COLLEGE DOCTORAL BRETAGNE
EDUCATION, LANGAGES INTERACTIONS, COGNITION CLINIQUE, EXPERTISE

UNIVERSITÉ RENNES 2

THÈSE DE DOCTORAT DE

L'UNIVERSITE RENNES 2

ECOLE DOCTORALE N° 646
Education, Langages , Interactions, Cognition, Clinique, Expertise
Spécialité : *Psychologie*
Par

Sandra PLUCHART

La captologie comme outil d'influence : enjeux psychopathologiques et subjectifs

Thèse présentée et soutenue à L'université Rennes 2, le 12 décembre 2025
Unité de recherche : Recherche en psychopathologie et psychanalyse - RPpsy

Rapporteurs avant soutenance :

Xanthie Vlachopoulou	Maitresse de conférence HDR - Université Paris Cité
Susane Vasconcelos Zanotti	Professeure – Université fédérale d'Alagoas (Brésil)

Composition du Jury :

Examinateurs :	Xanthie Vlachopoulou	Maitresse de conférence HDR - Université Paris Cité
	Susane Vasconcelos Zanotti	Professeure – Université fédérale d'Alagoas (Brésil)
	Quentin Dumoulin	Maitre de conférence – Université Côté d'Azur
	Giorgia Tiscini	Professeure – Université Rennes 2
Dir. de thèse :	Jean-Luc Gaspard	Professeur émérite – Université Rennes 2

UNIVERSITÉ RENNES 2

Unité de Recherche RPpsy

Recherches en psychopathologie : nouveaux symptômes et lien social

Ecole Doctorale : Education, Langages, Interaction, Cognition, Clinique, Expertise

Sous le sceau de l'Université Bretagne Loire

La captologie comme outil d'influence : enjeux psychopathologiques et subjectives

Thèse de Doctorat

Discipline : Psychologie

Présentée par Sandra PLUCHART

Directeur de thèse : Pr Jean-Luc GASPARD

Soutenue le : 12/12/2025

Jury :

M. Quentin Dumoulin, Maître de conférences, Université Côte d'Azur
M. Jean-Luc Gaspard, Professeur émérite, Université Rennes 2
(Directeur de thèse)
Mme Giorgia Tiscini, Professeure, Université Rennes 2
Mme Xantie Vlachopoulou, Maître de conférences HDR, Université Paris Cité
(Rapporteur)
Mme Susane Vasconcelos Zanotti, Professeure, Université fédérale d'Alagoas (Brésil)
(Rapporteur)

« Ce que l'on peut espérer, c'est que les Hommes se remettent un jour à penser »

Dr. Olivier Brun

REMERCIEMENTS

Je tiens en premier lieu à remercier le professeur Jean-Luc Gaspard pour la direction de cette thèse de doctorat. Son regard juste et attentif sur chacun de mes écrits a été source d'un grand soutien dans la rédaction. Cette thèse a pu être réalisée également grâce à sa présence et sa disponibilité qui m'ont apportées beaucoup d'encouragement. Je me suis sentie excellemment accompagnée dans cet exercice. Je souhaite remercier chacune et chacun des membres du jury pour l'intérêt porté à mon travail, pour leurs lectures attentives ainsi que pour les débats enrichissants qui auront lieu lors de la soutenance : Mme Giorgia Tiscini, Mme Xantie Vlachopoulou, Mme Susane Vasconcelos Zanotti, Mr Quentin Dumoulin. Je tiens aussi à remercier Mme Mélinda Marx, chargée d'enseignement à l'Université Rennes II durant une partie de ma thèse pour ses précieux conseils dans des moments d'hésitation propre au travail de doctorat. Je remercie chaleureusement ma famille et mes amis pour leur soutien sans faille, malgré l'indisponibilité parfois qu'a demandé ce travail de recherche. Je me suis sentie entourée tout du long de leur amour et leur bienveillance. Je remercie particulièrement Michaël Giovanni en tant que doctorant en Histoire médiévale à l'Université Rennes II, pour de longues soirées d'échanges intellectuels très riches, mais aussi en tant que conjoint et pour tout son amour, pour sa compréhension du travail de doctorat et pour ses encouragements qui m'ont grandement aidé à terminer cette thèse. Je veux remercier tous mes confrères et consœurs, désormais amis avec qui j'ai pu échanger autour de mon sujet de recherche. Leur intérêt pour mon travail aura été d'un grand soutien. Je tiens aussi à remercier Mme Angela Jesuino, psychanalyste, en tant qu'elle a du m'entendre sur le divan pendant cinq années, tergiverser sur l'avancement de cette recherche sans pour autant me faire dévier de mon désir. Enfin, ce travail n'aurait pu voir le jour sans la découverte de l'écoute clinique psychanalytique il y a de cela maintenant douze ans. Je remercie dès lors toutes les personnes qui ont déposé leurs problématiques, leur mode d'existence, leur subjectivité dans le cadre de rencontres psychothérapeutiques. La confiance qui m'est accordée par les patients est précieuse et je leur en suis reconnaissante pour le décalage avec la théorie que leur accueil nécessite, ainsi que pour toutes les réflexions et questions qu'ils m'apportent au quotidien dans ma pratique.

TABLES DES MATIÈRES

REMERCIEMENTS 3
TABLES DES MATIÈRES 4
INTRODUCTION 7
PREMIERE PARTIE : DE L'INFLUENCE DES MASSES À L'INFLUENCE DE L'INDIVIDU, NAISSANCE DE LA CAPTOLOGIE 15
CHAPITRE 1. LA CAPTOLOGIE : ÉMERGENCE D'UNE DISCIPLINE 16
1. Edward Bernays et les relations publiques 16
2. La mutation de l'information 19
3. De l'instantanéité au divertissement 24
CHAPITRE 2. LES TECHNOLOGIES PERSUASIVES 30
1. Persuader 31
1.1. De la persuasion : bref historique 31
1.2. Une définition générale de la persuasion 32
1.3. La théorisation de Robert Cialdini 33
1.4. Les six principes d'influence 34
2. Interagir 45
2.1. Un complexe hétérogène de techniques 47
2.2. Une technologie évolutive 48
2.2.1. La persuasion interpersonnelle de masse 50
2.2.2. La prise en compte de l'environnement, une avancée majeure 52
• L'achoppement de l'individu par l'affect 54
• La reproduction de l'environnement augmente la probabilité de l'achoppement 56
2.2.3. Le maintien de la persuasion, une conception approfondie des technologies persuasives 59
• Les différences inter-individuelles 59
• La personnalisation de la persuasion 61
3. Les profils de persuasion comme technique actuelle 62
3.1. Le profiling explicite 64
3.2. Le profiling implicite 64
CHAPITRE 3. L'ATTENTION : DU COGNITIF AU SUBJECTIF 67
1. Premières définitions 67
2. L'attention dans les entrelacs du biologique et du psychologique 70
2. 1. Attention, perception, regard 70
2. 2. Le behaviorisme radical : L'attention comme conditionnement 73
3. L'essor des techniques d'imagerie cérébrale 75
3.1. Les années quatre-vingt-dix : une « révolution scientifique » 76
3.2. Actualité des systèmes attentionnels et carte de saillance 82
4. L'attention dans une approche psychanalytique : De la pulsion scopique à l'objet regard 87
4.1. Le système perception-conscience : une préhistoire psychanalytique du sujet 88
4.2. L'action spécifique de l'autre dans le système perception-conscience et l'introduction de l'inconscient 90
4.3. De l'Autre à la cause 93
4.4. L'objet a 97
4.5. L'objet voix 100
4.6. Le regard comme objet a 104
DEUXIÈME PARTIE : MÉTHODOLOGIE ET ÉTUDES DE CAS 108
CHAPITRE 1. LA RECHERCHE ORIENTÉE PAR LA PSYCHANALYSE, ENTENDRE LE DISCOURS SINGULIER DU SUJET 109
1. Le prisme analytique dans la recherche, une position actuelle 109
1.1. La recherche en psychologie clinique 109
1.2. L'orientation psychanalytique 111
1.3. La psychanalyse dans la recherche en psychologie clinique 113
2. Hypothèses de recherche 115
3. Le dispositif de recherche 116
3.1. Quelques spécificités du dispositif 116
3.2. Les participants 119
3.3. Méthode : l'entretien clinique semi-directif de recherche 120
4. Analyse des données 123
4.1. Dépouillement des données récoltées, enregistrement audio et retranscription 123
4.2. Traitement des données récoltées, l'analyse de contenu 125
4.2.1 Brève définition 125
4.2.2. Quels indicateurs pour notre analyse de contenu ? 127
5. Construction de cas clinique 130
CHAPITRE 2. ÉTUDES DE CAS. 132

1.Monsieur G, Le « bistrot à l'échelle mondiale » 132
1.1. Présentation du sujet 133
1.2. Pratique des réseaux sociaux 134
1.3. Imaginaire et rapport au savoir 136
1.4. Regard et pulsion scopique 140
1.5. Rapport au corps, émergence du Réel 143
1.6. Dépendance et position subjective 145
2. Monsieur H, le « solo-preneur, entrepreneur indépendant » 149
2.1. Présentation du sujet 150
2.2. Pratique des réseaux sociaux 151
2.3. Imaginaire et rapport au savoir 153
2.4. Regard et pulsion scopique 160
2.5. Rapport au corps, émergence du Réel 164
2.6. Dépendance et position subjective 167
3. Madame I, « tout seul, par magie » 171
3.1. Présentation du sujet 172
3.2. Pratique des réseaux sociaux 173
3.3. Imaginaire et rapport au savoir 174
3.4. Regard et pulsion scopique 177
3.5. Rapport au corps, émergence du Réel 181
3.6. Dépendance et position subjective 189
4. Madame E, « C'est vraiment de l'espionnage pur » 192
4.1. Présentation du sujet 193
4.2. Pratique des réseaux sociaux 194
4.3. Imaginaire et rapport au savoir 195
4.4. Regard et pulsion scopique 199
4.5. Rapport au corps, émergence du Réel 205
4.6. Dépendance et position subjective 209
5. En guise de conclusion 212
CHAPITRE 1. FONCTIONS SUBJECTIVES DE L'USAGE DES RÉSEAUX SOCIAUX 216
1. Une fonction qui semble générale 216
2. Un vacillement du temps vécu, un premier effet partagé 225
3. Une hypnose spécifique : l'auto-hypnose et permutabilité des place hypnotiseur et hypnotisé 228
4. Deux modalités de fascination hypnotique 230
4.1. Première modalité de fascination : Le complexe d'intrusion 230
4.2. Deuxième modalité de fascination : La figure de Pygmalion 233
CHAPITRE 2. USAGE DES RÉSEAUX SOCIAUX ET LIEN SOCIAL CONTEMPORAIN 242
1. Vers une addiction généralisée ? 242
2. La catégorie de discours 246
3. D'une copulation de la science et du capitalisme 251
CHAPITRE 3. DE LA CAPTOLOGIE AUX TECHNOLOGIES PERSUASIVES : L'ÉMERGENCE D'UN NOUVEAU DISPOSITIF DE POUVOIR 257
1. Implications éthiques dans l'usage des technologies persuasives 257
2. Les technologies persuasives et le pouvoir pastoral 263
3. Particularités du pouvoir soutenu par les technologies persuasives 269
3.1. La promesse : l'émergence du neuro-pouvoir 271
3.2. De l'illusion à la jouissance : servitude des individus au neuro-pouvoir 275
3.3. Le prestige au temps du neuro-pouvoir 280
CONCLUSION GÉNÉRALE 284
BIBLIOGRAPHIE 293
INDEX DES MOTS CLÉS 306
Entretien 1 : Monsieur G 309
Entretien 2 : Madame I 326
Entretien 3 : Monsieur H 346
Entretien Monsieur H Partie 2 368
Entretien 4 : Monsieur J 377
Entretien 5 : Monsieur P 405
Entretien 6 : Madame E 431
Entretien 7 : Monsieur D 453
Entretien 8 : Monsieur X 478
Entretien 9 : Madame L 500

INTRODUCTION

Et si notre existence était rythmée par l'intrusion d'une publicité à chacune de nos interactions sociales ? C'est l'histoire troublante vécue par Amanda et son mari. Victime d'un accident vasculaire cérébral, Amanda échappe de peu à la mort grâce à l'émergence d'un nouveau programme basé sur les neurosciences au cours duquel elle a pu être sauvée. Ce programme nommé *Revermind* par la start-up du même nom, propose à Amanda, mal en point, de s'en sortir grâce à l'implantation d'une puce électronique dans son cerveau qui remplace les tissus endommagés, pour lui permettre de prolonger sa vie. L'espoir d'avoir un jour des enfants est ainsi rétabli. Le couple, soulagé d'avoir évité le pire, le Réel de la mort, reprend son existence ordinaire.

Cependant, au bout de quelques mois et malgré un abonnement mensuel à trois cent dollars, Amanda est en proie à des absences subjectives qu'elle ne contrôle en rien. Lorsqu'elle dépasse la zone géographique de couverture réseau, elle s'évanouit. Elle est incapable de gérer sa journée sans dormir bien plus que la normale, d'un sommeil peu reposant. Enfin, au bout d'environ un an, son entourage lui fait remarquer un comportement étrange. En fonction de ses activités les plus banales, à savoir boire un café avec son mari, conseiller un élève inquiet à son travail, ou encore même faire l'amour, Amanda ne peut s'empêcher d'introduire verbalement dans l'interaction une publicité personnalisée, adaptée à son environnement et le tout sans s'en rendre compte. Face à ces intrusions régulières et très incommodantes pour elle et son entourage, le couple décide de prendre rendez-vous avec un interlocuteur de la société Revermind. Le conseiller les écoute attentivement et les rassure : « *tout est absolument normal* ». Devant leurs airs circonspects, il poursuit ses explications en pointant une phase de test de nouvelles fonctionnalités et leur propose une solution pour pallier à leur inconfort quotidien. Grâce à cinq cent dollars supplémentaires chaque mois, Amanda pourrait se déplacer où elle le souhaite dans tout le pays et ne se verra plus envahie par des publicités intempestives. Amanda est complètement stupéfaite par cette contrainte financière très importante pour continuer à user de ce service, pourtant indispensable. Elle conclut l'entretien en lançant : « *Donc, vous vous servez de mon cerveau pour faire de la pub ?* ». Sous la contrainte du programme Revermind depuis son accident vasculaire cérébral, et devant les problèmes financiers qui s'accumulent pour la maintenir en vie, le couple prend une décision terrible mais qui semble inévitable. Revers de la jouissance de s'être affranchis des limites du corps, les deux amoureux finissent par préférer

s'accommoder du Réel de la mort. Le mari met fin aux jours d'Amanda pour d'une certaine façon la faire taire.

Cette dystopie réalisée par la série à succès *Black Mirror* est fort heureusement une fiction. Néanmoins, comme le soulèvent Belle et Tiscini dans leur article intitulé : « L'*inquiétante étrangeté entre intelligence artificielle et voix* », la fiction, et notamment cinématographique, nous en apprend sur les fonctions qu'occupent la science ou encore les objets technologiques contemporains, auprès des sujets parlants[1]. En somme, les scénarios divertissants ne semblent parfois pas si éloignés de notre réalité contemporaine. En témoigne par exemple la start-up *Neuralink* co-fondée par Elon Musk en 2016, qui souhaite repousser les limites du corps humain grâce à l'implantation de puces chez des individus et en premier lieu les personne cérébro-lésées. Si pour l'heure, cette entreprise ne prévoit pas de fusion entre neurosciences et publicité telle qu'on la rencontre dans la série *Black Mirror*, la portée du discours de la science dans ses prétentions totalisantes[2] est pour autant bien présente.

Qu'est-ce que cet épisode dit de notre modernité ? Assurément, le programme Revermind est présenté comme l'unique solution face à la mort imminente d'Amanda. Même les médecins indiquent au mari leurs propres limites face au coma de sa femme. Ils ne peuvent rien faire, sauf si le mari accepte le programme Revermind qui combine technologie et neurosciences. En somme, ce désaveu du savoir médical classique métaphorise l'idéologie technosolutionniste. Considéré notamment par l'historien François Jarrige comme : « *une confiance excessive et naïve dans les solutions technologiques censé résoudre tous les problèmes* »[3], le technosolutionnisme est exploré depuis bien longtemps par la littérature. Nombres d'auteurs de science-fiction abordent ses potentiels effets sur les individus et plus globalement sur l'organisation des sociétés comme par exemple Pierre Boule (1963), René Barjavel (1943), Aldous Huxley (1932), ou encore George Orwell (1948). Pour autant, le malaise ressenti à la lecture de ces différentes œuvres, mais aussi de façon plus contemporaine, celui expérimenté par les spectateurs (pourtant divertissant) qui a fait le succès de la série Black Mirror questionne les ressorts de notre modernité. En effet, le technosolutionnisme, en tant qu'idéologie n'est plus uniquement l'apanage de la

---

[1] Belle, L., Tiscini, G. (2024). "L'inquiétante étrangeté entre intelligence artificielle et voix." *Bulletin de psychologie*, vol. 77, n° 4 (586), octobre-décembre 2024, p. 43-50.

[2] Lebrun, J-P. (1997). *Un monde sans limite : suivi de Malaise dans la subjectivation*. Éditions érès.

[3] Jarrige, F. (2021). Mirages du technosolutionnisme. HAL. p. 2. Disponible sur : https://ube.hal.science/hal-03545360/document [Consulté le 02.09.2025].

science-fiction et s'infiltre dans notre réalité. Lors de la crise du Covid en 2020, les individus ont pu dans une certaine mesure et au même titre qu'Amanda et son mari, être confrontés à des choix impliquant l'idée d'un risque de mort. L'application *Stop Covid* par exemple, portait l'idée d'un traceur GPS sur chaque utilisateur pour éviter d'être en contact avec une personne infectée. Notre manière d'habiter l'espace pouvait ainsi être contrôlée par la technologie dans le but d'éviter d'être vecteur de contamination, et notamment des proches. Les citoyens étaient massivement invités à télécharger cette application et à y entrer leur données personnelles (notamment la géolocalisation) pour un usage optimal. Ceux qui l'utilisaient pouvaient dès lors accéder à l'idée qu'ils évitaient le virus et par conséquent qu'ils se protégeaient ou protégeaient leurs proches d'une possible contamination pouvant mener à la mort. Plus récemment et même moins enrobé, une conversation entre deux dirigeants dictateurs a été relevée, au cours de laquelle ils s'échangeaient des astuces afin de tenter d'inverser le vieillissement du corps[4]. On peut se rappeler à ce titre une question formulée par Lacan qui semble aujourd'hui au cœur de l'idéologie technosolutionniste qui retrace au fond le succès du discours de la science et porte aussi sur une espérance, une foi quasi religieuse : « *Pourquoi est-ce qu'il n'y en aurait pas un ou une qui vivrait jusqu'à cent cinquante ans ? Enfin, quand même, c'est là que la foi reprend sa force* »[5]. Dans la même tendance, un documentaire sur un milliardaire fantasque retrace sa volonté d'inverser le processus de vieillissement par une série de rituels quotidiens très contraignants, contaminant l'ensemble de l'investissement corporel, allant d'une alimentation millimétrée au contrôle incessant des données générées par le corps (battement du cœur, tension, glycémie et tout autre paramètre mesurable). Ces données apparaissent comme une boussole suggestive, devenant un véritable guide d'existence[6].

L'engrenage aliénant que vivent Amanda et son mari dans l'épisode fictif peut donc être perçu comme le reflet de la réalité de notre lien social contemporain. En effet, de manière moins évidente que le milliardaire du documentaire ou que Poutine et Xi Jinping, les individus côtoient et ont même recours aux technologies numériques et aux objets issus du

---

[4] Charlier, P. (2025, 07/09). Xi Jinping et Vladimir Poutine entretiennent une fascination communiste pour la lutte contre la dégradation du corps. *Le Monde.* Disponible sur : https://www.lemonde.fr/idees/article/2025/09/07/xi-jinping-et-vladimir-poutine-continuent-d-entretenir-la-fascination-communiste-vis-a-vis-de-la-lutte-contre-la-degradation-du-corps_6639604_3232.html [Consulté le 14/09/2025].

[5] Lacan, J. (1972). *Le Séminaire de Louvain. Les non-dupes errent* . Transcription dactylographiée, Université catholique de Louvain, séance du 3 octobre 1972, p. 28.

[6] Smith, C. (2025). *Don't die : l'homme qui voulait être éternel* [documentaire]. Netflix.

discours de la science. Chercher du travail, contacter un réparateur, rejoindre des amis, faire ses courses, accéder aux services publics, apprendre ou encore se divertir ; de nombreuses applications numériques proposent un service en échange de données personnelles, avec la promesse, d'améliorer (parfois de façon indispensable) le quotidien de l'utilisateur. Or, notre recours quotidien aux technologies numériques traduit-il pour autant une adhésion individuelle à l'idéologie technosolutionniste ?

Ce qui apparaît frappant, à la fois chez le couple que forment Amanda et son mari, mais aussi à notre époque, c'est qu'il n'est pas nécessaire de se sentir proche de l'idéologie technosolutionniste pour rencontrer ses applications et en subir les contraintes. Comment expliquer ce sentiment partagé de ne plus savoir ni pouvoir se passer de tous les outils numériques qui nous accompagnent au quotidien ? À son origine, le numérique a offert des possibilités de communication et d'accès facilité à la connaissance jusqu'alors inimaginables. Les débuts d'Internet ont permis un partage sans précédent et mondialisé des savoirs. Cependant, dans l'organisation actuelle de nos sociétés, les outils numériques visent à influencer quotidiennement nos attitudes, nos décisions, nos comportements, nos interactions sociales et même peut-être plus encore nos modes de vie et nos propres visions de l'existence. Dans une large mesure, cet assujettissement planétaire des individus a été rendu possible par un domaine scientifique actuellement à son apogée dans notre société contemporaine bien qu'il soit encore largement méconnu du grand public. Ce domaine n'est autre que le champ disciplinaire originellement nommé la *captologie,* domaine scientifique qui a autorisé progressivement la fusion entre les innovations du discours de la science et la diffusion massive de publicités et d'objets au service de l'économie de marché. La captologie est primordialement un champ de savoirs construit autour de la recherche de la capacité du numérique à influencer les attitudes ou les comportements des utilisateurs. Son père fondateur BJ Fogg était alors convaincu dès les années quatre-vingt dix que ces recherches seraient bénéfiques pour l'ensemble de la société.

Les connaissances issues de la captologie ont trouvé leurs applications dans de nombreux objets numériques avec lesquels les individus interagissent au quotidien. Montres connectées, enceintes connectées, smartphones, tablettes, TV, ordinateurs etc., une connexion à Internet suffit pour rencontrer les applications utilisant le savoir issu de la captologie. Bien que tous ces objets contribuent à diffuser une interaction entre l'individu et la machine façonnée par ce champ disciplinaire, nous avons observé que certaines applications usent plus que d'autres de la captologie, celles qui sont paradoxalement des applications dont l'usage est de connecter les individus entre eux, à savoir les réseaux so-

ciaux. @Facebook, @Instagram, @X, @Linkedin et @Tiktok pour ne citer que les plus utilisées ont connu un développement fulgurant tout en possédant leurs propres identités, des fonctionnalités spécifiques et même des codes sociaux virtuels bien délimités. La massivité de leur utilisation au niveau planétaire souligne leur succès et le poids économique qu'elles représentent[7].

Comment expliquer cet engouement généralisé de l'usage des réseaux sociaux basés sur la captologie ? Certes les réseaux sociaux peuvent s'avérer utiles et facilitateurs pour la réalisation de nombreuses taches quotidiennes pour les individus et même dans l'organisation des sociétés. Depuis l'avènement de Facebook, les personnes peuvent rester en contact et se regrouper par affinités ou centres d'intérêt quand Instagram se présente comme un espace d'expression audiovisuelle planétaire. X déverse un flot d'informations et d'expressions en continu quand Linkedin permet de trouver un travail grâce à la création d'un véritable réseau professionnel : autant d'usages qui véhiculent à plusieurs niveaux un discours prônant la consommation, qui professe de repousser toujours plus loin toutes les limites du corps et qui œuvre à l'affirmation d'un tout savoir sur les individus.

Pour expliquer une utilisation aussi massive des réseaux sociaux basés sur la captologie, nous pouvons tout d'abord rapprocher ces expériences individuelles d'une logique analogue : celle du *Pharmakôn*[8]. Ce dernier, dans un sens platonicien, repris par Stiegler peut être défini comme un remède qui, selon les usages, peut contribuer à améliorer un état, un monde, mais aussi peut aboutir à le détruire[9]. Dans cette veine, les technologies numériques adossées à la captologie semblent apporter ainsi des possibilités d'amélioration individuelle et sociétale tout comme elles peuvent induire une certaine sociopathologie en fonction des usages que font les individus des réseaux sociaux. À ce titre, Stiegler dénonce une captation de l'attention par les technologies numériques, productrices de ce qu'il nomme : « *l'inattention au social* »[10]. Et ce par l'emprise que ces réseaux exercent sur nombre d'individus au premier rang desquels les jeunes les plus influençables, cibles de choix des agences publicitaires. Par exemple depuis le mois d'avril 2025, le téléachat a fait son apparition sur l'application Tiktok, réseau social très plébiscité par les jeunes depuis le

---

[7] D'après l'institut Statista, on compte rien qu'en France en 2024 plus de cinquante millions d'utilisateurs inscrits sur au moins un réseau social, sur un total de soixante-huit millions d'habitants. https://fr.statista.com/themes/2761/l-usage-des-reseaux-sociaux-en-france/

[8] Stiegler, B. (2007). Questions de pharmacologie générale. Il n'y a pas de simple pharmakon. *Psychotropes*, 13, p. 27–54. http://dx.doi.org/10.3917/psyt.133.0027

[9] *Ibid*., p. 34.

[10] *Ibid.*, p. 36.

confinement de 2020. Des démarches de régulations sont désormais en cours contre ce réseau social en France. En effet, une commission d'enquête a été crée le 13 mars 2025 et plusieurs propositions ont depuis été formulées. Face au constat d'effets néfastes sur la jeunesse, au-delà de l'aspect consumériste, le rapport parlementaire recommande de limiter le temps passé sur Tiktok en instaurant un couvre feu numérique, ou encore plus radical, le rapport préconise d'interdire les réseaux sociaux pour les moins de quinze ans. Plusieurs témoignages relatent entre autre que Tiktok peut accentuer les pensées suicidaires des jeunes déjà sensibles, ce qui rend cette application particulièrement dangereuse pour les plus fragiles psychiquement[11].

Cependant toute description généraliste portant sur la pratique des réseaux sociaux comme sur un éventuel impact de ces techniques numériques nous semble posséder un point aveugle : ce qu'il en est de l'expérience subjective des individus dans le rapport au savoir, à la vérité, à l'inconscient et aux lois du marché.

En tant que psychologues cliniciens orientés par la psychanalyse, nous sommes constamment confrontés à la souffrance du sujet contemporain autant qu'à ses modes d'être au monde et ses manières singulières de tenter de s'inscrire dans le lien social. Et c'est par ce contact quotidien avec des individus largement pris dans ce phénomène collectif que nous est venu le projet d'interroger dans notre thèse comment, dans notre modernité, s'articulent ces nouvelles interactions entre les individus et le numérique (usant des connaissances issues de la captologie) et quelles en étaient les incidences tant au plan psychopathologique que de la subjectivité ?

« *Les Hommes prennent rarement conscience des raisons réelles au fondement de leurs actions* »[12] : affirme le père de la propagande moderne, Edward Bernays. C'est dans ce contexte que cette affirmation nous a porté vers une recherche doctorale universitaire en psychopathologie. En effet, les technologies numériques aussi présentes soient-elles, bouleversent de façon radicale nos modes d'interaction sociale. Paradoxalement, et sous prétexte d'une attache à l'autre qui ne s'interrompt plus, c'est précisément le lien social qui en vient à se dégrader[13] et à produire de nouvelles souffrances que nous auront à explorer au

---

[11] AFP. (2025, 11/09). La commission TikTok préconise d'interdire les réseaux sociaux aux moins de 15 ans. *Le Figaro*. Disponible sur : https://www.lefigaro.fr/flash-actu/la-commission-tiktok-preconise-d-interdire-les-reseaux-sociaux-aux-moins-de-15-ans-20250911.[Consultéle14/09/2025].

[12] Bernays, E. L. (1928). *Propaganda. Comment manipuler l'opinion en démocratie*. Paris : Zones / Éditions La Découverte, 2007. p. 91-92

[13] Gaspard, J-L. (2010). « Nouveaux symptômes et lien social contemporain ». In *Les fondamentaux de la psychanalyse lacanienne : Repères épistémologiques, conceptuels et cliniques*, sous la direction de Jodeau-Belle & Ottavi, Presses universitaires de Rennes. p. 357-372.

cours de ce travail de recherche. La connexion technologique véhicule-elle un discours qui ne se réfère plus que partiellement à un ordre symbolique, mais s'accorde davantage à faire tenir un ensemble autour d'une possibilité (voire d'une nécessité) de s'affranchir des limites et d'une quête insatisfaite d'un jouir à tout prix ? L'épisode de Black Mirror nous met sur la piste d'une combinaison du discours de la science avec la publicité personnalisée. L'épisode nous montre de manière extrême les effets de cet engrenage dans l'usage du numérique dans des applications issues notamment des neurosciences et qui sont au service du capitalisme contemporain.

Et ceci pose d'ores et déjà une interrogation à partir de laquelle nous pouvons commencer à articuler ce travail de recherche universitaire : Quels sont les effets au plan psychique de l'influence exercée par le numérique dans les applications notamment celles des réseaux sociaux ? Nous faisons l'hypothèse que le sujet, en fonction de sa structure subjective met en jeu ses propres problématiques psychoaffectives dans ses usages des réseaux sociaux. Nous supposons aussi que ce nouveau mode d'être au monde individuel peut se collectiviser, annonçant une modification profonde de la subjectivité contemporaine et allant jusqu'à occasionner des comportements psychopathologiques ou présenter de nouvelles formes d'expressions symptomatiques.

Cette recherche s'interroge enfin sur la réalité (ou non) d'une possible mutation anthropologique ou à minima d'une nouvelle économie psychique[14]. Elle met en balance l'organisation sociétale actuelle, les modes de consommation et de rapport à l'objet comme les incidences des discours dominants sur les individus dans leurs rapports au corps, à l'altérité et à la vérité. Pour pouvoir engager un tel débat, les ressources doctrinales de la psychanalyse seront sollicitées et nous serviront de boussole. Mais au préalable ce travail de recherche nous permettra d'établir une réflexion pluridisciplinaire entre notamment la psychopathologie, les sciences du numérique, la philosophie et la sociologie.

Si la captologie dans ses dérivés numériques vise à influencer le sujet dans ses modes de consommation et dans ses modes de jouissance, que reste-t-il de l'expression subjective dont parle la psychanalyse ? Qu'en est-il du sujet parlant, sujet soumis à la loi symbolique du langage, à la castration et au manque, dans une société de communication instantanée et de profusion des images comme des sollicitations audiovisuelles ? Comment le rapport à l'Autre peut-il se constituer et évoluer à travers cette nouvelle construction du

---

[14] Melman, C. (2009). *La nouvelle économie psychique : La façon de penser et de jouir aujourd'hui*. Edition Érès.

lien social ? Qu'en est-il des actes opérés par les sujets mais qui ont été induits par les techniques de persuasion ?

Pour répondre à toutes nos interrogations, la psychanalyse en tant que méthode d'investigation, doctrine et enfin praxis nous a paru un point d'appui précieux et incontournable tant au plan théorique que méthodologique. La psychanalyse qui pourrait être en effet définie par Lacan comme la science du sujet habité par le langage[15] doit nous permettre ainsi de nous décaler de la seule observation d'un phénomène sociétal aussi massif que collectif pour en interroger les ressorts psychiques individuels. Dans cette logique, nous proposons de développer notre recherche autour de trois grandes parties qui déplieront les enjeux psychopathologiques et subjectifs de l'utilisation des réseaux sociaux basés sur les technologies associées à la captologie. Dans une première partie qui fera fonction de revue de littérature, nous nous pencherons sur les conditions d'émergence de cette discipline scientifique qu'est la captologie, sa définition, son essor au plan technologique et nous étudierons ses mécanismes d'application au sein des réseaux sociaux. Enfin, nous nous concentrerons à décrire les effets (du cognitif au pulsionnel) attendus sur les individus qui usent des réseaux sociaux et qui sont par conséquents confrontés sans le savoir à cette technologie.

Dans une deuxième partie, nous nous intéresserons à la dimension clinique. Tout d'abord nous présenterons notre méthodologie de recherche centrée sur des entretiens semi-directifs et l'analyse de discours qui en découle. Nous veillerons à vérifier nos hypothèses opérationnelles préalablement dépliées tout en restant attentifs à d'éventuels résultats que nous n'attendons pas de prime abord.

Enfin dans une dernière partie, nous discuterons les résultats obtenus dans le but d'ouvrir une réflexion plus générale sur les caractéristiques du lien social contemporain. Nous tenterons de mettre à jour les différentes fonctions psychiques sollicitées par l'usage quotidien des réseaux sociaux, tout en n'omettant pas la dimension structurale. Puis nous mettrons en exergue les différents effets psychiques que produisent ces mêmes usages en les articulant aux différents discours ayant cours à notre époque. Enfin, nous prendrons de la hauteur pour rendre compte et proposer de définir un nouveau dispositif de pouvoir agissant sur les individus, dispositif qui nous semble participer activement du nouveau malaise dans la civilisation.

---

[15] Lacan, J. (1955-56). Le *Séminaire, Livre III, Les psychoses.* Seuil. p. 276.

PREMIERE PARTIE : DE L'INFLUENCE DES MASSES À L'INFLUENCE DE L'INDIVIDU, NAISSANCE DE LA CAPTOLOGIE

« *Ce n'est pas tous les jours qu'on rencontre ce qui est fait pour vous donner juste l'image de votre désir* »[16] : prononce Lacan lors de son premier Séminaire en 1954. Cette formule peut-elle résonner de la même façon de nos jours, en 2025 ? Dans cette première partie, nous explorerons par une revue de littérature les marqueurs historiques qui ont façonné l'organisation sociétale de notre modernité, de l'apparition de la propagande à l'ère des réseaux sociaux. Nous suivrons l'évolution de la notion d'influence, au coeur de la démarche du savoir issu de la captologie. À partir de cette notion, nous verrons comment ré-interroger la réflexion de Lacan formulée au milieu du siècle dernier. Il convient ainsi de problématiser les effets sur les individus de ce nouveau rapport au monde, dans lequel déferlent aujourd'hui justement toujours plus les outils permettant d'approcher *juste l'image de notre désir*. Enfin, nous décrirons les premières conséquences avérées sur les individus de l'influence généralisée par la captologie, notamment par le biais de la psychologie cognitive et des travaux en neurosciences.

[16] Lacan, J. (1954). *Le Séminaire, Livre I, Les écrits techniques de Freud*. Seuil. p. 163.

CHAPITRE 1. LA CAPTOLOGIE : ÉMERGENCE D'UNE DISCIPLINE

Bien que la captologie soit une discipline nouvelle au regard du développement de l'informatique et des technologies numériques, elle n'apparaît pas comme le résultat d'une invention inattendue issue d'un personnage visionnaire. De nombreux évènements historiques (sociaux, idéologiques, techniques et technologiques) peuvent être présentés afin de rendre compte du caractère épigone de la captologie. À ce titre, la toute première phrase de BJ Fogg dans son ouvrage *Persuasive technologie : using computer to change what we think and do* renvoie à une période historique que nous étudierons ci-après : « *Quand j'avais dix ans, j'ai étudié la propagande* »[17]. Nous choisissons alors d'emprunter le même chemin afin de mettre en exergue ce qui, au sein de la propagande, a perduré dans la captologie et lui a permis de se développer d'une façon déterminante.

Outre la propagande, le développement de la captologie provient d'une pluralité de facteurs que nous ne pourrons traiter en intégralité dans ce travail, par souci de cohérence. Néanmoins, il apparaît nécessaire d'évoquer l'évolution du contexte sociétal à partir du XIXe siècle qui entre en connivence avec l'essor de diverses techniques de communication. Ces nouvelles techniques se révèlent être des archétypes de la captologie que nous connaissons aujourd'hui. Ainsi pour saisir l'ampleur de l'implantation de la captologie à travers le monde, mais surtout ses incidences chez tout à chacun, il convient de comprendre comment elle a pu se poser comme un héritage sociétal à partir du XIXe siècle.

1. Edward Bernays et les relations publiques

Edward Bernays est un personnage éminent des Etats-Unis du XXe siècle. Le neveu de Freud est considéré comme le père des *relations publiques*, un des autres noms de la propagande moderne. Il fut engagé lors de la première guerre mondiale au *Comitee on public information* dont le but était de convaincre la population des États-Unis de soutenir l'entrée du pays en guerre. Puis il ouvre son cabinet privé et devient alors ce qui nommera lui-même conseiller en relations publiques. C'est dans son ouvrage *Propaganda*, publié la première fois en 1928, que Bernays nous révèle l'influence qu'il a opéré durant sa carrière.

[17] Fogg, BJ. (2002). *Persuasive Technology: Using Computers to Change What We Think and Do.* Ubiquity. p. 6. « When I was ten years old, I studied propaganda ».

Son ouvrage nous donne matière à penser sur les mutations sociales d'après-guerre, mais également sur ce que la société contemporaine a conservé de son travail.

Le terme *propagande* se confond avec d'autres procédés de communication tels que *persuasion* et *rhétorique*. Effectivement tous trois ont pour objectif de modifier les opinions d'autrui[18]. Cependant la propagande confère un caractère bien spécifique qui se distingue des autres termes venants du champ lexical de l'influence. La définition de la propagande a évolué avec l'Histoire. Partant du latin *propagera,* (signifiant propager), ce terme s'appliquait au domaine religieux, puis s'est étendu à la politique à partir de la Révolution Française. Le dictionnaire Littré le définit comme « *Toute association dont le but est de propager certaines opinions* »[19]. C'est Bernays qui précise la spécificité de la propagande. La propagande manipule et influence avant tout les masses : « *La manipulation consciente, intelligente, des opinions et des habitudes organisées des masses* »[20]. Il insiste sur le caractère groupal tout au long de son ouvrage, en indiquant par exemple que la propagande facilite la compréhension entre un individu et tout un groupe[21]. Nous reconnaissons ici comment la captologie est tirée en partie de l'étude de la propagande. De la même manière, son objectif est d'influencer, par la modification du comportement et des attitudes de personnes.

Si les motifs d'utilisation de la propagande lors de la Première Guerre Mondiale semblent clairs, il s'agit pour Bernays de justifier le développement de la propagande une fois l'armistice annoncé. Prenant d'abord comme premier justificatif l'établissement de la démocratie, il s'attarde ensuite sur des raisons économiques : « *Dans la pratique, si avant d'acheter, tout le monde comparait les prix et étudiait la composition chimique des dizaines de savons*, *de tissus ou de pains industriels proposés dans le commerce, la vie économique serait complètement paralysée* »[22]. En somme, influencer les comportements et les attitudes du plus grand nombre apparaît alors préférable pour l'économie. Là encore, il semble y avoir une réflexion dont a hérité la captologie de nos jours. Influencer les comportements et attitudes des utilisateurs se justifie pour des raisons de croissance écono-

---

[18] Marková, I. (2007). Persuasion et propagande. *Diogène*, 217, p. 39-57. https://doi.org/10.3917/dio.217.0039

[19] En, É. L. ; . F. G. (s. d.). Littré - propagande - définition, citations, étymologie. https://www.littre.org/definition/propagande

[20] Bernays, E. (1928). *Propaganda*. Paris : La découverte. p. 31.

[21] *Ibid.*, p. 135.

[22] *Ibid.*, p. 32.

mique et de facilitation des échanges (en témoigne les GAFA qui utilisent toutes la captologie). Mais ce que la captologie a de plus surprenant, c'est qu'elle use de stratagèmes similaires, pourrait-on dire les stratagèmes précurseurs de la propagande. Bernays annonce : « *La pensée au sens strict du terme n'avait pas sa place dans la mentalité collective, guidée par l'impulsion, l'habitude ou l'émotion* »[23]. C'est également sur ces éléments comportementaux que s'appuie la captologie, Nous y reviendrons.

Au fur et à mesure de l'évolution de la propagande et de la modernisation de ses techniques, celle-ci s'apparente à ce que nous connaissons de la captologie de nos jours. En effet, Bernays indique le rapport de la propagande moderne à l'image : « *Cette pratique qui consiste à déterminer des circonstances et à créer simultanément des images dans l'esprit de millions de personnes est en réalité très courante* »[24]. À la différence près que là où l'époque de la propagande favorisait l'image psychiquement, à l'ère captologique, l'image est d'emblée proposée sur l'écran. Nous pouvons nous demander comment l'image vient étayer la propagande et par la suite la captologie. Le rapport n'apparaît pas si évident, bien que Bernays nous donne un élément à questionner dans la suite de notre recherche : « *Dans notre monde contemporain, le cinéma est à son insu la courroie de transmission la plus efficace de la propagande. Il n'a pas son pareil pour propager idées et opinions. Le cinéma a le pouvoir d'uniformiser les pensées et les habitudes de vie de toute la nation. Les films étant conçus pour répondre aux demandes du marché, il reflètent, soulignent, voire exagèrent les grandes tendances populaires, au lieu de stimuler l'apparition de nouvelles manières de voir et de penser* »[25]. L'image, et plus précisément la vidéo, aurait la capacité d'uniformiser les pensées et comportements des sujets. Voilà une question qui s'applique également à la captologie, agissant aujourd'hui par le biais d'images mais aussi de vidéos comme tout récemment avec la démocratisation de l'application TikTok. Comment l'image peut-elle uniformiser les pensées et les habitudes comportementales ? Nous traiterons ces questions dans une partie ultérieure. Cependant, ce que nous constatons à la lecture de Bernays, c'est bien que la psychanalyse semble pouvoir aborder la dimension inconsciente dans l'influence d'un comportement et d'une pensée. Étant souvent en lien avec Freud, Bernays n'a cessé de fonder ces techniques de propagande en se servant de l'apport freudien : « *Nos pensées et nos actions sont des substituts compensatoires de désirs que nous*

---

[23] *Ibid.*, p. 62.

[24] *Ibid.*, p. 43.

[25] *Ibid*., p. 139.

avons dû refouler. Il nous arrive de désirer une chose, non parce qu'elle est intrinsèquement précieuse ou utile, mais parce que, inconsciemment, nous y voyons un symbole d'autre chose dont nous n'osons pas nous avouer que nous le désirons »[26]. De cette pensée psychologique générale que Bernays applique aux masses, nous proposons d'établir une lecture et une analyse des ressorts de la captologie et des procédés d'influence individuels avec l'appui de la psychanalyse. Bernays lui-même supposait que cette lecture était possible : « C*e grand principe voulant que nos actes soient très largement déterminés par des mobiles que nous nous dissimulons vaut autant pour la psychologie collective que pour la psychologie individuell*e »[27]. Il ouvre la voie ici au développement d'une propagande dite « *individuelle* », qui est aussi appelée aujourd'hui « *persuasion* » et qui s'inscrit dans le cadre de la captologie par la technologie dite interactive.

Néanmoins, là où, pour Bernays, la logique de la névrose semble suffire à expliquer les comportements de masse à l'égard de l'influence provoquée par la propagande, dans la captologie de nombreux paramètres nouveaux entrent en compte. Plusieurs différences de taille se dressent entre les techniques de propagande et les techniques captologiques. Là où la propagande s'intéresse à l'influence des masses, (ainsi la propagande est d'emblée étudiée comme un phénomène sociologique[28]), la captologie se tourne davantage du côté de l'individu. Ainsi, nous pouvons d'ores et déjà supposer que l'influence des comportements et attitudes a une explication différente en fonction de la structure subjective du sujet.

2. La mutation de l'information

Les méthodes de Bernays se sont avérées très efficaces dans l'influence de l'opinion publique et sont encore utilisées, toujours plus perfectionnées, dans la société capitaliste actuelle. Partant des États-Unis au début du XXe siècle, les relations publiques et les méthodes associées se sont étendues dans de nombreux pays du monde, et notamment en France. Comment la propagande moderne a-t-elle pu se déployer au-delà des frontières étatiques, mais surtout géographiques ? Cette question peut paraître absurde dans une société où nous sommes informés des dernières tendances musicales coréennes, de l'emploi du temps journalier de nos influenceurs favoris vivant à Dubaï, ou encore du temps qu'il fait au Pôle Nord. Cependant la manière dont toutes ces informations nous parviennent jouent

[26] *Ibid*., p. 63.

[27] *Ibid.*, p. 64.

[28] Marková, I. (2007). *Persuasion et propagande*. *op.cit*.

un rôle important dans notre rapport à notre environnement, mais aussi et nous le verrons, dans notre rapport à nous-mêmes, comme le souligne Neil Postman, enseignant sur la théorie des médias à l'Université de New York à la fin du XXe siècle : « *Je reste convaincu que les moyens de transmission de l'information propres à chaque civilisation ont une influence déterminante sur la formation des préoccupations intellectuelles et sociales de cette civilisation* »[29]. Les médias qui ont pour fonction de transmettre l'information opéreraient des bouleversements dans le mode de pensée des populations, et donc des sujets. Comprendre ce que la captologie bouleverse en nous passe alors par une revue historique de la transmission de l'information.

L'Homme, en tant que marqué par le langage, a de tout temps partagé des informations avec ses semblables. Qu'elles soient de nature à éviter un danger immédiat, à véhiculer des croyances particulières ou encore rendre compte de stratégies de guerre, l'information jusqu'environ 1840 ne pouvait généralement se déplacer plus vite que la capacité des Hommes à la transporter. En somme, elle ne dépassait pas 55 km/h, soit la vitesse d'un train[30]. Ainsi, la notion d'espace était une limite à la diffusion d'une information. Composer avec la géographie de l'espace allait de soi. Samuel Finley Breese Morse, que Postman surnomme « *le premier véritable homme de l'espace* »[31] vient renverser cette limite de diffusion de l'information grâce à l'invention du télégraphe électrique. Cette prouesse technique permet aux informations de se déplacer bien plus rapidement que n'importe quel autre transport, et vient donner l'illusion d'un espace aboli, ainsi qu'une appétence nouvelle à l'immédiateté. Ce développement de l'information, apporte de nombreuses modifications, tout d'abord sur le plan sociologique. L'unification du discours public étatique est à l'œuvre d'une part : « *Son télégraphe gomma les frontières des Etats, balaya les régions et en enserrant le continent dans un réseaux d'informations, créa la possibilité d'un discours américain unifié* »[32]. En outre, le télégraphe électrique modifie la communication entre les pays et apporte une première mondialisation informationnelle. La mondialisation de l'information ne cesse ensuite de se déployer au fil du développement technique, puis technologique.

---

[29] Postman, N. (1985). *Se distraire à en mourir*. USA : Pluriel. p. 26.

[30] *Ibid*., p. 103.

[31] *Ibid.*, p. 104.

[32] *Ibid*., p. 104.

Nietzsche relevait déjà les conséquences majeures et durables de ce nouveau rapport à l'information : « *La presse, la machine, le chemin de fer, le télégraphe sont des prémisses dont personne n'a encore osé tirer les conclusions pour mille ans* »[33]. De cet espace aboli par la transmission rapide, Wolton, sociologue contemporain, en soulève des problématiques plus actuelles : « *La mondialisation de l'information rend le monde tout petit, mais très dangereux* »[34]. Cette dangerosité dont parle Wolton tient au fait que l'information transmise en instantanée nous fait entrer dans l'ère d'un monde aggloméré, où l'Autre apparaît omniprésent tout en restant fondamentalement différent[35]. Cette omniprésence d'un Autre différent vient créer pour Wolton un facteur de tension car l'information instantanée ne permet plus de faire advenir la communication : « *Longtemps considérée comme un facteur d'émancipation et de progrès, l'information peut devenir un facteur d'incompréhension, voire de haine. L'information ne suffit plus à créer la communication, c'est même l'inverse* »[36]. La communication étant définie par la relation entre l'émetteur de l'information et le récepteur de l'information ainsi que la compréhension par le récepteur du message transmis, elle ne serait plus garantie à mesure de l'étendue géographique et instantanée de l'information. C'est en effet à partir du télégraphe que l'on peut constater le commencement paradoxal de la dégradation de la communication. Le télégraphe vient en effet raboter la contextualisation d'une information. Sa fonction première est de déplacer une information d'un point A à un point B et ce d'une manière rapide. Si sur le télégramme reçu, il y a tout un écrit pour contextualiser et analyser l'information que l'on veut déplacer afin de rendre compte du caractère situé de la situation, alors on perd l'essence même de ce pourquoi cette invention a vue le jour. Le flash d'information est d'autant plus efficace qu'il est concis. La vitesse de diffusion implique alors une décontextualisation de l'information, ce qui à terme détériore la communication, comme le constate Wolton. De cette volonté logistique, la mondialisation de l'information implique donc des difficultés de compréhension entre les interlocuteurs.

Même si nous nous situons actuellement dans des considérations sociologiques de la mutation de l'information, nous pouvons aisément affirmer que les conséquences ne se résument pas à une nouvelle dynamique groupale et politique autour de l'information.

---

[33] Nietzsche, F. (1878). *Humain, trop humain : Un livre pour esprits libres*. Gallimard. p. 275.

[34] Wolton, D. (2003). *L'Autre Mondialisation*. Flammarion. p. 9.

[35] *Ibid.*, p. 9.

[36] *Ibid*., p. 9.

Postman comme Wolton et d'autres admettent tout à fait des conséquences qui se soutiennent à un niveau plus subjectif.

Postman, en étudiant l'évolution du discours public, vient poser une théorie que nous pouvons transposer à un niveau subjectif : « *Le télégraphe a également rendu le discours public foncièrement incohérent. Il nous a amené un monde de temps décousu et d'attention décousue* »[37]. On constate ici un changement d'analyse non seulement au plan social, mais aussi subjectif : la modification de l'investissement de l'information pourrait comporter des effets sur l'attention de l'individu. De plus, se joue dans la transmission rapide de l'information une détérioration de l'axe information/action. Avoir accès aux informations ne comporte plus une utilité immédiate, et donc une action en lien direct avec l'information reçue, mais attise bien plutôt désormais autre chose, que le regard analytique peut penser du côté du pulsionnel : « *Il ne fallut pas longtemps avant que le succès des journaux se mit à dépendre non plus de la qualité et de l'utilité des nouvelles qu'ils fournissaient mais de leur abondance, de l'éloignement de leur provenance et de la rapidité de leur arrivée* »[38]. Quels sont les effets de ce nouveau paradigme de l'information, dans l'abondance et l'instantanéité ?

Alizé Papp, data analyste, nous laisse entrevoir un premier exemple effectif de cette mutation de l'information par le phénomène de l'*infobésité*. Ce terme renvoie à une potentielle nocivité que peut apporter une abondance d'informations[39]. La contraction des termes *information* et *obésité* rend compte, de façon imagée du trop-plein d'informations auxquelles certains individus peuvent parfois être confrontés. Ce terme apparaît symptomatique du rapport du sujet contemporain à l'information. L'infobésité peut être abordée sous un angle individuel en indiquant un comportement pathologique du sujet, celui-ci serait incapable de maîtriser sa consommation d'informations[40]. Cependant, Papp nous indique qu'au-delà de la prétendue responsabilité individuelle, l'infobésité serait avant tout une conséquence sociologique caractéristique du XXIe siècle. Dans un environnement où les choix du sujet sont soumis à des tentatives d'influence, celui-ci aurait des difficultés à consommer d'une façon raisonnable. Ces influences sur le choix du sujet, Papp en indique

---

[37] Postman, N. (1985). *Se distraire à en mourir. op. cit.* p. 111.

[38] *Ibid.*, p. 107.

[39] Papp, A. (2019). L'infobésité, une épidémie à l'âge des nouvelles technologies de l'information et de la communication ? *Regards Croisés Sur L'économie/Regards Croisés Sur L'économie*, *n° 23*(2), 105113. https://doi.org/10.3917/rce.023.0105

[40] *Ibid.*, p. 105.

selon elle la source : « *L'infobésité est rendue possible par l'émergence d'un nouveau modèle capitaliste – l'économie de l'attention, où du fait de la surabondance de l'offre, c'est le temps et l'attention des consommateurs qui devient une ressource rare* »[41]. L'infobésité serait alors le dommage collatéral d'une économie capitalistique, où l'attention des individus serait sollicitée en permanence et comme l'illustration d'une possible difficulté pour certains individus à filtrer de façon attentionnelle la masse d'informations reçue.

Pour autant Wolton affirmait en 2003 : « *Il est urgent d'admettre que les récepteurs, les publics partout dans le monde, et indépendamment de leur niveau d'éducation, sont intelligents et capables de filtrer les messages auxquels ils sont exposés. Du reste, plus il recevront de messages, plus ils les filtreront* »[42]. Nous pouvons nous demander si aujourd'hui, le filtre des informations ne se fait pas sur le nombre d'informations traitées comme le discours de Wolton pourrait le laisser croire, mais au détriment de la qualité de celles-ci ; en témoigne l'évolution de l'information depuis le télégraphe, ainsi que l'exemple de l'infobésité. Pour quelles raisons faisons-nous face aujourd'hui à ce rapport spécifique à l'information, dans une perte qualitative vers le choix de la quantité ? Les révolutions techniques et technologiques suffisent-elles à expliquer cet investissement particulier de l'information ? Qu'est-ce qui nous pousse à accéder à toujours plus d'informations mais cependant toujours plus vides de contenu et de sens ?

En effet, Wolton nous alertait déjà sur des changements plus profonds qu'engendre cette mutation anthropologique de l'information : « *Les informations que nous recevons provoquent un élargissement de notre vision du monde, mais aussi des heurts entre ce que nous apprenons et nos choix personnels, voire des changements plus profonds dont nous n'avons pas conscience* »[43]. Quelle évolution au sein de la diffusion de l'information vient occasionner des changements subjectifs ? Auparavant utilitaire, comment l'individu investit aujourd'hui l'information et comment est-elle remaniée par le discours du marché contemporain ? Dans quelles mesures l'information n'est-elle plus liée aux possibilités d'ajustement de nos actions d'une façon éclairée mais bien plutôt un simple vecteur de prise de l'attention ? Au fond, quel est aujourd'hui notre rapport à l'information, au-delà même de la notion d'abondance ? Engager un travail de réflexion autour de ces différents questionnements nous permettra ensuite de poser la question suivante : Au-delà des changements

---

41 *Ibid*., p. 110.

42 Wolton, D. (2003). *L'Autre mondialisation. op. cit.* p. 12.

43 *Ibid*., p. 20.

sociologiques et comportementaux, le nouveau rapport que les discours dominants contemporains suscitent entre le sujet et l'information, via la captologie, peut-il avoir des effets subjectifs inattendus, voire inconscients ?

3. De l'instantanéité au divertissement

Pour saisir les conditions d'émergence de la captologie au XXIe siècle, il apparaît nécessaire d'approfondir, d'un point de vue historique et sociologique, l'évolution de l'investissement de l'information par les différents médias. En effet, nous avons vu précédemment que la mutation de l'information au cours du XIXe siècle est venue marquer un détachement du caractère utilitaire d'une information, pour glisser davantage celle-ci du côté de l'abondance et de l'instantanéité. Cette mutation arrive à point nommée au moment même du développement du divertissement de masse. L'information diffusée par les différents médias va, peu à peu, devenir un véhicule distributeur de divertissement massif, suite à ce tournant. Comment a pu s'opérer un tel déplacement ? Il convient tout d'abord de revenir sur la naissance du divertissement de masse.

Un des personnages du XIXe siècle qui a contribué grandement au développement du divertissement de masse n'est autre que Phinéas Taylor Barnum et la création du *Barnum & Bailey greatest show on earth*. Ce cirque de grande ampleur était connu, non seulement grâce aux accroches publicistes d'un nouveau genre, attisant la curiosité et le sensationnel, mais aussi et surtout avec un numéro phare, qui était l'exposition de personnes ayant des particularités physiques impressionnantes. Cette façon de consommer le spectacle de Barnum est appelé par Jean-Jacques Courtine, anthropologue, la « *fête du regard* »[44]. La monstruosité était une des façons, au milieu du XIXe siècle de solliciter, par l'image, l'attention de la population sous une forme divertissante. Le cirque de Barnum est le premier terrain d'expérience de ce que l'on nomme le divertissement de masse[45], passant par cette sollicitation du regard. On parle de terrain d'expérience, précisément parce que ce cirque s'est éteint assez rapidement, du fait d'une autre révolution technique que fut, à la fin du siècle l'invention du cinéma : une autre manière, beaucoup plus concurrentielle, de se divertir par le regard. Courtine, dans son article « *De Barnum à Disney* » nous indique que ce qui animait les individus allant à des expositions de Barnum ne s'est pas volatilisé,

---

[44] Courtine, J.-J. (1996). De Barnum à Disney. *Les cahiers de médiologie*, 1(1), 73-81. https://doi.org/10.3917/cdm.001.0073. p. 74.

[45] *Ibid*.

mais bien plutôt a été déplacé grâce à la technique : « *La curiosité est vagabonde. L'œil va rechercher des sensations nouvelles, et les publics vont vouloir d'autres distractions : l'industrie du divertissement de masse qui se met en place au tournant du siècle est urbaine, technique, et moderne* »[46].

Le cinéma, dont la date officielle d'invention est 1895, est une manière tout à fait innovante de concevoir un espace. Entre déplacement de l'image dans un cadre, et le cadre lui-même, cachant le reste de l'image par la contrainte de sa finitude, le cinéma apporte une toute nouvelle expérience sensorielle, principalement et primordialement visuelle. Cette projection d'images animées sur un écran implique nécessairement un déplacement de ces images de la réalité, à l'intérieur du cadre de l'écran. Le cinéma corrobore alors à la fusion entre le déplacement de l'information et le déplacement des images, de sorte que l'image devienne elle-même vecteur d'information. Jonathan Crary, professeur d'art moderne américain, parle même « *d'indistinction entre information et images visuelles* »[47] comme évolution de la technique à partir du XIXe siècle. L'abondance et l'instantanéité de l'information, couplée au déplacement des images est ce qui vient inscrire la dimension tout d'abord sensorielle, puis divertissante. D'un côté, nous avons avec l'abondance et l'instantanéité la mise en œuvre de la surprise, de l'émotion par le choc informatif, et de l'autre, la sollicitation du regard par l'émergence de l'esthétique via les images cinématographiques. L'image est donc ce qui permet la jonction entre l'information instantanée et abondante et le divertissement. Cette révolution sensorielle visuelle qu'apporte le cinéma a des conséquences considérables sur le rapport moderne et contemporain à l'information. D'une part, comme nous l'avons vu avec Bernays, le cinéma a pour effet d'uniformiser une pensée par la suggestion des images, mais de plus pour Crary (2014), la fin du XIXe siècle annonce ce qui sera le cœur de la société capitaliste du XXe à savoir : « *une incessante re-création des conditions de l'expérience sensorielle, dans ce qui pourrait être considéré comme une révolution permanente des moyens de perception* »[48]. Nous allons désormais tenter de comprendre comment le XXe siècle s'est saisi de ces innovations pour établir l'écrin dans lequel la captologie va pouvoir se développer.

---

[46] *Ibid*.

[47] Crary, J. (2014). Chapitre 1. Le capitalisme comme crise permanente de l'attention. Dans : Yves Citton éd., *L'économie de l'attention: Nouvel horizon du capitalisme ?* (pp. 33-54). Paris: La Découverte. https://doi.org/10.3917/dec.citto.2014.01.0033. p. 37.

[48] *Ibid*.

Nous l'avons vu, le XIXe siècle pose les jalons du divertissement de masse, par l'émergence de nouvelles méthodes de diffusion de l'information, du télégraphe au cinéma en passant par de nouvelles manières de faire de la publicité à partir de Barnum, suscitant les états émotionnels et affectifs bien plus que le rationnel ou l'intellectuel. Postman (1985) qualifie ce tournant comme le début de « *l'âge du show business* »[49]. Cette expression marque bien la dimension universelle que va prendre l'information comme divertissement au XXe siècle. Selon lui, l'information diffusée massivement connaît un nouveau traitement : « *Alors qu'autrefois les gens s'intéressaient aux informations pour s'en servir dans le contexte de leur vie réelle, il fallait désormais inventer de nouveaux contextes dans lesquels les gens pourraient utiliser les nouveaux types d'informations (...) La seule utilisation qui nous reste de l'information, et qui n'a aucun lien véritable avec nos vies, c'est de s'en servir pour s'amuser* »[50]. Ce type de traitement de l'information va également être mis en avant du côté de la publicité afin de solliciter la sensibilité et les émotions des consommateurs, et ce par le développement de l'image vectrice de l'information : « *La publicité fit appel, pour une part, à la psychologie des profondeurs et, pour une autre part à la théorie esthétique. La raison n'avait plus qu'à se déplacer vers d'autres arènes* »[51].

Cette montée du divertissement par l'information imagée, à l'aide de l'héritage de Bernays concernant la propagande, se poursuit avec l'essor de la télévision, média devenu quotidien dans la plupart des foyers à partir des années 1960. La télévision, outil de télécommunication qui transmet à distance des images, s'insère dès son invention au service du capitalisme, favorisant le développement économique des technologies de l'image. Ce nouveau média de masse suscite cependant des interrogations, et notamment à propos des conséquences de sa démocratisation et de son développement tout au long du XXe siècle. Wolton (2003) y voit « *abêtissement et manipulation* »[52] et pointe en 1990 la difficulté de remise en question de cet investissement perceptif : « *L'insuffisante réflexion qui règne depuis vingt ans sur le sujet empêche de s'interroger sur les contraintes de l'image, c'est-à-dire être spectaculaire et attractive pour le « grand public ». À quelles conditions peut-on*

---

[49] Postman, N. (1985). *Se distraire à en mourir. op. cit.* p. 101.

[50] *Ibid*., p. 120.

[51] *Ibid*., p. 97.

[52] Wolton, D. (2003). *L'Au tre mondialisation. op. cit.* p. 21.

mettre en scène et mettre en spectacle les différents aspects de la réalité ? »[53]. Wolton indique ce qui vient faire changement depuis l'apparition de la télévision : « *Pendant très longtemps, les journalistes ont construit l'information en fonction de ce qu'ils considéraient comme étant juste et vrai, et ce, indépendamment des récepteurs. Ce n'est plus le cas aujourd'hui ; le récepteur s'impose. (...) S'il est indispensable de tenir compte du récepteur, il n'est pas possible, pour autant de bâtir l'information en fonction de ce que le destinataire souhaite entendre ! C'est la liberté de l'information qui serait en cause ; car par définition, informer consiste, la plupart du temps, à annoncer quelque chose qui dérange* »[54]. Cette réflexion s'avère être au fond une description de ce qui se développe suite à l'avènement de la télévision. En effet si l'information s'est glissée du côté de l'affectif et du divertissement, alors le sujet est pris en compte dans ses préférences pour recevoir des informations, afin de faire gonfler l'audimat. Malgré la critique sévère que fait Wolton, c'est pourtant tout l'enjeu du développement des technologies du XXe siècle avec en ligne de fond le divertissement, et non plus la révélation de vérités dites dérangeantes.

Les conséquences sociologiques de cette logique du show business sont des indices précieux pour saisir l'enjeu de l'émergence de la captologie et ses conséquences psychiques individuelles. Postman (1985) nous dresse une panoplie de modifications sociologiques à partir de la télévision qui donnent matière à réflexion à propos des problématiques qui feront suite au XXIe siècle avec la naissance de la captologie.

Tout d'abord, Postman revient sur la dimension imaginaire en soutenant l'idée que l'image de quelqu'un à la télévision est au moins aussi importante que son discours : « *Le physique d'un homme n'a rien à voir avec ses idées quand il s'adresse au public par écrit ou par la radio ou encore par des signaux de fumée. Mais cela compte beaucoup à la télévision. (...) À la télévision, la communication passe beaucoup plus par les images que par les mots* »[55]. La prise en compte de l'image met en jeu selon lui, un appauvrissement du discours rationnel mais également une augmentation du « *pouvoir émotionnel* »[56], au point d'influencer certains comportements et certaines pensées : « *Son pouvoir émotionnel est tellement grand que [la télévision] pourrait développer des sentiments hostiles à la guerre*

---

53 Wolton, D. (1990). La télévision comme lien social Entretien avec Dominique Wolton. Le Débat, 61(4), 116-120. https://doi.org/10.3917/deba.061.0116. p. 133.

54 Wolton, D. (2003). *L'Autre mondialisation. op. cit.* p. 33.

55 Postman, N. (1985). *Se distraire à en mourir. op. cit.* p. 23.

56 *Ibid*., p. 53.

du Viêt-nam ou aux formes de racisme les plus violentes »[57]. En suscitant l'émotion par l'image, la télévision aurait le pouvoir d'influencer les comportements et les attitudes d'un individu. Voici donc ici un élément archétypique de la captologie, utilisé dès le milieu du siècle dernier, avant la démocratisation d'Internet. Là où les livres encouragent un discours rationnel[58], la télévision encourage une réflexion à partir d'éléments émotionnels, se situant alors du côté de la persuasion. La télévision ne suscite en revanche pas n'importe quelle émotion, sous peine que le spectateur ne change de programme ou d'activité. C'est pourquoi Postman nous indique que la télévision met tout en œuvre pour engendrer une « *gratification émotionnelle* »[59], c'est-à-dire laisser le spectateur en haleine, en surprise, en exploration avec en moyenne des plans durant 3,5 secondes. L'œil, ou plutôt le regard a toujours quelque chose de nouveau à apprécier.

Postman nous donne un autre élément qui nous guide vers une réflexion sur un plan plus subjectif que nous traiterons ultérieurement au cours de ce travail de recherche. Il affirme, toujours dans cette logique de divertissement, que montrer des gens qui pensent ne fonctionne pas à la télévision. En effet, le spectacle télévisuel se doit d'être vif, les échanges intenses, la parole fluide afin de toujours contribuer à la surprise du regard, pour éviter l'ennui[60]. Penser ne donnerait donc pas suffisamment à voir. Cette non-représentation du sujet pensant, par la logique consumériste de la télévision, implique pour Postman un court-circuit de la pensée de la personne qui est sollicitée par les images télévisuelles : « *Les images sont plus fortes que les mots et court-circuitent facilement l'introspection* »[61]. Nous pouvons ainsi nous demander dans quelles mesures la captologie peut-elle induire, elle aussi, dans le même sillon, un court-circuit à l'introspection subjective.

Enfin, en relatant un article paru sur un mensonge du président des États-Unis de l'époque, Ronald Reagan, dont le titre est le suivant : « *Article du New York Time de février 1983 : Les rapports inexacts du président Reagan retiennent moins l'attention* »[62], Postman se demande les raisons pour lesquelles l'attention n'est pas fixée sur une information importante de la vie politique et populaire de l'époque. Il en vient à conclure que cette

---

[57] *Ibid*., p. 53.

[58] *Ibid*., p. 85.

[59] *Ibid*., p. 134.

[60] *Ibid*., p. 139.

[61] *Ibid*., p. 157.

[62] *Ibid*., p. 163.

information n'apparaît pas « *amusante* »[63], les individus ne lui accordant alors pas d'intérêt. Bien qu'ici nous évoquons un article de journal, nous pouvons néanmoins comprendre qu'il existe un lien entre l'attention et la dimension d'amusement. Cependant, il ne s'agit pas d'en rester là, car des images choquantes peuvent captiver tout autant l'attention, sans être publiquement qualifiées d'amusantes. Comment comprendre, sur le plan psychanalytique cette dimension sociologique de l'amusement par l'accroche émotionnelle ? D'une manière similaire, lorsque Postman déplore que la télévision fait du divertissement le mode de présentation nécessaire à toute expérience, il apparaît important finalement d'interroger la notion de divertissement par rapport au concept de jouissance. En effet, la logique capitaliste ne semble pas se définir du côté du plaisir différé, mais bien plutôt de la satisfaction immédiate, du côté d'une modalité de jouissance : « *Une émission ne doit jamais demander de se rappeler, d'étudier, de s'appliquer ou pire d'endurer. Toute information, histoire ou idée doit être rendue immédiatement accessible car ce qui importe avant tout c'est la satisfaction du téléspectateur, non pas son développement* »[64].

Ces conséquences non exhaustives mises en lumières par l'auteur, nous permettent de commencer à saisir dans quel contexte la captologie a pu voir le jour. Même si nous trouvons tout au long de l'Histoire des éléments qui participent à son instauration, la captologie est une science tout à fait différente de tout ce que nous avons énuméré jusqu'à maintenant. Qu'est ce qui fait la spécificité de la captologie ? Qu'est ce qui, au fond, la rend encore plus aboutie que les innovations techniques qui lui ont précédées ?

---

63 *Ibid*., p. 164.

64 *Ibid*., p. 220.

CHAPITRE 2. LES TECHNOLOGIES PERSUASIVES

BJ Fogg, chercheur en sciences sociales et directeur du laboratoire « Behavior Design » (auparavant appelé « Persuasive Technology ») est aussi connu pour avoir conceptualisé un nouveau champ de connaissances, regroupé en premier lieu sous le terme de *captologie*. Ses recherches ont débuté en 1993 à l'Université de Stanford, et c'est en 1998, dans l'article : « *Persuasive computers : perspective and research directions* », qu'une première définition de la captologie voit le jour.

Si nous sommes d'emblée tentés de conférer à la captologie, une étymologie en lien avec les verbes capter, capturer ou encore captiver, sa ressemblance avec cette famille de mots apparaît comme une coïncidence. La captologie ne peut être ni décrite, ni définie simplement comme une tentative de captation des sujets envers un objet. « Captologie » est le terme francisé de *captology*, qui s'avère être un acronyme conçu par BJ Fogg à l'aube de ses travaux : « *Computers As Persuasive Technologies* »[65].

La captologie est ainsi d'abord définie, d'une manière littérale, comme l'étude de l'informatique en tant que technologie persuasive. Fogg forge le mot capto-logy ce qui la situe dans un champ discursif, une logique, une rationalité : l'informatique en tant que technologie persuasive. Si nous appliquons souvent à des disciplines ayant pour suffixes -logie le qualificatif de science (sociologie, géologie, biologie etc.), la captologie s'avère être une discipline articulée différemment. Le terme « science », se définit comme un ensemble de connaissances théoriques sur un domaine spécifique qui a pour but de décrire des phénomènes, faits, ou objets issus de la nature, comme en témoigne les apports de la psychologie, la sociologie, la biologie etc. La captologie ne se contente pas de rassembler un champ de connaissances sur l'informatique comme technologie persuasive dans un but de description et d'explication. Elle est alimentée par une visée tout à fait autre, orientée vers un résultat, à savoir opérer un changement des comportements et des attitudes d'un individu. Dès lors la captologie semble plus proche d'une théorie de l'objet technique plutôt que d'une discipline scientifique à part entière. En outre, Fogg et ses successeurs ont aujourd'hui abandonné l'énonciation « captologie », pour préférer celui de *technologies*

---

65 Fogg, B.J. (1998). Persuasive computers : perspectives and research directions. Proceedings of the SIGCHI Conference on Human Factors in Computing Systems. *Computer science.* p. 225.

persuasives[66], ce qui précise davantage la nature de notre objet de recherche, qui se situe donc bien plutôt comme une technologie relevant d'un complexe hétérogène de différents savoirs.

L'acronyme créé par Fogg nous fait seulement entrevoir l'étendue du domaine étudié. Il convient alors de préciser ce qu'il entend par technologie persuasive, pour définir plus clairement les différentes dimensions de la captologie.

1. Persuader

Dans son ouvrage *Persuasive technology : Using computer to change what we think and do*, Fogg précise ce qu'il définit par *persuasion* dans le domaine de la captologie : « *Je définis la persuasion comme une tentative de changer les attitudes ou les comportements ou les deux (sans utiliser la coercition ni la tromperie)* »[67]. De fait, la persuasion est une notion centrale de la captologie. La définition qu'en propose Fogg apparaît de prime abord édulcorée ; la manière de changer les attitudes et comportements d'un sujet n'y est pas précisée. Il convient par conséquent de préciser la définition de la persuasion pour saisir les enjeux théoriques autour de la captologie.

1.1. **De la persuasion : bref historique**

Avant Fogg, le concept de persuasion connaît plusieurs tentatives de définition en fonction des courants de pensée. Ainsi, en 1969, Burke propose de définir la persuasion comme une recherche d'avantages via l'exercice de la propagande ou comme un exercice pur qui s'exécute dans l'éducation, la galanterie ou encore le sermon[68]. En 1980, Miller pense la persuasion comme un message permettant de changer les réponses d'une ou plusieurs personnes[69]. En 1991, Reardon évoque une interaction symbolique comme définissant le cadre de la persuasion[70]. La même année Zimbardo précise que la persuasion en-

---

66 Roosen, M. (2019). « La captologie ? Mais non, la tech ne veut pas nous manipuler… Promis juré », *L'ADN*. (n°19). Disponible sur : https://www.ladn.eu/entreprises-innovantes/transparence/captologie-manipulation-masse-influence-bons-comportements/ [Consulté le 24.06.25]

67 Fogg, BJ. (2002). *Persuasive Technology. op. cit.* position Kindle 369-370.
« *I define persuasion as an attempt to change attitudes or behaviours or both (without using coercion or deception)* »

68 Marková, I. (2007). *Persuasion et propagande*. *op. cit.*

69 Miller, G.R. (1980). « On being persuaded: Some basic distinctions ». In M. Roloff, & G. R. Miller (Eds.), *Persuasion: New directions in theory and research*, p.11–28.

70 Reardon, K.K. (1991). *Persuasion in practice*. Newbury Park, CA: Sage.

globe également les sentiments, les pensées, un objet ou une action[71]. En 2002, O'Keef voit la persuasion comme le succès d'un effort intentionnel pour influencer l'attitude d'une personne ayant un certain degré de liberté, via la communication[72]. Ainsi, là où dans les années soixante, la persuasion regroupe plusieurs modes d'influence dont la propagande, elle s'en détache ensuite via la particularisation des techniques persuasives dans un champ de connaissances spécifiques.

1.2. **Une définition générale de la persuasion**

Trois éléments structurels de la persuasion sont présents dans les définitions étudiées. En premier lieu, *l'émetteur* du message et son intentionnalité persuasive. C'est d'ailleurs le caractère intentionnel de la persuasion, via l'émetteur qui la classe dans le champ de la communication[73]. Ensuite, *le sujet récepteur* du message persuasif qui renvoie à la visée de changement d'une attitude et/ou d'un comportement. Enfin, *la dimension interactive* entre l'émetteur du message persuasif et le récepteur, la persuasion étant étudiée depuis les années soixante sur le plan dialogique[74]. Si la persuasion est profondément ancrée dans le champ de la communication, plus foncièrement elle est avant tout affaire de langage et de discours.

Myers, psychologue social américain indique que la persuasion est un champ de connaissances lié à la subjectivité. En résulte une conceptualisation complexe : « *La persuasion n'est par définition ni bonne ni mauvaise. Ce sont les visées et le contenu d'un message qui provoque des jugements de valeurs. Le mauvais nous l'appelons propagande, et le bon nous l'appelons éducation* »[75]. Comment donc déterminer ce qui ressort de l'influence via la persuasion des autres champs de la communication ?

L'évolution de l'emploi du terme persuasion dans la langue courante nous donne un indice supplémentaire pour définir cette notion. Le terme *persuader*[76] en effet apparaît pour la première fois au XIVe siècle sous la plume du philosophe français Oresme qui le

---

71 Zimbardo, P.G. (1991). *Psychology of attitude change and social influence*. New York : McGraw-Hill.

72 O'Keefe, D.J. (2002). *Persuasion: Theory and research*, 2nd ed. Thousand Oaks, CA: Sage.

73 Marková, I. (2007). Persuasion et propagande. op. cit.

74 *Ibid*.

75 Myers, D. (2005). *Social Psychology*. New York. McGraw-Hill. p. 247.

76 Le terme anglais *to persuade*, provient de persuader en français. Il a donc les mêmes origines latines.

définit de la manière suivante : « *Conseiller, amener les gens à croire ou à vouloir quelque chose* »[77]. Nous constatons ici dans le terme persuader la volonté de modifier de façon explicite, intentionnelle, le point de vue du sujet à l'égard d'une situation ou d'un fait. Cette définition est reprise jusqu'en 1835 dans le *Dictionnaire de l'académie française*. Le mot persuader se sépare ensuite du verbe convaincre, ce qui précise son emploi : « *Vous m'avez persuadé, mais non pas convaincu* »[78]. Là où le verbe convaincre implique de faire reconnaître comme vrai un fait par des preuves[79], persuader renvoie davantage à la croyance en un fait sans s'attacher à la véracité universelle, grâce au sentiment subjectif : « *Amener quelqu'un à penser ou à agir conformément à ses vœux et à ses vues, en faisant appel au sentiment* »[80]. La persuasion fait donc appel au sentiment en premier lieu et accorde une importance secondaire à la dimension de la vérité. Cette nuance est capitale pour déterminer ce qui relève spécifiquement du domaine de la persuasion, et qui le sépare des autres types d'influence.

1.3. **La théorisation de Robert Cialdini**

Un chercheur contemporain en psychologie sociale Robert Cialdini s'est particulièrement intéressé à la spécificité de la persuasion comme faisant appel aux sentiments, spécificité déjà présente dans la définition commune de la persuasion : « *Tous, nous les employons et nous y succombons tour à tour dans nos rapports quotidiens avec nos voisins, nos amis, nos partenaires amoureux, ou nos enfants* »[81]. L'utilisation de ces techniques peut alors s'avérer aussi ancienne que l'apparition du langage. La persuasion est en effet vectrice de lien social, elle passe par la parole et de tout temps, elle a permis à l'être humain de développer des capacités de coopération.

Pour Cialdini, la persuasion est une modalité de communication précieuse car elle nous permet de prendre une décision rapide face à une situation, une décision prise en fai-

---

[77] *PERSUADER : Etymologie de PERSUADER*. (s. d.). Disponible sur : https://www.cnrtl.fr/etymologie/persuader. [Consulté le 24.06.25].

[78] *Ibid*.

[79] Dictionnaire de l'Académie française. (1835). *Convaincre* (6e éd., p. 402). Institut de France. Disponible sur : https://www.dictionnaire-academie.fr/article/A6C2676. [Consulté le 24.06.25]

[80] Dictionnaire de l'Académie française. (2024). *Persuader*. Dans *Dictionnaire de l'Académie française* (9e éd.). Institut de France. Disponible sur : https://www.dictionnaire-academie.fr/article/A9P1723. [Consulté le 24.06.25].

[81] Cialdini, R. (1984). *Influence et manipulation*. Pocket. p. 10.

sant l'économie d'une réflexion longue et parfois fastidieuse. Ce que Cialdini qualifie de décision « *automatique* »[82] menant ainsi au consentement du sujet à agir sans réfléchir, se fait parfois via certains signifiants dans le langage. À ce titre, l'expérience de la photocopieuse mise en place par Ellen Langer, chercheuse en psychologie sociale à l'Université de Harvard le démontre : alors qu'une file d'attente s'accumule devant la photocopieuse de la bibliothèque, Langer, en présentant une raison pour passer devant tout le monde « parce que je suis pressée » permet dans 94% des cas, que les personnes sollicitées la laissent passer devant. Dans seulement 60% des cas, elle peut passer sans présenter de raison. Enfin, dans 80% des situations où Langer présente une raison mais sans information supplémentaire : « *Pardon je n'ai que cinq pages. Est ce que je peux prendre la machine, parce qu'il faut que je fasse des photocopies ?* »[83], les personnes sollicitées la laissent passer devant. Cialdini explique ces résultats par un consentement automatique généré par le signifiant « *parce que* ».

D'autres formules langagières que Cialdini étudie dans son ouvrage *Influence et manipulation* publié en 1984 pour la première édition, amènent au consentement automatique et au sujet à être persuadé. Agir (ou prendre une décision) par automatisme aurait en effet permis un progrès dans l'Histoire grâce à l'évitement de l'effort intellectuel, coûteux en énergie psychique. Réfléchir apparaît pour Cialdini coûteux. Consentir, ou parfois même céder[84], c'est éviter d'y réfléchir. Être persuadé, c'est agir en évitant ou limitant tout effort intellectuel.

Nous verrons dans la suite de notre développement que c'est le plus souvent par la voie émotionelle ou affective que la captologie parvient à persuader et par conséquent à modifier les comportements et les attitudes des individus. Nous nous appuierons régulièrement au cours de ce travail sur les différents principes d'influence présentés par Robert Cialdini. En effet, les penseurs de la captologie se sont eux-mêmes énormément appuyés sur ses travaux.

1.4. **Les six principes d'influence**

Dans son livre *Influence et manipulation,* publié aux États-Unis en 1984 pour la première édition, Robert Cialdini met en garde ses lecteurs tout en détaillant tous les

---

[82] *Ibid*.

[83] *Ibid*., p. 20.

[84] Leguil, C. (2021). *Céder n'est pas consentir*. PUF.

mécanismes permettant d'obtenir la persuasion. Bien qu'à l'époque, ses recherches se situent avant l'essor d'Internet, ces principes d'influence ont grandement contribué à l'élaboration des technologies persuasives. Cialdini regroupe et recoupe les techniques d'influence en six principes psychologiques dits fondamentaux, desquels découlent nos comportements humains :

- **La réciprocité**

La réciprocité pour Cialdini, est une règle à laquelle est soumise toute société humaine et qui favorise le lien social[85]. Les Hommes ont tendance à rendre une faveur, un service, qu'on leur a donné. Ce premier principe renvoie inévitablement à de nombreux travaux en anthropologie, en sociologie, en psychologie et en psychanalyse. On pense par exemple à l'essai de Marcel Mauss sur le don[86]. La réciprocité résonne en outre avec la dimension de la dette, que Cialdini repère justement : « *Il se pourrait bien que la notion de dette dérivée du principe de réciprocité soit une propriété spécifique de la société humaine* »[87]. La psychanalyse fait valoir la dette comme symbole spécifique de l'être humain, notamment au regard du complexe d'Œdipe pensé par Freud.

La réciprocité est d'une certaine manière fondamentale dans le développement d'une socialisation et de la coopération entre les Hommes. Pour Cialdini, la réciprocité recèle une force d'action[88]. C'est un acte, au sens d'un comportement, mais également au sens d'une prise de position, d'une attitude. En effet, pour Cialdini, nous sommes « *conditionnés* »[89] à répondre pour rester en accord avec le principe de réciprocité. Maurits Kaptein (et al.) quant à lui, considère que les individus ont tendance à retourner une faveur qu'ils n'ont pas forcément demandé[90]. Ce principe semble ainsi agir comme un levier pour mener une personne à une action voulue. Nous en retrouvons facilement la force dans le design même de certains sites internet, comme Facebook. En effet, les points de suspensions quand nous conversons avec une personne, indiquent que notre correspondant est en-

---

85 Cialdini, R. (1984). *Influence… op.cit.* p. 38.

86 Mauss, M. (1925). *Essai sur le don*. PUF.

87 Cialdini, R. (1984). *Influence… op. cit.* p. 38.

88 *Ibid*., p. 42.

89 Cialdini, R. (1984). *Influence… op.cit.* p. 60.

90 Kaptein, M. Markopoulos, P. De Ruyter, B. Aarts, E. (2015). Personalizing persuasive technologies: Explicit and implicit personalization using persuasion profiles. *J. Human-computer Studies,* p 38-51.

train de rédiger un message. Ces points qui sautillent nous incitent à rester attentif à la conversation, afin d'éviter par exemple de laisser notre interlocuteur sans réponse[91], quand bien même l'interlocuteur n'attend pas une réponse immédiate, voire parfois pas de réponse du tout. Ainsi donc grâce au principe de réciprocité véhiculé par le design, le comportement voulu est adopté, à savoir dans cet exemple rester attentif à l'écran.

- **L'engagement et la cohérence**

Le principe de l'engagement et cohérence se définit par Cialdini comme un « *désir d'être cohérent dans notre comportement* »[92]. Selon ce principe, toute prise de position, de décision ou tout acte vient déterminer notre attitude et nos comportements ultérieurs. Si nous prenons position, le Moi conscient va tenter de penser, et d'agir en accord avec la position prise en premier lieu : « *Dès lors que nous avons pris position ou opté pour une certaine attitude, nous nous trouvons soumis à des pressions intérieures et extérieures qui nous obligent à agir dans notre position première* »[93]. C'est le principe de cohérence pour Cialdini, qui nous pousse à mettre notre opinion en accord avec nos actes. Si notre comportement ou notre attitude est modifiée une fois, alors nous aurons tendance ensuite à penser et agir en accord avec cette attitude ou comportement. Le principe d'engagement et de cohérence opère précisément quand nous accordons nos pensées avec un acte, qu'il soit comportemental ou qu'il relève d'une prise de position, de décision. Dès lors, nous pouvons parfois penser à contre-courant de notre premier avis, selon Cialdini car nous avons agi d'une façon contraire à nos principes : « *Nous arrivons à nous mentir à nous-mêmes de temps en temps pour que nos opinions et nos sentiments restent dans la ligne de ce que nous avons déjà choisi de faire* »[94]. Le besoin de cohérence semble se dresser comme une défense face à l'ambivalence, ou comme une réponse face à un conflit psychique.

Le principe d'engagement et de cohérence comporte deux effets principaux. Tout d'abord, Cialdini justifie la force de ce principe par une valorisation de ce comportement dans l'adaptation humaine. : « *Pour comprendre pourquoi le désir de cohérence est une motivation si forte, il faut voir que dans la plupart des cas, la cohérence, du fait de son im-*

---

[91] Claquin, A. (2020). « Comment les écrans captent notre attention ». LaCroix. Disponible sur : https://attention.designersethiques.org/documents/la-croix-captologie.pdf [Consulté le 05.08.22]

[92] Cialdini, R. (1984). *Influence… op. cit.* p. 90.

[93] *Ibid*., p. 90.

[94] *Ibid*., p. 91.

portance dans l'adaptation, est valorisée »[95]. Selon lui, plus un sujet semble cohérent, plus l'adaptation dans les rapports sociaux est grande. Ce principe apparaît dès lors comme favorisant le progrès de l'humanité, au même titre rappelons-le, que la réciprocité. Cependant, au-delà du regard sociologique, nous pouvons nous demander quels sont les enjeux psychiques d'une telle valorisation comportementale pour chaque sujet.

Au-delà de la valorisation de ce comportement dans la société humaine, Cialdini évoque aussi une économie énergétique sur le plan psychologique : « *Nous n'avons plus à réfléchir à la question. Nous n'avons plus à nous frayer un chemin dans un enchevêtrement d'informations qui nous envahit, à repérer les faits intéressants parmi tous les autres ; nous n'avons plus besoin de dépenser notre énergie mentale à peser le pour et le contre ; nous n'avons plus besoin de faire de choix difficile* »[96]. Ce principe permettrait donc de court-circuiter la réflexion parfois coûteuse en énergie psychique pour accéder immédiatement à une réponse, à une prise de décision, voire poser un acte. C'est précisément ce court-circuit de la pensée, ce « *bouclier contre la réflexion* »[97] qui semble être exploité par les professionnels de la persuasion et par la suite par les technologies persuasives : « *La cohérence automatique est très utile dans la mesure où elle nous permet d'arriver de façon économique à un comportement judicieux* »[98].

Pour illustrer comment ce principe d'influence s'applique dans les technologies persuasives, nous pouvons prendre l'exemple du *tunneling* comme technique persuasive utilisée par les systèmes informatiques persuasifs. Lorsque nous téléchargeons une application sur notre smartphone, nous devons accepter les conditions générales d'utilisation afin d'utiliser les services proposés. Bien souvent, une fenêtre s'ouvre avec seulement une très brève partie des conditions écrites, puis un gros bouton coloré : « Accepter les conditions générales d'utilisation ». Ce design permet d'accéder plus rapidement aux services de l'application, en nous faisant accepter des conditions que nous n'avons bien souvent pas lues. Fogg, dans son ouvrage *Persuasive Technology: Using Computers to Change What We Think and Do* évoque cette technique, qui s'apparente au principe d'engagement et de cohérence : « *Pour les utilisateurs, la technique du tunnel permet d'aller plus facilement vers un procédé spécifique. Pour les concepteurs, la technique du tunnel contrôle ce que l'utili-*

---

[95] *Ibid*., p. 93.

[96] *Ibid*., p. 94.

[97] *Ibid*., p. 98.

[98] *Ibid*., p. 152.

sateur expérimente en terme de contenu, les possibles sentiers, et la nature des activités. En substance, l'utilisateur devient une audience captive. Si l'utilisateur veut rester dans le tunnel, il doit accepter, ou au moins affronter, les hypothèses, valeurs, et logique de l'environnement contrôlé »[99]. Une fois que l'utilisateur accepte ces conditions, il n'a pas d'autre choix que d'accepter également les services tels qu'ils sont proposés. Il doit consentir, ou plutôt céder à entrer par ce chemin unique qu'est le tunnel et donc par exemple accepter de partager ses données personnelles. Les utilisateurs agissent en cohérence avec leur engagement.

On ne peut pas dire que c'est cet acte unique qui vient modifier l'attitude ou le comportement d'un individu sur le long terme, néanmoins, Cialdini précise : « *à partir de petits engagements, [nous pouvons] manipuler l'idée qu'un individu se fait de lui-même* »[100]. C'est donc par la répétition de petits engagements et de petites cohérences dites automatiques, qu'un sujet peut se conformer à l'image voulue par un autre : « *Lorsqu'on a modifié cette image de l'individu de la façon voulue, celui-ci se conforme tout naturellement à ce que vous lui demandez dans la ligne de son nouveau personnage* »[101].

