chercheurs dans le domaine des sciences et techniques. Dans un contexte de concurrence mondialisée et particulièrement, celle des pays à bas salaires, l'innovation permet aux entreprises des pays développés de s'extraire de la concurrence fondée sur les prix en plaçant l'entreprise qui la réalise en situation de monopole temporaire. Les brevets sont des droits de propriété qui en garantissant l'usage exclusif de l'invention sur une période et un territoire donné, autorisent de pratiquer des prix supérieurs à ceux des marchés concurrentiels. Ce sont généralement les pays où les dépenses intérieures en recherche et développement (dépenses publiques et investissement des entreprises) sont les plus élevées qui parviennent à réaliser les chiffres de croissance les plus élevés. Les pays développés misent particulièrement sur l'économie de la connaissance pour conserver une certaine compétitivité, un minimum de croissance et d'emplois. Cependant, si le progrès technique est source de croissance, il provoque aussi des destructions d'emplois et d'activités dans certains secteurs. Dans la "machine et le chômage" (1980), l'économiste français Alfred Sauvy a montré que les créations d'emplois ne pouvaient être supérieures aux destructions que lorsque le progrès technique s'accompagnait d'une libération de pouvoir d'achat, d'une circulation de revenus au profit de nouvelles consommations (le progrès technique dans l'agriculture, en détruisant des emplois, a favorisé le développement des activités et emplois industriels par une réorientation des dépenses dans ce secteur). Aujourd'hui, la capacité du progrès technique à provoquer une destruction créatrice est contestable. Les moyens de communication accentuent la division internationale du travail au profit des pays comme la Chine ou l'Inde et l'essor de l'économie de l'internet provoque un net recul des emplois dans le commerce de proximité. Les nouvelles technologies se traduisent par un renouvellement accéléré des besoins, une obsolescence accélérée des biens. La question de la soutenabilité de ce type de croissance gourmande en énergie, en ressources naturelles, est clairement posée par les objectifs que nous nous sommes collectivement fixés en termes de développement durable.



### III. Aspects sociaux

D'un point de vue social, le progrès technique (et l'élévation des niveaux de vie) modifie considérablement les modes de vie. Au sein des pays développés, les taux d'équipements en téléphonie mobiles dépassent les 100% (121 abonnements pour 100 habitants), dans les pays en voie de développement, ils s'en rapprochent (80 abonnements pour 100 habitants). Dans les pays riches, le téléphone ne fait qu'accentuer le mouvement d'individualisation déjà fortement engagé. L'individu s'inscrit dans de nombreux réseaux sociaux de liens faibles (par rapport aux liens forts développés présents dans les groupes primaires tels que celui de la famille). Il y gère son identité numérique en présentant des informations qui le mettent à son avantage. La mode du "selfie" est une nouvelle forme de narcissisme qui participe d'un monde parfait où les individus sont toujours occupés, heureux et beaux. Les modes d'expressions empruntent des codes différents de ceux utilisés sur les plateaux télévisés, ou dans les relations de face à face, si bien qu'on y déplore souvent des propos intolérants ou violents. L'accès à l'information modifie aussi le rapport aux savoirs, notamment l'expertise des médecins, des enseignants ou encore des journalistes est mis en concurrence avec des blogs, des contributeurs individuels ou collectifs plus ou moins identifiables, responsables. La toile est une mémoire infinie d'informations que l'on transporte dans sa poche pour la consulter à l'envie. L'avènement de cette mémoire réticulaire influence donc aussi notre propre fonctionnement cognitif au point de provoquer force d'angoisse en cas de perte ou d'oubli. Pour le philosophe Bernard Stiegler, les nouvelles technologies déplacent l'organisation du désir. Les individus sont désormais orientés par des contenus largement produits dans la sphère commerciale (jeux vidéos, réseaux sociaux, applications, blogs, informations, divertissements...) échappant un peu plus à l'emprise des agents de socialisation traditionnels que sont la famille, les associations, l'école, le quartier (etc...) et donc la culture au sens des normes et des valeurs transmises d'une génération à l'autre.

Dans les pays en voie de développement, la téléphonie constitue une fenêtre d'accès supplémentaire au mode de vie des pays riches. Elle provoque une tension entre le désir d'améliorer ses conditions de vie et la préservation de son identité. C'est l'une des manières d'interpréter les conflits interculturels qui jaillissent partout dans le monde. Elle est aussi un outil de démocratie, les printemps arabes se sont ainsi en partie joués sur la mobilisation des réseaux sociaux. Pour les populations les plus reculées, l'accès à des applications en ligne est un moyen de développer l'accès à l'éducation, à la santé, aux services financiers, ou tout simplement à la connaissance pour mieux tirer parti des ressources limitées.

## IV. Aspect politiques de développements menés

Les organismes internationaux (banque mondiale, PNUD, PNUE, ONISEF...) s'emparent des nouvelles technologies pour impulser des politiques de développement auprès des populations les plus pauvres. Il s'agit par exemple d'applications visant à accompagner les agriculteurs pour développer leurs rendements. Il s'agit aussi de diffuser l'information pour garantir le respect de la démocratie. Si les réseaux sont utilisés par les ONG pour faire état de situations alarmantes (répressions, déplacement de population, épidémies, catastrophes naturelles...), ils sont aussi utilisés par les dictatures. Ainsi, il n'existe qu'un petit millier d'accès internet en Corée du Nord, alors que les visiteurs étrangers doivent remettre leurs carte Sim aux autorités.

Le développement des réseaux et des moyens de télécommunication fait naître des tensions internationales en matière de contrôle de l'information et de souveraineté nationale. Que peut-il se passer si un pays accueillant les géants du net acquiert une position prédominante en matière de stockage ou de diffusion de l'information ? De même, comment faire valoir le droit national quand l'existence de la toile brouille les frontières territoriales où s'exerce normalement ce droit ?

Enfin, les besoins en énergie ainsi qu'en ressources naturelles impliquent une régulation mondiale pour répartir les efforts et les risques.

## SOURCES

**Site internet de Orange Business Services, l'entité du groupe Orange qui fournit des services de télécommunication et des services informatiques aux entreprises françaises dans le monde entier :**

<http://www.orange-business.com/fr/blogs/relation-client/point-de-vente/les-nouvelles-technologies-font-elles-notre-bonheur>

**Article intitulé « Les nouvelles technologies peuvent-elles nous rendre heureux ? » du journal belge Le Soir :**

<http://www.lesoir.be/355029/article/styles/bien-etre/2013-11-05/nouvelles-technologies-peuvent-elles-nous-rendre-heureux>

**Article intitulé « Les nouvelles technologies nous polluent » publié sur le site internet du magazine mensuel Psychologies :**

<http://www.psychologies.com/Moi/Se-connaître/Comportement/Articles-et-Dossiers/Aller-a-l-essentiel/Christophe-Andre-Les-nouvelles-technologies-nous-polluent>

**Article intitulé « MMI : L'innovation, la technologie et le bonheur » du 15 décembre 2011 :**

<http://mmi-hightech.blogspot.fr/2011/12/la-technologie-rend-elle-plus-heureux.html>