- **La preuve sociale**

La définition de ce principe d'influence peut se résumer par la formule suivante de Cialdini : « *Suivant ce principe, l'un des moyens de déterminer ce qui est bien est de découvrir ce que d'autres personnes pensent être bien* »[102]. Ce principe d'influence est tout-à-fait en lien avec l'expérience du conformisme de Asch. La preuve sociale est exploitée selon Cialdini dans le but de modifier l'attitude ou le comportement des individus. Il nous cite l'exemple des séries à rire pré-enregistrés : « *Les responsables des télévisions exploitent notre goût des raccourcis, notre tendance à réagir automatiquement sur la base d'indices insuffisants. Ils savent ce que leurs enregistrements déclenchent en nous. Clic* »[103]. Là encore nous constatons la position théorique de l'auteur selon laquelle la

---

[99] Fogg, BJ. (2002). *Persuasive… op. cit.* positon Kindle 577-579.
« *For users, tunneling makes it easier to go through a process. For designers, tunneling controls what the user experiences-the content, possible pathways, and the nature of the activities. In essence, the user becomes a captive audience. If users wish to remain in the tunnel, they must accept, or at least confront, the assumptions, values, and logic of the controlled environment* ».

[100] Cialdini, R. (1984). *Influence…op. cit.* p.112.

[101] *Ibid*., p. 113.

[102] *Ibid*., p. 167.

[103] *Ibid*., p. 169.

preuve sociale est une manière d'agir rapidement pour adapter nos attitudes et comportements à l'environnement, en omettant la réflexion. Nous nous situons une fois de plus du côté de la réaction, de l'automatisme. Comment ce principe d'influence est-il saisi par les technologies persuasives ?

Tout d'abord il s'agit d'introduire un autre imaginaire dans le message persuasif : « *Les publicitaires sont toujours ravis de nous dire qu'un produit est en plein essor ou fait des ventes record car ils n'ont alors pas besoin de nous convaincre de façon directe que le produit est bon, il leur suffit de nous dire que c'est l'opinion des autres consommateurs, ce qui semble suffisamment convaincant* »[104]. Nous notons ce type de persuasion dans la mise en avant des bons avis sur des sites marchands comme Booking ou Airbnb. En outre, sur certaines plateformes, l'accent est particulièrement mis sur le nombre de personnes opérant un comportement voulu. En effet, sur le réseau social Instagram, le design de l'application met en valeur le nombre de « followers », le nombre de « posts », le nombre de « likes ». Plus un grand nombre de personnes opère le comportement voulu, plus l'utilisateur aura de chances de le mettre en place grâce au principe de la preuve sociale.

Cialdini revient ensuite sur les causes psychologiques qui déclenchent l'action via la preuve sociale. En effet, il nous informe que le sujet en proie à l'hésitation peut prendre sa décision grâce aux différents indices laissées par le principe de la preuve sociale : « *En général lorsque nous ne sommes pas sûr de nous, lorsque la situation est confuse ou ambiguë, lorsque l'incertitude règne, nous sommes davantage disposés à nous en remettre aux actions d'autrui pour déterminer la conduite à tenir* »[105]. Le principe de preuve sociale peut intervenir face à une hésitation du sujet. Bien qu'agir en conformité avec l'autre permette une meilleure adaptation à la pensée du groupe, les professionnels de la persuasion exploitent cette capacité sociale humaine de façon à la déclencher automatiquement face à une situation qui vient poser question. Il ne s'agit plus alors de penser et de prendre sa décision suite à l'aboutissement d'une pensée réflexive, mais de regarder l'environnement donné pour agir rapidement en conséquence. Le principe de preuve sociale fait fonction de « système de pilotage automatique »[106] dans certaines circonstances, et donc est aussi utilisé dans les systèmes persuasifs.

---

[104] *Ibid*., p. 170.

[105] *Ibid*., p. 185.

[106] *Ibid*., p. 230.

- **La sympathie**

Le principe d'influence de la sympathie repose sur l'idée selon laquelle nous sommes plus enclins à accepter une requête de quelqu'un qui nous est connu et qui paraît sympathique[107]. À ce titre, la vente s'est quelque peu imprégnée du vocabulaire inspirant la sympathie, nouant avec les connotations « de plaisir, de chaleur, de sécurité »[108]. Lipovetsky, philosophe contemporain, remarquait déjà cette dissolution des frontières entre la consommation et la séduction : « *Avec la profusion luxuriante de ses produits, images et services, avec l'hédonisme qu'elle induit, avec son ambiance euphorique de tentation et de proximité, la société de consommation révèle à l'évidence l'ampleur de la stratégie de la séduction* »[109]. La société de consommation repose sur le principe hédoniste qui a pour conséquence, ou corrélation, le développement du principe de sympathie comme procédé d'influence dans le but de passer passer à l'acte d'achat.

Pour paraître sympathique, les systèmes persuasifs mettent en avant l'esthétique qui permet selon Cialdini une réaction automatique : « *L'apparence physique produit un effet de déclic, la réaction déclenchée est automatique* »[110]. Cette réaction automatique fait référence à « *l'équation beau = bien* »[111] qui se déclenche grâce au principe d'association. Il suffit d'associer un produit à une image sympathique pour que la persuasion soit effective. L'image du système persuasif est ainsi fondamentale. Ainsi, le vocabulaire employé est aussi important que les images associées. Lipovetsky ne croit pas si bien dire lorsqu'il énonce : « *Le langage se fait l'écho de la séduction* »[112]. En effet, le champ sémantique des systèmes persuasifs rappellent le principe de sympathie : Les « amis » sur Facebook paraissent comme des personnes familières, les « likes » comme une démonstration chaleureuse, et des discussions « privées » inspirent un sentiment de sécurité.

Bien qu'il semble évident que les « amis » de Facebook ne sauraient être les mêmes amis dans l'actuel, Cialdini indique que le lien n'a pas besoin d'être logique, il suffit qu'il soit positif pour que le principe d'influence s'exerce. En effet, les « suggestions d'amis » invitent le sujet à ajouter des personnes dans son cercle et ainsi à faire grandir les connec-

---

[107] *Ibid*., p. 235.

[108] *Ibid*., p. 237.

[109] Lipovetsky, G. (1983). *L'ère du vide*. Gallimard. p. 27.

[110] Cialdini, R. (1984). *Influence… op. cit.* p. 240.

[111] *Ibid*., p. 240.

[112] Lipovetsky, G. (1983). *L'ère… op. cit.* p. 32.

tions entre les personnes, ce qui est tout-à-fait voulu par les systèmes persuasifs, pour collecter des données numériques notamment. Néanmoins, à tout signifiant identifié sur un sujet s'accompagne d'une portée potentiellement symbolique. Stora soulève un aplanissement générationnel au sein des réseaux sociaux, et prend l'exemple de Facebook, dans lequel parents et enfants sont en lien en étant « amis » et non plus affiliés dans la généalogie familiale[113].

- **L'autorité**

L'autorité agit comme un puissant principe d'influence, selon l'expérience de Milgram (1963). Milgram démontre que l'autorité revêt une force de persuasion de par les résultats de son expérience. Les sujets soumis à cette expérimentation se sont vus dans l'incapacité à refuser d'accomplir les taches demandées par le dit responsable de l'étude, le chercheur scientifique en blouse blanche qui demandait aux personnes d'accomplir la tache jusqu'au bout, malgré les hurlements de douleur de la part du complice.

Ce que Milgram nous montre, c'est que ces personnes ne sont pas d'un naturel sadique, mais que l'autorité que représente le chercheur ne saurait être défiée. Le principe d'autorité se définit alors comme la capacité de persuader un sujet grâce au statut représentant une autorité que lui reconnaîtra la personne à persuader. L'expérience de Milgram est néanmoins globalement assez éloignée de ce que traverse chaque individu au quotidien. Pourtant la question de l'autorité comme principe d'influence s'exerce dans bien d'autres domaines, et les plus divers : « *La religion contribue pour sa part à implanter la notion d'autorité* »[114]. Cependant, le principe d'influence d'autorité tel que décrit par Cialdini, ne s'exerce pas de façon aussi consciente que l'expérience de Milgram. Cialdini qualifie la principe d'autorité comme un « *raccourci précieux pour décider de la conduite à tenir* »[115].

Cette formule nous donne un indice sur le fonctionnement du principe d'autorité. D'une part, Cialdini suggère par le terme de raccourci, le caractère automatique de la persuasion déclenchée par la reconnaissance d'une autorité. D'autre part, depuis l'enfance, ce sont les figures d'autorité, qui, pour l'auteur, sont responsables de l'attribution des récompenses et punitions. Il concède ainsi à l'idée que le principe d'autorité est efficace chez un sujet grâce au conditionnement vécu dans le développement antérieur : « *Parce que nous*

---

113 Stora, M. et Enkelaar, N. (2022). Réseaux (a)sociaux et construction identitaire Entretien avec Michaël Stora. Adolescence, T.40 n° 2(2), 259-269. https://doi.org/10.3917/ado.110.0259 p. 262.

114 Cialdini, R. (1984). *Influence… op. cit.* p. 301.

115 *Ibid*., p. 302.

savons que notre obéissance à l'autorité est de façon générale profitable, il nous est facile de céder aux facilités de l'obéissance automatique »[116]. Notre réponse face à certaines situations persuasives, et notamment celles sollicitant un statut d'autorité serait de l'ordre d'une réaction réflexe bien plus qu'une décision en consentement libre et éclairé : « *Nous n'avons pas besoin de penser* »[117]. Cette absence de pensée est, selon Cialdini en corrélation avec une attention ciblée sur le statut d'autorité : « *Quand une autorité a parlé, le bon sens n'est plus de mise. Dans ces cas là, nous ne considérons pas la situation dans son ensemble, et nous ne prêtons attention qu'à l'un de ses aspects* »[118]. Être persuadé semble ainsi résulter de l'attention que l'on accorde à un instant à une situation. une réaction automatique découlerait alors de cette attention portée à un aspect de la situation, aspect nous permettant d'agir rapidement, et sans réfléchir.

Le principe d'autorité fonctionne grâce, une fois de plus à des images significatives, qui viennent déclencher le réflexe de l'obéissance. Certains symboles imaginaires déclenchent des catégorisations automatiques : blouse = docteur, costume = riche. Nul besoin donc que l'autorité soit véridique pour obéir, il suffit qu'elle soit mimée : « *Quand nous réagissons sur le mode du déclic, nous sommes souvent aussi vulnérables aux symboles de l'autorité qu'à sa réalité* »[119].

Ainsi, toute application ou même contenu au sien d'une application mettant en avant les services d'un professeur, d'un docteur, ou encore d'un coach met en jeu le principe d'autorité.

- **La rareté**

Le principe d'influence de rareté se définit d'une part en lien avec la valeur et l'exclusivité d'un objet, mais plus précisément en rapport avec sa possible perte. Selon Cialdini, ce n'est pas seulement la nature « rare » d'un objet qui permet sa convoitise, mais aussi l'idée de sa perte : « *L'idée de perte potentielle joue un rôle considérable dans la prise de décision. En fait, nous semblons plus motivés par la crainte de perdre une chose que par la perspective d'en gagner une autre* »[120]. De la même façon que les autres principes d'in-

---

116 *Ibid*.

117 *Ibid*., p. 303.

118 *Ibid*., p. 304.

119 *Ibid*., p. 305.

120 *Ibid*., p. 329.

fluence, le principe de rareté prend appui sur des réactions automatiques, sur cette « *manie des raccourcis* »[121]. Une perte potentielle dans ce principe pour Cialdini ne concerne pas tant l'objet en soi, mais plutôt une perte symbolique de liberté associée à l'objet. Il fait ici référence à la théorie de la *réactance psychologique* de Jack Brehm : « *Chaque fois que notre liberté de choix se trouve limitée ou menacée, nous y attachons soudain plus de prix* »[122]. En réaction à une perte possible de liberté, nous ferions des choix pour la conserver. Selon Cialdini, c'est ce phénomène qui nous pousserait à acquérir des objets, conditionnant alors notre liberté.

Le phénomène de réactance psychologique peut se définir par la réaction d'un sujet face à l'impression d'une liberté menacé par un tiers. La réactance prend alors des formes diverses dans le but de lutter contre cette perte de liberté, comme l'opposition, la résistance, la confrontation etc. Pour Cialdini ce serait cette réaction qui serait à l'origine de la convoitise d'un objet se trouvant moins disponible : « *Quand notre liberté se trouve limitée dans un certain domaine, nous ressentons un désir accru d'obtenir les objets qui nous sont devenus inaccessibles* »[123]. De plus, ce phénomène serait également signe d'autonomie et du sentiment d'individualité chez un sujet. La première apparition de la réactance se ferait à partir de l'âge de deux ans pour Cialdini : « *Pour la première fois, l'enfant ne se considère plus comme une extension de son environnement social, mais bien comme un être singulier, possédant une identité distincte. Cette idée naissante d'autonomie va de pair avec une conscience de sa liberté* »[124]. Par la suite, cette tendance à manifester son opposition à la restriction de liberté se manifeste tout au long de la vie du sujet. Ce phénomène est alors exploité à la fois en psychologie sociale, et à la fois par les technologies persuasives afin de modifier des attitudes et comportements dans la direction voulue. La psychanalyse a elle-aussi étudié ce type de phénomène psychique. Ainsi dans quelle mesure l'investissement précis d'un objet convoité peut-il faire appel au stade anal, ou alors encore plus ancien, faire référence au « *complexe d'intrusion* »[125] vécu par le petit d'Homme avant sa maîtrise de la langue ? Nous laissons cette question en suspend pour nous concentrer d'abord sur l'utilisation du principe de rareté au sein des technologies persuasives.

---

[121] *Ibid*., p. 336.

[122] *Ibid*., p. 337.

[123] *Ibid*., p. 344.

[124] *Ibid*., p. 339.

[125] Lacan, J. (1966). *Les complexes familiaux* (Œuvre originale publiée en 1938). Dans *Écrits.* Seuil. p. 36.

Tout d'abord, il est essentiel de relever que le principe de rareté ne s'applique pas simplement aux objets matériels, mais que celui-ci peut aussi s'appliquer à des objets plus abstraits, notamment l'information : « *Notre réaction devant une restriction de l'information est de désirer davantage obtenir cette information et de la voir de façon plus positive qu'auparavant* »[126]. Le caractère rare d'une information engendre une persuasion plus grande, conformément au principe de rareté.

Les concepteurs de sites internets emprunts de technologies persuasives utilisent de cette façon le principe de rareté, non pas dans le but final de persuader mais ils passent par l'action de persuasion pour amener à un comportement voulu : la consommation. Le site Booking.com est un habitué du principe de rareté. Si nous cherchons un logement à Rome pour la semaine prochaine, nous pouvons constater d'emblée deux messages persuasifs issus du principe de rareté. Le premier en haut de la page des résultats : « *76 % des établissements ne sont pas disponibles sur notre site à vos dates* », et le second : « *Plus qu'un hébergement à ce prix sur notre site* » (Booking.com, s.d.), écrit en gras et en rouge à côté d'une photo de l'hébergement en question. Ces deux messages mettent l'accent respectivement sur la non disponibilité d'une large partie des hébergements, ce qui réduit notre possibilité de choix et sur la possibilité de perdre l'hébergement convoité, ce qui exacerbe la convoitise. Le réseau social Facebook et Instagram mettent en place, entre autres, le principe de rareté via certaines fonctionnalités, notamment des fonctionnalités visuelles. La storie s'affiche comme un cercle (de la taille de la pulpe du doigt), autour de la photo de profil de nos amis. Le principe d'une storie, c'est son temps limité. Elle reste en ligne vingt-quatre heures puis disparaît. La possibilité de perte de l'information postée par un ami, qui d'ailleurs parfois nous est adressée avec un tag, nous incite, conformément au principe de rareté à consulter ce contenu informatif. De plus, cette information semble comme exclusive car nous n'y avons pas accès ailleurs que sur ces réseaux là. C'est précisément pourquoi nous sommes davantage enclin à visionner les stories, et donc davantage persuadés par le principe d'influence de rareté : « *Nous trouvons une information plus persuasive si nous ne pensons pas pouvoir l'obtenir ailleurs […] l'information exclusive est une information persuasive* »[127].

Si Cialdini a isolé ces six principes, c'est en raison de leur capacité commune de déclencher le consentement automatique chez tout individu soumis à ces principes. Par au-

[126] Cialdini, R. (1984). *Influence … op. cit.* p. 345.

[127] Cialdini, R. (1984). *Influence … op. cit.* p. 350.

tomatisme, il entend « *amener les gens à dire oui sans réfléchir préalablement* »[128]. Les principes d'influences peuvent alors être définis comme au fond, dire/agir ou plutôt consentir sans réfléchir, de façon automatique. Dire ou agir sans réfléchir peut faire référence à plusieurs situations. Par exemple en psychanalyse, dire sans réfléchir revoie davantage à la consigne analytique de l'association libre. Or Cialdini ne fait pas référence ici à la psychanalyse, mais bien plutôt à l'aspect cognitif de l'automatisme. À plusieurs reprises dans son ouvrage, il emploie le terme « *inconscient* » mais celui-ci n'est pas à confondre avec l'inconscient freudien. Nous nous situons pour le moment du côté de l'inconscient cognitif, à savoir tout ce qui n'est pas conscient, toutes les taches cérébrales qui s'effectuent de façon dite automatique. La persuasion renverrait donc par définition à ce déclenchement automatique d'un acte sans pensée, d'un acte en réaction à une situation donnée et non résultant d'une réflexion proprement subjective. Si nous avons identifié avec Cialdini la manière de déclencher des réponses positives automatiques chez un sujet, néanmoins une question reste encore en suspend. Le caractère automatique laisse imaginer une boite noire au sein de laquelle ce qui déclenche la réponse de l'individu reste inconnue. En somme, par quel processus le principe de rareté par exemple déclenche chez le sujet une réponse ? Pourquoi le sujet a-t-il besoin de se montrer obéissant à une autorité ? Par quels processus psychiques un individu sympathique est plus à même de provoquer une réponse positive à une demande ?

La persuasion est ainsi comme une notion fondamentale dans l'établissement de la captologie. Néanmoins, il ne suffit pas de définir la persuasion pour poser le cadre des technologies persuasives, car celles-ci se doivent de coupler la persuasion à l'objet technologique.

2. Interagir

Dans son article pionnier, publié en 1998, « *Persuasive computers : perspective and research directions* », Fogg définit ce qu'il nomme « *Persuasive computer* » : « *une technologie interactive qui change les attitudes ou les comportements d'une personne* »[129]. Changer les attitudes et comportements d'un individu dans le cadre captologique implique

---

[128] *Ibid*., p. 12.

[129] Fogg, B.J. (1998). Persuasive computers: perspectives and research directions. Proceedings of the SIGCHI Conference on Human Factors in Computing Systems. *Computer science.* Disponible sur : http://cite_seerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.83.7257&rep=rep1&type=pdf [Consulté le : 20/03/2024]. « *An interactive technology that changes a person's attitude or behaviors* ».

certes l'action de persuasion, mais est également nécessaire une dimension interactive avec un objet technologique. Nous l'avons vu, un des éléments structurels de la persuasion étant l'interaction, il s'agit alors pour Fogg d'implanter une dimension interactive dans les systèmes numériques persuasifs. L'*interaction* est donc essentielle pour décrire un changement de comportement ou d'attitude sous le prisme de la captologie. C'est bien le développement et l'approfondissement de l'interactivité, une réaction réciproque de deux phénomènes l'un sur l'autre, entre un individu et un appareil numérique qui permettent de distinguer la captologie de toutes les autres méthodes de persuasion développées jusqu'alors. À ce titre par exemple, regarder la télévision peut être vecteur de persuasion, mais ne se situe pas dans une dimension captologique. La dimension interactive n'y est pas présente. Certes, le sujet peut choisir son programme grâce aux différentes chaînes proposées, mais celui-ci ne peut pas modifier le contenu de ce qu'il voit à la télévision, il ne peut pas agir directement sur ce qui est diffusé, et de la même façon, la télévision ne connaît pas celui qui la regarde, la télévision ne se base que sur des généralités de comportement, ce qui rend son pouvoir de persuasion limité, contrairement à l'ordinateur, le smartphone ou autre objet dit interactif[130]. L'interaction et la persuasion relèvent d'un espace bien spécifique en captologie. Un individu qui interagit avec un autre, par le biais de messages par exemple, ne peut être considéré comme faisant partie de ce que la captologie étudie. En effet, la captologie concerne uniquement l'échange qu'entretient le sujet avec l'objet technologique : « *Spécifiquement, la captologie investigue comment les personnes sont motivées ou persuadées en interagissant avec les produits informatiques plutôt qu'à travers eux* »[131].

Nous avons vu que la persuasion et l'interaction avec un objet numérique sont des conditions sine qua non pour évoquer la captologie. Cependant la captologie s'exerce-t-elle dès qu'une interaction persuasive se met en place avec un individu ? Suffit-il de juxtaposer ces deux modalités d'échange entre un individu et un objet technologique pour relever de la captologie ? A partir de quel modèle d'interaction persuasive reconnaissons-nous la captologie ?

---

130 BJ, Fogg. (2003). *Persuasive Technology…op. cit.* position Kindle 286-287.

131 *Ibid*. position Kindle 379-380.
« *Specifically, captology investigates how people are motivated or persuaded when interacting with computing products rather than through them* ».

2.1. **Un complexe hétérogène de techniques**

Pour qu'un ordinateur ou plus largement, un objet technologique, puisse s'inscrire dans le champ et la visée de la captologie, Fogg nous indique qu'il nécessite trois fonctions différentes et simultanées :

- un Outil, qui développe chez le sujet des capacités impossibles à acquérir autrement : « *l'informatique fournit aux humains de nouvelles capacités ou pouvoirs* »[132]
- un Média, qui transmet des informations, qu'elles soient symboliques ou sensorielles : « *un ordinateur peut transmettre du contenu symbolique ou sensoriel* »[133]
- un Acteur social, inscrit dans les normes sociales de son époque. Celui-ci peut échanger avec l'objet, et l'objet peut le solliciter socialement en fonction des contenus qu'il propose : « *les utilisateurs semblent répondre aux ordinateurs, tel un acteur social lorsque les technologies informatiques adopte des caractéristiques animés, jouent des rôles animés, ou suivent des règles ou des dynamiques sociales* »[134].

La combinaison de ces trois fonctions permet à un objet technologique d'être persuasif selon B.J. Fogg. La dimension interactive entre ces trois fonctions et l'individu induit une modification de ses comportements et attitudes. Ainsi nous ne nous trouvons pas dans une juxtaposition des fonctions de la captologie mais bien dans un complexe hétérogène et simultané de techniques diverses qui viennent parfaire la persuasion et donc le changement d'attitudes et de comportements.

Pour visualiser la simultanéité de ces fonctions, nous pouvons prendre l'exemple du *Tamagotchi*. Le tamagotchi, objet prisé des enfants des années 2000, est un jouet issu de la technologie interactive, composé d'un boîtier en plastique qui contient un petit écran que l'enfant regarde, ainsi que quelques boutons pour qu'il puisse interagir. Dans ce petit écran se trouve un programme informatique imitant un animal. L'enfant peut ainsi s'occuper d'un être différent de lui et qui n'appartient pas tout-à-fait au domaine de l'objet non-vivant, puisque l'animal doit faire l'objet d'attention de l'enfant pour ne pas finir affamé, voire mourir. Le tamagotchi comporte les trois fonctions simultanées présentes dans la cap-

---

[132] BJ, Fogg. (1998). « Persuasive computers : perspective and research directions ». *Computer science*. p. 226.
« *The computer provide humans with new ability or power* ».

[133] *Ibid*.
«A *computer can convey either symbolic content or sensory content* ».

[134] *Ibid*.
« *Users seem to respond to computers as social actors when computer technologies adopt animate characteristics, play animate roles, or follow social rules or dynamics* ».

tologie. L'outil se constate par le développement de capacités comme la prise de conscience de la vie et de la mort chez l'enfant, une des raisons pour lesquelles le tamagotchi fut inventé : « *L'objectif initial du jeu était donc de créer la prise de conscience de l'importance de la vie pour les enfants qui y jouaient* »[135]. Nous apercevons ensuite le média, la dimension affective et sentimentale telle que l'entend Fogg. Jouer avec un tamagotchi provoque en nous plusieurs contenus sensoriels, autrement dit, des affects : satisfaction, frustration, attendrissement, tristesse, étonnement etc. Enfin, la dimension sociale est également en jeu, car certaines normes sont à respecter si nous voulons garder notre tamagotchi en vie, comme nettoyer son lieu de vie, lui donner à manger ou encore jouer avec lui. En outre Serge Tisseron remarque la construction d'une relation à l'objet technologique que représente le tamagotchi : « *En les utilisant, l'enfant ne répète pas à sa façon les conduites qu'il voit être celles de ses parents, mais il entre en relation avec eux au même titre qu'avec les personnes, adultes ou enfants qui l'entourent* »[136]. Cette combinaison simultanée des trois fonctions crée selon Fogg une implication émotionnelle du sujet : « *Et les personnes se sentent impliquées émotionnellement avec les produits informatiques* »[137]. C'est cette implication émotionnelle et affective que nous allons interroger tout au long de notre travail de recherche, comme effet de la persuasion mise en œuvre par la captologie.

2.2. **Une technologie évolutive**

La captologie de nos jours ne saurait pour autant se résumer à l'exemple du Tamagochi. En effet, ce jouet n'est d'ailleurs plus vraiment exposé dans les rayons des magasins spécialisés. C'est à ce titre que nous comprenons les propos de Fogg quant à l'évolution de la captologie. La captologie est un domaine voué à évoluer à mesure que les domaines technoscientifiques progressent : « *Ceux d'entre nous qui étudient les technologies persuasives feraient bien de trouver des théories et des cadres de persuasion existants et chercher comment ces recherches peuvent s'appliquer à la captologie* »[138]. Cette évolution possible

---

[135] Gentil, P. (2011). L'expérience de la mort virtuelle : les jeux vidéo ou la fausse mort. *Études sur la mort*, 139, p. 79-91. https://doi.org/10.3917/eslm.139.0079

[136] Tisseron, S. (2000). L'intelligence des jouets. *Les cahiers de médiologie*, 9, p. 135-139. https://doi.org/10.3917/cdm.009.0135

[137] BJ, Fogg. (2002). *Persuasive ... op. cit.* position Kindle 491.
« *And people get emotionally involved with computer products* ».

[138] BJ, Fogg. (1998). « Persuasive computers … op. cit. p. 230.
« T*hose of us who study computers as persuasive technologies would do well to find extant persuasion theories and frameworks and investigate how they apply to captology* ».

de la captologie qu'a pensé Fogg laisse présager que tout objet technologique interactif, qui rend possible la persuasion peut être exploité par la captologie. En effet, Fogg avait pour projet de déployer la captologie au-delà de l'ordinateur personnel : « *La plupart des technologies persuasives dans le futur ne seront pas associées aux ordinateurs fixes* »[139]. La captologie au-delà des ordinateurs permet selon Fogg de persuader tout individu au plus proche de son quotidien. C'est lors de tous ses temps de disponibilité que la persuasion est la plus efficace selon Fogg : « *Ce serait une perte de temps relativement considérable d'analyser les applications numériques de bureau existantes ou de concevoir un programme persuasif uniquement pour les ordinateurs fixes. Les situations persuasives ont lieu le plus souvent dans le contexte des activités normales de la vie* »[140]. La captologie se veut alors actuellement présente dans nos activités quotidiennes.

A partir de 2003, Fogg propose d'autres dimensions à la captologie dont une implantation dans les smartphones : « *Au-delà du web, les technologie persuasives peuvent prendre beaucoup de formes, du téléphone portable aux brosses à dents intelligentes en passant par des remorques informatisées* »[141]. Ainsi, la définition de la captologie ne se résume plus à l'étude des technologies persuasives mais devient celle-ci : « *En bref, la captology se concentre sur la conception, la recherche et l'analyse des produits informatiques interactifs crées dans le but de changer l'attitude ou le comportement des utilisateurs* »[142]. La captologie ne s'applique plus seulement à l'ordinateur, mais se glisse dans tout objet issu de l'informatique, ou, pourrions-nous préciser, tout objet numérique interactif.

L'évolution des technologies persuasives va donc de pair avec l'avancée et le développement des techniques informatiques et numériques. C'est pourquoi la captologie a connu différents stades déterminants lors de son développement. Nous proposons de décrire certaines de ces étapes décisives afin de saisir comment cette technologie est aujourd'hui utilisée pour offrir davantage d'interactions persuasives aux individus.

---

[139] *Ibid*., p. 231.
« *Most persuasive technologies of the future will not be associated with desktop computers* ».

[140]*Ibid*.
« *It would be a relatively poor use of time to examine existing desktop applications or to design persuasive programs only for desktop computers. Persuasive situations occur most frequently in the contexte of normal life activities* ».

[141] BJ, Fogg. (2002) *Persuasive … op. cit.* position Kindle 255-256
« *Beyond the Web, persuasive technology can take on many forms, from mobile phones to "smart" toothbrushes to the computerized trailers* ».

[142] *Ibid*., position Kindle 277.
« *Briefly stated, captology focuses on the design, research, and analysis of interactive computing products created for the purpose of changing people's attitudes or behaviors* ».

2.2.1. **La persuasion interpersonnelle de masse**

En 2008, Fogg décrit un tournant dans la technologie grâce à un nouveau phénomène : la *Persuasion Interpersonnelle de Masse* (*MIP*). La MIP est une nouvelle forme de persuasion qui a permis notamment le développement fulgurant de Facebook avec un doublement des utilisateurs, passant de 24 millions en mai 2007 à 50 millions en décembre de la même année[143]. La MIP comporte des spécificités permettant d'agrandir les capacités des systèmes persuasifs. Son principe fondamental est d'utiliser les médias de masse dans le but de provoquer une expansion de la persuasion. Là où la captologie jusqu'alors ne s'intéressait qu'à la modification des attitudes d'un seul individu, voilà qu'un outil technologique est développé dans le but de persuader le plus grand nombre et ainsi de modifier les comportements de millions de personnes. La MIP contient six composants combinés ensemble pour être la plus efficace possible :

- *Une expérience persuasive* : Créer une persuasion interpersonnelle de masse renvoie inévitablement à proposer une expérience focalisée sur l'influence des attitudes et comportements des utilisateurs. Ainsi les plateformes s'appuient sur les divers principes d'influence de Cialdini, comme par exemple le principe de réciprocité (si quelqu'un m'ajoute en ami, je lui rends en général la pareille).
- *Une structure automatisée* : Une fois l'expérience persuasive mise en place, les messages persuasifs peuvent être automatisés d'une part pour faciliter et simplifier le partage d'expériences subjectives (message automatique notifié à l'utilisateur : « Untel a aimé votre photo »), mais aussi pour permettre la répétition de l'expérience persuasive, sans aucune fatigabilité du système du fait de l'automatisme, contrairement à la relation humaine.
- *Une distribution sociale* : la réelle nouveauté se situe dans la combinaison de la captologie avec la distribution sociale. En somme, il devient à partir de 2008 beaucoup plus facile d'impliquer de nouvelles personnes dans l'expérience persuasive, notamment grâce aux invitations d'amis à des évènements, à des groupes. Par ailleurs, grâce au principe de preuve sociale mis en œuvre ici, Facebook va gagner en crédibilité (Si beaucoup de personnes utilise ce réseau social, alors ce réseau est fiable).
- *Un cycle rapide* : La rapidité de l'interaction est un composant important de la MIP. D'une part cela permet d'augmenter plus rapidement le nombre d'utilisateurs en fonction des invitations en tant qu'ami ou dans des groupes. D'autre part, la persuasion, pour

---

[143] Fogg, BJ. (2008). « *Mass Interpersonal Persuasion: An Early View of a New Phenomenon* ». Persuasive Technology Lab. Stanford University. p. 24.

être efficace, nous l'avons vu, se doit de jouer sur l'immédiateté de la réponse dans le but que le sujet à persuader n'ai que peu de temps pour réfléchir au message qui lui est envoyé. Il répond alors positivement de façon plus spontanée et ainsi contribue à la diffusion de la persuasion.

- *Une présence sociale importante* : La MIP aura plus d'efficacité sur un réseau déjà constitué d'une masse de personnes connectée les uns aux autres : « *Plus le graphe social est large, plus la portée potentielle de persuasion interpersonnelle de masse sera grande* »[144]. Si les liens sont déjà constitués, il sera plus aisé de les renforcer et d'en créer d'autres branches que de devoir tout créer.
- *Un impact mesurable* : Enfin, le meilleur moyen d'ajuster les composants, c'est de pouvoir constater immédiatement les effets de leur mise en place. Les chiffres sont en effets très présents sur Facebook, mais aussi désormais sur Instagram et Tiktok. Très rapidement, les concepteurs des réseaux comme les utilisateurs ont un accès rapide au nombre d'amis, aux nombre de membres dans un groupe, au nombre de followers sur un évènement etc. Les utilisateurs ont un indice direct du succès ou non d'une publication (nombre de likes sur une photo). Les concepteurs, eux, ont de véritables statistiques pour mesurer l'impact de leurs applications et de leurs différents paramètres dans la mise en place d'une expérience persuasive. Enfin, afficher tous ces nombres a également un effet persuasif du côté des utilisateurs car cela répond au principe d'influence de la preuve sociale.

Grâce au développement de la MIP via notamment la plateforme Facebook, la captologie accède à un développement important qui se poursuit encore aujourd'hui. Dès 2003 et encore en 2008, Fogg imagine le futur de la persuasion comme « *décentralisé* »[145], décollé d'un lieu précis et au plus proche du quotidien de l'utilisateur, dans un but selon Fogg, d'améliorer la société en démocratisant l'éducation et la santé. Néanmoins il pointe un potentiel risque néfaste de la MIP « *si la nature humaine était fondamentalement mauvaise* »[146]. En se décalant d'une conception dichotomique entre le bien et le mal, nous pouvons néanmoins nous interroger sur l'expression de la nature profonde de l'être humain et notamment de ce qui relève de l'inconscient.

---

[144] *Ibid*., p. 30.
« *The larger the social graph, the greater the potential reach for MIP* ».

[145] *Ibid*., p. 33.

[146] *Ibid*., p. 34.

PLUCHART, Sandra. La captologie comme outil d'influence : enjeux psychopathologiques et subjectifs - 2025

2.2.2. **La prise en compte de l'environnement, une avancée majeure**

BJ Fogg n'est pas le seul chercheur à s'être intéressé aux technologies persuasives. Lui a succédé Maurits Kaptein, professeur en science des données à l'Université de Tubling aux Pays-bas[147]. Kaptein contribue depuis plusieurs années à développer les techniques captologiques et plus précisément la personnalisation des technologies persuasives. Il a participé à plusieurs étapes cruciales dans l'évolution de la captologie. En 2009 il publie son article « *Persuasion in ambient intelligence* » dans la revue *J Ambient Intell Human Comput*.

Dans cet article, nous constatons une modification de la définition de la captologie par rapport à celle introduite par Fogg dix ans plus tôt. Outre l'utilisation des termes de « *technologies persuasives* » en lieu et place de captologie, la définition est étoffée : « *Nous adoptons le terme de persuasion dans un sens très large et identifions un système persuasif comme tout système conçu avec succès et intentionnellement pour influencer les attitudes ou les comportements de ses utilisateurs* »[148]. Tandis que Fogg s'en tenait à utiliser le terme de changement, l'apparition du verbe « *to influence* » instaure une nouvelle dimension à la définition des technologies persuasives. « To influence » se définit d'une façon similaire en français comme en anglais : « *Le pouvoir de changer ou d'affecter quelqu'un ou quelque chose : le pouvoir de causer un changement sans forcer celui-ci directement* »[149]. De la même manière, en français, la définition de l'influence renvoie à une action exercée par une personne ou une chose sur une autre personne ou chose[150]. Introduire le terme d'influence dans un article traitant de la persuasion dans l'*Ambient intelligence* (intelligence prenant en compte l'environnement) permet ainsi de renvoyer l'idée d'une action exercée extérieurement sur l'individu. Influencer renvoie à la prise en compte du facteur environnemental pour parvenir à modifier l'attitude ou le comportement de l'individu sans que celui-ci ne se sente contraint, voir même ne le remarque. Ainsi, Kaptein

---

147 Kaptein, M. (2019). About. Disponible sur : https://www.mauritskaptein.com. [Consulté le 24.06.25].

148 Kaptein, M. (2009). « Persuasion in ambient intelligence ». *J Ambient Intell Human*. p. 43.
« *We adopt the term persuasion in a very broad sense and identify a persuasive system as any system successfully and intentionally designed to influence attitudes or behaviors of its users* ».

149 Influence. (s. d.). Merriam-webster. Disponible sur : https://www.merriam-webster.com/dictionary/influence [Consulté le 01.12.21].
« *The power to change or affect someone or something : the power to cause changes without directly forcing them to happen* ».

150 Influence. (s. d.). Dictionnaire de l'académie française. Disponible sur : https://www.dictionnaire-academie.fr/article/A9I1207 [Consulté le 01.12.21].

contribue à l'évolution des technologies persuasives en prenant en compte l'environnement des utilisateurs en interaction avec les technologies persuasives. En outre, si Kaptein pense les technologies persuasives sous le champ de l'influence, cela témoigne de sa proximité avec les théorisations de Cialdini. La considération de l'environnement croisé à la technologie persuasive apparaît dès lors comme novateur. Ceci vient bousculer la pratique même de la persuasion via l'interaction numérique et donc la définition des technologies persuasives.

Dans l'article « *Persuasion in ambient intelligence* », Kaptein annonce la mise en perspective du contexte et de la situation d'utilisation de l'objet numérique interactif afin d'augmenter l'efficacité de la persuasion : « *Il est clair que les technologies persuasives qui prennent en compte l'environnement se situent au-delà des technologies persuasives traditionnelles en étant conscient du contexte et de la situation, en interprétant les différences individuelles entre les utilisateurs, et en étant un acteur social à part entière* »[151]. Jusqu'alors, un individu pouvait être persuadé d'adopter une attitude voulue une fois, mais pouvait, une deuxième fois ne pas être saisi par la tentative de persuasion pour diverses raisons et notamment celle d'un environnement non propice à la persuasion. L'*ambient intelligence* (AmI) fait dès lors, partie intégrante des données récoltées par les appareils numériques pour accéder à la persuasion de l'individu pris lui-même dans son propre environnement. Le concept de persuasion dans les technologies persuasives vient à évoluer en conséquence. La persuasion n'est plus pensée comme s'inscrivant dans un instant T mais fait plutôt figure d'un processus.

L'individu pris dans les rouages des technologies persuasives ne relève pas d'un unique évènement mais émane d'un résultat processuel dans lequel plusieurs étapes se succèdent. Kaptein propose le nouveau paradigme de l'AmI, dans lequel l'objectif des technologies persuasives apparaît dès lors non plus seulement comme une volonté de persuasion, mais davantage comme une volonté du maintien de la persuasion : « *Alors que l'informatique persuasif se concentre déjà sur les systèmes distribués, le paradigme de l'AmI pousse les appareils encore plus loin en impliquant l'ensemble de l'environnement* »[152]. Kaptein décrit deux grandes étapes dans le processus de persuasion que nous nommons pour

---

[151]M, Kaptein. (2009). « Persuasion in ambient intelligence ». *op.cit.* p. 43.
« *It is clear that ambient persuasive technologies can go beyond traditional persuasive technologies by being context and situational aware, by interpreting individual differences between users, and by being a social actor in their own right* ».

[152] *Ibid*., p. 44.
« *While persuasive computing already focuses on distributed systems, the AmI paradigm aims at taking the embedding of devices one step further by involving the entire environment* ».

l'heure *l'achoppement* : « *Ici un système persuasif ambiant pourrait fonctionner comme un outil en rendant ce comportement plus facile à réaliser* »[153], grâce à la prise en compte des conditions environnementales du sujet, et le maintien de la persuasion : « *Finalement, une fois que le comportement a été adopté, il est nécessaire de maintenir le comportement adopté par la punition ou la récompense par exemple* »[154], notamment en adoptant des techniques de conditionnement par le système de récompense, que nous développerons ultérieurement.

Comment les technologies persuasives procèdent-elles pour opérer un véritable processus de persuasion de l'individu, de l'achoppement au maintien du comportement sur du long terme ?

- **L'achoppement de l'individu par l'affect**

Selon Kaptein, il existe deux axes possibles pour atteindre l'achoppement de l'individu dans le processus de persuasion numérique. L'axe classique correspond à l'émission d'un message requête avec en retour l'utilisateur répondant au message selon le comportement voulu[155], principalement adopté dans les débuts du développement des technologies persuasives, à l'instar par exemple du Tamagotchi.

Avec l'AmI, un deuxième axe est approfondi ; il convient de modifier en premier lieu l'attitude de l'individu avant de tenter de modifier son comportement, car modifier préalablement l'attitude induit le comportement voulu plus facilement[156]. Une attitude étant définie par Kaptein comme un résumé des évaluations des différents objets de l'environnement[157], prendre en compte l'environnement dans lequel l'individu évolue donne un accès aux attitudes actuelles de ce dernier et permet une interaction adaptée du système persuasif envers l'individu. Au-delà de cette adaptation, Kaptein puise dans les travaux de diverses disciplines et notamment la psychologie sociale afin de parvenir à modifier une attitude via un système persuasif. En s'appuyant par exemple sur les résultats de la théorie

---

[153] *Ibid*., p. 45.
« *Here an ambient persuasive system could function as a tool (Fogg 2003) by making this behavior easier to perform* ».

[154] *Ibid*., p. 45.
« *Finally, once the behavior has been performed it is necessary to sustain the adopted behavior, for example by punishment or reward* ».

[155] *Ibid*., p. 44.

[156] *Ibid*., p. 45.

[157] *Ibid*., p. 48.

de l'*impact social dynamique* (développée notamment par Latane en 1996), Kaptein applique dans les systèmes persuasifs l'idée que le nombre de personnes exprimant une attitude face à une situation influence celui qui la perçoit à adopter la même attitude. Ainsi, le système persuasif reproduit des situations qui se passent habituellement dans l'environnement social individuel : « *Dans l'ensemble, la théorie pointe une focalisation prometteuse sur les origines sociales des attitudes et des opinions. Cette structure sociale peut être incorporée à l'intérieur d'un scénario informatique persuasif. La conscience sociale des systèmes persuasifs ambiants pourrait prendre en compte les propriétés de la dynamique sociale dans la formation des attitudes* »[158]. Nous faisons alors ici écho au concept du *conformisme* développé par Asch (1956) et repris dans les technologies persuasives par Kaptein. Asch, par une expérience en psychologie sociale, a mis en évidence l'existence du conformisme chez l'individu quand celui-ci est influencé par un groupe[159]. Dans son expérience, un individu est placé dans un groupe dont les membres sont tous complices de l'expérience. Un énoncé simple est proposé à l'ensemble du groupe, qui doit répondre par la bonne réponse. Bien que la réponse soit évidente, tous les membres complices se trompent. Les résultats de l'expérience révèlent que certains individus, par conformisme, vont eux aussi, donner la mauvaise réponse. Pour Kaptein, le conformisme mis en place par les individus permet d'apaiser la pression, ou l'angoisse, exercée par le groupe et ainsi réduire le sentiment de stress : « *Cette recherche de conformisme semble être motivée par la tendance des gens à réduire leur stress. Elle peut être utilisée comme un puissant moyen de persuasion pour changer à la fois les attitudes et les comportements. Les systèmes persuasifs pourraient faciliter la communication avec les autres et encourager le conformisme* »[160]. Dans les systèmes persuasifs, nous retrouvons ainsi ce type de principe d'influence. Sur le site d'Amazon, comme bien d'autres sites de vente, quand nous consultons un article, nous pouvons parfois lire le message persuasif suivant, faisant appel au principe du conformisme : « Les personnes qui ont vu cet article ont aussi vu celui-ci », ou encore : « Les personnes qui ont acheté ceci ont aussi acheté cela ». Dans quelle mesure les

---

158 *Ibid*., p. 47.
« *Overall, the theory shows a promising focus on the social origins of attitudes and opinions. This social structure can be incorporated into a persuasive computing scenario. Social awareness of ambient persuasive systems could take the dynamic social properties of attitude formation into account* ».

159Asch, S. E. (1956). Studies of independence and conformity: I. A minority of one against a unanimous majority. *Psychological Monographs: General and Applied, 70*(9), p.1–70.

160 Kaptein, M. (2009). *« Persuasion in ambient intelligence ». op.cit*. p. 47.
« *This strive for consensus seems to be motivated by people's tendency to reduce stress, and can be used as a powerful persuader to change both attitudes as well as behavior. Persuasive systems could facilitate in the communication with others and encourage consensus* ».

messages persuasifs basés sur le conformisme induisent-ils alors un stress que l'individu est ensuite invité à réduire en adoptant l'attitude ou le comportement voulu ? L'émotion, l'affect, ou plus précisément encore l'angoisse semble effectivement être au cœur du processus de persuasion dans les technologies persuasives. C'est en effet par des procédés utilisant l'affect que l'attitude peut être changée plus facilement selon Kaptein : « *Les attitudes à l'égard de certains sujets sont plus faciles à changer au moyen d'arguments affectifs, émotionnels, tandis que certains bénéficient d'arguments cognitifs fondés sur des faits* »[161].

Au delà du conformisme en tant que tel, expérimenté par Asch, ce n'est pas n'importe quel groupe auquel l'individu est comparé dans le système persuasif. C'est un groupe qui lui ressemble. En effet sur Amazon, il ne suffit pas de dire « des personnes ont acheté cet article », mais « des personnes qui ont acheté l'article (que vous êtes entrain, vous aussi d'acheter) ont acheté également ces articles là ». Il y a donc bien ici une tentative d'achoppement du sujet en premier lieu via le conformisme mais surtout en prenant en compte son environnement actuel. Comment cette prise en compte de l'environnement augmente l'efficacité de la persuasion ?

- **La reproduction de l'environnement augmente la probabilité de l'achoppement**

Du premier achoppement au maintien de la persuasion à long terme, les designers des technologies persuasives prennent en considération plusieurs champs de connaissances. Ils s'appuient sur les travaux menés par exemple en sociologie ou en psychologie sociale à propos de la persuasion. La prise en compte de l'environnement de l'individu par le système persuasif passe nécessairement par l'application de connaissances en sciences humaines. C'est pourquoi Kaptein s'inspire tout naturellement entre autres des travaux de Léon Festinger, psychosociologue américain du XXe siècle. En appuyant sur la thèse de Festiger sur *la comparaison*[162], Kaptein propose de reproduire l'environnement social du sujet au sein du système persuasif pour augmenter la capacité de persuasion : « *Les similarités entre la source et le récepteur mènent à une meilleure conformité* »[163]. Inclure des

---

[161] *Ibid*., p. 48.
« *Attitudes towards some topics are more easily changed using affective— emotional—arguments, while some benefit from cognitive—fact-based arguments* ».

[162] Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations, 7*(2), p. 117–140.

[163] Kaptein, M. (2009). *« Persuasion in ambient intelligence ». op.cit.* p. 46.
« *Similarity between source and receiver leads to greater compliance (Festinger 1954)* ».

caractéristiques propres à l'environnement du sujet permet à celui-ci d'être plus sensible à la similarité (appartenant au principe de la preuve sociale) et ainsi, plus sensible aux différents procédés de persuasion. Ainsi donc, si un individu se sent comme un autre avec lequel il interagit, il sera plus enclin à l'imiter : « *Le mimétisme - similarités dans le comportement - d'une source par rapport à un utilisateur augmente la conformité* »[164]. Des caractéristiques comme la religion, le milieu socio-éducatif, le pays d'origine sont dès lors pris en compte dans le système persuasif afin d'augmenter la probabilité de persuader un individu[165] par la similarité. C'est pourquoi depuis 2010, les sciences des données sont en plein essor. Plus on a de données sur l'environnement de l'utilisateur, plus on accroît les possibilités de persuasion. La similarité mise en avant dans l'AmI permet de mettre en œuvre des procédés de persuasion propres à la stimulation de certaines émotions, de certains affects de l'individu. Si la similarité engendre le mimétisme, elle suscite en premier lieu une modification de l'attitude : « *La conformité n'est pas le seul effet du mimétisme ; la sympathie ainsi que l'intelligence perçue par l'utilisateur sont aussi influencées par le mimétisme* »[166].

La prise en compte de l'environnement dans le système persuasif renvoie inévitablement à la prise en compte de l'individu en tant que socialement déterminé. Les affects sont alors éminemment en jeu dans le système persuasif, de sorte qu'on ne se situe plus uniquement dans le cadre d'une intelligence artificielle, mais bien plutôt désormais dans un système d'intelligence émotionnelle et affective : « *Ici est promu un changement clair de l'intelligence du système purement fonctionnel à l'intelligence du système émotionnel* »[167]. On note ainsi sur Facebook l'apparition du bouton « j'aime » en 2009 et depuis 2016, l'instauration de réactions émotionnelles à un contenu via des émojis. Les systèmes persuasifs, par la collecte des données de l'utilisateur reproduisent l'environnement social par similarité et peuvent de cette façon envoyer des messages persuasifs qui seront effectifs chez l'individu grâce notamment au principe de mimétisme de Festinger.

---

164 *Ibid*., p. 45.
« *Mimicry—similarities in behavior—by a source relative to a receiver increase compliance* ».

165 *Ibid*., p. 46.

166 *Ibid*.
« *Not only compliance is effected ; the perceived friendliness, and the perceived intelligence are also influenced by mimicry* ».

167 *Ibid*. p. 46.
« *Here a clear shift from purely functional system intelligence to emotional system intelligence is promoted* ».

Finalement tous ces procédés tirés de la psychologie sociale ont pour but premier de créer un lien affectif entre le sujet et le système persuasif : « *ces comportements sociaux, quand ils sont correctement affichés par le système, vont en premier lieu augmenter le lien entre le système et son utilisateur. Plus important encore, ce lien créé peut être utilisé pour analyser les caractéristiques de la source et augmenter la conformité* »[168]. C'est grâce à la création de ce lien par le biais, par exemple de la similarité ou du principe de sympathie que l'individu sera par la suite plus « compliant » à la persuasion, plus enclin au conformisme et donc plus facilement suggestionnable. Un des buts des technologies persuasives est donc d'opérer un lien entre l'individu et le système persuasif, par plusieurs moyens, comme ce que nous avons vu à l'appui de la thèse de Festinger pour augmenter la probabilité de persuasion. La théorie de Festinger n'est finalement qu'un exemple de la construction possible du lien entre l'individu et le système persuasif. Ainsi donc, nous avons un nouvel élément essentiel pour définir les technologies persuasives, à savoir l'utilisation du système persuasif qui reproduit l'environnement social de l'utilisateur. C'est précisément la construction de cet environnement social dans le système qui va permettre à l'individu de créer un lien avec le système persuasif interactif, et ainsi pouvoir être persuadé plus facilement, via l'émotion[169].

Créer un lien affectif entre l'individu et le système persuasif permet d'augmenter l'efficacité de la persuasion. La persuasion relève cependant d'un processus. Ainsi, l'objectif des technologies persuasives est de maintenir l'efficacité de la persuasion de l'utilisateur par le système persuasif, dans le but de modifier ses attitudes et comportements. Créer ce lien grâce à la reproduction de l'environnement social n'est que la porte d'entrée vers le maintien de la persuasion au long cours. Par quels moyens les technologies persuasives parviennent-elles alors à maintenir l'individu dans un processus de persuasion longue durée ?

---

[168] *Ibid*.
« *These social behaviors, when properly displayed by a system, will first of all increase the bond between the system as actor and its users. More importantly, this created bond can be used to utilize source characteristics and increase compliance* ».

[169] *Ibid*., p. 54.

2.2.3. **Le maintien de la persuasion, une conception approfondie des technologies persuasives**

- **Les différences inter-individuelles**

La prise en compte de l'environnement, ainsi que son modelage est déterminant dans l'efficacité de la persuasion. Ainsi à partir de 2009, les sites web commencent à évaluer le style cognitif des visiteurs en modélisant leur comportement sur Internet et en collectant leurs données, dans le but de rendre les stratégies de persuasion plus efficaces et de rentabiliser ainsi leurs services[170]. Cependant, cette méthode s'avère insuffisante pour obtenir le maintien à plus long terme de la persuasion d'un sujet. En effet, les messages persuasifs ne sont pas encore adaptés à chaque individu, ils sont émis via des techniques de marketing standard, en fonction des caractéristiques générales de l'audience[171].

Le ciblage des publicités est une problématique aussi ancienne que l'essor de la publicité de masse, depuis Edward Bernays. Le développement des technologies persuasives apporte une différence fondamentale grâce à la dimension interactive, toujours plus approfondie dans les recherches. Pour Kaptein, le maintien de la persuasion passe par une persuasion adaptée et individuelle plutôt que par une persuasion générale de masse. Au-delà de la prise en compte de l'environnement, il s'agit de prendre désormais en considération le caractère intrinsèque de l'individu, pour davantage d'efficacité de la persuasion. C'est pourquoi en 2012 une nouvelle étude menée par Kaptein est mise en place. Il cherche à mesurer le taux d'efficacité des stratégies d'influence en fonction des différences individuelles de personnalité. L'hypothèse de Kaptein stipule qu'en fonction de la personnalité de chacun, les stratégies d'influence sont plus ou moins efficaces : « *l'essentiel de l'hétérogénéité observée tient à des différences individuelles stables* »[172].

Dans l'article « *Heterogeneity in the Effects of Online Persuasion* », Kaptein et Eckles présentent les résultats de deux études qui veulent démontrer la différence d'efficacité de quelques stratégies d'influence que sont le principe de rareté, le principe d'autorité et le principe de preuve sociale. Les différences de personnalités détermineraient une sen-

---

[170] Kaptein, M., Eckles, D. (2012). Heterogeneity in the Effects of Online Persuasion. *Journal of interactive marketing*, p. 177.

[171] *Ibid*., p. 176.

[172] *Ibid*., p. 177.
« *much of the observed heterogeneity is due to stable individual differences* » .

PLUCHART, Sandra. La captologie comme outil d'influence : enjeux psychopathologiques et subjectifs - 2025

sibilité plus ou moins grande dans certaines stratégies et une résistance plus ou moins grande à la persuasion dans d'autres stratégies.

Dans la première étude, les chercheurs proposent à des personnes d'évaluer des livres sur un site Internet à partir d'un texte descriptif du livre. Au sein du texte sont glissés plusieurs principes d'influence dans un but de comparaison d'efficacité. Si le livre est vu comme positif, alors le principe d'influence est efficace. À cette première étude, les résultats apparaissent tout-à-fait hétérogènes, mais selon Kaptein, cela n'est pas dû à un potentiel moyen de persuasion, mais bien à une différence entre les individus. Certaines stratégies sont plus efficaces chez certains individus, quand ce sont d'autres principes d'influence pour d'autres : « *Pour beaucoup d'individus, une stratégie d'influence spécifique a un effet positif sur les évaluations de produits alors que les autres stratégies montrent un effet inverse pour le même individu* »[173].

La seconde étude se déroule globalement de la même manière exceptées plusieurs sessions qui sont ajoutées dans le but de s'assurer que les différences inter-individuelles sont stables dans le temps et ne sont pas dues à des variations individuelles passagères : « *l'analyse de la deuxième étude illustre que la plupart des estimations ne peut être attribuée à des variation individuelles passagères* »[174]. Bien qu'il existe des différences entre les individus, celles-ci auraient pu être biaisées par l'environnement de l'individu comme la fatigue, les sollicitations extérieures etc. La seconde étude vient ainsi confirmer qu'il existe des différences d'efficacité entre les principes d'influences en fonction des individus, mais de plus, que ces différences sont stables dans le temps.

Les résultats de cette étude sont importants pour le développement des technologies persuasives et de ses applications, notamment dans le domaine du marketing interactif, aujourd'hui appelé le marketing digital. Cet article met en exergue une relation complexe entre la personnalité de l'individu et les stratégies d'influence : pour certains, une stratégie d'influence sera efficace quand pour d'autres, celle-ci aura l'effet inverse[175]. La captologie se développe en prenant ainsi en compte ces paramètres dits individuels et vient à évoluer en conséquence. Le maintien de la persuasion se fait alors non plus en envoyant des messages persuasifs au hasard avec une efficacité moyenne, mais en s'adaptant à la personnali-

---

[173] *Ibid*., p. 181.
« *For many individuals, one specific influence strategy is estimated to have a positive effect on product evaluations, while for other strategies the sign of the effect is reversed for the same individual* ».

[174] *Ibid*., p. 186.
« *The analysis of Study 2 illustrated that much of this estimate cannot be attributed to transient intra-individual variation* ».

[175] *Ibid*., p. 181.

té de l'individu grâce à la récolte de données plus précises. Les systèmes sont ainsi personnalisés en fonction de l'environnement, mais aussi et surtout en fonction du profil de l'utilisateur ce qui marque un nouveau tournant dans l'essor des technologies persuasives.

- **La personnalisation de la persuasion**

Les recherches en captologie font le constat, à partir de 2012, qu'une persuasion efficace est une persuasion adaptée à chaque utilisateur d'objet numérique interactif. Ainsi, les réponses des utilisateurs de ces objets sont traitées et analysées afin de proposer une personnalisation des procédés de persuasion. C'est pourquoi une nouvelle maxime voit le jour en 2015 du côté des concepteurs des technologies persuasives : « *Pour être efficace, les systèmes persuasifs devraient délivrer le bon message, au bon moment, et de la bonne façon* »[176]. Délivrer le bon message persuasif au bon moment et de la bonne manière favorise l'acceptation de la suggestion faite par la persuasion technologique. Aussi simple soit-elle à retenir, cette nouvelle règle n'est pas si évidente à mettre en œuvre. Kaptein propose ainsi à partir de 2015 un nouveau dispositif qui vient développer la captologie à la fois dans son champ de connaissances, mais aussi dans son application : *le système persuasif adaptatif*[177].

Par cette nouvelle nomenclature, Kaptein va plus loin que sa proposition précédente sur l'AmI de 2009. Au-delà de la prise en compte de l'environnement comme facteur de persuasion, on agit directement sur l'individu par la personnalisation effective des systèmes persuasifs. Dès lors, il s'agit de se concentrer non plus simplement sur le but final persuasif, mais bien davantage sur la méthode employée pour arriver au but. La méthode est désormais elle-même personnalisée à chaque sujet soumis à un système persuasif. À ce titre, tous les champs discursifs portant sur la modification de l'attitude et du comportement sont susceptibles d'être utilisés pour développer la personnalisation du système persuasif adaptatif : « *Finalement, des travaux dans lesquels la prise de décision (heuristique) des individus est étudiée, sous le titre d'économie comportementale ont été incorporés*

---

[176] Kaptein et al. (2015). « Personalizing persuasive technologies : Explicit and implicit personalization using persuasion profiles ». *J. Human-computer Studies.* p. 38.
« *To be effective persuasive systems should deliver the right message, at the right time, in the right way* ».

[177] *Ibid*., p. 38.

dans des tentatives de conception de technologies persuasives efficaces »[178] . Nous avons ici un élément supplémentaire illustrant la façon dont le maintien de la persuasion dans les technologies persuasives s'opère. C'est dans l'adaptation du système persuasif à la personnalité de chaque individu que Kaptein constate le maintien à plus long terme de la persuasion. Nous ne décrirons pas d'une façon exhaustive tous les moyens par lesquels le système persuasif peut être personnalisé et adapté pour garder une cohérence dans nos propos. Nous suivrons donc la pensée de Kaptein, qui développe ce qu'il nomme *les profils de persuasion*.

3. Les profils de persuasion comme technique actuelle

Nous l'avons vu, l'objectif de la captologie est de parvenir à une modification des attitudes et comportements des utilisateurs grâce à des techniques de persuasion appliquées à la technologie. Suite à sa recherche sur l'hétérogénéité de la persuasion Kaptein, en découvrant des différences individuelles de sensibilité persuasive stables dans le temps, induit une évolution des technologies persuasives. Celles-ci ont alors pour nouvel objectif d'adapter les modes de persuasion en fonction de la personnalité de l'utilisateur. Développer des systèmes persuasifs adaptés à chaque utilisateur augmente l'efficacité des interventions technologiques persuasives[179]. Il s'agit ainsi, pour maintenir l'individu dans le processus de persuasion, de lui soumettre des principes d'influence efficaces en fonction de la personnalité.

Le problème auquel Kaptein tente de répondre dans l'article « *Personalizing persuasive technologies : Explicit and implicit personalization using persuasion profiles* » se tient dans la personnalisation effective des systèmes persuasifs. Comment personnaliser l'expérience de l'utilisateur en fonction de ses traits de caractère et de sa sensibilité propre aux différents principes d'influence ?

Il propose ainsi d'établir des profils de persuasion pour proposer à l'utilisateur des contenus aménagés. Les recherches en psychologie sociale sont une fois de plus plébiscitées pour étudier et mettre en place les différents profils de persuasion, et notamment les travaux de Cialdini : « *Dans notre tentative de décrire les systèmes persuasifs adaptatifs,*

---

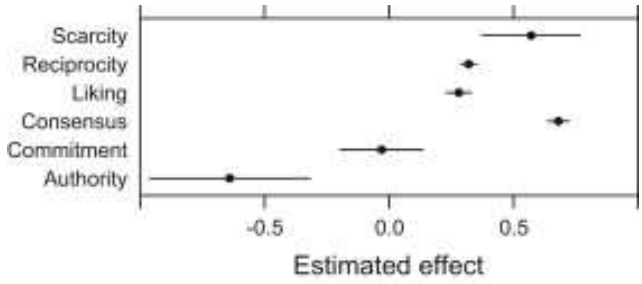
[178] *Ibid*., p 39.
« *Finally, work in which (heuristic) decision making of individuals is studied, under the heading of behavioral economics has been incorporated in attempts to design effective persuasive technologies* ».

[179] *Ibid*., p 39.

nous nous concentrons sur la littérature qui englobe les principes d'influence dont les pionniers sont Cialdini et Trost (1998) et plus tard suivis par Cialdini (2001) et Guadagno et Cialdini (2005) »[180]. Les principes d'influence de Cialdini regroupent un nombre important de techniques de persuasion différentes comme celles instituées par Fogg et Kellermann et permettent une meilleure évaluation de leur efficacité[181].

Établir des profils de persuasion repose sur l'hypothèse que la sensibilité à un type de principe est en corrélation avec un certain type de personnalité. Kaptein s'appuie en ce sens sur la littérature scientifique[182] ; mais il s'appuie également sur ses propres recherches sur l'hétérogénéité de la persuasion.

Dès lors, pour chaque utilisateur un profil de persuasion est établi comme sur l'exemple ci-contre[183]. Les six principes d'influence de Cialdini sont ainsi évalués en fonction des réponses des utilisateurs à l'exposition de ces principes. Les interactions sont ensuite personnalisées en fonction du profil de l'utilisateur.



Dans cet exemple de profil, nous pouvons remarquer que l'utilisateur est très sensible au principe de la preuve sociale et ce d'une façon assez certaine (le point représente l'efficacité estimée du principe d'influence associé, quant à la barre elle représente la marge d'estimation potentielle). En revanche, le principe d'autorité semble le moins efficace avec une marge d'incertitude importante à propos du niveau de résistance à ce principe. Ainsi donc dans la personnalisation du système persuasif adaptatif, il y a tout intérêt à proposer à cet utilisateur des messages persuasifs relevants de la preuve sociale. Si nous souhaitons que l'utilisateur puisse créer du contenu dans l'application Tiktok, alors nous pouvons mettre en avant une répétition de vidéos dites « *challenges* », où chaque personne s'amuse à reproduire la même danse, ou la même situation, tout en se filmant. L'utilisateur en faisant défiler son fil d'actualité où beaucoup de personnes sont entrain de reproduire le challenge sera potentiellement plus enclin à son tour à reproduire le challenge et à le poster sur l'application Tiktok. De la même manière, lorsqu'un contenu sponsorisé apparaît dans

---

[180] *Ibid*., p 39.
« *In our attempt to describe adaptive persuasive systems we focus on the litterature regarding influence principles as pioneered by Cialdini and Trost (1998) and later followed up on by Cialdini (2001) and Guadagno and Cialdini (2005)* ».

[181] *Ibid*., p 39.

[182] *Ibid*., p 40.

[183] *Ibid*., p. 42.

le fil d'actualité d'un réseau social, une publicité mettant en avant les recommandations médicales d'acheter un produit aura une portée très peu efficace, voire même suscitera l'effet inverse de celui voulu au départ, l'utilisateur étant alors résistant au principe d'autorité.

Construire un profil de persuasion nécessite la mise en place d'une méthode de récolte des informations sur la personnalité des utilisateurs. Cette récolte d'informations, qui sont nommées aujourd'hui *les datas*, a bouleversé le champ d'intervention des technologies persuasives et pose un défi éthique considérable. Néanmoins Kaptein met en place deux méthodes de récolte de ces données : Le *profiling explicite* et le *profiling implicite*.

3.1. **Le profiling explicite**

Le profiling explicite repose sur les informations que l'utilisateur va lui-même intégrer au système persuasif via notamment le remplissage de questionnaires. Les systèmes persuasifs proposent à l'utilisateur d'évaluer ses croyances, préférences, attitudes et comportements. C'est l'utilisateur qui vient lui-même considérer et rapporter ses propres processus psychologiques en donnant ses informations. Nous remarquons ce type de fonctionnement dans certaines fonctionnalités de Netflix par exemple, via le bouton « J'aime bien ce titre », représenté par un pouce en l'air qui indique une préférence au système persuasif au-delà de la simple information de visionnage. Récemment, Netflix a même introduit un nouveau bouton « J'adore ce titre ! » qui précise encore plus les préférences des utilisateurs et permet à la plateforme de personnaliser de façon plus précise l'offre de séries et films.

Dans ce cas de figure, l'utilisateur est plus ou moins averti de la finalité de la récolte de ces informations. En effet, évaluer un titre sur Netflix implique de se voir proposer davantage de titres similaires dans les suggestions. Kaptein appuie sur l'idée que dans ce type de profiling, l'utilisateur consent à remplir ses informations et est conscient du fait que donner des informations va influencer sa future interaction avec le système persuasif[184].

3.2. **Le profiling implicite**

Le profiling implicite comporte relativement la même visée que le profiling explicite, à ceci près que la façon de récolter les informations de l'utilisateur se fait à son insu. Les informations sont directement recueillies par les systèmes persuasifs grâce à l'utilisa-

[184] *Ibid*., p. 41.

PLUCHART, Sandra. La captologie comme outil d'influence : enjeux psychopathologiques et subjectifs - 2025

tion de l'application par l'utilisateur. Le système opère des mesures suite à l'intervention d'un message véhiculant un des principes d'influence. La réponse effective au message persuasif est ainsi considérée comme une mesure opérative[185] permettant d'adapter les futures interactions entre l'utilisateur et le système persuasif[186]. Les mesures opératives sont ainsi utilisées dans le but d'évaluer la sensibilité des utilisateurs aux différents principes d'influence. Il suffit d'analyser l'interaction du sujet avec le système persuasif pour établir un profil de persuasion et proposer du contenu persuasif plus adapté. L'utilisateur n'est ainsi pas toujours informé de la récolte des données ni de leur utilisation pour proposer du contenu personnalisé et persuasif. Kaptein donne l'exemple d'une application qui a pour but de persuader l'utilisateur à faire des activités sportives. En faisant une comparaison avec d'autres utilisateurs, le principe de la preuve sociale est sollicité. Si l'utilisateur n'augmente pas les exercices physiques, alors on peut conclure que le principe de la preuve sociale n'est pas un principe efficace pour cet utilisateur et le système persuasif est amené à utiliser un autre principe d'influence pour les futures interactions[187]. Aujourd'hui le profilage implicite est utilisé par exemple sur Instagram. Les interactions de l'utilisateur avec le système sont récoltées, comme le glissement de la souris (si on est sur un ordinateur) ou plus majoritairement, le glissement du doigt sur les smartphones, afin d'analyser le temps passé sur une image : « *Comme décrit ci-dessous, nous recueillons des informations depuis et concernant les ordinateurs, les téléphones, les téléviseurs connectés et les autres appareils connectés au web que vous utilisez et qui s'intègrent à nos produits, et nous combinons ces informations sur les différents appareils que vous utilisez* » et « *Activités sur l'appareil : les informations concernant les opérations et les comportements sur l'appareil, par exemple lorsqu'une fenêtre est mise au premier plan ou en arrière plan, ainsi que les mouvements de la souris* »[188].

En comparant ces deux méthodes de profilage, Kaptein constate que le profilage implicite est très efficace grâce à la récolte implicite des données, qui évite les biais de méta-jugement présents dans le profilage explicite. Le profilage implicite comporte cet avantage supplémentaire qui augmente l'utilisation des systèmes persuasifs adaptés : « *Avec le risque de préoccupations éthiques supplémentaires vient cependant également un*

---

[185] *Ibid*.

[186] *Ibid*.

[187] *Ibid*.

[188] Conditions générales d'utilisation d'instagram. politique d'utilisation des données. Disponible sur : https://help.instagram.com/519522125107875?helpref=faq_content, [Consulté le 19.06.2022].

avantage d'une expérience utilisateur non perturbée : pour le profilage implicite, l'utilisateur doit simplement utiliser le système pour qu'il s'adapte à ses besoins personnels »[189]. Le profilage implicite apparaît d'ailleurs comme le type de recueil de données le plus plébiscité par les applications numériques. En effet, il y a une douzaine d'années encore, les utilisateurs de Facebook étaient tout-à-fait enjoués de remplir leur profils en indiquant leurs préférences en terme de films ou même plus simplement le sexe et le genre auquel la personne s'identifie. Sur Tiktok, l'application sociale plus récente, nulle besoin d'informations de ce type. Tout est découvert par l'algorithme grâce à la manière dont l'utilisateur se sert de l'application.

Ainsi, utiliser le système sans questionnaire additionnel rend possible une expérience non perturbée. Le profilage implicite permet une expérience ininterrompue, une expérience continue proposée et encouragée par le système persuasif adaptatif. Nous apercevons ici tout l'enjeu des technologies persuasives présentes dans diverses applications numériques et notamment les applications de réseaux sociaux que sont par exemple Tiktok ou Instagram : faire en sorte que l'expérience utilisateur soit la plus longue possible, mais aussi la plus captivante grâce à la personnalisation poussée des systèmes persuasifs par les principes d'influence : « *Pour une personnalisation optimale, nous avons besoin de méthodes par lesquelles nous pouvons estimer, pour chaque utilisateur individuel, quels principes d'influence seront les plus efficaces* »[190].

---

[189] Kaptein et Al. (2015). « Personalizing persuasive technologies… » *op. cit.* p. 41.
« *However, with the risk of additional ethical concerns also comes a benefit of an undisturbed user experience : for implicit profiling the user merely has to use the system for it to adapt to his or her personal needs* ».

[190] *Ibid.*
« F*or proper personalization we need methods by which we can estimate, for each individual user, which influence principles will be the most effective* ».

CHAPITRE 3. L'ATTENTION : DU COGNITIF AU SUBJECTIF

La captologie s'inscrit comme l'avènement d'une évolution sociétale majeure prenant ses racines dans les innovations et la pensée du XIXe siècle. Depuis son développement dans les années quatre-vingt-dix, cette discipline a connu des avancées qui ont modifié à plusieurs reprises sa définition et son champ d'exercice. Relevant désormais des *technologies persuasives*, la captologie prend davantage appui sur le champ de la technologie rassemblant plusieurs domaines de connaissances : l'informatique et aussi les sciences humaines et sociales. En tant que technologie, la captologie s'est orientée vers l'influence des comportements (actes) et des attitudes (pensées) d'un individu par des procédés de persuasion, couplés à une interaction avec le système informatique spécifique. Elle comporte intrinsèquement des enjeux et des questionnements éthiques majeurs qui s'intensifient à mesure de l'évolution de la performance des systèmes persuasifs.

Les technologies persuasives ne cessent par ailleurs de contribuer à la mutation anthropologique globale que nous connaissons, en véhiculant de façon éminemment rapide l'idéologie du capitalisme contemporain et du discours techno-scientifique ainsi que par ses effets sur l'organisation des sociétés et sur les individus utilisateurs de ces dispositifs techno-scientifiques.

Dans les chapitres précédents, nous avons étudié l'agencement et l'application des technologies persuasives au travers de l'évolution scientifique pour comprendre comment est conçu un système persuasif et comment il s'applique à tenter de modifier les comportements et attitudes des utilisateurs. Nous allons désormais nous concentrer davantage sur la position de l'individu dans son utilisation des systèmes persuasifs, tout d'abord dans une approche cognitive, puis en prenant en compte, grâce au prisme de la psychanalyse, ce qui pourrait relever d'une position subjective.

1. Premières définitions

Selon les différentes éditions du Dictionnaire de l'Académie française, le signifiant *attention* renvoie dans la langue française à plusieurs définitions distinctes depuis le milieu du XVIIIe siècle. On trouve dès 1740 les définitions suivantes : « *Application d'esprit à quelque chose. Avoir attention à ce qu'on fait, à ce qu'on dit. Prêter attention. Prêter une*

PLUCHART, Sandra. La captologie comme outil d'influence : enjeux psychopathologiques et subjectifs - 2025

attention favorable »[191] et « *Attention, signifie aussi, soin officieux, obligeant* »[192] ; de sorte que le sens du mot attention contient deux homonymes encore aujourd'hui employés dans le langage courant : « *Application de l'esprit, des sens, à un objet, à un fait déterminé. Faire un effort d'attention. Prêter attention à ce qu'on fait* »[193] et « *Prévenance obligeante envers autrui ; soin attentif* »[194]. Même si ces deux définitions distinctes apparaissent au cours du XVIIIe siècle, l'attention est une notion pensée et étudiée par la philosophie depuis l'antiquité jusqu'à sa séparation d'avec la psychologie, avec notamment Aristote, Lucrèce, Augustin, ou encore Descartes[195].

Du latin *Attentio* signifiant « *tendre son esprit vers quelque chose* »[196], le premier sens de l'attention est aujourd'hui encore marqué par sa racine latine et les études philosophiques. Cependant, opérer une définition générale de l'attention se fait difficilement sans évoquer le psychologue William James et son ouvrage *The Principles of Psychology,* publié en 1890. L'attention y est alors définie comme : « *la prise de possession par l'esprit, sous une forme claire et vive, d'un objet ou d'une suite de pensées parmi plusieurs qui sont présents simultanément […]. Elle implique le retrait de certains objets afin de traiter plus efficacement les autres et c'est une condition qui a son opposé dans l'état de confusion, d'inhibition et de dispersion mentale qui s'appelle distraction* »[197]. Si la tentative de définition de James pose plus de questions quelle n'offre de réponses, est introduit néanmoins dans ses *Principes de psychologie* un champ de recherche large qui sera saisi et retravaillé en une véritable théorie de l'attention par la philosophie, la psychologie et par la suite les neurosciences. Le parallèle entre le travail de James et le premier sens de l'attention se fait sans difficulté.

---

191 Dictionnaire de l'Académie française. (1740). *Attention* (3e éd.). Institut de France. Disponible sur : https://www.dictionnaire-academie.fr/article/A3A1292 [Consulté le 28.06.25]

192 *Ibid*.

193 Dictionnaire de l'académie française. (2022). *Attention*. (9e ed.). Institut de France. Disponible sur : https://www.dictionnaire-academie.fr/article/A9A3040 [Consulté le 28.06.25]

194 *Ibid*.

195 Thalabard, E. (2012). *L'attention et la conscience*. HAL. Disponible sur : https://shs.hal.science/tel-04004301/ [Consulté le 28.06.25]

196 *ATTENTION : etymologie de ATTENTION*. (s. d.). CNRTL. Disponible sur : https://www.cnrtl.fr/etymologie/attention. [Consulté le 28.06.25]

197 James, W. (1890). *The principles of psychology, Vol. 1.* Henry Holt and Co. https://doi.org/10.1037/10538-000. p. 402-404.

Saint Augustin propose sa propre interprétation de l'attention à la fin du IVe siècle en liant la racine latine *attentio* avec celle d'*attendere* dans ses *Confessions.* Saint Augustin voit dans l'attention un présent qui permet de transformer l'avenir en passé : « *Dans l'esprit, […], il s'accomplit trois actes : L'esprit attend, il est attentif et il se souvient. L'objet de son attente passe par son attention et se change en souvenir* »[198]. L'attention résonne ainsi avec l'attente. On ajoute à l'attention une dimension temporelle là où James définit la spatialité de l'attention et l'on ouvre ainsi la voie au lien entre l'attention et les affects qui accompagnent l'attente de quelque chose jusqu'à son intégration en mémoire et transformation en souvenir. En effet, *Attendere* ne signifie pas uniquement « attendre » au sens de patienter, mais « prêter attention », faire attention à quelque chose, ou même à quelqu'un[199]. Nous voyons aujourd'hui l'héritage de ce rapprochement opéré par le philosophe. Faire attention à quelque chose ou à quelqu'un contient une autre signification que la sélection du stimulus au détriment d'autres stimuli. L'attention admet également une dimension de précaution, de soin, de protection, où l'affect joue un rôle sensiblement important. C'est bien parce que nous sommes capables de tendre notre esprit vers un objet, d'être attentif, que des décisions sont prises en fonction de notre investissement affectif envers tel objet par rapport à tel autre. Faire attention à un nourrisson, ce n'est pas uniquement observer, réfléchir et appréhender celui-ci en discriminant les autres objets de l'environnement. C'est aussi et surtout être capable de le soigner, de le nourrir, de le toucher, de l'élever, de lui parler. Toute cette attention se doit d'être accompagnée d'un affect notamment d'amour pour son bon développement.

Les deux sens de l'attention ne sauraient être si facilement scindés contrairement à ce que la langue nous le laisse penser. D'un côté l'attention serait entendue comme la capacité de contrôler son esprit vers un objet précis (en référence à la définition de James), et de l'autre, l'attention correspondrait à un acte de gentillesse, de sollicitude envers quelqu'un[200]. Il y aurait alors une séparation nette entre l'attention sur le plan cognitif et comportemental et l'attention sur le plan affectif. Nous constatons comment ces définitions distinctes s'avèrent pourtant très facilement enchevêtrées en fonction de la situation dans laquelle nous parlons d'attention. Porter son esprit vers un objet est-il un procédé uniquement cognitif, du côté du contrôle exercé sur un stimulus discriminatif, sans y faire trans-

---

198 Saint Augustin. (IVe Siècle). *Confessions*. Flammarion p. 397-400.

199 *ATTENDRE : Etymologie de ATTENDRE*. (s. d.). Disponible sur : https://www.cnrtl.fr/etymologie/attendre. [Consulté le 28.06.25]

200 Attention. (2022). Larousse. Disponible sur : https://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/attention/6247 [Consulté le 28.06.25]

paraître un peu d'affect ? Qu'est-ce que tendre son esprit vers un objet si nous occultons la valeur affective de l'objet en question ? Peut-on porter notre attention envers un objet sans investissement affectif ? Qu'est-ce qui donne le caractère affectif à l'attention ? L'affect est-il présent dans chaque usage de l'attention ? Finalement, les différents sens du mot attention sont-il véritablement équivalents ?

2. L'attention dans les entrelacs du biologique et du psychologique

Le problème de la définition de l'attention a été régulièrement relancée par la philosophie, notamment dans son lien avec l'intention. Maurice Merleau-Ponty au milieu du XXe siècle dans la *Phénoménologie de la perception* nous apporte un regard singulier dans les quelques pages consacrées à la critique de l'empirisme mais aussi de l'intellectualisme à partir de la notion d'attention. Il en propose une définition qui résonne encore aujourd'hui depuis l'essor de la psychologie expérimentale jusqu'à l'imagerie cérébrale et les modèles cognitifs actuels.

2. 1. **Attention, perception, regard**

Si Merleau-Ponty se concentre sur la perception, son travail n'en reste pas moins un apport à mettre en perspective dans la tentative de définition de l'attention. L'attention y est ici définie par le prisme du visuel et est articulée à l'œil et au regard. La différenciation entre l'œil et le regard permet à Merleau-Ponty de s'inscrire, et d'inscrire du même coup l'attention au carrefour du psychique et du somatique, dans un entrelacs du biologique et du psychologique. La pensée de Merleau-Ponty subvertit alors le sens que l'empirisme donnait jusqu'alors à l'attention.

Tout d'abord, l'auteur annonce que l'empirisme définit l'attention grâce au principe de constance, à savoir une connexion constante et immédiate entre le stimulus et la perception qui en découle. La sensation pour l'empirisme serait de l'ordre du « déjà-là » mais serait inaperçue. L'attention aurait pour effet de révéler des sensations déjà existantes : « *on appellera attention la fonction qui les révèle, comme un projecteur éclaire des objets préexistants dans l'ombre* »[201]. De ce fait, l'attention ne saurait être qu'un « *miracle natu-*

[201] Merleau-Ponty, M. (1945). *Phénoménologie de la perception*. Gallimard. p. 34. Disponible sur : http://classiques.uqac.ca/classiques/merleau_ponty_maurice/phonomenologie_de_la_perception/phonomenologie_de_la_perception.pdf [Consulté le 01.11.2022]

rel »[202], inconditionnée et fondamentalement désintéressée au sens affectif du terme du fait d'une translation sans transformation entre le stimulus externe et la perception. C'est à cette vision de l'attention que Merleau-Ponty s'oppose.

Il relate ensuite le point de vue des psychologues de son époque à propos de l'objet de l'attention. Ceux-ci, dans le sillage de William James, semblent penser l'attention comme la mise en lumière d'un objet, et l'inattention comme ce qui rend l'objet confus[203]. La distraction est alors à l'opposé de l'attention. En confrontant l'attention et l'inattention, les psychologues infèrent que l'attention s'avère être un témoignage de la conscience, ce que rejette Merleau-Ponty. L'inattention, la distraction ou « *l'indéterminé* »[204] apparaît pour lui, tout comme l'attention, un témoignage positif de la conscience, ce qui annule dès lors une spécificité du lien entre attention et conscience par opposition à la distraction. On ne peut ainsi opposer la perception distraite de la perception attentive, l'attention ne révélant que par concentration ce qui est déjà présent dans la perception.

Pour Merleau-Ponty, les objets de notre perception ne sont pas ce qui causent nos perceptions, mais plutôt leur conséquence. Nous pouvons percevoir non pas parce que des objets existent et excitent notre œil au sens physiologique, mais parce qu'une ébauche de la conscience leur pré-existe puis construit l'objet de la perception : « *Si le monde doit être possible, il faut qu'il soit impliqué dans la première ébauche de conscience* »[205].

C'est en étudiant le phénomène de la perception que l'auteur redéfinit l'attention. Il reprend d'abord la dimension discriminante présente dans la définition basale de l'attention indiquant que la mise en lumière d'un objet implique forcément la mise en ombre des autres. En effet, l'œil nous permet dans sa disposition physiologique de mettre au point notre vision sur un objet précis en faisant abstraction par exemple des cils qui entourent l'organe et abstraction de l'entourage de l'objet vu. Nous faisons abstraction de certaines sensations corporelles de notre vision. Cependant, l'attention s'avère être davantage de l'ordre d'une « *création subjective »* que d'une perception selon Merleau-Ponty. L'attention est ce qui vient créer l'objet qui auparavant faisait partie d'un horizon indéterminé. L'attention peut se ainsi définir par la création d'un champ perceptif ou mental où l'on peut faire évoluer les pensées sans que la conscience ne perde les acquis de cette construction créatrice unique appartenant à la subjectivité. En accommodant l'attention avec la création,

---

[202] *Ibid*., p. 34.

[203] *Ibid*., p. 33.

[204] *Ibid*., p. 61.

[205] *Ibid*.

PLUCHART, Sandra. La captologie comme outil d'influence : enjeux psychopathologiques et subjectifs - 2025

Merleau-Ponty lui agglomère une dimension affective fondamentale. Nous verrons ci-après comment la psychanalyse lie l'attention avec sa dimension affective grâce à l'invention lacanienne de l'objet regard.

L'attention requiert ainsi un en-deçà de la vue, qui se trouve davantage du côté de l'intentionnalité du regard plutôt que de l'organe de l'œil. En effet, en 1964 dans *Le visible et l'invisible*, Merleau-Ponty précise la fonction du regard comme une enveloppe des objets du visible. Ce n'est pas l'objet qui attire la vue par l'organe de l'œil, mais c'est davantage le regard qui, par son orientation, permet à l'objet d'être perçu. Ainsi, la dimension psychologique dans le regard côtoie et même s'entrelace avec la fonction physiologique de la vue pour définir l'attention. Gérard Pommier, psychiatre et psychanalyste contemporain appuie d'une certaine façon les propos de Merleau-Ponty en parlant d'une « *redondance des connexions entre le corps psychique et la perception* »[206]. Une perception attentive implique ainsi à la fois une excitation traduite du stimulus externe, mais aussi une ébauche de la conscience pour avoir accès à cette sollicitation venant des organes sensitifs. Une perception exclusivement objective et biologique n'existe pour ainsi dire pas selon Merleau-Ponty. Elle est toujours prise par le filtre des organes corporels investis eux-même de l'ébauche de conscience de notre être en tant que situé subjectivement dans le monde. Pour Merleau-Ponty, l'attention se met en jeu dans la combinaison entre la conscience et ce qu'il nomme « *la vie irréfléchie* »[207]. En découle l'intégration à l'histoire personnelle, ce qui rappelle grandement la définition de Saint Augustin sur l'attention comme au fondement de la création des souvenirs. Ainsi l'attention ne saurait se définir par un système purement physiologique mais relève davantage d'un entrelacs entre le biologique et le psychologique.

Les travaux de Merleau-Ponty côtoient temporellement le behaviorisme radical porté par Buhrrus Frederic Skinner. Quelques années après la *Phénoménologie de la perception*, Skinner propose sa propre définition de l'attention dans son ouvrage *Science et comportement humain*, paru en 1953. Si les deux méthodes de théorisation de l'attention apparaissent tout-à-fait distinctes, il subsiste quelques points communs de réflexion, nous permettant de penser le rapport entre l'attention et l'affect.

---

[206] Pommier, G. (2004). *Comment les neurosciences démontrent la psychanalyse*. Galilée. p. 92.

[207] Merleau-Ponty, M. (1945). *Phénoménologie de la perception*. Gallimard. p. 61. Disponible sur : [Consulté le 01/11/2022]

2. 2. **Le behaviorisme radical : L'attention comme conditionnement**

Le behaviorisme est né des ambitions du psychologue américain John Broadus Watson, considérant la psychologie comme une discipline scientifique, mais surtout objective grâce à l'étude des comportements[208]. Le behaviorisme radical, bien que successeur du behaviorisme classique, s'en différencie en considérant tous les mécanismes des êtres vivants comme des comportements. Si le behaviorisme classique mettait à l'écart les dispositions psychiques internes pour n'étudier que ce qui est observable, Buhrrus Frederic Skinner intègre les émotions et les pensées comme des comportements, ce qui lui permet d'étudier certains processus mentaux comme l'attention. C'est dans l'ouvrage *Science de comportement humain* publié pour la première fois en 1953 qu'il donne sa propre définition de l'attention, et une première théorie sur ce qui la cause.

Pour Skinner, l'attention se définit comme un « *contrôle exercé par un stimulus discriminatif* »[209]. Le sujet reçoit de nombreuses sensations par les organes sensoriels que sont l'œil, l'oreille, la bouche, la peau, etc. Ces sensations sont déclenchées par ce que Skinner appelle des stimuli. Des éléments de l'environnement stimulent les organes sensoriels du sujet et provoquent ainsi des sensations. Pour Skinner, parmi tous ces stimuli provenant de l'environnement, certains vont être sélectionnés par le sujet. Cette sélection d'un ou plusieurs stimuli est contrôlée par le sujet via l'attention. Bien qu'il mette au premier plan la dimension volontaire de l'attention du sujet par le contrôle, Skinner pose qu'il existe certaines exceptions : « *l'observateur porte son attention vers ce stimulus et ainsi le contrôle. Néanmoins nous reconnaissons parfois qu'un objet capte ou retient l'attention de l'observateur* »[210]. Ces deux idées empiriques sont critiquées par Merleau-Ponty comme nous l'avons vu précédemment. D'une part Skinner ne semble pas prendre en compte la dimension affective qui altère l'objectivité du stimulus, mais de plus il prend le parti opposé à Merleau-Ponty quant à son idée qu'un stimulus capte l'attention du sujet quand ce dernier nous indiquait la dimension subjective et créatrice de l'attention. Cependant, les propos de Skinner nous invitent à questionner le fonctionnement de la sélection attentionnelle. Comment le sujet discrimine un stimulus au profit d'un autre ? Qu'est-ce qui vient causer le fonctionnement attentionnel chez un sujet ?

---

[208] Mariné, C. & Escribe, C. (2012). Naissance du behaviorisme : Tout est conditionnement. Dans : Jean-François Marmion éd., *Histoire de la psychologie*. Auxerre : Éditions Sciences Humaines, p. 75-77. https://doi.org/10.3917/sh.marmi.2012.01.0075http://classiques.uqac.ca/classiques/merleau_ponty_maurice/phonomenologie_de_la_perception/phonomenologie_de_la_perception.pdf

[209] Skinner, B.F. (1953). *Science et comportement humain* (trad. fr.). In Press. 1973. p. 122.

[210] *Ibid*., p. 123.

À cette problématique étroitement liée à la définition même de l'attention, là où Merleau-Ponty parlait d'une ébauche de conscience, Skinner propose et développe le concept de *conditionnement opérant* à l'origine de l'attention. Ce type de conditionnement diffère de la vision classique pavlovienne en ceci que Skinner s'appuie sur l'idée que ce sont les conséquences du comportement de l'individu sur l'environnement qui permettent la mise en place du conditionnement. Si le comportement de l'individu n'a aucune conséquence, alors il n'y a pas de conditionnement qui en résulte. Ce sont au fond les conséquences du comportement de celui-ci qui le stimulent (positivement ou négativement) et provoque le conditionnement en après-coup. Si la conséquence du comportement adopté est positive, alors cette conséquence est vue comme une récompense et encourage le sujet à répéter le comportement. On parle ainsi de renforcement opérant.

Skinner ajoute en revanche un élément essentiel pour définir le conditionnement opérant, selon lui à l'origine de l'attention. Pour que le comportement conditionné soit adopté dans la durée et réitéré le plus souvent possible dans la situation adéquate, le comportement ne doit pas être renforcé systématiquement. Le comportement subsiste ainsi de manière beaucoup plus durable : « *Quand nous ne renforçons qu'à l'occasion le bon comportement d'un enfant, ce comportement subsiste beaucoup plus longtemps après cessation des renforcements que si nous l'avions renforcé à chaque fois* »[211]. Renforcer le sujet pour un comportement de manière intermittente se révèle donc beaucoup plus efficace que le renforcement systématique.

Le sujet sélectionnerait donc des stimuli en fonction de la récompense associée. Si porter attention à un stimulus fait apparaître de façon aléatoire une récompense, alors le sujet va davantage porter attention à ce stimulus. À ce titre, nous pouvons rapporter une expérience menée par Skinner (1953) en laboratoire qui démontre les effets de la récompense aléatoire sur le comportement (Skinner box). Un rat est placé dans une boite, puis par un système de pression d'un levier qu'il doit comprendre, de la nourriture est distribuée. Une fois que l'animal saisit le fonctionnement du système, les récompenses, les renforcements sont changés de sorte que la nourriture soit distribuée de façon aléatoire. Une pression est parfois suivie d'une très grande quantité de nourriture, une autre fois très peu, et parfois fois aucune nourriture. Le comportement de l'animal étudié s'en voit alors modifié. Le rat n'ayant que des récompenses aléatoires se met à appuyer sur le mécanisme de plus en plus rapproché, de plus en plus automatique au point de détacher le comportement

[211] *Ibid*., p. 79.

PLUCHART, Sandra. La captologie comme outil d'influence : enjeux psychopathologiques et subjectifs - 2025

effectué de la sensation de faim[212]. L'attention semble se porter ainsi davantage sur le mécanisme du fait de la dimension aléatoire de la récompense. Semble se dessiner ici, par cette expérience un rapport de dépendance à l'attente potentielle d'une récompense, toujours aléatoire, captant ainsi l'attention de l'animal jusqu'à agir de façon automatique. Les travaux de Skinner sur le conditionnement opérant sont si innovants que plusieurs mécanismes de nos jours fonctionnent sur le même mode de récompense aléatoire, comme les machines à sous des casinos, mais aussi les plateformes numériques utilisant les technologies persuasives.

Si le conditionnement opérant est à l'origine de l'attention, celle-ci ne peut alors être vue uniquement par le prisme du contrôle volontaire conscient du sujet sur un stimulus. L'attention peut aussi s'exercer de façon dite automatique sans contrôle volontaire du fait de l'attente d'une potentielle récompense. La récompense intermittente et non systématique du conditionnement opérant pousse le rat en laboratoire, comme l'enfant à éduquer, à opérer le comportement voulu d'une façon plus durable. Le manque de récompense intermittent pousse à être attentif (au sens comportemental). Skinner par son expérience démontre que c'est l'alternance entre le plaisir et le manque qui cause le conditionnement, et donc (du fait de l'appartenance au courant radical du behaviorisme) qui cause l'attention.

Ainsi, le caractère aléatoire de la récompense apparaît comme essentiel pour comprendre l'enjeu du fonctionnement attentionnel. Chez Skinner, la récompense aléatoire provoque des comportements de dépendance via une attention accrue envers l'objet de ces récompenses non prévisibles.

Merleau-Ponty nous dit que l'attention est une création unique de l'objet perçu par le sujet du fait de l'existence d'une ébauche de conscience qui précède la perception et qui est liée à l'intention du regard et non pas la disposition physiologique de l'œil.

Skinner ajoute quelques années plus tard, que l'attention n'est pas uniquement volontaire. Il y voit un automatisme résultant d'un conditionnement opéré par un système de récompenses aléatoires. Quelque chose pousse le sujet à être attentif. Ce système de conditionnement introduit notamment la question de la responsabilité de l'Autre social dans le processus de conditionnement des individus. Nous y reviendrons dans une section ultérieure.

3. L'essor des techniques d'imagerie cérébrale

À partir des années cinquante, le mouvement behaviorisme est peu à peu abandonné au profit d'un nouveau paradigme : *la psychologie cognitive*. L'avancement des nou-

[212] Patino, B. (2017). *La civilisation du poisson rouge*. Grasset. p. 32.

velles technologies relance le débat sur les processus internes responsables de l'attention. C'est pourquoi l'essor de l'imagerie cérébrale apparaît comme une véritable révolution au regard de la recherche en neurologie et en psychologie. Les concepts observés par le comportement sont désormais précisés par l'imagerie et leur définition se complète des nouvelles découvertes, possibles grâce à l'observation du cerveau. L'attention est ainsi étudiée selon ces nouvelles technologies, ce qui renouvelle considérablement sa définition.

3.1. Les années quatre-vingt-dix : une « *révolution scientifique* »[213]

Surtout étudiée sous le prisme des neurosciences et de la psychologie cognitive, il est difficile d'articuler la notion d'attention sans en passer par sa conceptualisation dans le champ de la cognition et ce que révèle l'imagerie cérébrale. En effet les imageries permettent de cartographier des zone cérébrales responsables de certains comportements. Or de nombreuses aires cérébrales semblent impliquées dans l'attention, ce qui en complexifie la compréhension de son fonctionnement sur le plan neurobiologique et cognitif. Michael Posner, psychologue américain d'orientation cognitive, définit dans les années quatre-vingt-dix l'attention comme le résultat d'un réseau de connexions anatomiques complexes, de sorte qu'il est difficile de définir une surface spécifique dans le cerveau qui relèverait exclusivement de l'attention[214]. Le conditionnement établi par Skinner disparaît au profit d'une causalité neurale de l'attention. Un des questionnements qui ont poussé Posner et Peterson à étudier l'attention est de déterminer ce qui vient causer l'état de conscience : « *S'il y a un espoir d'explorer par les états mentaux, ce qui cause le contrôle du système cérébral, cela doit passer par une compréhension de la façon dont le contrôle volontaire est exercé sur des systèmes cérébraux plus automatiques. Nous soutenons que cela peut être abordé en comprenant le système attentionnel humain au niveau des opérations cognitives et de l'activité neuronale* »[215]. Selon les deux chercheurs, dans l'article « *The attention system in the humain brain* », ce qui permet de comprendre la cause de la conscience

---

213 Borst, G. & Cachia, A. (2022). Chapitre IV. Imagerie cérébrale. Dans : Grégoire Borst éd., *Les méthodes en psychologie* (p. 90-121). Paris : PUF.

214 Posner, M. Peterson, S. (1989). « The attention system of the humain brain ». *Annals of neuroscience*. p. 2. Disponible sur : https://apps.dtic.mil/sti/pdfs/ADA206157.pdf [Consulté le 01/11/22]

215 *Ibid*., p. 1.
« *If there is hope of exploring causal control of brain systems by mental states, it must lie through an understanding of how voluntary control is exerted over more automatic brain systems. We argue that this can be approached through understanding the human attentional system at the levels of both cognitive operations and of neuronal activity* ».

se ferait grâce à la compréhension du système attentionnel à la fois du côté des processus cognitifs, mais aussi du côté de l'activité neurale. Nous voyons ici comment l'imagerie cérébrale vient inverser les rapports entre attention et conscience. Là où Merleau-Ponty pensait l'attention comme le résultat consécutif à la conscience, Posner imagine que la conscience est créée par le développement cognitif de l'attention, et notamment l'attention spatiale. Nous verrons quelles sont les implications de ce lien dans la définition de l'attention portée par Posner, mais aussi comment cette définition peut être illustrée dans le cadre des technologies persuasives.

Dès 1989, Posner et Peterson s'attellent à explorer l'attention, plus précisément l'attention spatiale et en isolent trois fonctions principales, encore utilisées de nos jours :

- **Système d'Attention Postérieur (SAP) ou Réseau d'Orientation**

Ce réseau implique plusieurs régions cérébrales comme le cortex pariétal, et certaines aires thalamiques, le noyau pulvinar, et les noyaux réticulaires notamment[216]. Ces différentes aires permettent à l'attention du sujet de se porter à un endroit dans l'espace.Le réseau attentionnel postérieur est ainsi responsable de l'orientation du sujet vers certains stimuli sensoriels[217]. C'est l'individu qui contrôle volontairement son attention vers un espace qui vient stimuler les différents sens. Il peut grâce à ce processus s'orienter vers des endroits qu'il estime pertinents. On parle aujourd'hui d'*attention focalisée*[218]. Nous reconnaissons ici par ailleurs la définition de William James. La recherche visuelle, par exemple, fait partie intégrante du réseau attentionnel postérieur. En effet, si l'attention est portée vers un endroit de l'espace visuel, l'information située à cet endroit est traitée de façon plus efficace. En revanche, les informations venant d'autres localisations dans l'espace sont réduites[219]. C'est ce qu'on nomme aujourd'hui *l'attention sélective des stimuli visuels*[220].

---

[216] Posner, M. Rothbart, M. (1991). « Les mécanismes de l'attention et l'expérience consciente ». *Revue de neuropsychologie*. Vol 2. N°1. p 89. Disponible sur : https://rnp.resodys.org/IMG/pdf/posner.pdf [consulté le 01/11/2022]

[217] *Ibid*., p. 87.

[218] L'attention. (2022). Cognitif research. Disponible sur : https://www.cognifit.com/fr/attention [Consulté le 01.11.2022]

[219] M, Posner. M, Rothbart. (1991). « Les mécanismes de l'attention et l'expérience consciente ». *Revue de neuropsychologie*. Vol 2. N°1. p 89. Disponible sur : https://rnp.resodys.org/IMG/pdf/posner.pdf [consulté le 01.11.2022]

[220] Cognitif research. (s.d.). L'attention. Disponible sur : https://www.cognifit.com/fr/attention [Consulté le 01.11.22]

Dans les technologies persuasives, la sollicitation de l'attention du sujet dans l'espace visuel du smartphone (et plus précisément dans l'espace de l'application au sein du téléphone) est opérée par plusieurs techniques interactives comme par exemple le *scroll*, à savoir la possibilité pour le sujet d'explorer à l'infini un espace virtuel dans lequel des informations nouvelles surgissent à mesure du déplacement de la souris ou du doigt, dans les applications comme Tiktok, Facebook, ou Instagram. Une des conséquences de cette sollicitation du réseau attentionnel postérieur est la discrimination des informations environnantes en dehors de l'espace visuel concentré par l'attention. Ceci fait alors ainsi écho à la formulation de Mauritz Kaptein induisant chez le sujet « *une expérience utilisateur non perturbée* »[221] par les éléments de l'environnement actuel (par opposition à l'environnement virtuel). Le sujet se retrouve à explorer l'espace virtuel de l'application où le réseau attentionnel supérieur est utilisé pour explorer les nouvelles informations perpétuelles à explorer avec le champ visuel.

- **Système d'Attention Antérieur (SAA) ou Réseau d'Exécutif**

Le réseau attentionnel antérieur implique des aires cérébrales différentes du réseau d'orientation comme le gyrus cingulaire antérieur et l'aire motrice supplémentaire situées toutes deux dans le cortex préfrontal. Ces zones sont actives notamment lors de la détection d'évènements.

Ces évènements détectés par le réseau attentionnel antérieur sont essentiellement des évènements de type visuels. Il est actif dans la détection de couleurs, de formes, de mouvements ou encore dans la sémantique des mots[222]. Posner et Peterson s'accordent à dire que c'est la réponse au stimulus qui permet de rendre compte de la détection de l'événement. De nos jours, le réseau exécutif se révèle responsable de plusieurs composantes attentionnelles comme *l'attention sélective*, c'est-à-dire la discrimination de stimuli externes considérés comme non pertinents face à la tâche à accomplir, *l'attention soutenue*, la capacité de se concentrer sur un stimulus, ou encore *l'attention divisée*, à savoir la capacité de l'individu à traiter plusieurs stimuli différents simultanément[223].

---

[221] Kaptein et Al. (2015). « Personalizing persuasive technologies: Explicit and implicit personalization using persuasion profiles ». p. 41.

[222] M, Posner. M, Rothbart. (1991). « Les mécanismes de l'attention et l'expérience consciente ». *Revue de neuropsychologie.* Vol 2. N°1. p. 90. Disponible sur : https://rnp.resodys.org/IMG/pdf/posner.pdf [consulté le 01/11/2022]

[223] Monique, R. (2018). « L'attention : définition et quelques concepts, Les tests d'attention spatiale ». Elsevier. Disponible sur :https://www.elsevier.com/fr-fr/connect/psy/lattention-definition-et-quelques-concepts,-les-tests-dattention-spatiale [consulté le 01/11/2022]

Les techniques classiques de persuasion semblent tirer profit du fonctionnement du réseau d'attention antérieur. L'expérience de la photocopieuse d'Ellen Langer rapportée par Robert Cialdini paraît corroborer la thèse avancée par Posner et Peterson. Selon les auteurs, le rôle fonctionnel de l'attention entre en relation avec les associations de mots. Premièrement, le sujet opère une association sémantique à un mot de façon « *relativement automatique* »[224]. Ils ajoutent ensuite : « *Le fait de porter son attention sur une certaine signification de mot réduit également la capacité à détecter des mots non reliés. En effet, l'attente spécifique d'une catégorie sémantique retarde la vitesse de détection des mots appartenant à d'autres catégories* »[225]. L'association d'un mot avec une de ses significations se fait de façon automatique, ce que nous pouvons entendre comme efficace pour appréhender l'information, mais de plus si l'attention est concentrée sur cette signification, il est plus difficile de déceler les significations d'autres mots. L'expérience de la photocopieuse semble démontrer cette thèse : le signifiant « *parce que* » suffit à laisser passer une personne devant les autres sans véritable justification. Là encore, nous pouvons comprendre ce qui ce joue dans la persuasion : à la fois la sollicitation de l'attention, mais aussi la discrimination de ce qui l'environne.

Dans les technologies persuasives, nous constatons ainsi le même mouvement. Pour activer le réseau attentionnel postérieur et permettre au sujet de se concentrer sur cet espace précis de l'application numérique, il s'agit alors de solliciter le réseau attentionnel antérieur grâce à des cibles visuelles. C'est pourquoi le design de ces applications est essentiel : les cercles roses autour des stories Instagram que le sujet n'a pas encore vues ou encore les trois points qui bougent indiquant que l'interlocuteur écrit un message dans l'application Messenger sont autant de cibles attirant le réseau attentionnel antérieur et permettant ensuite l'activation du réseau attentionnel postérieur du champ visuel du sujet vers l'espace virtuel. Néanmoins, l'activation par des images du réseau attentionnel antérieur suffit-elle pour attirer l'attention de l'individu ?

---

[224] M, Posner. M, Rothbart. (1991). « Les mécanismes de l'attention et l'expérience consciente ». *Revue de neuropsychologie.* Vol 2. N°1. p. 90. Disponible sur : https://rnp.resodys.org/IMG/pdf/posner.pdf [Consulté le 01.11.2022]

[225] *Ibid*., p. 90.

- **Système d'Activation Réticulaire Ascendant (SARA) ou Réseau d'Alerte réseau de vigilance**

Le réseau d'alerte ou de vigilance est un processus attentionnel impliquant encore d'autres aires cérébrales, ce qui démontre bien combien l'attention est le résultat d'un réseau anatomique de connexions diverses et complexes. Le système de vigilance implique les voies corticales noradrénergétiques, issues du l*ocus coeruleus*[226]. Ce système est actif lorsque les individus maintiennent un état d'alerte avant une tâche nécessitant une réaction. Cet état d'attente n'est pas sans rappeler la définition de l'attention que donnait Saint Augustin. L'état de vigilance est une attente de l'apparition d'un certain stimulus particulier parmi d'autres. Pour recevoir une information, il s'agirait de s'y attendre et c'est ce mouvement-là que permet le réseau attentionnel de vigilance.

L'état de vigilance est dès lors pour les auteurs une sorte de mise en suspend de l'activité pour opérer cette attente de signal. Pour ce faire, l'individu vient là encore discriminer des stimuli externes qui ne concernent pas la tâche et les signaux attendus : « *Subjectivement on se sent la tête vide et on essaie d'éviter toute pensée inopinée qui pourrait nous détourner de la détection du signal* »[227].

Aujourd'hui, la fonction de ce réseau a été précisée. Il est notamment responsable de l'*attention soutenue*, c'est-à-dire la capacité du sujet à prêter attention à un stimulus dans un temps relativement long ; et régule également l'arousal, à savoir le niveau d'alerte, le niveau d'activité attentionnelle de l'endormissement à l'énergie[228].

Le réseau de vigilance comporte plusieurs effets. La vigilance permet au système attentionnel une reconnaissance plus rapide de signaux. De plus, le système de vigilance augmente la probabilité d'une détection du stimulus pertinent. À la fois, on augmente l'efficacité de la reconnaissance du stimulus voulu par la personne, mais cette reconnaissance se fait aussi plus rapidement.

Finalement le système de vigilance, c'est mettre l'attention en attente, ou en tension dans le but d'augmenter les chances de la détection d'un stimulus pertinent pour l'individu et ce de façon plus rapide. En revanche, l'activité de penser semble, selon les auteurs, discriminée pour laisser place à cette efficacité. L'attention se concentre sur l'alerte et ainsi

---

[226] *Ibid*., p. 92.

[227] *Ibid*., p. 93.

[228]Attention. (2022). Cognifit. Disponible sur : https://www.cognifit.com/fr/attention. [Consulté le 01.11.2022]

inhibe l'association libre des pensées qui ferait perdre l'état de vigilance et les bénéfices associés.

Dans les technologies persuasives, nous pouvons facilement observer l'activation de l'état de vigilance. En effet de nombreuses tâches dans les applications numériques requièrent l'état d'alerte pour réagir, et parfois réagir rapidement du fait de la rapidité du défilement des sollicitations. La dimension interactive forte prônée par les technologies persuasives induit l'activation du réseau de vigilance. Les likes, les commentaires, les partages, les following, la succession d'images etc. sont autant de boutons à réactions qui sollicitent notre système de vigilance du fait de leur valeur interactive, émotionnelle et réactionnelle. Ces *évènements dits pertinents* sont ensuite détectés grâce à l'activation du système attentionnel antérieur et enfin, le réseau attentionnel postérieur prend le relais pour explorer visuellement l'évènement en question. L'impossible arrêt sur image met en jeu le système de vigilance au détriment de l'élaboration d'une pensée construite et associative.

D'une façon générale, les différents systèmes d'attention sélectionnent les stimuli que le sujet traite par l'état d'alerte, la capacité de détection et la possibilité de focalisation sur l'objet pertinent. Cependant, dès lors que l'attention se porte sur un stimulus particulier grâce à la combinaison des trois systèmes d'attention, ce processus s'opère grâce à la discrimination d'autres stimuli. En somme, l'on peut parler d'un reste qui lui, n'est pas investi par le système attentionnel. Nous ne pouvons pas investir un objet sans en désinvestir un autre. Dans l'attention il y a toujours une perte, un point aveugle que l'on ne peut pas appréhender. Si nous sommes attentifs à quelque chose, c'est bien parce que nous ne sommes pas attentifs à autre chose. C'est dans ce sens que Posner tente de répondre à sa problématique de départ sur la cause de la conscience : « *L'attention sélectionne le contenu de notre conscience* »[229].

Nous verrons par ailleurs comment cette question de la cause de la conscience s'avère directement en lien avec notre travail sur les incidences psychopathologiques et subjectives de l'exposition du sujet à des applications numériques utilisant les technologies persuasives.

Après avoir relaté la définition de l'attention faite à partir de l'imagerie cérébrale, nous constatons que la définition de l'attention entraîne plusieurs thèses différentes. Dans les années quatre-vingt-dix, grâce à l'essor des techniques d'imagerie cérébrale, on assiste à un retour de l'hypothèse empirique selon laquelle l'attention serait en lien avec la notion de conscience au point de sélectionner ce qui est conscient. Le processus cognitif de sélec-

[229] Posner, M. Rothbart, M. (1991). « Les mécanismes de l'attention et l'expérience consciente ». *Revue de neuropsychologie*. Vol 2. N°1. p. 94. Disponible sur : https://rnp.resodys.org/IMG/pdf/posner.pdf [Consulté le 01.11.2022]

tion volontairement conscient est à nouveau au cœur de la définition de l'attention, au détriment des apports de Merleau-Ponty et de B. F. Skinner. En ressort une théorie exclusivement neurobiologique de l'attention la séparant du versant psychologique mais surtout d'une implication subjective dans le processus et le développement même de l'attention.

Cette rupture concernant l'attention dans les années quatre-vingt-dix nous invite ainsi à nous questionner sur l'utilisation de l'imagerie cérébrale de nos jours. La pensée de Saint Augustin, la phénoménologie de Merleau-Ponty et les expériences de Skinner sont-elles fondamentalement dépassées et mises au second plan au profit d'une attention exclusivement neuronale ? Qu'observe-t-on aujourd'hui dans les recherches actuelles portant sur la notion d'attention ?

3.2. **Actualité des systèmes attentionnels et carte de saillance**

Si Posner nous apporte des éléments de connaissance sur l'attention spatiale grâce à son modèle généraliste, reste entière la question de ce qui vient mettre en marche, ce qui vient causer le système attentionnel envers tel objet plutôt qu'un autre. Qu'est-ce qui définit la « *pertinence* » pour reprendre le terme de Posner, d'un stimulus par rapport à un autre ? Cette interrogation contenait un indice de réponse dans le développement d'un lien entre l'attention et la subjectivité travaillé chez Merleau-Ponty et ébauché chez Skinner par sa théorie du conditionnement opérant.

Jean-Philippe Lachaux, chercheur en sciences cognitives à l'INSERM réactualise ces différentes questions au cours de ses travaux sur l'attention. Dans son article « *Économie cérébrale de l'attention* »[230], il relève la difficulté qu'ont les neurosciences à expliquer la cause de l'investissement attentionnel d'un objet par rapport à un autre en en interrogeant la dimension fondamentalement subjective : « *Lorsque « vous » faites attention à ceci plutôt qu'à cela, quel est donc ce « vous » érigé en sujet de vos choix attentionnels ? »*[231]. En posant cette problématique, un élément de réponse est déjà proposé. Porter son attention vers un objet au détriment d'un autre semble relever du choix singulier d'un sujet avant la dimension stimulante de l'objet en question. L'attention est révélatrice d'un *choix subjectif*, qu'il soit automatique ou réfléchi. Ce choix est hautement lié, pour Lachaux à partir de 2017, à une dimension affective : « *Chaque mouvement de notre attention est donc un choix qui révèle, plus que tout autre aspect de notre comportement,*

---

[230] Lachaux, J.P. (2014). Chapitre 5. L'économie cérébrale de l'attention. Dans : Yves Citton éd., *L'économie de l'attention: Nouvel horizon du capitalisme ?*. Paris: La Découverte. https://doi.org/10.3917/dec.citto.2014.01.0109"

[231] *Ibid*., p. 110.

ce qui compte pour nous »[232]. En effet, les trois systèmes que décrit Lachaux peuvent tout-à-fait être régis, chacun à leur manière par ce qui compte, ce à quoi l'on s'intéresse.

Lachaux décrit dans son article le premier système de l'orientation de l'attention vers les objets dits saillants : « *Le premier de ces systèmes oriente l'attention vers ce qui est saillant : la sirène d'un camion de pompier, la veste jaune d'un cycliste, le bruit d'une porte qui claque, la porte ouverte d'un bureau* ».[233] Où l'on saisit ici le caractère exogène de l'attention qui serait attirée de façon automatique vers des objets dits saillants qui captent de l'extérieur notre attention de part l'importance du stimulus. Néanmoins, Lachaux met ici au même plan la saillance d'une sirène de pompier et la saillance d'une porte de bureau entrouverte. Un objet dit saillant pourrait-il alors être choisi par le sujet d'une façon relativement indépendante de la force exogène du stimulus ? Qu'est-ce qui donne la force exogène à un stimulus ? Lachaux admet une dimension affective à ses stimuli, tout comme Merleau-Ponty pose une ébauche de conscience créatrice des objets de notre attention. Skinner parle du conditionnement opérant, par le système de récompense aléatoire venant faire porter l'attention du sujet d'une façon plus durable vers un objet. Pourrait-il y avoir quelque chose qui vient pousser le sujet à estimer un stimulus exogène saillant ? La saillance d'un objet écarte-t-elle le choix subjectif ?

En outre, là où Lachaux considère le phénomène de distraction comme un « *problème d'alignement des priorités entre différents réseau neuronaux* »[234], nous pouvons nous interroger sur le caractère affectif venant distraire et orienter l'attention du sujet sans que celui-ci ne puisse la contrôler. La distraction peut-elle ainsi faire intervenir à la fois un problème de priorité des réseaux neuronaux mais également une mise en avant de l'intérêt face à la tache attentionnelle ? En effet, Skinner évoquait déjà ce lien : « *Être intéressé n'est qu'une autre façon d'exprimer les conséquences d'un renforcement opérant* »[235].

Pour Lachaux, le deuxième système est directement lié à l'affect : « *Un deuxième système vient ensuite attirer ou détourner notre attention en fonction de la force émotionnelle de ce qui nous entoure, ou de ce que nous avons dans la tête* »[236]. Nous avons ici une

---

[232] Lachaux, J.P. (2017). Pour une maîtrise de l'attention. Dans : Jean-François Marmion éd., *La psychologie aujourd'hui*. Auxerre, France: Éditions Sciences Humaines. p. 61. https://doi.org/10.3917/sh.marmi.2017.01.0061"

[233] *Ibid*., p. 62.

[234] Lachaux, J.P. (2014). Chapitre 5. L'économie… *op.cit.* p. 110.

[235] Skinner, B.F. (1953). Science … *op. cit.* p. 123.

[236] Lachaux, J. P. (2017). Pour une maîtrise … *op. cit.* p. 63.

précision intéressante par rapport aux propos de Merleau-Ponty qui n'opérait pas de différence entre la distraction et l'attention : « *La perception distraite ne contient rien de plus et même rien d'autre que la perception attentive* »[237]. Cette idée est admise par Lachaux qui perçoit d'une part l'affect dans l'attention mais qui reconnaît également la distraction comme faisant partie du système attentionnel de récompense : « *Mais le véritable moteur à l'origine de la distraction, il faut le chercher dans d'autres régions du cerveau. Tout ce qui nous a procuré du plaisir dans le passé a été soigneusement enregistré par notre circuit de récompense, tapi au fond du cerveau, qui nous incitera à y porter attention dès que l'occasion se présentera, même si cet objet du désir n'est encore qu'une vague évocation mentale* »[238]. Skinner parlait de l'attention comme le résultat d'un conditionnement, ne s'intéressant pas aux mouvements internes ni aux processus cognitifs propre à l'attention. Jean-Philippe Lachaux ici complète d'une certaine façon les observations de Skinner, sans les contrarier en ajoutant une internalité à la création du conditionnement, notamment avec les souvenirs, et par conséquent, l'expérience subjective. Nous comprenons ainsi que le fonctionnement attentionnel est fondamentalement liée à l'histoire du sujet.

Enfin, Lachaux détermine un dernier système attentionnel, proche de la définition de l'attention relatée par James et Posner, décrivant ce système comme une attention exercée de façon volontaire vers les stimuli estimés importants, pertinents, par le sujet. C'est le système exécutif qui vient sélectionner les contenus que le sujet va traiter, et les contenus que le sujet ne traitera pas. Là encore subsiste des difficultés à séparer la dimension subjective de ce système comme nous l'avons déjà évoqué précédemment.

L'attention est donc un phénomène cognitif large que l'on ne peut traiter avec exhaustivité. Nous faisons le choix de conclure notre présentation par une particularité d'un des systèmes attentionnels décrit par Lachaux : le système dits des *« habitudes »*. Ce dernier est composé pour Lachaux d'une « *carte de saillance »* qui nous permet de déterminer quel stimulus externe paraît pertinent dans notre environnement. La notion de « carte de saillance » a été introduite par Wolfe en 1994[239] avec l'idée que les éléments du champ perceptif les plus saillants déterminent l'orientation de l'attention[240]. La saillance d'un objet, selon cette conception s'évalue à partir de sa distinction visuelle par rapport aux autres

---

[237] Merleau-Ponty, M. (1945). *Phénoménologie… op.cit.* p. 57.

[238] Lachaux, J. (2017). Pour une maîtrise… *op. cit.* p. 63.

[239]Wolfe, J. M. (1994). Guided Search 2.0: A revised model of visual search. *Psychonomic Bulletin & Review*, 1(2). p. 202–238.

[240] Léger, L. (2016). Chapitre 3. L'orientation de l'attention. L'attention (p. 53-73). Dunod. https://shs-cairn-info.ezproxy.u-paris.fr/l-attention--9782100729968-page-53?lang=fr.

objets de la perception. Puis le système exécutif entre en jeu pour inhiber le stimulus saillant si celui-ci ne correspond pas à la cible voulue par le sujet. Pour Lachaux, la carte de saillance se constitue à partir de neurones situés dans le lobe pariétal qui examinent de façon automatique les objets et en déduit une carte des éléments importants pour le sujet. Cette carte est constituée hiérarchiquement en fonction des intérêts de la personne et peuvent changer au cours du temps[241]. Ceci laisse à penser qu'il y a quelque chose, selon les neurosciences, qui pousse le sujet à choisir de façon automatique les éléments pertinents de la perception.

Lachaux ajoute que les neurones responsables de cette carte de saillance sont dans le cerveau à proximité immédiate de neurones capables de faire bouger les yeux, ou plutôt « *de proposer des déplacements du regard* »[242]. C'est bien ici le regard (en tant que séparé de sa dimension organique de l'œil) qui s'oriente vers ce que le sujet estime saillant, vers ce qui fait saillance pour le sujet. L'orientation de l'attention, comme l'indiquait Merleau-Ponty vient s'inscrire dans un mouvement profondément subjectif. Le regard ne se dirige donc pas uniquement en fonction du caractère exogène du stimulus, mais bien plutôt en fonction de l'intérêt propre du sujet, de ce qui compte pour lui, de ce qui fait figure de préférence subjective. Comment le sujet construit-il sa carte de saillance ? Comment les choix sont-ils opérés ? Ces choix automatiques sont-il des choix conscients ? Ces questions sont aujourd'hui encore sans réponses pour la psychologie cognitive selon Lachaux.

La transversalité de l'attention rend ce concept éminemment complexe et aurait le mérite d'être traité à lui seul dans un travail de thèse. Notre sujet étant l'étude des technologies persuasives et leurs implications psychopathologiques et subjectives, nous ne pouvons faire preuve d'exhaustivité concernant le dépliage de l'attention. Néanmoins, nous avons tenu à relever plusieurs tentatives de conceptualisation de cette notion qui nous aide à penser les éventuels effets des technologies persuasives chez l'individu contemporain. Du point de vue de la psychologie classique avec James, l'attention se révélait être une mise en lumière d'un objet au détriment des autres, grâce à un processus de sélection et l'attention se voyait ainsi opposée à la distraction.

La pensée merleau-pontienne va s'inscrire en contre-pied de James, en proposant l'attention comme au carrefour du biologique et du psychologique. Est balayée ainsi la vision empirique pour introduire la dimension créatrice de l'attention nécessairement accompagnée d'une ébauche de conscience préalable à son établissement. Merleau-Ponty annule ainsi l'opposition existante entre l'attention et la distraction pour confondre ces

---

241 Lachaux, J. (2014). Chapitre 5. L'économie ... *op. cit.*

242 *Ibid.,* p. 113.

PLUCHART, Sandra. La captologie comme outil d'influence : enjeux psychopathologiques et subjectifs - 2025

deux notions. L'attention ne peut ainsi plus se situer comme un témoignage de la conscience par opposition à la distraction.

Skinner, contemporain de Merleau-Ponty aborde l'attention par un autre angle qui n'est pas sans compléter la pensée du philosophe. Il déclare que le conditionnement opérant se situe à l'origine de l'attention. Il introduit alors d'une part l'alternance d'un mécanisme plaisir-manque, mais de plus, il rend nécessaire l'intervention de l'autre en tant qu'extérieur du sujet (environnement notamment) pour la mise en place de l'attention. Dans quelle mesure l'ébauche de la conscience pensée par Merleau-Ponty n'est-elle pas le fait d'un Autre venant agir sur le sujet et mettre ainsi en place le fonctionnement attentionnel ?

À partir des années quatre-vingt-dix, l'attention est à nouveau considérée à l'origine de l'état de conscience et est ainsi observée sur le plan neural. Il faut néanmoins attendre, du côté des neurosciences, l'amélioration des techniques d'imagerie cérébrale pour découvrir notamment la carte de saillance, responsable des préférences attentionnelles. Même si les neurosciences, la psychologie cognitive et l'imagerie cérébrale apportent des précisions sur le fonctionnement attentionnel, reste entier le problème de ce qui fait choix dans les préférences, dans la sélection attentionnelle, dans les habitudes, l'orientation de l'attention etc. En bref, comment se construit cette carte de saillance ?

Les neurosciences s'accordent aujourd'hui à admettre que les choix attentionnels sont bien différents des choix dits conscients[243]. Certains processus relèvent d'un automatisme dont nous avons peine à l'heure actuelle à en visualiser l'origine malgré les améliorations des techniques d'observation et d'évaluation des processus cognitifs. L'attention étant aujourd'hui découpée à mesure du repérage des aires cérébrales responsables de tel ou tel mécanisme, il nous semble difficile de remettre en question le *choix subjectif* ainsi que que la reconnaissance de sa réalité.

Qu'est-ce qui nous pousse à orienter le regard vers tel objet plutôt qu'un autre ? Quel rôle, l'inconscient de la psychanalyse peut-il jouer dans la constitution de ce qui fait saillance au regard ? En effet, les neurosciences rejoignent la psychanalyse en posant la réflexion suivante ; dès lors que l'on s'interroge sur la cause de ce qui nous fait agir notamment dans l'attention, nous ne pouvons pas passer outre la division subjective, et les neurosciences nous le font bien remarquer : « *Comprendre plus précisément « ce qui » est attentif en moi lorsque « je » suis attentif (ou distrait) conduit en réalité à devoir diviser en trois cet individu qu'on imagine régi par un moi unifié.* »[244] La psychanalyse semble opé-

[243] *Ibid*. p. 112.

[244] *Ibid*.

PLUCHART, Sandra. La captologie comme outil d'influence : enjeux psychopathologiques et subjectifs - 2025

rer un pas supplémentaire quant aux questionnements de la psychologie cognitive, grâce au concept d'*investissement psychique*. Pour Gérard Pommier, c'est l'investissement psychique qui trace des lignes de partage entre les préférences du sujet qui seront ensuite l'objet ou non de son attention. La psychanalyse considère ainsi que cet investissement psychique est préalable non seulement à l'attention via la construction de ce que la psychologie cognitive appelle la carte de saillance, mais de plus, cet investissement psychique serait lui-même précédent à la conscience[245]. Dans quelle mesure la sensation fait-elle l'objet d'un investissement psychique pour accéder à la conscience et par la suite à l'objet de l'attention ? Comment se construit l'investissement psychique à l'origine de l'attention ? Qu'est ce qui pousse le sujet à être attentif ? Les apports de la psychanalyse doivent nous permettre de franchir ce pas théorique en abordant donc la dimension inconsciente et la dimension pulsionnelle qui semblent au cœur de l'orientation du regard dans l'attention visuelle comme à l'origine du lien entre attention et affect.

4. L'attention dans une approche psychanalytique : De la pulsion scopique à l'objet regard

En 1964, dans le texte « L'anamorphose » du *Séminaire XI, Les quatre concepts fondamentaux de la psychanalyse*, Lacan aborde brièvement la notion d'attention en lien avec la conscience : « *La dynamique qui s'attache à la conscience comme telle, l'attention que le sujet apporte à son propre texte, reste jusqu'ici comme Freud l'a souligné, en dehors de la théorie et à proprement parler, non encore articulée* »[246]. Il semble poser dans cette leçon au fond une question similaire à Lachaux qui se demande comment le choix du sujet se construit pour porter attention à un objet plutôt qu'un autre. Pour tenter de faire le tour de cette problématique, nous nous intéresserons d'abord aux apports de Freud sur le système perception-conscience, puis nous verrons comment la théorie lacanienne complète celle de Freud et la rend plus éclairante dans la compréhension et les étapes logiques (par opposition à chronologiques) du développement psychique.

---

[245] Pommier, G. (2004). *Comment les ... op. cit.* p. 97.

[246] Lacan, J. (1964). *Le Séminaire, Livre XI, Les quatre concepts fondamentaux de la psychanalyse.* Seuil. 1973. p. 96.

4.1. **Le système perception-conscience : une préhistoire psychanalytique du sujet**

Freud dès son texte « *Esquisse d'une psychologie scientifique* » de 1895 s'intéresse à la notion de conscience d'un point de vue neurologique. Il décrit la fonction du conscient de la manière suivante : « *L'état conscient nous fournit ce que nous appelons des qualités - des sensations, très variées, de 'différences' et ces dernières dépendent des relations avec l'extérieur* »[247]. Le conscient produit des ressentis qui se construisent en rapport avec la relation de l'individu au monde extérieur. Cependant, Freud se demande comment naissent ces qualités et à quel endroit du système neural apparaissent-elles[248]. Pour lui, la conscience ne peut se situer à l'extérieur du système neural : « *d'après les données scientifiques, auxquelles la psychologie doit, elle aussi, se soumettre, il ne s'y trouve que des masses mouvantes, rien d'autre* »[249]. Cette position permet à Freud de conceptualiser un système de conscience qui se veut endogène, c'est-à-dire non directement en lien avec l'extérieur de l'organisme humain. Il isole d'emblée ici la notion de perception de la notion de conscience. Percevoir de façon consciente un objet extérieur exige un travail psychique, qui se met en marche grâce à une construction primaire spécifique qu'il développe tout au long du texte.

Freud s'attelle dans ce texte à décrire précisément la construction de ce système perception-conscience grâce à des concepts qui seront ensuite retravaillés pour dresser le socle de la psychanalyse. En premier lieu, chaque être humain pour Freud naît dans un état de détresse fondamentale qu'il nomme l'*Hilflosigkeit*. En effet, le petit humain nouveau-né n'a pas les capacités pour maintenir son existence de façon autonome. « *Un bébé, ça n'existe pas* »[250] est une autre façon, pour Winnicott notamment, de décrire la notion freudienne d'Hilflosigkeit. Un nouveau-né se trouve dans un état de dépendance extrême à un autre humain plus âgé et expérimenté qui puisse être garant de son continuum d'existence. C'est cet autre qui peut provoquer les actions spécifiques au maintien de la vie du petit d'Homme comme par exemple le nourrissage : « *Cette action spécifique qui ne peut être réalisée qu'avec une aide extérieure et au moment où l'attention d'une personne bien au courant se porte sur l'état de l'enfant. Ce dernier l'a alertée du fait d'une décharge se*

---

[247] Freud, S. (1895). « Esquisse d'une psychologie scientifique ». *La naissance de la psychanalyse*. PUF. p. 328.

[248] *Ibid*.

[249] *Ibid*.

[250] Winnicott, D. W. (1958). « L'angoisse associée à l'insécurité (1952) ». Dans *De la pédiatrie à la psychanalyse.* p. 200.

produisant sur la voie des changements internes »[251]. L'action spécifique est, à ce stade de la théorisation freudienne, ce qui permet de rééquilibrer le principe d'inertie, à savoir abaisser la tension subie par les neurones endogènes, ceux dont la fuite ne permet pas la cessation de la stimulation. L'intervention de l'autre par cette action spécifique donne ainsi la possibilité au petit d'Homme d'accomplir le reste du travail interne en vue de la cessation de la stimulation endogène désagréable. Ce chemin relationnel entre l'autre et le petit d'Homme permet l'émergence d'une satisfaction qui apparaît comme fondamentale dans la suite du développement psychique et dans l'émergence du conscient : « *Quand la personne secourable a exécuté pour l'être impuissant l'action spécifique nécessaire, celui-ci se trouve alors en mesure, grâce à ses possibilités réflexes, de réaliser immédiatement, à l'intérieur de son corps, ce qu'exige la suppression de stimulus endogène. L'ensemble de ce processus constitue un 'fait de satisfaction' qui a, dans le développement fonctionnel de l'individu, les conséquences le plus importantes* »[252]. Nous voyons comment dès les premières ébauches de théorisation de la construction du psychisme, l'autre, que Freud nommera le Nebenmensch (le semblable), occupe une place prépondérante dont il ne faut pas négliger les incidences dans le fonctionnement ultérieur du sujet. Freud précise les effets de cette première relation entre le petit en détresse et l'autre expérimenté sur la construction du psychisme et notamment le système perception-conscience :

« 1- *Une décharge durable s'effectue, ce qui entraîne la suppression de la tension ayant suscité en W du déplaisir*

2- L'investissement correspondant à la perception d'un objet se produit dans un ou plusieurs neurones du pallium[253]

3- D'autres point du pallium reçoivent l'annonce de la décharge provoquée par le déclenchement du mouvement réflexe qui a suivi l'action spécifique. Un frayage s'établit entre ces investissements et les neurones nucléaires »[254].

Ces trois conséquences nous dressent un tracé que Freud suivra le long de ses futures théorisations. La première conséquence semble être la pensée préalable à la théorisation des pulsions. L'autre, par l'accomplissement de l'action spécifique, induit le bouclage qui permet au petit d'Homme de retrouver l'état d'inertie par la décharge de la tension.

---

[251] Freud, S. (1895). « Esquisse … » *op. cit.* p. 336.

[252] *Ibid*., p. 337.

[253] Le pallium est à entendre comme un groupe de neurones endogènes qui sont en contact avec les neurones périphériques.

[254] Freud, S. (1895). « Esquisse… » *op.cit.* p. 337.

Nous y reviendrons quand nous aborderons la dimension pulsionnelle. La deuxième conséquence indique que le vécu de satisfaction induit par l'autre entraîne la création d'un lien de corrélation entre l'investissement d'un neurone et la perception d'un objet, sans qu'il en précise pourtant le détail. Enfin, Freud propose l'idée que suite à l'action spécifique qui produit un investissement d'un ou plusieurs neurones, se crée un frayage, c'est-à-dire un passage entre les connections des neurones grâce à la répétition. Ce passage ainsi créé sera ainsi plus facilement emprunté par l'individu au cours de sa vie ultérieure : « *une quantité passe plus aisément d'un certain neurone à un neurone chargé qu'à un neurone non chargé* »[255]. L'investissement de ces neurones (et ainsi donc leur stimulation) est produit par un autre. Il y a quelque chose dans la relation entre le petit d'Homme et l'autre qui vient créer des chemins d'investissement selon une logique propre à la relation et qui va non seulement perdurer pour l'individu en construction mais qui sera même un chemin privilégié d'investissement ultérieur.

Comme son nom l'indique, le texte est une esquisse d'une théorisation psychologique sur le fonctionnement du psychisme humain. Si pour l'heure, Freud reste inscrit dans un référentiel neurologique, nous verrons comment il s'éloignera peu à peu de sa discipline première pour construire une pensée psychanalytique, c'est-à-dire centrée sur l'hypothèse de l'inconscient. Ainsi nous pouvons d'ores et déjà affirmer que pour Freud, l'autre opère un rôle constitutif dans la mise en place du système perception-conscience et plus généralement du psychisme et donc de la fonction de l'attention. Pour autant nous ne pouvons résumer la place de l'autre comme étant celle de satisfaire seulement les besoins physiologiques du nourrisson. En effet, le syndrome de l'hospitalisme décrit par Spitz montre bien qu'il ne suffit pas de combler le besoin physiologique de l'enfant pour que celui-ci acquiert un développement psychique normal. Comment l'autre intervient-il ainsi, au-delà de l'action spécifique décrite par Freud pour participer à la constitution du psychisme et quelles sont les conséquences de cette intervention dans la construction du sujet en devenir ?

4.2. **L'action spécifique de l'autre dans le système perception-conscience et l'introduction de l'inconscient**

Si nous avons vu que dans le texte « l'esquisse » que Freud s'exerce à penser une première théorie de la construction de l'appareil psychique, il subsiste certaines zones d'ombre qu'il éclaircit notamment dans une lettre à Fliess écrite en 1896. Nous suivrons ci-après la pensée de Freud dans cette lettre afin d'apporter des éléments essentiels dans la

---

[255] *Ibid.*

compréhension de ce qui fait saillance à l'attention d'un sujet. Nous avons vu que le rapport à l'autre est indispensable dans la construction du système perception-conscience mais c'est grâce à l'introduction de l'inconscient que le rôle de l'autre se précise d'une part, mais aussi que le lien de corrélation entre la perception d'un objet et l'investissement d'un neurone trouve une explication plus assurée.

Dans la lettre 52 à Fliess, Freud élabore un schéma explicatif du système perception-conscience où l'autre et l'inconscient sont opérants dans le chemin du stimulus perceptif jusqu'à la conscience. Pour ce faire, il pose une exclusion de la mémoire et de la conscience, faisant suite à l'isolation entre perception et conscience dans le texte précédent : « *Le conscient et la mémoire s'excluent mutuellement* »[256]. Pour qu'il y est mémoire, il convient d'effacer la conscience de la perception car si l'objet est consciemment perçu, il ne peut s'inscrire comme souvenir que lorsqu'il n'est plus vu par le sujet. Dès lors, les neurones qui reçoivent la perception ne gardent pas trace de ce qui a été perçu. Comment passe-t-on donc de la perception à la mémoire ? Freud propose le passage du stimulus dans le neurone perceptif vers le neurone psychique comme une transcription. Le neurone qui perçoit le stimulus opère une première transcription du stimulus perceptif en signe de la perception, un enregistrement de la perception dont le sujet n'a pas conscience : « '*Signes de la perception' est la première inscription des perceptions, tout-à-fait incapables de conscience, assemblés selon une association par simultanéité* »[257]. Vient ensuite selon Freud une deuxième transcription du signe de la perception vers l'inconscient mais qui se fait de façon spécifique pour chaque sujet : « *L'inconscient est une seconde transcription […] suivant peut-être des rapports de causalité* »[258]. Cette transcription est supposée par Freud comme des souvenirs de concepts, ce qui donne consistance à la question d'une trace suivant une certaine logique non anatomique et propre au sujet. Il s'éloigne ici du trajet purement neural. Freud n'ira cependant pas plus loin mais pointe quand même déjà une certaine logique spécifique présente entre la perception d'un stimulus et la conscience qui rappelle la prime relation entre le sujet et l'autre évoquée dans « *L'esquisse* ». Lacan perçoit ce lien car il précise que l'inconscient transcrit tel un diaphragme dès lors introduit ce lieu comme la place de l'Autre, constitutive du sujet[259].

---

256 S. Freud (1896). *Lettres à Wilhelm Fliess 1887-1904*, lettre n° 52, trad. F. Kahn et F. Robert, Paris, PUF, 2006, p. 267.

257 *Ibid*.

258 *Ibid*.

259 Lacan, J. (1964). *Le Séminaire, Livre XI Les quatre concepts fondamentaux de la psychanalyse*. Seuil, 1973.

Suite aux rapports de causalité de la deuxième transcription, à savoir de la perception vers les contenus inconscients, Freud pose l'existence d'une troisième transcription qui concerne les contenus inconscients vers des « *représentations verbales* »[260] ou autrement-dit, une transcription des concepts inconscients en signifiants. Enfin, les représentations de mots permettent aux investissements de devenir conscients mais toujours selon certaines règles. Ainsi, les neurones de la conscience en activant les représentations verbales sont qualifiés par Freud de neurones de la perception et sont dépourvus de mémoire[261].

À la lecture de ce texte freudien, nous pouvons associer une réflexion de Hegel formulée dans la *Phénoménologie de l'esprit* (1807) : *« La conscience de soi est en soi et pour soi quand et parce qu'elle est en soi et pour soi pour une autre conscience de soi, c'est-à-dire qu'elle n'est qu'en tant qu'être reconnue* »[262]. Ce qui permet ainsi l'émergence de la conscience et notamment de la conscience de soi, selon la phénoménologie de Hegel, mais aussi selon la psychanalyse, c'est l'introduction dans le système perception-conscience, d'une autre conscience, capable de reconnaître celle du sujet en devenir. Nous pourrions ainsi dire que ce qui fait choix attentionnel chez l'individu, est lié primordialement à une relation spécifique entre l'individu et un autre. Cette relation permet d'introduire, de construire et d'inscrire au long cours, la logique subjective du petit d'homme, en passant par la construction de l'inconscient. Avant la naissance de la psychanalyse, Freud avait déjà pressenti l'importance de l'introduction d'un autre dans ce système perception-conscience, mais ce n'est qu'à partir de Lacan que cette théorie vient à se préciser notamment sur le plan métapsychologique. Afin de répondre à notre problématique, nous devons alors spécifier le rapport entre l'Autre et le sujet en devenir qui permet d'une part la mise en place de la conscience, mais aussi et du même coup la construction des choix attentionnels ou plutôt l'investissement psychique, libidinal que le sujet va suivre selon une certaine logique, néanmoins inconsciente. Si avec la lettre 52 de Freud à Fliess, celui-ci s'éloigne de la dimension anatomique dans la dynamique relationnelle entre l'autre et le petit d'Homme, cela s'opère d'une part par l'introduction de l'inconscient, d'un rapport de causalité, mais aussi et surtout par l'introduction de signifiants. Quelle place occupe ainsi le langage de l'Autre dans la constitution de la conscience d'un sujet ? Et par extension donc, de l'attention qu'il portera envers un objet extérieur ?

---

[260] *Ibid*.

[261] *Ibid*., p. 5.

[262] Hegel, G.W.F. (1807). *Phénoménologie de l'esprit*, *I*. Paris : Aubier. 1999. p. 155-166.

4.3. **De l'Autre à la cause**

Dès la première leçon du *Séminaire VI, Le désir et son interprétation*, Lacan introduit son propos par un pas de côté à la première théorie freudienne de la construction de l'appareil psychique : « *Mais la subjectivité dont il s'agit […] c'est une subjectivité qui n'est pas immanente à une sensibilité en tant qu'ici le terme sensibilité veut dire le couple stimulus-réponse* »[263]. Il pose, par cette formule, que l'émergence de la subjectivité est autre chose qu'une affaire de sensibilité neurale. Puis il précise : « *C'est que le stimulus y est donné en fonction d'un code qui impose son ordre, au besoin qui doit s'y traduire* »[264]. Autrement dit, l'action spécifique que Freud décrit, est accompagnée pour Lacan d'un code imposé d'emblée au petit d'Homme. Ce code pour Lacan n'est pas relié à la physiologie propre au corps anatomique mais bien plutôt relié à l'articulation d'un discours, venant d'un autre, agissant tel un filet cajolant pour le corps du petit d'Homme. Ce code nécessite d'être traduit en passant par une intériorisation, pour qu'advienne le sujet. Autrement dit, une des conditions pour que surgisse le sujet est que le petit d'Homme entre dans le langage par la traduction de ce code qui le précède : « *Cette prise [de l'Homme dans le constituant de la chaîne signifiante] n'est pas coextensive à ce fait, dans ce sens que l'homme parle sans doute, mais pour parler il a à entrer dans le langage et dans son discours préexistant* »[265]. En effet, Lacan indique que l'autre, au-delà des besoins physiologiques spécifiques qu'il apporte au nourrisson, le pénètre de son propre rapport au langage depuis : « *le début de son éveil à la lumière du jour* »[266]. Nous reviendrons ultérieurement sur l'introduction de la lumière par Lacan dans l'éveil du sujet. Cette rencontre du petit d'Homme avec le défilé de signifiants, sous forme de code, qui l'enveloppent peu à peu produit la compréhension d'un message, porteur de signification. Ce n'est que parce que le petit d'Homme est confronté à des signifiants qui se définissent les uns par rapport aux autres qu'il parvient à en déchiffrer un message qui lui ouvre la voie d'une réponse possible pour la satisfaction de ses besoins, qui ainsi se transposent en une demande : « *C'est-à-dire que c'est après-coup que le message prend forme à partir du signifiant qui est là en*

---

[263] Lacan, J. (1964) *Le Séminaire, Livre XI. Les quatre concepts fondamentaux de la psychanalyse*, Paris, Éditions du Seuil, 1973, p. 30.

[264] *Ibid*., p. 29.

[265] *Ibid*., p. 153.

[266] *Ibid*., p. 61.

PLUCHART, Sandra. La captologie comme outil d'influence : enjeux psychopathologiques et subjectifs - 2025

avant de lui, du code qui est en avant de lui »[267]. Ce processus aboutit pour Lacan à une identification primaire à l'Autre, sous la forme d'un idéal qui n'est pas encore à ce stade du côté de l'idéal du moi, mais qui pour autant fait voir un premier sentiment d'existence : « *Il en résulte que même réduit à ses formes les plus primitives d'appréhension de ceci par le sujet : qu'il est en rapport avec d'autres sujets parlants, se produit ce quelque chose au bout de la chaîne intentionnelle que je vous ai appelé ici la première identification primaire I, la première réalisation d'un idéal dont on ne peut même pas dire à ce moment du schéma qu'il s'agisse d'un idéal du moi, mais qu'assurément le sujet y a reçu le premier seing, signum, de sa relation avec l'Autre* »[268]. Evoque-t-il ici le moi idéal ? En somme, Lacan se décale de la pensée freudienne en introduisant le discours de l'Autre dans l'action spécifique ainsi que la nécessité de traduction par le petit d'Homme. Ce faisant, il articule le signifiant au corps. Il sort ainsi de l'impasse physiologique freudienne non plus seulement pour transposer un modèle neurologique au psychisme mais bien pour mettre le langage dans une place centrale dans la constitution du sujet. Ainsi Lacan substitue le besoin par la question de la demande[269] et nous précise ensuite : « *C'est dans cette expérience du langage que se fonde son appréhension de l'autre comme tel, de cet autre qui peut lui donner la réponse, la réponse à son appel* »[270]. À partir du moment où le petit d'Homme entre dans une logique de l'appel à l'Autre au-delà du cri de détresse, Lacan y voit la marque de la prise du sujet dans le langage certes, mais aussi et surtout désormais la prise inconsciente du sujet dans l'articulation de la parole. Cette articulation inconsciente des signifiants produit l'établissement de la chaîne signifiante retentissant ensuite dans la conscience du sujet.

Ainsi, là où Freud pense l'Hilflosigkeit comme l'être sans recours du fait de son impuissance sur le plan physiologique, Lacan pense davantage cette notion comme une impuissance fondamentale, face au désir de l'Autre ainsi appréhendé par le défilé des signifiants : « *c'est que dans la présence primitive du désir de l'autre comme opaque, comme obscure, le sujet est sans recours. Il est Hilflosigkeit. J'emploie le terme de Freud, en français cela s'appelle la détresse du sujet.* »[271]. Comment le sujet traite cette énigme du désir de l'Autre qui s'impose à lui via la chaîne signifiante ? Lacan nous indique que la

---

[267] *Ibid*., p. 30.

[268] *Ibid*., p. 154.

[269] *Ibid*., p. 162.

[270] *Ibid*., p. 154.

[271] *Ibid.,* p. 12.

construction d'un rapport imaginaire à l'autre est ce qui agit comme défense contre cette détresse face à son désir : *« Avec son moi, il se défend contre cette détresse, et avec ce moyen que l'expérience imaginaire de la relation à l'autre lui donne, il construit quelque chose qui est la différence de l'expérience spéculaire flexible avec l'autre* »[272]. Ainsi Lacan nous présente le fantasme comme une issue favorable face à la détresse ressentie devant le désir énigmatique de l'Autre : « *Parce que ce que le sujet réfléchit, ce ne sont pas simplement des jeux de prestance, ce n'est pas son opposition à l'autre dans le prestige et dans la feinte, c'est lui-même comme sujet parlant, et c'est pourquoi ce que je vous désigne ici [$ ◊ a] comme étant ce lieu d'issue, ce lieu de référence par où le désir va apprendre à se situer, c'est le fantasme* »[273]. Le fantasme agit ainsi comme une véritable limite à la jouissance de l'Autre[274] et se fait le signe de la mise en place des processus psychiques secondaires. Nous pouvons dès lors nous demander ce qu'il en est lorsque l'Autre ne présente pas au sujet son désir, son manque, mais plutôt sa propre jouissance. Quelle défense le sujet met-il alors en place ?

Dans la lettre 52 à Fliess, Freud aborde un point qui comporte une certaine similarité avec notre questionnement ci-dessus. Une fois qu'il a décrit les différentes transcriptions entre la perception et la conscience, Freud nous met sur une piste d'une réflexion importante : « *Je veux souligner que les inscriptions se suivant les unes les autres représentent la production psychique d'époques successives de la vie* »[275]. En effet nous percevons déjà l'essence de ce que Freud va appeler plus tard les processus primaires et les processus secondaires. Là où les processus secondaires s'avèrent être la transcription de concepts inconscients en signifiants, les processus primaires eux, renvoient davantage à la transcription d'un stimulus perceptif en signes de la perception et ensuite ces signes se trouvent retranscrits par l'inconscient en « souvenirs de concepts » ce qui sous-entend un premier passage par la mémoire. Sur le plan psychique, les différents niveaux de traduction du stimulus perceptif inhibent les processus psychiques précédents de sorte que nous distinguons facilement des processus primaires et des processus secondaires : « *Toute surinscription ultérieure inhibe la précédente et détourne le courant d'excitation de celle-ci* »[276]. Par

---

[272] *Ibid*., p. 155.

[273] *Ibid*., p. 185.

[274] Ritter, M. (2009). *La jouissance dans l'enseignement de Lacan*. Éres. p. 90.

[275] Freud, S. (1896/2006). *Lettres à Wilhelm Fliess (1887-1904)*, trad. F. Kahn et F. Robert, Paris, PUF, 2006, Lettre 52. p. 270.

[276] *Ibid*., p. 270-271.

PLUCHART, Sandra. La captologie comme outil d'influence : enjeux psychopathologiques et subjectifs - 2025

exemple, lorsque le sujet regarde un tableau et que les processus secondaires s'activent, alors les processus psychiques en jeu sont du côté du signifiant, du fantasme, de la réflexion de la conceptualisation et les processus primaires sont inhibés par le sujet. Puis Freud poursuit son explication : « *Là où la sur-inscription ultérieure manque, l'excitation se liquide suivant les lois psychologiques qui valaient pour la période psychologique précédente, et en suivant les voies qui étaient alors disponibles* »[277]. Si un stimulus perceptif produit des processus primaires chez le sujet, cela indique-t-il alors un manque de sur-inscription ultérieure ? Dans quel contexte pourrait-il alors manquer une sur-inscription ultérieure ? Se pourrait-il que ce manque d'inscription ultérieure soit en lien avec la façon dont l'Autre inscrit le sujet soit dans son désir, soit dans sa jouissance ?

Ces interrogations semblent à première vue, indépendantes par rapport à la problématique que nous posons concernant les choix attentionnels d'un individu. Cependant, nous traçons ici peu à peu le chemin de ce qui fait saillance au sujet par la connexité certaine de sa relation à l'Autre. Si la présentation du désir de l'Autre sous forme d'énigme entraîne la constitution du fantasme, ce dernier sert de filtre inconscient qui oriente la libido du sujet vers les divers objets du monde extérieur. À ce titre Lacan nous rappelle que la conscience se construit à partir de représentations signifiantes et non directement à partir de perceptions[278].

Il existe ainsi plusieurs niveaux de traduction du stimulus perceptif. Ces traductions induisent alors une rupture entre la perception et la conscience. Cette rupture vient de l'introduction de l'Autre et de son désir via une batterie de signifiants survenant entre la perception et la conscience. Une schize s'établit alors au sein même du sujet que Freud puis Lacan identifient comme des processus inconscients propre à chaque sujet. Les processus inconscients sont ce qui orientent ainsi via les signifiants, la conscience du sujet ainsi que l'attention qu'il porte à l'égard de son environnement. Nous pouvons désormais nous demander comment cette logique inconsciente se détermine pour chaque sujet. Comment, précisément, les processus inconscients déterminent-ils l'orientation de l'attention d'un sujet ? La prise du sujet dans le langage de l'Autre, pour Lacan, n'est pas sans effet : « *Au niveau où le sujet est engagé, entré lui-même dans la parole et par là dans la relation à l'Autre comme tel, comme lieu de la parole, il y a un signifiant qui manque toujours* »[279]. La prise du sujet dans le langage se fait au prix d'une perte, d'une perte de signifiant que Lacan identifie comme le phallus, mais le phallus négativé, perdu fondamentalement qu'il

---

[277] *Ibid*., p. 271.

[278] Lacan, J. (1964). *Le Séminaire, Livre XI… op. cit.* Seuil, 1973. p. 56-62.

[279] *Ibid*., p. 250.

établira sous la notion d'objet a. Nous allons ainsi désormais questionner comment cette prise dans le langage impliquant une perte va permettre la détermination de l'orientation du sujet dans le monde, et donc aussi son attention envers tel objet plutôt qu'un autre.

4.4. **L'objet a**

« *L'objet petit a est solidaire, tout au moins au départ, du graphe* »[280]. C'est en ces termes qu'à la fin de son enseignement Lacan revendique *l'objet a* comme une notion construite à partir du *Séminaire VI, Le désir et son interprétation* (1958-1959)*,* lorsqu'il tente de rendre compte de la construction du sujet et du désir. L'objet a ne peut ainsi se détacher de la notion de désir. Cependant, si dans le *Séminaire VI*, Lacan a tendance à rapprocher l'objet a de l'objet du désir, tout au long de son enseignement, celui-ci y revient pour en préciser les contours. Nous nous appuierons ainsi pour le moment sur sa conception de l'objet a dans le *Séminaire X, L'angoisse* (1962-1963) car celle-ci nous paraît suffisante pour proposer une réponse à notre problématique à propos des choix attentionnels chez l'individu.

Dans le *Séminaire X*, Lacan rappelle le statut général de l'objet en jouant sur son étymologie : « *ce qui est placé devant* »[281] et en subvertit le sens concernant le statut de l'objet a. Pour lui, cet objet se trouve plutôt placé en arrière. L'objet est derrière le désir. Dès lors, s'il est en arrière du désir, l'objet a n'est pas l'objet recherché par le désir, il n'est pas l'objet du désir, mais plutôt l'objet qui vient à le causer. Qu'est-ce à dire ? Comment cet objet vient-il faire naître le désir chez le sujet ?

Lacan insiste sur le rang de l'objet a par rapport au sujet. Au début de la vie, cet objet se situe en un point extérieur. Lacan parle d'un extérieur d'avant une certaine intériorisation. Cet objet est extérieur avant que le sujet ne traverse le stade du miroir, mais également avant même que le sujet ne saisisse une image spéculaire qui permet d'introduire le narcissisme primaire. En somme, avant toute constitution psychique, cet objet est (en principe) déjà-là. Lacan nous précise ensuite : « *C'est à cet extérieur, lieu de l'objet, d'avant toute intériorisation, qu'appartient la notion de cause* »[282]. L'objet qui cause le désir est situé en un point extérieur, dont Lacan précise qu'il est au lieu de l'Autre. Puis lors du déroulement des premières interactions entre le sujet en devenir et l'Autre, vient le moment

---

[280] Lacan J. (1964). *Le Séminaire, Livre XI. Les quatre concepts fondamentaux de la psychanalyse*, Paris, Éditions du Seuil,1973, p. 189.

[281] Lacan, J (1962-63). *Le Séminaire, Livre X. L'angoisse,* Seuil, 2004, p. 69.

[282] *Ibid*., p. 117.

où le sujet ayant acquis le temps spéculaire, est confronté à sa propre nomination par cet Autre primordial. C'est l'Autre qui fournit la « *médiation symbolique* »[283] de nommer le sujet afin que celui-ci puisse se reconnaître dans son image spéculaire. Le sujet se tournant vers l'Autre au moment de la nomination, n'a plus accès pour un temps à cette image, et passe ainsi du registre imaginaire au registre symbolique. Ce passage de l'imaginaire au symbolique se fait par cette nomination signifiante venant de l'Autre. Ce mouvement implique ainsi l'apparition du désir de l'Autre car ici, le sujet représente quelque chose pour cet Autre. Cependant, le sujet n'a pas accès à ce désir et se trouve confronté à son énigme qui lui fait surgir une question : *Que vuoi ?* Que me veut l'Autre ?

Le signifiant qui vient nommer le sujet, le représenter pour un autre signifiant est ce qui conduit ainsi à la prise du sujet dans le symbolique, corrélative de la perte de l'objet a. C'est pourquoi au long de l'enseignement de Lacan l'on rattache cet aphorisme : « *Le mot est le meurtre de la chose* »[284]. Le sujet est dès lors divisé du fait d'être troué par l'effet du signifiant, l'effet du langage arrimé par l'Autre. Nous retrouvons ainsi la formule suivante qui correspond au fantasme : $ ◊ a. Et de ce fait, Lacan nous précise aussi que cet objet dont Freud a déjà dressé les conditions pour permettre l'invention de Lacan, cet objet a n'est pas sans lien avec la libido : « *Cet objet a, c'est ce roc dont parle Freud, la réserve dernière irréductible de la libido* »[285]. Ainsi donc on comprend que l'objet a est introduit par un extérieur, par un Autre, en tant que cause, de la libido qui viendra orienter le désir du sujet. Ce développement rappelle ce dont nous avons fait état antérieurement dans la lettre 52 de Freud à Fliess, à savoir : « *L'inconscient est une seconde transcription [...] suivant peut-être des rapports de causalité* »[286]. L'objet a au lieu de l'Autre est ce qui vient causer la façon dont le stimulus perceptif est transcrit par l'inconscient.

En outre, en 1905, Freud fait une hypothèse à propos de la libido qui nous aide à poser la dimension des choix attentionnels. Freud imagine le rapport du sujet avec l'objet de satisfaction et propose une articulation au monde qui en découle. Ce premier objet qui, chez Freud orientera le sujet dans le monde provient de la prime satisfaction du nourrisson lors du nourrissage. Nous l'avons déjà étudié dans le texte « *L'esquisse* » quand Freud parle du besoin spécifique que l'Autre doit accomplir chez le petit d'Homme. Néanmoins dans *Les trois essais*, il précise cet évènement qui fera le lit des réflexions lacaniennes sur

---

[283] Vanier, A. (2015). *Lacan*. Les belles lettres. p. 48.

[284] Lemaire, A. (1970). *Jacques Lacan*. Mardaga. p. 142. et p. 152.

[285] Lacan, J. (1963). *Le Séminaire, Livre X... op.cit.* p. 365.

[286] Freud. S. (1896). Lettre 52 à Fliess. *op. cit.*, p. 272.

l'objet a. Il nous dit en 1905 : « *La première et la plus vitale des activités de l'enfant, la tété du sein maternel a dû déjà le familiariser avec ce plaisir. Nous dirions que les lèvres de l'enfant ont tenu le rôle d'une zone érogène, et la stimulation de lait chaud fut sans doute la cause de la sensation de plaisir* »[287]. La satisfaction n'advient pas directement à partir de l'objet mais la satisfaction provient de l'excitation d'une zone du corps, les lèvres de la bouche. Le plaisir qui émane de cette activité ne provient alors pas forcément du remplissage de l'estomac, fonction du besoin mais le plaisir, que Freud appelle ainsi plaisir sexuel, s'étaye seulement sur les besoins vitaux pour s'en détacher complètement dans la future vie psychique de l'enfant : « *L'activité sexuelle s'étaye tout d'abord sur une des fonctions servant à la conservation de la vie et ne s'en affranchit que plus tard* »[288]. Le sujet ainsi à la recherche du plaisir s'éloigne de la dimension du besoin et donc c'est à partir de cette considération théorique que la dimension de l'objet de satisfaction devient contingent. Ce n'est donc pas l'instinct de satisfaction du besoin qui dirige l'attention du sujet, mais la recherche de plaisir de nature sexuelle. Ainsi donc aborde-t-il nécessairement la question de la libido. Enfin, Freud conclut l'essai sur la sexualité infantile de la façon suivante : « *Comme nous savons que la concentration de l'attention peut faire naître une excitation sexuelle, nous pouvons supposer que par une action sur la même voie, mais en sens inverse, l'état d'excitation sexuelle influe sur la disponibilité de l'attention* »289 et « *Force nous est d'avouer pour conclure que nous avons encore très peu de certitudes sur ces voies qui existent sûrement et qui sont probablement praticables dans les deux sens* »[290].

Ainsi donc, si l'Autre en tant que celui qui introduit l'objet a au sujet, vient causer son désir par une intériorisation de la perte ; Si l'objet a est justement la réserve de la libido, alors c'est bien l'Autre qui permet le développement libidinal du sujet de façon spécifique, c'est à dire en fonction de la chaîne signifiante dans laquelle il fait baigner le sujet d'une part. Freud nous indique que l'excitation sexuelle (que nous pouvons aisément remplacer par libido) influence sûrement la disponibilité de l'attention. Nous pensons trouver ici une origine possible de la carte de saillance que nous décrit Lachaux, à savoir que c'est l'Autre en tant que le trésor des signifiants qui introduit le a au sujet et que ce qui com-

---

[287] Freud, S. (1905). *Les trois essais sur la théorie sexuelle*. Paris : Gallimard. p. 105.

[288] *Ibid*., p. 105.

[289] *Ibid*., p. 169.

[290] *Ibid*., p. 170.

mande les choix attentionnels de l'individu ne peut dès lors se détacher de l'objet a comme perte, corrélativement à la relation archaïque spécifique du sujet et et de l'Autre primordial.

A la fin du *Séminaire X, L'angoisse*, Lacan énonce : « *Ce n'est pas pour rien que je vous ai parlé aujourd'hui d'un miroir, non pas celui du stade du miroir, de l'expérience narcissique, de l'image du corps dans son tout, mais du miroir en tant qu'il est le champ de l'Autre où doit apparaître, sinon le a, du moins sa place* »[291]. Cette formule indique bien la nécessité de faire advenir le a au lieu de l'Autre, pour permettre l'avènement du sujet, et par sa suite la libido qui oriente le désir, qui s'accroche là où il peut, dans des possibilités d'attention qui ont été frayées par la relation spécifique et primordiale entre le sujet et l'Autre. Ainsi, le passage d'un objet à l'autre n'est pas le résultat d'une maturation physiologique, mais est en lien avec des : « *inversions de la demande et du désir du sujet à l'Autre* »[292].

4.5. **L'objet voix**

Dans plusieurs Séminaires, Lacan va s'attacher à mettre en évidence que regard et voix ne se conjoignent jamais. En effet, le champ de l'audible (voix) et du visible (regard) sont non seulement hétérogènes mais introduisent un clivage au niveau du rapport à la jouissance que Lacan appelle la schize regard/voix. C'est elle qui peut rendre compte de la structure du fantasme comme de l'émergence de l'angoisse ou du désir au moment même où cette discordance apparaît. C'est grâce à l'élaboration des objets a qu'il donne une définition claire de l'objet voix comme faisant partie des quatre objets de la pulsion. L'objet a n'est pas pour Lacan l'objet en lui-même (le sein, les fèces, la voix, le regard), mais (dans une logique économique) un résidu de jouissance qui se constitue du fait de l'émergence du sujet au champ du symbolique et de l'aliénation signifiante (castration primaire).

Lors de la Leçon du 19 février 1964, il précise que le champ du symbolique s'avère troué et est recouvert de « *l'enforme de a* » où peuvent venir se loger les objets pulsionnels hors corps : « *C'est là le creux, la béance que sans doute viennent d'abord remplir un certain nombre d'objets qui sont, en quelque sorte, adaptés par avance, faits pour servir de bouchon. C'est là sans doute qu'une pratique analytique s'arrête, à mettre en valeur ces termes divers, oral, anal, scopique, voire vocal. Ce sont les noms divers dont nous pouvons désigner comme objet ce qu'il en est du a – mais le a, en tant que tel, est*

[291] Lacan, J. (1962-1963). *Le Séminaire, Livre X…op.cit.* p. 264.

[292] Safouan, M. (2014). La pulsion invocante revisitée. *Essaim*, 32(2), Eres. p. 116.

proprement ce qui découle de ce que le savoir, dans son origine se réduit à l'articulation signifiante » [293]. L'objet voix appartient ainsi à l'un des objets a (voix- regard - oral – anal – phallique) grâce auquel le sujet construit son rapport au désir et à la jouissance. Dans la leçon du 19 juin 1963, Lacan suggère une sorte de schéma pyramidal à étages où d'un côté figure l'objet oral et anal (référence à Freud), à la pointe, l'objet phallique, et à droite sur l'autre pente, il y ajoute l'objet regard et en dernier l'objet voix. Les deux premiers objets théorisés d'abord par Freud se situent du côté de la demande tandis que l'objet regard et l'objet voix se trouvent davantage articulés autour du désir. Cette répartition permet d'ailleurs à Lacan de se décaler de la dimension classique des stades d'objets pulsionnels pour déterminer plutôt un rapport spécifique du sujet à chaque objet pulsionnel, qui organise son rapport au fantasme et à la jouissance.

L'objet regard relève du « *désir à l'Autre* »[294]. Le désir à l'Autre souligne que la visée fondamentale du désir humain est de trouver un lieu (L'Autre) où il pourrait trouver reconnaissance : Le sujet ne désire pas seulement des objets, il désire que son désir soit *accueilli, entendu, reconnu* par l'Autre. À l'inverse, l'objet voix serait du côté du désir de l'Autre en tant que le désir est toujours inscrit et adressé dans le champ de l'Autre, lieu du langage et de la reconnaissance symbolique.

Dans la pulsion invocante, la voix est introduite comme objet a : « c*e qui reste de la voix, c'est cet objet que j'appelle l'objet a.* »[295]. L'objet voix, comme tous les autres objets a, est d'abord introduit par l'Autre. La particularité de l'objet voix est qu'il apparaît comme préparatoire à la prise du sujet désirant dans l'image spéculaire (stade du miroir) : « *S'il n'y avait rien qui prépare ce passage avant la capture du désir dans l'espace spéculaire, il n'y aurait pas d'issue* »[296]. C'est pourquoi Porge situe un stade antérieur au stade du miroir à savoir ce temps mythique avant l'avènement du sujet où l'objet n'est pas encore marqué par la coupure introduite par le langage. La voix ne serait à ce stade qu'un brouhaha indifférencié. Il prend l'exemple de Lacan sur le son du schofar, objet qui représente : « *Le mugissement de Dieu* » dans le judaïsme dans un son modulé mais non encore articulé en signifiants, dont nous ne pouvons distinguer aucun phonème et aucun

---

[293] Lacan, J. (1964). Le *Séminaire, Livre XI , Les quatre concepts fondamentaux de la psychanalyse.* Seuil. p. 56-57.

[294] Lacan, J. (1962-1963). *Le Séminaire, Livre X, L'angoisse*. Seuil. 2004. p. 283.

[295] Ibid., p.75.

[296] Porge, E. (2011). Les voix, La voix. *Essaim*. 27(2), 5-20. Erès. p.5.

mot. La voix est ici « *en puissance d'être séparée* ». Dès lors, si le sujet en devenir en passe d'abord par une indistinction de la voix, il convient de s'interroger sur ce qui permet la séparation du son pour le découper en phonèmes, puis en signifiants. Pour Lacan, cette séparation se fait par l'intermédiaire de l'Autre où c'est de l'Autre que le sujet reçoit son propre message. Avant toute possibilité de communication, le sujet reçoit ainsi de l'Autre une nomination *tu es* avant même que le sujet puisse se formuler un *qui suis-je*. En effet, l'infans passe par le cri comme expression d'une souffrance qui le met d'abord dans un rapport de jouissance tout détaché des lois la parole[297]. L'Autre, en traduisant de façon rétroactive ce cri comme un appel fait advenir la « phonémisation » de ce cri c'est-à-dire que la voix se trouve découpée en phonèmes qui prennent valeur dans la chaîne signifiante. Cette découpe du brouhaha en mots est ce qui permet la chute du a incarné par l'objet voix.

Ainsi Lacan définit l'objet voix à partir du *Séminaire V, les formations de l'inconscient* : « *C'est ce passage de l'un à l'autre qui constitue l'essentiel de ce que nous appelons la chaîne signifiante. Ce passage n'est qu'évanescent, c'est cela même qui se fait voix […] ce qui soutient le passage est voix* »[298]. C'est donc l'évanouissement entre deux signifiants qui fait surgir la voix comme objet a. Cet objet est une coupure, une scansion, voire même un silence qui, de ce caractère précisément, ouvre à la dimension temporelle. Comme le souligne Lacan paradoxalement : « *le cri fait en quelque sorte le silence se pelotonner dans l'impasse même d'où il jaillit, pour qu'il s'en échappe* »[299].

Le sujet se divise ainsi à travers cette expérience. Vinciguerra ajoute après sa lecture de Lacan : « *c'est sur la béance de ce sujet barré que peut se construire la perception de la réalité* »[300], nous dirons plutôt la conscience de la réalité plutôt que sa perception. En effet, Porge évoque la dimension de la conscience, préférentiellement à la perception : « *Le surmoi s'identifie à la voix de la conscience, obscène et féroce* »[301]. Néanmoins, si Vinciguerra introduit la dimension de la réalité à partir de l'objet voix, c'est que la voix incorporée est pour Lacan du côté de l'impératif : « *c'est la voix en tant qu'impérative, en tant qu'elle réclame obéissance ou conviction* »[302]. Elle est l'objet qui

---

297 Vinciguerra, R-P. (2009). L'objet voix. *La Cause freudienne*. n° 71, p. 103-112.

298 Lacan, J. (1962-1963) *Le Séminaire, Livre X : L'angoisse*. Paris : Seuil, 2004, p. 249-250.

299 *Ibid.*, p. 252.

300 Vinciguerra, R-P. (2009). L'objet voix. *op. cit.* p. 134-141.

301 Porge, E. (2011). Les voix… *op. cit.* p. 8.

302 Lacan, J. (1962-1963). *Le Séminaire, Livre X, L'angoisse*. Seuil. 2004. p. 319.

introduit entre autres aux lois du langage et permet l'incorporation du surmoi en tant qu'instance régulatrice de la jouissance à partir de l'Autre.

Nous relevons ici un lien possible entre l'objet voix et l'attention. Nous pouvons supposer que l'objet voix participe à la création de la conscience notamment dans son rapport au surmoi. De ce fait, l'objet voix semble ainsi nécessaire à la capacité d'attention soutenue entendue par ailleurs comme l'énergie libidinale, que Lacan précise comme étant « *l'énergie psychique du désir* »[303]. Il se peut que le surmoi soit impliqué dans la capacité de concentration de l'attention, consciente et soutenue. À l'inverse, l'attention qui ne cesse de vaciller d'un objet à l'autre semble justement se placer du côté d'une jouissance, non soutenue par un surmoi interdicteur mais plutôt dirigée par le moi idéal.

La voix résulte donc d'un désir de l'Autre (en tant qu'il est barré) et il convient que le sujet prenne la parole comme une altérité à ce qui est dit, comme réponse à la voix qui est toujours voix de l'Autre. Comment cette découpe du bruit en mots permet-elle à l'infans de produire à son tour une parole et de devenir un sujet ?

Selon Lacan, la perte de l'objet a, ici incarné par l'objet voix se doit d'être incorporée afin qu'une parole puisse être produite chez le sujet. La particularité de la pulsion invocante est qu'elle fait non pas intervenir un, mais plusieurs orifices (la bouche et l'oreille) dans son trajet. Pour des raisons de concision, nous ne décortiquerons pas son trajet en détail mais nous retiendrons en revanche un fait essentiel de la pulsion invocante. Le trajet-but de la satisfaction ne revient pas vers le sujet, mais se dirige vers l'Autre[304]. La voix est toujours ainsi une réponse à un vide dans l'Autre, soustrait du rien : « *La voix [...] résonne dans un vide de l'Autre comme tel, l'ex-nihilo à proprement parler* »[305]. Cette reconnaissance du vide dans l'Autre sépare le sujet non seulement du corps de l'Autre, mais le sépare aussi de sa jouissance.

De toutes ces considérations, nous tirons un enseignement plus général. La pulsion invocante, à partir de l'objet voix se construit en trois temps, comme les autres pulsions : *entendre*, *être entendu* et enfin *se faire entendre*. Le troisième temps, celui du « se faire » permet de sortir du transitivisme du miroir. La pulsion oriente l'individu vers un bouclage subjectif au cours duquel le sujet, en tant que divisé apparaît au champ de l'Autre, du même coup, lui aussi barré. Ainsi, nous pouvons repérer sur le plan clinique qu'une

---

[303] Lacan, J. (1959). *Le Séminaire, Livre VI, Le désir et son interprétation.* Seuil. 2013. p. 12.

[304] Ibid.

[305] Lacan, J. (1962-1963). *Le Séminaire, Livre X, L'angoisse*. Seuil. 2004. p 318.

pulsionnalité qui ne se tourne pas vers un Autre barré (à l'image de la pulsion invocante) indique peut-être un ratage (parfois seulement temporaire) du bouclage pulsionnel et un sujet cantonné au transitivisme. Le sujet peut-il dès lors, boucler le trajet pulsionnel lors de sa consultation des réseaux sociaux basés sur les technologies persuasives ?

Nous nous intéressons désormais à l'objet regard comme un des étages pour la construction du désir subjectif, particulièrement sollicité dans les applications de réseaux sociaux.

4.6. **Le regard comme objet a**

« *La lumière, antérieure à tout regard* »[306] est l'aphorisme par lequel Foucault introduit son ouvrage *La naissance de la clinique.* Il illustre ici le bouleversement des conditions discursives qui amènent une mutation sociétale à partir du XVIIIe siècle. L'avènement de la clinique par le regard résulte d'un discours spécifique venant des penseurs des Lumières. Nous pouvons cependant étendre cet adage pour la construction subjective. Dans une certaine mesure, cet aphorisme fait écho à la proposition de Lacan dans le *Séminaire XI, Les quatre concepts fondamentaux de la psychanalyse*. L'antériorité de la lumière chez Foucault se superpose avec l'antériorité de l'objet a chez Lacan. En effet, il situe le -phi (comme objet a) en un point lumineux qui se trouve en dehors du sujet en devenir. Comment cette configuration s'articule-t-elle avec les différents dérivés de l'objet a ?

Si l'objet regard fait partie des quatre formes de l'objet a, Lacan concède en revanche que c'est l'objet le plus énigmatique, le plus mystérieux, voire le plus caché. Néanmoins, il opère une tentative de définition des contours de l'objet regard par l'indication suivante : « *Le regard est l'instrument par où la lumière s'incarne* »[307]. Le petit d'Homme, avant tout sujet est d'abord regardé du dehors par le point lumineux. Ainsi, le regard est une modalité de l'objet a en tant qu'il est d'abord extérieur. Dès lors, pour Lacan, c'est l'objet a qui donne la valeur à l'objet aimé, qui lui donne sa brillance[308]. Autrement dit, à la lecture de Lacan, le regard incarne l'objet a et permet ainsi l'opération par laquelle l'objet aimé devient brillant, ou pourrait-on dire, saillant à l'œil du voyant. Ainsi pour Lacan, il existe une dépendance du visible à cet objet a opéré par le regard : « *la dé-*

306 Foucault, M. (1963). *Naissance de la clinique*. PUF. p. 9.

307 Lacan, J. (1964). *Le Séminaire, Livre XI, Les quatre concepts fondamentaux de la psychanalyse*. Seuil. 1973. p. 121.

308 Ibid., p. 303.

pendance du visible par rapport à ce qui nous met essentiellement sous l'œil du voyant »[309]. Pour Lacan c'est bien le regard en tant qu'objet qui met en place ce qu'il nomme : « *la pousse du voyant* »[310] et s'inscrit de cette façon dans le sillage de la pensée freudienne élaborée dans « *l'Esquisse* ». La perception d'un stimulus est une affaire physiologique qui renvoie au Réel du corps. Il existe en revanche un travail psychique suite à cette perception afin de faire parvenir le stimulus à la conscience. Ce travail psychique est introduit par l'Autre qui permet la succession de transcriptions via la perte, de la perception à la conscience : « *Dans notre rapport aux choses tel qu'il est constitué, tel qu'il progresse par ce chemin de la vision qui nous ordonne les choses dans les figures de la représentation, quelque chose glisse, passe, se transmet d'étage en étage pour y être toujours à quelque degré élidé, et qui s'appelle le regard* »[311]. Le regard comme objet a est élidé suite aux transcriptions entre la perception et la conscience. Ainsi le regard est à situer entre la perception et la conscience. De ce fait, la conscience recouvre au moins partiellement la poussée du regard : « *Quelque réserve marque ce fait de la conscience* »[312]. Dès lors, le « je vois » ne peut sonner comme une évidence. Nous voyons la distinction ici de la pensée phénoménologique. Dans *Le visible et l'invisible*, Merleau-Ponty nous dit : « *La perception nous fait assister à ce miracle d'une totalité qui dépasse ce qu'on croit être ses conditions ou ses parties* »[313]. Cette totalité de la perception donne aux représentations, aux images, une dimension pleine, non trouée, en quelque sorte une dimension idéale. Cet idéal des représentations, ce « je vois » produit une néantisation du sujet, un voile de conscience. La conscience renverrait ainsi à une image idéalisée qui ne décrit pas autre chose que le temps spéculaire, ce temps où le sujet connaît une image mais qui n'est pas marquée par la perte de l'objet a. Cette image idéale renvoie au double que le sujet n'identifie que comme un autre, sans s'y reconnaître. L'image apparaît ainsi comme idéalisée mais potentiellement vectrice de persécution. La position lacanienne place en effet la schize au niveau de l'œil et du regard ce qui permet de sortir de l'idéalisation de la conscience, de sortir de ce qu'il nomme le privilège de la conscience pour rappeler que le sujet se présente au monde de

309 *Ibid*. p. 83.

310 *Ibid*.

311 *Ibid*. p. 84.

312 *Ibid*. p 92.

313 Merleau-Ponty, M. (1964). *Le visible et l'invisible*. Les classiques des sciences sociales. p. 23.

façon divisée. Derrière ce « je vois », il subsiste un objet élidé, le regard qui ainsi, se définit comme un objet insaisissable.

Le regard est la tâche d'où part le mouvement de la vision et qui s'incarne comme une schize. Lacan le décrit comme un objet punctiforme, inverse à la conscience, inverse à la représentation que le sujet ne rencontre que comme point de manque : « *Dès que ce regard, le sujet essaie de s'y accommoder, il devient cet objet punctiforme, ce point d'être évanouissant, avec lequel le sujet confond sa propre défaillance* »[314]. La fonction du regard se perçoit dans le discours, lorsque notamment le sujet se fait surprendre en position de voyeur. Lacan illustre cette position du regard à partir de *L'être et le néant* de Sartre. Si pour Sartre, le regard du sujet vers l'autre fait disparaître l'œil de celui qui regarde le sujet, Lacan au contraire indique que le regard de l'autre n'a pas pour effet la néantisation du sujet, mais bien plutôt de rendre compte de cette défaillance profonde au sein même du sujet. Le sujet est pris, quand il est sous le regard de l'autre, comme la main dans le sac, surpris dans sa fonction désirante. C'est pour Lacan précisément parce que le regard est le marqueur du désir que le sujet vient à l'élider grâce au voile de la conscience : « *N'est-ce pas justement parce que le désir s'instaure ici dans le domaine de la voyure, que nous pouvons l'escamoter ?* »[315].

Enfin, Lacan précise que le regard comme objet n'est pas sans lien avec la pulsion : « *La schize entre le regard et vision nous permettra, vous le verrez d'ajouter la pulsion scopique à la liste des pulsions. Si on sait le lire, on s'aperçoit que Freud la met déjà au premier plan dans les pulsions et leurs avatars, et montre qu'elle n'est pas homologue aux autres. En effet, elle est celle qui élude le plus complètement les termes de la castration* »[316]. Le regard comme objet rend compte de la pulsion scopique qui, selon Lacan, fonctionne comme celle qui élude la division subjective.

---

314 Lacan, J. (1964). *Le Séminaire, Livre XI, Les quatre … op.cit.* p. 97.

315 *Ibid*., p. 98.

316 *Ibid*., p. 85-86.

Afin de conclure cet exposé en prenant appui sur les objets voix et regard, nous reprendrons la phrase de Lacan formulée dans la dernière leçon de son *Séminaire XI*, au cours de laquelle il pose une hypothèse que nous allons mettre au travail au cours de notre doctorat : « *Peut-être des traits qui nous apparaissent de nos jours de façon si éclatante sous l'aspect de ce qu'on appelle plus ou moins proprement les mass-média, peut-être notre rapport même à la science qui toujours plus envahit notre champ, peut-être tout cela s'éclaire-t-il de la référence à ces deux objets, dont je vous ai déjà indiqué la place dans une tétrade fondamentale - la voix, quasiment planétisée, voire stratosphérisée, par nos appareils - et le regard, dont le caractère envahissant n'est pas moins suggestif, car, par tant de spectacle, tant de fantasmes, ce n'est pas tellement notre vision qui est sollicitée, que le regard qui est suscité* »[317].

Le sujet va-t-il sur les réseaux sociaux dans une captation pour ne pas voir ? Et si le regard est suscité dans les médias de masse, comment l'est-il aujourd'hui dans les réseaux sociaux personnalisés pour chacun d'entre nous ?

[317] Lacan, J. (1964). *Le Séminaire, Livre XI… op.cit.* p. 305.

DEUXIÈME PARTIE : MÉTHODOLOGIE ET ÉTUDES DE CAS

Après l'exposé de notre problématique et une large revue de littérature permettant de situer les enjeux théoriques et cliniques de notre recherche, nous souhaitons dans cette deuxième partie, présenter la méthodologie adoptée et mettre à l'étude le matériel clinique recueilli dans une orientation psychanalytique. Pour se faire, nous déploierons deux chapitres distincts. Le premier aura pour charge de déplier le choix de notre méthodologie de recherche : entretiens semi-directifs et analyse de discours inspirée de la théorie psychanalytique et accolée à la rigueur attendue d'une recherche universitaire. Le second chapitre nous permettra de rester ainsi au plus proche des énoncés des participants dans un souci de présentation et de construction de cas.

CHAPITRE 1. LA RECHERCHE ORIENTÉE PAR LA PSYCHANALYSE, ENTENDRE LE DISCOURS SINGULIER DU SUJET

1. Le prisme analytique dans la recherche, une position actuelle

1.1. **La recherche en psychologie clinique**

« *Le regard n'est plus réducteur, mais fondateur de l'individu dans sa qualité irréductible. Et par là il devient possible d'organiser autour de lui un langage rationnel. L'objet du discours peut aussi bien être un sujet, sans que les figures de l'objectivité soient pour autant altérées. C'est cette réorganisation formelle et en profondeur, plus que l'abandon des théories et des vieux systèmes, qui a ouvert la possibilité d'une expérience clinique* »[318].

Tels sont les propos de Foucault dans la préface de l'ouvrage *Naissance de la clinique*. Outre la description du pas franchi dans la position médicale à partir de la fin du XVIIIe siècle, Foucault énonce que l'intérêt pour la singularité d'un cas n'efface en rien l'objectivité scientifique dans le cadre de la recherche et fonde la clinique en tant qu'expérience. De cette expérience, peut aussi être tirée à la fois une méthode applicable à la rencontre de tout sujet et à la fois ce qui rend possible une construction d'une théorie générale du fonctionnement psychique.

De prime abord, nous pouvons nous demander quel dialogue la clinique (et en premier lieu une discipline médicale) peut engager avec la psychologie, discipline issue des sciences humaines. Foucault nous rappelle à juste titre que la clinique révèle une position spécifique du clinicien, qu'il soit médecin ou non. Le clinicien est celui qui laisse venir les éléments cliniques sans tenter de les influencer par son discours : « *[la position du clinicien] laisse silencieusement venir les choses sous le regard, sans les troubler d'aucun discours* »[319]. Cette position du médecin clinicien est ainsi léguée au psychologue clinicien. Selon Mazel, le psychologue clinicien se situe ainsi : « *au plus près de l'expérience émotionnelle qui fournit la matière première à l'activité de penser* »[320].

En revanche, l'appartenance de la psychologie clinique au champ des sciences humaines permet le maintien de sa spécificité auprès des patients, mais aussi dans le cadre de

---

[318] Foucault, M. (1963). *Naissance… op. cit.* p. 12.

[319] *Ibid*. p. 17.

[320] Mazel, M. (2015). L'Éthique : de l'angoisse à la méthode. *Pratiques en santé mentale*. p. 25.

PLUCHART, Sandra. La captologie comme outil d'influence : enjeux psychopathologiques et subjectifs - 2025

la recherche. La psychologie clinique se distingue du médical en tant qu'elle ne se situe pas dans un primat du voir sur le corps du patient mais comme pratique de la parole au chevet du sujet. Elle s'intéresse davantage au fonctionnement psychique singulier d'un sujet et à l'origine de celui-ci tout comme aux mécanismes qui permettent la résolution d'un conflit (interne ou avec la réalité) rencontré par le sujet[321]. Certes la psychologie clinique regroupe des positionnements et orientations distincts. Mais ces derniers conservent néanmoins une posture théorique commune : « *Dans cette démarche, elle s'est ouverte à différents systèmes de pensée : la phénoménologie, l'existentialisme, le systémique, la non directivité, l'humanisme, la psychanalyse, puis le comportementalisme et le cognitivisme* »[322].

La psychologie clinique, au-delà d'un domaine spécifique de connaissances en tant qu'elle s'intéresse au fonctionnement du psychisme, se développe aussi dans le cadre de la recherche. Cependant, la recherche en psychologie clinique se décale nécessairement de la recherche expérimentale en ceci qu'elle s'attarde sur la singularité de chaque situation et qu'elle prend en compte le chercheur dans l'analyse issue de la recherche[323]. Ainsi en partant de cet aspect de la méthode, il convient de recueillir les énoncés des sujets en ne donnant que peu de contraintes pour une plus grande pluralité des possibilités de l'énonciation. C'est par ce prisme que la méthode s'exerce avec une grande liberté de la part du chercheur : « *Cette méthode suppose ainsi la présence du sujet, son contact avec le psychologue, mais aussi sa liberté d'organiser les situations proposées comme il le souhaite* »[324]. La méthode clinique s'appuie sur les mêmes techniques que l'entretien clinique dans le cadre d'une rencontre à visée thérapeutique entre un psychologue et un patient puisque la visée est de recueillir ce que vient déposer le sujet rencontré, à savoir notamment ses énoncés et éventuellement ses associations libres. C'est pourquoi Fernandez et Pedinielli peuvent notamment définir la psychologie clinique comme étant à la fois un domaine et une méthode.

Du point de vue de ces auteurs, la recherche en psychologie clinique se doit de prendre en compte la singularité de chaque cas. En ce sens, cette position est similaire à celle de Daniel Lagache dans son texte *L'unité de la psychologie*. En revanche, au sein

---

[321] Fernandez, L. et Pedinielli, J. (2006). La recherche en psychologie clinique. *Recherche en soins infirmiers*, N° 84(1), 41-51. https://doi-org.ezproxy.u-paris.fr/10.3917/rsi.084.0041. p. 42.

[322] *Ibid*., p. 43.

[323] *Ibid*., p. 42.

[324] *Ibid*.

PLUCHART, Sandra. La captologie comme outil d'influence : enjeux psychopathologiques et subjectifs - 2025

même de ce texte, Lagache dégage un statut particulier d'un des systèmes de pensées aujourd'hui inclus dans la psychologie clinique : « *Dans tout cela, la psychanalyse occupe et vraisemblablement continuera d'occuper une place à part* »[325].

1.2. **L'orientation psychanalytique**

Pour Lagache, la psychologie clinique est héritière de la psychanalyse : « *ce qu'on appelle psychologie clinique a une dette envers la psychanalyse* »[326]. En effet pour Lagache, le caractère principal de la psychanalyse se situe dans la mise au jour du fantasme au sein même de la perception et pointe en ceci la naissance du sujet : « *c'est bien par le fantasmatique, ou par un mélange de fantasmatique et de perçu que tout a commencé* »[327]. Lacan de son côté, place la psychologie du côté d'un certain dogmatisme, par opposition à la psychanalyse et s'exclamait à son public lors de son séminaire : « *Nous ne sommes pas ici des psychologues, nous sommes des psychanalystes* »[328].

Pour autant, dès Freud, apparaît la volonté de placer la psychanalyse dans le champ de la science afin de la distinguer d'une vision harmonieuse du monde, vision empêchant – selon Assoun - de faire des trouvailles[329]. Insérer la psychanalyse dans le champ de la science, c'est déjà se positionner du côté d'une incomplétude du monde, et marquer ainsi l'existence d'un manque. En effet, appréhender le sexuel en psychanalyse, c'est avant tout un mouvement qui, selon la formule d'Assoun, détotalise le savoir[330] . Et c'est précisément en cela que la psychanalyse, malgré son appartenance à la science, se distingue du discours de la science. Dès 1893, Freud se décale alors d'une position « scientiste », c'est-à-dire du côté de la maîtrise du savoir, grâce au cas d'Elisabeth Von R. Dans ce texte il y écrit : « *Je n'ai pas toujours été psychothérapeute, mais j'ai été formé aux diagnostics locaux et à l'électrodiagnostic comme les autres neuropathologistes et je suis encore moi-même singulièrement étonné de ce que les histoires de malades que j'écris se lisent comme des romans et qu'elles soient dépourvues pour ainsi dire du caractère sérieux de la scientificité. Je dois me consoler du fait que la nature de l'objet est manifestement responsable de ce résul-*

---

[325] Lagache, D., (1969). *L'unité de la psychologie*. PUF. p. 13.

[326] *Ibid*., p. 14.

[327] *Ibid*.

[328] Lacan, J. (1962-1963). *Le Séminaire, Livre X L'Angoisse*. Seuil. 2004. p. 24.

[329] Assoun, P.-L. (2004). La recherche freudienne. Petit Discours de la Méthode à l'usage de la Recherche en psychanalyse. *Recherches en psychanalyse*. p. 53.

[330] *Ibid*.

tat et non mon choix personnel ; le diagnostic local et les réactions électriques n'ont aucune valeur pour l'étude de l'hystérie, tandis qu'une présentation approfondie des processus psychiques, à la façon dont elle nous est donnée par les poètes, me permet, par l'emploi de quelques rares formules psychologiques, d'obtenir une certaine intelligence du déroulement d'une hystérie »[331].

Freud affirme ici non pas l'intérêt, mais la nécessité de rendre compte du récit de l'histoire singulière de chaque cas qui permet la compréhension des mécanismes qui mènent notamment à l'hystérie. De plus, il introduit l'importance d'une méthode analogue aux poètes, à savoir que nous devons nous intéresser à l'art du langage, via l'utilisation des mots. Nous comprenons alors ici le lien avec l'approche lacanienne de la psychanalyse. Lacan définit en effet la psychanalyse comme la science du langage habité par le sujet[332]. Si Lagache attachait le fantasme comme ce qui produisait le sujet, Lacan prend une autre position : « *À quoi sert le langage ? S'il n'est ni fait pour signifier les choses expressément, je veux dire que ce n'est pas du tout la première destination, et si la communication non plus ? Et bien c'est simple, c'est simple et c'est capital : il fait le sujet. Ça suffit bougrement* »[333].

La psychanalyse se positionne du côté de la science en tant qu'elle se refuse à penser le monde comme un tout duquel rien ne manque. Elle s'appuie justement sur ce manque pour décrire les différents mécanismes psychiques propres à l'Homme. Elle s'écarte ainsi du discours de la science qui totalise le savoir et s'intéresse nécessairement à ce qu'il en est de malentendu dans le langage qui façonne le manque, au cœur de la constitution du sujet. En outre, comment se place le chercheur en psychanalyse ? Qu'a-t-il de spécifique qui inspire notre conduite de psychologue chercheur orienté par la psychanalyse dans le cadre de cette recherche de doctorat ? « *Je ne suis pas un véritable homme de science ni un expérimentateur, ni un penseur, je ne suis qu'un conquistador, un explorateur* »[334] nous oriente Freud. La position du chercheur en psychanalyse est plus proche de celle de l'historien, de l'archéologue ou encore du géographe, Freud nous ouvrant un espace et

---

331 Freud, S. Breuer, J. (1893). Mademoiselle Elisabeth v. R. *Études sur l'hystérie.* PUF. p. 127-128.

332 Lacan, J. (1966). *Écrits*. La science et la vérité. Paris : Seuil, p. 256.

333 Lacan, J. (1966). *Petit discours aux psychiatres.* Autres écrits. Seuil, 2001, p. 237-257. *C*ité dans Lebrun, J.-P. (2006). *Un monde sans limite*. Éres. p. 201.

334 Freud, S. Lettre à Wilhelm Fliess du 1er février 1900, in P.-L. Assoun, *Psychanalyse*, Presses Universitaires de France, Premier cycle, 1997, Livre I, « Heuristique. La découverte freudienne et sa généalogie », p. 97.

un temps à explorer au sein du sujet, qui se nomme l'inconscient. Cette exploration se produit néanmoins avec le même outil que le psychanalyste, comme le souligne Assoun, à savoir la langue et tous ces malentendus[335].

1.3. **La psychanalyse dans la recherche en psychologie clinique**

Nous connaissons désormais à l'appui de Freud, la position du psychanalyste comme celle d'un explorateur de l'inconscient, via l'outil qu'est le langage. Nous constatons comment la position du psychanalyste est très proche de la position du chercheur. La psychanalyse se définit en effet à la fois comme une pratique mais aussi comme une méthode d'investigation des processus inconscients. Le psychanalyste en somme est toujours déjà un chercheur. La psychanalyse est d'abord décrite comme un lieu où peut se produire une recherche : « *Quel genre de milieu est la psychanalyse pour donner lieu à de la recherche ?* »[336]. Ceci dit, le chercheur orienté par la psychanalyse a à se soumettre à l'exigence de ce cadre qu'est la recherche universitaire. Notre recherche ici ne s'effectue pas dans le dispositif de la cure type ou d'une psychothérapie, mais dans le cadre universitaire. Ceci implique certes des similarités avec la place du psychanalyste tout en s'en distinguant : les sujets rencontrés ne le sont pas dans le cadre d'une rencontre clinique bien que nos outils d'écoute et d'analyse soient orientés par la psychanalyse. Nous avons affaire aux spécificités du travail de doctorat et nous devons faire avec le cadre de notre exercice, à savoir la recherche en psychologie clinique qui est distinct de notre statut de psychologue clinicienne. Assoun rappelle la position freudienne qui peut nous servir néanmoins de boussole et que nous souhaitons adopter dans le cadre universitaire : « *Il faut être sanguin dans l'essai, critique dans le travail* »[337]. Néanmoins, nous nous gardons de laisser entendre que la recherche universitaire via la psychanalyse sonne comme une évidence. Délimiter la recherche orientée par la psychanalyse nécessite d'abord de prendre en compte le discours de celle ou de celui qui a accepté de participer à notre recherche au travers de ses propres signifiants : « *Il faut se mesurer à la question en son abrupt pour lui donner son plein tranchant, tant il est essentiel, en bonne éthique freudienne, de ne pas céder dans les*

---

335 Assoun, P.-L. (2004). La recherche freudienne. Petit Discours de la Méthode à l'usage de la Recherche en psychanalyse. *Recherches en psychanalyse*, no 1(1), 49-63. https://doi.org/10.3917/rep.001.0049. p. 53.

336 *Ibid.* p. 50.

337 *Ibid*. p. 49.

mots sous peine de céder tout ou tard dans la chose »[338]. Assoun rappelle par cette formule l'éthique dans laquelle nous nous inscrivons. Ne pas céder dans les mots employés par le sujet nous garantit ainsi de ne pas tomber dans la maxime universelle que serait la chose, et donc de ne pas nous placer du côté du dogme.

Ensuite, Assoun énonce qu'une recherche suppose une disparition, quelque objet perdu dont l'espoir réside dans l'éventuelle trouvaille, ou retrouvaille : « *C'est une perte qui au lieu d'ouvrir quelque mélancolisation - pousse au travail* »[339]. Cet objet dit perdu qui pousse à la recherche n'est cependant pas un objet précis, qui nous conduirait là encore à produire un dogme ou à figer la rencontre dans notre recherche. La position du chercheur orienté par la psychanalyste réside en ceci qu'il doit faire avec le manque duquel pourra éventuellement ressortir une trouvaille, dès lors bien souvent inattendue. Ainsi la recherche en psychologie clinique accepte que la saisie de son objet ne se livre pas facilement et nécessite une méthode pour s'en approcher et le cerner, analogue à celle promue par la psychanalyse. C'est en ce sens que Assoun peut affirmer que : « *la psychanalyse est doublement domiciliable, à l'Université… et en elle même* »[340].

Troisièmement, le chercheur orienté par la psychanalyse, à l'appui de cette éthique peut être comparé pour Assoun à l'enfant, celui qui établit sa propre théorie sexuelle infantile car c'est en somme la première démarche de recherche chez tout sujet. L'auteur soutient en effet que le sexuel apparaît comme le paradigme la recherche, en tant que le chercheur s'appuie sur un questionnement qui reflète l'énigme du désir de l'autre : « *Plus « corsée », se dessine la question du sexuel dans le couple parental même, énigme du désir de l'autre* »[341]. Cette question infantile apparaît intimement singulière à chacun. Dès lors, le chercheur se trouve nécessairement, à l'instar du petit sujet, dans un état de solitude : « *Tel est le chercheur qu'il doit savoir traverser et expérimenter cette solitude qui le ramène à sa condition primaire* »[342]. Précisément enfin, le psychologue clinicien chercheur se trouve dans un écart, en quelque sorte structurel entre le désir de savoir et les résultats effectifs du fait de cette position rappelant l'infantile[343]. Chaque résultat ne peut fermer la

---

[338] *Ibid*. p. 50.

[339] *Ibid*.

[340] *Ibid*., p. 50.

[341] *Ibid*., p. 57.

[342] *Ibid*., p 58.

[343] *Ibid*.

pensée. Des questions surgiront nécessairement, même à la fin de cette recherche du fait de cette orientation.

Au fond, la psychanalyse dans la recherche en psychologie clinique formule une question à la fois intime au chercheur mais qui s'appuie aussi sur le socle de la méthodologie de recherche : « *Comment donc sans dénier cette maladie infantile de toute théorie, la concilier avec l'exigence de théoriser, sur cet objet du réel inconscient ?* »[344]. Freud nous renvoie toujours à un autre, un pair pour faire une critique de notre travail. L'université en ce sens joue un rôle prépondérant, un rôle bordant, par les limites qu'elle impose au chercheur. L'université en quelque sorte se pose en garant éthique et méthodologique et vient border les élaborations théoriques et cliniques du doctorant.

2. Hypothèses de recherche

Comme nous avons pu le voir précédemment, notre recherche de doctorat en psychopathologie clinique est orientée par la psychanalyse, une nécessité épistémologique compte tenu de la volonté d'aborder notre recherche en prenant acte de l'existence de l'inconscient. Cette recherche combine à la fois l'exigence scientifique que demande un travail dans le cadre universitaire, et à la fois la méthode affiliée à la psychanalyse qui s'appuie notamment sur ce que Jean-Marie Sauret et Luz Zapata-Reinert rappellent de l'orientation analytique qui : « *coïncide avec l'adoption du « paradigme de la singularité », en préservant ce que ce syntagme contient d'oxymore. Ce paradigme se décline en : a) hypothèse de l'inconscient, b) primat de la parole, c) privilège du symptôme, d) orientation sur la (dévalorisation de) la jouissance et le réel du sujet, via l'angoisse* »[345]. Pour rendre compte de cette recherche, nous présenterons des cas cliniques dont nous aurons analysé le discours de manière qualitative, grâce à la conduite d'entretiens semi-directifs. Nous construisons ainsi un savoir en accord avec la démarche scientifique attendue dans le cadre d'une thèse de doctorat. L'orientation psychanalytique suggère une étude clinique différentielle de la problématique qu'est l'usage des réseaux sociaux basés sur les technologies persuasives, en fonction de la structure subjective des différents sujets rencontrés.

Notre recherche théorico-clinique a pour but de repérer les incidences psychopathologiques et subjectives de l'utilisation des réseaux sociaux basés sur les technologies persuasives. Nous nous interrogeons à ce titre sur les fonctions et les effets de cette utilisation massive des réseaux sociaux qui abritent des technologies persuasives pour le sujet et

---

[344] *Ibid.*

[345] Sauret M.-J., Zapata-Reinert L. (2015). « L'éthique du cas : est-il possible de se régler sur l'éthique de la psychanalyse ? », *Cahiers de psychologie clinique*, 2015/1, n°44, p. 51-71.

ce, en questionnant les éventuelles différences selon les structures psychiques. L'hypothèse générale de notre recherche se formule de la façon suivante : *Par l'usage des réseaux sociaux basés sur les technologies persuasives, l'individu met en scène à son insu ses problématiques subjectives.*

Dans la perspective de répondre à notre hypothèse générale, nous mettrons ainsi au travail les hypothèses opérationnelles suivantes :

- *L'utilisation des réseaux sociaux est à tout coup singulière et se décline de manière différenciée en fonction des structures psychiques*
- *L'utilisation des réseaux sociaux occupe des fonctions particulières pour chaque sujet sur le plan psychique (évitement ou tentative de résolution d'un conflit subjectif, coupure vis-à-vis du monde extérieur, curiosité pulsatile, désir de connaissances, etc.)*
- *L'utilisation des réseaux sociaux pourrait entraîner, chez certains sujets, des effets psychopathologiques (trauma, addictions, agressivité, isolement, etc.).*

3. Le dispositif de recherche

3.1. **Quelques spécificités du dispositif**

Dans le cadre de cette recherche, nous avons rencontré des individus familiers de l'usage des réseaux sociaux. Pour recruter des participants, nous avons choisi de lancer des appels à témoignage directement sur les plateformes de réseaux sociaux, lieux propices pour toucher des personnes qui entrent dans nos critères de participation. Nous avons cependant aussi tenu à recruter des participants en dehors de ce cadre, par le biais du bouche à oreille, afin de nous assurer un panel suffisamment large et varié.

Nous tenions à recruter des participants francophones de toutes régions afin d'avoir un échantillon le plus diversifié. Cette volonté nous a poussé à mettre en place un dispositif de recherche fondé sur la rencontre virtuelle. En effet, nous avons premièrement proposé à tous les participants qui pouvaient de façon raisonnable se déplacer à Paris, un entretien en présentiel dans un lieu neutre et adapté. Cependant, tous les participants ont préféré une autre modalité de passation, à savoir l'entretien téléphonique ou la visioconférence pour deux d'entre eux. Nous étions au départ favorable à un entretien en présentiel car nous souhaitions recueillir les éléments cliniques au plus proche d'un entretien classique en ayant accès à des éléments indirects comme la présentation physique, la manière du participant d'habiter son corps et tout autre signe qui nous paraissaient pertinent à noter. Nous supposions de plus une non-conformité dans la recherche de rencontrer des sujets par télé-

phone. En effet, comme le souligne Vasse en 1977 : « *Téléphoner n'est jamais rencontrer quelqu'un, c'est toujours éviter la rencontre* »[346]. Comment expliquer et rendre compte de la préférence du téléphone pour tous les participants capables de se déplacer pour échanger en présentiel ? Est-ce un moyen de ne jamais s'engager tout-à-fait dans la rencontre ? Est-ce le témoignage d'un évitement généralisé de la rencontre des corps, typique de notre monde contemporain ?

Si nous pouvons d'emblée penser à une esquive du corps pour justifier la préférence du téléphone, il se peut que d'autres paramètres (comme les problèmes de transport) soient entrés en compte dans ce choix de la modalité d'entretien. Au-delà même du corps, et de la même manière pour nous en tant que chercheuse, nous avons été traversée par l'idée de « gagner du temps ». La technique virtuelle de l'entretien téléphonique permet d'évacuer la présence des corps autant que l'écoulement du temps. Le téléphone peut rendre compte d'un outrepassement des frontières géographiques et par conséquent, il transgresse également les limites de la réalité. Ce dispositif répond finalement assez bien à notre contemporanéité décrite en première partie de ce travail. Néanmoins, peut-on affirmer qu'il n'existe pas de rencontre du tout par le biais de l'échange téléphonique ?

Les propos de Vasse tenus en 1977 reflètent un temps où Internet n'existait pas encore, mais aussi un temps où la rencontre de l'autre se produisait dans une large majorité dans des lieux forçant l'engagement et la présence des corps (par opposition au virtuel). Or notre société contemporaine a été traversée par les TIC mais aussi par la crise sanitaire du COVID-19 qui ont conduit à un ajustement du lien social en limitant notamment les modes de rencontre. Le téléphone peut ainsi conserver les échange et la rencontre via la parole. En témoigne ces deux psychanalystes suite à la pandémie de coronavirus : « *Nous pouvons néanmoins maintenir vivant notre lien à nos patients* »[347] disent-elles du téléphone.

Quand bien même le corps et le regard ne se croisent pas, on perçoit des éléments subjectifs propre à une rencontre. Ils se repèrent à d'autres endroits. Cadéac et Lauru l'affirment, il subsiste une : « *incarnation de l'autre malgré son absence […] qui repose sur les éléments verbaux et infra-verbaux* »[348]. Le téléphone peut ainsi autoriser une rencontre que nous reconnaissons néanmoins partielle. Cependant, ce dispositif de recherche ouvre une nouvelle façon de recueillir des données. Nous nous sommes ainsi concentrée sur les

---

[346] Vasse, D. (1977). L'inconscient et le téléphone. in « *S.O.S. Amitié France* ». n° 15. Congrès de Dijon : « *Écoute et Sexualité* ». Inédit.

[347] Miermont-Schilton, D. et Richard, F. (2020). Psychanalyse à distance : Skype ou téléphone ? *Le Carnet Psy*, 236(6), 41-45. https://doi-org.ezproxy.u-paris.fr/10.3917/lcp.236.0041. p 41.

[348] Cadéac, B. & Lauru, D. (2007). L'entretien clinique au téléphone. *Le carnet PSY*. p. 23.

signifiants mais aussi sur les silences, les absences, les énoncés parasites qui donnent au dispositif une autre résonance du sujet. L'intention d'écoute est particulière mais n'entrave pas l'émergence de contenus subjectifs quand bien même le corps est absent. De plus, on peut remarquer que l'absence de présence physique permet justement de concentrer toute notre attention sur le discours. Dès lors, nous pouvons qualifier ce dispositif comme permettant une rencontre, mais une rencontre virtuelle.

Le virtuel ne se résume pas en effet aux technologies numériques. Les Hommes ont cette capacité de produire des temps parallèles où se superposent la réalité et l'imaginaire : « *La scénarisation virtuelle est tout entière gouvernée par l'anticipation de l'acte possible du retour* »[349] nous disent Vlachopoulou et Missonnier. Le virtuel se distingue de l'imaginaire de part une anticipation de l'acte qui marquera potentiellement la réalité. Dès lors le virtuel est en puissance ce que l'actuel est en acte. L'acte effectué est bien souvent anticipé virtuellement. Vlachopoulou et Missonnier parlent ainsi de « *simulation psychomotrice* »[350]. Nous retiendrons la définition du virtuel comme : « *une construction mentale de l'observateur immergé physiquement dans des simulations sensorielles interactives en 3D ou 4D (des artefacts technologiques) qui leurrent sa perception* »[351]. L'interaction entre deux êtres humains via le téléphone est ainsi une situation dite virtuelle car l'outil téléphone donne la simulation d'une proximité entre deux sujets, une rencontre virtuelle.

Même si la rencontre n'est pas actuelle, elle n'en reste pas moins réelle. Cette rencontre réelle virtuelle mais non actuelle implique certaines conséquences qu'il s'agit de prendre en compte dans le cadre d'une recherche universitaire. Nous avons conscience de certains points de vigilance à accorder tout au long de ce travail : « *Le virtuel a cette particularité de ne jamais mobiliser tous les sens. Pourtant, la conscience ne peut se contenter de parcelles, de morceaux de réalité et doit pouvoir trouver ressource dans l'imaginaire pour boucher les trous. C'est alors l'imaginaire qui donne l'illusion d'une continuité de perception* »[352]. Il s'agit donc d'avoir conscience qu'en tant que sujet, le chercheur peut être en proie à combler ce manque. Nous détaillerons ci-après ce qui nous a permis de ne pas céder à cet imaginaire dans le cadre de cette recherche doctorale et ce qui nous a au

---

[349] Vlachopoulou, X., Missonnier, S. (2019). Chapitre premier. Les sources du virtuel. *Psychologie des écrans* (p. 3-47). Presses Universitaires de France. https://shs-cairn-info.ezproxy.u-paris.fr/psychologie-des-ecrans--9782130815945-page-3?lang=fr.

[350] *Ibid*.

[351] *Ibid*.

[352] Capobianco, A. & Gonzalez, J. (2012). Limites et spécificités du cadre de l'entretien par téléphone. In. *La clinique du bout du fil : L'aide psychologique par téléphone en question* (p. 19 - 54). PUF. p. 21.

contraire permis de conserver une rigueur méthodologique dans le dépouillement des données.

3.2. **Les participants**

Dans l'objectif de rencontrer des personnes acceptant de participer à une recherche en sciences humaines concernant leur usage des réseaux sociaux basés sur les technologies persuasives, nous nous sommes rapprochés de plateformes de réseaux sociaux tel que Facebook et Linkedin notamment. Nous avons aussi sollicité notre réseau relationnel et professionnel afin de diffuser un appel à participation de façon plus générale, toujours dans le but de recruter des participants non connus dans un autre cadre.

Nous avons fait le choix d'ouvrir la participation à cette recherche à des personnes majeures qui ont une utilisation régulière des réseaux sociaux basés sur les technologies persuasives. Notre intérêt a été de cibler un public tout venant afin de composer notre recherche avec un panel le plus diversifié possible.

Les douze personnes (6 hommes et 6 femmes) qui constituent l'échantillon de notre étude ont un âge situé entre 23 et 70 ans. Ces personnes nous ont sollicité librement suite à la publication de notre appel à témoignages. Les entretiens ont duré environ 45 minutes. Pour des raisons pratiques liées aux distances géographiques, ils se sont déroulés par téléphone et ont été enregistrés après accord (et l'assurance de rendre anonyme les données ainsi recueillies). Néanmoins, deux personnes ont souhaité nous rencontrer en visioconférence, c'est pourquoi nous avons réalisé deux entretiens via le logiciel Zoom dans les mêmes conditions d'anonymat que le téléphone, en sachant que seul l'audio a été enregistré avec leur accord. La transmission de leur numéro et la prise de rendez-vous téléphonique a valu comme consentement de participation à la recherche, après transmission par écrit de toutes les informations nécessaires pour prendre cette décision de façon libre et éclairée.

Les participants résidaient dans différentes régions de France, ce qui a permis de faciliter le recrutement mais surtout d'éviter un empiétement sur notre activité de clinicienne en exercice dans un établissement public de soins en psychiatrie.

3.3. **Méthode : l'entretien clinique semi-directif de recherche**

Comme le soulignent Fernandez et Pedinielli : « *La situation clinique est la source d'inspiration et le lieu d'élaboration de la recherche* »[353]. Le cadre de la recherche clinique doit s'inspirer de la pratique clinique pour créer une méthode qui puisse être reproductible et de laquelle le chercheur puisse tirer des conclusions qui viendront en retour alimenter la théorie. Notre objectif étant de recueillir des données cliniques à partir du rapport singulier que chaque participant porte sur les réseaux sociaux basés sur les technologies persuasives, ce type de recherche qu'est la recherche clinique non-objectivante nous est apparue la plus pertinente du fait de notre orientation. En effet, ce type de recherche s'attache à défendre la spécificité de la situation clinique dans ce qu'elle peut nous enseigner puis à élaborer des études de cas permettant de produire des connaissances et de soutenir un débat dans le champ universitaire.

La méthode que nous avons choisie dans le cadre de cette recherche de doctorat s'appuie sur des principes qui ont guidés tout au long notre travail. Nous avons pris ainsi en compte le respect de la singularité par la retranscription fidèle du contenu des discours, la recherche des différentes fonctions des actes et conflits repérés au travers des énoncés de chaque sujet, mais aussi les effets psychiques et psychopathologiques notables que rapportent les participants dans leurs pratiques quotidiennes des réseaux sociaux[354]. Dans cette perspective, l'entretien clinique semi-directif de recherche est la technique la plus adaptée pour notre recherche de doctorat. Nous avons décidé de laisser libre cours aux associations de chaque participant, de repérer et respecter les éventuels ratages dans le discours (hésitations, silence, changement de temps, etc.) qui participent aussi de l'analyse de tout ce qui se dit pour le ou la participant(e). Cette « *technique de choix* »[355] permet d'accéder au sujet et à certains contenus inconscients tout en conservant la spécificité de la rencontre clinique asymétrique. Si pour Fernandez et Pedinielli, cette asymétrie se situe dans la demande du sujet vis à vis du clinicien, il convient d'apporter quelques nuances qui surviennent dans le cadre de notre dispositif de recherche. Nous devons prendre en compte le fait que c'est ici le chercheur qui est en demande contrairement à la situation clinique classique. Bien que la proposition d'une rencontre de la part du chercheur introduit le ou la participant(e) au désir de ce dernier, nous constatons que la proposition de rencontre a, pour certains sujets, per-

---

[353] Fernandez, L. Pedinielli, J-L. (2006). la recherche en psychologie clinique. *Recherche en soins infirmiers,* p. 45.

[354] *Ibid*., p. 42.

[355] *Ibid*., p. 48.

mis qu'une demande préalable se déploie sur la personne du chercheur, à l'image d'un transfert rencontré dans la situation clinique classique. Pour quelques participants rencontrés au cours de cette recherche, la volonté de contrecarrer la solitude a motivé leur participation. De plus, de nombreux participants à la fin de l'entretien ont formulé une demande de retour concernant les résultats de cette recherche. Notre appel à témoignage sous forme de proposition d'un espace de parole a semblé résonner chez ceux du côté d'une accroche transférentielle, d'une élaboration de la demande, voire de pouvoir déposer une parole sur une certaine souffrance psychique.

L'orientation psychanalytique que nous défendons dans notre recherche nous invite à la modestie et à prendre justement appui sur les limites de toute recherche d'orientation clinique ; ce qu'Assoun rend compte dans la recherche en psychanalyse, de laquelle nous nous inspirons : « *La psychanalyse produit du savoir, c'est un fait – ce qui fonde sa place dans la fabrique et la transmission de savoir universitaire non seulement de facto, mais de jure. Mais ce savoir, elle l'éprouve sur ce réel hors texte qu'est le symptôme et le savoir qu'il génère ; corrélativement, elle ne sépare pas l'épistémè de la praxis, soit son acte – ce que l'on peut regrouper autour de l'axe transférentiel de l'expérience analytique. Cet acte a ceci de particulier qu'il désappointe tout savoir. Cela confronte à l'ignorance. Non pas l'ignorance, état privatif de savoir, mais l'ignorance comme « passion fondamentale », à laquelle Lacan fait sa place parmi les passions fondamentales, à côté de l'amour et de la haine. Ainsi peut-on distinguer : l'ignorance comme état s'appelle débilité, l'ignorance comme passion a pour nom : recherche* »[356]. Le savoir que produit une recherche orientée par la psychanalyse nous permet de nous déprendre de tenter de récolter un savoir plein et entier. Cette nécessaire ignorance dont parle Assoun permet justement de soutenir notre démarche de recherche.

Au delà de la seule référence à la psychanalyse comme doctrine, nous nous plaçons dans les orientations freudienne et lacanienne référées aux différentes structures psychiques pour passer du particulier à une lecture plus généralisante des faits cliniques. L'orientation structurale nous permet de ne pas réduire la rencontre à la seule dimension psychopathologique, mais avant tout de repérer comment le sujet se situe dans le lien social et d'analyser son rapport au désir et à l'Autre, au sexuel et à la vérité. La dimension symptomatique s'inclut dès lors dans une logique subjective, et ce indépendamment du caractère psychopathologique des comportements, pratiques ou attitudes dont peuvent témoigner certains sujets.

---

[356] Assoun, P.-L. (2004). La recherche freudienne… *op. cit.* p. 61.

L'entretien clinique semi-directif basé sur l'écoute analytique devrait nous permettre de répondre clairement à nos hypothèses opérationnelles. Cette méthode nous donne un caractère de reproductibilité essentiel pour la recherche. Mais aussi, l'écoute singulière de la subjectivité est mise en avant par le caractère associatif de l'entretien, le sujet pouvant, à partir des questions du clinicien chercheur, parler librement. Le caractère transférentiel de la rencontre est de plus conservé, ce qui nous donne des indices d'analyse supplémentaires. L'entretien semi-directif se situe en effet à la jonction entre l'association libre qui permet l'émergence de l'inconscient, et en même temps de limiter notre champ d'investigations à un certain espace du rapport du sujet au monde, ici du rapport du sujet aux réseau sociaux qui abritent des technologies persuasives.

Pour construire notre grille d'entretien semi-directif, il s'est donc agi de s'inspirer de notre corps d'hypothèses formulé à partir d'un modèle théorique référé à la psychanalyse et à une approche structurale des faits psychiques. Par ailleurs, nous avons également souhaité prendre en compte l'état du lien social contemporain en mutation depuis l'apparition des technologies numériques et de communication. Pour construire une grille d'entretien semi-directive de recherche, nous sommes partis des questionnements suivants : Qu'est ce que la pratique singulière des réseaux sociaux permet d'indiquer sur ce qu'il en est au cas par cas de la structure subjective ? Comment l'objet regard est-il investi dans le cadre de l'utilisation des réseaux sociaux ? Quels fantasmes sont émis en jeu dans l'usage des réseaux sociaux ? Éventuellement peut-on avoir accès à ce qui fait symptôme chez le sujet à la fois sur le versant de la jouissance en quelque sorte « autistique » et dans le rapport que chaque sujet entretient avec le lien social et les discours dominants ? Qu'est-ce que l'usage des réseaux sociaux peut éclairer du rapport au corps de chaque participant ? Enfin, la consultation des réseaux sociaux fait-elle émerger une position de dépendance potentiellement pathologique ? Il nous est paru pertinent de formuler des questions à adresser au participant de l'étude en ayant recours à une grille d'entretien, véritable boussole thématique dont nous donnons ici les principaux éléments :

- *La pratique des réseaux sociaux*
- *Le rapport à l'imaginaire et au savoir*
- *L'investissement de l'objet regard*
- *Le rapport au corps et l'émergence du Réel*
- *La dépendance éventuelle*
- *Le rapport au lien social contemporain*

Les données ainsi recueillies devaient nous permettre de répondre à nos hypothèses mais également de laisser place à la surprise et aux trouvailles grâce à la liberté as-

sociative des sujets interrogés et d'en extraire de possibles fonctions et effets de leurs différents usages. En abordant différents axes, la grille d'entretien pouvait aussi nous permettre d'avoir accès à la position subjective, au cas par cas, des participants face aux réseaux sociaux basés sur les technologies persuasives. Cette grille d'entretien devait enfin nous permettre de réfléchir sur le mode de lien social qu'autorise ou qu'instaure les réseaux sociaux, d'en décrire les particularités et plus généralement leurs incidences sur le lien social contemporain comme sur les individus.

4. Analyse des données

4.1. **Dépouillement des données récoltées, enregistrement audio et retranscription**

Dans un souci de rigueur scientifique émanant de l'exigence du travail universitaire, nous avons choisi de dépouiller les données récoltées selon deux entrées superposées l'une à l'autre.

Tout d'abord, nous avons enregistré tous les entretiens téléphoniques et en visioconférence avec un dictaphone. Les participants ont été prévenus de cet enregistrement et ont donné leur accord. Chaque audio obtenu a été extrait du dictaphone vers un disque dur externe conservé par nos soins. Les audios n'ont été publiés sur aucune plateforme liée à Internet afin de respecter la confidentialité des propos ainsi que l'anonymat des participants. Nous avons choisi d'enregistrer le discours des sujets rencontrés en entretien afin de restituer au cours de cette recherche leur parole de la manière la plus fidèle possible. En outre, cette méthode nous permet de n'omettre aucun détail clinique qui aurait pu nous échapper lors de la passation des entretiens. L'analyse des données s'en voit ainsi la plus précise possible et reste au plus proche des énoncés et de la position subjective de chaque participant.

Ensuite, ces enregistrements audios ont été retranscrits sur un document écrit. La restitution de cette recherche se faisant par le biais du travail d'écriture, il nous a semblé logique de rendre compte des données cliniques en Annexes dans le but de les rendre accessibles aux lecteurs de ce travail. La retranscription comporte également un autre avantage qui est celui de classer les différents éléments cliniques par thèmes. L'écrit nous permet aussi de revenir régulièrement sur le document de manière visuelle afin d'exploiter de façon optimale les données récoltées dans les entretiens. Nous avons néanmoins conscience que le travail sur un document écrit peut empêcher certains contenus d'apparaître dans l'analyse des données. L'effort a été de rendre compte de la

« *transpiration* »[357] des énoncés de chacun des participants lors de la retranscription. Nous avons pris ainsi en compte dans la retranscription d'une part, mais aussi dans nos divers allers-retours vers les audios ce que Tosquelles qualifie de la « *fonction connotative du langage* »[358] à savoir l'air, les silences ou encore les absences qui coupent les mots et apportent une couleur subjective à la façon dont chaque participant habite son langage.

Ce choix d'un double matériel d'analyse nous renvoie à ce que Vasse souligne de la permanence de l'actualité des propos recueillis sous cet angle : « *L'enregistrement audio et la retranscription d'entretien ne tiennent pas compte de la limite du temps et de l'espace. Nous pouvons les étudier des années plus tard et l'actualité du propos sera toujours la même* »[359]. Nous restons de ce fait au plus proche des propos des participants tout en nous autorisant la souplesse de ralentir le rythme de parole ou de l'accélérer au besoin, ou encore de faire des allées et venues dans le temps du discours pour en extraire la répétition de l'utilisation des mots, nous aidant pour dresser la logique subjective des différents cas. Ce matériel ainsi construit et remodelé nous est apparu essentiel pour analyser les données, dont nous donnerons les éléments de repère dans une partie ultérieure.

Procéder de cette manière nous a permis d'ouvrir un lieu d'analyse de la singularité de chaque personne rencontrée et du contenu de chaque entretien dans un après-coup. Les entretiens semi-directifs ayant été conduits par nous-même, le dépouillement des données récoltées et la transformation des éléments bruts en documents modulables rendent possible l'analyse de contenus cliniques dans le cadre de la recherche doctorale. Cette transformation des supports qui conserve pour autant le caractère authentique des données récoltées nous a permis d'avoir un recul nécessaire à leur exploitation. Nous abordons ainsi notre matériel avec prudence : nous accordons une vigilance quant à de potentielles projections. Ce travail préalable à l'analyse des données permet de redonner une distance nécessaire entre le chercheur et l'objet de recherche. L'après-coup de cette transformation, étirée dans le temps nous permet d'aborder ce matériel avec objectivité et rigueur scientifique.

De plus, nous remarquons une maturation du chercheur lors du déploiement de l'ensemble de ce travail de recherche. Le temps écoulé entre le recueil des données (deuxième année de thèse) et leur analyse (quatrième année de thèse), en passant par le

---

357 Tosquelles, F. (2001) « Préface » dans *Psychiatrie et psychothérapie institutionnelle*. Lecques, éditions du champ social. p. 13.

358 *Ibid*.

359 Vasse, D. (1977). L'inconscient et le téléphone… *op. cit.*

mode de dépouillement (troisième année de thèse) a permis un détachement de la jubilation première de la découverte des données pour s'attacher davantage à une analyse minutieuse des résultats, au plus proche des possibilités de création de savoir. Dès lors ici nous choisissons la prudence dans la recherche, tels les propos d'Albert Ciccone : « *L'observation clinique, la méthode clinique, suppose une implication et des dispositifs distanciants, pour limiter la saturation subjective des éléments observés, elle suppose une oscillation entre un mouvement d'implication et un mouvement de distanciation ou de dégagement* »[360].

4.2. **Traitement des données récoltées, l'analyse de contenu**

Notre travail de doctorat de psychopathologie clinique doit relever un défi majeur qui est de rendre compte d'un coté d'une recherche reproductible par tout chercheur et d'une certaine façon de faire correspondre notre travail aux normes académiques standardisées, tout en respectant les singularités qui ressortent des résultats de cette recherche. Dès lors le doctorat doit naviguer au sein de cette tension, que décrit pertinemment Stiegler dans son essai philosophique *Qu'appelle-t-on panser* : « *Le contrôle par les moyennes [menace] toutes les singularités* »[361]. Il s'agit ainsi de trouver une méthode d'analyse qui allie ces deux versants de la recherche tout en assurant une fiabilité des résultats. À ce titre il nous est apparu que la méthode la plus appropriée soit celle de l'analyse de contenu.

4.2.1 **Brève définition**

L'analyse de contenu se définit de manière générale comme : « *un ensemble de techniques d'analyse de communication* »[362]. D'emblée, l'analyse de contenu se décale d'une compréhension profane d'un document audio ou écrit. Cette méthode donne au chercheur une posture de vigilance afin de résister face à l'évidence d'un savoir qui ne serait que subjectif[363]. Nous avons en effet relevé les points de vigilance dans notre matériel de recherche, l'analyse de contenu nous permet donc justement de garder une distance suffi-

---

360 Ciccone, A,. (2014). L'observation clinique en recherche périnatale : intérêts, exigences, limites. In N. Presme (Dir.), *Recherches en périnatalité*. Paris. PUF. p. 78.

361 Stiegler, B. (2018). *Qu'appelle-t-on panser ?*. LLL. p. 64.

362 Bardin, L. (2013). *L'analyse de contenu*. PUF. p. 35.

363 *Ibid*., p. 31.

sante avec l'objet de notre recherche afin de rester le plus neutre possible. L'analyse de contenu est à ce titre une sorte de gouvernail qui nous permet d'évoluer dans notre objet de recherche sans céder à la subjectivité du chercheur.

Cette méthode classique d'analyse de contenu qui s'étend autant qu'elle se limite à tout ce qui est dit ou écrit se superpose dans le cadre de notre recherche, à *l'analyse du discours*. Le champ d'application de cette méthodologie correspond donc aux modalités de passation des entretiens semi-directifs et au mode d'analyse clinique que nous avons choisis. Notre recherche, ainsi que notre méthodologie tente de saisir le contenu des énoncés mais aussi l'énonciation des participants au-delà de leur première signification dans les entretiens. L'analyse de discours suppose un lien entre les formations discursives et les institutions ou organisations sociales qui les déterminent[364]. Nous sommes partis de ce même postulat dans notre méthodologie. Le contenu d'un énoncé est causé par certaines conditions sous-jacentes qu'il s'agit dès lors de mettre au jour. Si nous en sommes passés d'abord par une dimension descriptive, l'intérêt réside davantage dans ce que le contenu peut nous apprendre sur d'autres choses, à travers des messages, de réalités autres au plan subjectif. On parle alors de construction de savoirs déduits.

Gaspard, Da Silva Junior et Doucet rappellent la position du chercheur qui utilise l'analyse de discours dans une orientation psychanalytique, à savoir qu'il se trouve dans une démarche de méthode tant historique qu'archéologique[365]. Cette démarche fait apparaître deux fonctions que nous avons suivies tout au long de ce travail. La première est heuristique, c'est à dire qu'elle favorise l'exploration de l'objet de recherche pour mener à une découverte. Dans notre recherche, nous sommes située ainsi en place d'archéologue. Cette démarche nous renvoie ainsi à la position de la recherche en psychanalyse de laquelle nous nous inspirons. La deuxième fonction est d'accéder à une compréhension globale par la mise en perspective et en contexte d'éléments découverts se rapproche donc de la démarche historienne.

Ces deux fonctions cohabitent au sein de notre recherche. L'entretien semi-directif de recherche étant composé à partir des hypothèses théoriques de départ, nous dégageons des entretiens une première analyse thématique et de contenu en vue de comparer les différentes postures subjectives par rapport à l'usage des réseaux sociaux. Cette première analyse comparative du fait d'une description thématique nous permet d'épouser la méthode

---

364 Gaspard, J.-L.; Da Silva Junior, N. Dunker, C. I. L.; *et al.* (2010). "Psicanálise e análise de discurso: elementos para uma investigação clínica futura". *A peste* (São Paulo), 2(2), 361–378 (juil./déc. 2010)

365 Gaspard, J-L., Da Silva Junior, N., Doucet, C. (2010). Recherche clinique : une analyse de discours orientée par la psychanalyse. Inédit. p. 3.

hypothético-déductive tout en respectant l'essence de notre discipline qu'est la psychologie clinique afin de nous laisser surprendre par la création et la singularité subjective. Étant référée à la théorie psychanalytique avec une sensibilité pour l'orientation lacanienne, l'analyse de discours peut ensuite nous fournir la porte d'entrée vers le sujet de l'inconscient tout en respectant la rigueur du travail universitaire.

De ce fait, nous avons tenté de mettre en lumière les conditions de production du discours des participants en analysant leurs énoncés et en nous intéressant à ce que leur discours peut révéler du sujet de l'énonciation, dévoilant éventuellement des contenus inconscients : « *puisqu'il s'agit d'un faire parler le cas au-delà de ses énoncés en se penchant sur ce qui justement échappe* »[366].

4.2.2. **Quels indicateurs pour notre analyse de contenu ?**

L'analyse de contenu est basée sur des indicateurs qui aident à trouver un sens, à produire un ou plusieurs savoirs au-delà de l'énoncé à notre disposition. En passant d'abord par la description thématique puis en faisant des inférences, on a accès à l'interprétation des résultats.

L'analyse de contenu ne connaît pas de protocole strict. Il convient ainsi pour chaque chercheur, en fonction de sa discipline de créer ou de se référer à des indicateurs de son champ théorique toujours dans le but de mettre à jour les associations sous-jacentes d'un individu dans sa prise de parole. Nous avons choisi de nous référer aux indicateurs d'analyse de discours proposés par Gaspard, Da Silva Junior et Doucet (2010). En effet, ces derniers s'orientent de la pensée lacanienne et sur la distinction entre *le sujet de l'énoncé* et *le sujet de l'énonciation*. Il s'agit à partir du discours, d'accéder au sujet de l'énonciation, sous-jacent au sujet de l'énoncé car c'est à partir de sa mise au jour que nous comprenons les conditions de production du discours à notre disposition. Les auteurs le définissent comme : « *ce point où l'énonciateur échoue à témoigner de ce dont il est captif ou empêtré et qui est celui d'où surgit, de manière évanescente, le sujet de l'inconscient* »[367]. Mettre au jour le sujet de l'énonciation, c'est déterrer les contenus inconscients, qui conditionnent le discours du sujet. Le sujet est en effet baigné dans le langage de l'Autre dès avant la naissance. Il est du même coup introduit au manque de ce

---

[366] Gaspard, J-L., Da Silva Junior, N., Doucet, C. (2010). Recherche clinique : une analyse de discours… *op. cit.* p. 11.

[367] *Ibid*. p. 7.

PLUCHART, Sandra. La captologie comme outil d'influence : enjeux psychopathologiques et subjectifs - 2025

dernier par le langage. C'est donc à son tour par le langage aussi que le sujet tente de suturer ce manque, pourtant constitutif de sa division et de sa capacité à parler en son nom.

Nous posons que le discours porté par un sujet est cependant déterminé en partie par des causes inconscientes à lui-même (où l'inconscient procède d'une valeur topique en référence à Freud, et non physiologique). Le sujet n'a pas directement accès au manque qui le constitue. Pour l'analyse de discours, on procède à une articulation entre la surface des textes, et les facteurs qui déterminent les caractéristiques déduits logiquement. Ainsi nous avons croisé les énoncés des participants avec les indicateurs qui révèlent l'émergence du sujet de l'énonciation et avec celui-ci, toujours évanescente l'ouverture de l'inconscient.

C'est en prenant en compte ce manque constitutif qu'on accorde une attention prononcée aux ruptures et discontinuités introduites dans le discours :

- **Les ruptures**, étant entendues comme un « *changement de discours pouvant se produire dans le cadre de la rencontre clinique* »[368] nous avons été attentive d'abord au *mode d'entrée* dans le dispositif de parole. Le sujet exprime-t-il d'emblée un mal-être (témoignant d'une division subjective) ? Le sujet se place-t-il en pourvoyeur d'un savoir (témoignant d'une illusion de toute-puissance imaginaire ?) Le sujet opère-t-il un collage défensif au signifiant du chercheur (comme une manière de ne pas s'engager subjectivement) ? Nous avons veillé également à identifier d'éventuels *moments pivots* qui donnent lieu à un changement de discours au cours de l'entretien. Enfin, nous avons relevé la *manière de conclure* l'entretien pour le participant qui peut donner lieu là encore à des ruptures dans le discours. Le participant évite-t-il de manière défensive la fin ? Présente-t-il une hystérisation du discours qui lui permet d'émaner sa division subjective ? Ou encore présente-t-il des demandes au clinicien faisant émerger un enjeu transférentiel ?
- Les **discontinuités** surgissant dans la chaîne signifiante au sein même de l'entretien, permettent quant à elles de repérer directement la position inconsciente du sujet de l'énonciation : « *Le sujet de l'énonciation n'émerge quant à lui que d'un coinçage* »[369]. Au sein du discours se perçoit des discontinuités de différentes nature qu'il convient de repérer. Dans la perspective lacanienne, ces discontinuités se réfèrent soit à la dimension du Réel, soit à la dimension Symbolique, ou encore à la dimension Imaginaire. Nous sommes renvoyé ici à la topologie RSI qui balaye l'ensemble de la constitution subjective à partir du manque. Le sujet peut être lui-même dépassé par sa propre production

---

[368] Gaspard, J-L., Da Silva Junior, N., Doucet, C. (2010). Recherche clinique : une analyse de discours orientée par la psychanalyse. Inédit. p. 12.

[369] *Ibid*., p. 13.

discursive : « *Au cours d'un discours intentionnel où le sujet se présente comme voulant dire quelque chose, il se produit quelque chose qui dépasse son vouloir, qui se manifeste comme un accident, un paradoxe, voire un scandale* »[370]. Dès lors, Gaspard Da Silva Junior et Doucet identifient pour chaque registre des discontinuités spécifiques. Le *point de non-sens* est défini comme celui qui : « *introduit la dimension du Réel. Il marque une intrusion de jouissance et renvoie à une rupture brutale de la logique comme de la structure du discours* »[371]. On le perçoit concrètement dans le non-respect de la logique chronologique, ou dans le non-respect de la temporalité grammaticale, ou encore dans les accidents de la voix (bégaiement, agonie, silence prolongé etc.) ou encore dans une éventuelle désorganisation de la chaîne signifiante (hors discours, paradoxe, décharge motrice ou affective). Le *point d'insu* est définit comme : le « p*oint de butée ouvrant sur ce qui du symbolique échappe à l'énonciateur au travers des surprises de la production langagière* »[372]. On le repère par les lapsus, dénégations, équivoques contradiction, erreurs, oublis etc. Enfin, le *point de sens* entendu comme ce qui introduit à la dimension imaginaire, s'identifie : « *notamment dans une prime de jouir parasitaire obtenue par une trouvaille langagière […] La formation du sens se réalise notamment à partir de la mise en exercice métonymique de la chaîne signifiante* »[373]. Il se révèle notamment dans les condensations ou les déplacements, comme par exemple les mots d'esprit. En revanche le point de sens n'existe qu'en tant qu'il est valorisé par l'Autre dans un effet de surprise.

En définitive, ces indicateurs déterminent le rapport que le sujet entretient avec le manque qui le constitue et qui oriente sa parole et ses énoncés. Cet insu, qu'il soit Réel, Symbolique ou Imaginaire peut surgir au fil du discours et cette méthode de l'analyse de discours que nous déployons a pour objectif de repérer ces éléments qui ne surviennent pas de manière immédiate à la compréhension comme à la saisie première du contenu. Nous cherchons par l'application de cette méthodologie d'accéder plus en profondeur dans ce que peut énoncer chaque individu à propos de son usage des réseaux sociaux basés sur les technologies persuasives et tenter ainsi partiellement d'en explorer les ressorts et déterminations inconscientes.

---

[370] Gaspard, J.-L., Da Silva Junior, N., Dunker, C. I. L., Assadi, T., & Doucet, C. (2010). Psicanálise e análise de discurso: elementos para uma investigação clínica futura. *A peste*, 2(2), p. 361.

[371] Gaspard, J-L., Da Silva Junior, N., Doucet, C. (2010). Recherche clinique : une analyse de discours orientée par la psychanalyse. Inédit. p. 14.

[372] *Ibid*., p. 12.

[373] *Ibid*.

Il s'agit donc d'une méthodologie qui vise à prioriser la compréhension des phénomènes psychiques et de leur complexité par le biais de l'interprétation du discours. Nous opérerons ensuite, à l'aide d'une analyse transversale, à une traduction du discours pour donner sens à ce qui est dit et construisons des hypothèses au plan fantasmatique, des affects ou des conflits sous-jacents. Enfin, il convient de noter que lors de la construction d'un cas dans le cadre d'une recherche, nous sommes nécessairement confrontés à l'incomplétude. Nous nous plaçons ainsi dans une dimension plutôt tendancielle de la construction de cas que dans une véritable exhaustivité.

5. Construction de cas clinique

« *Chacun sait que, pour structurer correctement un savoir, il est besoin de renoncer à la question des origines* »[374] nous propose Lacan à l'ouverture du *Séminaire XVII*. Cette réflexion invite à penser la manière dont nous orientons notre élaboration de cas clinique lors de la rencontre des participants de notre recherche. Nous pensons qu'un cas clinique décrit et raconté sous l'angle psychanalytique ne peut pas exprimer de manière exhaustive toute la complexité de la subjectivité de la personne rencontrée ; d'autant plus que nous ne nous situons pas dans le cadre de la cure. En outre, notre angle de recherche étant spécifique à l'usage des réseaux sociaux, il se peut qu'à la lecture des cas suivants, subsistent des zones d'ombre dans le positionnement des sujets rencontrés, du fait d'une nécessaire concision lors de l'entretien semi-directif de recherche focalisé notamment sur l'usage. Comment rendre compte et transmettre, la singularité clinique dans la rencontre avec chaque sujet participant à notre recherche ?

Tout d'abord, il s'agit de s'appuyer avec ferveur sur les principes de la théorie psychanalytique, doctrine qui soutient notre travail et nos élaborations et de prendre en compte notamment la dimension transférentielle de la rencontre. Comme le souligne Matet : « *Le clinicien est inclus par sa lecture, son interprétation, ses interventions dans la construction du cas elle-même* »[375]. Nous avons, dans une partie précédente, mis l'accent sur la catégorie de discours et l'importance de son analyse via une formalisation issue de la doctrine lacanienne. L'implication de notre place de chercheur dans la rencontre, au même titre que

---

[374] Lacan, J. (1964). *Séminaire XI : Les quatre concepts fondamentaux de la psychanalyse.* Seuil, 1973, p. 25.

[375] Matet, J. (2012). De la clinique du cas à la clinique du réel. La Cause du Désir, N° 82(3), p. 14-20. https://doi.org/10.3917/lcdd.082.0014. p. 18.

l'implication du clinicien, produit des effets dans le discours que nous aurons également à repérer pour la construction du cas. Enfin, le choix d'une étude qualitative avec la construction de cas clinique nous permet de déployer les solutions, créations, difficultés subjective propre à chaque sujet pris dans une histoire de vie toujours singulière. La transmission par le biais de la construction d'un cas clinique est ainsi rendue possible par la mise en avant du singulier : « *La transmission de ce qui opère dans la clinique peut alors se réduire à un trait, une expression, une interprétation qui rendent compte des transformations à l'œuvre pour un sujet* »[376].

Dans la lecture du contenu des entretiens de recherche nous serons donc attentifs aux énoncés renvoyant :

- à l'imaginaire (rapport au corps), à l'élaboration fantasmatique mais aussi à ce qu'il en est du rapport au savoir du sujet. Ce dernier peut-il élaborer un récit fantasmatique de cette consultation des réseaux sociaux ? Place-t-il le savoir du côté de l'érudit, de l'autodidacte, de l'expert ? S'inscrit-il du côté d'un hors discours ?
- à la dimension pulsionnelle qu'implique l'usage des réseaux sociaux, et notamment le rapport à la fonction scopique : Existence d'un « piège à regard » ? Formalisation d'un désir ? Décharge de jouissance ?
- à une éventuelle rencontre du Réel (réel du monde, du sujet ou du corps ?) Comment pense-t-il les limites corporelles lorsqu'il pratique les réseaux sociaux ? Témoigne-t-il d'une dimension traumatique devant certains contenus ? Quels effets ou phénomènes de corps peuvent en découler?
- à la position subjective du sujet repérable par exemple dans ses pratiques des réseaux sociaux : témoigne-t-il d'une dépendance ? Peut-il rendre compte d'une division subjective associée aux réseaux sociaux ?

Ces éléments seront complétés par le mode de présentation du sujet au début de l'entretien, ses modes de défense ou de résistance, le témoignage éventuel de certains événements de vie marquants.

376 *Ibid*., p. 19.

PLUCHART, Sandra. La captologie comme outil d'influence : enjeux psychopathologiques et subjectifs - 2025

CHAPITRE 2. ÉTUDES DE CAS.

1. Monsieur G, Le « bistrot à l'échelle mondiale »



Bacchanale - Micheline Wautier av 1659 - Kunsthistorisches Museum, Vienne

1.1. **Présentation du sujet**

En parallèle d'une diffusion sur les réseaux sociaux, nous avons souhaité communiquer l'appel à témoignage dans notre entourage pour que celui-ci soit relayé par le bouche-à-oreille. C'est dans ce cadre que Monsieur G est venu à notre rencontre pour proposer de contribuer à cette recherche.

Monsieur G est un homme de 52 ans, il vit en couple avec sa compagne et ses deux enfants qu'il nomme « *sa tribu* ». Il se définit comme un « *artiste* », l'art occupant une place très importante dans sa vie, au point d'en faire un alliage de son propre corps, tel un marquage identitaire interne : « *L'art c'est ma vie, c'est mon ADN* ». Cette place centrale de l'art semble lui permettre de donner une direction existentielle à sa vie. Il nous dit : « *Je suis prêt à mourir. Comme un guerrier, j'ai un côté oui oui je suis vraiment prêt à mourir pour mon art* » ou encore : « *Si l'une de ces trois personnes [ma femme ou mes enfants] touchent à mon art, non ça sera d'abord l'art quoi* ».

Monsieur G, par ailleurs occupe son temps par diverses activités comme la piscine, ou encore les balades en pleine nature. Cependant il est une chose qu'il tient à nous faire savoir dans sa présentation ; il est : « *un peu comme [sa] mère* ». Comme elle, Monsieur G a un attrait pour la discussion, le débat avec non pas des amis, mais avec ce qu'il définit comme des connaissances, des gens dits « *différents* ». Au cours de l'entretien, Monsieur G révèle une autre activité qu'il pratique avec sa compagne, à savoir le libertinage, qui vient jusqu'à faire partie de ses principes de vie : « *Ma femme et moi on a vraiment l'esprit libertin, tu vois être libertin c'est tout un cheminement* ».

Enfin, monsieur G témoigne, au cours de notre échange, du rapport qu'il entretient avec les chaînes d'informations en continue diffusées à la télévision. Il nous dit qu'il est content d'avoir arrêté de regarder les informations depuis un mois. Il nous rapporte une facilité à s'en détacher tout en exprimant de manière paradoxale qu'il continue à aller voir : « *ça ne me manque pas parce que des fois je vais un peu zapper dessus. Et maintenant je vais même pas deux secondes* ». Passer rapidement sur les chaînes d'informations « *deux secondes* » renforce selon lui l'idée que cela ne l'intéresse plus. Il associe l'investissement des informations à son père qui, lui, laisse toute la journée les chaînes d'informations allumées : « *comme s'il attendait le drame* » et reconnaît qu'il agissait comme tel auparavant : « *et je pense qu'à un moment donné j'étais comme ça mais j'ai pas envie de quitter les*

réseaux sociaux ». S'il a délaissé les chaînes d'informations en continue, les réseaux sociaux en revanche, font partie de ses activités quotidiennes.

1.2. **Pratique des réseaux sociaux**

Monsieur G raconte ne pas avoir grandi avec les réseaux sociaux, mais dit s'en servir tous les jours pour des raisons différentes, dont la première est la mise en avant de son art et notamment la sculpture, qu'il confond volontiers avec sa constitution interne. Si l'art semble avoir été pour lui la porte d'entrée vers les réseaux sociaux : « *j'ai pris conscience que les réseaux sociaux, j'en ai besoin pour mon art* », nous pourrions aussi comprendre cette formule dans une relation d'interdépendance, comme si pour faire de l'art aujourd'hui, (et peut-être même pour exister ?) il avait besoin d'en passer par les réseaux sociaux.

Néanmoins, il exprime l'idée qu'il utilise les réseaux sociaux au-delà de l'art, pour satisfaire une certaine fascination, dont nous verrons plus tard qu'elle est de mode scopique : « *Je suis fasciné de comment les gens utilisent les réseaux sociaux* ». Il y reconnaît d'emblée une forme d'addiction, une habitude prise : « *de regarder* ». Monsieur G consulte ainsi principalement Facebook, Twitter, Instagram et Libertic[377]. Pour Monsieur G, ces différents réseaux sociaux n'ont pas la même fonction. Sur Twitter, nous retrouvons une utilisation du côté du regard que nous détaillerons ultérieurement : « *Sur Twitter on voit tout* ». Sur Instagram, Monsieur G y montre essentiellement ses créations artistiques. En outre, il apprécie Instagram pour sa concision dans les réponses apportées aux autres, ce qui lui permet de quitter l'application facilement : « *Instagram y a pas besoin de trop répondre par des grandes phrases ; je trouve qu'avec Instagram tu peux choisir rapidement de quitter même quand tu es en discussion avec quelqu'un* ». Il n'associe en revanche pas d'utilisation particulière de Facebook. Il exprime ne pas aimer ce réseau social, mais reconnaît qu'il y passe beaucoup de temps. Serait-ce en raison de la conception de ce réseau, centré autour du débat infini ? La discussion avec l'autre est-elle difficile à couper pour Monsieur G ? Il nous indique en effet qu'il est plus difficile de quitter cette application en raison de sa conception autour des discussions avec les autres : « *Facebook tu te dis jamais ça je trouve tu te dis j'y vais pour une petite demi-heure, t'es trois heures plus tard t'es encore dessus parce que tu es, les messages les machins les discussions et tout ça. C'est vraiment la sensation que ça m'a donné* ». Nous relevons comment la dimension temporelle s'avère distordue pour Monsieur G au sein de ce réseau social.

---

[377] Application de rencontres spécifiquement liée au libertinage

Sur Libertic, il exprime un discours tout-à-fait différent et nous explique ce qui vient déclencher la consultation de ce réseau social : « *C'est d'aller voir si j'ai des messages* ». Plus précisément, Monsieur G semble dans une recherche de sensations spécifiques à l'application Libertic : « *Sur Libertic t'as des bisous, t'as des couples ou des hommes seuls ou des femmes seules qui t'envoient des bisous pour te dire en première approche ton profil me plaît. Donc oui ça je reconnais que j'aime quand j'ouvre mon gmail pour Libertic j'aime quand je vois la phrase 'vous avez reçu des bisous'. Ça ça me plaît énormément c'est le même principe que les jeunes sur Instagram* ». Nous nous attarderons sur cette dimension émotionnelle et affective dans une partie ultérieure. On peut dores et déjà lister quatre usages des réseaux sociaux pour Monsieur G :

- La promotion de soi et la reconnaissance de l'autre sur Instagram
- Une affirmation identitaire dans le débat sur Facebook
- Une recherche affective sexualisée sur Libertic
- Et enfin, une fascination scopique sur Twitter

D'une façon générale, Monsieur G nous indique avoir une consommation hâtive des réseaux sociaux, et plus précisément des informations qu'il y trouve : « *Tu veux de l'info tu veux quelque chose de rapide dans le temps. C'est vrai que quand tu vois une vidéo ou un truc que tu sais ça va durer ah putain c'est trop long je regarde pas* ». Il ajoute ne pas avoir envie de quitter les réseaux sociaux, peut-être justement grâce à cette accessibilité à l'information de façon rapide et immédiate, de sorte qu'il ne se sent pas en attente d'une information : « *Je cherche des astuces pour aller voir vraiment ce qui m'intéresse très vite, j'essaye mais en même temps ouais j'ai pas envie. Je reconnais que j'ai pas envie et je suis pas en attente d'une info* ». Qu'est-ce que l'attente insupportable, exprimée notamment par le signifiant « *putain* » vient dire du rapport de Monsieur G à la temporalité ?

Enfin, ce qui fait arrêter l'utilisation des réseaux sociaux chez Monsieur G, c'est lorsque celui-ci se retrouve dans une démarche de recherche mais sans pour autant savoir ce qu'il cherche exactement : « *tu cherches, t'arrêtes pas de chercher* », puis formule après quelques instants de réflexion : « *c'est comme si t'attendais que y a un truc dans ton œil qui te tape dans ton œil, mais ça n'arrive pas alors ça te saoule alors moi tu te dis alors oh c'est bon ça me saoule* ». Nous voyons ici une alternance entre le plaisir du regard, dans sa dimension voyeuriste, et le déplaisir du remplissage informationnel, sans arrêt, analogue à un certain gavage oral. Lorsque cette alternance n'a plus lieue et que Monsieur G se trouve remplit jusqu'à en être saoulé, il peut se détourner des réseaux sociaux, même s'il y revient

quelques temps plus tard. Cette alternance plaisir-déplaisir est-ce précisément ce qui est recherché dans son usage des réseaux sociaux ?

1.3. **Imaginaire et rapport au savoir**

Monsieur G, dès le début de l'entretien et à plusieurs reprises au cours de notre échange, nous affirme aimer discuter avec des personnes différentes, ayant des avis différents du sien, mais cela s'exprime notamment avec le verbe voir : « *Je suis quelqu'un qui aime bien voir des gens différents* ». Ces modalités de rencontre avant les réseaux sociaux, s'effectuaient pour lui dans les bistrots qu'il fréquentait régulièrement : « *chacun avait son avis, mais ça n'allait pas plus loin* ».

Ces rencontres du dit « *différent* », ne se situent pourtant pas, semble-t-il, du côté du lien social, mais viennent plutôt faire fascination pour lui, notamment du côté du voir ; à l'image de « *voir des gens différents* ». De plus, cet autre vu comme différent, Monsieur G le place dans une position d'ignorant, comparativement à lui-même, garant d'un certain savoir : « *Ce Dédé qui au départ est tout seul gentil pas méchant mais qu'on aime bien se moquer mais pas méchant parce qu'il est vraiment idiot* ». La figure du Dédé peut-elle faire double de lui-même ?

Les réseaux sociaux viennent catalyser cette modalité de rencontre et ainsi cette ignorance supposée de l'autre : « *Les réseaux sociaux c'est un bistrot à l'échelle mondiale. Et ça ça change tout parce que d'un seul coup, le Dédé, l'idiot du village se rend compte qu'il y a un autre Dédé dans le village d'à coté et ainsi de suite et à la fin ce Dédé qui au départ est tout seul gentil pas méchant mais qu'on aime bien se moquer mais pas méchant parce qu'il est vraiment idiot, bah d'un seul coup il se rend compte qu'il est pas seul et d'un seul coup dix mille Dédés qui se rencontrent sur les réseaux sociaux bah ça change complètement la donne. Ça devient des complotistes, tout ça ça peut faire quelque chose de, ça peut générer un peu comme les fachos les racistes tout ça quoi. C'est assez fascinant je trouve* ». Les systèmes persuasifs par la présentification du même dans une certaine réitération viennent manifestement faire réagir Monsieur G, qui laisse des commentaires et entame des discussions. Ces échanges insufflés par les systèmes persuasifs comportent néanmoins des effets psychiques spécifiques à ce mode de rencontre pour Monsieur G.

S'il indique être fasciné par ce regroupement d'autres qu'il perçoit sur les réseaux sociaux, ce mouvement n'est ainsi pas sans effets pour lui. Monsieur G se voit confronté à : « *un océan de personnes qui ont tous, qui sont tous convaincus d'avoir raison sur un sujet* ». Face à cette première constatation d'une grande quantité d'autres dans un certain

rapport au savoir, Monsieur G se trouve dans cette volonté de répondre et d'expliquer sa vérité, ses connaissances sans laisser de place à l'existence du savoir de l'autre : « *Tu as un sujet tu donnes ton avis, tu estimes que tu insultes pas les gens, toi tu te dis bah non je pense que tu te trompes* ». Nous percevons ici un *savoir capitalisé*[378], c'est-à-dire érigé en objet de jouissance qu'on pourrait accumuler. Si Lacan énonce : « *Il y a un rapport primitif du savoir à la jouissance* »[379], le discours de Monsieur G qui capitalise ce savoir, décrit aussi les conséquences d'une disjonction entre savoir et vérité - par ailleurs spécifique du discours de la science - en tant que cette dernière est définie par Freud comme reconnaissance de la réalité[380]. En résulte un affrontement entre individus où chacun s'estime détenteur d'un savoir et ne peut plus partager une réalité commune. Monsieur G nous indique en effet qu'il ne parvient pas à ouvrir le débat, et se retrouve devant ce qu'il perçoit comme une agressivité qu'il attribue à l'autre : « *Et après tu as des discussions qui finissent ; c'était pas méchant, tu comprends même pas pourquoi le mec il faut qu'il vienne jusqu'à t'insulter, à te traiter d'ignare* ». L'ignorance attribuée à l'autre lui est ainsi renvoyée en miroir.

Monsieur G nous confie ensuite qu'il a du, pendant un certain temps arrêter d'aller sur Facebook suite à cette impression d'être victime d'agressivité. En témoigne une anecdote qu'il tient à raconter sur son art. Il a été publié en Une des journaux locaux pour avoir provoqué un sentiment de contestation à propos de l'exposition d'une de ses œuvres à caractère sexuel. Essayant en vain d'expliquer sa démarche artistique sur Facebook, Monsieur G se retrouve pendant plusieurs semaines à répondre à beaucoup de commentaires au point de se sentir vaciller entre un envahissement par le doute, venant des critiques du discours de l'autre : « *envahi de doutes sur ta propre conviction* » témoignant d'une atteinte narcissique, et une position combative face au rival prétendant jouir de ce savoir rappelant là encore, l'agressivité dans le miroir : « *ça commence un peu à me fatiguer parce que j'ai tendance à répondre et mal le prendre et au lieu de le zapper, je réponds car tu rentres aussi dans une sorte de combat, tu veux gagner et l'autre en face pareil* ».

Cependant, cet affrontement provoque chez Monsieur G un certain vécu de désorganisation psychique : « *Ouais parce que en même temps tu, et même moi quelque part, les réseaux sociaux j'ai trouvé qu'au départ tu avais des convictions, des façons de penser et à*

---

[378] Lebrun, J-P. (2009). *Un monde sans limite*, Érès, p. 77.

[379] Lacan, J. *(1958-1959). Le Séminaire, Livre VI : Le désir et son interprétation.* Éditions de La Martinière/Seuil, 2013. p. 433.

[380] Freud, S. (1915). *L'inconscient*. In : Métapsychologie. Paris : Gallimard, 1984, p. 114-115.

force de voir trop dialoguer ça te met des doutes » puis : « *D'un seul coup t'as l'impression d'être con* » et « *c'est pas possible je suis con je comprends rien* » et enfin « *chacun regardait les gilets jaunes par rapport à sa propre situation sauf qu'à la fin c'était un micmac complet, ça allait dans tous les sens* ». Cette impression mise en avant par le sentiment de doute, Monsieur G l'explique de la façon suivante : « *Tu as toujours un ou deux connards qui viennent te faire exprès de toujours te contrer, t'as l'impression que t'es confronté à tous ces gens à un moment donné où euh, leur but c'est juste de te faire mal par les mots* ».

Nous voyons comment ici, la personnalisation des systèmes persuasifs fait rentrer Monsieur G dans un rapport de rivalité face à l'autre et le savoir dont il jouit. En effet, la personnalisation des contenus sur Facebook permet à l'application d'envoyer, grâce aux notifications, les nouveaux commentaires ainsi que les réponses au(x) commentaire(s) du sujet, mais aussi propose des contenus personnalisés, susceptibles de faire réagir le sujet pris dans le système persuasif personnalisé. C'est dans ce cadre que Monsieur G se trouve confronté à cette succession de commentaires réactionnels qu'il perçoit comme de l'agressivité et vient le persécuter. Lacan, dans le *Séminaire II* nous rappelle que le rival témoigne d'un : « *rapport du mode imaginaire* »[381]. Ce rapport de rivalité imaginaire que rencontre Monsieur G, pourrait-il être celui des temps premiers du petit d'homme, lorsque celui-ci traverse l'opération de prise aliénante dans le miroir ?

En effet, le système persuasif met en place par l'image du même, l'ordre imaginaire où le savoir devient un objet primitif de jouissance attisant la convoitise. Cette convoitise de l'objet de jouissance semble provoquer, à l'image de la dialectique primitive paranoïaque développée par Lacan[382] un mouvement de persécution chez Monsieur G. C'est cet autre dans Facebook, qui lui voudrait du mal, sans reconnaître le caractère personnalisé du contenu : « *même sur Instagram tu vois bien y a toujours un contenu qui arrive et que tu n'avais pas envie de voir, tu étais pas venu pour ça et tu tombes quand même dessus* ».

Ainsi nous pouvons déduire que les systèmes persuasifs personnalisés et notamment ceux présents dans Facebook provoquent chez Monsieur G un effet de paranoïsation. Cet effet de résurgence du vécu primitif persécutoire semble faire écho au complexe d'intrusion élaboré par Lacan dans *Les complexes familiaux* (1938).

---

[381] Lacan, J. (1955). *Le séminaire Livre II, Le moi dans la théorie de Freud et dans la technique psychanalytique*. Seuil. p. 305.

[382] Lacan, J. (1956). *Le Séminaire, Livre III, Les psychoses*. Seuil. p. 200.

Monsieur G accompagne son discours sur son rapport aux réseaux sociaux par la description d'affects ressentis lorsqu'il consulte les réseaux sociaux. Tout d'abord, certaines phrases qu'il lit sur Facebook le choquent et lui font ressentir de la colère : « *Y a des phrases qui me choquent, mais c'est pas dans le sens horrifié, ça me met en colère* », concernant notamment l'homophobie. D'un autre côté, lorsque Monsieur G s'imagine une impossibilité d'aller sur les réseaux sociaux, celui-ci nous répond : « *ça me ferait chier ouais, une forme de colère ouais je dirais merde quoi ! Comme un gamin à qui on a enlevé son jouet* ». L'évocation de l'analité renvoie à l'image de l'organisation anale archaïque au cours de laquelle les fèces ne sont pas encore considérées comme séparées du corps tel que l'a théorisé Freud[383]. Enfin, Monsieur G exprime que les réseaux sociaux lui donne un sentiment de revendication : « *Je trouve que des fois ça envahit, ça t'envahit de trop de pensées, je reconnais que les réseaux sociaux moi ça me pollue la tête. Ça me pollue parce que tu as toujours à un moment donné une revendication* ». L'autre revendicateur et quérulent semble produire une intrusion qui se traduit par une surcharge cognitive. Cette colère exprimée à l'égard de phrases qui choquent, qui font réagir semble le situer du côté d'une revendication identitaire et imaginaire concernant un certain savoir, pris comme objet de jouissance, dont il pourrait quand bien même être dépossédé.

Nous nous trouvons ici tout-à-fait dans ce que Lacan reprend dans le complexe d'intrusion à partir des propos de Saint Augustin sur la rivalité infantile. Cet investissement singulier de l'objet pour l'heure à cette place de confusion, bien que masqué par le développement psychique ultérieur reste néanmoins ancré dans le sujet adulte : « *Cet intérêt confond en lui l'identification et l'amour et, pour n'apparaître que masqué dans le registre de la pensée de l'adulte* »[384]. Monsieur G se trouve précisément dans cette configuration primitive quand il consulte Facebook se situant du côté de l'amour pour l'objet savoir (investi comme objet de jouissance) et cultivé par le sentiment de haine pour le rival.

Ce mouvement psychique ne s'opère pas uniquement sur Facebook bien qu'il y soit majoritaire ; nous observons aussi ce positionnement sur Twitter à propos cette fois-ci, de l'autre en tant que féminin : « *J'ai même pas envie de savoir leur vie parce que ça ne m'intéresse pas et en même temps je me suis posé la question, est-ce que c'est pas aussi le fait que ces belles femmes là, parce qu'elles sont superbes, est ce que le fait que parce que oui tu as envie de coucher avec mais est ce que tu voudrais vivre avec, alors moi je me dis non mais je me demande si est ce que c'est pas parce que tu as peur qu'on vienne te la*

---

[383] Freud, S. (1905). *Trois essais sur la théorie sexuelle*. Gallimard. p. 112.

[384] Lacan, J. (1938). *Les complexes familiaux*. Dans *Écrits*. Seuil. 1966. p. 39.

piquer ». Lorsque le féminin est introduit dans le réseau social et intervient dans le regard de Monsieur G, celui-ci ne se trouve plus dans une revendication de savoir, au contraire, il bascule dans un '*je n'en veux rien savoi*r'. Il leur attribue d'emblée une valeur esthétique supplémentaire qui colore l'image de ces femmes de sexualité. Est-ce de cette sexualité dont il ne veut rien savoir de peur de perdre l'objet s'il le conquérait ?

Nous posons ici l'hypothèse que pour Monsieur G, ce rapport imaginaire à l'autre opère une tentative de fantasmatisation, mais restant quand même ancré dans la rivalité imaginaire, induite par une certaine fascination de l'image. Nous constatons de plus ici une désorganisation dans le discours, potentiellement marqueur du surgissement du Réel de la sexualité, qui se réorganise grâce au positionnement rival avec l'autre imaginaire pour la jouissance de l'objet, pas tout-à-fait séparé ni tout-à-fait possédé.

1.4. **Regard et pulsion scopique**

Si les systèmes persuasifs personnalisés renvoient, notamment sur Facebook, Monsieur G dans un rapport de rivalité imaginaire, ce n'est pas le seul effet qu'il nous décrit. Monsieur G se dit « *fasciné* » par la façon dont les autres utilisent les réseaux sociaux. Puis il nous révèle consulter Twitter du fait de la présentification d'images à caractère pornographique. Il n'explique pas les raisons, dans un premier temps, qui le poussent à regarder : « *Je pense que.. je dirai c'est.. parce que ça a toujours été* ». Dans ces hésitations et rupture de la chaîne signifiante, nous relevons l'intrusion d'un Réel (celui du sexuel). Il poursuit : « *Peut-être que c'est parce que je sais pas, l'éducation qu'on a eu entre copains dans la campagne, je sais pas franchement je pourrai pas te répondre* ». Puis il ajoute spontanément : « *Y a des fois, je regarde sans regarder* ». Cette énonciation de Monsieur G évoquée à partir du surgissement sous le regard de la sexualité, nous évoque premièrement le mythe de la Gorgogne. Cette créature fantastique féminine de la mythologie grecque a le pouvoir de pétrifier les personnes qui croisent son regard. Monsieur G ici recherche des contenus sexuels bruts sur Twitter, sans pour autant parfois les regarder. Qu'est ce que ce paradoxe vient dire de sa position subjective ?

Monsieur G nous indique faire défiler les différents contenus devant lui dans le but de percevoir certaines images : « *qui te donnent une émotion* ». Monsieur G parle d'une émotion donnée par la vision d'images pornographiques de femmes présentées à l'aide des systèmes persuasifs personnalisés. Pour autant il décrit d'abord une sensation qui tient lieu dans son corps et plus précisément son cerveau : « *Y a une forme de détente, c'est comme*

si tu vidais ton cerveau ». Cette sensation produite par le regard de ces contenus est ensuite liée à une émotion : « *Oui ça me vide le cerveau ça le remplace par des belles, tu sais comme de l'endorphine. Pas de l'endorphine tu sais ça pour moi ça me…* ». Face à ce que nous relevons comme un lapsus raté du discours, nous soulevons : « *Par des belles quoi ?* », ce à quoi il répond : « *Des belles images, ça me remplit, ça me donne de la joie* ». Nous pouvons rattacher cette sensation de vidage du cerveau concomitant à ce qu'il ressent et nomme comme de la joie, à la notion de décharge pulsionnelle conceptualisée par Freud dans le texte « *Pulsions et destin des pulsions* ». A ce propos Freud énonce : « *La sensation de déplaisir est en rapport avec un accroissement de l'excitation, et la sensation de plaisir avec une diminution de celle-ci* »[385]. Monsieur G semble nous décrire ici le trajet de la pulsion scopique dans les effets de sa satisfaction : « *J'aime regarder, je reconnais que je suis assez voyeur* » Quelle fonction comporte la satisfaction de la pulsion scopique chez Monsieur G spécifiquement au sein des réseaux sociaux ?

Pour répondre à ce questionnement, nous devons aborder la conceptualisation du regard chez Lacan quand il développe dans le *Séminaire XI Les quatre concepts fondamentaux de la psychanalyse*, la question de l'objet regard au croisement de la répétition et de la pulsion. Pour Lacan, le regard est cet objet insaisissable, il est à penser comme une tâche d'où part le mouvement de la vision. Le regard est ainsi un objet *« trait évanouissant et punctiforme* »[386] dont le sujet s'élide pour déclencher la fonction de la voyure, par le prisme de la conscience. La vision part du regard comme pulsatile. Mais Monsieur G voit-il ? « *Regarder sans regarder* » ne serait-ce pas justement pointer ici l'annulation de la vision, le regard n'étant pas attrapé par l'objet ? Jouit-il de ce qu'il rate à voir ? Monsieur G nous indique en effet aimer regarder. Aimer regarder s'avère différent d'aimer voir. Et justement le côté voyeur de Monsieur G n'appuie-t-il pas précisément cette difficulté du voir ? Il nous rapporte ainsi les propos de sa femme non sans ludisme dans la voix : « *alors moi souvent c'est je commence à faire défiler le fil d'actualité très vite, et ma femme elle me dit 'mais comment tu as le temps de voir' c'est comme si t'attendait que y a un truc dans ton œil qui te tape dans ton œil, mais ça n'arrive pas* ».

Là où Merleau-Ponty imagine le trajet de la vision du côté de la conscience à savoir un trajet qui part de l'objet pour aller vers l'œil, Lacan vient faire tomber ce qu'il nomme

---

385 Freud, S. (1915). « Pulsions et destins des pulsions », *Métapsychologie*. PUF. p. 17.

386 Lacan, J. (1964). *Le Séminaire, Livre XI, Les quatre concerts fondamentaux de la psychanalyse*. Seuil. 1973. p. 97.

« *les privilèges de la conscience* »[387] ; Il théorise le regard comme l'objet par lequel dépend le fantasme dans le rapport scopique. En somme, c'est le regard en tant qu'objet qui oriente notre vision sur un objet. La conscience venant voiler ce mouvement, nous pensons notre oeil et donc notre attention visuelle être attrapée par un stimulus externe, alors que Lacan parle davantage de l'objet regard comme de l'objet cause de l'orientation et de l'arrêt de l'oeil vers un stimulus externe. Voir une image, c'est perdre le regard comme gouvernail du désir.

Pour Monsieur G ainsi, les images qu'il perçoit ne parviennent pas, la plupart du temps, à faire fonction de « *piège à regard* »[388]. Il semble que ce soit précisément en raison de cette difficulté là qu'il ne cesse de continuer à regarder. Ce raté du piège à regard peut provenir à la fois des stimuli visuels en excès au sein des réseaux sociaux, mais aussi d'une volonté de jouir de ne pas tout voir présente dans le voyeurisme. Si l'objet regard vient pulser vers le stimulus des images pornographiques sur Twitter et Libertic, le regard ne s'y arrête pourtant pas et ne se voile pas du côté de la vision pour Monsieur G. Il semble ainsi investir l'image non pas dans une dimension désirante, mais bien plutôt du côté d'une économie de jouissance de laquelle l'autre s'avère être complètement exclu.

Monsieur G, en conséquence de cette jouissance dans la consommation d'images pornographiques, exprime ressentir une addiction à cette émotion et cette pratique qui lui échappe. Le 'je ne sais pas, je n'en sais rien' renvoie à la dimension inconsciente qui échappe radicalement au sujet sous forme d'une position subjective qu'il décide ici d'assumer : « *Je regarde voilà je sais pas, est ce que j'ai pris l'habitude de regarder j'en sais rien. Mais y a une forme d'addiction. Il y a une réalité pour moi je le reconnais et même maintenant je le revendique, j'ai une addiction à ce sexe, mais aussi le sexe voyeur* ». Il exprime lui-même ne pas ressentir de manque à cet égard en reconnaissant aller regarder ces images tous les jours : « *Non je suis pas en manque mais c'est vrai que j'y vais tous les jours* ». Comment expliquer cette nécessité addictive ?

Lacan nous énonce la réflexion suivante : « *Un regard [surprend le sujet] dans la fonction de voyeur, le déroute, le chavire, et le réduit au sentiment de honte. Le regard dont il s'agit est bien présence d'autrui comme tel. Mais est-ce à dire qu'originellement c'est dans le rapport de sujet à sujet, dans la fonction de l'existence d'autrui comme me regardant, que nous saisissons ce dont il s'agit dans le regard ? N'est-il pas clair que le regard n'intervient ici que pour autant que ce n'est pas le sujet néantisant, corrélatif du monde de*

---

[387] *Ibid*. p. 96.

[388] Lacan, J. (1964). *Le Séminaire, Livre XI… op. cit.* p. 102.

l'objectivité, qui s'y sent surpris mais le sujet se soutenant dans une fonction de désir ? N'est-ce pas justement parce que le désir s'instaure ici dans le domaine de la voyure, que nous pouvons l'escamoter ? » [389]. C'est parce que le sujet est regardé par un autre que la dimension de honte, pointant le désir, vient se conscientiser du côté du sujet regardé comme regardant, de plus dans quelque chose de surmoïque. Nous voyons bien que Monsieur G, n'étant pas dans un circuit qui introduit le regard de l'autre, expliquerait précisément pourquoi cette jouissance fait figure de revendication identitaire plutôt que refoulée par la honte produit par le regard de l'autre.

Pour Monsieur G, cette activité semble davantage lui construire une identité à laquelle se référer plutôt que le situer du côté de la honte, précisément parce que l'autre n'est pas présent : « *Tu vois comme l'addiction, tu vois comme là, beaucoup de gens te diront que c'est une addiction tous les matins sur Libertic voir du sexe. Pendant beaucoup de temps c'est vrai que c'est quelque chose ou t'as une forme de honte parce que la société judéo chrétienne te dit que c'est pas bien, maintenant je dis oui je revendique et alors ?* ». Les objets mis au devant du regard façonnent l'imaginaire de Monsieur G. La revendication témoignage d'un circuit de jouissance autoérotique autocentré fermé, qui échappe à toute altérité (sa compagne, ses partenaires, etc..) et au regard jugeant de l'Autre de la Loi. Le piège à regard devient parfois impossible malgré ses multiples tentatives, et lorsque Monsieur G est confronté à des images, sexuelles notamment, celles-ci semblent insoutenables à voir, d'où le regard sans le regard, qui lui permette de se placer en voyeur, qui jouit de ce qu'il rate à voir.

1.5. **Rapport au corps, émergence du Réel**

Monsieur G témoigne à plusieurs reprises de son corps vécu comme défaillant, troué dans le regard de l'Autre : « *Physiquement je me suis jamais trouvé quelqu'un de beau* » ou encore, de façon plus intime, il nous révèle à propos de son pénis, une « *réalité en tant que mec* » à savoir un sexe et une taille qu'il ne trouve pas satisfaisant, sans pour autant réussir à le nommer : « *Apparemment il est épais mais pas…* ». Chez Monsieur G nous constatons cette difficulté à supporter son propre sexe, corps réel qui ne parvient pas à satisfaire l'autre : « *à un moment donné il y a la pénétration il faut avoir l'engin adéquat* ». De plus, quelque chose de l'autre sexe ne lui est également pas supportable. Il nous en fait part quand il nous parle de sa femme : « *J'aime énormément ma femme, je ne me vois pas sans elle, je le sais, j'ai des peurs de la perdre mais pas la perdre à cause d'un accident*

[389] Lacan, J. (1964). *Le séminaire, Livre XI… op. cit. séance du 26 Février 1964.* p. 80.

tout ça je ne me vois pas sans elle, je l'aime tellement à un point que quand je me mets à envisager ma femme n'est plus là je crois que je la suis derrière tellement je l'aime. J'adore le sexe avec elle attention. J'adore, mais elle est tellement plus pour moi, c'est tellement plus. Et tu vois c'est tellement plus que par exemple, je l'aime à un point qu'à un moment donné le libertinage est arrivé là pour ça ». L'amour apparaît ici si intense que nous pouvons nous demander dans quelle mesure Monsieur G ne situe pas sa femme sur un point d'omnipotence, de toute-puissance envahissant qui justement nécessite l'introduction d'un tiers grâce au libertinage. De la même façon sur les réseaux sociaux, lorsqu'il témoigne de son rapport à la sexualité libertine, on assiste à une note de désorganisation au niveau de l'énonciation, signe du surgissement d'un Réel : « *Et en même temps tu vois c'est pareil j'ai un… au fur à mesure parce que y a le libertinage qui est rentré dans notre vie avec ma femme y a sept ans, donc une autre approche de la femme, elles me donnent envie mais honnêtement c'est beaucoup de femmes, c'est, je vais parler crûment, oui on couche pas dans la baignoire mais je couche et je m'en vais* ». On voit ici comment le libertinage, lui donnant « *une autre approche de la femme* » sur un plan uniquement sexuel, érige au contraire sa propre femme en mère totale, et donc potentiellement dangereuse.

Si le libertinage lui permet de se décaler de la position envahissante de l'autre sexe que lui ne peut satisfaire avec son corps réel, le réseau social semble par ailleurs avoir une fonction spécifique : boucher la béance dans l'image du miroir d'un côté et dans une consommation encadrée par le libertinage de l'autre.

Monsieur G décrit des effets singuliers concernant l'utilisation du réseau social Libertic que nous pouvons penser du côté d'une reconstruction du corps imaginaire. Conçu selon lui de la même façon qu'Instagram, il explique ce qu'il apprécie particulièrement sur ce site : les bisous reçus sous forme de notifications envoyées régulièrement à Monsieur G. Les technologies persuasives jouent ainsi un rôle important dans la consultation des réseaux sociaux pour Monsieur G. Quelque chose d'une répétition s'est mise en place, notamment le matin quand il vient à regarder ses mails : « *Ça ça me plaît énormément* ». Si le système persuasif envoie ces notifications pour inciter le sujet à consulter l'application, Monsieur G en tire en effet un plaisir singulier résonnant avec son propre investissement corporel. Il témoigne des effets que lui procure la réception de ces notifications : « *Et plus tu as de bisous, plus tu as cette sensation, […] mais effectivement je reconnais que j'aime ça ouais parce que en même temps physiquement je me suis jamais trouvé quelqu'un de beau alors que ma femme et tu vois beaucoup de femmes m'ont dit mais si tu as énormément de charme et en même temps y a c'est ça aussi, peut-être le besoin de te sentir beau*

qu'on te le dise que tu plais, je sais pas ». Nous notons ici le besoin du dire, par des signifiants, le corps de Monsieur G qualifié de beau par un autre, via le réseau social Libertic. Nous voyons comment ici se réitère par la sensation via les systèmes persuasifs une analogie du stade du miroir en écho à la théorisation de Lacan.

Lacan précise dans le texte « *Le stade du miroir comme formateur de la fonction du je* » (1949) que la question du sens de la beauté s'avère être formative et érogène[390]. Les bisous adressés au profil libertin de Monsieur G semblent participer à ce qui donne forme à son propre corps, dans une certaine réparation d'une image corporelle préalablement défaillante. La dimension érogène se perçoit ainsi par le témoignage de sensations enveloppantes, que Monsieur G apprécie renouveler chaque matin. L'identité apparaît pour ainsi dire pleine et lui donne accès à la construction par la rencontre de ces couples libertins, d'un lien à la réalité : « *Il y a une réalité pour moi je le reconnais et même maintenant je le revendique, j'ai une addiction à ce sexe, mais aussi le sexe voyeur* ». Nous pouvons ainsi considérer que les technologies persuasives, et notamment la notification par le signifiant « *bisous* », dans le cas de Monsieur G parviennent ainsi à le faire passer de « l'Innenwelt (monde intérieur) à « l'Umwelt » (l'environnement extérieur)[391].

1.6. **Dépendance et position subjective**

Monsieur G à plusieurs reprises, nous parle d'une addiction au sexe, mais plus précisément au « *sexe voyeur* ». S'il n'existe pas à l'heure actuelle de consensus sur l'addiction aux réseaux sociaux, Monsieur G manifestement témoigne des effets addictogènes de ce regard, comme la sensation de détente cumulée à un sentiment de joie mais aussi de l'éloignement d'une sensation de malaise interne : « *ça me fait du bien, ça me détend, ça me libère l'esprit, ça me permet de oui des fois bah tiens comme en ce moment là, alors je suis d'autant plus dessus, parce que là avec ma situation le monde tout ça, mais j'en ai marre quoi* ». Dimitriadis déclare à propos de la toxicomanie que le sujet pris dans l'addiction reconnaît les signes qui indiquent la présence ou l'absence de drogue. Ces signes, qui ne sont pas traités comme des signifiants, peuvent provoquer un état de manque ou à l'inverse un état d'ivresse[392]. Chez Monsieur G manifestement s'exprime ce type de position-

---

[390] Lacan, J. (1949). « Le stade du miroir comme formateur de la fonction du Je, telle qu'elle nous est révélée dans l'expérience psychanalytique ». *Ecrits.* Seuil. p. 98.

[391] *Ibid*., p. 96.

[392] Dimitriadis, Y. Westphal, L. (2018). Les usages de drogue, les maladies psychosomatiques du cerveau, le passage à l'acte et les enjeux thérapeutiques. Dans « *Les usages de drogues comme traitement de soi* », Paris : *Langage*, p. 31-41.

nement notamment vis-à-vis d'un temps long, notamment dans les séries vidéos : « *par exemple une série ou un film et des fois y a des séries tu les regardes tu te dis bon aller je fais l'effort de regarder trois ou quatre épisodes, tu en es au deuxième ça t'emmerde un peu donc je reconnais que des fois je suis sur Instagram ou sur Twitter pendant que l'épisode passe, tu l'entends à moitié* ». Il explique ensuite : « *Tu veux de l'info tu veux quelque chose de rapide dans le temps. C'est vrai que quand tu vois une vidéo ou un truc que tu sais ça va durer ah putain c'est trop long je regarde pas* ». Nous voyons comment la longueur du temps vient pour Monsieur G faire signal d'un vécu désagréable qu'il dévie par la consultation parallèle des réseaux sociaux mais aussi par le défilement rapide des images au sein même des plateformes de technologies persuasives. Pour autant, il admet une dimension négative de ce comportement : « *Je reconnais que les réseaux sociaux m'ont enlevé ces temps de calme* » ou encore : « *y a encore pas si longtemps que ça je me suis dit merde, ça ça m'emmerde parce que ça enlève de la concentration* ». Malgré une recherche d'apaisement auto-calmante, Monsieur G témoigne d'effets d'excitation produits par cette consultation des réseaux sociaux. La consultation rapide d'images a un effet auto-calmant face au risque d'une remontée d'angoisse liée à la durée d'une série, le temps long étant porteur du signifiant « *putain* » en début d'entretien. Parallèlement à cette démarche se produit de l'auto-excitation.

Jean-Philippe Lachaux parlait de la carte de saillance, à savoir des préférences de chaque individu à porter son attention sur un objet plutôt qu'un autre, de la même façon que Lacan suggère l'objet regard comme rattaché à la pulsion qui en fait le tour. De la même manière Dimitriadis nous indique que l'addiction ne serait pas une dépendance au plaisir hédoniste mais se construit davantage autour de la création d'un manque, lui-même déterminé par le sujet : « *les personnes dépendantes poursuivent leurs conduites addictives - même quand ces conduites ne leur procurent plus aucun plaisir […] Elles planifient, non seulement la consommation, mais aussi le manque, c'est à dire, la possibilité de se retrouver - quand ils le souhaitent - dans l'état de manque* »[393]. Faire du manque, c'est pallier à l'angoisse. C'est ce que nous apprend Lacan quand il énonce : « *Si tout d'un coup ça ne manque pas, c'est à ce moment là que commence l'angoisse* »[394]. En effet, il se peut que ce soit cette tentative de créer du manque, chez Monsieur G qui le pousse non seulement à consulter les réseaux sociaux, mais aussi qui le pousse à y rester, relançant le défilement des images et des publications, sur Facebook, Instagram et Twitter.

---

[393] *Ibid*., p. 5.

[394] Lacan, J. (1962-1963). *Le séminaire, Livre X, L'angoisse.* Seuil. 2004. p. 53.

Nous posons que ce comportement s'inscrit dans une véritable tentative de suture subjective par ce comportement addictogène. Lacan dans le séminaire *L'éthique de la psychanalyse*, parle d'un affranchissement naturaliste du désir, courant de pensée précédent la pensée psychanalytique, caractérisant un « *homme de plaisir* », affranchi de toute culpabilité à propos de ses actes. Monsieur G, par ses pratiques des réseaux sociaux et du libertinage, semble se situer dans ce type de configuration psychique. Il déclare : « *Moi y a des fois je me dis putain mais faisons une grosse partouze générale dans le monde entier et peut être qu'on sera plus heureux à la fin* », s'affranchissant de toutes normes sociales, dégagé d'une culpabilité surmoïque. De plus, les systèmes persuasifs viennent corroborer cette déresponsabilisation du sujet grâce à la conceptualisation des plateformes de réseaux sociaux qui présentent au sujet des images sans que le sujet n'ait véritablement conscience que c'est finalement lui par ses intérêts qui vient à les choisir. Les systèmes persuasifs permettent une autorisation de jouissance donc Monsieur G se saisit à la fois dans une visée hédoniste, tentant de s'affranchir des contraintes du lien social comme de l'altérité, mais également dans une tentative de faire tenir un corps par la reconnaissance d'un Autre du réseau. Cet Autre, tantôt persécuteur, tantôt contenant, semble répéter le mode de relation primitive de Monsieur G à l'image et lui permet tout-de-même de se façonner une identité construite sur fond de rivalité avec un Autre à la fois aimé et haï pour l'objet qu'il possède.

Nous percevons aussi la relation anaclitique que Monsieur G entretient avec les réseaux sociaux et comment ceci l'aide à tenir et habiter le lien social. À la question sur les possibles conséquences pour lui d'une disparition des réseaux sociaux il répond : « *Mais les réseaux sociaux non je pense que si ça arrivait [une panne géante qui le coupe des réseaux sociaux] je me dirais « putain ça y est ça commence, l'effondrement »* ».

Par tous ces éléments que nous avons mis à jour dans cet entretien nous pouvons déduire que les réseaux sociaux participent chez Monsieur G à la création d'une suppléance, tout comme l'art peut l'être également pour lui : « *Ah oui parce que [l'art] ça m'a sauvé. C'est quelque chose que j'ai rejeté pendant des années et des années, je voulais être comme les autres, avoir un métier comme les autres et j'ai compris que c'était ça qui me sauvait quoi* ».

En témoigne aussi ce qu'il énonce et que nous identifiions comme un tenant lieu de fantasme, lié à sa structure psychique : « *Tu vois par exemple y avait une image quand j'étais plus jeune j'avais 16-17 ans, Dali, il organisait des soirées et il adorait se mettre au milieu, c'est ce que j'avais entendu et lu je sais plus où, j'ai trouvé ça génial, où il est dans*

son appartement, il se mettait sur un trône au milieu, et il regardait tout le monde, tu sais ce coté échangisme, j'avais trouvé ça génial ». La jubilation qu'il nous rapporte ici fait écho à une détente ressentie à la vue d'images de sexe, le renvoyant à une volonté de jouissance, débarrassée de toute contrainte ou normes sociales. Si Monsieur G se trouve dans cette disposition psychique, les systèmes persuasifs présents dans les plateformes de réseaux sociaux viennent entretenir cette place. Cependant les systèmes persuasifs lui permettent tout-de-même d'accéder à la rencontre d'un autre, sur des modalités différentes du lien social. L'autre est vécu comme persécutant à l'image d'une rivalité primitive pour un objet à convoiter. L'autre peut aussi être rencontré par une modalité de jouissance commune, à l'image des couples libertins. L'autre peut également intervenir dans une dimension de contenance imaginaire lui permettant de donner forme à une image préalablement défaillante dans le miroir, trouée par l'absence du symbolique.

2. Monsieur H, le « solo-preneur, entrepreneur indépendant »



Jean-Léon Gérôme, 1890, Huile sur toile, Métropolitan muséum of art New York

2.1. **Présentation du sujet**

Notre recueil de cas clinique s'est effectué sur le réseau social Facebook, afin d'avoir accès à des individus qui ont une pratique suffisamment fréquente des réseaux sociaux pour se sentir intéressés par l'appel à témoignage que nous avons lancé. C'est dans ce contexte que nous recevons un message de Monsieur H, souhaitant s'entretenir avec nous. Du fait de la distance géographique, nous lui proposons un entretien téléphonique. Monsieur H nous indique préférer nous rencontrer en visioconférence, ce que nous acceptons.

46 ans, célibataire et sans enfant, Monsieur H se définit comme un « *solo-preneur, entrepreneur indépendant* » travaillant la plupart du temps de chez lui. Nous entendons dès le début de notre échange l'isolement social de Monsieur H, délesté de toute dépendance à l'autre, qu'il situe d'ailleurs comme une question existentielle : « *Je suis quelqu'un de solitaire mais j'en ai besoin pour moi c'est une question de survie* ». En effet, il nous indique avoir fait le choix de l'auto-entreprise car il ne supporte pas les contraintes, ni le temps de l'entreprise, avec des horaires définies ; Monsieur H ne rentre tout simplement pas dans « *les cases* » nous dit-il et aime se présenter au monde comme « *libre et indépendant* ». Il explique cette position par le fait qu'il ne s'est jamais senti à l'aise dans un groupe, préférant interagir avec l'autre de façon médiatisée, grâce aux technologies numériques : « *On va dire que j'ai d'abord appris à interagir avec des ordinateurs qu'avec des humains* ». Il reconnaît en outre un côté introverti qu'il lie sans difficulté avec son histoire familiale. En tant qu'enfant, il a vécu dans un environnement où les violences conjugales étaient régulières : « *On va dire que j'ai grandi dans un environnement familial où ma mère était victime de violences conjugales* ». Ainsi il indique se mettre en retrait face aux autres, dans le milieu personnel comme professionnel : « *J'aime bien rester en retrait, j'écoute, j'observe ce qui se passe mais j'aime pas du tout me mettre en avant* ». De ce fait, il a choisi une activité professionnelle dans laquelle il se trouve : « *exclusivement dans le numérique* ». Il nous explique alors rapidement sa posture professionnelle avec un langage parfois hermétique à toute personne extérieure au milieu spécifique du numérique. Il énumère toutes les fonctions qu'il occupe : « *formateur de formateurs […] pour des formateurs professionnels qui préparent le titre RNCP de formateur professionnel pour adulte* », « J*'intègre aussi des plateformes de formation en ligne pour les centres de formation libre et open source* » ou encore : « *une dernière casquette de rédacteur web SIO donc j'écris de façon à optimiser le référencement naturel* ».

Tout au long de l'entretien, Monsieur H s'adonne à distinguer la sphère professionnelle de la sphère personnelle dans son utilisation du numérique : « *Un compte personnel et un compte professionnel, d'autres où j'ai qu'un seul compte mais j'ai un double usage à la fois personnel et professionnel* ». Nous entendons ici une segmentation, un coupage et un filtrage de sa propre subjectivité vis à vis des autres, grâce aux différents dispositifs qu'offrent les réseaux sociaux. Il explique cette division par le fait que sur son profil professionnel pour se faire connaître, il doit créer du contenu professionnel pour se rendre visible de ses futurs clients. S'il réagit de façon personnelle il craint en conséquence : « *de se faire griller professionnellement* ».

Enfin, il relate tout de même ce qu'il nomme un burn out au printemps 2022 qu'il justifie à la fois par une difficulté à refuser la demande émanant de l'Autre : « *Je sortais d'une période où j'avais pas signé beaucoup de contrats, j'avais des problèmes de trésorerie il fallait vraiment que je fasse rentrer du chiffre et du coup j'ai tout accepté tout de suite* », mais également par un temps de bénévolat dans une association de cybersécurité, de laquelle il ne pouvait se détacher : « *J'ai voilà j'investissais du temps dans cette association et finalement je passais trop de temps dans cette association et ça mettait aussi un peu en danger mon activité professionnelle* ». Nous constatons ainsi une difficulté pour Monsieur H à limiter la demande de l'Autre, ce qui pourrait expliquer ses conduites d'évitement : « *Je fais aussi partie des gens qui ont du mal à dire non […] et à un moment donné je me piège tout seul.* ». À la fin de notre échange, il tient à nous rappeler qu'il aime le numérique, au point d'en faire son propre monde : « *J'aime bien après mon monde numérique mais euh voilà donc euh* ».

2.2. **Pratique des réseaux sociaux**

Très tôt pendant l'entretien, Monsieur H nous explique comment il utilise les réseaux sociaux qu'il renomme d'ailleurs : « réseau sociaux en ligne », spécifiant qu'il existe selon lui d'autres réseaux sociaux qui ne soient pas en ligne mais dans « *la vraie vie* ». Son utilisation est quotidienne mais il nous indique qu'elle est peut-être différente des autres. Il nous suppose un intérêt pour sa manière spécifique d'utiliser les réseaux sociaux : « *Utilisation quotidienne c'est complètement mon cas, différente peut être justement, personnellement et professionnellement mais clairement 7 jours sur 7* », se plaçant d'emblée à notre égard, en miroir, comme un expert du numérique rappelant le discours de l'universitaire.

Monsieur H opère un travail de veille sur les différents réseaux sociaux qu'il consulte, comme Twitter et Facebook, mais aussi Linkedin : « *C'est un de mes outils de*

veille parce que je suis dans le numérique il faut faire de la veille quotidiennement pour vraiment être au courant de ce qui se passe et de l'évolution des choses, et Linkedin et Twitter sont vraiment mes deux outils de veille ». Nous apercevons ici comment ce sujet semble pris dans une logique du savoir qu'il faudrait accumuler et ne rien en laisser échapper. De ce fait, il concède procéder « *beaucoup* » au scroll sur Linkedin et sur Twitter.

Il se plaît par ailleurs à nous raconter avec le sourire, sa relation avec le numérique qui a commencé à l'âge de neuf ans : « *J'ai touché mon premier clavier en 1986* ». Puis dans les années quatre vingt dix, il découvre les forums de discussions et enfin les réseaux sociaux à partir des années deux mille avec Viadeo. Plus récemment, il s'est crée un profil sur Instagram mais nous dit ne pas avoir « *accroché* », de la même manière que Tiktok, qu'il a essayé mais sans être convaincu. Il analogue certains réseaux sociaux, comme Facebook et Linkedin, à un chez lui : « *Je me sens vraiment chez moi je les maîtrise bien je sais comment ils fonctionnent* ».

Facebook, Twitter et Linkedin sont donc les trois principaux réseaux sociaux utilisés, des réseaux sociaux où la rencontre avec les autres se fait majoritairement par le texte, ce qui convient à Monsieur H : « *je vais pas avoir la même façon de communiquer [...] J'ai aussi une activité artistique d'écrivain à côté* ». Étonnement pourtant, Monsieur H se dit prêt à investir un réseau dans lequel il s'agit de se mettre en scène via une vidéo en direct en ligne : « *Y a un seul réseau social ou éventuellement je serai peut-être prêt maintenant à me mettre en vidéo ce serait Twitch* ». Bien que ce réseau mette en avant des vidéos en streaming de personnes nommées des streamers, ce qui intéresse monsieur H est la mise en avant de compétences professionnelles, notamment en informatique : « *Alors je suis du coup des personnes sur Twitch sur des sujets, des thématiques ultra précises, des gens qui sont vraiment ultra compétents dans leur domaine dans le numérique* » ; Le corps de l'autre en image ne semble pas ici être plébiscité et donc ne pose pas de problème à Monsieur H. Le savoir en revanche y est d'autant plus investi.

Sur ses réseaux sociaux, Monsieur H au-delà de la veille, crée du contenu. Il explique cette démarche du fait de son introversion. Créer du contenu permet aux clients potentiels de prendre contact avec lui, sans que lui n'ait à se mettre en demande vis à vis de l'Autre : « *Et en tant qu'introverti c'est vachement plus simple parce que je ne sais pas faire le premier pas, j'ai horreur d'aller vers les gens c'est beaucoup plus facile quand ce sont les gens qui viennent vers moi* ». De plus, créer du contenu lui permet selon lui d'acquérir un sentiment d'existence : « *Si on ne crée pas du contenu on n'est pas visible et on existe pas* » ou encore : « *sur Linkedin c'est vraiment là en tout cas où je crée du contenu*

actuellement parce que j'ai un coté créatif et du coup j'ai besoin de créer et cet outil, cette plateforme là me permet d'être, voilà de d'exploiter ma fibre artistique ».

Au delà de l'aspect créatif sur Linkedin, Monsieur H possède un compte professionnel et un compte personnel sur Facebook avec lesquels il peut jongler sur les contenus qu'il présente. Pour ce faire il segmente les contenus au sein de chaque compte : « *J'ai même crée des listes, voilà je peux, je peux vraiment jongler au niveau de l'audience, au sein même des contacts, des gens avec qui je suis en contact* ».

On distingue chez Monsieur H les usages suivants :

- Une accumulation de savoir par la recherche d'informations (travail de veille) sur Twitter et Linkedin
- La promotion de soi grâce à la création de contenus sur Linkedin
- Une rencontre de l'autre médiatisée et contrôlée par le numérique sur Linkedin et Facebook

Néanmoins, il nous rapporte avoir changé récemment son utilisation des réseaux sociaux, successivement à ce qu'il identifie comme un burn out. Il a par exemple supprimé les notifications sur son téléphone pour se préserver : « *Je réalise à quel point c'est important aussi de se préserver psychiquement* ».

Enfin, il nous rapporte sa routine quotidienne de consultation des réseaux sociaux mais lorsque nous le questionnons sur ce qui le fait quitter les réseaux sociaux, il fait état non sans surprise de sa réflexion : « *Après comment j'ai terminé, je sais pas parce que j'y vais de façon tellement fragmentée et tellement régulière dans la journée que j'ai du mal à … C'est comme si je quittais sans jamais quitter* ».

2.3. **Imaginaire et rapport au savoir**

Monsieur H, dès le début de l'entretien se positionne du côté d'un savoir, un savoir qu'il nomme « *autodidacte* » dans de nombreux domaines : « *Au total j'ai fait entre 15 et 20 métiers différents mais finalement j'ai terminé avec un master 1* ». Il s'est également présenté à nous en tant que formateur, à cette place d'expert en informatique. Au sein des réseaux sociaux, il cherche à accroître ce savoir auprès des personnes qu'il estime compétentes. À plusieurs égards, Monsieur H témoigne de sa tendance à idéaliser les personnes dont il suppose un savoir universitaire : « *J'ai beaucoup valorisé l'intelligence académique donc je m'entourais que de gens qui avait des masters des doctorats etc.* », « J*e m'appuyais sur ces gens-là que j'idéalisais beaucoup au niveau de l'intelligence etc. pour apprendre d'eux* ». À ce titre, il nous déclare à propos de la plateforme Twitch : « *Il n'y a pas*

cette ce, il y a moins ce côté se mettre en scène, même si on les voit y a vraiment le contenu de ce qu'ils disent, où on montre que ok, les, ils assurent ils connaissent leur sujet, ils maîtrisent leur sujet et là ok je prends des notes et j'apprends des choses, c'est pas le côté, je caricature un peu mannequin sur la plage ou des choses comme ça qu'on peut voir sur d'autres plateformes ». Cet intérêt pour le savoir (par opposition au voir) semble faire béquille psychique pour lui. Ce savoir permet d'accéder à une position d'expert, position d'existence pour Monsieur H : « *Je me considère pas expert j'ai horreur de ce mot là mais on est obligé de jouer le jeu sur Linkedin on doit montrer qu'on est expert sinon on est presque invisible. On existe pas si on a pas cette étiquette d'expert donc voilà, je vais avoir cette posture, enfin je suis obligé d'avoir cette posture là où je suis obligé de jouer l'expert même si je ne me considère pas expert* ». Il ajoute ensuite que ce rôle d'expert qu'il joue sur Linkedin, telle une parade à l'image de ce que Lacan évoque dans la question du double mimétique[395], lui permet d'entrer en lien avec les autres : « *ce sont les clients eux qui viennent vous chercher parce que vous êtes identifié sur la plateforme en tant qu'expert de part vos contenus* ». De plus, Monsieur H avoue : « *je réagis souvent par mimétisme dans mon langage non verbal ou dans mes propos par rapport à ce que j'ai entendu pour essayer de rentrer dans les cases du monde social* ».

La position de « tout-sachant » oscille ainsi entre Monsieur H et l'autre non sans une certaine idéalisation. Nous ne savons pas si ces autres idéalisés pour leur savoir ont été rencontrés en ligne ou non. Néanmoins, il nous indique tout de même ailleurs dans l'entretien : « *J'ai pas eu d'amis jusqu'à 30-40 ans, c'était compliqué. Et finalement par contre sur le forum de discussion dans les années 80-90 ça ne me posait pas de problème* ». Dans les rencontres en ligne, sur les réseaux sociaux, Monsieur H parle d'une tendance à l'idéalisation : « *Les premières rencontres quand j'étais jeune que j'ai faite, euh amoureuses, se sont faites justement d'abord en ligne. Euh et après j'ai voilà j'ai appris aussi des choses c'est-à-dire que des fois j'avais trop tendance à laisser durer comment dire les premiers temps de la relation en ligne avec ce risque de trop idéaliser* ». Cette idéalisation, il la décrit de la façon suivante : « *C'est ce que j'appelle l'effet Pygmalion, c'est-à-dire que finalement on on va créer une sorte notre imaginaire va créer la personne que l'on imagine plus que ce qu'elle est réellement* ».

Le mythe de Pygmalion, tiré du livre X, *Les Métamorphoses* d'Ovide, raconte l'histoire d'un roi légendaire Chyriote, Pygmalion, ayant une aversion pour des femmes

---

[395] Lacan, J. (1964). *Le Séminaire, Livre XI… op.cit.* p. 122.

qu'Ovide nomme les propétides, à savoir des femmes condamnées par Vénus à se prostituer pour ne pas avoir accepté de vouer un culte à cette déesse[396]. Demeurant célibataire, Pygmalion décide de sculpter une statue de femme en ivoire, de laquelle il tombe amoureux. Il demande à la déesse Vénus de donner vie à cette statue, puis l'épouse. Ce mythe, repris analysé par Sophie De Mijolla comme un fantasme d'emprise[397] peut aussi se penser du côté du rapport du sujet à l'objet, en tant qu'objet de convoitise. Dans ce mythe, Pygmalion, déçu de la réalité des femmes, crée un objet affranchi de tout désir subjectif et entièrement disponible pour venir combler sa propre jouissance, dans une image pleinement idéalisée, sans manque. Cet objet se pose en reflet, en double idéal de Pygmalion au point de se voir confondre dans une illusion l'imaginaire de Pygmalion et la réalité : « *Il tâte fréquemment sa création pour savoir si elle est de chair ou bien d'ivoire, et n'est pas convaincue qu'il s'agisse d'ivoire. Il l'embrasse, croit être embrassé ; il lui parle, il la serre et s'imagine émouvoir les membres sur lesquels ses doigts se sont posés, et il a peur, en les pressant, d'y faire des bleus* »[398]. Cette réponse que croit recevoir Pygmalion n'est pas sans rappeler la visée des systèmes persuasifs dans cette imitation par l'illusion, du lien social, débarrassé de toute contrainte. Dans quelle mesure pour Monsieur H, la rencontre de l'autre, qu'elle soit amoureuse ou non, sur les plateformes de réseaux sociaux n'implique pas un effet Pygmalion, un effet de rencontre idéale, doublure de soi-même, du fait de la personnalisation des systèmes persuasifs ? Monsieur H ajoute ainsi : « *À un moment donné je me suis imposé une règle voilà tiens je rencontre une femme avec qui je m'entends bien, ok pas plus de trois semaines en numérique, fin trois semaines c'est arbitraire mais voilà si on est pas trop loin ok on se rencontre tout de suite pour éviter d'être trop dans cet imaginaire* » - reconnaissant le caractère illusoire de cette idéalisation par ailleurs.

Monsieur H, par sa comparaison avec l'effet Pygmalion dans la rencontre d'un autre en ligne, nous décrit sans le savoir ce qu'il en est du mécanisme d'illusion par le leurre, que nous retrouvons dans les systèmes persuasifs personnalisés. L'ambition des technologies persuasives, comme nous l'avons développé précédemment, est la promotion d'attitudes et de comportements qualifiés de positifs notamment pour l'environnement[399]

---

[396] Ovide. (1er siècle). *Les métamorphoses*, *Livre X*. Paris : Actes Sud / Babel, t. 1573, 2018.

[397] De Mijolla-Mellor, S. (2008). Le fantasme de Pygmalion. *Adolescence.* Vol. 26, n° 664. p. 817840. https://doi.org/10.3917/ado.066.0817

[398] Ovide. (1er siècle). *Les Métamorphoses…op. cit. V 280-285* .

[399] Fogg, BJ. (2003). *Persuasive technology, Using computers to change what we think and do.* Edition du Kindle

ou encore pour la santé[400]. Néanmoins, les méthodes mises en place, comme la personnalisation, semblent éviter toute forme de contrainte et baigne le sujet dans un imaginaire où le champ des possibles est illimité d'une part, Monsieur H nous dit : « *le numérique apporte ça c'est un océan infini* » ; et d'autre part, la réalité et l'imaginaire s'en voient confondus en analogie à Pygmalion : « *C'était vachement plus facile de discuter en ligne avec des inconnus voilà derrière un écran même si des fois on pouvait faire des visios etc. mais dans la vie ce qu'on appelle IRL (qu'il a prononcé « irréel »), donc les trois lettres hein donc dans la vraie vie, c'est toujours plus compliqué* ». Cette prononciation témoigne-t-elle justement d'un caractère irréel de la vie dans le domaine de l'actuel ? De la même manière Monsieur H témoigne de cette position : « *On parle beaucoup de virtuel mais finalement je me demande si le virtuel est encore le virtuel ou si quelque part il est pas devenu un peu trop réel ?* ». Le virtuel est-il pour Monsieur H le seul registre qui témoigne d'un rapport à la réalité ? Le virtuel peut-il être justement un prisme qui lui permet d'accéder à la réalité façonnée à la manière de Pygmalion, ce que la « *la vraie vie* » témoignerait davantage d'un Réel trop contraignant et de ce fait, impossible à tenir ?

La personnalisation des systèmes persuasifs de façon implicite propose des contenus en fonction de l'intérêt individuel. La plupart de ces contenus véhiculent pour Monsieur H une image d'un autre idéalisé tout-sachant, sans faille. Nous pouvons dès lors, nous demander quelles sont les implications psychiques pour Monsieur H de cette idéalisation.

Tout d'abord, nous pouvons dire que l'illusion dans laquelle Monsieur H se trouve baignée, grâce aux technologies persuasives, et au domaine plus largement du numérique, lui donne dans une certaine mesure, un sentiment de sécurité face à l'autre : « *Je l'associerais à un certain sentiment de sécurité. L'écran sert de médium* ». Ce sentiment de sécurité n'est pas ressenti en dehors du numérique : « *cette notion de sécurité a toujours été primordiale chez moi dans la façon dont j'interagis avec les gens. J'analyse toujours les gens pour voir si y a un risque de danger potentiel chez la personne, est ce qu'elle va contrôler ses émotions ou pas etc. et j'ai besoin de me sentir en sécurité pour m'exprimer* ». Nous voyons ici comment l'autre peut aisément être vécu comme persécutant. Si la rencontre via le médium des réseaux sociaux permet à Monsieur H de se sentir en sécurité, il subsiste néanmoins certains aspects d'un vécu de persécution dans son discours. Il semble investir l'Autre comme un possible imposteur, souhaitant le tromper en jouant un rôle : « *J'adore Linkedin mais ce n'est pas un réseau parfait non plus et il est aussi victime des autres,*

[400] Orji, R. Moffatt, K. (2018). Persuasive technology for health and wellness : State-of-the-art and emerging trends. *Health Informatics Journal*, n°24, p 66-91. DOI :10.1177/1460458216650979

comme les autres réseaux sociaux en ligne de montrer je sais pas y'a un coté où c'est pas authentique ». Monsieur H vient personnifier ici Linkedin en plaçant ce réseau social en victime des autres, mais plus précisément de ces autres qui trompent : « *On est au moins très nombreux à jouer un rôle sur les réseaux sociaux. Comme si il fallait prouver aux autres 'Regardez comme j'ai réussi, je suis sur une fausse plage ou je sais pas y a peut-être y a un arrière plan dans ma chambre qui ressemble à une plage et je me mets et voilà'* ». Monsieur H paraît ici dénoncer une certaine imposture de l'Autre, qui viendrait d'une certaine manière le persécuter. L'Autre du réseau social aurait vocation à tromper et à mentir : « *y a cette question du mensonge de ce que je perçois moi en tout cas comme du mensonge. Et de l'authenticité j'aime l'authenticité, j'ai horreur de ce qui est faux en tout cas pour moi* ».

Stéphane Thibierge rappelle selon le référentiel lacanien que le sujet peut être identifié dans l'Autre de deux façons. Il peut ainsi d'abord être identifié dans l'Autre en tant qu'objet, à sa merci, ses pulsions prises dans la demande et le désir de l'Autre ce qui peut conduire le sujet ainsi à un sentiment de persécution[401]. Il semble que Monsieur H se trouve dans cette disposition, se sentant en danger face à l'Autre envahissant, même sur les plateformes de réseaux sociaux : « *par exemple sur des tweets où [s'il faut répondre] à chaud je pourrais peut-être me prendre après une volée de bois vert c'est presque un registre trop poli, mais j'évite aussi de me montrer par rapport… pour pas être victime de cyberharcèlement, de pas tomber dans le piège de répondre à certaines publications parce que derrière peut-être que y a des personnes qui vont voilà je pourrai risquer de me faire emmerder* » ou : « *Et et je disais alors je disais que j'étais partagé parce que y a toute la question aussi des dangers du Métavers euh ben comme les outils numériques aujourd'hui c'est-à-dire y a le problème du cyberharcèlement etc.* » ou encore : « *Sur Twitter j'essaye toujours de faire très attention je me dis 'non non stop tu ne réponds pas tout de suite, tu verras demain si tu as envie de répondre ou pas' et finalement la plupart du temps le lendemain la colère est retombée etc. et finalement non ça sert à rien voilà. ça ne sert à rien ni personnellement ni professionnellement c'est le genre de choses ou ça se retourne très vite contre soi* ». Nous voyons comment Monsieur H alterne l'investissement de l'Autre entre idéalisation et persécution à l'image illusoire du frère de lait ayant accès à la jouissance du sein maternel[402].

---

401 Thibierge, S. (2007). *Clinique de l'identité : Psychoses, identité sexuelle et lien social*. PUF.

402 Saint Augustin. (IVe siècle). *Les Confessions*. Livre I, chapitre 12. Flammarion. 2004.

Même si les systèmes persuasifs lui permettent d'entrer en lien avec les autres grâce à un sentiment de sécurité, persiste un certain effet de paranoïsation, que les systèmes persuasifs entretiennent, voire favorisent. En témoigne par exemple ce qu'il a considéré comme un burn out : « *Le burn out du printemps dernier et puis de ces changements d'usage ou j'ai supprimé les notifications sur mon téléphone, pas forcément sur mon ordinateur mais au moins sur le téléphone ou justement j'ai besoin je réalise à quel point c'est important aussi de se préserver psychiquement de alors les notifications je les interprète sous le registre de l'intrusion. Je trouve que c'est trop voilà* ». De la même façon sur le fil d'actualité, Monsieur H témoigne de cet Autre de l'algorithme dont il se sent « intrusé », à la merci : « *C'est-à-dire que si on résiste pas on joue le jeu de l'algorithme, de ce que les gens veulent derrière et il faudrait pas non il faudrait pas tomber dans le piège alors des fois j'arrive à pas tomber dans le piège et des fois je tombe dedans* ». Cet Autre, Monsieur H en perçoit la capacité d'influence et précisément, c'est cette capacité d'influence de l'algorithme qui vient nourrir ce sentiment de persécution au sein des réseaux sociaux.

En outre, si l'Autre ment et joue un rôle, nous constatons dans les signifiants de Monsieur H, notamment quand il utilise le prénom « *on* » un certain caractère projectif : « *On est tous derrière un écran* ». Il prend le soin tout au long de l'entretien de nous expliquer comment il filtre ses interactions avec les autres sur les réseaux sociaux en fonction du caractère personnel ou professionnel ou encore comment il joue un rôle sur Linkedin : « *Je maîtrise, je prends le temps de structurer ma publication, je vais l'écrire d'une certaine façon, voilà quelque part, à la fois on se montre et on se cache* ». Nous constatons que le sujet, même s'il se situe dans une critique des technologies persuasives, est quand bien même pris subjectivement par ce système personnalisé à partir du moment où il consulte les réseaux sociaux. Chaque sujet est cependant pris d'une façon singulière. Monsieur H semble se situer du côté de la construction d'une *parade* qu'il met au devant de l'autre. Quelle est la fonction cette parade pour Monsieur H ?

Tout le terme parade est équivoque en ceci qu'il désigne une monstration, avec une dimension de spectacle : parade militaire, parade de festival, parade nuptiale etc. Le mot parade est, en latin, dérivé du verbe parer. La parade représente donc aussi la défense, l'arrêt d'une attaque d'un ennemi. Une parade est ainsi, par la monstration, un point de défense contre un autre potentiellement menaçant. Dans quelle mesure la parade pour Monsieur H qui vient montrer et cacher, ne fait-elle pas mécanisme de défense ? Il semble que cette parade est ce qui lui permet de se sortir de cette merci de l'Autre dans laquelle Monsieur H se trouve.

Lacan dans le *Séminaire XI*, nous parle de la parade comme exemple d'un mimétisme présent notamment dans le règne animal : « *Qu'il s'agisse de la parade, chez le mâle animal le plus souvent, ou qu'il s'agisse du gonflage grimaçant par où il procède dans la lutte sous la forme de l'intimidation, l'être donne de lui, où il reçoit de l'autre, quelque chose qui est masque, double, enveloppe, peau détachée, détachée pour couvrir le bâti d'un bouclier* »[403]. Lacan souligne ici le caractère équivoque de la parade. Pouvons-nous dire que Monsieur H fait parade à l'Autre de l'algorithme ? En effet, il montre, il cache, il met en avant une certaine expertise de son savoir alors que lui même ne se considère pas expert : « *Quand je communique sur la page professionnelle de mon entreprise je vais avoir une communication institutionnelle. Là je me protège un peu derrière l'institution qui est ma société* ». Ici nous voyons bien comment la parade est à l'œuvre chez Monsieur H. Il parade son savoir professionnel pour se protéger au fond de la demande de l'Autre. On entend le caractère de parade du savoir, d'un savoir qu'il se donne mais dont il sait qu'il vient doubler, qu'il vient masquer autre chose. Ce savoir imaginaire mis au devant ne laisse pour autant pas sans indice de ce dont il est véritablement question pour Monsieur H, à savoir le débordement pulsionnel archaïque. En effet il nous indique à demi-mot ce qu'il cache : « *J'évite de faire des tweets politiques parce que sur twitter c'est très impulsif comme réseaux social, y a une haine là-bas qui est assez extraordinaire. On va dire je vais quand même je vais pas montrer. Je suis quelqu'un de très sensible mais j'ai une tendance à cacher beaucoup mes émotions alors aussi dans la vie quotidienne je vais beaucoup utiliser l'humour ou des choses comme ça pour pas vraiment, je suis très pudique au niveau de mes émotions* ». Il nous rapporte également cette formule dont on comprend bien qu'il se joue quelque chose de pulsionnel dans son retournement : « *Sur Twitter j'essaye toujours de faire très attention je me dis « non non stop tu ne réponds pas tout de suite, tu verras demain si tu as envie de répondre ou pas » […] c'est le genre de choses ou ça se retourne très vite contre soi* ». Il semble en effet du côté du pulsionnel quand il consulte Twitter : « *est-ce que y a une sociologie vraiment très spécifique sur Twitter qui fait que les gens, ça attire en tout cas des gens qui sont plus dans le pulsionnel, moins dans ce qui est réfléchi etc. après ça vient faire écho à ce qu'il se passe dans la société ou je trouve qu'il y'a une montée de pulsionnel, je trouve que c'est ce réseaux social là qui catalyse les pulsions* ». Nous pouvons ici cette souligner la question que pose Monsieur H d'un point de vue subjectif. Manifestement il vit lui-même une montée de ses propres pulsions qu'il tente

---

[403] Lacan, J. (1964). *Le Séminaire, Livre XI, Les quatre concepts… op. cit.* 1973, p. 112.

grâce à tous ces systèmes de parades mis en jeu de cadrer, de canaliser cette pulsion qui serait autrement débordante. S'il nous parle d'un effet Pygmalion en ce qui concerne sa rencontre de l'autre qu'il façonne, nous voyons comment la mise en avant d'une parade lui permet lui aussi de se façonner une identité idéale qui serait protégée de toute attaque venant d'un autre menaçant.

Finalement, Monsieur H, grâce aux dispositifs qu'offrent les systèmes persuasifs personnalisés se bricole à la fois un sentiment d'existence tout en paradant son savoir. Cette position lui donne accès à un lien à l'autre. Il subsiste néanmoins des effets paranoïsants, témoins de cet appui fragile et vacillant sur le numérique et ses technologies persuasives. Même s'il nous parle d'un sentiment de sécurité derrière l'écran en place de médium : « *Je maîtrise beaucoup mieux les codes d'échange et puis oui le peut-être que le le contact est moins menaçant* », cette défense ne lui a pas suffit, malgré toutes les tentatives d'évitement de l'Autre, de se retrouver en burn out.

2.4. **Regard et pulsion scopique**

Monsieur H nous fait état d'une alternance entre des affects de frustration et de plaisir à la vue de certains contenus qu'il consulte au sein des différents réseaux sociaux : « *Et j'allais dire et comme justement y'a le meilleur et le pire* ». Sur chaque réseau social il décrit les contenus qui l'intéressent, qu'il apprécie : « *Euh alors je trouve que [Twitter] c'est un réseau social qui d'un point de vue professionnel en tout cas dans mon activité dans le numérique y a un certain nombre de gens qui sont vraiment très experts, très compétents, dans le domaine de la cybersécurité, dans l'administration des réseaux informatiques etc. et c'est un de mes outils de veille* », « *ça va être des contenus qui vont m'intéresser* », et les contenus qui l'ennuient : « *des réels ou des stories où les gens se mettent vraiment en avant, je sais pas ça m'ennuie* », qui ne l'intéressent pas : « *des fois y a des suggestions de profils ou de publication qui nous intéressent pas mais qui apparaissent quand même et y a aussi des fois des publications on va pas du tout interagir avec* », voire qui déclenche en lui de la colère : « *y'a des fois on est vite très en colère quand on lit des tweets ou des choses comme ça* ».

Ces alternances d'affects découlent de publications qui lui sont présentées certes de façon personnalisée, mais aussi de façon aléatoire sur le plan logique et chronologique, sans que le sujet ne puisse décider des publications qui se présentent à lui, ni de leur ordre. Monsieur H l'a d'ailleurs bien saisi : « *parce que on choisi les personnes qu'on suit mais y*

a toujours les algorithmes, entre les publications qui sont sponsorisées, du coup ça on le contrôle pas ».

Cette absence de contrôle due spécifiquement aux dispositifs des systèmes persuasifs personnalisés, sont pensés pour induire chez le sujet qui consulte le système de récompense aléatoire. Le sujet se trouve toujours ainsi dans l'attente d'un plus-de-jouir mais ne sachant jamais quand ce plus arrivera, il continue de consulter les réseaux sociaux. Il se trouve en état de dépendance à un Autre qui lui apporte, ou non des contenus qu'il apprécie. Au-delà de ce système pensé par les designers des technologies persuasives, cette dimension aléatoire de la récompense n'est pas sans rappeler la position dépendante du petit d'homme, encore en état d'infans et d'incapacité motrice, ne pouvant contrôler ni son corps ni s'apporter les besoins nécessaires à son développement. Le petit d'homme est dans un état de dépendance totale à un Autre primordial, qui conditionne sa survie. Dans les premiers temps de vie, le petit sujet en devenir alterne entre des moments de plénitude et des moments de détresse et ce sans aucun contrôle de sa part. Le nourrissage apparaît ainsi comme exemple de vécu de dépendance à l'Autre, alternant plein et vide, plaisir et déplaisir, jouissance et frustration. Cette alternance entre plaisir et déplaisir se ressent certes à la fois quand le sujet appréhende les premières pulsions, mais perdure plus tard au cours du développement subjectif. En témoigne l'analogie avec le nourrissage que glisse Monsieur H au cours de l'entretien à propos de certains profils proposant des contenus qui l'intéressent : « *Il est vraiment top j'ai envie de continuer à suivre ses actualités pour me nourrir dans ma veille* ».

Comment des contenus principalement visuels peuvent-ils rappeler ce temps primaire, archaïque et oral de la relation à l'Autre primordial des premiers temps de la vie ? En somme quels liens existent-ils entre ce qui se joue dans le cadre de la pulsion scopique et ce qui se joue dans le temps de l'infans ?

Pour déclencher le système de récompense aléatoire sur le plan cognitif chez Monsieur H, les systèmes persuasifs proposent des images véhiculant un caractère d'alternance entre un plaisir et un déplaisir ou une jouissance et une frustration. Monsieur H nous raconte : « *Ce qui m'agace beaucoup aujourd'hui ce sont les titres d'articles qui sont ce qu'on appelle les titres « pute-à-clic » c'est-à-dire des titres qui n'ont finalement rien à voir avec le contenu de l'article mais la façon dont est écrit le titre ça donne envie d'aller cliquer dessus et c'est après où on se rend compte « non mais le journaliste m'a pris pour un con là » finalement y a aucun rapport entre les deux. Et c'est très agaçant j'en viens à cette question du mensonge où on est trompés* ». Ces titres dits « *Putaclic* » participent à ce que nous qualifierons de *leurre* de l'image. Ce type de contenus, pour Monsieur H, véhi-

culent ainsi une image faisant fonction d'illusion. Si Monsieur H témoigne de cette confusion quand il évoque l'effet Pygmalion, il va plus loin, avec cette formule suivante où nous repérons une angoisse primaire d'anéantissement de part le discours mais aussi la butée des signifiants utilisés : « *Ces outils changent notre perception du monde réel notre perception entre ce qui est humain et ce qui ne l'est plus et que finalement bah peut être que bah le danger dans l'avenir, ça serait que le le la le lu la hm la dimension humaine, disparaisse euh au profit d'un d'un avatar de quelque chose et qui devienne finalement que ça aussi* ».

Si la fonction de l'illusion est de mettre au devant du regard un désir accompli, dans une certaine mesure ceci marque l'absence de la fonction écran venant rendre compte de la réalité en bordure et bordante pour un sujet. Lacan dans le *Séminaire XI* parle d'une réalité inscrite comme marginale[404]. Elle témoigne de l'opération de la fonction écran, issue de la présence d'un manque qui vient trouer l'image. Ce trou dans l'image est ce qui donne la dimension de trompe-l'oeil dans un certain ludisme, suscitant le désir. Or ici Monsieur H se trouve davantage pris dans la demande de l'Autre leurrante : « *et voilà c'est y a vraiment on pousse les gens 'moi je veux que les gens y réagissent comme ça parce que je veux qu'ils regardent mon contenu donc je vais créer du contenu de cette façon là' c'est très malsain et puis c'est malhonnête et voilà ça m'agace* ». Les contenus « Putaclic » décriés par Monsieur H semblent ainsi lui présenter une image saturée dans laquelle Monsieur H se trouve pris dans un premier temps. Dans le leurre, l'image a pour corollaire de soutenir la toute-puissance infantile[405]. L'objet prêt-à-jouir se trouve au-devant de la perception telle une illusion. Le sujet peut se trouver alors du côté de la fascination leurrante, et évite ainsi le manque[406]. À d'autres égards, Monsieur H s'est précisément exprimé de ce côté : « *C'est un monde sans limite c'est juste extraordinaire, c'est fascinant* ». Jean-Michel Vivès décrit pour autant que le leurre chute rapidement chez l'Homme et perd ainsi sa dimension illusoire[407]. Monsieur H se plaint effectivement de cette chute du leurre, et reconnaît ainsi sa relation à l'Autre, cet Autre finalement trompeur. De plus, nous constatons chez Monsieur H une chute narcissique dans le : « *il m'a pris pour un con là* ». La toute-

---

[404] Lacan, J. (1964). *Le séminaire Livre XI, les quatre concepts…op. cit.* p. 123.

[405] Vivès, J.-M. (1998-1999). Le leurre et le trompe-l'oeil dans l'art et la psychanalyse. *Comment les discours de l'amour se déclinent-ils aujourd'hui ?*. Disponible sur : *https://*www.gnipl.fr/pdf_actes_sem4/Leurre%20et%20trompe-l'oeil%20dans%20l'art%20et%20la%20psychanalyse%20%20Jean-Michel%20Vives.pdf [Consulté le 17/08/2025]

[406] Vinot, F., Raufast, L. & Vivès, J. (2020). Les médiations thérapeutiques par le théâtre : entre fiction et friction. *Cahiers de psychologie clinique.* p. 93. https://doi.org/10.3917/cpc.055.0081

[407] Vivès, J.-M. (1999). « Leurre et trompe-l'œil dans l'art et la psychanalyse ». *Op. cit.* p. 8.

puissance infantile cède à mesure que le leurre est démasqué. Cette alternance entre la toute-puissance infantile et une chute narcissique est ainsi réactualisée avec les systèmes persuasifs personnalisés, par le prisme du scopique chez Monsieur H. Il convient désormais de s'interroger sur les conséquences psychiques de cette réactualisation.

Monsieur H témoigne de plusieurs effets psychiques de cette confrontation aux leurres des systèmes persuasifs. Si nous avons décrit antérieurement la manifestation d'un vécu de toute-puissance infantile, nous constatons, tout au long de l'entretien des effets de dépendance à l'Autre de l'algorithme : « *alors y a des fois j'aurais tendance on se laisse très vite prendre je le disais tout à l'heure* ».

Monsieur H se sent porteur d'une obligation à la fois envers le petit autre, ses clients, l'association bénévole de cybersécurité mais aussi envers un Autre à une place de surplomb. À plusieurs reprises il témoigne d'injonctions ressenties via le scopique : « *il faut tout montrer quasiment de soi* ». Tout semble être question de céder ou de résister à cet Autre par le biais de tomber ou non dans le mécanisme du leurre : « *par exemple une vidéo ça va avoir tendance à c'est difficile de résister donc on a envie de voir et forcément l'algorithme s'en souvien*t », « *c'est-à-dire que si on résiste pas on joue le jeu de l'algorithme, de ce que les gens veulent derrière et il faudrait pas non il faudrait pas tomber dans le piège alors des fois j'arrive à pas tomber dans le piège et des fois je tombe dedans* ».

Cette dépendance à l'Autre, Monsieur H exprime ses difficultés à s'en dégager : « *Des fois y a des contenus qui devraient pas, qui sont particulièrement violents qui viennent nous mobiliser là dessus où c'est très difficile de résister* ». En effet, lorsque Monsieur H évoque son burn out, il témoigne des nombreuses notifications auxquelles il ne pouvait répondre par la négative, du fait d'un engagement vis à vis de l'autre : « *même à titre bénévole, je m'étais un peu engagé et voilà quand je dis quelque chose je le fais je m'engage, pas besoin de le signer par écrit, fin j'ai pour moi la question de l'engagement elle est importante et de respecter sa parole donc à un moment donné quand on s'engage bah ok on dit je fais ça, bah on va jusqu'au bout* ». Cette dépendance à l'Autre, cette impossibilité de refuser la demande de l'Autre et notamment dans le leurre peuvent aller pour Monsieur H jusqu'à un sentiment que nous pourrions assimiler à une décompensation : « *y a une obligation à un moment donné de s'auto-discipliner parce que y pas un cadre en fait c'est-à-dire que soit on s'auto-cadre, soit on est on se retrouve complètement happé par le truc c'est un peu comme un cyclone ou un tourbillon, c'est l'image qui me vient à l'esprit et si on fait pas gaffe, bah on se retrouve happé la dedans et c'est tellement l'intensité est*

tellement forte, du cyclone ou du tourbillon que bah voilà donc il faut s'auto-discipliner dès le départ ».

Néanmoins, face à ce « *tourbillon* » possible, Monsieur H a développé des défenses psychiques qui lui permettent de tenir face à cette demande envahissante venant de cet Autre de l'algorithme. La dimension paranoïsante notamment lui permet de se dégager de l'énigme de la demande de l'Autre, en y donnant un sens et de ce fait en la mettant à distance. De plus, une deuxième défense a pu être mise en place pour parer aux leurres qui lui sont présentifiés dans les réseaux sociaux, à savoir une parade imaginaire s'exprimant du côté d'une posture professionnelle garante d'un certain savoir constituant.

2.5. **Rapport au corps, émergence du Réel**

Tout au long de l'entretien, Monsieur H explique comment les réseaux sociaux, et plus largement le numérique lui ont permis d'accéder à la rencontre de l'autre de façon sécurisante. Il énonce notamment : « J*e maîtrise toujours pas l'art de la conversation, je discute beaucoup plus facilement derrière un écran sur un forum de discussion dans une messagerie* ». Cette difficulté à rencontrer l'autre via la conversation peut témoigner d'une difficulté à définir les limites de son propre corps caractéristique d'une logique psychotique.

À de nombreuses reprises, Monsieur H affirme effectivement un certain embarras concernant son corps et ses limites. Il nous dit d'abord : « *Alors je pense que j'aime pas forcément moi me montrer en vidéo* ». Il précise spontanément : « *me montrer vraiment il faut vraiment être très à l'aise avec son corps avoir envie de se montrer, chose que voilà, enfin physiquement c'est pas quelque chose qui me parle* ». Montrer l'image de son corps en vidéo relève d'une telle difficulté pour lui qu'il n'investit que très peu voire pas les réseaux sociaux axés sur la mise en avant de l'image de soi, comme Instagram ou Tiktok : « *Je serai pas prêt pour faire ce saut là et je préférerai rester dans un monde numérique d'avant entre guillemets* ». Montrer son corps serait pour Monsieur H, prendre le risque de s'exposer totalement sans aucune surface cachée à un Autre qui aurait ainsi accès à tout, c'est-à-dire à la fois au corps mais aussi à soi, à sa vie : « *c'est ça le problème du corps je le vois de façon plus exhibitionniste alors pas forcément sur le plan clinique plus sur un plan social ce coté ou euh. On parle trop de soi, de sa vie, euh voilà* ». Le corps, pris dans le regard de l'Autre, ne ferait donc plus limite : « *Y a plus de frontière entre le public et le privé, le public et l'intime où il faut tout montrer quasiment de soi, c'est ce coté là moi qui me dérange parce que forcément y a l'autre pendant de l'exhibitionnisme avec du voyeurisme et je suis à l'aise ni l'un ni avec l'autre* ».

Au quotidien, Monsieur H, semble également très peu investir psychiquement son corps et les mouvements pulsionnels qui s'y produisent. À la différence des autres entretiens que nous avons menés, nous avons eu besoin de rencontrer Monsieur H une seconde fois, après le constat de n'avoir presque aucun élément sur son vécu corporel lors de notre premier échange. Nous l'interrogeons ainsi sur sa sexualité : « *Quand je suis célibataire oui je consomme effectivement de la pornographie en ligne, de façon naturelle donc oui d'un point de vue physiologique mais c'est tellement limité, fin y a un moment donné ça devient presque une mécanisation, c'est très déshumanisé, très désincarné je trouve, l'expérience que j'ai en tout cas* ». Son corps et ses sensations apparaissent ainsi comme désincarnées. Il nous rapporte un certain immobilisme, marqueur de cette désincarnation corporelle avec lequel il compose : « *Je vais me balader surtout en tant que séden…, enfin en travaillant chez moi tout seul il faut aussi que j'aie une discipline sur le plan physique, je peux sortir pendant 30 minutes pour aller me promener dans la rue, pour souffler pour être dans une activité physique* ». En effet, le reste du temps, Monsieur H est devant son ordinateur, sur les réseaux sociaux, tout au long de la journée.

Quelle peut-être la fonction de cette désincarnation, de ce désinvestissement du corps, le rendant immobile et sédentarisé la plupart du temps ? Nous pouvons comprendre ce mouvement comme une conséquence néfaste de l'excès de consultation des réseaux sociaux qui impliquent les technologies persuasives. Cependant nous supposons aussi que Monsieur H traite et cadre, entre autre par l'immobilisme de son corps, un certain débordement pulsionnel. Il témoigne : « *Je suis quelqu'un de très sensible mais j'ai une tendance à cacher beaucoup mes émotions* » puis en s'imaginant être victime d'une grande panne internet : « *Je sais pas je me poserais pleins de questions. Ça me ferait bizarre. Et je pense que quelque part alors je sais pas si je serais en état de manque parce que c'est très particulier mais forcément je pense que ça me mobiliserait quand même je pense pas mal émotionnellement* ». À la mobilisation émotionnelle, Monsieur H semble répondre par l'immobilisation corporelle.

Monsieur H quand il consulte notamment Twitter nous témoigne d'un certain débordement : « *Je trouve que [Twitter] c'est un réseau social qui structurellement ou naturellement je sais pas y a pas de cadre en fait. C'est vraiment euh je sais pas comment dire. Dans les réseaux, dans les autres réseaux sociaux oui y a un cadre entre guillemet c'est, alors sur Twitter on peut aussi signaler bien sur mais y a des trucs qui disparaissent assez rapidement quand y a beaucoup de signalements mais j'ai quand même plus l'impression que ça part absolument dans tous les sens et que y a moins de réglementation je sais pas si*

c'est le bon terme mais c'est vraiment le réseau social à mes yeux qui me semble le plus hors de contrôle ». Dans un environnement sans cadre comme Twitter, Monsieur H est sollicité émotionnellement mais aussi et surtout pulsionnellement : « *je trouve que c'est ce réseau social là qui catalyse les pulsions* ». Ce retour de la pulsionnalité du corps a pour effet d'agiter en lui un sentiment de persécution, témoin de sa merci à l'Autre dont il tente de se défendre : « *J'évite aussi de me montrer par rapport… pour pas être victime de cyberharcèlemen*t ».

Nous posons alors l'hypothèse selon laquelle Monsieur H par la dissimulation de son corps, est dans une tentative de désincarnation du corps Réel, corps de la physiologie, marqué par la différence des sexes au profit de l'investissement massif d'un corps imaginaire idéalisé qui ne manque de rien. Si l'enveloppe charnelle ne suffit pas à faire Gestalt contenante pour Monsieur H, il semble qu'il ait trouvé par les voies du numérique une façon créative de se former un corps idéal duquel rien ne fuite.

Il évoque cet imaginaire idéalisé notamment dans la description d'une sexualité où la rencontre d'un même résoudrait l'énigme du non rapport sexuel : « *pour moi alors déjà j'aime pas les mots baiser ou coucher etc donc déjà le terme c'est faire l'amour y a cette question sentiments etc. et pour moi deux personnes qui font l'amour c'est vraiment, c'est pas que deux corps, c'est-à-dire c'est deux corps qui font l'amour c'est deux esprits, c'est deux sensibilités, ce sont deux blessures parce que chaque personne a ses blessures et puis un certain lien au sacré alors le sacré c'est très difficile de le définir, je suis gnostique hein mais voilà c'est pour moi aussi deux âmes qui se rencontrent donc c'est quelque chose qui doit être très profond très authentique* ». Lacan a souligné l'importance de la dimension imaginaire et son caractère illusoire dans tout ce qui est de l'ordre des comportements sexuels. Ce que Monsieur H semble décrire quand il rêve d'une rencontre idéalisée toute imaginaire dans laquelle rien ne semble manquer puisque l'autre fait figure de double, de même, à son image tout en reconnaissant d'emblée son impossibilité : « *Pour que tout ça soit réuni mais c'est presque un idéal et un idéal je dirai par essence il est assez inaccessible donc voilà* ». Si Monsieur H reconnaît le caractère inaccessible de l'idéal, la rencontre du différent ne lui apparaît pas plus atteignable : « *c'est très stressant de passer du numérique au réel, parce que voilà là c'était derrière un écran, c'était en visio au téléphone etc. mais d'avoir la personne vraiment en face de soi y a y a toujours un écart y a toujours un écart* » nous dit-il, semblant résigné.

Pour pallier à cette différence inhérente, différence présente dans le corps Réel, Monsieur H investit vigoureusement comme nous l'avons déjà développé dans les parties

précédentes, ce qui prend la forme d'un avatar ou un « *clone de soi-même* » comme nous dit-il. Cet avatar dans lequel s'incarne le corps imaginaire idéal de Monsieur H, sans manque revête une accumulation de compétences et connaissances professionnelles qu'il porte tel un masque même au-delà de son « *monde numérique* » : « *Bon je suis quelque d'assez angoissé aussi quand j'interviens en formation quand j'ai des missions de formations, je vais voilà avoir une boule au ventre pendant les jours qui précèdent je vais avoir du mal à dormir etc. Encore une fois je manque de confiance en moi pourtant c'est sur des thématiques que je maîtrise, mais y a rien à faire. Pendant les jours qui précèdent ça va être compliqué je vais moins dormir, je vais avoir la boule au ventre, je vais être stressé etc. et dès que j'entre limite, quand je suis en présentiel, j'ouvre la porte et que je rentre dans la salle de formation c'est comme si je portais un masque. Je suis une autre personne. Et donc là, je suis pas non plus extraverti voilà complètement comme ça mais ça lève des inhibitions* ». Il fait ainsi coïncider l'image idéale construite dans le numérique avec son corps comme objet et parvient à masquer la pulsionnalité du corps ainsi que les sensations associées : « *Et dès que la mission, la formation est terminé, et que je sors, pfiou là j'ai une tension qui est en bas* ».

2.6. **Dépendance et position subjective**

Nous l'avons vu, l'émergence des réseaux sociaux d'une part et l'augmentation de leur utilisation d'autre part, reste une transformation très récente de modes d'interaction entre les sujets avec ce type de plateforme numérique. Même si les réseaux sociaux sont apparus dès le développement d'Internet, ceux-ci n'ont eu de cesse d'être remaniés grâce au développement des technologies persuasives. Plusieurs innovations numériques ont été à l'origine de l'extension de la pratique des réseaux sociaux, de la persuasion interpersonnelle de masse en 2008, au profilage implicite des utilisateurs à partir de 2015 en passant par l'élaboration de profils de persuasion personnalisés en 2012. Ces différentes innovations ont bouleversé les interactions des sujets avec les plateformes abritant les technologies persuasives et finalement les recherches sur l'impact de ces innovations n'en sont encore qu'à leur balbutiements. Si les débats à propos de l'addiction à Internet sont encore en cours, plusieurs sujets, et notamment Monsieur H reconnaît une dimension addictive aux réseaux sociaux : « *Les plateformes de toute façon, leur but c'est qu'on reste sur les plateformes parce que y a aussi des publications sponsorisés la pub y'a toute ces questions des objectifs de ces plateformes au niveau de la rentabilité etc. elles font tout pour qu'on reste*

dessus donc y a un coté addictif ». S'il lie son utilisation des réseaux sociaux à une addiction, il convient néanmoins de décrire le procédé psychique qui se joue pour lui.

Originellement, était reconnu comme addiction le vécu selon lequel un sujet témoignait d'un besoin irrépressible de consommer un produit. Lorsque celui-ci vient à manquer, le sujet se trouve dans un état de manque qui peut se percevoir sur le plan physiologique[408]. Lors de notre entretien avec Monsieur H et plus généralement dans notre recherche, nous n'avons pas traité la dimension éventuellement organique de l'utilisation des réseaux sociaux. Cependant, certains comportements compulsifs présentent des similitudes avec les addictions aux produits[409]. De plus, la prise en compte de l'addiction sans produit permet une étude plus approfondie des mécanismes psychiques à l'œuvre dans le syndrome addictif. Enfin, des études récentes[410] font état de conséquences physiologiques de l'addiction sans produit notamment dans la sécrétion de certaines hormones telles que par exemple la dopamine[411]. De ce fait, nous nous baserons sur les signifiants de Monsieur H pour démontrer que son usage des réseaux sociaux comporte une fonction addictogène répondant à un processus psychique singulier, propre à sa logique subjective.

Tout d'abord, il convient de rappeler que Monsieur H ne parvient pas à nous déclarer les effets qu'il ressent lorsqu'il quitte les réseaux sociaux, tout bonnement car il n'a jamais l'impression de les quitter. Du matin au réveil jusqu'au coucher, Monsieur H ne s'accorde que trente minutes par jour « p*our souffler* » lorsqu'il sort se promener. Il nous évoque spontanément ses difficultés à réorganiser sa vie si les réseaux sociaux venaient à s'arrêter : « J*e me dis si demain y avait une grande panne de l'Internet mondiale comment je me sentirais ? Quelque part j'aurais l'impression d'être un peu coupé du monde et c'est ça qui est terrible* ». Les réseaux sociaux semblent faire fenêtre sur le monde, sans laquelle il n'y aurait paradoxalement plus accès. Il reconnaît de plus qu'il ne pourrait stopper son utilisation des réseaux sociaux uniquement si une grande panne mondiale venait à survenir : « *comme si finalement il fallait ça pour que je sorte vraiment complètement de ce monde l*à ».

---

[408] Bonnaire, C. & Couteron, J. (2015). 19. Cyberaddiction. Dans : Alain Morel éd., *Addictologie: En 49 notions* (pp. 204-215). Paris: Dunod. https://doi-org.ezproxy.u-paris.fr/10.3917/dunod.morel.2015.01.0204

[409] Achab, S. & Zullino, D. (2017). L'ère numérique, une époque de mutations pour la médecine des addictions. *Psychotropes*, 23, 9-20. https://doi-org.ezproxy.u-paris.fr/10.3917/psyt.233.0009

[410] Clark, L. (2014). « Disordered gambling: the evolving concept of behavioral addiction ». *Ann N Y Acad Sci*, 1327, p. 46-61

[411] Achab, S. & Zullino, D. (2017). L'ère numérique, une époque de mutations pour la médecine des addictions. *Psychotropes*, 23, p. 9-20. https://doi-org.ezproxy.u-paris.fr/10.3917/psyt.233.0009

Tout au long de l'analyse du cas, nous avons relevé la nécessité pour Monsieur H de consulter les réseaux sociaux que ce soit pour faire de la veille ou pour créer du contenu. Cette utilisation fait naître chez lui un sentiment continu d'existence qu'il décrit lui-même : « s*i on ne crée pas du contenu on n'est pas visible et on n'existe pas* ». Nous imaginons aisément comment consulter les réseaux sociaux devient ainsi l'évitement d'un vécu désagréable d'inexistence : « *sur Linkedin c'est vraiment là en tout cas où je crée du contenu actuellement parce que j'ai un coté créatif et du coup j'ai besoin de créer et cet outil, cette plateforme là me permet d'être* ». Une des conséquences directes qu'il constate de sa pratique des réseaux sociaux, conséquence qu'il identifie comme néfaste est la perte d'orientation temporelle : « *Je dirais d'une certaine façon y a une perte temporelle, y a une perte de la notion du temps alors j'ai mes indicateurs, j'ai des applications qui me reviennent quand je passe par exemple 30 minutes sur un réseau social, j'ai un petit message qui s'affiche « ho ho le quota là est atteint dans la journée » ça me permet de contrôler un petit peu, mais c'est vrai eu si j'avais pas ça, je me rendrais beaucoup moins compte du temps que je passe sur ces réseaux sociaux* ».

Ainsi, l'impossibilité de réduire son utilisation, la conscience des conséquences néfastes comme la perte d'orientation temporelle et l'évitement de vécus désagréables par la consultation des réseaux sociaux sont autant de marqueurs qui fait signe d'un comportement addictogène[412].

Ce comportement a néanmoins une fonction subjective pour Monsieur H. De la même façon que Monsieur G, Monsieur H est dans une tentative de suture subjective grâce à la construction d'une identité imaginaire. Monsieur H, par la parade qu'il expose d'expert en numérique, via l'utilisation du discours de l'universitaire, tente de se dégager d'une trop grande proximité avec l'Autre, qui peut avoir des effets persécutants. En effet, si le sujet possède une place de tout-sachant, celui-ci écrase le savoir de l'Autre qui devient moins menaçant. Cette identité façonnée grâce notamment aux technologies persuasives lui permet d'entrer en lien avec l'autre en se sentant moins envahi : « *Mais ça voilà c'est très personnel, c'est moi après en tant qu'introverti, j'aime ce monde numérique parce qu'il me sécurise d'une certaine façon* ». Cette sécurisation narcissique se traduit par un espace possible entre son corps et le corps de l'autre, protégé derrière sa parade identitaire.

De la même manière que Monsieur G, Monsieur H semble s'affranchir des contraintes liées à la rencontre de l'autre en tant que différent : « J*'ai besoin d'avoir une*

---

412 Achab, S. & Zullino, D. (2017). L'ère numérique, une époque de mutations pour la médecine des addictions. *Psychotropes*, 23, p. 9-20. https://doi-org.ezproxy.u-paris.fr/10.3917/psyt.233.0009

liberté entre guillemet infinie ». En témoigne également ce qu'il appelle « *l'effet Pygmalion* » qui tente de construire une néo-réalité, débarrassée (pour un temps seulement) du Réel de la castration grâce à un procédé d'illusion par le leurre des contenus personnalisés.

Ce fonctionnement ne l'empêche pas de créer un certain lien avec les autres. Ce lien se situe en revanche du côté d'un rassemblement en communauté d'intérêts, en miroir, plutôt que du lien à proprement parler social, dans lequel le sujet compose avec le Réel de la castration. Bien que ce lien puisse être accessible pour Monsieur H, il subsiste une certaine fragilité. Son inscription dans le lien social reste fragile. Il utilise le réseau social et les technologies persuasives comme un outil d'auto-formation et un outil de promotion de son savoir. Ce point d'appui reste minime face à sa difficulté à filtrer la sollicitation de l'Autre. L'usage du réseau social tient ainsi lieu de symptôme. Le réseau social inscrit le sujet dans le lien social, mais de façon précaire, partielle et instable. En effet, étant enfermé, protégé, isolé, filtré par toutes les précautions qu'il emploie pour se prémunir de l'Autre, il fait quand même ce qu'il appelle un burn out. Ainsi donc si le réseau social lui permet d'accéder à un mode de défense contre l'envahissement de l'Autre de la loi, cette défense ne semble pas suffisante à le maintenir dans une stabilité psychique. Malgré tous ses efforts pour tenter de borner le lien qu'il entretient avec les autres à travers la solution que lui propose les technologies persuasives via le réseau social, Monsieur H reste quand même dans une structure paranoïaque qui peut vaciller justement à partir des outils utilisés par les technologies persuasives.

3. Madame I, « tout seul, par magie »



David, Hockeney, portrait of an artist, acrylic sur toile, 1972, Collection Lewis

3.1. **Présentation du sujet**

Madame I, 26 ans, se présente comme une personne ayant : « *énormément d'énergie* » qu'elle dépense et « *canalise* » dans différents sports comme le surf, la course à pieds, le tennis et l'équitation en compétition, l'escalade le ski etc. Elle se définit de nature introvertie et nous sentons effectivement une certaine retenue dans ces réponses tout au long de l'entretien avec parfois juste un « *oui* » ou « *non* » accompagnés de quelques rires gênés.

Elle précise être à l'aise dans la relation avec les autres d'une façon générale, puis nous évoque sa famille : deux parents et un frère plus âgé, avec lequel elle n'a jamais établi de lien fraternel solide, contrairement à ses parents de qui elle est très proche. Elle décrit son frère comme : « *assez particulier, il est euh… pour le coup lui il a beaucoup de mal dans la relation, il a peu d'amis, il est plutôt solitaire, et euh… On n'a pas… Je sais pas on n'a pas forcément réussi à créer un lien très fort* ».

Madame I nous raconte un évènement passé qui a marqué son histoire de vie durant son adolescence. Son père est tombé gravement malade suite à une tumeur cérébrale et a passé près de 10 ans hospitalisé avec régulièrement un pronostic vital engagé. La place de Madame I dans sa famille s'est trouvée quelque peu modifiée pendant cet événement : « *Ma mère était très soutenante, très à ses cotés, donc on a été un peu dans ce moment là livrés à nous mêmes avec mon frère. Je pense que ça a joué aussi sur la relation que j'ai avec lui* ». Elle nous révèle que c'est suite à cette épreuve que son frère est parti de la maison et que le divorce de ses parents a été prononcé.

En commençant ses études de psychologie, elle entame une thérapie d'orientation analytique pour traiter ce qu'elle nomme : « *l'émergence de pensées traumatiques* » qui a permis de réduire ses « *crises d'angoisse* ». Néanmoins, elle évoque être marquée psychiquement par cette période, au point de lier entre autres, son besoin de contrôle au quotidien à la maladie de son père : « *la maladie on la contrôle pas et c'est quelque chose qui s'est imposé à nous et qui a bouleversé la famille, et du coup ça marque le fonctionnement* ». Lorsqu'une situation échappe à son contrôle Madame I nous raconte ressentir de l'angoisse et met en place certains mécanismes de défense pour parer à cette absence de contrôle comme des conduites d'évitement, mais aussi de rumination. Elle se trouve très souvent préoccupée par son emploi du temps, passant du temps à organiser les différentes taches à faire et à penser au lendemain : « *me projeter à la fois sur ce que j'ai à faire le lendemain ou dans la semaine, [réfléchir à ma journée], aux rendez-vous, aux patients* ».

3.2. **Pratique des réseaux sociaux**

Madame I se place très rapidement en position d'objet d'étude : « *pour toi c'était toujours plus intéressant d'avoir du monde et des personnes venant d'endroits différents qui pouvaient témoigner* ». Elle tente de décrire scrupuleusement sa façon d'utiliser les réseaux sociaux de façon très contrôlée, voire protocolaire : « *Le matin je regarde si j'ai des messages. Du coup j'ouvre messenger et les messages insta je vérifie si j'ai pas de message. Je commence en général par messenger, et après dans la journée j'y vais à chaque fois que pour répondre à des messages ou pour communiquer et de manière plus générale je pense que… après au travail et dans la journée j'ai pas du tout le temps du coup ça va être le soir quand j'aurais fait par exemple tout ce que j'ai à faire à la maison ou de manière générale je peux me poser et ouvrir Instagram et me balader sur ce qu'il me propose, regarder des vidéos et ça peut, pendant une demi heure 45 minutes* ». Nous notons ici qu'elle laisse son regard guidé par l'algorithme du réseau social, semblant ne pas contrôler ce qu'elle voit. Elle précise aller sur ces deux réseaux sociaux tous les jours : « *Je pense que je vais dessus tous les jours, je le nourris pas forcément tous les jours, mais je vais dessus regarder tous les jours* ». Par « *nourrir* », Madame I entend alimenter son compte Instagram de photos. Ainsi elle explique poster seulement de façon ponctuelle, des photos de vacances notamment. Sur Instagram, elle indique regarder des photos et des vidéos qui lui sont : « *plaisantes* ». Son fil d'actualité s'est construit : « *Tout seul par magie. J'ai pas bloqué des vidéos, j'ai pas c'est vraiment de manière à ce que je m'en rende pas compte* ». Le signifiant « *magie* » semble ici marquer une expérience infantile, où le sujet est sous la dépendance du grand Autre (via l'algorithme produit par les technologies persuasives) laissée totalement de ce que cet Autre lui suppose comme désir ou comme envie.

Du côté de Facebook, Madame I nous explique qu'elle s'y est inscrite au collège par identification à des amis dans la cour de récréation : « *Facebook c'était, j'en ai aucune idée, j'ai l'impression que dans la cour de récréation tout le monde parlait de ça et sans grande réflexion je l'ai téléchargé aussi* » mais qu'aujourd'hui, elle n'en a pas la même utilisation. Là où Facebook, pendant l'adolescence de Madame I, était un moyen d'échange avec les pairs après l'école, elle constate chez elle désormais un intérêt plus personnel, avec moins de partage avec les autres : « *À un moment donné je pense que avec mes amis on était plus dans on partageait plus, par exemple on s'envoyait plus de vidéos, on en reparlait si on allait au lycée «* t'as vu les vidéos que je t'ai envoyé nanana *» au-*

jourd'hui ce n'est plus du tout le cas, ce n'est plus forcément dans le partage avec les amis ou … voilà. C'est plus personnel ». Elle explique ce changement de la façon suivante : « J*e pense que on a grandi et qu'on parle de préoccupation un petit peu plus… on est tous dans notre vie professionnelle on construit, certains ont une vie de famille, d'autres des projets, on est plus dans la vie active et du coup c'est peut être lié à ça (rire)* ». Les nouvelles préoccupations de Madame I concernent ainsi sur Facebook : « *Les grossesses et les mariages* » de ses connaissances lointaines. Ce réseau social n'a pas d'autre utilité pour elle que de suivre ce type d'évènement chez les autres. Au-delà de ces nouveaux modes d'investissement liés selon Mme I à l'âge adulte, nous pouvons également noter que le changement d'utilisation qui favorisait le lien social à l'adolescence et qui se trouve plus individualisé aujourd'hui correspondant à l'évolution de la conception de Facebook notamment avec un fil de plus en plus personnalisé. Nous percevons dans la pratique de Madame I une logique comparative traduisant peut-être une question identitaire. L'identité de Madame I se façonnerait-elle en regard de l'autre en miroir ? Nous résumons ses différents usages des réseaux sociaux dans les trois points suivants :

- Vérification de la demande venant de l'autre dans la consultation de messages
- Mise en place d'une balade scopique apaisante, particulièrement le soir
- Satisfaction scopique et fantasmatique du sexuel de l'autre sous forme sublimée dans « les grossesses et mariages »

3.3. **Imaginaire et rapport au savoir**

Madame I nous dit qu'elle reçoit : « *un peu trop* » de notifications, et nous décrit ensuite leur effet néfaste : « *C'est assez quotidien et en fait les sollicitations parfois sont trop nombreuses et du coup je peux paniquer, ne pas répondre à des messages, et me dire ohlala j'ai trop de messages je mets mon téléphone de coté, je le regarde de manière un peu anxiogène et j'y reviens quand je suis prête mais euh* » sans réussir à terminer sa phrase. Nous lui demandons ce qui précisément l'angoisse vis à vis de ces notifications de message ; elle nous répond du côté d'un certain vécu d'injonction surmoïque : « *Je me dis ohlala faut que je réponde à tout le monde du coup ça demande à sortir mon agenda, à regarder les dates » puis ajoute après une demande de précision supplémentaire : « Hmm… je sais pas peut-être que j'ai pas envie d'oublier la personne, de me dire faut vraiment que je lui réponde et en fait elle reste dans un coin de ma tête en disant faut vraiment que je lui réponde jusqu'à ce que je lui ai répondu et du coup ça rajoute quelque chose en plus à faire dans la journée* ». Ces notifications, venant d'un Autre qu'elle sup-

pose en demande semblent ainsi participer au symptôme psychique ruminatoire de Madame I du côté d'un surmoi féroce.

Le récit de Madame I n'est pas sans rappeler les pratiques néolibérales promues dans le milieu professionnel, où le sujet au travail se trouve dans l'injonction de se rendre disponible pour l'Autre en permanence par exemple avec des rappels constants de mails, qui dépassent souvent l'espace professionnel pour s'inviter dans la sphère personnelle et subjective. À ce titre, Dureuil et Ouvry dressent les conséquences du sujet obsessionnel devenant objet de jouissance de l'Autre : « *Ces sollicitations continues rencontrent parfaitement la tendance à la rumination et entretiennent en permanence des pensées qui ne peuvent jamais s'interrompre* »[413]. De la même façon que l'employé croulant sous le travail induit par un Autre, duquel il ne peut s'affranchir, Madame I se retrouve, elle aussi prise dans cette demande, insufflée par les technologies persuasives. En témoigne ses ruminations injonctives : « *il faut que je réponde* » à la suite d'un excès de l'Autre supposément en demande.

Le mécanisme de défense alors utilisé par Madame I semble se situer du côté de l'inhibition à défaut de pouvoir refuser la demande émanant de l'Autre. Dans *Inhibition, symptôme, angoisse*, publié en 1926, Freud établit une relation spécifique entre l'inhibition et la fonction en ceci : « *la limitation normale d'une fonction* »[414]. Ces renoncements à la fonction induits par l'inhibition ont pour rôle selon lui de limiter l'angoisse qui se serait autrement développée à l'exercice de la fonction. La survenue de l'angoisse est expliquée par Freud par une proximité entre l'exercice de la fonction et la nature sexuelle inconsciente de celle-ci : « *Un grand nombre d'actes de contrainte se révèlent eux aussi comme des précautions et des garanties contre le vécu sexuel* »[415]. Ainsi donc, si la fonction du Moi est lésée par une inhibition, nous pouvons supposer le caractère hautement érogène, insupportable de la fonction. D'une certaine façon, Madame I témoigne de cette incitation à la jouissance qui émane des trop grandes sollicitations de l'Autre. Elle y répond avec le surmoi interdicteur en utilisant dans son discours, un signifiant équivoque (pas-niquer) : « *les sollicitations parfois sont trop nombreuses et du coup je peux paniquer* ». Cette formule viendrait comme barrage à la jouissance, plus supportable à se trouver du côté de la pensée, que du côté de la satisfaction de la demande de l'Autre. À cette demande de l'Autre qui lui est incontrôlable, et du même coup insupportable, Madame I met en place le

---

413 Dureuil, S. & Ouvry, O. (2023). Le névrosé obsessionnel, victime idéale du néolibéralisme sadien. *Cliniques méditerranéennes*. p. 93. https://doi-org.ezproxy.u-paris.fr/10.3917/cm.107.0087

414 Freud, S. (1926). *Inhibition, symptôme, angoisse*. Gallimard. p. 85.

415 *Ibid*., p. 87.

mécanisme de défense de l'inhibition, mettant à distance de sa perception le smartphone et renonce ainsi au conflit psychique entre le ça et le surmoi. Elle adopte ainsi une défense que Freud situe du côté d'un fonctionnement psychique proche du réflexe : « *En cas de danger extérieur, la nature organique se livre à une tentative de fuite, elle commence par retirer l'investissement de la perception du dangereux* »[416]. Cependant, ce mécanisme de défense ne suffit pas à la dégager de cette demande venant de l'Autre, en excès, car Madame I témoigne de ruminations persistantes, voire même parfois induites par ces sollicitations.

Néanmoins, Madame I ne se trouve pas dans l'évitement total de la demande de l'Autre, car elle nous raconte chercher cet Autre, à plusieurs reprises dans l'entretien, notamment le matin quand elle consulte ses messages mais aussi au cours de la journée : « *c'est des moments où c'est vraiment des moments où y a un moment de creux, de vide où il se passe pas grand chose, où je ne suis pas en interaction, y a personne autour de moi, mon conjoint est pas là ou il est occupé ou il fait autre chose* ». Le savoir contenu dans l'Autre est ainsi à la fois recherché et à la fois mis à distance. Cet adossement paradoxal à l'Autre rend compte d'une certaine dépendance aux sollicitations induites par les technologies persuasives.

Un autre exemple que relate Madame I illustre cette ambivalence au savoir. Madame I nous explique qu'elle utilise Facebook aujourd'hui uniquement pour garder un lien de manière plus lointaine : « *Je suis ravie de savoir ce que [mes connaissances] deviennent, d'apprendre par exemple, des grossesses des mariages etc. et du coup c'est plus de manière très lointaine mais je vais pas leur parler directement par exemple. Ça va être plus « félicitations pour ta grossesse* » ». Ce savoir obtenu à distance lui permet à la fois de garder un certain éloignement du désir et en même temps d'accéder à une satisfaction inconsciente de ce dernier. Maîtriser la communication en la mettant à distance semble lui permettre d'écarter la dimension agressive présente dans l'obsessionnalité. En verrouillant la demande de l'Autre, l'agressivité à la fois se rejoue et se maîtrise dans l'absence de réponse.

Nous comprenons ainsi que Madame I met en place des défenses pour empêcher un potentiel envahissement de l'Autre vécu du côté d'une demande et ainsi traiter sa propre agressivité, à la fois dans son savoir accumulé de façon lointaine, mais aussi en choisissant parfois scrupuleusement les fonctionnalités investies ou non. Nous étions en effet surprise d'entendre une certaine équivalence pour elle des SMS classiques de l'application Mes-

---

416 *Ibid*., p 95.

senger. En effet, sur Messenger, il existe quelques fonctionnalités persuasives qui tendent à conserver l'attention sur l'application : les points de suspension, indiquant que l'interlocuteur est entrain de rédiger une réponse, ou encore l'indication que notre message a été lu ou simplement reçu. À cela Madame I y semble tout-à-fait insensible : « *Je regarde pas si la personne a vu ou si elle est entrain d'écrire, c'est pas du tout quelque chose à laquelle je fais attention. J'envoie mon message et je vais pas être dans l'attente de quelque chose derrière* ». Cette position semble marquer cette volonté de s'affranchir de la demande de l'Autre, vécu comme difficilement supportable tout en en admettant une certaine dépendance du fait de la recherche du savoir chez cet Autre.

3.4. **Regard et pulsion scopique**

Madame I au cours de l'entretien, nous fait part de ce qui lui plaît dans le réseau social Instagram : « *Euh, esthétiquement y a des belles images, des très belles photos ». Elle détaille les différents contenus de ces images de la sorte : « c'est plutôt adapté dans mes propositions à ce que j'aime regarder et du coup il y a beaucoup de vidéos de voyages, des vidéos d'animaux, des vidéos de cheval, y a des vidéos de euh par exemple de techniques dans le sport* ». Nous entendons d'emblée ici une satisfaction qui survient avec un objet interchangeable. Freud dans *Métapsychologie* décrit ce qu'il en est de l'objet de la pulsion : « *L'objet de la pulsion est ce en quoi ou par quoi la pulsion peut atteindre son but. Il est ce qu'il y a de plus variable dans la pulsion, il ne lui est pas originairement lié : mais ce n'est qu'en raison de son aptitude particulière à rendre possible la satisfaction qu'il est adjoint* »[417]. Pour Mme I, le point de subordination apparait comme la satisfaction grâce à une valeur esthétique.

Si la notion d'esthétique est complexe et pensée par de nombreux courants de la philosophie à la psychanalyse, quelques éléments de réflexions autour de ce terme nous permet d'accéder à ce qu'il peut en être du côté de Mme I. Tout d'abord, l'étymologie d'esthétique provient du grec signifiant *sentir*[418]. Ainsi donc, l'esthétique se trouve proche de la dimension sensitive, ou encore sensationnelle. Une image esthétique est une image qui nous fait sentir, éprouver, avant tout une sensation. Madame I en effet nous témoigne de ce rapport à l'image du côté du sensitif : « *Instagram pour le moment c'est plutôt positif car c'est des vidéos qui sont proposées qui sont plaisantes* ». Elle oppose naturellement

---

417 Freud, S. (1915). *Métapsychologie*. Gallimard. p. 18-19.

418 Sternis, C. (2016). Esthétique, clinique et psychanalyse : un triptyque éthique. *Le Journal des psychologues*, 333, p. 18-24.

dans son discours, la dimension sensitive de la dimension réflexive : « *Quand je vais regarder par exemple des vidéos proposées par Instagram, je vais pas du tout réfléchir* ». Cette opposition d'expérience vécue sur Instagram n'est pas sans rappeler la pensée de Platon à propos de l'art. Platon oppose deux manières de reproduire la nature, une qui serait mauvaise et une autre qui serait bonne[419]. Platon se trouve en effet sensible à la dichotomie opposant le monde du sensible au monde de l'intelligible. Sur la question des images et de l'art, il distingue alors, fidèle à ce dualisme, un art qui serait de l'ordre de l'illusion esthétique et un art qui serait du côté de l'imitation. L'art de l'illusion, pour Platon, (qui notamment inclus la perspective) est un simulacre qui enlise le sujet regardant dans le monde sensible[420]. La dimension esthétique dans l'art de l'illusion fait accéder primordialement une sensation, traduite ensuite en affect et non en une idée. Pour Platon, ce type d'art ne permet pas le déclenchement de la réflexion. Pour ainsi dire, le sujet n'apparaît pas à la vue d'une satisfaction scopique face à l'esthétisme d'une image, comme divisé. Cette sensation peut être traduite par Madame I comme une satisfaction primaire, grâce au plaisir ressenti à la vision de ces images esthétiques. Voici comment elle la décrit : « *Je pense que ça apporte quelque chose sur le coup. Et puis après je dirais que sur le quotidien ça m'apporte rien du tout. Je l'utilise très peu quotidiennement sur le quotidien ça m'apporte pas grand chose mais des fois y a une petite satisfaction sur le coup, une petite joie, des fois y a des vidéos qui me font rigoler donc du rire mais c'est ponctuel et je sais que voilà c'est pas quelque chose qui, c'est pas un besoin dans le quotidien* ».

Il semble que cette satisfaction spécifique éprouvée par Madame I se corrèle à la fonction du plus-de-jouir. Lacan définit le plus-de-jouir comme ce qui résulte de la renonciation à la jouissance dans le discours[421]. Le sujet puisque limité dans le discours de l'Autre, renonce à la jouissance et est marqué par le manque fondamental à savoir la perte de l'objet a. Néanmoins pour faire avec cette perte, le plus-de-jouir permet d'accéder à un plaisir partiel compensatoire. Madame I nous décrit précisément cette fonction compensatoire des images esthétiques, notamment dans des moments dits : « de vide ». Sa consultation d'images esthétiques plaisantes sur les réseaux sociaux apparait ainsi comme palliatif à ce manque ressenti, pour compenser, cette perte de jouissance.

Le plaisir issu du plus-de-jouir comporte deux versants possibles pour Lacan. D'une part, il peut produire un appétit de savoir : « *Le plus-de-jouir est ce qui répond, non*

---

[419] Farago, F. (2011). Chapitre 2. La pensée de l'art dans l'Antiquité : une esthétique de l'imitation. Dans : , F. Farago, *L'art* (p. 25-42). Armand Colin.

[420] Ibid.

[421] Lacan, J. (1968-1969). *Le Séminaire, Livre XVI, D'un Autre à l'autre.* Seuil. 2006. p. 7.

pas à la jouissance, mais à la perte de jouissance, en tant que d'elle surgit ce qui devient la cause conjuguée du désir de savoir »[422]. D'autre part, le plus-de-jouir peut éveiller un pousse-à-jouir, qui s'entend comme la répétition de la recherche de jouissance dans le but de la retrouver. Nous percevons la dimension de pousse-à-jouir dans la répétition de la perception d'images esthétiques plaisantes, dans la compensation partielle du manque initial, qui fait satisfaction, mais aussi dans l'absence de mise en réflexion plus secondarisée de Madame I : « *Quand je vais regarder par exemple des vidéos proposées par Instagram, je vais pas du tout réfléchir* ». Dès lors, nous pouvons supposer que le positionnement de Mme I se trouve du côté de ce que Bernard Stiegler développe comme le « *conditionnement esthétique* »[423]. Cette position témoignerait d'une mise à l'arrêt de la pensée, au profit d'un investissement pulsionnel sur le plan scopique.

La notion de plus-de-jouir nous permet aussi de comprendre l'expression lacanienne à propos de la pulsion et de son lien à l'objet non pas de satisfaction, mais à l'objet a : « *La pulsion fait le tour [de l'objet]* »[424]. Le sujet, ne pouvant obtenir la pleine jouissance car ne pouvant espérer retrouver l'objet a, compose avec cette perte en permettant à la pulsion d'en faire le tour et de ramener une satisfaction compensatoire, le plus-de-jouir. Pour autant, le tour est à prendre dans sa dimension équivoque nous précise Lacan. Si nous entendons le tour comme une torsion qui ne peut atteindre l'objet a, perdu fondamentalement pour le sujet mais dont l'investissement revient sur le sujet sous forme de plus-de-jouir. Le tour serait à prendre dans son ambiguïté à la fois comme une borne autour de quoi on tourne et comme un jeu d'escamotage. Certaines images véhiculées par les systèmes persuasifs ne provoquent ainsi pas uniquement une satisfaction immédiate, mais produisent d'autres effets. L'expression tour d'escamotage, aujourd'hui largement employée dans le domaine du spectacle désigne le fait de soustraire un objet sans que le public ne puisse s'en apercevoir[425]. Le tour d'escamotage rappelle l'effet d'illusion chez le spectateur, ne voyant pas la tromperie dont il a été victime. Le spectateur peut être pris dans un mécanisme de leurre, où la réalité se voit mise à l'écart, au profit d'une illusion au sein de laquelle rien ne semble manquer. Si Madame I récupère une satisfaction scopique de ces images, pourrait-elle également subir un tour d'escamotage, à savoir être face à une illusion ? Manifeste-

---

[422] *Ibid*., p. 115-116.

[423] Stiegler, B. (2004). *De la misère symbolique*. Flammarion. p. 16.

[424] Lacan, J. (1964). *Le Séminaire, Livre XI, Les quatre concepts…op.cit.* p. 189.

[425] Dictionnaire de l'académie française. (2021). *Escamotage*. (9e éd). Institut de France. Disponible sur : https://www.dictionnaire-academie.fr/article/A9E2554 [Consulté le 20.08.25]

ment dans le discours de Madame I se présente des illusions qui comportent des effets subjectifs spécifiques.

Elle nous indique l'effet suivant : « *Par exemple si des copains vont au resto et ils mettent un plat je me dis 'ho ça a l'air super bon, bon bah on va peut être me, ça me donne envie de retourner au resto ça fait longtemps que j'y suis pas allée' pareil pour les voyages 'ho bah ça a l'air super sympa' mais c'est plus de l'envie que un sentiment à remettre en question mon mode de vie ou quelque chose comme ça* ». Les technologies persuasives mettent en avant un objet agrémenté de messages et/ou signes persuasifs pour donner l'illusion d'une complétude et ainsi inciter la modification des comportements et attitudes notamment par la consommation. La particularité des réseaux sociaux réside dans le fait que tout individu peut publier à la vue de tous, des contenus. Le sujet qui consulte les réseaux sociaux se trouve devant une multitude d'autres qui se publient et se servent eux aussi (parfois sans le savoir) des technologies persuasives pour vanter une position de complétude, illusoire.

L'envie exprimée par Madame I peut ainsi être entendue avec équivoque. L'envie d'aller au restaurant, soumise par la vision de l'autre qui en profite peut induire la mise en marche d'un désir, mais peut aussi répondre de cette disposition psychique inconsciente et primaire décrite par Lacan dans le complexe d'intrusion. En effet, l'autre s'affichant avec un objet duquel il jouit produit l'illusion chez le sujet que cet objet (qui n'est pas encore tout-à-fait séparé du sujet) pourrait lui permettre d'atteindre la jouissance. « *C'est avec mon objet que l'Autre est entrain de jouir »* apparaît comme l'enjeu du petit d'homme face à cet Autre jouisseur. En découle ainsi les premiers ressorts de l'identification, doublée de rivalité et d'agressivité.

Madame I n'a pas évoqué consciemment un potentiel sentiment de rivalité, mais néanmoins, lorsqu'elle part en vacances elle précise qu'elle publie des photos pour les raisons suivantes : « *Si je, j'imagine partager un lieu c'est forcément un lieu que j'aurais aimé, un lieu qui m'a touché pour telle ou telle raison et dans ce cas là oui j'ai envie de euh bah de donner envie peut-être aux personnes d'y aller également parce que je l'ai trouvé chouette et je me dis que potentiellement d'autres personnes peuvent le trouver chouette mais dans le terme donner envie c'est plutôt voilà donner envie aux personnes d'y aller également mais pas dire* 'bah j'étais là et pas vous' *»*. Cette dénégation marque la récusation du sujet de l'énonciation. Cette énonciation de Madame I rend bien compte non seulement du caractère rival issu de l'envie mais de plus, elle rend compte de cette tentative vigoureuse de s'en défendre en appuyant son propos sur les signifiants convenus qui la dédouane de cette agressivité dont elle pourrait se sentir coupable.

Outre la dimension de l'envie découlant de l'effet d'illusion, Mme I nous fait part de certains contenus qui produisent une autre réaction de sa part. Quand nous lui demandons à quoi pense-t-elle quand elle consulte Instagram, elle répond : « *Euh. À rien mis à part à ce que les vidéos que je vois peuvent me faire penser. Donc euh si c'est des vidéos de sport je vais me dire '*Ah super je vais garder l'exercice je le testerai la prochaine fois ou je poserai la question à mon coach pour savoir ce qu'il en pense*', si c'est des vidéos de voyages je peux interpeller mon compagnon '*regarde comme c'est beau, on peut se projeter peut être tant de temps pour y aller*' voilà* », puis lorsqu'elle quitte le réseau social, Madame I indique mettre en acte ce qu'elle a mis de côté sur Instagram comme des postures sportives avec son coach ou encore se projeter en prévoyant des vacances avec son conjoint.

Ce troisième niveau d'investissement de l'image nous semble plus proche de ce que Platon pense du côté de l'art de l'imitation, faisant surgir le monde intelligible grâce à son décalage avec l'illusion. En effet, certaines images ou vidéos développent chez Madame I un intérêt qui semble plus secondarisé que la prise immédiate de satisfaction scopique bien qu'elles restent le résultat d'une suggestion par l'Autre algorithmique. Elle nous raconte ne penser à rien quand elle regarde des vidéos, sauf pour certaines vidéos de sport ou de voyage. Certaines images semblent susciter un désir de savoir chez Mme I et par conséquent, viennent mettre en jeu la division subjective.

Ce savoir qui s'appréhende grâce à l'imitation (pour reprendre le terme platonicien) s'applique au-delà des réseaux sociaux. Ce désir de savoir apparaît comme l'autre chemin du plus-de-jouir, comme une prise de plaisir secondaire contrairement à une satisfaction immédiate, sans pensée dans la vision des contenus esthétiques. Mme I peut ainsi à la fois favoriser le lien social avec l'autre mais aussi déclencher la logique fantasmatique grâce à ce qu'elle nomme « *se projeter* ». Cette projection renvoie bien au désir et à la dimension du regard en tant qu'il permet la mise en marche de la réflexion comme quand on regarde un tableau. Le « piège à regard » est ici à l'œuvre, grâce à un processus davantage secondarisé.

3.5. **Rapport au corps, émergence du Réel**

Nous tentons, au cours de l'entretien, de comprendre ce qui déclenche la consultation des réseaux sociaux chez Madame I. Si elle parvient à prendre du recul et à y réfléchir en après-coup, comme nous l'avons vu dans les parties précédentes, elle concède cependant que sa consultation des réseaux sociaux, sur le moment est comme un automatisme non élaboré : « *Euh. Je pense que c'est … Au départ très mécanique et quand je m'en*

rends compte, il m'est arrivé il m'arrive de l'ouvrir et de me dire : « oh mais j'ai pas envie d'aller dessu*s » et de le refermer tout de suite après. Mais par contre y a un moment ou spontanément je vais l'ouvrir, j'ai pas forcément l'envie j'ai pas l'impression d'y avoir pensé, je vais l'ouvrir et je vais me dire quand je vais voir l'image qui s'ouvre «* ha mais non j'ai pas du tout envie d'aller dessus *» et je le repose et je vais faire autre chose. Mais y a quand même ce réflexe, euh, je suis pas forcément capable d'expliquer* ». Qu'est ce qui déclenche ce dit-« réflexe » chez Madame I ?

Nous pourrions penser que ce mécanisme automatique pourrait relever du conditionnement. Les écrits de Skinner, utilisés par les chercheurs en technologies persuasives renvoient notamment à la question de l'automatisme comportemental, véhiculé par les techniques de conditionnements. La notification par exemple associe un son à un comportement grâce à l'introduction d'une récompense distribuée aléatoirement suite au comportement voulu, tel le conditionnement opérant de Skinner. L'attention du sujet est alors captée dès la présentation du stimulus associé à cette récompense aléatoire. En effet, les propos de Mme I peuvent à première vue nous faire penser à une logique du conditionnement. Lorsqu'elle vient à consulter le réseau social elle indique : « *Y a pas de réflexion derrière forcément* ». Pourtant, elle explique précisément ne pas être toujours prise par ce comportement, car se trouve non seulement capable de refuser ce mouvement en se replaçant d'un point de vue subjectif, interrogeant son désir en se disant : « *je n'ai pas envie d'aller dessu*s ». De plus, même si l'être humain est un animal qui peut expérimenter le conditionnement opérant, nous ne pouvons négliger le façonnage du sujet par le signifiant. Au-delà du conditionnement, le parlêtre se voit pris dans d'autres types d'influences spécifiques aux êtres de langage, comme par exemple la persuasion. Là où le béhaviorisme radical de Skinner se concentre sur le lien entre le stimulus et le comportement, dans la persuasion, il est affaire d'associations d'idées et de mots. L'expérience de la photocopieuse rapportée par Cialdini nous le démontre[426].

De la même façon, bien avant Cialdini et les travaux sur la persuasion, de nombreux chercheurs se sont intéressés à l'influence des mots pour modifier une attitude ou un comportement. Tout au long du XVIIIe siècle en Europe, des recherches sur la suggestion et l'hypnose sont entreprises notamment pour évaluer le potentiel thérapeutique de ces techniques d'influences sur les pathologies névrotiques comme l'hystérie. Si les professionnels des technologies persuasives utilisent des procédés d'influence à type persuasifs, il semble que dans la clinique, ces procédés introduisent des effets proches de la suggestion

---

[426] *Cf Infra*. p. 26.

sous hypnose. Bioy nous décrit ainsi l'état hypnotique comme : « *une diminution du jugement et de la censure : tout se passe comme si les expériences du patient étaient vécues sous la forme d'un arc réflexe, c'est-à-dire comme si elles ne passaient pas par le processus d'intellectualisation. Les choses sont perçues, senties mais pas analysées (elles pourront éventuellement l'être dans un second temps, en dehors du processus de transe). De ce fait, le jugement et la censure sont altérés* »[427]. L'attention de Mme I envers les réseaux sociaux pourrait-elle ainsi, en parallèle d'un éventuel conditionnement, être le résultat de diverses influences par la suggestion, permise par un état d'hypnose ?

Nous l'avons vu, Madame I n'est pas totalement passive face à sa consultation des réseaux sociaux, elle n'est pas simplement prise dans le mécanisme de la persuasion venant des systèmes persuasifs. Elle nous explique en effet les conditions dans lesquelles elle se met à consulter Instagram : « *vers 21h quelque chose comme ça, quand vraiment je fais une pause et que je me dis «* pfouuu enfin c'est bon je peux me poser *» et euh et à ce moment là je peux prendre mon téléphone et faire un tour dessus et donc faire un tour dessus ça veut dire aussi ouvrir des applications ou checker un petit peu* ». Madame I opère tout d'abord une véritable mise en place, avant sa consultation des réseaux sociaux. Cet état n'est pas sans rappeler la pratique de l'hypnose avant laquelle le sujet requiert cette mise en condition. À ce titre, Bioy nous indique ce qui constitue les conditions d'entrée dans l'état hypnotique : « *Le besoin de concentration ou, au contraire, un fort désintéressement par rapport au contexte sont d'excellentes façons d'entrer en état hypnotique* »[428]. Ici Madame I exprime à plusieurs reprises ce qui pourrait être assimilé, à première vue, à un désintérêt pour son environnement : « *C'est bon je peux me poser* » ou encore : « *par exemple y a une longueur dans le film et je me dis « pfff je m'ennuie un peu » je peux avoir ce réflexe là* » mais aussi ce que Bioy appellerait un besoin de concentration : « *par exemple quand je regarde un film et même si le film me plaît beaucoup euh ou la série je vais quand même réfléchir à autre chose. Donc [Instagram] permet vraiment de déconnecter* ».

Madame I semble donc dans une recherche de déconnexion mais elle ajoute : « *déconnexion totale* ». Elle s'en exprime comme ceci : « *J'ai l'impression que ça repose mon cerveau parce que à ce moment là je réfléchis pas. Je suis pas dans des pensées à me projeter à la fois sur ce que j'ai à faire le lendemain ou dans la semaine, ni à réfléchir à ma*

---

427 Bioy, A. (2020). Chapitre II - Qu'est-ce que l'hypnose ?. Dans : Antoine Bioy, *L'hypnose.* PUF. p. 32.

428 *Ibid*., p. 39.

journée, aux rendez-vous, aux patients. En fait c'est vraiment une déconnexion totale ». Cette sensation singulière de déconnexion d'avec l'activité associative est semblable pour Madame I à une diminution de l'angoisse, elle qui par ailleurs, se décrit d'un tempérament anxieuse : « *C'est comme par exemple, je compare à des personnes, elles le soir elles rentrent et elle peuvent voir un verre de vin, fumer, ou prendre un anxiolytique, ou prendre un somnifère ou quelque chose comme ça, pour… y a des personnes qui ont ce besoin là, et je pense qu'il y a d'autres personnes qui déconnectent grâce aux réseaux sociaux* ». Cette impression de détente est paradoxalement associée dans son discours à un maintien de l'attention : « *C'est un moment je sais où j'y passe par exemple une demi-heure où je vais penser à rien mis à part à ce que je suis entrain de faire. En fait il concentre mon attention. Et par contre il est pas forcé… Je sais pas si je suis pas sûre de l'associer à de la détente, de la détente physique parce que c'est le moment de la journée ou je m'assois, alors que parce que d'habitude je suis très énergique, je fais beaucoup de sport etc. donc c'est un moment où je suis physiquement détendue, par contre ça centre mon attention sur quelque chose en particulier* ». L'investissement psychique se décolle du corps pour se centrer sur l'image.

Ce mouvement paradoxal de détente physique et mentale et d'attention accrue envers l'image, se rapproche des caractéristiques de l'état hypnotique décrit par Bioy : « *Du point de vue neurophysiologique, l'état hypnotique consiste à activer en même temps deux circuits pourtant distincts : celui de la détente et celui de l'attention* »[429]. De plus, Bioy tient à distinguer l'état hypnotique de l'état du réseau cérébral par défaut. Cette distinction nous permet de proposer l'hypothèse selon laquelle l'état de détente du cerveau, relaté par Madame I parallèlement à une stimulation de l'attention est différent de l'état de la rêverie diurne, à savoir la pensée associative. Il convient ainsi de revenir sur ce qui définit le réseau cérébral par défaut, et ce qui nous permet de porter l'idée qu'il se situe du côté de la pensée.

Le neurologue Marcus Raichle donne une définition générale du réseau cérébral par défaut : « *Quand on est au repos, quand on somnole, durant le sommeil ou une anesthésie, certaines régions cérébrales continuent à communiquer. Et l'énergie consommée par cette messagerie active, c'est le mode cérébral par défaut* »[430]. Christine Bastin de son côté, décrit en 2018 les zones cérébrales impliquées et actives dans l'état du réseau cérébral par défaut. Elle nous en dresse une liste non exhaustive, les travaux sur ce phénomène étant

---

[429] *Ibid*., p. 31.

[430] Raichle, M. (2010). « Un cerveau jamais au repos ». *Neurosciences*. p. 42.

encore en cours[431]. Ainsi, le réseau cérébral par défaut serait responsable du rappel des souvenirs et de la planification des événements futurs, ce qui permettrait au sujet de faire l'expérience dite de la conscience de soi : « *Ce circuit cérébral permettrait aux individus de faire l'expérience de l'identité et de la conscience* »[432]. Cette description neuroscientifique de l'activité cérébrale et des aires impliquées lorsque l'individu ne se trouve pas stimulé par une tache semble se rapprocher de l'activité de penser, au sens large décrite et étudiée par la psychanalyse.

Bastin remarque ensuite : « *Le réseau par défaut montre une activité opposée à celle de régions faisant partie du réseau attentionnel dorsal et du réseau de contrôle frontopariétal (impliquées dans les tâches cognitives exigeantes sur le plan attentionnel)* »[433]. Cette formule nous permet alors d'affirmer que lorsque notre attention est captée, la capacité à accéder au processus de pensée diminue. L'attention sollicitée par le réseau social et ses contenus fait davantage émerger un affect chez le sujet. La désactivation du réseau cérébral par défaut s'opère en fonction du niveau d'attention que requiert une tâche : « *Ce phénomène de désactivation est d'autant plus important que la tâche expérimentale demande davantage de ressources attentionnelles* »[434]. Plus une tâche est couteuse en attention, plus l'activité du réseau cérébral par défaut diminue, ainsi que toutes les fonctions qui y sont associées.

Ainsi donc, nous pouvons d'un point de vue psychanalytique, inférer que l'état particulier que nous décrit Madame I est un état qui ne relève pas de la logique d'association libre de pensée. Elle le dit en effet elle-même : « *Je pense à rien à part ce à quoi l'image peut me faire penser* ». Mme I, en choisissant les moments dans lesquels elle se laisse porter par cet état attentionnel singulier suppose que ce mode d'investissement a une fonction psychique. Quelle(s) fonction(s) cet état remplit-il ?

La détente mentale concomitante à une augmentation de l'attention que nous exprime Madame I semble se rapprocher de ce que Lacan décrit de la fonction de la vision, du voir, à savoir un apaisement qui qui induit une suspension du déchirement du désir, que nous pouvons comprendre comme une annulation momentanée et temporaire de la division subjective. En effet, il précise plus loin : « *Pour tout dire, cette figure prend le point d'an-*

---

[431] Bastin, C. (2018) « Le réseau cérébral par défaut : un repos qui n'en est pas un ». *Revue de neuropsychologie*. p. 233.

[432] *Ibid*., p. 235.

[433] *Ibid.*

[434] Mevel, K. et al. (2010). Le réseau cérébral par défaut : rôle cognitif et perturbations dans la pathologie. *Revue neurologique*. p. 860.

goisse tout entier à sa charge, et suspend, annule apparemment le mystère de la castration »[435]. Ainsi, nous pouvons supposer que l'investissement attentionnel de Madame I envers les réseaux sociaux a pour fonction d'effacer, pour un temps la difficulté de se soutenir comme sujet divisé et désirant. Il ne s'agit cependant pas d'affirmer que cet état auto-calmant est durable dans le temps (il se vit sur le coup, mais Madame I ne témoigne à aucun moment d'une détente durable qui se continuerait après la cessation de la consultation du réseau social). Madame I nous relate à cet effet, ouvrir Instagram et faire défiler les contenus qu'elle contemple pour contrer le sentiment d'ennui : « *Euh quand je prenais le train oui ça pouvait être dans le train mais du coup c'est plus pour faire passer le temps de l'ennui. Euh ça peut être chez moi le soir une fois que je suis, quand j'ai fini ce que j'ai à faire et y a un petit moment de flottement voilà* ».

L'ennui se définit habituellement comme un sentiment négatif, un tourment de l'âme[436], selon le dictionnaire Littré, provoqué par toutes sortes d'évènements inconvenants. Cet affect semble inhérent à la condition humaine, comme le rappelle Manuela de Luca : « *La condition humaine, son lot de désillusions, d'attentes déçues, de rêves de grandeur brisés, de souffrances, de pertes et de séparations conduirait donc à l'ennui* »[437]. L'ennui peut s'éprouver face au surgissement de l'impuissance, ou encore de la castration : « *Nous sommes perpétuellement les mêmes chaque matin, nous nous réveillons avec le même problème à résoudre qui est de savoir nous supporter nous-mêmes* »[438]. Ainsi l'ennui est comme un affect qui intervient avant la mise en place du symptôme, à l'image d'un moment d'inhibition[439] face à un bouillonnement pulsionnel[440]. Cependant, l'ennui se révèle être aussi un temps prometteur de subjectivation en tant qu'il s'insère dans une adresse à l'Autre que Texier nomme : « *un écart nécessaire à la différenciation-séparation subjective* »[441]. L'ennui est ainsi au carrefour entre impuissance et jaillissement subjectif

---

435 Lacan, J. (1962–1963). *Le Séminaire, Livre X : L'angoisse…op.cit.* p. 305.

436 Ennui, dictionnaire Littré, disponible sur : https://www.littre.org/definition/ennui [Consulté le 08.01.24]

437 De Luca, M. (2018). L'ennui comme disposition adolescente aux frontières. *Cliniques*, 15, 65-80. https://doi-org.ezproxy.u-paris.fr/10.3917/clini.015.0065 [Consulté le 08.01.24]

438 *Ibid*.

439 Garcia-Fons, T. (2005). L'obscure clarté de l'ennui. *La lettre de l'enfance et de l'adolescence*, no<(sup> 60), 37-42. https://doi.org/10.3917/lett.060.0037

440 *Ibid*.

441 Texier, D. (2016). Peut-on parler d'un ennui contemporain à la génération numérique ?. *Enfances & Psy*, 70, 74-84. https://doi.org/10.3917/ep.070.0074

grâce à son potentiel créatif[442]. Garcia-Fons précise de plus que l'ennui se caractérise par un mouvement oscillatoire : « *Le sujet vacille entre ce qu'il tente de faire taire qui le conduit vers une petite mort, une absence à lui-même où il ne se sent plus exister réellement, et entre ce qui continue de travailler en lui en sourdine comme le futur papillon dans sa chrysalide avant qu'il ne puisse s'élancer dans la lumière* »[443]. Mme I semble prise dans cet embarras vacillant qui parfois se transforme en force de création fantasmatique, et parfois glisse vers la contemplation, effaçant temporairement la division subjective. Quand nous lui demandons pourquoi elle ne reste pas sans stimulation dans des moments qu'elle nomme « *creux* », elle nous répond : « *Hmm. Je sais pas du tout surtout que j'aime beaucoup rêvasser, donc je sais pas du tout. Je pense que ça dépend des moments, y a des moments où je peux rêvasser, et je peux me laisser porter par le rien et y a des moments où je vais sortir le téléphone et je vais ouvrir l'application* ». Lacan propose l'idée selon laquelle l'attention en tant qu'investissement est rendu possible grâce au mécanisme du refoulement au sein de la sexualité qui a pour fonction de maintenir le principe de plaisir - la libido. Dans quelle mesure l'attention envers les contenus des réseaux sociaux que s'auto-sollicite Mme I répond à cette nécessité de mise à distance de la sexualité en tant qu'elle divise le sujet ? De la même manière, la contemplation attentive pourrait lui permettre un court-circuit momentané au fantasme en tant qu'agent divisant. Freud, dans les *nouvelles conférences d'introduction à la psychanalyse* évoque cette possibilité d'effacement momentané de la division subjective[444].

Mme I semble rendre compte de ce rapport au monde qui n'est plus recouvert par le voile du fantasme. Celle-ci nous indique une fois la contemplation des images du réseau social terminée : « J*uste après bah je peux me dire «* ho mais j'en étais où qu'est ce que je faisais au moment d'ouvrir les réseaux *» de me dire bon y a un moment où… Je me reconnecte à la réalité* ». Cette déconnexion totale que Mme I évoquait plus tôt dans l'entretien semble alors renvoyer à ce qu'elle nomme ici « la réalité » avec laquelle elle reconnecte une fois sortie de la boucle suggestive du réseau social, au même titre qu'un sujet sortant d'une séance d'hypnose.

Si cet état que provoque Mme I a une fonction corrélative d'une mise à distance du corps, du fantasme et donc de la réalité en tant qu'elle est recouverte par ce dernier, cette

---

[442] Garcia-Fons, T. (2005). L'obscure clarté de l'ennui. *La lettre de l'enfance et de l'adolescence*, no<(sup> 60), 37-42. https://doi.org/10.3917/lett.060.0037

[443] *Ibid*.

[444] Freud, S. (1932). *Nouvelles conférences d'introduction à la psychanalyse*. Gallimard. p. 106.

déconnexion dite totale semble rendre Mme I plus sensible à la suggestion, à l'image de ce que Bioy nous décrit dans le phénomène hypnotique. Nous avons déjà dépeint antérieurement les effets d'envie ressentis par Madame I lors de ces moments spécifiques.

Nous pouvons également nous demander s'il existe un lien entre cette chute du voile fantasmatique et une plus grande vulnérabilité à la survenue d'images violentes, potentiellement porteuses de traumatisme. Madame I nous rapporte le souvenir d'une image violente perçue alors qu'elle était entrain de consulter les réseaux sociaux, et donc dans cet état auto-hypnotique, état qui fait abaisser la censure et laisser le sujet en proie aux suggestions de l'Autre.

Elle nous raconte : « *Je sais que sur Facebook, quand j'étais plus jeune j'ai déjà pu avoir des vidéos qui m'ont beaucoup dérangées qui sont passées dans le fil d'actualité et ont pu vraiment avoir un effet négatif sur mo*i », puis précise : « *C'est des vidéos par exemple avec de la violence, physique sur soi sur les autres* ». Puis, Mme I nous raconte le souvenir d'une vidéo en particulier, de laquelle peu de signifiants ne s'expriment. Elle n'arrive d'ailleurs pas à terminer sa phrase : « *Une vidéo qui m'avait marqué de la violence policière sur un homme, on voyait beaucoup de détails… et euh* ». Cette énonciation semble marquer une difficulté à poser du symbolique par dessus cette scène survenue dans le fil d'actualité et vécue comme violente.

Il semble que Mme I se soit trouvée confrontée ici à un ébranlement du fantasme, auquel elle tente justement d'échapper. Elle se trouve ainsi face à un Réel, un impossible à dire même encore quelques années après cet évènement. En effet, Lacan dans le *Séminaire I* indique que le réel, ou ce qui est reçu par le sujet comme tel, est ce qui résiste à la symbolisation. Mme I, au-delà de l'image violente, insiste sur le caractère aléatoire de la présentification de la vidéo et la surprise qui en découle : « *La vidéo est apparue sur mon fil d'actualité* » et : « *j'avais pas envie de voir ça, parce que c'est choquant, parce que… Voila c'est euh. hors de mon contrôle, ça m'est arrivé au yeux* ». Si Madame I relate le caractère violent de la vidéo, elle exprime que ce n'est pas seulement le contenu de cette dernière qui lui a fait violence. Outre la dimension de l'inattendu, elle précise ce qu'elle a ressenti : « *Je pense que c'était de la tristesse, énormément de tristesse et de la colère de pas avoir pu choisir de voir les images sous mes yeux* ».

L'absence de contrôle de ce qui arrive sous ses yeux renvoie à une certaine effraction fantasmatique. Madame I, qui semblait contrôler ce qu'elle voit grâce à la personnalisation du fil d'actualité s'est retrouvée à ce moment là prise dans un Réel dont elle mesure l'impact : « *ça m'impacte négativement oui, parce que voilà comme je te disais je suis*

quelqu'un d'organisée, je suis dans la maîtrise d'une façon générale et là ça m'échappait ». Nous pouvons donc dire que certaines images véhiculées par les technologies persuasives, en tout cas dans leur design et leur particularité de présentification peuvent ainsi induire des effets d'effraction potentiellement traumatiques.

3.6. **Dépendance et position subjective**

À travers le discours de Mme I, nous percevons une position subjective singulière, semblant relever de la logique obsessionnelle. Elle exprime un fonctionnement psychique plutôt anxieux de façon générale, avec notamment des accès de ruminations ainsi qu'une tendance à l'angoisse face à l'inattendu et l'hors de contrôle. Abelhauser à propos de la logique obsessionnelle décrit la difficulté pour le sujet de sortir de ses rituels et habitudes, qui protègent le sujet de l'accomplissement du désir : « *Il est certes difficile, pour un obsessionnel, de rompre avec ses habitudes, avec cette routine chère à son cœur, qui le protège de la menace désirante et lui évite d'être* »[445]. Pour autant, les mises en places défensives de Madame I ne semblent pas suffire à porter cet éloignement du désir. Prise dans une certaine ambivalence vis à vis du savoir contenu dans l'Autre, Mme I souhaite l'acquérir et en même temps s'en éloigner, en prenant le téléphone comme objet à éviter dans le champ perceptif, pour un temps, équivalent de l'évitement de la demande de l'Autre trop présente. Nous voyons ici comment la logique obsessionnelle prend forme articulée avec l'objet numérique. Madame I pouvant y rejouer et répéter son fantasme à travers la vérification des notifications de messages de l'Autre, rejouant sa capacité à éviter cette demande supposée et donc du même coup rejouer l'agressivité inconsciente. Le savoir contenu dans l'Autre est ainsi à la fois recherché et à la fois mis à distance. Cet adossement paradoxal à l'Autre rend compte d'une dépendance dans la vérification des messages. Elle cherche par ce mouvement une satisfaction. Cependant nous constatons que ce qui lui revient n'est pas de l'ordre du plaisir, mais davantage de la jouissance qu'elle barre en *pas-niquant*. La jouissance s'en trouve ainsi à distance, mais se déclenche la rumination, comme tentative de réguler cette jouissance.

L'application Messenger lui permet de déplier sa logique subjective, dans un aller-retour entre sollicitation et évitement de l'Autre dont elle essaye de prévenir une éventuelle effraction. Mme I se trouve en outre dans d'autres enjeux psychiques spécifiques au rapport du sujet aux technologies persuasives.

---

[445] Abelhauser, A. (2020). *Un doute infini. L'obsessionnel en 40 leçons*. Seuil. p. 35.

Mme I se trouve prise dans une boucle visuelle alternant des instants de satisfaction pulsionnelle primaire, des instants de contemplation, élidant temporairement la division subjective et des instants de regards suscitant le désir et qui déclenche l'imitation identificatoire.

Premièrement, Mme I témoigne du surgissement par la sollicitation de son attention d'un affect plus-de-jouir du côté du pousse-à-jouir, par le déclenchement de sensations via l'esthétique de l'image qu'il s'agit de réitérer à chaque nouveau contenu. De plus, cet état de détente que Mme I situe bien du côté de l'immédiateté : « *Sur le coup* », ne semble pas perdurer au-delà de la consultation des réseaux sociaux et peut même alimenter ses ruminations si il y a une trop grande sollicitation (par les notifications notamment). Cette description clinique illustre la notion de conditionnement esthétique travaillée par Stiegler.

Deuxièmement, Mme I opère une mise en condition active (à défaut d'être passivement conditionnée) pour se laisser prendre par l'algorithme du réseau social. À certains égards semble intervenir une suspension de la division subjective, bien plus efficace que les ruminations pour contrer la logique désirante, inhérente à la névrose. La pensée s'avère ici court-circuitée par l'image, et une logique archaïque (où l'Autre intervient comme omnipotent) se met ainsi conséquemment en place. Nous constatons une analogie à l'hypnose grâce à un sentiment cette de détente dite mentale accolé à une attention accrue envers l'image. Cette position psychique singulière et paradoxale produit d'une part un désinvestissement du corps, et de la réalité extérieure, mais aussi peut induire des effets d'envie.

Enfin, nous percevons aussi dans son discours que pour certaines images, la logique pulsionnelle scopique se boucle et le sujet intervient dans une logique imitatrice, qui sera de plus mise en acte à l'extérieur du réseau social, avec des procédés d'identification. Ce type de contenus qui vient boucler la pulsion lui permet également de faire lien social et de rentrer dans une demande à l'Autre. Les actes décrits comme notamment sa mise en relation avec son coach vient ainsi alimenter une maîtrise de son agressivité en entrant dans la demande de l'Autre alors situé du côté du maître.

Par tous ces éléments, nous entendons comment Lacan pense la dimension de l'objet du désir, à savoir que ce dernier est soit lié à un fantasme qui soutient le désir soit un leurre. Madame I alterne ainsi dans les contenus, entre image leurrante, lui permettant de suspendre temporairement sa condition névrotique, à savoir la castration, et parfois une logique désirante relançant le processus de mise en scène subjective.

Pour conclure, nous pouvons donc inférer que Madame I face à sa position obsessionnelle tente de trouver un moyen plus supportable d'être au monde dans des moments où le sentiment de castration se fait sentir (notamment dans des moments d'ennui). Pour ce

faire, Mme I opère, grâce au dispositif des technologies persuasives un état psychique proche de l'auto-hypnose. Cet état lui permet temporairement d'annuler ce sentiment de coupure et par conséquent, vient annuler la logique désirante en rentrant dans un processus de rapport au monde généralement contemplatif où le sujet se trouve absorbé par l'objet qui capte son attention.

Rentrer dans ce processus analogue à l'hypnose n'est pas sans conséquences. Madame I relate notamment des effets de désorientation concernant le sentiment de réalité. De la même façon le corps se voit mis à l'arrêt dans son investissement, ainsi que la pensée. Mme I ne semble pas chercher à être séduite par un Autre, sa consultation du réseaux social est plutôt au service d'un plus-de-jouir, alternant la répétition de jouissance ou l'appropriation d'un savoir, qui opère une tentative de maîtriser son rapport à la jouissance. Cependant, l'affect induit par la sollicitation de l'attention peut s'avérer déclencheur de jouissance inattendue soit du côté d'une demande supposée de l'Autre ou encore d'une effraction par le fantasme dont Mme I se protège par le mécanisme de rumination. La boucle de pensée peut alors être relancée, mais du côté du symptôme ruminatoire ou de l'angoisse.

Cet état singulier, répond à la fois à la problématique de Mme I qui s'en saisit du côté d'un apaisement immédiat et éphémère, mais se corrèle aussi à l'objectif des technologies persuasives. La visée est de rendre les individus plus facilement sensibles aux suggestions et donc plus susceptibles de rentrer dans une logique de consommation grâce à l'illusion de l'appartenance effective d'un objet publicisé. Des effets d'envie rappelant la condition primaire du petit d'homme, sont alors notables chez Madame I.

Cet état psychique sert très fortement au discours du capitaliste car les sujets se trouvent pour un temps, aliénés à l'objet de consommation qui redevient de façon illusoire une partie du sujet et enclenche la position que Lacan nomme de *voyure*, où le sujet et l'objet se trouvent partiellement indistincts. Nous pouvons ainsi décrire un mécanisme d'évitement du symptôme psychique en un temps donné, qui revient dès lors que l'état d'autohypnose ne cesse, accompagné parfois d'acte de consommation.

4. Madame E, « C’est vraiment de l’espionnage pur »



Edgar Degas, petit déjeuner après le bain, 1883 (collection privée)

4.1. **Présentation du sujet**

Nous rencontrons Madame E par le biais d'une diffusion de notre appel à témoignage via le bouche à oreille. Ainsi, Madame E nous contacte pour nous proposer un temps d'échange à propos de son utilisation des réseaux sociaux.

À 27 ans, Madame E a toujours vécu à Paris. Elle travaille actuellement dans la coordination de projets culturels au sein d'une compagnie de théâtre. Elle a étudié au CELSA, une école publique de communication. Elle a également déjà produit un podcast, ce qui la rend selon elle familière avec le milieu du numérique. Elle aborde rapidement la composition de sa famille ainsi que sa place en son sein : « *Toute ma famille est à Paris. Mes parents ma grande sœur à Paris donc moi je suis la dernière. J'ai juste une grande sœur de sept ans de plus que moi* ». Elle relate quelques évènements marquants au cours de sa vie, comme le divorce de ses parents et des tensions relationnelles : « *On est plutôt proches euh après là c'est plutôt ces dernières années mais c'est plus globalement dans ma famille en fait ça a été compliqué parce que y'a eu des petites tensions entre mon père ma sœur qui a un peu, mes parents sont séparés je sais pas si je l'ai dit mais voilà et euh en gros c'est un peu moi qui est pris en charge les résolutions de ces trucs. Donc ça a été assez lourd et euh voilà donc là on en est pas tout à fait sorti mais en tout cas on a fait en gros deux ans de thérapie familiale avec mes parents* ». Au cours de ses études, un voyage au Pérou dans le cadre d'un programme Erasmus a également été particulièrement marquant pour elle : « *Et qui a vraiment été hyper important pour moi, enfin ça a été hyper, une expérience très forte autant parce que pour ce que j'ai vécu là bas que parce que ça m'a fait trop du bien de me sentir loin de la France, de ma famille, de mes amis, y a un peu un truc en fait où je me suis dit en gros jusqu'à maintenant j'étais hyper attachée à Paris parce que y a tout ce j'aime est content là bas mes amis, ma famille, les trucs culturels les sorties les machins c'est très naïf* ». Malgré : « *un autre regard en fait sur mon pays, sur ma ville* », elle précise que depuis 2018 (date de son échange universitaire), beaucoup de choses ont changé et elle ne souhaite plus vivre aussi loin de sa famille. Pour terminer sa présentation, elle énonce ses différents loisirs : « *sinon j'aime beaucoup la culture, les arts, les activités manuelles, depuis pas longtemps je me suis remise, fin je me suis mise au* sport *donc j'aime beaucoup faire du sport notamment avec mon copain qui habite aussi à Paris donc voilà j'aime beaucoup voyager, mais bon là je voyage pas trop j'aime beaucoup partir de Paris aussi à terme j'aimerais en partir bientôt. Parce que là ça fait un peu trop longtemps que j'y suis* ».

Enfin, elle explique avoir été intéressée par l'appel à témoignage en se situant dans une position de savoir, peut-être par identification, soulignant notre intérêt commun pour les réseaux sociaux, mais aussi notre place de chercheuse qui s'interroge : « *Alors parce que j'ai fait des études de médias et de communication et que toutes ces questions là ça m'intéresse beaucoup parce que je suis pas sur beaucoup beaucoup de réseaux sociaux mais en gros j'ai étudié pendant assez longtemps ce qui se jouait dans ces sphères là ce que ça pouvait avoir comme impact chez les gens. C'est vraiment des trucs qui m'intéressent beaucoup et qui ne cessent de me, je veux dire qui ne cessent de m'interroger et tout ça c'est vraiment des choses, des trucs qui m'intéressent* ».

4.2. **Pratique des réseaux sociaux**

Madame E énonce être inscrite sur Facebook, Twitter, Linkedin et Instagram, ce dernier seulement par le biais du travail. Elle décrit au cours de l'entretien la façon dont elle consulte les réseaux sociaux : « *Tous les jours je vais sur Facebook et Twitter, avant j'allais sur Linkedin* ». Elle remarque cependant être : « *une des dernières* » à aller sur Facebook. À l'instant où elle marque une différence de consultation entre Facebook et Twitter d'un côté, et Linkedin de l'autre, nous constatons une hystérisation du discours au cours duquel le réseau social est pointé comme étant défaillant, tout en signalant une ambivalence : « *avant j'allais sur Linkedin mais avec un esprit très critique fin j'aime pas du tout cette plateforme, je sais même pas pourquoi j'y suis encore à vrai dire. J'y vais vraiment pour euh je sais pas faire un tour d'horizon de ce qui s'y passe mais j'ai même pas l'application sur mon portable quoi* ».

Elle nous explique que sa durée de consultation des réseaux sociaux, et notamment Facebook et Twitter dépend de son emploi du temps : « *Mais euh en fait quand j'ai beaucoup quand par exemple j'ai beaucoup de trucs après le travail et tout ça j'y vais pas tant que ça, j'y fais vraiment un rapide tour, fin je sais pas j'y passe 10 minutes 15 minutes par jour quand j'ai pas le temps et déjà c'est pas mal je trouve* », puis lorsqu'elle a plus de temps libre, sa consultation est d'une autre fréquence : « *Et euh après bah quand je sais pas quand j'ai un peu moins de travail à mon bureau ou que je sais pas je je avant de m'endormir j'ai le temps donc je regarde donc je peux y passer une heure peut-être sur les deux médias, parce que je voilà quoi. C'est pas très clair, ça dépend vraiment en fait des situations, des configuration*s ». Nous constatons d'abord ici l'apparition d'un embarras, signe de la présence du sujet en tant qu'il se fait ignorant de ses propres actes. Puis elle

concède à exprimer que peut importe son emploi du temps, elle consulte les réseaux Facebook et Twitter avant de dormir : « *Ben Twitter et Facebook ouais y a toujours un petit truc avant d'éteindre mon portable en fait je fais un petit tour de ce qui s'est passé ou de ce qui se passe et là ça peut durer euh en fait ça peut durer c'est fou à quel point je vois pas le temps passer mais ça peut durer ouais 20 minutes 30 minutes sans que je m'en rende compte* ». Nous notons ici une désorientation temporelle à la consultation de ses deux réseaux avant de dormir, désorientation qu'elle conflictualise de la façon suivante : « *J'essaye de me contrôler en fait et pas que ça dure très longtemps et après au travail aussi pendant la journée des fois j'ouvre, enfin très souvent en fait j'ouvre, j'ai tout le temps Facebook ouvert en fait après je, en fait je me rends compte que j'ai très souvent Facebook ouvert et j'y vais comme ça sans même m'en rendre compte* ». Là où il semblait être question de temps passé sur les réseaux sociaux, elle se décale du temps pour glisser vers la question ouverture/fermeture tout en avouant que le temps passé s'avère finalement impossible à quantifier ni même parfois à conscientiser.

Concernant Instagram, elle ne l'utilise pas au quotidien. En revanche elle indique quand même : « J*e squatte un peu la page du travail fin je vais aux peu stalker*[446] *des gens via l'Instagram de mon travail mais je l'ai pas au quotidien* ».

Chez Madame E, nous énumérons ainsi trois usages différents des réseaux sociaux pou l'heure :

- La recherche d'informations sur Facebook et Twitter
- Un usage ritualisé de consultation au moment du coucher
- La mise en place d'un rapport voyeuriste à l'autre permis par les différentes plateformes

Enfin, elle témoigne du fait qu'elle a essayé le réseau social Tiktok mais qu'elle a rapidement arrêté : « *Je me suis intéressée à Tiktok à un moment genre j'avais téléchargé Tiktok et j'ai fait limite une insomnie tellement c'est un gouffre* ».

4.3. **Imaginaire et rapport au savoir**

Madame E tente de se placer du côté du discours de l'universitaire, garant d'une certaine maîtrise du savoir : « *Euh bah parce que ça m'a intéressé pendant mes études parce que je crois que j'ai étudié des trucs très très précis je me rappelle plus trop mais j'ai vraiment étudié des cas précis qui, des situations précises qui s'étaient posées sur Facebook sur Twitter machin, l'impact en gros que certains posts avaient pu avoir sur des*

[446] Francisscisme de « to stalk » qui signifie littéralement « traquer »

communautés ». Elle s'énonce à partir d'une place de savoir, même si nous soulevons un certain embarras. Elle semble buter comme en témoigne les signifiants « E*uh bah* » en début d'énonciation. Si elle met en avant ses connaissances à propos des réseaux sociaux, cette butée, traduisant un sujet de l'énonciation indique peut-être une expression subjective : si elle parle de l'impact que certains posts peuvent avoir sur les communautés, parle-t-elle également de l'effet de certains posts sur sa psyché à elle ? Avant de développer ce point, nous pouvons nous demander comment cette position de savoir se traduit-elle dans sa consultation des réseaux sociaux.

Tout d'abord, Madame E nous dit à ce propos : « *Par rapport à l'information c'est plus que je vis super mal le fait de ne pas savoir ce qui se passe autour de moi. Je quand j'écoute pas les informations genre de la journée je me sens mal en fait mais c'est limite trop peut-être mais quand voilà si je rate un peu ce qui se passe et tout j'ai l'impression de mal le vivre et parce que j'ai pas l'impression fin voilà j'ai l'impression qu'il faut savoir un peu ce qui se passe autour de nous pour aller bien. Ou pas c'est même pas ça mais c'est important de savoir ce qui se passe autour de nous quoi* ». Ici nous constatons que la consultation des réseaux sociaux revêt une première fonction pour Madame E. Accéder au savoir via l'accumulation d'informations semble, à première vue, faire solution face à un vécu d'angoisse. Ce type d'angoisse déclenche chez Madame E le besoin comme elle l'explique de : « *faire un tour d'horizon* » de l'espace virtuel du réseau social via une fréquente consultation. Que nous révèle cette dynamique sur la structure psychique de Madame E ?

L'enseignement de Lacan nous décrit le temps logique d'aliénation-séparation présent chez le sujet névrosé. Au sein de ce temps logique, le sujet se trouve devant un choix nommé le *vel* de l'aliénation : celui du sens ou celui de l'être. Ce choix est en quelque sorte forcé du côté du sens, car si le sujet choisit l'être, il tombe dans le non-sens. Accéder au sens ne se fait pas sans perte pour autant. Ce sens choisi est quand bien même écorné de l'objet a en tant que perdu. Le sujet ainsi divisé sera en quête de retrouvailles d'un sens plein, cependant illusoire. Nous pouvons ainsi supposer, dans un premier temps, que l'utilisation des réseaux sociaux pour Madame E opère comme tentative de retrouver de façon imaginaire une certaine complétude, qui dévierait l'angoisse de castration via une position de savoir. Lacan nous indique que cette quête peut se diriger du côté du savoir, le névrosé cherchant toujours à dévier la castration dont il a été victime. Dans cette configuration, le réseau social vient soutenir une illusion de complétude, permettant à Madame E d'éluder la castration et ainsi l'angoisse qui l'accompagne.

Lors de notre échange, elle fait preuve d'ambivalence dans son rapport au savoir. Là où elle explique aimer aller chercher des informations sur les autres notamment sur Ins-

tagram : « *j'aime beaucoup savoir la vie des gens, l'intimité* » et « *mais pas pour avoir une connaissance malsaine de la personne mais juste parce que si y a un bon contact avec cette personne elle m'intéresse et du coup j'ai envie de savoir d'où elle vient ce qu'elle fait ce qu'elle aime et tout quoi donc je pense que quand je stalke un peu les gens que ce soit dans mon travail ou en dehors c'est un peu voilà c'est ça que j'aime bien quoi* », quand le petit autre vient à mettre au devant sa propre vie dont il jouit, Madame E ressent des affects négatifs : « *Ouais, euh j'aime pas euh fin j'aime pas bah je sais que c'est un peu propre aux réseaux sociaux mais je déteste l'étalage de la vie personnelle sur la place publique en général alors c'est vraiment, enfin pour moi, c'est assez caractéristique des réseaux sociaux mais je veux dire c'est fréquent sur les réseaux sociaux de trouver ça* ». Madame E se place ici contre une publication de l'intime et l'auto-promotion de soi. Nous percevons une ambivalence au savoir qui semble placer Madame E dans un fonctionnement hystérique.

Nous pouvons déjà supposer que ce qu'elle apprécie, c'est découvrir des informations qui seraient cachées plutôt qu'à la vue de tous, tel l'enfant en quête de savoir sur la sexualité. Dans quelle mesure cet auto-promotion de soi sur les réseaux sociaux renvoie par ailleurs à une effraction du fantasme de Madame E ? En effet, le fantasme agit comme soutenant le désir lorsqu'il est voilé. Qu'en est-il ainsi lorsque le voile n'est plus ? Quels effets psychiques ce mouvement de dévoilement produit-il chez Madame E ? Avant de comprendre quel effet ce mouvement produit, il convient de saisir précisément quel type de savoir dévoilé « *déteste* » Madame E.

Premièrement, Madame E nous dit : « *Mais ce que je n'aime pas sur Linkedin c'est ces espèces de longs post successful de '*je suis parti de rien j'ai réussi à monter mon entreprise qui construit des coques de portable en bambou*' enfin y a un truc vraiment un ego trip que je n'aime pas et qui est centré sur le succès, la réussite la carrière professionnelle, donc c'est très carriériste en fait. Après y a pas que ça mais je veux dire les posts qui sont le plus suivis en général j'ai l'impression que c'est ça et moi c'est pas trop mon délire* ».

Nous pouvons d'emblée nous interroger sur ce mouvement repoussant que suscite ce type de posts qui pour autant sont le type de posts que Mme E voit le plus. Au-delà d'une certaine hystérisation du discours, à savoir la mise en avant de ce qui semble faire symptôme chez elle, nous constatons que ce que Madame E dénonce n'est pas tout-à-fait l'exposition de l'intimité aux yeux de tous. Ce que Madame E semble pointer relève davantage de la promotion d'un autre, tout-puissant et de son mode de jouissance. Elle témoigne finement de son vécu face à cet autre jouisseur imaginaire par sa propre formule

« *égo trip* ». Le signifiant trip, renvoyant à la toxicomanie et à la jouissance qui en découle, rappelle d'autant plus cette vision de l'omnipotence de l'autre, perçu par Madame E.

Il semble que ce soit précisément cet autre tout-puissant qu'elle décrie non sans une certaine adversité : « J*e trouve pas ça très modeste, fin je sais pas trop, pas humble, enfin c'est pas ça mais en fait j'aime pas trop je pense la manière dont c'est présenté, enfin dont cet affichage est présenté je sais pas hm. Je sais pas comment dire* ». Nous percevons aussi dans son discours une identification à cet autre qui jouit devant son regard : « *Moi jamais je publierai publiquement mon truc après peut-être que y a des gens qui en ont trop besoin peut-être de la reconnaissance sur ces endroits là quoi mais en fait je me dis que je sais pas je... Y a des manières de faire et souvent je trouve que y a un truc très un égo trip que je trouve voilà devant lequel j'aime pas forcément être* ». À travers son discours dénonciateur, nous constatons selon l'expression de Lacan, le « *regard amer* »[447] de Mme E, face à un autre qui réussit comme par magie, dans le « *je suis parti de rien* » l'affichant aux yeux de tous. L'autre qui se place en tout-puissant sur les réseaux sociaux peut renvoyer ainsi Mme E dans un temps secondaire à une dimension de rivalité, qui traduit de façon sous jacente l'envie qui découle d'une illusion de la toute-puissance de l'autre. Mme E semble se trouver ici dans un système de croyance, persuadée de la place de l'autre tel un magicien. En témoigne la manière dont Madame E prête un savoir qui la concerne à l'algorithme. Elle nous raconte la façon dont les contenus qui lui sont présentés résonnent de façon surprenante avec son désir : « *euh et de plus en plus aussi j'ai de plus en plus de bébé et de bébés trop mignon (rire) de, j'ai un petit peu des animaux mignons aussi mais j'ai plus de bébés mignons* ». Ces contenus semblent pour elle se relier à son désir d'enfant (tout en produisant dans le discours une dénégation) : « *Je suis une femme qui a bientôt 30 ans, je sais pas si Facebook sait ma vie un peu ou quoi mais bon voilà et aussi c'est parce que oui j'ai un désir d'enfant mais en fait tranquille quoi je pense pas que c'est à travers mes recherches et à travers mes, je veux dire mes habitudes sur Facebook que il peut le savoir après j'en sais rien. Je pense que c'est plus parce que j'aime bien regarder des petits bébés trop mignons je sais pas d'ou ça vient mais c'est surprenant car vu que je sais un peu comment ça marche les algorithmes et tout je me dis ouh la c'est bizarre quoi* ». L'Autre en place de tout-sachant sur elle semble se retourner en un Autre menaçant de jouir d'elle au fil de son énonciation. Madame E nous raconte comment elle reçoit certaines publicités ciblées : « *Bah ça ça pollue mon, en fait j'aime pas, je trouve ça méga ra-*

[447] Lacan, J. (1964). *Le Séminaire, Livre XI, Les quatre… op. cit.* p. 131.

coleur en fait de sur un fil un peu personnalisé, tu vois d'avoir moins de 50 pour-cent pour des bottines en cuir, en fait j'ai pas envie de ça quoi, j'ai envie qu'on me laisse tranquille avec mon fil d'actualité je pense ». Nous sentons ici que Mme E fait face à un Autre de l'algorithme en demande. Elle se sent harcelée par cet Autre : « *On me harcèle pour que je consomme des choses* ».

Face à ce double mouvement de jouissance/rejet concernant les propositions de l'Autre, nous pouvons nous demander si Mme E ne se trouve pas ici dans une position régressive, rejouant les premières interactions avec l'Autre primordial. Si l'Autre lui présente un objet qui convient à son mode de jouissance, Mme E le perçoit comme un bon objet duquel elle peut tirer un plaisir immédiat. En revanche si l'Autre s'avère lui proposer un contenu qui lui semble trop marqué par une demande, Mme E se trouve dans le rejet de celui-ci. Nous pouvons également y voir un indice d'un fonctionnement hystérique, l'hystérique veut séduire, mais toujours dans le fantasme et non dans le Réel. Se percevoir en place de consommatrice qui peut être de plus racolée, rappelle ainsi la dimension sexuelle de son investissement des réseaux sociaux. Mme E rejette ainsi l'Autre et sa demande effractante.

Si la consultation des réseaux sociaux confère, selon Mme E une fonction de soulagement de l'angoisse en lui permettant d'accumuler un certain savoir informatif, l'algorithme personnalisé produit en revanche des effets psychiques inattendus chez Mme E. Ce que nous identifions du côté d'un effet de leurre, plongeant Mme E dans l'illusion d'une toute-puissance de l'autre laisse apparaître également une position rappelant le temps premier de complexe d'intrusion décrit par Lacan, au cours duquel le sujet, pas tout-à-fait séparé de l'objet a, se trouve devant le constat d'un pair jouisseur, tout-puissant au devant du regard. En découle ainsi un mouvement d'envie (par opposition au désir) et déclenche ainsi une volonté de jouissance à l'image de ce qui est perçu. Mme E peut ainsi, après constatation de l'autre dans la complétude, rechercher elle même à se complaire, éludant la castration en accumulant du savoir via l'information, ou encore en visionnant des images de bébés, bouchant le questionnement désirant. En revanche, quand Madame E identifie une demande de cet Autre qui suppose et met en scène un fantasme phallique, Madame E y répond avec rejet en identifiant la volonté de jouissance de l'Autre notamment dans la consommation.

4.4. **Regard et pulsion scopique**

Nous avons vu comment Madame E se pose en critique du réseau social Linkedin qui certes, renvoie à un effet d'envie, mais voilé par une dimension critique du système

capitaliste. Cependant elle relève elle-même la dimension paradoxale entre sa critique du réseau et néanmoins sa présence sur celui-ci : « *Mais après bon encore une fois j'y vais, je survole vraiment là tu vois, quand j'y vais je sais que y'a autre chose que ça, là j'en dresse un portrait très sombre, mais je sais que y'a autre chose mais voilà c'est vraiment mon aperçu très, c'est un truc très vague que j'ai en tête quoi* ». Témoignant de son ambivalence, elle reconnaît ce que nous pouvons identifier comme un piège dans lequel elle se trouve prise malgré sa conscience des mécanismes qui retiennent son attention. Madame E ne peut ainsi se trouver complètement indépendante du discours dominant dans lequel elle se trouve. Nous nous demandons ce qu'est cet autre chose dont nous parle Madame E et qui la pousse à continuer à consulter Linkedin, et plus généralement les réseaux sociaux.

Si Freud au cours de son élaboration des pulsions vient à identifier le regard comme un élément de la pulsion scopique, nous avons déjà établi sur le plan théorique une distinction entre le mouvement psychique du regard et celui du voir, grâce à l'enseignement de Lacan. Nous remarquons chez Mme E ces deux investissements psychiques de la sphère scopique. D'une part elle se situe du côté du regard en tant que porteur d'un fantasme qui soutient un désir inconscient, et de l'autre, nous constatons une consultation renvoyant à un investissement scopique beaucoup plus primaire dont elle relate certains effets négatifs. Elle nous dit ceci : « *J'ai pleins d'informations à travers Facebook, je suis abonnée à pleins de pages de médias, de lieux, d'assos' et du coup j'ai un flux d'informations alors c'est trop je trouve j'ai trop d'informations. La preuve j'ancre même pas la moitié mais en tout cas grâce à Facebook j'ai pleins d'informations sur des événements pleins d'informations sur ce qui se passe autour de moi ou ailleurs et typiquement tu vois voilà je te parlais au Pérou tout à heure mais je suis encore abonnée à pleins de pages auxquelles je m'étais abonnée quand je vivais là-bas et ce qui me permet de continuer à avoir un peu des informations sur Lima sur ce qui se passe là-bas* ». Si nous retrouvons l'accumulation d'informations que nous avons relevé dans la section antérieure, nous relevons ici aussi le fait que Mme E reconnaît ne pas ancrer toutes les informations reçues. Quels sont les effets de cette consultation scopique à deux aspects ?

Mme E décrit cette action au cours de notre échange : « *Je squatte un peu la page du travail, fin je vais un peu stalker des gens via l'Instagram de mon travail* ». Elle définit ce mouvement comme ceci : « *Je vais voir les profils des comédiens et des comédiennes avec qui je travaille c'est vraiment de l'espionnage pur je vais voir leurs photos, je vais voir essentiellement leur photos en fait mais pour les voir dans d'autres situations de quand je les vois en face à face quoi* ». Elle justifie cette action sur le réseau social du côté,

là encore, du savoir et de l'accumulation d'informations : « *Je suis curieuse des gens donc je suis curieuse de savoir ce qui faisaient avant, à, à quoi ils ressemblaient avant, avec qui ils sont etc. en plus c'est des gens qui peuvent avoir des amis en commun avec moi donc je pense euh.* ». Nous percevons ici par le signifiant « *je pense* » le caractère fantasmatique, imaginaire que nous avons déjà décrit précédemment avec les informations, mais qui passe ici par le regard. Puis elle poursuit : « *Et après donc ça c'est plutôt professionnel mais après dans, alors maintenant j'ai du mal à avant je me rappelle quand j'étais au lycée je sais pas je rencontrais des gens en soirée et j'allais voir qui ils étaient, parce que ça fait plus d'informations. J'aimais bien savoir un peu pareil quoi qui ils étaient, ce qu'il faisaient etc. voilà.* ». Nous reconnaissons ici le rapport entre le regard et le savoir, qui peut correspondre à ce que Freud décrit de la sublimation de la pulsion scopique : « *Le plaisir-désir de regarder, actif et passif dont se détacheront plus tard pour le premier le désir de savoir et pour le second, la poussée à l'exhibition artistique et théâtrale* »[448]. De plus, Mme E nous fait entendre une dénégation, ce qui appuie davantage la dimension de satisfaction inconsciente à travers le regard. Quand nous lui indiquons qu'elle va stalker[449] des personnes, elle nous répond : « *Oui oui oui beaucoup. Non non je rigole, c'est par phase c'est quand j'ai vraiment rien à faire. En fait c'est juste que je vu que je connais peu ce, Instagram j'aime bien avoir la possibilité de découvrir comme ça quoi* ». L'émergence du regard est, pour Lacan, une réponse à l'effroi de la castration. Mme E tente ainsi par le regard de traiter sa propre impuissance à savoir. Cet investissement de l'autre par le regard lui fait accéder au lien social par un processus imaginaire qui la fait fantasmer : « *après je sais pas c'est aussi parce que je suis curieuse des gens donc je suis curieuse de savoir ce qui faisaient avant, à, à quoi ils ressemblaient avant, avec qui ils sont etc. en plus c'est des gens qui peuvent avoir des amis en commun avec moi donc je pense euh* ».

Là où dans un premier temps, madame nous raconte la fonction de sa consultation pour satisfaire un savoir en accédant au plus-de-jouir, nous percevons que dans les réseaux sociaux subsiste un investissement plus primaire du scopique. Là où dans le regard se perçoit une intentionnalité avec un retour de l'ordre du plus-de-jouir secondaire, elle différencie la fonction du regard qui accumule de l'information par la voyure, de la consultation par exemple des réels : « *Les réels c'est du divertissement pur* ». Il est donc certains moments dans la consultation où Mme E ne regarde pas, notamment lorsqu'elle est par

---

[448] Freud, S. (1910). *Cinq leçons sur la psychanalyse*. Gallimard. p. 43.

[449] Nous utilisons ce terme pour indiquer que nous reprenons ses signifiants à elle au cours de l'entretien

exemple au téléphone : « *Je peux être au téléphone avec quelqu'un d'extérieur et surfer sur mon écran et ouvrir un truc en rapport avec mon travail puis un truc, puis Facebook et en même temps que je parle avec la personne je fais défiler mon fil d'actualité* ». Cette simultanéité de la stimulation scopique ne lui donne pas accès à la fonction fantasmatique du regard : « *Je pense que je suis plus concentrée sur ce que la personne me dit quand même je pense fin je regarde les trucs que je vois défiler mais j'ancre pas dans ma tête ce que je vois quoi* ». Si le regard vient satisfaire une curiosité du côté du sexuel, ici nous nous trouvons dans une autre fonction de cet investissement scopique qui ne s'« ancre pas » qu'elle décrit d'ailleurs du côté du réflexe : « *Facebook c'est devenu un réflexe* ». Nous lui demandons alors ce qu'elle regarde sur Facebook, elle nous indique ainsi : « *Euh, bah… Rarement, bah je regarde bah c'est ouais les bah en fait je regarde principalement mon fil d'actualité en fait je le descends je le descends, je clique sur des articles ou sur des trucs relayés dans le fil et des fois en fait j'ouvre des trucs mais je vais pas forcément regarder les articles en entier après c'est pour ça quand je dis que il y en a trop c'est que j'arrive même pas à traiter les trucs tellement ça déborde* ». Le regard est une scansion qui produit un découpage visuel du monde, orienté inconsciemment par le désir. Ici Madame E fait état d'une expérience visuelle dans laquelle rien ne se découpe.

Mme E se laisse en effet orienter par ce que lui suggère l'Autre grâce aux notifications, ce qui ne semble pas véritablement l'engager sur le plan subjectif quant au regard. Puis elle se retrouve débordée par les contenus, sans les traiter, sans donc les imaginariser à partir du fantasme. L'Autre lui suggère des contenus à voir de façon pré-mâchée. Cette suggestion a une fonction pour Mme E de l'ordre du nursing par le divertissement. Elle nous dit : « *et ça typiquement avant de m'endormir je peux regarder des vidéos mais à la pelle donc je vois plutôt un truc mais je sais pas quand je réfléchis pas trop je vais sur Facebook mais ça c'est sur mon portable j'arrive même plus à conscientiser le geste de je vais vers ce réseaux social* ». Ces propos rejoignent ce que Régis Debray définit par la fonction de la contemplation : « *Il y a une régression jouissive dans toute contemplation. Comme si l'Origine, la Mère, la Préhistoire nous prenaient dans leurs bras* »[450]. Cependant, contempler se définit par une considération d'un être ou une chose avec grande attention. Cette action produit de plus une vive émotion[451]. Cette analogie semble rendre compte des effets de consultation de Madame E, mais le terme contemplation ne corres-

---

[450] Debray, R. (1992). *Vie et mort de l'image*. Gallimard. p. 155.

[451] Dictionnaire de l'académie française. (2021). *Contempler*. (9e éd). Institut de France. Disponible sur : https://www.dictionnaire-academie.fr/article/A9C3808 [Consulté le 02.09.25].

pond pas tout-à-fait à l'activité qu'elle décrit. Elle nous dit : « *Ouais il me plait, il me satisfait, mais oui j'aime bien le regarder et puis de toute façon ça dure jamais plus de trente seconde, c'est assez attirant quoi* ». Il n'y a donc ainsi pas une chose ou une image qui est contemplée, mais plutôt une succession de scénettes qui défilent rapidement. Madame E précise justement que c'est cette rapidité qui procure un effet « *attirant* ». Nous nous trouvons non pas dans une satisfaction longue et réflexive mais une succession de plusieurs satisfactions toujours renouvelées. Ce mouvement comporte cette particularité d'opérer une satisfaction de jouissance immédiate en dehors d'un mouvement de pensée et de réflexion qui en appellerait au sujet. Elle se trouve débarrassée du choix d'investissement pour se laisser aller dans les bras tendus par un Autre. Mme E relève ainsi finement la fonction de cet investissement scopique autant que les effets potentiellement néfastes qu'elle ressent : « *c'est assez, y'a des cotés perturbant, y a des côtés trop bien magiques avec ça mais euh y aussi des trucs où on se dit 'mais euh c'est un puits sans fond quoi'* ». La référence à la magie peut ainsi appuyer la dimension de l'omnipotence infantile que nous avons dépeint dans une aliénation à l'Autre, mais elle accole cette idée avec le « puits sans fond ». Nous percevons donc ici que Mme E est passée du discours de l'universitaire au discours de l'hystérique, où elle décrit au fond son propre mal-être une fois le mécanisme de défense du côté du savoir de l'universitaire tombé. Le puits sans fond peut ainsi marquer un vécu d'une pulsion scopique non encore bouclée, à l'image de l'infans encore peu marqué par le langage. Debray nous permet là encore de penser cette position : « *L'individu en proie aux images n'est pas contemporain de celui qui raisonne sur des mots. C'est le même homme mais subitement décalé, clivé, redevenu magique* »[452]. Ici, la pulsion ne semble pas se boucler ni se transformer en investissement libidinal secondaire dans le lien social, y perdure un effet magique produisant de l'illusion.

Cette position régressive du sujet expliquerait ainsi les effets suivants décrits par Mme E elle-même : « *C'est je veux dire ça me ça ne retient pas, ça retient une fois sur deux mon attention y'a des fois ou en fait ça peut me crisper énormément et ça me saoule et des fois ça passe dans le décor comme si c'était un truc, un fond blanc quoi* ».

Nous pouvons faire une analogie possible (de la même façon qu'avec Mme I), avec un processus hypnotique au cours duquel, avant de dormir, le sujet est plus facilement en proie à la suggestion de l'Autre du fait d'une aliénation primaire dans son rapport au monde. Elle nous précise en effet ne pas choisir ce qu'elle voit, mais être prise par la suggestion de l'Autre de l'algorithme : « *Ouais mais encore une fois, je vais pas sur Facebook*

---

[452] Debray, R. (1992). *Vie et mort de l'image…op. cit.* p. 156.

pour aller voir des réels, je vais sur Facebook je vais voir ce qui s'est passé bim je tombe sur une vidéo, elle a l'air intéressante rigolote, ou mignonne ou euh y a l'air d'avoir une recette de cuisine intéressante, je clique et après c'est un gouffre je me perds dedans quoi ». Lorsqu'elle indique se perdre dans le gouffre des différentes vidéos courtes que sont les réels, nous entendons une certaine perte subjective dont elle constate elle même des effets délétères : « *Et je me suis intéressée à Tiktok à un moment genre j'avais téléchargé Tiktok et j'ai fait limite une insomnie tellement c'est un gouffre* ». Mme E semble articuler sa position face aux réseaux sociaux et aux images qui la satisfont de façon immédiate du côté du signifiant « *gouffre* ». Elle précise ce qu'elle entend par se perdre dans l'image proposée sous forme de réel : « *Bah c'est que en fait ça dure 15 secondes, après y en a une autre qui s'enchaîne directement et au lieu de dire* 'non cette vidéo m'intéresse pas trop je vais la fermer*' en fait je vais à la suivante et puis y'a toujours un truc intéressant qui te fait aller à la suivante et en fait même si je vois des trucs qui me plaisent pas trop y'a quand même un truc attractif fin tu vois c'est un peu ce que j'évoquais rapidement avec Tiktok tout à l'heure. En gros une fois j'ai voulu savoir ce que c'était Tiktok parce que j'avais lu un article dessus ou je sais pas quoi en tout cas tout le monde en parlait c'était y a deux trois ans et j'ai téléchargé ce truc et vraiment mais je me disais mais ouah putain mais y a des gens qui passent un temps de malade à faire des contenus hyper travaillés et truc et ça s'arrête pas et ce truc de sans fin c'est je trouve ça ça que j'appelle un gouffre sans fin ça ne s'arrête jamais. Jamais y a un message qui dit que y a plus de vidéo quoi* ».

Nous percevons ici que le discours du capitaliste proposant toujours une nouvelle sollicitation par la façon dont sont suggérées les différentes images relance ainsi la pulsion scopique et peut contribuer à différer son bouclage faisant advenir la logique subjective introduisant le désir. Mme E semble témoigner de ce mouvement par le fait de se perdre dans un gouffre comme on se perdrait dans la chute de l'objet a. La castration est certes ainsi mise à distance puisque le sujet n'est pas dans un rapport divisé à ce moment là, mais ceci n'est pas sans conséquences. Mme E nous parle ainsi d'un effet d'illusion qui fait suite à cette prise dans ce dispositif : « *Bah parce que je te dis quoi je y'a toujours un truc un meilleur truc derrière fin je veux dire, y'a toujours un truc qui va surprendre en fait et qui va attirer mon attention* ». Madame E se trouve ainsi dans une attente de jouissance qui maintient donc son attention envers le défilement des images jusqu'à obtention du plaisir immédiat, toujours à renouveler.

Néanmoins, cette position psychique ne perdure pas indéfiniment chez Mme E. La pulsion finit quand même par se boucler et nous voyons surgir la subjectivité : « *Euh je me*

force à sortir des réels je pense ou alors au bout d'un moment ça me fait chier mais en tout cas je me dis à un moment 'bon allez stop c'est relou' *euh ou alors fin en fait je me dis pourquoi je regarde ça ? Ah ouais en fait je faut que je fasse autre chose fin voilà là y a déjà tant de minutes qui sont passées je vais pas y rester longtemps quoi* ». Nous pouvons ainsi nous demander ce qui lui permet de faire ici ressurgir du sujet. Pour le moins, ce que nous relevons c'est que dès lors que le sujet a de nouveau prise, Mme E arrête sa consultation du réseau social. Cet effort que Mme E nous décrit ne semble cependant pas être induit par le dispositif du réseau social. Elle doit y mettre du sien, cela semble lui demander un effort comme elle en témoigne : « *Je me force* ».

Nous terminerons cette section par une piste que nous ouvre Régis Debray : « *L'écrit est critique, et l'image narcissique ; l'un éveille, l'autre peut endormir la vigilance et même doucement hypnotiser* »[453]. L'écrit pourrait-il être le récit signifiant qui permet de ramener l'individu vers une subjectivation ? Comment Mme E a-t-elle au sein du réseau social à nouveau accès au récit qui lui permet d'advenir en tant que sujet et ainsi s'extraire du réseau social ?

4.5. **Rapport au corps, émergence du Réel**

Mme E nous raconte dans quelles conditions elle vient à consulter notamment les réels sur Facebook. Elle indique à plusieurs reprises le caractère automatique, réflexe, de cette consultation : « *si j'arrive sur Facebook [en]fin si j'arrive sur les réels encore une fois c'est plus vraiment une envie quoi c'est tout un réflexe automatique que j'ai depuis longtemps dont je peux me passer sans problème enfin quand je m'endors pas seule ou quand je suis avec que ce soit mon copain ou des amis ou quoi je peux ne pas y aller mais en tout cas ça me manque pas* ». Mme E semble pouvoir se passer de ce réflexe quand elle est en présence d'un autre mais reconnaît qu'elle peut difficilement s'en passer quand elle est seule. Pourtant elle précise qu'elle accès à cette *capacité d'être seul* : « *alors je pense que j'ai pas besoin de ça en fait le truc c'est que tout ça fin mais c'est un peu un réflexe où je me dis oh bah je vais me divertir un petit peu et penser à pas grand chose et pourtant je sais très bien le faire autrement, j'aime beaucoup faire des trucs manuels, lire écouter la radio des podcasts mais en fait là je me pose pas trop de question je me dis ho bah tiens je vais regarder des trucs qui visuellement vont être attractifs attirant mais où je vais pas*

[453] *Ibid*. p. 155.

avoir besoin de trop réfléchir quoi. Je pense que que mais bon tout ça c'est pas conscientisé sur le moment donc c'est compliqué ».

La solitude est une situation permettant la consultation des réseaux sociaux. Cette mise en condition pour Mme E se produit également en un temps donné qu'est le moment du coucher, dans son lit : « *si je regarde Facebook en fait je regarde pas des vidéos avec du son ou quoi et que finalement dans mon lit avant de me coucher c'est le moment où quand je suis toute seule c'est le moment où je peux regarder des trucs un peu avec du son ou fin ouais euh fin c'est en tout cas un moment où je suis posée avec seule, où je peux mettre du son et tout ça* ». Mme E se trouve néanmoins incapable d'en expliquer les causes, elle laisse voir ci-après, dans la suite de son discours, un embarras : « e*t euh et après bah je sais pas en fait c'est vraiment fin après je je en fait le truc c'est que je regarde des trucs sur mon portable, je le ferme je réponds à mes textos et tout ça et après je lis, j'éteins mon portable totalement avant de lire* ». En effet, nous pouvons nous demander la fonction et les effets de cette consultation automatique mise en conditions par la solitude et le coucher avant l'endormissement. Mme E parvient ensuite à nous indiquer : « *C'est un peu 'bon bah qu'est ce qui s'est passé ces deux dernières heures sur les réseaux internet dans le monde' etc. donc c'est plus un truc de bon bah pour terminer ma journée je vais faire un petit point sur ce qui se passe autour de moi quoi* ». Dans quelle mesure cet embarras premier qui se rattrape avec la dimension informationnelle n'est pas une façon pour Mme E de se dégager de la question du sexuel, marqueur du manque propre à tout sujet névrosé ? Elle nous rapporte en effet les propos suivants, à l'encontre de l'agitation sexuelle et désirante du névrosé : « *Je pense que ça me détend de manière un peu abrutissante, ça m'excite pas mais ça me tient quand même vachement éveillée quoi* » puis ajoute juste après : « *En fait il se passe pas grand chose, fin je vois juste des images hyper bien travaillées, drôles, fin tu vois y a des trucs drôles aussi c'est ça que j'aime bien mais oui non c'est pas grand chose quoi c'est vraiment un truc c'est ça glisse un peu quoi* ». Mme E appuie, elle aussi (comme Mme I) sur un effet paradoxal de détente et d'éveil attentionnel, à l'image de l'état d'hypnose, tout en arborant un plaisir d'organe. À la question que nous lui posons sur ce qui est détendu elle nous répond : « *Mon cerveau je pense* » et le justifie : « *je veux dire je pense pas à grand chose que je regarde ces réels quoi tu vois* ». Cette détente du cerveau peut renvoyer à un effet de corps, que Mme E renouvelle de façon automatique lorsqu'elle ne se trouve pas en lien avec un autre. Nous pouvons ainsi faire l'hypothèse que la fonction de la consultation des réels pour Mme E relève d'une tentative d'éteindre l'excitation divisoire du corps en produisant un effet de détente de l'organe cerveau, en concentrant l'atten-

tion sur l'esthétique visuelle, la dégageant d'éventuel conflit psychique. La revue *Psychanalyse* rappelle les propos de Freud concernant la sexualité et la névrose : « *l'hostilité et la force du rejet de la femme dans l'acte sexuel découlent des conditions génétiques de la névrose et des modalités du passage par le complexe de castration, antérieures au premier choix d'objet qui oriente la libido de la petite fille vers le père* »[454]. Le rejet du sexuel, dans cette configuration semble ainsi découler de la volonté, une fois encore de ne rien savoir de la castration en tant qu'elle est vecteur de déception. Le père ne donne pas d'enfant au sujet en position féminine. Ceci pourrait notamment expliquer pourquoi Mme E se plaît à voir des images de bébés « *tout mignons* » comme réparation illusoire de la déception paternelle, ou encore comme soutien du père et de sa puissance.

Cet état particulier que nous décrit Mme E n'empêche cependant pas l'émergence de l'intrusion du Réel par certaines images venant de l'algorithme personnalisé. À ce propos Mme E nous indique avoir été marquée négativement par de nombreux contenus dans les réseaux sociaux non sans une certaine désorganisation dans le discours : « *Euh alors oui je pense que j'ai, que y'a pleins pleins pleins fin, je pense que oui ». Elle nous raconte spontanément la dernière image violente qui lui est apparue dans son fil d'actualité : « Là je pense à une image récemment qui m'a ultra mis mal euh sur Facebook il me semble. Je crois que c'est Facebook, ou Twitter mais en gros c'est une photo euh, c'est une photo du séisme qui a eu lieu en Turquie et en Syrie où il y a un père qui tend la main de son fils qui ressort des décombres et son fils est mort, et on voit que la main qui ressort du tas de je sais pas quoi et ça m'a pffff j'ai pas trop regardé en fait parce que en plus la description était en anglais et j'ai pas compris tout de suite mais pffff j'ai eu du mal quoi* ». Mme E nous précise ce qu'elle a ressenti à la vue de cette image violente même si nous constatons déjà plusieurs butées dans le discours, qui nous indique l'émergence d'un Réel. Tout d'abord, elle remarque un retour dans la réalité tout en convoquant la figure de la putain masquée par une soudaine vulgarité qui n'avait jusqu'alors pas été : « e*uh c'était cette semaine hein je m'en rappelle plus trop euh bah en fait je me sens, je me suis senti 'ah bah oui putain c'est vrai' en fait* » ; puis dans un second temps elle nous précise : « *En fait ça m'a, la photo, pour revenir à l'émotion première ça m'a rendu ultra triste en fait parce que je me suis imaginée ce que vivait enfin essayé d'imaginer ce que vivait le père qui tenait la main de son fils, ça m'a rendu ultra triste* ». Nous percevons ici à la fois une identification

[454] Bruno, P. (2008). Père et Nom(s)-du-Père (2e partie). *Psychanalyse.* p. 85. Disponible sur : https://doi-org.ezproxy.u-paris.fr/10.3917/psy.013.0077. [Consulté le 02.09.25].

au père, mais au père fondamentalement castré tenant la main de son enfant mort, mais aussi la convocation de la figure de la putain, à l'opposé de la mère.

Dans une lettre à Fliess de 1899, Freud écrit d'ailleurs à propos de la fonction maternelle : « *Étrange et inquiétant lorsque vacillent les mères, les seules à se tenir encore entre nous et la délivrance/la mort* »[455]. La figure de la putain invoquée par la grossièreté du langage peut-elle être une manière d'appuyer sur la castration maternelle suite à la constatation de la castration chez le père ? Si tel est le cas, Mme E se trouve ici confrontée au Réel de la mort, castration radicale qui explique cet affect désagréable qu'elle nous relate : « *oui carrément ça a totalement surgit tu vois y a un poste, y a un truc de je sais pas encore une fois y a un truc de Kombini et un autre truc de France Inter qui parle de trucs différent et au milieu tu as une photo hyper violente comme ça et d'un autre coté c'est la réalité, fin moi je considère que Facebook Twitter c'est un énorme mélange de peins de trucs qui ont pas forcément à voir les uns aux autres et faut aussi gérer ça fin on peut pas avoir des fils d'actualité euh je veux dire tout roses tout voilà mais en tout cas moi personnellement ça m'a mis mal donc je me suis dis bon ok je reviendrai dessus plus tard ou pas mais voilà* ».

Dans la consultation de Mme E, nous avons ici la présence à la fois du soutien au père dans la possibilité de voir des bébés dans les réels, mais le Réel de la castration paternelle fait retour par l'image violente de ce père vu comme impuissant à maintenir son enfant en vie. Cette image nous rappelle dans un premier temps le rêve de l'enfant qui brûle que Lacan analyse du coté du retour du Réel dans le rêve. Ce retour du Réel est d'ailleurs ce qui vient réveiller ce père qui dormait, comme un retour à la conscience subjective. Se pourrait-il que l'image violente que nous a décrit Mme E ait eu une fonction similaire pour elle ? La castration du père met à jour l'identification au père et par conséquent, sa propre castration, permettant un retour du sujet, mais ici vécu avec effroi. Nous pouvons dès lors constater chez Mme E la position hystérique féminine[456].

---

[455] Freud, S. (1899). Texte inédit. Dans, Schur, M. (1975). *La mort dans la vie de Freud*. Gallimard.

[456] Bruno, P. (2008). Père et Nom(s)-du-Père (2e partie). *Psychanalyse.* Disponible sur : https://doi-org.ezproxy.u-paris.fr/10.3917/psy.013.0077. [Consulté le 02.09.25].

4.6. **Dépendance et position subjective**

Dans le *Séminaire XVII, L'envers de la psychanalyse*, Lacan énonce que le discours de l'hystérique est ce qui conduit au savoir[457]. L'hystérique en adressant ses insatisfactions à un autre producteur d'un savoir, du même coup vient à pointer son manque, puisque cet autre accepte de recevoir ces lamentes. Ainsi, le discours de l'hystérique rappelle Lacan, c'est l'idée de la fabrication d'un homme qui serait mû par un désir de savoir : « *Nous voyons donc l'hystérique fabriquer comme elle peut, un homme — un homme qui serait animé du désir de savoir* »[458] et donc par conséquent manquant. Nous percevons chez Mme E cette position psychique à plusieurs reprises au cours de notre échange, que nous avons d'ailleurs déjà évoqué plus haut. Comment ce fonctionnement peut-il s'articuler avec sa pratique des réseaux sociaux ?

Madame E, est en perpétuelle recherche de ce savoir contenu dans l'autre par la tentative d'accumulation d'informations. Elle s'intéresse au savoir de l'autre et du même coup l'institue comme manquant. Cette destitution du maître cache une vérité qui est le plus-de-jouir. C'est la destitution du maître qui vient faire jouir l'hystérique. Cette jouissance partielle récupérée par l'accumulation de savoir appartenant au maître, c'est ce qui éloigne Mme E du sentiment de castration. Nous prendrons pour exemple la destitution qu'elle fait de l'algorithme personnalisé du réseau social : « *Alors en ce moment je crois que j'ai pas mal de trucs de fringues il me semble, ou aussi de voyage parce que prochainement je vais partir à pâques je vais partir en Italie, donc j'ai pas mal de truc sur ça* ». Elle vient ici dénoncer le savoir qu'aurait l'algorithme sur ses gouts en marquant le fait que ces publicités ne lui conviennent pas en précisant ne pas être intéressée par les achats de vêtements : « *euh je j'ai pas beaucoup de fringues mais je fais beaucoup de recherche de fringue euh je sais pas comme ça quoi je suis pas du tout une 'fringue addict' quoi mais je sais pas je fais des recherches euh qu'est ce que j'ai d'autres comme publicité, c'est une bonne question mais même ça je ne les vois plus en fait* ». Puis, lorsqu'elle reconnaît le savoir de l'Autre de l'algorithme sur elle à propos des publicités cette fois-ci bien ciblées, elle témoigne de son insatisfaction en ne cliquant pas sur la publication : « *ça me saoule en fait parce que c'est des publicité ultra ciblées, euh sur lesquelles j'essaye de ne pas cliquer. Quand je vois des trucs qui pourraient intéresser ou sur lesquels je veux juste au*

---

457 Lacan, J. (1969). *Le Séminaire, Livre XVII, L'envers…op.cit.* p. 35.

458 *Ibid*., p. 37.

PLUCHART, Sandra. La captologie comme outil d'influence : enjeux psychopathologiques et subjectifs - 2025

moins être curieuse je vais au moins chercher sur Google je passe pas par la pub, mais ça énerve ça me saoule de fou ».

Ce savoir qui l'insatisfait dans les propositions personnalisées s'alterne avec des contenus plus plaisants qui renvoient à une autre face du fonctionnement hystérique. Nous l'avons vu, les contenus plaisants pour Mme E sont par exemple des vidéos courtes exposants des bébés qu'elle qualifie de « *mignons* ». Même si elle nous témoigne d'une ambivalence sur le désir d'enfant « *j'ai un désir d'enfant mais tranquille* », elle nous rapporte une image vécue comme violente dans laquelle est montrée un enfant mort avec son père dans des décombres. Cette image provoque chez Mme E une identification au père fondamentalement castré, qui semble faire surgir chez elle sa propre castration et ici précisément une impossibilité d'ériger le père en idéal. Elle nous dit : « *Je pense que je me suis imaginée être parent et tenir la main de mon enfant mort quoi* ». En effet, selon Freud, la démarche hystérique est de soutenir le père afin d'éluder la castration qui autrement resurgirait chez l'hystérique par identification. Ainsi nous proposons l'hypothèse que le plaisir immédiat à voir des bébés en images permet à Mme E de soutenir la toute-puissance paternelle, s'illusionnant d'un d'enfant idéal venant boucher son manque-à-être.

Cette alternance entre plaisir et déplaisir immédiat à la vue de certains contenus dans les réseaux sociaux de Mme E nous font penser à la relation avec l'Autre primordial duquel le petit d'homme est en premier lieu totalement dépendant. Françoise Dolto à ce propos nous dit : « *Parce que le lait, on le prend mais il faut bien le rejeter aussi. Alors quand on prend, c'est bon, miam-miam, et quand ça n'est pas bon, on le rejette c'est mauvais, caca. Et c'est la vie !* »[459]. Cette alternance entre plaisir/rejet que nous déploie Mme E, pris dans une logique subjective hystérique rappelle pour autant le temps primaire du développement psychique. Les travaux de B.F. Skinner sur le conditionnement opérant montrent que l'alternance entre plaisir et déplaisir, pris dans une dimension aléatoire amène à un comportement conditionné du côté de l'addiction. Mme E relate parfaitement la dimension aléatoire des contenus : « *encore une fois y a un truc de Kombini et un autre truc de France inter qui parle de trucs différents et au milieu tu as une photo hyper violente comme ça et d'un autre coté c'est la réalité, fin moi je considère que Facebook, Twitter c'est un énorme mélange de pleins de trucs qui ont pas forcément à voir les uns aux autres et faut aussi gérer ç*a ». Mme E constate elle-même un sentiment d'addiction : « *hm j'aimerais pas forcément les quitter mais je pense que ça m'apporte des choses dans ma vie mais faut juste savoir bien doser si j'ai pas Instagram c'est parce que je trouve que je*

[459] Dolto, F. (1982). *Séminaire de psychanalyse d'enfants, Tome I*. Points. p. 21.

suis déjà assez addict à Facebook et Twitter fin surtout que c'est pas que je suis addict à mon téléphone mais je trouve que ça prend pas mal de place dans ma vie et je fais pas mal d'effort pour pas être trop sur cet écran mais en fait je me laisse tellement vite happer par des trucs débiles que du coup voilà donc j'aimerais pas supprimer totalement mais juste réussir à toujours garder toujours savoir doser en fait et pas que ça m'envahisse et que et que voilà quoi mais euh ». Le sentiment addictogène semble se jouer en déclenchant chez Mme E une alternance entre plaisir et déplaisir. Mais ce qui est spécifique à Mme E, c'est que cette alternance se déploie dans un fonctionnement hystérique.

En outre, que cette addiction se perçoive d'un point de vue béhavioriste ou d'un point de vue psychanalytique, nous constatons une position spécifique du sujet et notamment de Mme E, propre à la consultation des réseaux sociaux qui utilisent les technologies persuasives.

Nous retrouvons premièrement une mise en condition qui permet d'accéder à un spectacle scopique (et auditif) que Mme E qualifie de divertissant. Cette mise en condition, à savoir une extraction des stimuli extérieurs et une position allongée, proche du temps de l'endormissement est similaire aux conditions d'hypnose, au cours de laquelle les sujets se trouvent plus sensibles à la suggestion. Cet état favorise et participe d'une suspension temporaire de la division subjective et produit une analogie avec le temps mythique d'avant la castration symboligène. Ce retour artificiel à ce temps mythique a pour effets de réintroduire l'image d'un Autre vécu comme tout-puissant. Cette illusion spectaculaire déclenche ainsi une expérience magique de l'existence, mais dévoile aussi des phénomènes psychiques d'envie et d'agressivité du même ordre de ce que Lacan décrit dans le complexe d'intrusion. Un comportement de convoitise peut être ainsi mis en jeu, pris dans une logique de jouissance immédiate. Dans le cas de Mme E, le plus-de-jouir se fait entendre dans le discours. De ce fait, nous pouvons conclure par l'idée que le sujet et notamment le sujet névrosé trouve au sein des réseaux sociaux, une pratique qui lui permet de suspendre la division subjective sans passer par la production fantasmatique. Ce qui se joue se déroule à un niveau plus primaire de la psyché via des images non manquantes, sur lesquelles le désir semble d'éluder au profit de l'envie. Cependant, la logique fantasmatique se met à nouveau en place dès lors que le sujet sort de cet état analogue à l'hypnose.

5. En guise de conclusion

À l'appui de ces quatre cas cliniques, nous pouvons tirer des enseignements théoriques et ainsi répondre à nos hypothèses opérationnelles formulées antérieurement. Tout d'abord, nous pouvons affirmer que l'utilisation des réseaux sociaux est à tout coup singulière et se décline de manière différenciée en fonction des structures psychiques. Ainsi pour les deux participants dont nous pensons avoir identifié une structuration qui relève de la psychose, nous constatons une tendance vers l'usage des réseaux sociaux dans le but de rencontrer des petits autres tout en tentant d'exclure l'Autre autrement vécu comme persécutant. Néanmoins, la rencontre toute imaginaire de l'autre n'en éloigne pas moins le sentiment de persécution qui resurgit dès que l'image de l'autre en miroir révèle ne serait-ce qu'un tout petit peu d'altérité. L'autre apparait supportable, voire même recherché uniquement quand celui-ci revête une posture d'un Autre tout-imaginaire rappelant les premiers temps de la vie psychique tel que l'Autre primordial. En résulte une oscillation entre plénitude omnipotente archaïque et sentiment de persécution proche du mouvement proprement paranoïaque. À partir d'une situation clinique, Lacan déduit que la structure paranoïaque fonctionne de la manière suivante : « Si cette femme *est proprement une paranoïaque, c'est que le cycle pour elle comporte une exclusion de ce grand Autre. le circuit se ferme sur les deux petits autres qui sont : la marionnette en face d'elle qui parle, et dans laquelle résonne son message à elle, et elle-même qui, comme moi, est toujours un autre et qui parle par allusion* »[460]. Nous ne pouvons pas affirmer que les deux cas de psychoses étudiés dans notre recherche sont des cas purement de paranoïa. En revanche en nous appuyant sur les propos de Lacan, nous constatons une exclusion de l'Autre dans les réseaux au profit d'une tentative de restaurer un autre tout imaginaire. On peut déduire qu'il y a une tendance dans une paranoïsation du lien social dans l'usage des réseaux sociaux pour ces deux cas de psychose.

Nous constatons ainsi une différence d'utilisation du réseaux social pour les participantes que nous vous identifié du côté de la névrose. Là où dans la psychose, la tendance s'avérait du côté d'une tentative d'exclusion du grand Autre, celui de la Loi symbolique, introduisant la castration, dans les deux cas de névrose, il semble que ce soient les sujets eux-mêmes qui tentent de s'en défaire. L'Autre est dès lors reconnu pour chacune des participante mais on perçoit une tentative d'évitement de cet Autre grâce à l'utilisation du réseau social. Pour les deux participantes, cet évitement peut intervenir dans des moments

[460] Lacan, J. (1955-1956). *Le Séminaire, livre III, Les psychoses*. Seuil. 1981. p. 64.

solitude dans l'actuel. Cet évitement prend aussi des formes différentes en fonction de la structure de la névrose, de sorte que pour l'obsessionnelle cet évitement se traduit aussi par un refus de la demande émanant d'un Autre qu'elle peut rejouer dans le réseau social, notamment en choisissant de ne pas y répondre. Dans le cas de Madame E qui semble davantage dans un fonctionnement hystérique, l'évitement de l'Autre en tant qu'instance castratrice semble s'exprimer à travers la recherche d'informations. Elle ne cesse de chercher du savoir sur les réseaux sociaux, pour éviter de se confronter à son propre non-savoir, ses propres limites dans le savoir mais aussi dans le savoir de l'Autre.

Au-delà de l'utilisation distincte des réseaux sociaux en fonction de la structure, notre deuxième hypothèse opérationnelle peut elle aussi se confirmer : L'utilisation des réseaux sociaux occupe des fonctions particulières pour chaque sujet sur le plan psychique. En effet, bien que pour les quatre participants on peut voir des similitudes dans l'utilisation (le temps passé, les effets immédiats produits comme la détente ou autre), on constate que cette utilisation répond pour chacun à une ou plusieurs fonction(s) psychique(s) spécifique(s), prise dans l'histoire du sujet. Nous ne pourrons détailler de façon exhaustive toutes les fonctions qu'occupent les réseaux sociaux pour chacun au risque de donner une lecture répétitive. Nous nous concentrons ainsi sur un exemple princeps pour chaque cas. À ce titre donc, Monsieur G y voit une manière de restaurer son corps préalablement vécu comme défaillant. Monsieur H quant à lui perçoit dans les réseaux sociaux un moyen de rejouer son hypervigilance vis à vis de l'autre et trouve des manières (certes parfois fragiles) de rencontrer cet autre sous une forme qui lui soit soutenable notamment en éliminant l'aspect corporel de la rencontre. Madame I use des réseaux sociaux dans le but de rejouer des situations qu'elle peut contrôler, ce qui lui permet pour un temps de suspendre la demande de l'Autre, autrement vécue comme un surmoi envahissant. Madame E quant à elle utilise les réseaux sociaux notamment pour soutenir la posture paternelle et tenter de résoudre un conflit subjectif dans lequel elle est par ailleurs impliquée dans l'actuel (elle a tenté notamment de résoudre la crise familiale sans succès puisque ses parents se sont séparés).

Enfin, nous en arrivons à notre dernière hypothèse opérationnelle qu'est la suivante : l'utilisation des réseaux sociaux pourrait entraîner chez certains sujets, des effets psychopathologiques (trauma, addictions, agressivité, isolement etc.). Pour les participants que nous avons rencontrés, nous ne pouvons pas affirmer que les réseaux sociaux seuls produisent des effets psychopathologiques puisque pour chaque souffrance sur les réseaux sociaux exprimée s'intrique pour le sujet une histoire subjective spécifique qui résonne avec l'utilisation du réseau social. Néanmoins, nous pouvons dores et déjà déduire que pour certains sujets qui présentent des fragilités psychoaffectives, les réseaux sociaux, bien

qu'ils constituent une tentative de suppléer à leur difficulté ne semble pas résoudre le comportement ou attitude psychopathologique. Par exemple Monsieur H est toujours en proie à une forme d'isolement social dans l'actuel bien que cet isolement soit semble-t-il mieux toléré du fait des rencontres avec d'autres sur les réseaux sociaux. Il semble par ailleurs que certaines images peuvent être vectrices de symptômes analogues au psychotraumatisme de part les conditions de consultation, l'image venant faire effraction dans le psychisme de part la dimension inattendue mais d'autre part aussi car le sujet qui consulte les réseaux sociaux est dans une disposition psychique particulière, tout attentif aux images qui lui sont suggérées. C'est de cette façon que Madame I et Madame E relatent notamment le récit d'une image violente auxquelles elles ont été confrontées et qui a pu pour un temps les déstabiliser psychiquement. Finalement, on remarque que chez chacun des participant est relaté une énonciation autour d'une dimension addictive. Nous travaillerons en détail cet aspect dans une partie ultérieure, mais pour le moment nous pouvons dire que les sujets qui consultent les réseaux sociaux peuvent témoigner chacun à leur manière de symptômes analogues à une addiction, les empêchant parfois de mener leur vie comme ils le souhaiterait. Il conviendrait de différencier, dans une étude ultérieure, les mécanismes addictifs en fonction des réseaux locaux utilisés.

TROISIÈME PARTIE : DES RÉSEAUX SOCIAUX AU NEURO-POUVOIR

Dans cette dernière partie qui fait office de discussion, nous souhaitons prendre un peu de hauteur pour revenir au contexte sociétal actuel. Nous engagerons une réflexion sur les fonctions subjectives de l'usage des réseaux sociaux par les individus de notre modernité. Puis nous dégagerons ainsi des leçons sur les enjeux psychiques sous-jacents avant de tenter de répondre à l'interrogation suivante : qu'est ce que l'usage des réseaux sociaux nous dit de la manière dont se tisse (ou au contraire se trouve mis à mal) le lien social contemporain ?

Enfin nous pourrons nous écarter de la dimension purement psychopathologique pour présenter les coordonnées d'un nouveau dispositif de pouvoir que nous avons choisi d'appeler « neuro-pouvoir » qui s'exerce avec une force particulière dans les réseaux sociaux et qui domine tous ceux en usent. Nous pensons que ce dispositif de pouvoir peut dès lors expliquer certains comportements et attitudes, et en somme certaines positions subjectives que nous rencontrons que les individus contemporains.

CHAPITRE 1. FONCTIONS SUBJECTIVES DE L'USAGE DES RÉSEAUX SOCIAUX

1. Une fonction qui semble générale

Dès les *Études sur l'hystérie* publiées en 1895, à propos du cas d'Emmy Von N., Freud décrit l'état d'hypnose comme la combinaison de trois facteurs : « *Elle est parfaitement accessible à l'hypnose. Je place un doigt devant ses yeux et lui enjoins de dormir et elle se laisse tomber en arrière avec une expression de stupeur et de confusion mentale. Je lui suggère le sommeil, l'amélioration de tous ses symptômes, etc. Elle m'écoute les yeux clos, mais avec une grande et évidente attention* »[461]. Freud décrit ici la nécessité d'une ou plusieurs suggestions, venant déclencher un corps au plus proche du repos total, accompagné d'une attention accrue et concentrée envers un seul stimulus (ici la parole de Freud).

A cette époque, Freud travaille principalement avec l'hypnose. Dans l'un de ses premiers écrits, il évoque l'état corrélatif de l'hypnose démontré par Charcot, à savoir la gigantesque augmentation de l'excitabilité des centres sensoriels du fait de l'hypnose. Au cours de ses réflexions théoriques et face à la difficulté d'adapter ce dispositif thérapeutique avec chaque patiente, il va abandonner cette technique, préférant la méthode de l'association libre qui donnera lieu à la naissance de la psychanalyse. Néanmoins, il continuera au cours de sa théorisation à s'intéresser au phénomène hypnotique, en donnera des éléments de définition et en précisera les processus psychiques tout au long de son œuvre. Ainsi dans le texte *Psychologie des foules et analyse du moi* (1921), il nous indique plus précisément le lien entre l'hypnose et l'attention : « *L'hypnotiseur est pour l'hypnotisé le seul objet digne d'attention ; tout le reste ne compte pas* »[462]. Nous comprenons dès lors comment le corps et sa réalité peuvent être mis en arrière plan de l'investissement attentionnel (et du même coup libidinal) du sujet. L'attention se concentre sur un seul objet, ici pour Freud l'hypnotiseur. En outre, Freud nous indique comment l'hypnotiseur parvient à capter toute l'attention du sujet. Il convient que celui-ci incarne l'idéal du moi. L'idéal du moi est pour Freud, l'instance psychique qui permet au moi d'éprouver la réalité. Ainsi, si un objet incarne cet idéal du moi pour le sujet, tout ce qui sera pointé comme réel par cet objet, sera perçu comme la réalité par le sujet : « *Rien d'étonnant si le moi considère une perception comme réelle, lorsque l'instance psychique, chargée de soumettre les évène-*

[461] Freud, S. (1895). *Etudes sur l'hystérie*. PUF. p. 37.

[462] Freud, S. (1921). *Psychologie des foules et analyse du moi*. PUF Quadrige, 2011, p. 95.

ments à l'épreuve de la réalité, se prononce pour la réalité d'une perception »[463]. Cependant, dans une note de bas de page de ce texte « *Le moi et le ça* » (1923), il revient brièvement sur cette définition de l'idéal du moi. Ce qui permet d'accéder à la réalité de la perception ne semble pas être l'Idéal du moi (qu'il confond à ce stade avec le surmoi) mais plutôt le Moi lui-même : « *Que cette fonction appartienne, non au Sur-Moi, mais au Moi, rien ne paraît plus compatible avec les rapports existant entre celui-ci et le monde des perceptions* »[464]. En revanche, l'idéal du moi prend une autre définition qui permet de garder actuelles les réflexions sur l'hypnose et la place de l'hypnotiseur. Il incarne l'héritage d'une ancienne attitude de l'enfant à l'égard de ses parents : « *C'est un fait certain que l'enfant naguère admirait ses parents à cause de la perfection qu'il leur attribuait et que l'idéal du moi n'est que le résidu de cette ancienne attitude* »[465]. L'idéal du moi incarné notamment ici par l'hypnotiseur rend compte chez Freud d'une toute-puissance supposée par le sujet, à savoir donc, un être dépourvu de manque face à un sujet. En résulte une influence de celui qui incarne l'idéal du moi sur le sujet faisant advenir une sorte de paralysie de la volonté et des mouvements caractéristique de l'état hypnotique.

Depuis Freud, l'hypnose est considérée comme un : « *état de conscience incluant une focalisation de l'attention ainsi qu'une attention périphérique diminuée, caractérisé par une capacité accrue à répondre à la suggestion* »[466]. Dans l'hypnose est alors reconnue une capacité d'influence du sujet hypnotisé.

Cette définition générale de l'hypnose nous permet de rendre compte d'un possible élargissement de la situation hypnotique, au-delà du cabinet de l'hypnotiseur. Il existe certaines configurations qui permettent au sujet d'entrer dans un état de conscience modifiée, reproduisant les mécanismes de l'hypnose. C'est notamment dans *Psychologie des foules et analyse du moi* (1921) que Freud accole l'activité psychique de la foule avec l'état hypnotique : « *Comme dans le rêve et dans l'hypnose, l'épreuve par la réalité ne résiste pas, dans l'activité psychique des foules, à la force des désirs surchargés d'affectivité* »[467]. Ici encore, Freud nous informe que l'épreuve de la réalité s'avère secondaire, voire même suspendue, mais précise que ce mouvement s'éprouve du fait d'une augmentation de l'af-

---

463 Freud, S. (1923). Le moi et le ça. In : *Métapsychologie*. Paris : PUF. p. 271-272.

464 *Ibid*. p. 272.

465 *Ibid*. p.265-266.

466 Bioy, A. (2020). *L'hypnose.* PUF. p. 27.

467 Freud, S. (1921). *Psychologie des foules et analyse…op. cit.* p. 118-119.

fectivité. Cette affectivité exacerbée est de plus concomitante au surgissement de désirs. Nous nous gardons ici de comprendre le désir dans un sens lacanien, à savoir le désir en opposition à la jouissance. Il nous semble davantage équivaloir à la dimension de l'envie. La réalité ainsi ne résisterait pas face à l'augmentation de l'envie hautement chargée en affect, comme nous l'avons déjà par ailleurs souligné au cours de notre travail. Les travaux contemporains de Bioy confirment ceux de Freud : « *Par ailleurs, l'hypnose est considérée très exactement comme « une foule à deux », où le patient va se comporter envers son hypnotiseur comme un participant se comporte vis-à-vis du meneur* »[468]. Dans la foule, comme dans l'hypnose, le sujet expérimente à la fois une augmentation de l'affectivité concomitante à un rétrécissement de ses capacités intellectuelles. Pour Bioy, cela est dû notamment à une levée des inhibitions pulsionnelles que nous pouvons comprendre comme un retour à un état archaïque de l'existence. De plus, d'autres travaux, notamment en neurosciences, indiquent que l'état hypnotique se distingue du mode par défaut du cerveau, notamment responsable de la conscience de soi, du rappels de souvenirs, de la planification etc. : « *En cela, les neurosciences ne disent pas autre chose, qui montrent qu'il existe une différence entre l'état hypnotique, la rêverie, la distraction… mais aussi entre l'état hypnotique et le « mode par défaut » (resting state), c'est à dire l'activation complexe du cerveau qui intervient lorsque l'on ne fait rien* »[469]. Là encore, nous pouvons y voir un retour à un état archaïque, voire l'état d'infans, lorsque le petit d'homme n'est pas encore en usage du langage.

En outre, Freud rapproche l'hypnose de l'état amoureux du fait d'un mouvement d'idéalisation dirigé vers la personne aimée : « *Il est même évident que l'objet sert à remplacer un idéal que le moi voudrait incarner dans sa propre personne, sans réussir à le réaliser* »[470] puis il ajoute que cette idéalisation renvoie à l'idéal du moi : « *Toute la situation peut être résumée dans cette formule : L'objet a pris la place de l'idéal du moi* »[471]. Ainsi pour Freud : « *Il semblerait plus indiqué d'expliquer l'état amoureux par l'hypnose que de suivre la voie inverse* »[472]. En revanche dans l'hypnose, Freud reconnaît une absence de tendances sexuelles : ce qui d'ailleurs, pour lui, produit un attachement plus du-

---

468 Bioy, A. (2008). Sigmund Freud et l'hypnose : une histoire complexe. *Perspectives Psy.* p. 178.

469 Bioy, A. (2024). *L'Hypnose…op. cit.* p. 34.

470 Freud, S. (1921). *Psychologie des foules et analyse…op.cit.* p. 101.

471 *Ibid*. p.102.

472 *Ibid*. p.104-105.

rable à l'objet, car la satisfaction des tendances sexuelles aboutit à une baisse de l'investissement de l'objet en tant qu'idéal. Cette absence de tendances sexuelles semble concorder avec ce qu'il décrit de la foule. En effet pour Freud dans l'amour (et du même coup dans l'hypnose), l'investissement de l'objet, comporte des tendances narcissiques : « *Nous voyons nettement que l'objet est traité comme le propre moi du sujet et que dans l'état amoureux une certaine partie de la libido narcissique se trouve transférée sur l'objet. […] On aime l'objet pour les perfections qu'on souhaite à son propre moi et on cherche par ce détour à satisfaire son propre narcissisme* »[473]. Les tendances narcissiques investies ici qui sont elles-mêmes présentes dans les premiers temps de la vie subjective, suggèrent, pour l'état amoureux comme pour la foule, le retour à un état primaire.

Dans notre contemporanéité, il apparaît évident de constater une configuration similaire à ce qui se joue pour la foule ou dans l'amour. L'usage des réseaux sociaux basés sur les technologies persuasives semble produire les mêmes caractéristiques psychiques pour le sujet. Madame I. dont nous avons déjà analysé le discours montre bien comment son état est analogue à l'hypnose : « *Je sais pas si je suis pas sûre de l'associer à de la détente, de la détente physique parce que c'est le moment de la journée où je m'assois* » par opposition à « *En fait il concentre mon attention* ». Cette attention semble tournée vers chaque contenu dans le réseau social : « *je vais penser à rien mis à part à ce que je suis entrain de faire* ». Nous voyons ici ce que décrit Bioy concernant l'hypnose : « *du point de vue neurophysiologique, l'état hypnotique consiste à activer en même temps deux circuits pourtant distincts : celui de la détente et celui de l'attention* »[474]. D'autres participants à cette recherche témoignent également d'un vécu semblable à l'état hypnotique. Bioy décrit notamment qu'une des caractéristiques de l'hypnose est une perception du corps altérée accompagnée d'une désorientation temporo-spatiale : « *l'hypnose cause une modification de l'orientation temporo-spatiale : ce qui est éprouvé est une altération dans la façon dont les sujets perçoivent leurs ressentis corporels et la position de leur corps dans l'espace […] La perception du temps se trouve également altérée, qu'elle soit étirée ou contractée* »[475]. Monsieur X, lui-même influenceur, évoque cette perception altérée du corps associée par ailleurs à de la détente : « *je pense que mon corps est déconnecté parce que je suis juste là pour me détendre en fait* ». De son côté, Madame L, que nous n'avons

---

[473] *Ibid*.

[474] Bioy, A. (2020). *L'hypnose…op. cit*. p. 31.

[475] *Ibid*.

pas analysé de manière exhaustive, témoigne de cette désorientation à la fois temporelle et spatiale, produite par l'usage des réseaux sociaux : « *Je pense qu'il y a quand même un évitement de.. enfin ..pas un évitement ou une fuite ..ou en tout cas un moyen de pas être au présent quoi... c'est quand même une échappatoire ..c'est ni dans l'ici ni dans le maintenant* ». Ces vignettes cliniques dont nous pourrions encore démontrer les caractéristiques hypnotiques pour chacun des cas, peuvent nous éclairer sur l'énigme que constate Freud en 1921 : « *Sous beaucoup de rapports, l'hypnose est encore difficile à comprendre et se présente avec un caractère mystique* »[476]. Il précise que ce qui rend énigmatique l'hypnose, c'est surtout ce qu'il nomme une condition inconnue qui pourtant s'avère essentielle dans l'établissement chez le sujet de ce qu'il appelle : « *la pureté des attitudes libidinales* »[477].

Quelle est la condition permettant au sujet de diriger toute son énergie libidinale vers l'hypnotiseur ? Freud nous donne évidemment là encore quelques pistes sur les processus qui permettent la condition de l'entrée dans l'hypnose : « *Pendant que l'hypnotiseur évite d'attirer sur ses intentions la pensée consciente du sujet est que celui-ci se plonge dans une attitude au cours de laquelle le monde doit lui apparaître comme dépourvu d'intérêt, toute son attention se trouve, sans qu'il ne s'en rende compte, concentrée sur l'hypnotiseur* »[478]. Cette description n'est pas sans rappeler les travaux de Kaptein sur le profilage implicite qui induit un détournement de l'individu du but recherché par les applications de réseaux sociaux pour capter l'attention et détourner l'individu de son environnement actuel. Freud précise même que c'est ce détournement qui permet de concentrer la libido vers l'hypnotiseur : « *les méthodes d'hypnotisation indirectes ont donc pour effet […] d'empêcher certaines dissociations de l'énergie psychique* »[479]. De plus, un monde soudainement vécu comme sans intérêt peut induire pour Freud, une plongée du sujet dans l'hypnose. L'hypnotiseur peut-il agir sur le monde du sujet pour le rendre sans intérêt ? Bioy indique en tout cas qu'un tiers a un rôle d'agent pour faire entrer le sujet dans l'état d'hypnose : « *La pratique de l'hypnose implique que quelqu'un agisse sur le contexte actuel pour permettre à un sujet d'entrer dans un état hypnotique* »[480].

---

476 Freud, S. (1921). *Psychologie des foules et analyse du moi*. PUF Quadrige, 2011, p.96.

477 *Ibid*., 97.

478 Ibid., p. 95-96.

479 *Ibid*., p. 96-97.

480 Bioy, A. (2020). *L'hypnose…op. cit.* p. 29.

PLUCHART, Sandra. La captologie comme outil d'influence : enjeux psychopathologiques et subjectifs - 2025

L'attirance vers un objet accessoire et le désintérêt du monde sont en réalité deux éléments d'une même configuration dans la mise en condition d'un sujet dans un état hypnotique : « *En réalité, ce procédé ne sert qu'à détourner et à fixer l'attention consciente. C'est comme si l'hypnotiseur disait au sujet : maintenant que vous ne vous occupez que de ma personne, le reste du monde est dépourvu de tout intérêt* »[481]. Dès lors, un sujet pris dans une dimension telle que le monde lui apparaît sans intérêt aura sans doute une propension plus grande à fixer la libido vers un objet qui le détourne de l'investissement du monde extérieur. C'est pourquoi certaines conditions qui permettent l'hypnose sont notamment l'abaissement de stimuli externes.

Le dispositif mis en place dans les réseaux sociaux relève ainsi de la démarche d'un hypnotiseur toujours prêt à proposer ses services, dès lors que le sujet se trouve dans une condition d'existence où les investissements extérieurs s'abaissent, où l'intérêt pour le monde se suspend. Les participants à notre recherche décrivent cette suspension, volontaire ou non de l'intérêt vis-à-vis de leur environnement et qui favorise la focalisation de l'attention vers les réseaux sociaux. Madame E s'exprime ainsi : « *Finalement, dans mon lit, avant de me coucher, c'est le moment où, quand je suis toute seule, c'est le moment où je peux regarder des trucs un peu avec du son ou finalement ouais euh finalement, c'est en tout cas un moment où je suis posée.. avec ..seule* ». L'influenceur X, de la même manière décrit ce mouvement : « *Y'a des fois forcément j'ouvre pour ouvrir parce que j'ai un temps de libre, parce que je suis posé, je suis tranquille* ». Cependant, la suspension de l'intérêt pour l'extérieur lors de période où le sujet est moins sollicité ne nous semble pas être l'unique condition qui le pousse vers les réseaux sociaux. Les participants, chacun à leur manière, témoignent d'autres raisons qui semblent les pousser à suspendre l'intérêt pour le monde extérieur. L'influenceur X nous dit ainsi : « *Parce que c'est dur d'être un jeune papa c'est dur des fois euh c'est pas facile la vie de couple non plus tous les jours et puis bah après ça de toute façon je dis des fois mais la vérité c'est que des fois on a besoin de déconnecter d'avoir juste sa petite bulle d'intimité ou euh ou soit on va être sur les réseaux* ». De son côté, Monsieur P énonce que les réseaux sociaux lui servent de la façon suivante : « *Hmm bah me vider l'esprit euh, à faire un peu un espace de sous-pape euh entre les différentes choses parce que je sais que des fois quand j'ai du mal à enchaîner, à passer d'une action à une autre* » *qu'il justifie ainsi : « En fait j'ai pas envie d'être juste là seul avec mes pensées et mon besoin de faire des choses* ».

---

[481] Freud, S. (1921). Psychologie des foules et analyse…*op. cit.* p. 95-96.

Nous voyons ainsi comment il y a dans l'usage des réseaux sociaux d'abord une mise en condition et une fonction qui rappellent l'état hypnotique. Freud décrit aussi un sujet dans une situation d'impuissance : « *Une de ses particularités, consiste dans une sorte de paralysie de la volonté et des mouvements, paralysie résultant de l'influence exercée par une personne toute-puissante sur un sujet impuissant* »[482]. Si, dans le discours des participants, nous ne pouvons trouver l'idée d'un sujet impuissant, il est cependant possible que certains sujets en éprouvent le sentiment sans que celui-ci soit une disposition majoritaire. En effet Lacan précise le rapport entre l'idéal du moi et le moi idéal, tout en les distinguant : « *L'idéal du moi, en tant que parlant, peut venir se situer dans le monde des objets au niveau du moi idéal, soit au niveau où peut se produire cette captation narcissique* »[483]. Nous pouvons supposer que, dans la situation hypnotique spécifique aux réseaux sociaux basés sur les technologies persuasives, la position du dit « hypnotiseur », ici non pas un individu mais une interface numérique, est de mettre en avant des contenus qui répondent plutôt à la logique du Moi Idéal. Dans les années vingt, Freud remarque une autre disposition dans la foule hypnotisée qui est un état de régression: « *Tous ces caractères et d'autres analogues, dont Le Bon nous a donné une description si impressionnante, représentent à n'en pas douter, une régression de l'activité psychique vers une phase antérieure que nous ne sommes pas étonné de trouver chez l'enfant et chez le sauvage* »[484]. Puis Freud nous met sur la voie d'une autre instance incarnée par l'hypnotiseur qui ne serait pas l'idéal du moi mais relèverait de la dimension du regard comme filtre permettant d'accéder à l'hypnose : « *comment l'hypnotiseur, qui possède cette force [mystérieuse], la manifeste-t-il ? En ordonnant à la personne de le regarder dans les yeux ; il hypnotise de façon typique avec le regard* »[485]. Comme dans la magie, Freud pare l'hypnotiseur d'une force énigmatique et mystérieuse et de la captation de toute l'attention du sujet par le regard. Situation qui n'est pas sans nous rappeler la description du frère de lait par Saint Augustin. Pour Freud, la mise en condition serait donc un autre qui pose le regard sur le sujet, mais un regard dominant, ordonnant. Finalement dans la remarque de Saint Augustin à propos du frère de lait, ne devrait-on pas y voir une analogie ? Le dispositif mis en place dans les réseaux sociaux pourrait-il incarner ce frère de lait, tout jouisseur arborant un re-

---

[482] Freud, S. (1921). *Psychologie des foules et analyse du moi*, PUF Quadrige, 2011, p 96.

[483] Lacan, J. (1954-1955). *Le Séminaire, Livre II : Le moi dans la théorie de Freud et dans la technique de la psychanalyse.* Seuil. p. 214.

[484] Freud, S. (1921). *Psychologie des foules et analyse du moi*. PUF, coll. Quadrige, 1981, p. 22-23.

[485] *Ibid*., p. 96-97.

gard dominateur, narguant et fier, dirigé vers le sujet sevré et du même coup frustré mais non pas impuissant ? Ce regard-là ne serait-ce pas justement, l'incarnation de cet autre dominant, tout-puissant qui prendrait la place non pas de l'idéal du moi mais bien plutôt du moi idéal ? En effet, Lacan décrit le moi idéal comme étant une apparente maîtrise de l'image du miroir, image de l'autre, qui semble totale qu'il nomme : « *une maîtrise idéale. C'est le moi-idéal* »[486]. Nous pourrions penser le système persuasif personnalisé du réseau social comme un dispositif permettant une hypothétique reconquête de cette place du moi idéal. Pour Freud le sujet est en permanence en quête de retrouver cet état qui correspond au narcissisme primaire et c'est justement l'introduction de l'idéal du moi venant de l'extérieur, comme épreuve de réalité, qui éloigne le sujet de cet état. La personnalisation des contenus implique justement l'établissement d'un dispositif non extérieur, bouclé sur le sujet lui-même qui correspond davantage à l'instance du moi idéal. Enfin, Lacan appuie cette distinction en nous rappelant ce qu'il en est de l'amour (un état hypnotique selon Freud rappelons-le) : « *L'amour est un phénomène qui se passe au niveau imaginaire, et qui provoque une véritable subduction du symbolique, une sorte d'annulation, de perturbation de la fonction de l'idéal du moi. L'amour rouvre la porte - comme l'écrit Freud, qui n'y va pas avec le dos de la cuillère - à la perfection* »[487].

La question que nous pouvons désormais nous poser, après avoir décrit les processus psychiques qui semblent intervenir dans la mise en condition du sujet lors de son usage des réseaux sociaux est la suivante : Quelle peut être la fonction de cet état dans lequel se plonge volontairement le sujet qui consulte les réseaux sociaux ?

Puisque nous avons identifié l'instance psychique plus proche de la dimension du moi idéal que de l'idéal du moi dans l'hypnose, nous avons un indice de la fonction que peut occuper cette disposition dans laquelle se met le sujet. Freud souligne que pour tout être humain le type narcissique a pour caractéristiques un monde clos, fermé sur lui-même, pleinement satisfaisant. Il y aurait donc une satisfaction à saisir par l'esprit, ou plutôt ici par le regard fasciné, un être plein, c'est-à-dire dépourvu de manque. Quelle satisfaction cela peut-il produire ? Quelle en est sa nature et à quelle fonction psychique celle-ci peut-elle répondre ?

On pourrait tout d'abord penser cette fonction comme une tentative du sujet de revenir à un état primitif comme celui où l'infans pense l'autre, et du même coup lui-même

---

[486] Lacan, J. (1954). *Le Séminaire, Livre I, Les écrits…op. cit.* p. 170.

[487] Ibid. p. 162.

dans cet état de toute-puissance. Cette situation peut produire une fonction auto-calmante satisfaisante quand le sujet croit éprouver la jouissance de cet état, notamment au moment du nourrissage accompagné d'une interaction avec l'Autre primordial, tout-puissant, décidant de combler son besoin. En effet, Freud une fois encore appuie cette idée : « *M. Ferenzci a raison de dire qu'en adressant au sujet l'ordre de dormir, qui sert d'introduction à l'hypnose, l'hypnotiseur prend aux yeux de celui-là, la place des parents* »[488]. L'hypnotiseur, tout comme les parents dans les premiers temps de l'existence semblent être en possession d'une force mystérieuse, d'un caractère magique, tout-puissant mais aussi rassurant pour le petit d'Homme encore complètement dépendant de sa volonté.

Nous voyons ici clairement la raison pour laquelle l'usage des réseaux sociaux peut arriver à suspendre le libre arbitre et influencer le sujet[489]. Cette diminution de la capacité de jugement peut être reportée au temps primitif de l'existence, celui au cours duquel le petit d'homme n'a d'autre choix que de s'abandonner à l'Autre primordial qui prend les décisions pour lui afin d'assurer notamment sa survie. L'Autre ici ne semble plus faire altérité mais semble davantage dans une préoccupation maternelle primaire, contenante et réconfortante. Lacan précise cet état grâce au concept de l'objet a : « *La seule chose qu'on ne voit pas dans l'hypnose, c'est justement le bouchon de la carafe lui-même ou le regard de l'hypnotiseur, à savoir la cause de l'hypnose. La cause de l'hypnose ne se livre pas dans les conséquences de l'hypnose* »[490]. Dans l'hypnose, la cause, en tant qu'objet est comme suspendue. Dès lors nous pouvons supposer l'une des incidences de l'usage des réseaux sociaux, à savoir une suspension de l'orientation du sujet par le désir, en faisant fi de la castration, par un retour à la toute-puissance infantile que décrit notamment Freud dans sa célèbre formule : « *His majesty the baby, celui que l'on croyait être jadis* »[491].

L'illusion du retour à ce temps mythique dans l'usage des réseaux sociaux peut remplir une fonction auto-calmante, tel l'image de l'Autre maternel berçant le sujet pour l'endormir après la jouissance de son repas[492]. Les différents participants reconnaissent à ce propos un sentiment de détente immédiate qu'elle soit physique ou psychique : « *j'ai besoin d'avoir un moment entre ou euh un moment cool, un moment de repos* » nous dit

---

488 Freud, S. (1921). Psychologie des foules et analyse du moi, PUF, coll. Quadrige, 1981, p. 97-98.

489 Bioy, A. (2020). *L'hypnose… op. cit.*

490 Lacan, J. (1962-1963). *Le Séminaire, Livre X, L'angoisse*. Seuil. p. 132.

491 Freud, S. (1914). *Pour introduire le narcissisme… op. cit.* p. 65.

492 Nous pouvons ici faire un parallèle avec la massivité des contenus de nourriture ou encore des contenus de bébé animaux dans les réseaux sociaux.

Monsieur P. « *Je pense que ça me détend de manière un peu abrutissante* » : nous énonce Madame E. Cet abaissement des tensions, comme nous l'avons souligné précédemment est associé à une suspension des investissements du monde qui pour certains ou par moment pourraient à contrario réactiver une forme d'angoisse de castration ou de perte d'objet. Mais si cette première fonction semble unanimement partagée par les participants, nous supposons qu'il existe d'autres incidences qui relèvent de la structuration psychique et de la position subjective et viennent répondre de manière singulière en fonction de ce que chaque sujet a pu traverser dans son existence.

2. Un vacillement du temps vécu, un premier effet partagé

Après avoir pointé la première fonction qui semble partagée par l'ensemble des participants rencontrés au cours de cette recherche, nous pouvons établir maintenant quelques effets de cette mise en condition. Nous avons évoqué jusqu'alors le sujet dans l'illusion de la position du moi idéal, face à un Autre tout-puissant. Nous avons également relevé sans y prêter pour le moment davantage attention, que cet Autre s'avère ordonnant dans l'hypnose. Le sujet dans sa consultation des réseaux sociaux est-il lui aussi face à un Autre qui ordonne ? Rappelons que Freud en 1921 confond encore l'idéal du moi et le surmoi. Le surmoi en tant que tel a-t-il une place et opère-t-il un effet chez le sujet qui consulte les réseaux sociaux ? C'est ce que nous allons maintenant explorer.

Freud nous raconte comment selon lui, on peut espérer faire entrer un sujet dans un état d'hypnose : « *La meilleure manière de procéder est la suivante : on assied le malade dans un siège confortable, on le prie d'être tout à fait attentif et, désormais, de ne plus rien dire* »[493]. À la lumière de la théorie lacanienne, nous posons que le sujet sous hypnose est imposé de ne plus *se faire entendre.* Le sujet est induit dans un état au cours duquel le découpage de la voix en tant qu'objet est suspendu. La seule voix audible et qui répond au premier temps pulsionnel d'*entendre* est donc celle de l'hypnotiseur. La parole de l'hypnotiseur est seule vectrice de suggestion.

Le sujet en situation d'hypnose est tenu de ne plus s'énoncer et ainsi de ne plus se soutenir de sa propre énonciation. Il ne prend plus position dans sa propre chaîne signifiante. Cette place attribuée au sujet n'est pas sans rappeler ce que Lacan nous signale comme « *l'étape idéale primaire* »[494]. En effet, l'Autre, lors de cette dite *étape* se trouve en

---

[493] Freud, S. & Breuer, J. (1895). *Études sur l'hystérie*. PUF, Quadrige, 2018. p. 45-46.

[494] Lacan, J. (1958-1959). *Le Séminaire, Livre VI… op. cit.* p. 443.

position d'*Autre réel*, à savoir pour Lacan un Autre : « *tout-puissant pour répondre à la demande* »[495]. L'hypnotiseur se positionne à l'image idéale de cet Autre tout-puissant. La situation hypnotique réduit le sujet à la place suivante : le sujet est suspendu à l'Autre (l'hypnotiseur) comme lieu de la parole et lui suppose un pouvoir de réponse à sa demande.

Cette pré-position primaire est concomitante pour Lacan à la présence d'un « *surmoi maternel archaïque* » à différencier du surmoi issu du *complexe d'Œdipe*. Ce surmoi maternel s'origine des effets d'introjection et des effets d'interdiction[496]. C'est précisément la voix qui permet de l'introduire. Dans l'hypnose, tout ce passe comme si l'Autre faisait retour dans le réel comme prémisse de l'instance surmoïque, que Lacan identifie du côté de *la grosse voix* : « *La grosse voix par exemple, est à faire entrer en jeu dans la formation de l'instance du surmoi, où elle représente l'instance d'un Autre se manifestant comme réel* »[497]. D'un côté, nous avons un Autre avec un regard ordonnant, et maintenant ici, un Autre avec une grosse voix qui ordonne à son tour.

Si l'hypnotiseur prend la place de l'Autre tout-puissant du premier rapport du sujet à l'Autre, Lacan le formule de manière plus précise dans le *Séminaire XI*. La place de l'hypnotiseur réside ainsi dans une superposition de l'objet a avec l'idéal du moi. Cette état produit pour Lacan une disparition du a en tant que manque[498]. L'objet a en tant que béance causale n'apparaît nulle part, alors le sujet se situe du coté du tout spéculaire dans le miroir. L'hypnotiseur est-il précisément à confondre avec l'Autre maternel omnipotent ? Nous laissons pour le moment cette question en suspend pour nous concentrer sur un premier effet partagé de cette place induite au sujet.

L'hypnose utilise la voix semblable à l'Autre archaïque et diffuse une sonorité continue que le sujet se doit uniquement *d'entendre.* Cet état est notamment décrit par madame E lors de notre rencontre : « *quand je suis toute seule c'est le moment où je peux regarder des trucs un peu avec du son ou fin ouais euh fin c'est en tout cas un moment où je suis posée avec seule, ou je peux mettre du son et tout ça* ».

Cet état produit dès lors des effets notamment dans le rapport du sujet au temps. Dans notre recherche, nous avons repéré une altération du temps vécu au cours du moment

---

[495] *Ibid*.

[496] *Ibid*. p. 493.

[497] Lacan, J. (1959). *Le Séminaire, Livre VI… op. cit.* p. 458.

[498] Lacan, J. (1964). *Le Séminaire, Livre XI, Les quatre…op.cit.* p. 132.

hypnotique dans la consultation des réseaux sociaux. Bioy décrit un effet de la condition hypnotique : « *La perception du temps se trouve également altérée, qu'elle soit étirée ou contractée »*[499]. L'altération du temps vécu est le signe d'une perturbation métapsychologique au niveau du surmoi. Le silence, introduit par l'objet voix comme coupure et matérialisée par le surmoi interdicteur, régulateur de jouissance, est ce qui permet au sujet d'accéder à la temporalité. Plusieurs participants (nous ne les citerons pas tous pour des raisons de concision) témoignent de ce rapport perturbé au temps. Madame L, que nous n'avons pas analysé de manière exhaustive, décrit cette désorientation à la fois temporelle et spatiale, produite par l'usage des réseaux sociaux : « *Je pense qu'il y a quand même un évitement de… enfin… pas un évitement ou une fuite… ou en tout cas un moyen de pas être au présent quoi... c'est quand même une échappatoire… c'est ni dans l'ici ni dans le maintenant* ». Monsieur X l'influenceur remarque de son côté une perte de temps : « *je pense que ça nous met moins focus sur nos, sur nos objectifs parce que on perd du temps en fait des fois à être sur les réseaux* ». Monsieur P quant à lui nous évoque véritablement un sentiment de désorientation : « *Et puis ça peut mener aussi à y passer plus de temps que ce qu'on aura envie parce que on se rend pas compte du temps qu'on y passe* ». Madame I a identifié de son côté une contraction du temps qu'elle utilise à profit : « *Euh quand je prenais le train oui ça pouvait être dans le train mais du coup c'est plus pour faire passer le temps de l'ennui* ». Enfin elle exprime repousser certaines activités : « *peut-être perdre un peu de temps sur ce que je pourrais consacrer ailleurs* ».

Globalement les participants ont évoqué cette question de désorientation temporelle. Ce qui est néanmoins frappant quand nous avons fait un lien entre l'état psychique des participants sur les réseaux sociaux et l'hypnose, c'est qu'il ne semble pas avoir la présence d'un hypnotiseur en particulier. Aucun participant ne nous a parlé d'une personne singulière dans les réseaux sociaux en qui l'investissement attentionnel serait important voire massif pour capter l'attention. Nous soutenons ainsi que l'hypnotiseur n'a pas besoin d'être une personne effective. La voix de l'hypnotiseur peut ainsi être équivalente au son continu présent dans les réseaux sociaux, de la notification reconnaissable à la musique qui accompagne chaque vidéo courte. Les réseaux sociaux confèrent ainsi une nouvelle forme d'hypnose qui se met en place sans hypnotiseur. En effet, on perçoit la dimension de l'absence de la coupure via l'objet voix, et la permanence de la voix.

---

[499] Bioy, A. (2020). *L'hypnose…op. cit.* p. 31.

Ainsi, si le surmoi est présent dans l'hypnose et dans les conditions de consultation des réseaux sociaux, ce n'est pas en tant qu'instance issue du complexe d'Œdipe, mais bien plutôt en tant que *surmoi maternel archaïque*, qui témoigne du premier rapport du sujet à l'Autre.

3. Une hypnose spécifique : l'auto-hypnose et permutabilité des place hypnotiseur et hypnotisé

Le sujet n'a nul besoin d'hypnotiseur pour retrouver l'état primaire que nous décrivons. Jusqu'ici, nous pourrions nous objecter la spécificité de ce mouvement par l'existence de l'auto-hypnose. Il est connu de tous dans notre modernité que le sujet peut pratiquer l'hypnose seul, sans hypnotiseur. L'auto-hypnose est définie par Bioy comme une utilisation des protocoles d'hypnose sans une tierce personne[500]. Comme nous l'avons vu précédemment, pour rentrer en état d'hypnose (ou d'auto-hypnose) il suffit qu'un individu se trouve ou se mette lui-même dans une configuration où il confond *l'objet a* avec : « *le signifiant idéal* »[501], pour reprendre la formalisation de Lacan. Alors en quoi la consultation des réseaux sociaux diffère-t-elle précisément de l'auto-hypnose ?

Tout d'abord, dans l'auto-hypnose, c'est le sujet qui met volontairement au devant de sa perception (qu'elle soit visuelle, tactile ou auditive) ce point de confusion entre le a et l'idéal, dans l'image. Cette mise en condition implique l'émergence d'une fascination du sujet pour l'idéal, dépourvu de manque, rappelant ainsi la position archaïque du moi-idéal dans le miroir.

En effet, un certain discours sur l'auto-hypnose, issu du développement personnel prône un dépassement des limites de notre constitution d'être humain : « *Vos capacités dépassent votre imagination : l'auto-hypnose vous les restitue* »[502]. L'auto-hypnose flirte même, au sein de ces sphères avec une dimension magique : « *Quel que puisse être le problème, nous restons les uns et les autres dotés de capacités de transformations personnelles si vastes qu'elles peuvent parfois dépasser l'entendement* »[503]. Nous percevons ici

---

[500] Bioy, A. (2013). Découvrir l'hypnose. InterEditions. Disponible sur : https://stm.cairn.info/decouvrir-l-hypnose-2e-ed--9782729612733-page-5?lang=fr [Consulté le 02.09.25]

[501] Lacan, J. (1964). *Le Séminaire, Livre XI, Les quatre… op. cit.* p. 304.

[502] Doridot, J. (2017). Pratiquer l'auto-hypnose au quotidien : Une méthode pour vivre mieux à la portée de tous. InterEditions. p. 1.

[503] *Ibid*.

comment le sujet se trouve plongé dans cette fascination aux ressorts magiques, le renvoyant à un sentiment d'omnipotence infantile, porté par le moi-idéal.

Au sein des réseaux sociaux, les participants que nous avons rencontré peuvent mettre en avant ce discours. Madame E nous explique ainsi que les réseaux sociaux comportent « *des côtés trop bien, magiques* » et Monsieur H nous parle d'infinité extraordinaire : « *Et le numérique apporte ça c'est un océan infini donc à un moment donné quand on est passionné par pleins de choses, c'est un monde, c'est extraordinaire* ».

Cependant, l'auto-hypnose par les réseaux sociaux comporte au moins une spécificité. Cette dernière réside dans une permutation des places hypnotiseur-hypnotisé. L'absence effective d'hypnotiseur peut faciliter cette permutation. Nous identifions au cours des entretiens un sujet qui décrit parfaitement ce mouvement de permutabilité. Monsieur X consulte fréquemment les réseaux sociaux mais à la différence des autres participants, il en a fait son métier : il s'identifie et est reconnu comme *influenceur*. Il indique s'être : « *prêté au jeu, tout simplement* » rappelant ainsi comment il se met en scène en promotion de soi par des publications sponsorisées. Par ce « *jeu* », Monsieur X peut : « *créer des contenus de qualité* » mais aussi masquer ce qu'il souhaite : « *[les problèmes] ça doit rester intime je pense ». Il semble donc très conscient du fonctionnement des réseaux sociaux : « Les réseaux sociaux sont des images faites par les gens, donc les gens décident de l'image qu'ils font et décident de l'image qu'ils renvoient et les gens la plupart du temps 95% du temps veulent refléter une belle image d'eux donc ils vont pas nous montrer la réalité. La réalité c'est les mauvais côtés c'est tout ce qui va avec* ».

Malgré cette conscience et cette utilisation spécifique des réseaux sociaux du fait de son métier, Monsieur X s'est imposé une rigueur. Il s'oblige à aller sur les réseaux sociaux : « *dans un but bien précis* » à savoir créer, gérer et jouer avec le contenu et les images selon son désir. Il pourrait, sans cette rigueur changer de place et céder à l'auto-hypnose : « *Non des fois j'ouvre euh la plupart pour des choses précises je sais ce que je vais faire, est-ce que par exemple telle marque m'a écrit, est ce qu'elle m'a répondu, est ce que tel ami avec qui je parlais de ça il m'a répondu, et euh mais voilà bah y'a des fois forcément j'ouvre pour ouvrir parce que j'ai un temps de libre, parce que je suis posé je suis tranquille et voilà tout simplement mais j'essaye le moins possible quoi* ».

Cette tentative de résistance à l'auto-hypnose témoigne de la difficulté à contrôler la permutabilité des places entre hypnotiseur et hypnotisé. La conception des réseaux sociaux est en partie responsable ici comme nous l'avons déjà démontré en première partie de ce travail. Mais nous pouvons proposer une lecture de cet état par la théorie lacanienne :

« *Vous saisissez du même coup la fonction du regard dans l'hypnose, qui peut être remplie en somme par un bouchon de cristal, ou n'importe quoi, pour peu que ça brille* »[504]. Cette fascination peut ainsi être tout-à-fait produite par le sujet lui-même avec une facilité qui le surprend du même coup. Il est attrapé par les données qu'il a lui même fournies pour s'hypnotiser.

Si nous venons de montrer comment la particularité de l'hypnose dans les réseaux sociaux qui se distingue de l'auto-hypnose, nous sommes encore loin d'avoir pu décrire sur le plan psychanalytique à quelle position psychique cet état renvoie le sujet. Comme nous le dit Monsieur X les réseaux sociaux peuvent renvoyer à un sentiment d'auto-satisfaction en dehors d'une prise dans la réalité : « *ma petite bulle euh, ma petite bulle en dehors de euh hors-sol on va dire ça* ». À quelle place la consultation des réseaux sociaux met-elle précisément le sujet ? Quels sont les effets psychiques de cette place ?

4. Deux modalités de fascination hypnotique

4.1. **Première modalité de fascination : Le complexe d'intrusion**

Le sujet sur les réseaux sociaux fait face à un Autre tout-puissant et réel rappelant le premier rapport du sujet à l'Autre. Ce premier temps où l'Autre s'avère omnipotent est accompagné de la réponse cri du petit d'homme qui le transforme en demande. Ce temps logique, vient introduire un décalage entre la demande du sujet et la réponse de l'Autre, en principe jamais tout-à-fait accordée. Lacan indique ce temps comme générateur des premières satisfactions et frustrations : « *ceci est destiné à engendrer toute la palette des expériences réelles du sujet qui vont s'inscrire dans un certain nombre de réponses, gratifiantes ou frustrantes* »[505]. L'auto-hypnose, renvoyant à une dimension magique, à l'illusion d'un dépassement des limites de nos conditions d'être humain n'est pas une configuration nouvelle ni étrangère au sujet. L'Autre dans son premier rapport au sujet n'est pas encore barré, il est toujours omnipotent et renvoie à cette dimension magique. Nous voyons que l'expérience des sujets que nous avons rencontré se rapprochent de ce temps mythique. Lacan fait de ce sujet en face d'un Autre non barré un : « *sujet primitif de la connaissance* »[506] qui s'affronte avec l'autre pour obtenir l'objet de jouissance.

---

[504] Lacan, J. (1964). *Le séminaire, Livre XI, Les quatre…op. cit.* p. 303.

[505] Lacan, J. (1958-1959). *Le Séminaire, Livre VI… op. cit.* p. 444.

[506] *Ibid.*

Le complexe d'intrusion pensé et travaillé par Lacan décrit ce moment de la vie psychique du sujet entre gratification et première expérience de frustration mais il ajoute aussi les effets de ces expériences, à savoir première identification, rivalité et convoitise de la jouissance de l'autre. En effet, le complexe d'intrusion identifie la *jalousie infantile*[507] (que Lacan nommera plutôt *envie* à partir de 1964) comme étant un sentiment charnière dans la construction future du sujet. L'envie infantile est en premier lieu décrite sous la plume de saint Augustin par la formule suivante : « *J'ai vu et observé un petit enfant jaloux : il ne parlait pas encore et il regardait, tout pâle et l'œil mauvais, son frère de lait* »[508].

Cette observation du tout petit apparaît alors comme l'origine de la sociabilité du fait de la reconnaissance d'un autre investi comme rival. En effet, la rivalité se développe à partir du constat de la jouissance de cet autre par la présence d'un objet dont le petit d'homme manque. Se produit ainsi une première identification. L'autre n'est pas tout-à-fait vu comme faisant partie du corps propre, mais n'est pas non plus vécu comme fondamentalement différent car une partie de cet autre (l'objet dont il jouit) est encore confondue et investie telle une partie du corps. La libido n'investit pas encore cet objet comme un objet total, il à la fois différent et encore intégré au corps propre. Ce mouvement entraîne une confusion entre amour et identification. En résultent des sentiments d'amour pour l'objet et de haine pour le rival. Cet investissement singulier de l'objet pour l'heure à cette place de confusion, bien que masqué par le développement psychique ultérieur reste néanmoins ancré dans le sujet adulte : « *Cet intérêt confond en lui l'identification et l'amour et, pour n'apparaître que masqué dans le registre de la pensée de l'adulte* »[509]. Cette remarque semble faire écho à la survivance du sentiment d'omnipotence infantile dans la vie adulte. Dès la théorie freudienne, on perçoit un fragment d'investissement originel du moi en libido qui : « *sur le fond demeure* »[510]. Cet investissement est précisément mis en lumière par le complexe d'intrusion théorisé par Lacan.

« *L'attrait de l'enfant repose en bonne partie sur son narcissisme, son autosuffisance et son inaccessibilité. [...] Il semble que nous les jalousions pour avoir maintenu cet*

---

507 Lacan, J. (1938). *Les complexes familiaux dans la formation de l'individu*. In : *Autres écrits*. Seuil. p. 23-84.

508 Saint Augustin (354-430/1964). *Confessions, Livre I, chap. VII.* Flammarion. p. 22.

509 Lacan, J. (1936). *Les complexes familiaux*. *op. cit.* p. 39.

510 Freud, S. (1914). *Pour introduire le narcissisme… op. cit.* p. 41.

état psychique bienheureux »[511] nous dit Freud. Cette formule décrit précisément le sentiment que tout sujet rencontre lors du complexe d'intrusion mais aussi à l'âge adulte. Le sujet en passe d'être sevré peut se trouver face à l'image d'un autre lui donnant l'illusion d'une toute-puissance, du fait de la jouissance d'un objet. Le sujet même adulte n'est pas exempt des effets du complexe d'intrusion que sont l'envie et la rivalité qui mène à terme à la convoitise.

La dimension illusoire de plénitude de celui ayant l'objet en sa possession, sous le regard du sujet semble être une modalité de fascination du sujet sur les réseaux sociaux. La clinique dans notre recherche nous montre que cet investissement particulier de l'autre et de l'objet n'est jamais complètement abandonné. Les sujets face à l'image d'un autre jouisseur, en promotion de soi peuvent ainsi témoigner d'un mouvement de convoitise de cette jouissance. Nous nous rappelons par exemple de Madame I, qui face à certaines images peut déclencher des envies, et pour certaines les mettre en acte dans l'actuel. Nous pouvons également citer l'exemple de Madame L lorsqu'elle consulte Instagram elle ressent à la fois de l'envie et à la fois de la frustration : « *Je vais voir quelqu'un marcher dans New-York dans les rues de New-York et ça va me faire super mal au coeur parce que moi je peux pas marcher dans les rues de New-York alors ça peut être un petit détail comme ça ou ça peut être carrément quelqu'un qui est entrain de tourner euh son film et qui voilà ou rencontrer quelqu'un de brillant que j'aurais adorer rencontrer et que voilà, de l'envie en fait parce que ça peut créer de l'envie, ouais de l'envie et de la frustration quoi* ».

Stiegler résume de manière éclairante les relations contemporaines des individus et de la technique que nous constatons lors de l'écoute des participants : « *Le consommateur devient producteur du réseau où il consomme et qui le consomme (qui consomme et épuise son désir)* »[512]. Comme nous l'avons identifié dans les cas que nous avons analysé, l'effet spécifique de cette mise en condition dans les réseaux sociaux semble davantage ramener le sujet dans une position imaginaire non encore symboliquement castrée. Ainsi le sujet n'est pas dans une logique de désir du à la perte du a, mais est de nouveau plongé dans une logique de convoitise, qui implique du même coup pour certains, une dimension rivale voire même agressive l'égard de l'autre, comme nous l'avons par exemple pointé chez Monsieur G lors de l'affrontement de savoirs, ou encore chez Monsieur H lorsqu'il se voit promettre une jouissance grâce à un article au titre « *putaclic* » qui donne envie de cliquer

---

[511] *Ibid*., p. 62.

[512] Stiegler, B. (2004). *De la misère ... op. cit.* p. 103.

pour obtenir un savoir et qu'il finit frustré que cette jouissance promise fut en réalité un leurre. Il nous dit : « *La façon dont est écrit le titre ça donne envie d'aller cliquer dessus et c'est après où on se rend compte 'non mais le journaliste m'a pris pour un con là' finalement y a aucun rapport entre les deux. Et c'est très agaçant j'en viens à cette question du mensonge où on est trompés et voilà c'est y a vraiment on pousse les gens 'moi je veux que les gens y réagissent comme ça parce que je veux qu'ils regardent mon contenu donc je vais créer du contenu de cette façon là' c'est très malsain et puis c'est malhonnête et voilà ça m'agace* ». Cette modalité de fascination qu'est la résurgence du complexe d'intrusion n'est pas la seule présente au sein des réseaux sociaux et éprouvée par les sujets. En effet, si les sujets ne se trouvaient que dans une rivalité et une volonté de convoitise, il semblerait que cette fascination frustrante détournerait le sujet des réseaux sociaux. Nous pensons donc qu'une autre modalité de fascination permet le maintien du sujet dans l'état hypnotique sur les réseaux sociaux et que c'est l'alternance de ces deux modalités de fascination qui entretient le sujet dans une logique de consommation, voire de dépendance comportementale. Le sujet, face à cet autre qui jouit et face à la possibilité de la perte de l'objet maternel qui en découle, peut ainsi par la destruction de cet autre (semblable) espérer retrouver l'objet maternel. Dans quelle mesure les réseaux sociaux permettent cette illusion de retrouvaille de l'objet maternel ?

4.2. **Deuxième modalité de fascination : La figure de Pygmalion**

« *Ce qui fait le fond de la vie en effet, c'est que pour tout ce qu'il en est des rapports des hommes et des femmes, ce qu'on appelle collectivité, ça ne va pas* »[513] résume Lacan à propos du malentendu universel (l'échec du rapport sexuel) qui produit pourtant les conditions de la civilisation. Selon lui ce malentendu a pour effet la parole : « *Ça ne va pas et tout le monde en parle, et une grande partie de notre activité se passe à le dire* »[514]. L'échec du rapport sexuel produit du langage. En revanche, notre contemporanéité, nous l'avons vu, est marquée de nouvelles possibilités d'expression, d'échange, de communication voire même de langage, mais qui sont médiatisées au point de créer des néo-places publiques, mais numériques que sont les réseaux sociaux. Ainsi les réseaux sociaux sont aussi un espace où peut s'exprimer l'impossibilité du rapport sexuel. Un des participants dans le cadre de notre recherche de doctorat a évoqué la consultation des réseaux sociaux

---

513 Lacan, J. (1958-1959). *Le Séminaire, Livre VI : Le désir et son interprétation*. Seuil, 2013. Leçon du 21 janvier 1959.

514 *Ibid*.

comme produisant un « *effet Pygmalion* ». Surprise par cette référence, nous avons dirigé notre lecture vers le mythe de Pygmalion et Galatée, écrit par Ovide dans *Les métamorphoses*. Les réseaux sociaux basés sur les technologies persuasives opèrent-ils un effet proche de la figure mythique de Pygmalion pour certains sujets ? Pour répondre à cette interrogation, nous suivrons pas à pas les extraits du mythe de Pygmalion tout en réalisant une analyse transversales de certains cas de notre échantillon. Nous verrons en quoi la création d'une véritable figure de Pygmalion par le sujet qui consulte les réseaux sociaux opère comme tentative de réponse face à l'horreur du sexuel en tant que rapport impossible.

Le mythe de Pygmalion commence par une faute commise par les femmes de Chypre nommées les Propétides. Elles assument pleinement la sexualité, et disposent ainsi de leur corps comme désirable et désirant, en en faisant notamment commerce : « *Les Propétides, quant à elles eurent l'impudence d'oser nier la divinité de Vénus ; courroux de la déesse : pour cela elles furent les premières dit-on, à devoir prostituer leur corps et leur beauté* »[515]. Elle disposent de leur corps comme on jouirait d'un bien. Elles y revendiquent un droit de jouissance. Le mythe nous raconte ainsi que Vénus, déesse de l'amour dans la mythologie romaine est horrifiée de ce spectacle. Pygmalion, également témoin du comportement des Propétides, est lui aussi choqué et horrifié. Les femmes libres de jouir renvoient à Pygmalion l'horreur de son propre manque, celui de ne pas pouvoir jouir entièrement du corps de l'autre. Nombre de sujets contemporains se voient confrontés à cette altérité qui semble insupportable. Melman le remarquait déjà au début des années 2000, le sujet ne supporte pas la déception de la castration : « *Or si ce type de déception vient à faire défaut, si celle-ci n'est plus le support de la réalité qui est la nôtre, de sa validité, alors la question évidemment surgit : est ce que l'on n'est pas toujours dans le rêve, est ce que l'on n'est pas toujours dans le domaine où tout parait possible ?* »[516]. Certains participants de cette recherche s'expriment directement par une horreur du sexuel, d'autres en parlent d'un point de vue un peu plus sublimé mais non moins horrifié. Melman identifie une tendance à aborder ce nouveau rapport au monde par le rêve. Depuis notre recherche, nous penchons davantage pour une solution hypnotique face à cet insupportable contemporain. Plusieurs sujets que nous avons rencontrés témoignent de cet insupportable.

Monsieur G, constate, comme nous l'avons déjà dit par ailleurs, une altérité qui le confronte à l'insatisfaction sexuelle de l'autre : « *Car ma réalité à moi en tant que mec j'ai*

---

515 Ovide (1er siècle apr. J.-C.). *Métamorphoses*, Gallimard, 1992, Livre X. v. 238-242.

516 Melman C. (2002). *L'homme sans gravité. Jouir à tout prix*. Entretiens avec Jean-Pierre Lebrun. Denoël. p. 52.

un sexe qui fait 15,5 cm en érection. Apparemment il est épais mais pas… Et je sais que quand on est une femme, alors oui y a le touché le cunnilungus, etc et à un moment donné il y a la pénétration il faut avoir l'engin adéquat. Chaque femme est différente. Et la mienne, quand elle est hyper excitée, elle est très très gourmande au niveau de la taille du sexe, c'est comme ça ».

Monsieur H quant à lui, évoque une difficulté à rencontrer l'autre et à supporter la différence : « *c'est très stressant de passer du numérique au réel, parce que voilà là c'était derrière un écran, c'était en visio au téléphone etc. mais d'avoir la personne vraiment en face de soi y a y a toujours un écart y a toujours un écart* ».

Monsieur D qui lui, ne supporte pas le conflit, marque d'une difficulté à supporter là aussi, la différence d'avec l'autre : « *Quand y a une dispute possible je m'en vais. Alors je je cherche pas à parce que je suis très sensible alors une parole blessante ça peut me mortifier pendant un mois des choses comme ça j'évite tout conflits. J'aime pas les humeurs, tout ce qui sort de… l'humeur idéale, moi je supporte pas donc voilà euh. Donc je suis totalement isolé. Voilà donc la famille c'est vite réglé* ». Nous voyons comment la dimension sexuelle s'avère sous-jacente, Monsieur D nous interpelle juste après son énonciation : « *Vous voulez peut-être savoir si j'ai eu des enfants ou pas quand même ?* ».

Et enfin Madame L de son côté, de manière un peu différente par ailleurs, exprime avoir peur de l'autre dans ce qu'il pourrait la juger : « *Hm euh bah je suppose manque de confiance en moi quoi la peur du jugement la peur de le manque d'estime* » mais on perçoit peut-être aussi chez elle, une difficulté à soutenir son propre désir, sa propre division (à la différence des trois hommes qui semblent avoir du mal à supporter le désir de l'Autre) : « *Hé bien j'ai le sentiment de me retrouver avec moi même en fait quand j'arrête, euh donc il y a ce sentiment oui de solitude et de ouais voilà* ».

La réaction de Pygmalion dans le mythe face à ces femmes qui désirent et qui jouissent, est pour lui de demeurer célibataire : « *Les ayant vu mener une vie de débauche, et choqué, par le nombre de vice dont l'âme féminine est naturellement pourvue, Pygmalion vivait sans épouse, célibataire et demeura longtemps sans faire partager son lit* »[517]. Pour certains des participants, il en va de même. Si Monsieur G ne devient pas abstinent sur le plan sexuel, ni ne quitte sa femme, il a du en revanche adapter sa sexualité. Il se place parfois en voyeur en dehors de la scène sexuelle, pendant que sa femme a une relation sexuelle avec un autre : « *J'adore le sexe avec elle attention. J'adore, mais elle est tel-*

[517] *Ibid.*

lement plus pour moi, c'est tellement plus. Et tu vois c'est tellement plus que par exemple, je l'aime à un point qu'à un moment donné le libertinage est arrivé là pour ça ». On perçoit chez Monsieur G une tendance à totaliser sa femme et non pas à la rejeter, mais le mouvement s'avère similaire au mythe de Pygmalion, car une femme qui jouit sans avoir besoin de lui peut aussi renvoyer cette image totalisante. Là où Pygmalion est horrifié, Monsieur G trouve une position de voyeur qui le satisfait sur le plan scopique.

Monsieur H, de manière plus littérale, demeure comme Pygmalion, célibataire : « *Euh.. Je suis célibataire et j'ai pas d'enfant. Donc après j'ai pas de famille. Je m'occupe* ». Il explique éviter les rencontres qui peuvent mener à la débauche et au risque de rencontrer le désir de l'Autre (l'*objet voix* apparaît de plus difficile à supporter comme en témoigne son hyperacousie) : « D*ans la vraie vie, c'est toujours plus compliqué et en groupe c'est toujours plus compliqué. Je suis jamais allé à des fêtes, ou à des anniversaires, je fuis comme la peste. Je suis très sensible au bruit, à la foule j'ai besoin d'un environnement calme etc. donc ceci expliquant cela ». Il explique d'ailleurs refuser les rencontres à valeur purement sexuelle : « je trouve que les plateformes aujourd'hui c'est du grand n'importe quoi bon c'est surtout pour euh du cul et voilà c'est pas mon délire* ».

Monsieur D témoigne de sa place de façon encore plus radicale : « *Alors il faut que je vous dise je vous ai parlé de petites pathologies que j'ai, donc moi je suis totalement isolé voilà* ».

Enfin, Madame L aborde la rencontre de l'autre en investissant le virtuel : « *Le fait que ce soit virtuel en fait, le fait que ce soit virtuel que ce soit plus simple pour moi de parler avec ou d'interagir ou de discuter ou de vivre cachée derrière une écran plutôt que de … » sans même pouvoir nommer cette difficulté, renvoyant peut-être à l'émergence d'un réel.*

Lors de la lecture précise du mythe, nous remarquons que Pygmalion ne supporte l'image de la femme uniquement en tant qu'elle est pourvu de caractéristiques idéales. Le mythe de Pygmalion nous éclaire par les vers suivants : « *Il sculpta toutefois avec bonheur et un art étonnant (Dont aucune vraie femme ne peut surgir) le pur ivoire auquel il donna forme, et tomba amoureux de son oeuvre* »[518]. « Aucune vraie femme » renvoie bien à l'idée que la sculpture de Pygmalion, c'est une femme, mais une femme dotée d'un phallus, qui n'est pas castrée. Dans ces vers résonnent les propos de Lacan pour qui ce qui supplée au rapport sexuel, c'est précisément l'amour. L'amour (semblable à l'idéalisation

---

518 Ovide*., op.cit.,* v . 243-246.

PLUCHART, Sandra. La captologie comme outil d'influence : enjeux psychopathologiques et subjectifs - 2025

hypnotique) est le sentiment qui peut recouvrir l'horreur du sexuel, en tant qu'il est révélateur du manque. Se pourrait-il que les sujets qui correspondent à la figure de Pygmalion recherchent à éluder la première expérience de la castration, à savoir celle de la mère ? Monsieur H nous met lui-même sur la piste en nous parlant justement de sa mère dont le virtuel la dote d'un petit truc en plus que les autres : « *Non on va dire ma mère a près de 80 ans et est autonome mais je vais la voir toutes les deux semaines. Alors après elle a une page Facebook avec 8 000 abonnés donc c'est quand même voilà je suis très fier d'elle* ». Ce chiffre de 8000 serait-il un équivalent phallique imaginaire donné à sa mère ?

Tout se joue ici comme si le sujet en se mettant dans la peau de Pygmalion via les réseaux sociaux, tentait de restaurer le premier rapport à l'Autre maternel en créant une image omnipotente.

Face à cette femme idéale que Pygmalion a lui-même crée, il se laisse leurrer et en tombe amoureux : « *Elle a vraiment l'aspect d'une jeune fille, on la croirait vivante et prête à se mouvoir sans la réserve qui l'en empêche : l'art véritable cache parfaitement l'artifice ! Ébloui, Pygmalion sent son coeur s'enflammer devant ce simulacre* »[519]. Ici nous voyons comment nous pouvons superposer le mythe de Pygmalion avec l'utilisation des systèmes persuasifs personnalisés. Les sujets se laissent ainsi prendre par l'image idéale qu'ils créent eux-mêmes. L'amour facilite tout-à-fait cette position que prend le sujet. Voici comment Lacan décrit l'amour : « *L'amour vise l'être, à savoir ce qui dans le langage se dérobe le plus - l'être qui, un peu plus, allait être [...] il y a là le plus étrange des leurres* »[520]. Sur les réseaux sociaux, le leurre de l'idéal prend parfois la forme de l'amour, tout comme Pygmalion.

Monsieur G évoque une femme qu'il suit sur Twitter dont il décrit même la qualité phallique (la couleur rousse) : « *Bah tu défiles. Puis y en a certaines je ne sais pas pourquoi elles te donnent une émotion. Comme ma rouquine par exemple, celle là je sais pas pourquoi mais voilà* ».

Monsieur H nous explique de son côté que les rencontres amoureuses ont d'abord commencé en ligne : « *Les premières rencontres quand j'étais jeune que j'ai faite, euh amoureuses, se sont faites justement d'abord en ligne* ».

Monsieur D quant à lui semble fasciné par les possibilités de rencontres qui lui semblent diversifiées. Ces rencontrent se produisent par l'amour d'un même loisir : « *Moi j'ai même des relations avec des gens du japon par exemple parce que comme je suis mu-*

---

[519] *Ibid.* v. 247-250.

[520] Lacan, J.(1973). *Le Séminaire, Livre XX... op.cit*. p. 40.

sicien bah ya des musiciens japonais hein donc euh suffit d'aimer les mêmes euh trucs de musique puis hop ça y est on tombe dessus on discute même en anglais hein donc ce qui me plaît c'est la diversité, on va dire une formule pour vus aider (rire) la diversité de la fréquentation ».

Cette sculpture, équivalente à une image qui présente des qualités idéales, semble pouvoir combler les déceptions amoureuses de Pygmalion. Cet idéal devient objet dépositaire de l'amour, qu'il croit recevoir en miroir : « *Il tâte fréquemment sa création pour savoir si elle est de chair ou bien d'ivoire, et n'est pas convaincue qu'il s'agisse d'ivoire. Il l'embrasse, croit être embrassé ; il lui parle, il la serre et s'imagine émouvoir les membres sur lesquels ses doigts se sont posés, et il a peur, en les pressant, d'y faire des bleus* »[521]. Cette section du texte renvoie à l'interaction du sujet avec les systèmes persuasifs, tantôt très satisfaisante et narcissisante, tantôt frustrante ou angoissante, témoin du premier rapport à l'Autre qui répond à la demande supposée du nourrisson, mais qui ne tombe pas toujours à point.

À ce titre, Monsieur G exprime tout à fait ce mouvement semblable à la figure mythique de Pygmalion : « *Ces belles femmes là, parce qu'elles sont superbes, est ce que le fait que parce que oui tu as envie de coucher avec mais est ce que tu voudrais vivre avec, alors moi je me dis non mais je me demande si est ce que c'est pas parce que tu as peur qu'on vienne te la piquer* ». Il témoigne ainsi de la manière dont la féminité est objectalisée dans les réseaux sociaux, marqueur d'un semblant de maîtrise : « *Mais ça c'est un truc de macho et de ma génération qui est assez fort dans le ressenti alors que en rencontrant [ma femme], elle m'a fait complètement changé parce que avant elle, je voyais la femme comme la femme objet, c'était pour dire aux autres mecs 't'as vu ce que j'ai à coté de moi'. Forcément sur Instagram ces femmes là, oui tu les vois comme on dit, je vais pas coucher dans la baignoire quoi. mais c'est marrant car c'est des questions que je me pose au fur et à mesure. Est ce que j'ai peur qu'on me la pique ?* ».

Monsieur H évoque sa façon de penser la sexualité. Il substitue le signifiant du sexuel par celui de l'amour : « *pour moi alors déjà j'aime pas les mots baiser ou coucher etc donc déjà le terme c'est faire l'amour* ». La rencontre sexuelle semble pour lui proche d'un idéal finalement déssexualisé où la possibilité de la relation sexuelle se produit par le biais de la rencontre du même, et du même coup idéal, voire même d'une rencontre non pas avec une femme, mais avec le sacré, le divin : *« y a cette question sentiments etc. et*

---

[521] *Ibid*. v. 251-255.

pour moi deux personnes qui font l'amour c'est vraiment, c'est pas que deux corps, c'est-à-dire c'est deux corps qui font l'amour c'est deux esprits, c'est deux sensibilités, ce sont deux blessures parce que chaque personne a ses blessures et puis un certain lien au sacré alors le sacré c'est très difficile de le définir, je suis gnostique hein mais voilà c'est pour moi aussi deux âmes qui se rencontrent donc c'est quelque chose qui doit être très profond très authentique ». Malgré cette description, Monsieur H ne s'embarrasse pas de la rencontre réelle, de peur de la chute de cet idéal, comme Pygmalion hésite avant de toucher son oeuvre, de peur de la blesser, et donc de la perdre.

Du côté de Monsieur D, l'interaction avec le système persuasif permet de modeler ses relations et d'éviter toute rencontre de l'autre qui pourrait être vécue comme persécutante : « *Bah c'est comme si y a avait une grande foret avec plein de gibier sympa et puis on tri parce que y en qu'on préfère à d'autres et voilà c'est très rempli c'est une foule hein. C'est une foule mais finalement qu'on peut un peu contrôler, choisir, ouais ouais parce que des fois y a des gens un peu douteux alors il essayent d'avoir des renseignements ou des choses, et moi j'ai l'habitude hein j'ai une protection totale là-dessus euh euh j'ai euh je contrôle bien ces choses là, y en a qui essayent y a des fausses identités vous savez des fois ils jouent sur de la fausse séduction par exemple c'est-à-dire ils vous envoient un message une jeune femme en maillot de bain machin euh puis bon ça vient d'Afrique tout ça c'est des gens qui essayent d'extorquer euh* ».

Madame L, toujours de manière moins évidente semble témoigner de cette position : « *ce qui est positif c'est effectivement la possibilité de de fréquenter des groupes et donc des personnes réelles aussi avec qui ont peut créer des liens, j'ai une amie que je n'ai jamais rencontré en vrai que j'ai rencontré en jouant au Poker en ligne puis on s'est connectés du coup sur Facebook et puis après voilà et puis ça fait 15 ans qu'on échange qu'on partage qu'on s'appelle on ne s'est jamais rencontrées* ». La rencontre des corps semble ici évitée. Elle reconnaît le virtuel comme restant une dimension « *impalpable* ». Comme si palper, toucher du doigt venait du même coup d'emblée engendrer une perte insupportable.

Enfin, Pygmalion jouit de sa création idéale. Il la modèle à l'envie, à son image mais jamais manquante : « *Et tour à tour il la cajole et lui apporte des cadeaux qu'aiment les jeunes filles : coquillage, bimbeloterie, petits oiseaux et fleurs multicolores, lys, balle-peintes, larmes tombées de l'arbre des Héliades ; Et, en outre, il la pare de vêtements, lui met au doigt des pierres, lui met au cou de long colliers. Des perles légères pendent à ses oreilles, des rubans ornent son décolleté ; tout lui sied et, nue, elle n'est pas moins*

belle »[522]. On peut ici faire une analogie avec le fonctionnement personnalisé des technologies persuasives, qui de la même manière que Pygmalion, confère au sujet une satisfaction de jouissance mais sur le plan narcissique, relevant d'une logique du moi-idéal.

Monsieur G nous l'évoque de manière éclairante : « *Et plus tu as de bisous, plus tu as cette sensation, plus tu as de bisous quand tu ouvres le matin plus tu as le choix de choisir les gens qui veulent nous rencontrer, tu comprends ?* ». Cette personnalisation de l'image répétée chez Pygmalion, se répète comme jouissance chez Monsieur G, qui nous évoque son addiction : « *Beaucoup de gens te diront que c'est une addiction tous les matins sur libertic voir du sexe. […] maintenant je dis oui je revendique et alors ?* ».

Monsieur H parle directement de ce qu'il identifie lui-même comme la figure de Pygmalion : « *C'est ce que j'appelle l'effet Pygmalion c'est-à-dire que finalement on on va créer une sorte notre imaginaire va créer la personne que l'on imagine plus que ce qu'elle est réellement* ».

Devant d'une part cette satisfaction procurée par la personnalisation des interactions, mais d'autre part l'insatisfaction des relations dans l'actuel, Monsieur D en devient frénétique : « *Et puis quand euh d'un seul coup puisque c'est c'est en 2015 que j'ai pu entendu parler de personne et donc là y a eu la panique et puis je me suis rendu compte après que bon j'étais devenu assidu à chercher chercher chercher, chercher du monde euh, c'était presque frénétique* ».

Madame L semble plus embarrassée. Elle décrit aussi cette répétition qui la satisfait par certains côtés : « *Oui il y a des contenus qui vont me faire du bien c'est à dire qui vont me rassurer qui vont m'aider à à prendre les choses mieux ou ça va être des pistes pour comprendre certaines autres choses je pense vraiment que ça a un impact comme ça et en même temps euh on est pas dans l'action, et je pense quand même que cette façon de nous sortir enfin de nous maintenir en dehors du monde réel ne m'aide pas du tout…* ». Elle réalise cependant une fuite de la réalité, témoignant en plus, de l'émergence d'une passivité qu'on peut penser comme une paralysie subjective. Elle témoigne ici d'un certain retour sur soi-même qui maintient le sujet en dehors de la réalité qu'on pourrait ainsi entendre comme un en dehors du supportable de la castration.

Ces exemples cliniques indiquent qu'une autre modalité de fascination s'exerce chez le sujet qui consulte les réseaux sociaux. Au-delà de la rivalité et la convoitise induite par la fascination analogue au complexe d'intrusion, la fascination par l'amour prend la forme de la figure de Pygmalion. À défaut de supporter l'échec du rapport sexuel, certains

[522] *Ibid*. v. 257-264.

sujets peuvent ainsi, au sein même des réseaux sociaux, créer une image idéalisée, sans manque. Cette image peut prendre n'importe quelle forme, tant que celle-ci renvoie une possibilité d'éluder l'altérité, vectrice d'incertitude, de persécution, ou encore de castration. Dans une certaine mesure, et paradoxalement, certains sujets peuvent avoir accès à l'autre de manière partielle, dans un échange apaisé et apaisant, pourvu que cet autre soit d'une certaine façon le même que soi, ou alors celui qui vient combler complètement le manque à être subjectif. Nous percevons ici comment la prise du sujet dans cette figure de Pygmalion peut véhiculer une impression de dépendance du sujet à l'égard du réseau social. La consultation en tant que sculptrice d'une image idéalisée, peut faire solution, sur mesure pour apaiser toute frustration de la réalité (Monsieur D), éviter d'avoir à supporter la castration (Madame L) ou encore ne plus se confronter au sexuel, vécu comme trop dangereux (Monsieur H et monsieur G). En parallèle de la mise à distance du sexuel, une satisfaction narcissique est récupérée. c'est ce que Freud décrit de l'hypnose déjà en 1921. Freud reconnaît une absence de tendances sexuelles ce qui d'ailleurs pour lui produit un attachement plus durable à l'objet, car la satisfaction des tendances sexuelles aboutit à une baisse de l'investissement de l'objet en tant qu'idéal. En effet pour Freud dans l'amour (et du même coup dans l'hypnose), l'investissement de l'objet, comporte des tendances narcissiques : « *Nous voyons nettement que l'objet est traité comme le propre moi du sujet et que dans l'état amoureux une certaine partie de la libido narcissique se trouve transférée sur l'objet. […] On aime l'objet pour les perfections qu'on souhaite à son propre moi et on cherche par ce détour à satisfaire son propre narcissisme* »[523]. Les tendances narcissiques investies ici qui sont elles-mêmes présentes dans les premiers temps de la vie subjective, suggèrent pour l'état amoureux comme pour la foule, le retour à un état primaire. Le mythe de Pygmalion ne se termine pas sur cette répétition d'amour devant cette statue idéale. En filant la métaphore entre figure du Pygmalion et technologie persuasives, nous en arrivons à un développement dont l'apogée semble se déterminer par l'essor de l'IA générative. Le sujet, en place de Pygmalion, devient maintenant sculpteur à son tour de sa propre illusion idéale, de manière encore plus poussée qu'avec la simple interaction avec les systèmes persuasifs personnalisés, déjà presque désuets par rapport à ce qui sous-tend notre modernité.

[523] Freud, S. (1921). *Psychologie des foules… op. cit*. p. 104-105.

CHAPITRE 2. USAGE DES RÉSEAUX SOCIAUX ET LIEN SOCIAL CONTEMPORAIN

1. Vers une addiction généralisée ?

Tout au long du recueil de données, des participants chacun à leur manière, ont relaté des phénomènes dits addictogènes dans leurs usages des réseaux sociaux. Monsieur G revendique ce qu'il considère comme une addiction au sexe et un certain voyeurisme : « *Je regarde voilà je sais pas, est ce que j'ai pris l'habitude de regarder j'en sais rien. Mais y a une forme d'addiction. Il y a une réalité pour moi je le reconnais et même maintenant je le revendique, j'ai une addiction à ce sexe, mais aussi le sexe voyeur* ». Monsieur H dénonce l'accroche propre aux plateformes numériques : « *Les plateformes de toute façon, leur but c'est qu'on reste sur les plateformes parce que y a aussi des publications sponsorisés la pub y'a toute ces questions des objectifs de ces plateformes au niveau de la rentabilité etc. elles font tout pour qu'on reste dessus donc y a un coté addictif* ». Madame E témoigne ne pouvoir échapper à Facebook et Twitter : « *hum j'aimerais pas forcément les quitter mais je pense que ça m'apporte des choses dans ma vie mais faut juste savoir bien doser si j'ai pas Instagram c'est parce que je trouve que je suis déjà assez addicte à Facebook et Twitter fin surtout que c'est pas que je suis addicte à mon téléphone mais je trouve que ça prend pas mal de place dans ma vie et je fais pas mal d'effort pour pas être trop sur cet écran mais en fait je me laisse tellement vite happer par des trucs débiles que du coup voilà donc j'aimerais pas supprimer totalement mais juste réussir à toujours garder toujours savoir doser en fait et pas que ça m'envahisse et que et que voilà quoi mais euh* ». Enfin Madame I compare quant à elle, l'effet de sa consultation des réseaux sociaux à la prise de produits : « *C'est comme par exemple, je compare à des personnes, elles le soir elles rentrent et elle peuvent voir un verre de vin, fumer, ou prendre un anxiolytique, ou prendre un somnifère ou quelque chose comme ça, pour… y a des personnes qui ont ce besoin là, et je pense qu'il y a d'autres personnes qui déconnectent grâce aux réseaux sociaux* ». Ces différentes énonciations sont-elles le témoin de quatre sujets pris dans une logique d'addiction sur le plan psychopathologique ? Ou alors témoignent-elles d'une nouvelle manière d'être au monde à la lumière des discours contemporains ?

L'observatoire français des drogues et des tendances addictives, a mené une recherche sur l'usage des drogues chez les adultes en 2023. Cette étude rapporte une

diversification d'objets qui sont susceptibles d'être classés comme des addictions : « *Les addictions peuvent avoir des objets divers, dont la liste s'étend sans cesse, au fil des éditions du DSM (manuel diagnostique en psychiatrie). Aux dépendances classiques et reconnues (drogues, alcool, tabac, jeux d'argent et de hasard, psychotropes) s'ajoutent les dépendances à internet, aux achats, au sport, au sexe, au travail…* »[524]. Ces résultats témoignent-ils d'une augmentation des addictions sur un plan psychopathologique ? Ou plutôt d'un changement plus général dans la relation d'objet des individus et une recherche de plus en plus active de sensations, d'émotions ou de plaisir ? François Ansermet parle d'une « addiction à l'instant » concernant nos pratiques numériques : « *Pour saisir l'instant, il faudrait que les messages s'accélèrent, que les doigts se déplacent de plus en plus vite sur les claviers ou sur les écrans, jusqu'à atteindre une simultanéité absolue. Les addictions de l'époque sont des addictions à l'instant* »[525]. Ces comportements dits addictifs sont ainsi nommés de part la similitude d'investissement de l'objet entre le sujet dans son usage d'Internet et la toxicomanie dans son sens plus classique. En effet Dumoulin évoque à l'image de la toxicomanie une : « *mise en avant d'une séparation impossible du sujet avec son produit* »[526] dans le cas de l'addiction à Internet (et même plus précisément aux jeux vidéos).

Dans une certaine mesure, les réseaux sociaux peuvent ramener au même constat. Au cours de son enseignement, J-A Miller explore les ressorts de l'addiction d'un point de vue contemporain. Selon lui, il s'agit de distinguer le symptôme proprement freudien (compromis entre le ça et le surmoi qui prend une dimension symbolique pour le sujet) et un mode d'expression de la souffrance privilégiée de nos jours que serait la logique de l'addiction[527]. Adopter cette perspective nous permet de penser l'addiction comme une réponse à l'expression d'une souffrance singulière à chacun mais collectivisable. Dans Malaise dans la civilisation (1930), Freud soulignait les différentes techniques utilisées par les individus pour se protéger de la souffrance ou de l'angoisse : la sublimation, les

---

[524] Observatoire français des drogues et des tendances addictives (2023). Consommation de drogues et addiction ; état des lieux. Disponible sur : https://www.vie-publique.fr/eclairage/19506-drogues-et-addictions-les-donnees-2025. [Consulté le 29/09/2025]

[525] Ansermet, F. (2014). Addiction à l'instant. *La Cause du désir*, n° 88 (L'expérience des addicts), 2017. p. 30-33.

[526] Dumoulin, Q. (2021). Addiction à internet et Hikikomori : quels repères cliniques face à l'expansion des conduites de retrait social ? *Bulletin de psychologie*, Tome 74, n° 574-4, octobre 2021. p. 273.

[527] Miller, J.-A. (2011). L'économie de la jouissance. La Cause freudienne n° 79, p. 7-20.

déviations substitutives ou les substances qui procurent un effet immédiat, les « briseurs de soucis » (Sorgenbrecher)[528]. « *On sait bien qu'à l'aide du « briseur de soucis », l'on peut à chaque instant se soustraire au fardeau de la réalité et se réfugier dans un monde à soi qui réserve de meilleures conditions à la sensibilité* »[529]. L'addiction, au même titre que le symptôme, ne saurait se réduire uniquement à son identification et sa description phénoménologique mais gagne à s'analyser en lien avec la logique subjective. Relever simplement un effet d'addiction au sein des réseaux sociaux ne saurait témoigner de quelque profondeur psychopathologique. Puisque tout peut potentiellement aujourd'hui faire l'objet d'une addiction, il nous semble pertinent de nous interroger sur ce glissement d'expression de la souffrance, du symptôme freudien du XXe siècle à l'addiction de notre époque. En revanche, ce glissement n'est pas à prendre dans une dimension radicale. La clinique nous montre bien comment des sujets peuvent encore présenter des symptômes tel que Freud les a pensé. À ce titre, on peut bien imaginer non pas une disparition du symptôme freudien mais une cohabitation d'expression de la souffrance, entre symptôme ayant une valeur symbolique et addiction comme porteuse de jouissance. Le phénomène de l'addiction, porté par le *surmoi* commandeur d'un « jouis » rend également compte pour Lacan d'une injonction de jouissance qui se distingue de la logique du symptôme. C'est notamment ce qu'il met en avant quand il subvertit la fonction du *surmoi*. En effet, le *surmoi* pour Lacan ne reste pas au rang d'un simple interdicteur avec lequel le *ça* se doit de négocier comme dans le symptôme. Le *surmoi* primitif prend la fonction d'un impératif : « *Rien ne force personne à jouir, sauf le surmoi. Le surmoi c'est l'impératif de la jouissance* »[530]. Les sujet addicts seraient ainsi pris dans cette injonction à jouir propre au grand Autre des premiers temps de la vie psychique, à la différence du compromis symbolique instauré dans le symptôme.

D'un point de vue plus descriptif et phénoménologique, le philosophe Bernard Stiegler évoque davantage le rôle des technologies numériques dans la conduite addictive des individus : « *Les technologies numériques, sont entièrement mises au service de la captation et du contrôle des temps de conscience, et du calcul des efforts induits sur les corps, dont il s'agit, au bout du compte, de contrôler la synesthésie pour y induire des comportements de consommation qui sont aussi une forme de compulsion de répétition et*

---

528 Freud, S. (1930). Malaise dans la civilisation. Oeuvres complètes, Tome XVIII. PUF. p. 15-20.

529 *Ibid*.

530 Lacan, J. (1972). *Le Séminaire, Livre XX, Encore*. Seuil. p. 10.

un cercle addictif »[531]. Selon lui, c'est l'avènement des objets technologiques prônant la consommation compulsive qui aurait pour conséquence des comportements addictifs. Ansermet souligne que ce qu'il nomme *les addictions à l'instant* sont, comme le défend Stiegler, corrélées à l'établissement de dispositifs technologiques tel que : « *Les petites machines contemporaines, entre smartphones et ordinateurs, par lesquelles on peut rester branchés en permanence sur une toile virtuelle* »[532]. Les objets culturels dans les réseaux sociaux autant que les gadgets qui y sont présentés, font partie de ces objets à consommer qui produisent un sentiment d'excitation que nous avons relevé dans nos présentations de cas. En effet le réseau social propose, telle l'image du dealer, une profusion d'objets prêts à jouir, dont la promesse serait d'obtenir une satisfaction immédiate. Mais la dépendance dans l'usage des appareils numériques relève-t-elle de la seule profusion des objets et images proposés sur ces plateformes ou d'un effet psychique négatif d'après-coup ? *Ce qui est consommé apporte si peu d'existence à celle ou à celui qui le consomme qu'il en résulte essentiellement un sentiment de frustration toujours plus abyssal, dont le résultat est l'intensification toujours plus frénétique de cette consommation,c'est-à-dire l'augmentation de cette frustration selon une pente sans doute exponentiellement orientée vers la pure et simple chute et dont la question est donc de savoir où et quand elle s'arrête. On est bien loin de l'auto-production de soi* »[533].

Dumoulin, lorsqu'il aborde l'addiction à Internet et spécifiquement sur le cas des Hikikomori, relève plutôt la difficulté d'établir le lien de causalité entre l'émergence de ces nouveaux symptômes (retrait social et addiction) et le développement de ces nouvelles technologies : « *Ce développement simultané [du terme Hikikomori et de la diffusion des dispositifs numériques connectés à internet] complique évidemment les hypothèses causalistes entre les deux phénomènes* »[534] . Ce qui vient nuancer la position de Stiegler.

Nous proposons de nous extraire de la dichotomie *nouvelle addiction/émergence des réseaux sociaux basés sur les technologies persuasives*, pour nous concentrer plus précisément sur ce que disent les participants de notre recherche à propos de leur expérience. Contrairement à la toxicomanie classique où il est souvent difficile pour le

---

[531] Stiegler, B. (2004). *De la misère symbolique*. Flammarion. p. 224

[532] Ansermet, F. (2014). Addiction à l'instant. *La Cause du désir*, n° 88 (L'expérience des addicts), 2017. p. 31.

[533] Stiegler, B. (2004). *De la misère symbolique*. Flamarion. p. 125.

[534] Dumoulin, Q. (2021). Addiction à internet et Hikikomori : quels repères cliniques face à l'expansion des conduites de retrait social ? *Bulletin de psychologie*, Tome 74, n° 574-4, octobre 2021. p. 268-269.

sujet de reconnaître en premier lieu ses conduites addictives, nous nous étonnons de la facilité et de la lucidité avec laquelle les participants énoncent un rapport addictogène avec les réseaux sociaux. Comment cette énonciation peut-elle se soutenir, voire même se revendiquer de manière si transparente ?

Dans une partie précédente, nous avons évoqué la description lacanienne du premier rapport du sujet à l'Autre et avons par ailleurs tenté de repérer de possibles résurgences de ce rapport dans l'usage des réseaux sociaux. Nous rappelons donc cet énoncé du : « *Qu'avons nous là au niveau du premier Autre et des premières demandes ?* - énonce Lacan dans le Séminaire V intitulé Les formations de l'inconscient - *Nous avons le phénomène que l'on a appelé la dépendance* »[535]. L'addiction pourrait-elle être portée par cette explication métapsychologique ? Un peu plus loin, Lacan explique que les lois de la paroles sont déjà en puissance dans ce premier rapport du sujet à l'Autre : « *[Les lois de la paroles] sont d'ores et déjà instantes, virtuelles, préformées, dès la première demande* »[536]. Tout au long de son enseignement, il gardera la même hypothèse au point de l'exprimer à nouveau lors du *Séminaire XX, Encore* : « *Il n'y a aucune réalité pré-discursive* »[537]. Quand bien même le sujet serait dans les premiers temps de la vie psychique (autant que dans des expériences qui réitèrent ce premier temps par ailleurs mythique), il est d'emblée pris dans un bain de paroles, que Lacan précise grâce à l'introduction de la catégorie de *Discours*.

2. La catégorie de discours

À l'appui de la théorie lacanienne, nous allons chercher à nous décaler de l'hypothèse selon laquelle la technologie est la principale responsable du développement de phénomènes addictogènes pour nous demander si tout ceci ne relève pas plutôt d'un discours qu'il conviendrait de déplier.

Sur le plan étymologique, le terme *discours* provient originairement du latin *discurrere* qui signifie se répandre ou encore courir de différents côtés, avant de se rapprocher de *descourir*, signifiant parler, converser. La diffusion d'une parole comme composante sous-jacente de la définition du terme discours nous permet d'en supposer des

---

535 Lacan, J. (1957-1958). *Le Séminaire, Livre V, Les formations de l'inconscient.* Seuil. 1998. p. 499.

536 Ibid. p. 499.

537 Lacan, J. (1972). *Le Séminaire, Livre XX, Encore*. Seuil. p. 33.

effets. Si le discours rapporte et diffuse une parole, celui-ci peut impliquer des transformations des représentations tout d'abord chez celui qui le reçoit. Le discours en tant que modalité de transformation, peut s'étudier comme objet philosophique. Foucault notamment, en formalise une conceptualisation selon laquelle le discours désigne un ensemble d'énoncés langagiers qui obéit à des règles de fonctionnement spécifiques en fonction de différents systèmes discursifs[538]. Le discours peut être analysé en fonction de son appartenance à un système ou un autre grâce notamment à ses régularités d'énonciation. Le discours est ainsi vu comme indépendant de son locuteur tout en intéressant ses multiples auditeurs.

Si la psychanalyse reconnaît la dimension d'influence des discours sur les individus, elle met davantage l'accent sur la considération selon laquelle le discours produit également un effet sur celui qui le prononce : « *En l'occasion, c'est la même chose de dire me situe, ou se situe ce discours* »[539]. D'une certaine façon le discours est toujours préalablement discours de l'Autre.

Dans cette perspective, Lacan évoque les discours dans une conférence en 1972 au cours de laquelle il en définit les contours : « *Le discours c'est quoi ? C'est ce qui, dans l'ordre… dans l'ordonnance de ce qui peut se produire par l'existence du langage, fait fonction de lien social* »[540]. C'est de ce discours que le sujet surgit. L'effet du discours pour Lacan, c'est de produire un sujet dans une certaine position au sein du lien social : « *Cela dont je parle signale l'entrée en action de ce discours qui n'est pas le mien, mais celui dont je suis, pour m'en tenir à ce terme provisoire, l'effet* »[541]. Il formalise ainsi les *quatre discours* en décrivant quatre positions qui sont les suivantes, qui permettent une nécessité ou une impossibilité de rencontre entre les quatre différents termes :

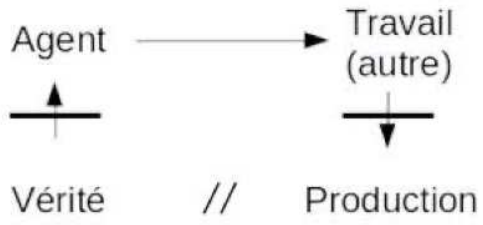
---

538 Wedl, J. (2007) . L'analyse de discours « à la Foucault » en Allemagne : trois approches et leurs apports pour la sociologie. *Langage et société*, n° 120(2), 35-53. https://doi.org/10.3917/ls.120.0035.

539 Lacan, J. (1972). *Le Séminaire, Livre XX, Encore… op.cit.* p. 24.

540 Lacan, J. (1972). Du discours psychanalytique. Conférence de Milan 12 Mai 1972. *Ornicar?* N°29 (1984). p. 11.

541 Lacan, J. (1969-1970). Séminaire XVII, *L'envers de la psychanalyse*. Seuil, 1991. p. 11.



Pour chaque place, les termes des discours peuvent glisser sur chacune des positions mais toujours dans le même ordre pour tenir compte des impossibilités de rencontre. Les quatre termes sont les suivants :

- S1 = Signifiant maître
- S2 = Batterie des savoirs ou Second signifiant maître
- $ = Le sujet divisé
- a = l'objet a, ici pensé en tant que valeur ou encore plus-de-jouir

Si les quatre discours semblent se décliner d'une manière rigide, il reste à garder en tête que le sujet peut incarner les quatre discours les uns à la suite des autres lorsqu'il parle. Ainsi il nous apparaît important ci-dessous de décrire brièvement les quatre agencements du discours.

Pour Lacan, le *discours du Maître* a toujours existé, c'est même le discours qui introduit le petit d'Homme au langage et qui l'en rend dépendant. Il s'adresse à un autre via le signifiant maître (noté S1) qui représente le sujet ($) en place de vérité. La vérité de ce discours c'est de faire voir le sujet. Ainsi, l'autre qui reçoit l'énoncé du discours se voit placé du côté d'un savoir (S2) ayant pour production une valeur, ou pourrait-on dire un plus-de-jouir (a). Le discours du maître produit l'objet a en tant que perdu et dès lors, il introduit une subjectivation chez le parlêtre. Si l'autre se trouve dans une certaine illusion du maître ayant une totale emprise sur lui, le maître reste dépendant d'une certaine division qui incombe à sa posture. Il ne peut avoir une emprise totale sur l'autre. Dès lors, le maître ordonne grâce au S1, et n'a au fond, que peu d'intérêt pour le savoir S2 : « *Un vrai maître ne désire rien savoir du tout, il désire que ça marche* »[542] nous résume Lacan.

Le *discours de l'Universitaire* est une modalité de discours qui existe depuis bien longtemps avant la psychanalyse et sa description par Lacan. Ici le S2 est en place d'agent, ce qui implique un énoncé porté par le savoir. La vérité de ce savoir qu'il énonce représente des signifiants maîtres. Ces signifiants présents en quantité limitée ne peuvent pas être remis en discussion, il font vérité. Cet énoncé est adressé à un autre qui possède une

[542] Lacan, J. (1970). *Le Séminaire, Livre XVII, L'envers de la psychanalyse*. Seuil. p. 24.

valeur, généralement l'étudiant à qui on attribue, par l'examen et les résultats une plue-value plus ou moins grande. L'effet de ce discours sur l'autre est notamment la production d'un division subjective. L'autre a le sentiment encore ici illusoire d'un énonciateur possédant le tout-savoir : « *ce qui occupe la place que provisoirement nous appellerons dominante est ceci, S2, qui se spécifie d'être, non pas savoir-de-tout, nous n'y sommes pas, mais tout savoir. Entendez ce qui s'affirme de n'être rien d'autre que savoir* »[543].

Le *discours de l'Hystérique* a quant à lui été formalisé par Freud puisque c'est le premier qui a porté une attention importante aux insatisfactions de ses patientes hystériques et qui a fini par produire un savoir. Ainsi le discours de l'hystérique s'agence par un énoncé divisé ($) qui représente une valeur, un « *objet précieux* »[544] repéré d'abord par Freud puis nommé comme tel par Lacan. Le discours de l'hystérique s'adresse à un autre supposément en place de maître (S1) et cet énoncé produit ainsi chez l'autre, un savoir (S2) : « *Nous voyons donc l'hystérique fabriquer comme elle peut un homme - un homme qui serait animé par un désir de savoir* »[545].

Enfin, le *discours du Psychanalyste* a seulement été formalisé par Lacan justement dans le cadre de la structuration des quatre discours. Le discours du psychanalyste se construit à partir du discours de l'hystérique, puisque historiquement pour l'essentiel, c'est de l'insatisfaction de l'hystérique qu'est née la psychanalyse et donc le discours du psychanalyste. Le discours du psychanalyste énonce quelque chose des symptômes du patient comme étant une certaine valeur (a), représentant de plus, un certain savoir. Le patient qui reçoit cet énoncé est ainsi pris dans sa position subjectivement divisée, castrée, mais qui produit des possibilités de renommer cette castration grâce à l'introduction de nouveaux signifiants maîtres, principe de la cure analytique même : « *La position du psychanalyste, j'arrive à l'articuler de la façon suivante. Je dis qu'elle est faite substantiellement de l'objet a* »[546] ; puis Lacan ajoute pour préciser : « *celle de l'objet a, en tant que cet objet a désigne précisément ce qui, des effets du discours, se présente comme le plus opaque, comme depuis très longtemps méconnu, et pourtant essentiel. Il s'agit de l'effet de discours qui est effet de rejet* »[547]. Ainsi, le discours psychanalytique s'intéresse et énonce ce qui est rejeté.

---

[543] *Ibid*. p. 34.

[544] *Ibid*. p. 37.

[545] *Ibid*. p. 36.

[546] *Ibid*. p. 47.

[547] *Ibid*.

Ces quatre discours qui donnent corps à différents types de lien social ont été complétés par Lacan par un « tenant lieu » de discours, de lien social ajouté pour rendre compte de ce qu'il en est chez le sujet contemporain : le *discours du Capitaliste*.

Le *discours du Capitaliste* est différent des quatre autres discours. Lacan l'introduit comme tel : « *Le discours capitaliste est astucieux mais il est voué à la crevaison car il est intenable. Ça marche trop vite, ça se consomme, ça se consomme si bien que ça se consume* »[548]. Pour rendre compte de ce discours et de son caractère intenable, Lacan l'introduit non pas avec une rotation des termes au sein de chaque position dans les discours mais avec une permutation entre le signifiant maître S1 et le sujet $ de sorte à donner la formule suivante :



Ce discours formé par Lacan répond à une volonté de rendre compte d'un changement en ce qui concerne la place du savoir : « *ce qui s'opère du discours du maître antique à celui du maître moderne, que l'on appelle capitaliste, est une modification dans la place du savoir* »[549]. Nous avons vu que le discours du maître se caractérise par la représentation du sujet en tant que divisé via la nomination par le signifiant maître (S1). Quelles conséquences peut on établir de cette particularité propre au discours du capitaliste ?

Tout d'abord dans le discours du capitaliste, l'agent prend le terme du sujet mais devant l'absence de vecteur adressé à un autre (voir schéma ci-dessus), l'agent ne s'adresse à rien. Nonobstant, il y a quand même une adresse dans le discours du capitaliste. Le signifiant maître reste celui qui commande à l'autre, mais ici de la place de la vérité comme le vecteur diagonal S1 —> S2 l'indique. De ce savoir S2 peuvent être produits à foison des objets, qui sont identifiés comme jetables et rapidement obsolètes. Lacan les nomme les lathouses : « *Mais pour les menu objets petit(a) que vous allez rencontrer en sortant, là sur le pavé à tous les coins de rue, derrière toutes les vitrines dans ce foisonnement de ces ob-*

---

548 Lacan, J. (1972). Du discours psychanalytique. Conférence de Milan 12 Mai 1972. *Ornicar?* n°29 (1984) p. 13-14.

549 *Ibid*. p 12.

jets faits pour causer votre désir, pour autant que c'est la science qui nous gouverne, pensez-les comme des lathouses »[550].

Dès lors, l'impossibilité de rencontre entre le sujet et l'objet a en principe à l'œuvre dans les quatre discours se trouve ici abolie, comme l'indique la flèche a —> $: flèche qui montre comment le sujet se voit en quelque sorte « a-ddicté » à l'objet. Ainsi, là où le maître antique était celui qui permettait une limitation de jouissance grâce à l'introduction de la loi des signifiants, le maître moderne (selon la configuration du discours du capitaliste) est celui qui semble donner l'ordre inverse, à savoir qu'il commande de jouir, tel l'impératif du surmoi archaïque.

Selon Lacan, l'origine du discours du capitaliste vient de la rencontre entre le maître et la science : « *On n'a pas attendu pour le voir que le discours du maître se soit pleinement développé, pour montrer son fin mot dans le discours du capitaliste, avec sa curieuse copulation avec la science* »[551]. L'avènement du capitalisme n'est pas sans lien avec des conditions historiques comme la réforme protestante il y a plusieurs siècles[552]. Mais le discours du capitaliste a trouvé un point d'appui décisif avec la science comme discours dans notre société contemporaine : « *Il y a autre chose qui a cavalé, et rudement bien, qui s'appelle le discours de la science* »[553]. Comment la science s'est-elle érigée en discours pour servir (volontairement ou non) le capitaliste comme discours ? Nous définirons ci-après le discours de la science, puis nous reviendrons enfin sur notre problématique de départ, à savoir les ressorts des énonciations sur l'addiction que nous avons relevé dans le recueil de données de notre recherche.

3. D'une copulation de la science et du capitalisme

Jean-Pierre Lebrun découpe l'avènement de la science moderne en trois temps historiques. Le premier temps de sa constitution est la construction d'un savoir objectif à partir du Réel. Lebrun le décrit comme l'*épistémè* et il correspond notamment à la manière dont se construit la connaissance dans la Grèce Antique. Le Symbolique est dans ce pre-

---

[550] Lacan, J. (1970). *Le Séminaire, Livre XVII, L'envers…op.cit* p. 115.

[551] *Ibid*. p. 126.

[552] Weber, M. (1905). *L'Éthique protestante et l'esprit du capitalisme.* Flammarion, collection Champs.

[553] Lacan, J. (1972). Du discours psychanalytique. Conférence de Milan 12 Mai 1972. *Ornicar?* N°29. p. 10-11.

mier temps arrimé au Réel : les théories de la connaissance se font à partir de l'observation de la nature.

Le deuxième temps inaugure une rupture épistémologique fondamentale. On remarque une dissociation entre le Symbolique et le Réel. La science ne s'appuie plus sur ce qu'elle observe de réel dans la nature, mais s'appuie sur une certaine mathématisation du monde. Le Réel devient ainsi impossible à attraper autrement que par cette méthode. C'est l'avènement de la démarche cartésienne qui réalise une séparation entre vérité et savoir, permettant l'essor de la science moderne. La méthode scientifique moderne se développe de façon exponentielle à partir du cogito. Cette couverture nouvelle de la nature par les mathématiques, Lacan nous en indique une des conséquences dans son texte « La science et la vérité »[554]: la science s'érige en paradigme d'un savoir potentiellement total qu'il suffirait de découvrir. La science tente de repousser les limites de son ignorance. La conséquence de ce mouvement en est la création d'énoncés qui se détachent de l'énonciation. La production d'énoncés effacés de l'énonciation laisse de côté la subjectivité en tant qu'elle limite. Si le sujet de l'énonciation disparaît au profit des énoncés, quelles conséquences faut-il en conclure concernant le discours ? Le discours de la science est ainsi marqué par deux versants : un savoir total et une récusation des limites de ce savoir. Lebrun nous indique par quoi le lien social se trouve commandé dans le discours de la science : « *ce qui est désormais moteur, à propos de l'univers de la science moderne, ce qui commande, ce n'est plus l'énonciation d'un maître, son dire, mais un savoir d'énoncés, un ensemble acéphale de dits* »[555].

À ces deux temps se succède un troisième qui s'avère être une fusion entre la technique et la science au point que la démarche scientifique dans son sens classique s'en voit reléguée sur un plan secondaire. Lacan soutient dès les années soixante-dix qu'il ne faut : « *quand même pas oublier que la caractéristique de notre science n'est pas d'avoir introduit une connaissance du monde meilleure et plus étendue, mais d'avoir fait surgir au monde des choses qui n'y existaient d'aucune façon au niveau de notre perception* »[556]. La production de connaissances scientifiques sert désormais, dans ce troisième temps l'invention d'une profusion d'objets dont la promesse de demain est l'amélioration du confort humain, et dans son versant inverse, la suspension temporaire de l'impuissance d'au-

---

554Lacan, J. (1966). « La science et la vérité ». *Écrits*. Paris : Seuil. p. 855-877.

555 Lebrun, J.-P. (1997). *Un monde sans limite*. Essai pour une clinique psychanalytique du social. Érès. p. 59.

556 Lacan, J. (1970). *Le Séminaire, Livre XVII, L'envers de la psychanalyse*. Seuil. p. 184.

jourd'hui. L'idéologie qui sous-tend le discours de la science, va désormais aujourd'hui jusqu'à promettre d'effacer l'inconfort du corps et de ce qui l'accompagne à savoir les pulsions, les désirs, et au fond l'inconscient[557]. Dans cette continuité s'inscrit la tentative d'annuler le sexuel, dernier bastion de la reconnaissance de l'altérité en tant que castratrice mais aussi constitutive du sujet divisé. Nous avons déjà relevé dans les parties précédentes les versants cliniques de ce discours, dont Monsieur H est notamment le cas le plus prégnant. Si le discours de la science s'est infiltré dans les énoncés des sujets, c'est en tant que ces derniers sont des consommateurs de la promesse du discours de la science. Lamote en fait le constat : « *Les bénéficiaires du travail du scientifique, en bout de chaîne, ce sont les consommateurs, ceux qui n'ont affaire qu'au produit fini, ceux (en d'autres termes) qui ne voient de la méthode scientifique que les objets (consommables) du troisième moment. Ce sont ces objets produits par une science devenue technoscience qui nourrissent en chacun l'illusion que le pouvoir infini de la science pourra (bientôt) réaliser tous leurs vœux* »[558]. Nous rajouterons qu'au-delà de ces objets gadgets, les images dans les réseaux sociaux ont rejoint cet engrenage. En témoigne par exemple Madame E, suspendue à la promesse d'une meilleure jouissance dans le fil sans fin des réels, où encore un cas que nous n'avons pas déplié de manière exhaustive, Monsieur J : « *le négatif c'est que des fois c'est d'attendre qu'il y ait quelque chose d'intéressant ça ça m'est arrivé ça ouais effectivement ouais il faut dire ça m'est arrivé* ».

À partir de cette fusion entre technique et science produisant nombre d'objets véhiculant une promesse d'un retour à la toute-puissance, le discours du capitaliste permet la mise en œuvre efficace de cette promesse scientiste. Le discours du capitaliste opère un tour (tel un magicien) permettant à l'idéologie scientiste de faire illusion. Le tour d'illusion du discours du capitaliste rend l'idée de la toute-puissance comme possible, mais aussi à vendre. Dès lors une logique du refus de l'Autre en tant qu'instance symbolique et d'introduction à la Loi est de mise[559]. À sa place néanmoins figure un autre tout imaginaire semblable à l'Autre maternel véhiculant la potentialité d'accéder, ou de ré-accéder à ce statut perdu de la tout-puissance infantile, par le biais d'un objet gadget ou d'une promotion de soi en image. Le sujet se voit présenter une solution pour supporter son impuissance constitutive mais qui n'a de cesse d'échouer. La consommation devient effrénée (agent

---

[557] Lamote, T. (2017). Acte I. Scientologie et discours de la science. *L'envers obscène de la modernité : De la Scientologie à Daech*. Hermann. p. 45-77.

[558] *Ibid*., p. 68.

[559] Gaspard, J-L. (2010). Nouveaux symptôme et lien social contemporain. In *Les fondamentaux de la psychanalyse lacanienne* sous la direction de Jodeau Belle et Ottavi. Edition PUR.

dans le discours du capitaliste) dans l'espoir d'accéder à cette complétude imaginaire. Un autre chemin se dessine également : le sujet peut choisir de se faire lui-même magicien pour faire illusion auprès des autres en produisant des objets ou des images (position de l'autre dans le discours capitaliste) rappelant le sujet auto-entrepreneur de soi-même. Le discours du capitaliste précisément, c'est celui qui tente de faire fi de la castration, loi limitant la jouissance et introduisant au désir : « *Ce qui distingue le discours du capitalisme est ceci : la Verwerfung, le rejet, le rejet en dehors de tous les champs du symbolique avec ce que j'ai déjà dit que ça a comme conséquence. Le rejet de quoi ? De la castration* »[560]. C'est par cette analyse qu'on peut ainsi expliquer l'importance des lathouses, c'est-à-dire de ces objets gadgets, conçus et proposés par les techniques scientifiques afin de servir l'économie de marché et la consommation de masse. Là où le discours de la science sert l'illusion de repousser toujours plus les limites du savoir, le discours du capitaliste se met au service d'une économie de jouissance. Tous deux s'arrangent l'un-l'autre dans la production et la vente de ces lathouses, de nature fondamentalement illusoires.

Les réseaux sociaux participent de cette économie, proposant toujours plus d'interactions entre individus et des objets culturels et audiovisuels dans un mouvement continu producteur de croissance pour cette économie néo-libérale. C'est ce discours qui semble à l'œuvre et qui potentiellement à des effets psychiques importants dans nos entretiens. Le discours du capitaliste met celui qui s'y inscrit à la place d'un semblant de maître, un auto-entrepreneur tout en lui donnant l'illusion d'une toute-puissance, se pensant déchargé de la castration symbolique : « *L'agent du discours capitaliste ($) « fait semblant » d'être le maître, croit n'être assujetti à rien, bien qu'il soit, moins qu'un Aladin, plutôt « l'apprenti sorcier » de Goethe, un impuissant qui déchaîne des effets qu'il ne peut dominer et qui imagine que par le pouvoir des mots prononcés dans ses invocations, il peut créer un monde obéissant à ses desseins* »[561]. Nous pourrions dire que l'économie de marché actuelle consiste à faire croire à chaque individu qu'il est aux commandes en l'invitant à nier sa division subjective et en l'invitant à jouir de ce qu'il va consommer. Lacan montre bien comment les individus sont pris dans cet assujettissement que ce soit par l'illusion scientiste ou de consommation : « *Vous êtes désormais infiniment plus loin que vous ne le pen-*

---

[560] Lacan J. (1971-1972) *Je parle aux murs.* Seuil. p. 96.

[561] Braunstein, N. (2011) . Le discours capitaliste : « cinquième discours » ? Anticipation du « discours pst », ou peste. *Savoirs et clinique,* n° 14(2), 97. https://doi-org.ezproxy.u-paris.fr/10.3917/sc.014.0094. p. 99.

sez, les sujets des instruments qui, du microscope jusqu'à la radio-télévision deviennent des éléments de votre existence »[562].

Quand bien même ce discours est bien ficelé pour produire une consommation effrénée et faire perdurer le système actuel, le sujet de l'inconscient n'est pour autant pas complètement effacé. Les structures cliniques comme la division subjective sont toujours d'actualité. Freud, dans sa deuxième leçon sur la psychanalyse, relevait bien l'impossibilité d'en finir totalement avec le trouble qui échoit de l'inconscient : « *Mais à certains égards, le refoulement est pourtant resté inefficace* »[563]. Mais dans le nouveau malaise dans la civilisation, « *entre l'injonction à la jouissance du discours du capitaliste qui ne veut rien savoir de la castration et celle d'objectivation du discours de la science qui ne veut rien savoir du sujet de l'inconscient, nous voyons émerger des solutions de plus en plus radicales de la part des sujets* »[564]. La dimension addictive apparaît ainsi en arrière fond, comme une solution privilégiée et d'ailleurs même adaptée à notre contemporanéité pour traiter l'inconfort du réel du sujet qui ne cesse de faire retour. L'addiction est ici à comprendre non seulement comme conséquence d'une société extrême de consommation, mais aussi comme une tentative pour trouver une solution face à la difficulté de supporter en tant que sujet le manque-à-être. Nous pouvons illustrer cette fonction dans un énoncé de Monsieur P, (cas non analysé de manière exhaustive), qui investit Facebook comme : « *un espace de soupape* » entre deux tâches qui requièrent pour lui une concentration intense, lui qui se définit par ailleurs comme une personne souffrant de TDAH. Les réseaux sociaux se retrouvent dans les places de l'agent et l'autre dans le discours du capitaliste. Les S1 dans les réseaux sociaux, les signifiants maîtres sont en réalité les données qui sont déposées dès la création du compte personnel et l'utilisation de la plateforme. Le dispositif, en place d'autre, récupère ces S1 et en construit un savoir (S2) sur le sujet. Par les différents objets par exemple qui représentent le a, le sujet peut espérer accéder à la place d'un être tout-puissant ne manquant de rien via la conjonction du a vers le $ (a —> $). Comme l'objet n'est qu'un leurre puisque le sujet $ reste irrémédiablement divisé, l'illusion ne se soutient que dans un laps de temps très court. Parfois, la déception est concomitante de l'illusion, comme dans les articles *putaclic* par exemple. Le sujet doit alors réitérer ce tour d'illusion de façon répétitive pouvant aller jusqu'à la frénésie. Nous avons repéré et illustré précé-

---

562 Lacan, J. (1972-1973). Le Séminaire, Livre XX, *Encore*. Leçon du 13 Mars 1973. Seuil. p. 76.

563 Freud, S. (1916-1917), *Introduction à la psychanalyse.* Payot, 1967, p. 41.

564 Gaspard, J-L. (2010). Nouveaux symptôme et lien social contemporain. In *Les fondamentaux de la psychanalyse lacanienne* sous la direction de Jodeau Belle et Ottavi. Edition PUR. p. 16.

demment deux modalités de cette illusion : soit l'illusion permet au sujet, pour un bref temps d'accéder à ce sentiment de toute-puissance ou de jouissance. Il peut témoigner alors d'un émerveillement : « *Y a des côtés trop bien magiques* », ou encore d'une prime de plaisir : « *ça m'apporte une petite joie* ». Ou alors, par l'illusion produite, l'autre est vu comme tout-puissant (ou plutôt tout-jouissant), et alors se déchaînent rivalité et/ou convoitise. Dans les deux cas, une réitération est quasiment imposée au sujet, pour tenter d'accéder à nouveau à une illusion de toute-puissance ou pour essayer déposséder l'autre de sa jouissance.

Cependant, le sujet n'est pas toujours en place d'éternel insatisfait dans les réseaux sociaux. Le sujet peut aussi se placer du côté de l'autre (S2) comme par exemple Monsieur X, influenceur. Il devient ainsi complice du dispositif personnalisé et, pour son aliénation au dispositif, il gagne une rétribution par ses abonnés économique et aussi narcissique. Rosset définit la structure fondamentale de l'illusion comme : « *la structure paradoxale du double. Paradoxale, car la notion de double implique en elle-même un paradoxe : d'être à la fois elle-même et l'autre* »[565]. Dans les réseaux sociaux, mais finalement dans tout dispositif qui se soumet aux illusions du discours du capitaliste, le petit maître est avant tout un prolétaire. En consommant inlassablement des contenus personnalisés à partir de ses propres données, ce dernier en devient dépendant au même titre que le maître est dépendant de son esclave. En revanche, ce qui permet la pérennité et l'extrême sophistication de ce discours, c'est que le capitaliste se fait berner par l'autre (que ce soit le dispositif en lui-même ou un influenceur complice) dans un mouvement qui peut se résumer ainsi : « *L'individualisation comme personnalisation [...] produit performativement des modèles qui s'auto-engendrent et qu'elle projette dans le réseau comme l'orchidée l'image de la guêpe* »[566].

---

[565] Rosset, C. (1976). *Le réel et son double*. Gallimard. p. 19.

[566] Stiegler, B. (2004). De la misère… *op.cit*. p. 109.

CHAPITRE 3. DE LA CAPTOLOGIE AUX TECHNOLOGIES PERSUASIVES : L'ÉMERGENCE D'UN NOUVEAU DISPOSITIF DE POUVOIR

1. Implications éthiques dans l'usage des technologies persuasives

Dans les années quatre-vingt-dix, la Silicon Valley adopte pour une large partie la croyance progressiste selon laquelle les technologies amélioreront les conditions de vie des êtres humains. Lors du développement primaire des technologies persuasives (appelées à l'époque encore la captologie), Fogg estime que : « *la recherche ou la conception de technologies interactives favorisent des changements sociaux bénéfiques* »[567]. Il prône par exemple l'utilisation de ces nouvelles technologies à des fins de santé publique, comme l'incitation de la population à se laver plus souvent les mains, ou encore recycler plus régulièrement les déchets. Ces changements de comportements et d'attitudes peuvent être perçus comme profitables à toute une population. Fidèle à ces convictions, il publie même en 2019 un ouvrage intitulé *Tiny Habits, the small changes that change Everything*[568]. Nous percevons comment sa pensée est marquée par un certain « technosolutionisme ». La quatrième de couverture vante les vertus du *Behvior design* : « *Myth: Change is hard. Reality: Change is easy if you use Behavior Design* »[569]. Cependant, Fogg reconnaît que la captologie sert aussi des intérêts privés, notamment économiques et pose des enjeux éthiques : « *Le sujet des ordinateurs et le sujet de la persuasion soulèvent tous deux des questions éthiques importantes* »[570]. De plus, à l'aube de ses recherches, il reçoit déjà des critiques de ses pairs, jugeant ses travaux comme potentiellement immoraux[571]. Il distingue dès lors deux façons d'utiliser les technologies persuasives, l'une qui serait positive et acceptable car profitable au plus grand nombre, et l'autre qui serait nuisible à la population générale car servant les seuls intérêts privés. Ainsi dès 1998, Fogg donne quelques recommanda-

---

567 Fogg, B. J. (1998). « Persuasive computers : perspectives and research directions ». In : *Proceedings of the SIGCHI Conference on Human Factors in Computing Systems*. New York : ACM Press. p. 228.
« researching or designing interactive technologies that promote beneficial social changes »

568 Traduit en français par : « changer sa vie, la méthode des petites habitudes ».

569 Fogg, B.J. (2019). *Tiny Habits, the small changes that change Everything.* Harcourt.

570 Fogg, B.J. (1998). *op.cit.* p. 231.
« The topic of computers and the topic of persuasion both raise important issues about ethics »

571 Fogg, B.J. (2003). *Persuasive Technology: Using Computers to Change What We Think and Do* (Interactive Technologies). (Emplacements du Kindle 270). Édition du Kindle.

tions pour rendre l'utilisation des technologies persuasives la plus éthique possible. Tout d'abord, il s'agirait de créer des systèmes persuasifs avec un design et un contenu respectueux de la vie privée des utilisateurs. Les principes d'influence ne doivent pas être utilisés à des fins de tromperie et se doivent de respecter voire soutenir les libertés individuelles[572]. De même les procédés de persuasion devraient être utilisés par choix consenti. Selon Fogg, la seconde condition pour rendre les systèmes persuasifs plus respectueux de l'éthique et permettant le libre choix de l'individu n'est autre que l'éducation au numérique. L'utilisateur se devrait d'être conscient des tenants et des aboutissants concernant les technologies persuasives afin de pouvoir utiliser les systèmes persuasifs en toute connaissance des effets potentiels sur ses attitudes et comportements. Il pourrait ainsi consentir à adopter les technologies persuasives pour améliorer sa propre vie[573]. Il renvoie ici d'emblée la responsabilité du bon usage de ces technologies à chaque individu. Une réflexion de Bruno Patino dans l'ouvrage *La civilisation du poisson rouge* (2019) décrit une contrepartie de cette position proclamée par Fogg : « *Nous voulions la liberté du choix, le vertige de la maîtrise de l'information et des signaux. Mais la réalité de la dépendance nous guette* »[574]. Les apports de la psychanalyse mettent en lumière un possible point aveugle chez la philosophie de Fogg. Lacan affirme dans le Séminaire VII sur l'Éthique de la psychanalyse : « *Ce qui nous gouverne sur le chemin de notre plaisir, ce n'est aucun Souverain Bien* »[575]. Le sujet devient seul responsable de sa propre jouissance par le biais de la création de ce dispositif.

Dès lors, que peut-il bien se cacher derrière cette vitrine du « *bien pour tous »* accolée à toute innovation technoscientifique ? Le « faire le bien » par l'usage d'applications numériques semble masquer des enjeux plus complexes et ne peut s'opposer radicalement à une utilisation favorisant par des intérêts privés, financiers ou de pouvoir. La vision dite « positive » des systèmes persuasifs, à savoir apporter des changements sociaux bénéfiques paraît relever d'un certain angélisme tout autant questionnable sur le plan éthique. Pour l'illustrer, prenons appui sur un article de 2011 de Mauritz Kaptein et al. intitulé « Envisio-

---

[572] Fogg, B.J. (1998). *op.cit*. p. 230.
« a few core values should apply to all persuasive computing designs, such as avoiding deception, respecting individual privacy, an enhancing personal freedom »

[573] *Ibid*., p. 230.
« First increased knowledge about persuasive computers allow people more opportunity to adopte such technologies to enhance their own lives, if they choose »

[574] Patino, B. (2019). *La civilisation du poisson rouge : Petit traité sur le marché de l'attention*. Grasset. p. 38.

[575] Lacan, J. (1960). *Le Séminaire, Livre VII, L'éthique de la psychanalyse*. Seuil. Leçon du 29 Juin 1960.

ning persuasion profiles : Challenges for public policy and ethical practice » et publié dans la revue *Interactions*.

Cet article commence par l'histoire fictive d'un adolescent nommé Joey, souffrant d'obésité et préférant jouer aux jeux vidéos plutôt que de sortir de chez lui pour se promener ou aller faire du vélo. Suite à une problématique de harcèlement au collège due à son obésité, le père de Joey souhaite instaurer le contrôle parental sur les réseaux sociaux de son fils lorsqu'il tombe sur son profil de persuasion. Comprenant que son fils est plus sensible au principe de preuve sociale qu'au principe d'autorité, son père décide de l'aider en lui trouvant une application lui permettant de perdre du poids, mais une application qui utilise principalement le principe de la preuve sociale[576]. Dans ce scénario, le profil de persuasion est utilisé par un tiers pour aider Joey a choisir des activités meilleures pour sa santé. Selon Kaptein, ce scénario démontre que les profils de persuasion peuvent être utilisés dans une visée positive. « *La réaffectation des profils de persuasion peut parfois se faire dans l'intérêt d'une personne* »[577] , intérêt ici supposé par Kaptein via le personnage du père dans la perte de poids pour Joey. Dans cet exemple, l'intérêt n'est-il pas ici supposé par un autre et non par l'individu concerné ? La question a-t-elle été posée à Joey ? Joey a-t-il lui-même le désir de perdre du poids ? En somme, la position subjective de Joey à propos de son obésité est ici totalement absente. Certes l'obésité est, à des fins de santé, un enjeu prioritaire dans notre modernité. Mais Joey souffre-t-il davantage de son obésité ou du harcèlement scolaire? L'amélioration de l'état de santé de Joey doit-il passer forcément par une perte de poids ? Qu'en est-il de son équilibre psychique lorsqu'il doit faire face à d'autres difficultés rencontrées dans sa vie ? Finalement le profil de persuasion est-il mis en place véritablement dans l'intérêt de Joey ou pour un intérêt supposé permettant de soulager le sujet ? Nous pouvons dès lors douter de quelque qualité éthique et de l'importance attachée ici aux valeurs humaines dans l'usage de toute technologie persuasive. Dans l'exemple proposé, le père semble dirigé davantage vers une conduite normative plutôt que d'attacher de l'importance à la dimension subjective.

L'utilisation des technologies persuasives « *avec éthique* » fait encore plus question quand Kaptein précise que la vente de profil de persuasion sert l'intérêt des individus :

---

576 Kaptein. M. (autres auteurs). (2011). « Envisioning Persuasion Profiles : Challenges for Public Policy and Ethical Practice ». *Proceedings of the SIGCHI Conference on Human Factors in Computing Systems (CHI '11)*, 2125–2134. New York : ACM Press.

577 *Ibid*.
« The repurposing of persuasion profiles may sometimes be done in an individual's interest »

« *Les profils de persuasion peuvent être réutilisés, partagés et vendus*»[578]. En somme, pour justifier l'utilisation du profil de persuasion dont Joey n'a pas connaissance, l'argument proposé par Kaptein est celui de la suppression du symptôme (dans cet exemple l'obésité de Joey) permettant au sujet par la suite d'en faire une auto-promotion: « *La transparence aurait pu laissé Joey obèse, plutôt que fier de ses succès* »[579]. Qui nous dit que Joey se sentira mieux s'il perd du poids ? La liberté de choix, le respect de la vie privée ainsi que l'éducation sont ici mises de côté au profit d'un échange de données et d'un bénéfice financier de la part de l'application ayant établie le profil de persuasion de Joey. En 2003 déjà Fogg évoquait cette même démarche notamment pour la diminution de la consommation d'alcool, ou plus étonnant, pour éviter les conflits entre les parents et les enfants concernant le brossage de dents : « *Plutôt qu'avoir des parents qui demandent à leurs enfants de se brosser les dents, une brosse à dents intelligente pourrait aider à motiver les enfants à faire le travail en leur rappelant au moment et au lieu appropriés* »[580]. L'éducation se ferait grâce à l'application numérique. Ainsi, les parents seraient délestés de conflits avec leur enfant, conflit pourtant nécessaire à la constitution saine du psychisme de ce-dernier. L'éducation serait ainsi opérée non plus par l'Autre parental, mais par un algorithme numérique qui en ferait fonction.

L'histoire de Joey, bien qu'anecdotique et fictive, entre néanmoins en écho avec ce que dénonce notamment le philosophe Gilles Lipovetsky (1983) dans son analyse critique de la mutation sociétale des années quatre-vingt et de la personnalisation toujours plus poussée des rapports sociaux. Nous avons vu dans une première partie que depuis le *tamagotchi*, ces technologies n'ont eu de cesse d'améliorer leurs fonctionnalités pour augmenter l'efficacité de la persuasion auprès des utilisateur. Selon l'auteur, l'évolution technologique introduit une nouvelle logique dans de nombreux secteurs de la vie sociale, à savoir la disparition de l'ordre disciplinaire-révolutionnaire-conventionnel au profit de l'apparition de ce qu'il nomme le « procès de personnalisation ». Ce concept est alors entendu comme un : « *type d'organisation et de contrôle social qui nous arrache à l'ordre disciplinaire-révolu-*

---

[578] *Ibid.* « Persuasion profiles can be created, used, shared, and sold. And for Joey, for now, it was for the better ».

[579] *Ibid.*« Transparency could have left Joey obese, rather than proud of his successes ».

[580] Fogg, B.J. (2003). *Persuasive Technology: Using Computers to Change What We Think and Do* (Interactive Technologies). (Emplacements du Kindle 335). Édition du Kindle.
« Rather than having parents nag their kids to brush their teeth, a smart toothbrush could help motivate kids to do the job by reminding them at the appropriate time and place »

tionnaire-conventionnel ayant prévalu jusque dans les années cinquante »[581]. L'apparition du procès de personnalisation opère une véritable rupture vis-à-vis des modèles sociaux qui lui pré-existait. Si Lipovetsky précise que le procès de personnalisation augmente la plue-value sur la force de travail, il n'en reste pas moins que la personnalisation se situe davantage comme une mutation sociologique globale. Une société personnalisée s'appuie notamment pour Lipovetsky sur : « *l'information et la stimulation des besoins* »[582]. La société s'organise désormais autour de ces pôles et ainsi permet de gérer autrement les populations. Ce que Lipovestsky décrit entre en résonnance avec la doctrine captologique que nous avons précédemment présentée : « *le moins de contrainte et le plus de choix privés possibles, avec le moins d'austérité et le plus de désir possible, avec le moins de coercition et le plus de compréhension possible* »[583].

Le procès de personnalisation se caractérise par deux polarités : d'un côté des dispositifs naissants comportant une : « *socialisation programmée* »[584], élaborée non pas par la rencontre subjective mais davantage pour un management des rapports sociaux que Lipovetsky surnomme le : « *conditionnement généralisé* »[585]. Cette polarité semble décrire le principe même du réseau social dans lequel les liens sociaux sont filtrés par les interactions permises par le système numérique et ses fonctionnalités. La seconde polarité symétrique à la première s'appuie sur une particularisation des liens sociaux, où la « rencontre du même » se fait par l'agglutination d'individus en groupes en fonction de caractéristiques identitaires. Le procès de personnalisation en édulcorant les rapports sociaux semble du même coup gommer ou à minima limiter la rencontre de l'altérité au sein même des propres dispositifs. Les technologies persuasives, dans une recherche perpétuelle d'efficacité de persuasion via la personnalisation de l'expérience contribuent dans leur essence à véhiculer les deux faces du procès de personnalisation. Du procès de personnalisation découle une modification des modes de socialisation comme des liens sociaux. Les technologies persuasives y participent en s'inscrivant dans la personnalisation des interactions. Et en tant que cliniciens, nous ne pouvons pas faire l'impasse sur cette évolution et en observer les conséquences subjectives et psychopathologiques.

---

581 Lipovetsky, G. (1983). *L'ère du vide : Essais sur l'individualisme contemporain*. Paris : Gallimard. p. 10.

582 *Ibid*. p. 11.

583 *Ibid*.

584 *Ibid*. p. 13.

585 *Ibid*. p. 14.

PLUCHART, Sandra. La captologie comme outil d'influence : enjeux psychopathologiques et subjectifs - 2025

Selon Lipovetsky, la modification des rapports sociaux se traduit par l'émergence de l'individualisme hédonisme. Le discours véhiculé par les dispositifs personnalisés renvoie à l'idée d'une jouissance individuelle où l'Autre est absent, voire exclu volontairement. La personnalisation des interactions rend légitime une jouissance individuelle, pouvant à l'extrême s'affranchir de la rencontre avec la différence. S'en suit selon Lipovetsky une indifférence généralisée à l'autre, où le culte du même devient la norme grâce à une : « *quête d'accomplissement personnel immédiat* »[586]. Comment un dispositif personnalisé, prônant l'hédonisme immédiat peut-il faire intervenir une logique désirante ? C'est ce que Lipovetsky rend compte quand il énonce que le procès de la personnalisation a pour conséquence une perte de confiance en l'avenir. Les sujets ne sont pas encouragés à rêver d'un temps prochain, mais plutôt à préférer le confort immédiat via la personnalisation des interactions, dont la personnalisation de la persuasion participe. Lipovetsky va même jusqu'à énoncer que la personnalisation des rapport sociaux, outre le fait de dissoudre les idéaux de progrès de la modernité laisse un sujet régi par le narcissisme, le vide du fait de son insertion dans ce type d'économie de la jouissance.

Néanmoins, les chercheurs dans les technologies persuasives et notamment Kaptein entendent les questionnements éthiques sur l'utilisation de profils de persuasion : « *Depuis que les profils de persuasion peuvent être utilisés dans des contextes multiples et sans que l'individu n'en ait connaissance, cela peut paraître effrayant et non éthique* »[587]. En effet, la définition actuelle des technologies persuasives, datant de 2021 lors de la seizième conférence internationale sur ces technologies comporte une attention particulière sur le plan éthique : « *les technologies persuasives sont un champ de recherche interdisciplinaire vibrant, qui se concentre sur la conception, le développement et l'évaluation des technologies interactives. Les technologies persuasives ont pour but de changer les attitudes et comportements des personnes à travers l'influence sociale et le persuasion, mais avec d'importantes considérations à propos de la transparence et l'éthique* »[588].

Le problème est que l'objectif principal des technologies persuasives reste la quête d'une plus grande efficacité quitte à abandonner la dimension éthique au profit d'un calcul économique. En effet aujourd'hui, les technologies persuasives sont avant tout au service

---

[586] *Ibid.*, p. 15.

[587] Kaptein, M. (2011). « Envisioning Persuasion Profiles : Challenges for Public Policy and Ethical Practice ». *op. cité*, p. 67. « Since persuasion profiles can be used across multiple contexts and without an individual's knowledge, they sound scary and perhaps unethical »

[588] B. J. Fogg, (2003) *Persuasive Technology: Using Computers to Change What We Think and Do*(Morgan Kaufmann. 2021_Bookmatter_PersuasiveTechnology.pdf.

du capitalisme financiarisé et placent l'exploitation des données des usagers en dehors de toute visibilité quant à leur usage mais essentiellement structurée selon l'économie de marché. Respecter le libre choix de l'utilisateur semble un leurre lorsque des techniques de *nudges* sont employées (comme le tunnelling déjà évoqué en première partie de notre recherche). Respecter la vie privée entre en partie en contradiction avec l'avènement du profilage implicite, pourtant utilisé aujourd'hui dans la plupart des applications de réseaux sociaux. Enfin, l'éducation peine à se faire une place au sein même de ces applications quand le design est spécifiquement pensé dans le but d'éviter que les utilisateurs ne lisent les conditions générales d'utilisation des applications, ou lorsqu'il devient impossible (du fait d'une complexité voulue par les concepteurs des procédures) de refuser les cookies (traceurs publicitaires) [589].

Si les technologies persuasives apparaissent sans éthique, elles semblent avoir aussi oublié le souci du bien que célébrait Fogg. À titre d'exemple, la CNIL a sanctionné en 2022 plusieurs sites utilisant les systèmes persuasifs pour avoir déposé des cookies publicitaires sur les ordinateurs des utilisateurs du site à leur insu[590]. Or dans la logique des concepteurs de ces nouvelles technologies, « demander le consentement de l'utilisateur » contrevient à l'un des objectifs des technologies persuasives qui est de proposer « *une expérience utilisateur non-perturbée* »[591]. En l'état de notre réflexion, nous pouvons nous demander si les technologies persuasives qui sont censées viser au bien-être de la population et se proposent d'améliorer la qualité de vie des individus ne viennent pas illustrer parfaitement l'apologue de Lacan : « *Le domaine du bien est la naissance du pouvoir* »[592].

2. Les technologies persuasives et le pouvoir pastoral

À l'instar de nos cas cliniques et des premières conclusions de ce travail de thèse, il convient de nous interroger maintenant sur l'effet sur les individus de la diffusion des systèmes persuasifs dans notre modernité. Les incidences psychiques que nous avons constaté dans notre recherche sont-elles uniquement le vecteur de fragilités psychopathologiques

---

[589] Le rapport d'activité de la CNIL en 2021 fait état de 89 mises en demeures concernant les cookies : https://www.cnil.fr/fr/la-cnil-publie-son-rapport-dactivite-2021

[590] CNIL. (2022). https://www.cnil.fr/fr/cookies-le-conseil-detat-valide-la-sanction-de-2020-prononcee-par-la-cnil-contre-amazon [Consulté le 18/09/2023]

[591] Kaptein, M. Lacroix, J. & Saini, P. (2015). Personalizing persuasive technologies: Explicit and implicit personalization using persuasion profiles. *International Journal of Human-Computer Studies*, 77, p. 41.

[592] Lacan, J. (1960). *Le Séminaire, Livre VII, L'éthique de la psychanalyse*. Seuil. leçon du 29 juin 1960.

particulières et individualisées, ou peuvent-elles être le témoin de l'impact sur chacun d'un discours contemporain dominant et d'un dispositif spécifique de pouvoir ?

La position subjective de Monsieur G par exemple, relate notamment un mode de défense contre un Autre imaginaire vécu comme tout-puissant, envahissant, voire même dangereux. Ce mode de défense intervient comme une lutte contre l'assujettissement à cet Autre. Si nous percevons des effets de structure dans l'usage du réseau social chez Monsieur G mais aussi chez les autres participants, nous pouvons nous demander si nous ne nous trouvons pas aussi face à un *symptôme dans la culture* traduisant un nouveau malaise dans la civilisation, tant on sait que la culture possède un rôle actif dans ces modes d'expression symptomatiques. La pensée foucaldienne nous indique comment les défenses des individus se font illustration des subjectivités prises dans des dispositifs de pouvoir. Dans son texte « *Le sujet et le pouvoir* » (1982), Foucault analyse les luttes qui définissent en retour la forme de pouvoir en place. Pour Foucault, le pouvoir est compris comme : « *un ensemble d'actions sur des actions possibles : il opère sur le champ de possibilité où vient s'inscrire le comportement de sujets agissants : il incite, il induit, il détourne, il facilite ou rend plus difficile, il élargit ou il limite, il rend plus ou moins probable ; à la limite, il contraint ou empêche absolument* »[593]. Dans notre recherche, les participants font-ils face à un type de pouvoir qui relève encore de la disciplinarisation des corps et des savoirs ? En effet, le pouvoir adossé aux nouvelles technologies a pour fonction première une personnalisation toujours plus poussée qui tend paradoxalement à effacer la singularité pour la diluer dans des identités catégorielles d'individus toujours plus isolés.

Le discours du dit « bien » lié aux technologies persuasives dans leurs capacités à influencer les individus par la sollicitation des affects est le pâle reflet d'un lien social censé être basé sur la démocratie et dont le fonctionnement n'est pas sans effets sur les individus. En 1835 dans *De la démocratie en Amérique*, Toqueville écrit : « *Je veux imaginer sous quels traits nouveaux le despotisme pourrait se produire dans le monde : je vois une foule innombrable d'hommes semblables et égaux qui tournent sans repos sur eux-mêmes pour se procurer de petits et vulgaires plaisirs, dont ils emplissent leur âme. Chacun d'eux, retiré à l'écart, est comme étranger à la destinée de tous les autres* »[594]. Cette façon d'être au monde décrite par Tocqueville découlerait selon lui, du fonctionnement démocratique dans lequel le pouvoir aurait la charge de la jouissance des citoyens en évitant toute forme

---

[593] Foucault, M. (1982). *Dits et écrits*, t. IV (1980-1988), Paris : Gallimard, 1994, p. 237.

[594] Toqueville. (1835). *De la démocratie en Amérique*. Edition. Gallimard**.** Première partie (1835), p. 313.

de coercition : « *[Le pouvoir] est absolu, détaillé, régulier, prévoyant et doux* »[595]. Il aurait ainsi pour conséquence de fixer les individus dans un mode de fonctionnement où la préoccupation serait tournée majoritairement vers la prise de plaisir immédiate. L'individu se regrouperait autour de la rencontre d'un même que soi en étant dégagé de la contrainte qui tisse l'altérité dans le lien social notamment portée par la confrontation à l'échec du rapport sexuel. L'auteur compare ce pouvoir à une forme paternaliste qui se préoccupe uniquement des distractions : « *il ne cherche, au contraire, qu'à fixer [les citoyens] irrévocablement dans l'enfance ; il aime que les citoyens se réjouissent, pourvu qu'ils ne songent qu'à se réjouir* » [596].

Cette mise en garde contre la formation de cet État social individualisé et isolant, rattaché à la démocratie dans sa mise en avant de l'égalité des conditions, induit une certaine mise en tension avec la constitution du sujet. Celui-ci ne peut se constituer sans lien social en tant qu'altérité, tel que Freud l'a formulé : « *La psychologie individuelle se présente dès le début, comme étant en même temps, par un certain côté une psychologie sociale* »[597]. En somme, le sujet est toujours d'emblée introduit au monde par le discours d'un Autre en tant que différent, introduisant à une perte de jouissance (dimension de la castration). Cet Autre qu'il soit le membre nucléaire de la famille, du côté de l'Autre primordial, ou encore une figure externe de référence au futur sujet, est surtout le vecteur du discours sociétal propre à chaque époque. L'Autre est notamment définit par Lacan comme *le lieu de la parole.* Le sujet apparaît ainsi profondément marqué à la fois par son interaction avec l'Autre, mais aussi par l'organisation de la société de son époque. L'organisation des sociétés induit des influences intrapsychiques, dans la constitution subjective, via le discours de l'Autre.

Que reste-t-il des réflexions de Tocqueville dans notre système démocratique contemporain ? Assurément, la pensée de Foucault approfondit le constat de Tocqueville à propos du discours issu de la démocratie. Il décrit l'organisation sociétale dans laquelle les individus évoluent à la fin du XXème siècle. Il y dégage l'institutionnalisation du *pouvoir pastoral*, correspondant aux descriptions de Tocqueville cent cinquante ans plus tôt. Le pouvoir pastoral, affranchi de sa dimension religieuse se retrouve dans le fonctionnement étatique qui découle de la démocratie. Foucault décrit le pouvoir pastoral comme se souciant de la dimension de la particularisation de l'individu, tout au long de sa vie que nous

---

[595] *Ibid*., p. 314.

[596] *Ibid*., p. 314.

[597] Freud, S. (1921). *Psychologie des foules et analyse du moi*. *Essais de psychanalyse.* Payot. p. 5.

PLUCHART, Sandra. La captologie comme outil d'influence : enjeux psychopathologiques et subjectifs - 2025

pouvons opposer à la singularisation. De plus, il insiste sur la mise en avant, dans le pouvoir pastoral, de la prise en compte de la vérité relative à chaque individu. Nous pouvons mettre en perspective son analyse avec les propos contemporains de certains politiciens. L'enjeu du débat public ne semble plus d'approcher la vérité en tant que partage universel d'un vécu mais de revendiquer une vérité subjective qui s'affronte avec une autre vérité sans qu'aucune ne puisse triompher. Les vérités restent parallèles et chacun peut ainsi choisir à laquelle s'accorder. Nous entrons ainsi dans le temps de la post-vérité.

Foucault nous indique ainsi les conditions d'exercice du pouvoir pastoral sur tout un chacun : « *Cette forme de pouvoir ne peut s'exercer sans connaître ce qui se passe dans la tête des gens, sans explorer leurs âmes, sans les forcer à révéler leurs secrets les plus intimes. Elle implique une connaissance de la conscience et une aptitude à la diriger* »[598]. Diriger la conscience de chaque individu dans sa particularité sans utiliser la contrainte ni la coercition pour respecter les principes démocratiques suppose d'utiliser des moyens persuasifs. En effet, la persuasion s'attache non pas à la véracité universelle mais à faire émerger, grâce à la sollicitation des affects, la vérité individuelle qui permet d'influencer ainsi les attitudes et les comportements des individus. L'exercice de la persuasion s'effectue en prenant en compte cette « vérité » individuelle. Ainsi, le pouvoir pastoral exclu de l'ecclésiaste, en s'accordant à assurer le bien-être, la protection et la sécurité de chacun, gagne la confiance des individus. De ce fait, les réseaux sociaux semblent particulièrement adaptés pour la diffusion du pouvoir pastoral, comme l'indique notamment Da Silva Junior : « *La technologie numérique est devenue un outil politique puissant dans l'économie néolibérale, car elle permet de guider de grands nombres d'individus libres, bien adaptés et personnalisés* »[599]. L'individu se trouve alors aliéné à un Autre mais lutte aussi contre ce mouvement d'assujettissement. Nous avons relevé une résistance des sujets face à l'autohypnose dans les réseaux sociaux tout en ne pouvant pas s'empêcher d'y revenir. Même si le pouvoir pastoral est diffusé depuis de nombreuses décennies, y a-t-il une particularité dans notre contemporanéité de la diffusion de ce pouvoir ? Cette particularité réside-t-elle dans la façon d'exercer le pouvoir pastoral ?

Jusqu'à la fin du XXème siècle, l'exercice du pouvoir pastoral ne pouvait répondre tout-à-fait à son ambition telle que Foucault l'a identifiée. En effet, l'exercice optimal du

---

598 Foucault, M. (1977-1978). *Sécurité, territoire, population.* Cours au Collège de France. Seuil/ Gallimard. 2004. p. 233-234.

599 Da Silva Junior, N. (2019). The Politics of Truth and its Transformations in Neoliberalism: the Subject Supposed to Know in Algorithmic Times. *Filozofski vestnik.* N°3. p. 136.
« Digital technology became a powerful political tool in the neoliberal economy since it enables the shepherding of large numbers of well fit and cus- tomized free individuals ».

pouvoir pastoral résidait dans l'attention à chaque individu, dans son rapport à la vérité ou son rapport à la perception de son environnement. Cependant, la diffusion de ce pouvoir était limitée par les moyens techniques de l'époque et par la nécessité de prélever les informations des individus. Ainsi, s'il réside une tentative de particulariser les individus dans un but d'influencer leurs attitudes et comportements, c'est avec l'avènement des technologies persuasives qu'est rendu désormais possible une personnalisation de l'expérience de l'individu dans l'usage de l'objet technologique.

L'utilisateur est désormais influencé grâce à la récolte et à l'analyse de données qu'il dépose tout au long de son usage des réseaux sociaux et des applications. La personnalisation met en jeu des principes de persuasion façonnés par les plateformes. L'expérience est dès lors sur-mesure en fonction de chacun, ou plus précisément, en fonction de la sensibilité cognitive et psychoaffective de chaque individu[600]. Comme le souligne Stiegler : « *L'individualisation comme personnalisation est la transformation de la singularisation en particularisation par sa grammatisation numérique, dont l'efficacité quant au contrôle est infiniment plus puissante* »[601]. Ici, en s'intéressant au cœur de ce qui attire l'investissement libidinal du sujet, les systèmes persuasifs personnalisés opèrent une captation de l'attention du sujet via la sollicitation des affects par le biais des perceptions (visuelles et auditives) et donc sollicitent le circuit pulsionnel. Accorder de l'importance à la sensibilité individuelle, c'est exercer un pouvoir pastoral et contrôler non seulement les comportements, mais c'est aussi tenter de contrôler les psychés : « *il s'agit de contrôler ces technologies de l'aisthesis que sont par exemple l'audiovisuel ou le numérique, et, à travers ce contrôle des technologies, il s'agit de contrôler les temps de conscience et d'inconscient des corps et des âmes qui les habitent, en modulant par le contrôle des flux ces temps de conscience et de vie* »[602].

Debord, de la même façon que Stiegler, identifiait la solitude toujours plus poussée des individus comme conséquence de la sollicitation des affects dans la société de spectacle[603]. La spécificité des technologies persuasives est l'adaptation du spectacle à l'investissement psychique de chacun. En résulte un isolement croissant qui entre en corrélation avec le discours du capitaliste prônant la jouissance individuelle au détriment de ce que

---

[600] Kaptein, M., & Eckles, D. (2012). Heterogeneity in the effects of online persuasion. *Journal of Interactive Marketing*, 26(3), p.176–188. Elsevier. https://doi.org/10.1016/j.intmar.2012.02.002

[601] Stiegler, B. (2004). *De la misère… op.cit.,* p. 109.

[602] *Ibid*., p. 15.

[603] Debord, G. (1967). *La société du spectacle.* Gallimard, coll. « Folio Essais ».

peut coûter l'inscription dans le lien social. Chaque sujet pris dans le discours qui prône cette jouissance pulsionnelle individualiste est ainsi en proie à des effets de domination, donc de pouvoir, véhiculée par les multinationales en accord avec l'État, lui-même pris dans ce rapport, tout comme le savoir scientifique. En effet, le discours de la science est accolé au discours du capitaliste. Cette combinaison de la loi du marché et de la production d'outils technologiques toujours plus performants innovations soutenus par les États (universités) mais contrôlée au bout du compte par des multinationales produit ainsi des messages persuasifs publicitaires hautement efficaces comme par exemple : « *L'Ipad pour l'école. Valeur à long terme. Un apprentissage sans limites* »[604]. Ce type de publicités sur les réseaux sociaux est reçu généralement par l'individu au moment de sa disponibilité attentionnelle la plus opportune[605]. Ce slogan-ci est accompagné de l'image d'un enfant épanoui avec une tablette entre les mains à côté d'un adulte souriant, lui aussi ayant l'œil plongé sur le même écran. La complétude de l'image couplée au message nous renvoie aux analyses sémiologiques de Barthes (1982) et à une désubstancialisation de l'équivoque dans le signifiant[606], obturant le regard au profit du voir comme satisfaction esthétique univoque. Stiegler souligne les effets et atteintes aux capacités désirantes des individus : « *Ce qui est détruit, autrement dit, c'est le désir même* »[607]. Le sujet est ainsi pris dans un mécanisme de fascination, sollicité dans sa jouissance et dans la convoitise de l'objet du fait de l'illusion de la toute-puissance de l'autre, en lieu et place d'une position divisée qui ferait naître son propre désir. Autrement dit, il se confronte sans arrêt à des leurres.

Si nous pouvons aisément transposer le pouvoir pastoral sur celui exercé par les plateformes des système persuasifs, il reste un paramètre qui paraît s'en distinguer dans notre soumission actuelles aux réseaux sociaux et aux nouvelles applications numériques. En effet, le pouvoir pastoral renvoie une logique verticale sous-tendue par une certaine forme de paternalisme, c'est-à-dire qu'il y aurait à sa tête une instance symbolique faisant fonction de guide et de bon berger. Se pourrait-il à contrario que la spécificité du pouvoir actuel serait paradoxalement (par effet de leurre) de devenir toujours plus horizontal voire

---

[604] Apple. (2024). *S. T.* [image en ligne].

[605] Kaptein, M., Markopoulos, P., de Ruyter, B., & Aarts, E. (2015). Personalizing persuasive technologies: Explicit and implicit personalization using persuasion profiles. In P. W. de Vries & Al. (Eds.), *Persuasive Technology. Persuasive 2015. Lecture Notes in Computer Science* vol. 9072, p. 205–216).

[606] Barthes, R. (1982). *L'aventure sémiologique*. Paris : Seuil.

[607] Stiegler, B. (2004). *De la misère… op. cit.* p. 24.

acéphale et nous écarterait progressivement de la vérité et au niveau des institutions, du jeu démocratique comme de l'adhésion aux religions traditionnelles ?

3. Particularités du pouvoir soutenu par les technologies persuasives

Tout au long de ce travail de thèse, notre rencontre clinique des participants s'est appuyée sur les apports de la théorie psychanalytique freudienne et lacanienne. Notre recherche a impliqué alors de lire au-delà de ce que le sujet dit pour entendre son énonciation, porteuse des contenus inconscients. Nous nous sommes ainsi efforcés à cet exercice, qui s'appuie sur la psychanalyse tout en s'en distinguant, du fait du dispositif de rencontre dans le cadre d'une recherche universitaire, bien éloigné de la cure-type. Néanmoins grâce à ce dispositif, nous pouvons en tirer les enseignements suivants. Crary rappelle que le spectacle ne concerne pas uniquement l'acte de regarder des images, mais doit offrir des conditions permettant d'individualiser, d'immobiliser et de séparer les sujets[608]. Nous pouvons ainsi déduire que les technologies persuasives reprennent les codes du spectacle en tant qu'elles séparent elles-aussi les individus. En effet, les individus qui consultent les réseaux sociaux ne forment pas une foule unie par une même idée ou par l'identification à un leader. Chaque individu s'identifie de façon imaginaire et pour un temps, à l'autre ou contre l'autre dans un mouvement général de dissolution qui constitue davantage une multitude, par opposition à la foule. Nous avons vu par ailleurs comment le pouvoir pastoral peut se déployer en cherchant à particulariser les modes de jouissance au un par un puis à les collectiviser. Mais l'expérience subjective sur les réseaux sociaux nous emmène au-delà de la dimension spectaculaire décrite par Crary, mais aussi par Debord. Les réseaux sociaux dans leur enchevêtrement avec les discours du capitaliste et de la science, produisent selon nous des effets spécifiques de domination.

Tout d'abord, le sujet se trouve enchaîné à la combinaison de ces deux discours dans son usage des réseaux sociaux dans un tenant lieu de lien social. L'usage des réseaux sociaux par le sujet permet ainsi d'appliquer avec force des mécanismes de suggestion poussant à la consommation. Cependant, ce discours n'est pas moins concerné par la logique d'ordre. De même que le surmoi défini par Lacan, ce discours relève d'une injonction à la jouissance. Or si chaque discours est un dispositif permettant de distribuer et d'ordonner la jouissance et de ce fait devient un appareil de pouvoir, le sujet se voit ici invité à

---

[608]Crary, J. (1999). *Suspensions of Perception: Attention, Spectacle, and Modern Culture*. Cambridge (MA) & London : MIT Press.

délaisser le symptôme pour tenter de bricoler seul grâce aux sollicitations de l'économie de marché une solution à son mal-être [609].

La deuxième spécificité de ce pouvoir est la production d'une dépendance qui décale le sujet de l'ancien rapport hédoniste aux choses du monde, relevée jusqu'alors de Toqueville à Lipovetski. Nous avons montré que les sujets rencontrés évoquent un investissement addictogène des réseaux et applications basés sur les technologies persuasives. Pour chacun, nous l'avons vu, cette dépendance s'exprime différemment à la fois en fonction de la structure psychique, mais aussi en fonction du désir ou des centres d'intérêt propre à chacun de ces sujets, marquant ainsi le caractère hautement personnalisé de cet usage numérique. Cette disposition rencontrée par les participants nous font penser à l'établissement d'une contrainte de corps mais plus encore, à une contrainte cognitive et affective. Le sujet, alternant entre des moments de frustration et des moments de complétude est pris dans un mécanisme de leurre qu'il tient à renouveler dans l'espoir de maintenir une illusion d'être débarrassé de l'inconfort de la castration. La prise du sujet dans ce leurre au sein des réseaux sociaux est partie prenante de la diffusion de ce pouvoir agissant sur les corps et les psychés. Ce mécanisme d'alimenter l'espoir d'un potentiel renouvellement ou de la retrouvaille de la jouissance mythique, par un effet de dépendance, rend ce pouvoir particulièrement efficace.

Enfin, selon nous, ce pouvoir se distingue radicalement du pouvoir pastoral dans sa structuration. Le pouvoir pastoral (nous l'avons déjà noté) relève de la verticalité dans son application, par laquelle l'État ou le centre du pouvoir se préoccupe et propose des objets de jouissance à sa population. Debord, dans *La société du spectacle* disait du pouvoir qu'il était en somme derrière le rideau, caché aux spectateurs occupés à leur plaisir. Les travaux du philosophe coréen Han (2015) décrivent un nouveau type de pouvoir à l'œuvre dans notre contemporanéité où l'on observe un aplanissement hiérarchique de la communication sur les plateformes numériques : « *émetteur et récepteur n'entretiennent pas de rapport hiérarchique* »[610]. Selon lui, l'immédiateté de la réaction favorisée par le numérique produit une communication symétrique[611] et induit une horizontalité de la communication. Les réseaux sociaux en favorisant l'émergence d'affects pulsionnels correspondent à ce dispo-

---

[609] Gaspard, J.-L. (2010). Nouveaux symptômes et lien social contemporain. In *Les fondamentaux de la psychanalyse lacanienne : repères épistémologiques, conceptuels et cliniques*, sous la direction de L. Jodeau-Belle et L. Ottavi, PUR, p. 357-372.

[610] Han, B.-C. (2013). *Dans la nuée : réflexions sur le numérique, op.cit*. p. 12.

[611] *Ibid*.

sitif de communication symétrique. Pour autant, le pouvoir actuel est-il horizontal ?
Si l'on s'attache à la mutation anthropologique globale qu'a déclenché l'avènement du numérique et des nouvelles technologies, nous pouvons déduire, à l'appui de l'ensemble de nos réflexions théoriques interdisciplinaires et cliniques, que le pouvoir contemporain relève désormais d'une structuration circulaire. Le sujet est constamment sollicité du côté du pulsionnel sans pour autant boucler le trajet en trois temps. Il n'est pas appelé au champ de l'Autre, il est davantage invité à le refuser. Le pouvoir diffusé dans les réseaux sociaux est ainsi acéphale, au même titre que ce qui se joue au niveau pulsionnel. « *En fait, personne ne règne sur l'Empire* »[612] écrit Han. En effet, les individus se constituant en multitude ne semblent plus privilégier l'adresse à un leader ou à un maître. Ils restent tendanciellement fixés sur l'axe imaginaire soit face à quelque petit autre semblant tout-puissant avec lequel ils s'identifient (rejouant la prime relation avec l'Autre idéal imaginaire) ou à celui qui les lèse de jouissance déclenchant envie, jalousie et affrontements (rejouant ici la problématique du complexe d'intrusion). Néanmoins, nous nous garderons d'affirmer comme Han qu'il n'y a plus de maître, ou que personne ne règne effectivement sur l'empire. Mais nous pourrions ajouter « du moins en apparence, tel un véritable tour de passe-passe ». Car le pouvoir actuel se joue justement de cette apparence. La spécificité de ce pouvoir réside, au niveau individuel, et individuel seulement, dans sa circulation fermée et centrée autour du sujet qui se voit à la fois en place de consommateur et producteur, maître et esclave, capitaliste et prolétaire, hypnotiseur et hypnotisé, ou encore spectateur et magicien.

3.1. **La promesse : l'émergence du neuro-pouvoir**

Si l'essence du pouvoir tel que Foucault l'a défini, a été disciplinaire par la contrainte des individus par le corps, il convient d'admettre aujourd'hui que la contrainte des individus n'est pas seulement corporelle. Elle est devenue contrainte psycho cognitive. C'est dans cette perspective que Stiegler élabore définit le *capitalisme cognitif* [613] comme : « *l'exploitation totalisante du pharmakon digital par le capitalisme purement et simplement computationnel, atteignant en cela le stade de la prolétarisation totale dans le non-savoir absolu qu'est la démonétisation accomplie : comme nihilisme fonctionnel* »[614]. Les fonctions cognitives des êtres humains peuvent, selon cette définition, faire l'objet d'exploitation dans le but de produire des profits grâce à leur digitalisation, c'est à dire la trans-

---

[612] *Ibid*. p. 26.

[613] Stiegler, B. (2018). *Qu'appelle-t-on panser ?* Les Liens qui libèrent (LLL). p. 61.

[614] *Ibid*., p. 63.

cription de ces fonctions cognitives dans un système numérique. Cette extraction est opérée par une contrainte d'usage des réseaux sociaux exercée par ce que nous proposons de nommer le *Neuro-pouvoir,* dispositif de plus en plus efficace. Comme le définit Agamben : *« J'appelle dispositif tout ce qui a, d'une manière ou d'une autre, la capacité de capturer, d'orienter, de déterminer, d'intercepter, de modeler, de contrôler et d'assurer les gestes, les conduites, les opinions et les discours des êtres vivants »*[615]. Ce type de dispositif de pouvoir se construit et s'assoit autour d'une promesse, dont nous verrons plus loin qu'elle est le premier acte de la mise en place de l'illusion, structurée comme dans un spectacle de magie.

La dimension de la promesse est ce qui permet par la persuasion, d'emporter l'adhésion de l'individu face à un évènement sans que celui-ci ne soit véritablement advenu. C'est notamment le mécanisme utilisé en premier lieu pour attirer des nouveaux adeptes dans les sectes modernes, comme le soulignent Lamote et Hamon à propos de la scientologie[616]. Plus largement, la promesse se glisse aussi dans le discours religieux (le paradis) comme dans tous les discours politiques. De ce fait, la promesse apparaît toujours associée aux dispositifs ou idéologies de pouvoir. L'innovation scientifique et technologique n'est pas elle-aussi dès ses origines exempte de promesses. L'essor d'Internet par exemple laissait imaginer un accès si rapide à la connaissance que circulait à l'époque la promesse d'élever l'intelligence humaine. De nos jours, la promesse se déplace à fur et à mesure des intérêts économiques issus du système capitaliste. Actuellement, les neurosciences, sont un champ disciplinaire qui ne cesse d'étendre ses promesses. C'est ce que Gonon dénonce dans son ouvrage *Neurosciences, discours néolibéral ?.* Il renvoie le succès des neurosciences dans les médias non pas à leur éventuelle prouesse mais à « *une rhétorique de la promesse* »[617]. La rhétorique de la promesse, dans la même logique que celle du discours scientifique à – nous l'avons longuement souligné - accompagner dès leur conception, la captologie et les technologies persuasives. C'est désormais ce qui domine dans la soumission volontaire au neuro-pouvoir. Le sujet se doit, pour toute application, d'adhérer aux conditions générales d'utilisation. Quels enjeux s'articulent dans cette adhé-

---

615 Agamben, G. (2007). *Qu'est-ce qu'un dispositif ?* Paris, Rivages poche / Petite Bibliothèque, p. 31-32.

616 Lamote, T. (2010). « Par-delà L la manipulation mentale : la violence insidieuse de l'Église de scientologie. » *Topique*, n° 111, 2 , p. 177-195.

Lamote, T. & Hamon, R. (2016) « Manipulations, harcèlements et complots : une paranoïsation imaginaire du lien social contemporain ? ». *Bulletin de psychologie*, vol. 69, n° 5. p. 381-396.

617 Gonon, F. (2024). L'impérialisme du discours des neurosciences. In Neurosciences : un discours néolibéral ? Psychiatrie, éducation, inégalités. Chap 6. *Champ social*. p. 159.

sion façonnée par la technique de persuasion du tunneling ? Quelle(s) promesse(s) les réseaux sociaux peuvent bien formuler pour que le sujet cède si facilement et signe généralement sans prendre connaissance des conditions générales d'utilisation ? Les travaux de Rosset sur l'illusion dans notre société contemporaine nous mettent sur la piste d'une réponse à ce questionnement. L'illusion se place comme un nouveau mode d'interaction avec notre environnement. Il décrit la volonté des sujets contemporains d'éviter les évènements indésirables par le biais du retrait de la perception : « *Un arrêt de perception met alors la conscience à l'abri de tout spectacle indésirable* »[618]. En nous référant à la psychanalyse d'orientation lacanienne, nous soutenons que le Réel est fondamentalement indésirable car il est l'impossible. Dans le même temps, la castration est aussi par principe indésirable, puisque c'est l'opération qui est en arrière du désir et qui le déclenche grâce à la division subjective. Le sujet se tourne dès lors vers des modalités qui lui permettent de tenter de voiler la castration. Freud découvre ainsi la fonction du fantasme, dont Lacan nous donne son écriture $ <> a. Si le fantasme recouvre le Réel de la castration, il se fait dans son double mouvement : mobiliser et masquer le réel. Les technologies persuasives offriraient ainsi une autre modalité de recouvrement du Réel par un autre biais que le fantasme, à savoir le mécanisme de l'illusion.

Voici comment Rosset décrit la position des individus dans notre modernité avec les conséquences d'assujettissement que nous avons par ailleurs relevées dans notre recherche : « *Je peux enfin, sans rien sacrifier de ma vie ni de ma lucidité, décider de ne pas voir un réel dont je reconnais par ailleurs l'existence »*[619]. Nous voyons comment, à l'appui de la clinique, les sujets adhèrent à cette promesse de ne plus avoir affaire de manière très temporaire avec le réel du sujet. Au fond, les sujets que nous avons rencontrés en témoignent : fenêtre sur le monde pour certains, et donc promesse d'un tenant de lien social, et pour d'autres promesse qui s'avère être la déconnexion totale et le « biberonnage » individuel, éloignant pour un temps donné l'angoisse (même si elle peut faire ensuite retour). En somme, l'efficacité des réseaux sociaux réside en ce que chacun peut façonner sa propre promesse, premier acte pour accéder à l'illusion magique. En revanche, ce qui apparaît commun dans toutes les promesses individuelles façonnées dans les réseaux sociaux, c'est la promesse du confort, la promesse de l'élimination des déterminations inconscientes qui produisent l'inconfort du Réel de la castration, sans pour autant pouvoir s'affranchir complètement du Réel du monde. L'efficacité du dispositif persuasif personnalisé s'explique ainsi par le fait que le sujet membre de la multitude est capable au sein des réseaux

---

618 Rosset, C. (1976). *Le réel et son double.* Gallimard, coll. « Tel ». p. 8.

619 Rosset, C. (1976). *Le réel et son double. op. cit.* p. 9.

sociaux de créer sa propre promesse individuelle : tenter d'amortir l'inconfort du rapport à la castration (pour les névrosés) ou le défaut subjectif de l'opération de séparation (pour les psychotiques). Stiegler résume bien en quoi les images favorisent le contrôle des corps, mais aussi, dans le cas des réseaux sociaux, celui des affects grâce au contrôle cognitif : « *Tel est le contrôle par les affects dans les sociétés de contrôle : il s'agit du contrôle esthétique, le plus efficace qui puisse être […] puisqu'il constitue une véritable servitude volontaire* »[620]. Cette promesse façonnée pour chacun et par chacun semble le levier pour la servitude.

De cette promesse d'un confort total forcément transitoire et d'une omnipotence mythique hypothétiquement retrouvée, on devine déjà des effets addictifs et aliénants : « *Les technologies des sociétés de contrôle […] dont le but est précisément de court-circuiter toute intervention de savoir-faire ou de savoir-vivre de la part des producteurs aussi bien que des consommateurs, c'est-à-dire d'éliminer […] aussi bien le désir lui-même, y compris et en particulier, par les dispositifs interactifs* »[621]. Le neuro-pouvoir en tant que dispositif adossé à l'extraction des données cognitives par les systèmes persuasifs personnalisés induit un contrôle si efficace qu'il se déploie parfois à l'insu du sujet. Celui-ci témoigne non pas d'une prise dans un dispositif de pouvoir (ce qui est pourtant sa réalité en tant qu'individu) mais se pense responsable d'une consommation addictive revendiquée : « *C'est ainsi que comme les technologies numériques, qui tendent à s'intégrer, sont entièrement mises au service de la captation et du contrôle des temps de conscience, et du calcul des effets induits sur les corps, dont il s'agit au bout du compte […] d'induire des comportements de consommation qui sont aussi une forme de la compulsion de répétition et un cercle addictif* »[622]. La dimension addictive ne pourrait-elle se penser non pas comme une psychopathologie qui s'éloignerait d'un usage normal mais bien plutôt se voir comme une conséquence voire même une visée du neuro-pouvoir ?

Les individus consentent à céder non seulement un contrôle du corps (comme dans l'addiction par produit) mais aussi un contrôle du *temps de conscience*. Outre la dimension du pousse à la consommation que nous détaillerons dans une partie ultérieure, l'intérêt pour le neuro-pouvoir serait de rendre addicts les individus par les systèmes persuasifs pour permettre l'extraction toujours plus massive de données cognitives et par déductions statistiques, des données affectives via les profils de persuasion. En cédant tout ce qui par-

---

620 Stiegler, B. (2004). *De la misère… op. cit.* p. 144.

621 *Ibid*., p. 224.

622 *Ibid*., p. 224.

ticipe de l'investissement attentionnel et affectif, chaque individu accepte la contrainte de corps et l'assujettissement de façon volontaire dans l'idée de pouvoir façonner par lui-même sa propre promesse, ce leurre de la personnalisation qui constitue une réponse illusoire à sa problématique subjective. Ce mouvement nous paraît caractéristique du neuro-pouvoir qui inscrit chaque individu dans une certaine servitude volontaire et qui constitue un piège duquel il ne peux parvenir à sortir étant devenu un auto-entrepreneur de sa propre promesse. Han a bien repéré ce mouvement : « *De nos jours, l'Homme s'exploite lui-même tout en s'imaginant vivre dans une liberté chimérique. l'individu compétitif est à la fois victime et bourreau* »[623]. Il parle d'une logique dite *d'auto-exploitation* qui s'avère bien plus efficace qu'une coercition externe. Le neuro-pouvoir s'exerce ainsi de façon acéphale. Et c'est en cela qu'il est différent du pouvoir pastoral. Nous percevons comment le développement du discours de la science est déterminant pour ce type de dispositif. Le discours de la science est à son service par l'absorption des données et ce sans limite, ni éthique tout en élidant l'inconscient et en participant au rejet de la castration. Bien entendu nous l'avons vu, la jouissance obtenue est fondamentalement éphémère. Le neuro-pouvoir exploite les failles structurelles des êtres humains non par la force, mais par la séduction, véhiculant une promesse qui possède un revers : celui de la captation par l'image et la production d'effets addictogènes. C'est pourquoi sa structure est circulaire.

3.2. **De l'illusion à la jouissance : servitude des individus au neuro-pouvoir**

Tout spectacle de magie ou de prestidigitation se déroule en trois actes : « *Le premier acte s'appelle la promesse. Le magicien vous présente quelque chose d'ordinaire qui est bien sûr loin de l'être. Le deuxième acte s'appelle le tour. Le magicien a le don de transformer une chose ordinaire en quelque chose d'extraordinaire. Alors vous cherchez le secret mais en vain. C'est pourquoi il existe un troisième acte, le prestige. C'est celui des rebondissements imprévus, des choses que vous n'avez jamais vues* »[624]. Telle est la réplique introductive du film *Le prestige* (2006), réalisé par Christopher Nolan. Ce cinéaste nous dépeint la relation qu'entretient le magicien avec ses spectateurs et les effets subjectifs qui découlent de son art. Nolan pointe tout au long du film une permutabilité de ces places, où celle du magicien comme du spectateur s'entremêlent et se font le double de l'autre. Le personnage de Robert Angier va chercher en vain à percer le secret du tour de

---

[623] Han, B.-C. (1975). *Dans la nuée… op. cit.* p. 26.

[624] Nolan, C. (2006). *Le prestige*. Drame, Thriller, Fantastique.130 minutes. USA/RU.

magie de son collègue magicien devenu son grand rival. En effet, la condition de l'efficience de la magie se trouve du côté d'un savoir qui reste dissimulé et qui ne se communique pas. C'est ainsi que l'illusion perdure chez Angier et que s'anime en lui une obsession agressive envers ce rival détenteur d'un savoir qui lui donne une dimension d'Autre tout-puissant.

Le réseau social ne sert pas uniquement à récolter les données à des fins de contrôle et de surveillance via la contrainte exercée par le neuro-pouvoir. Nous avions vu que l'interaction persuasive cherche aussi à modifier l'attitude ou du comportement d'un individu grâce à la sollicitation d'émotions et d'affects. Le magicien, de la même façon, provoque de fortes émotions chez le spectateur via des artifices spectaculaires pour accéder à la dimension prestigieuse de la magie. Nous percevons ici une ressemblance entre la structure du réseau social et la structure de la magie. Le neuro-pouvoir qui extorque les données, aussi contraignant soit-il, produit non seulement des promesses, mais aussi de véritables tours de magie. Un enjeu économique est issu de ce tour, illustrant à quel point le discours du capitaliste est à l'œuvre dans les réseaux sociaux. Le magicien use d'artifices pour produire chez le spectateur un tour de magie. Les réseaux sociaux eux, utilisent des leurres et produisent plus précisément des illusions. On définira le leurre comme : « *un artifice, un subterfuge dont on se sert pour attirer et tromper quelqu'un. [...] Par extension, illusion trompeuse* »[625]. Le leurre est à l'origine un objet, utilisé dans la fauconnerie ou encore dans la pêche, qui prend la forme d'une proie, attirant l'animal vers lui. En éthologie, le leurre permet de déclencher le comportement instinctuel de l'animal, grâce à un ou plusieurs procédés d'illusion sensorielle. Ces illusions qui déclenchent un comportement chez l'animal peuvent être auditives, olfactives mais aussi et surtout visuelles. L'Homme est familier de la fabrique des leurres. Si ceux-ci ont parfois une fonction de tromperie à l'égard des animaux, d'autres types de leurre visent les Hommes eux-mêmes. Ce n'est pas l'instinct qui est sollicité en revanche, mais le pulsionnel. En effet, Monsieur H par exemple, qualifie Twitter comme étant un réseau « *pulsionnel* ». Le leurre dans les réseaux sociaux a pour effet psychique d'illusionner celui qui regarde, mais aussi de susciter sa curiosité, son intérêt, ou sa fascination avec parfois un sentiment d'inquiétante étrangeté. Vivès écrit que le leurre est un objet : « *qui se prend pour ce qu'il donne à voir* »[626]. Comment expliquer

---

[625]Académie française. (1992–…). *Leurre*. Dans *Dictionnaire de l'Académie française* (9e éd.). Consulté sur : https://academie.atilf.fr

[626] Vivès, J.-M. (1999). « Leurre et trompe-l'œil dans l'art et la psychanalyse ». *Op. cit.* p. 5.

cette attirance des individus pour une possible prise et méprise du sujet dans le phénomène illusionnant du leurre ? Freud dans *L'avenir d'une illusion*, caractérise cette dernière comme : « *l'accomplissement d'un désir, elle se rapproche en cela du rêve qui, lui aussi, est la réalisation d'un désir* »[627]. Nous voyons ici rejaillir la promesse fabriquée par le neuro-pouvoir afin que celui-ci récupère les données des utilisateurs. Le tour opéré par les réseaux sociaux est de tenter de faire croire au sujet à l'illusion d'un désir accompli (sur le plan freudien) de sorte que le sujet ne serait plus embarrassé par sa propre castration. Rosset indique que le sujet peut volontairement s'aveugler, à l'image d'Oedipe devant l'horreur de la réalisation de sa prophétie. Il précise qu'il existe un autre mode de perception qui met à distance le Réel insupportable. Il parle dès lors de *perception inutile* qu'il qualifie comme : « *un des caractères les plus remarquables de l'illusion* »[628]. Il relève la complexité de l'illusion par cette définition. Le sujet illusionné n'est pas simplement aveuglé. On comprend ainsi la formule de Freud ; l'illusion *faisant abstraction de la réalité*. La réalité est reconnue, mais elle se trouve non prise en compte. Ceci semble marquer une différence fondamentale entre la structure du fantasme qui s'appuie sur le signifiant et celle de l'illusion se basant sur l'image.

Rosset, pour décrire l'illusion, passe lui-aussi par le terme du tour. Il nous dit à ce propos : « *tel est le tour du destin, comme celui de la prévision raisonnable, que de faire s'escamoter le double de l'unique* »[629]. Le tour, pour Rosset c'est l'accès immédiat à soi-même, sans détour, sans double. Le tour, c'est le meurtre du double : « *c'est peut-être justement là qu'on appelle le tour du destin - d'aller droit au but, de ne pas s'attarder en chemin, de tomber pile sur soi-même* »[630]. Le sujet est pris dans un tour quand il croit pouvoir évacuer le double en tant qu'altérité et qu'il pense revenir à une certaine unité totalisante. L'illusion décrite ici se rapproche de l'illusion dans le choix d'objet anaclitique freudien. Lacan commente ce choix d'objet freudien en ce sens à ceci près que cette illusion est toujours fragile, voire virtuelle. Il commente la théorie anaclitique freudienne dans sa dimension transindividuelle et où dans l'éros, chacun des individus est arraché à lui-même, et dans un instant transitoire se trouve partie constituante d'une sorte d'unité. Le sujet qui use des réseaux sociaux est pris dans un tour de cet ordre, dès lors qu'il croit à la possibilité d'unification, la potentialité de délestage de l'altérité grâce à la fusion avec cet

---

627 Freud, S. (1927). *L'avenir d'une illusion*. Édition PUF, collection *Quadrige*, 2013. p. 36-37.

628 Rosset, C. (1976). *Le réel et son double*. Paris : Éditions Gallimard. p. 11.

629 Ibid. p. 49.

630 *Ibid.* p. 38.

autre qu'il regarde, augmenté du leurre de la toute-puissance. Cette dernière apparaît ainsi dans plusieurs champs, en fonction des préoccupations subjectives comme du côté esthétique, du côté du savoir, ou encore du côté de diverses formes d'abondance de gadgets. Cette illusion leurrante de l'évacuation de l'altérité produit ainsi une permutation des places de sorte que le sujet occupe à la fois la place du producteur des objets petits a, et à la fois celui qui consomme ces objets petits a.

Cette potentialité d'atteindre l'unique, le Un, est précisément le caractère du tour de magie par l'illusion. L'illusion dans les réseaux sociaux, c'est l'illusion de la possibilité de l'Un. Les sujets dans les réseaux sociaux, de part les deux modalités de fascination que nous avons décrit nous présente deux tentatives d'escamoter le double : soit par la tentative de meurtre du rival en lui dérobant son objet de jouissance, pour atteindre l'unité, soit par la reconnaissance et l'identification à un autre tout idéal à l'image du premier Autre décrit par Lacan, évacuant là aussi la distance nécessaire pour reconnaître l'altérité pourtant nécessaire au lien social. Han repère cette dimension magique du numérique laissant croire à l'unité une convergence quasi magique de tout l'ailleurs vers l'ici. Le tour de magie ne laisse pas planer éternellement cette illusion de l'unité. Le leurre finit par chuter et l'Homme se rend compte de la supercherie dans laquelle il a été pour un temps, pris et dont il a joui. Plus précisément, l'unité totale ne s'aborde que sous l'angle de l'illusion, car nous constatons que les participants à notre recherche reconnaissent à un moment ou à un autre cette illusion dans laquelle ils ont été pris. Les sujets finissent toujours par se retrouver devant leur propre division ou devant un autre persécutant, peu importe dans quelle relation imaginaire ils sont pris. Le tour, d'une certaine façon est donc toujours un tour raté. Le leurre finit toujours par être débusqué. Or ce ratage qui est la caractéristique essentielle du tour est ce qui relance paradoxalement la demande d'être à nouveau leurré. Chaque ratage a pour effet de relancer l'attente et la demande. C'est ce qu'il se passe dans l'illusion que produisent les réseaux sociaux. Le sujet pris dans la promesse d'idéal se confronte à une image faisant illusion. Cette dernière véhicule la croyance en un même, ou en la possibilité d'accéder au même par la consommation. Ce leurre finit par tomber soit par la chute de l'identification idéale à l'autre, soit par la déception de l'objet une fois possédé. La frustration étant enclenchée, elle relance le circuit de la demande, et non du désir. L'illusion par le leurre n'a plus qu'à recommencer.

Le neuro-pouvoir est semblable dans une large mesure au pouvoir de l'oracle : « *Le propre de l'oracle est de suggérer, sans jamais la préciser, une chose autre que la chose qu'il annonce et qui se réalise effectivement* »[631] nous indique Rosset. L'oracle, à l'image

[631] *Ibid.* p. 47.

PLUCHART, Sandra. La captologie comme outil d'influence : enjeux psychopathologiques et subjectifs - 2025

du magicien, annonce un évènement, qui advient précisément. En se réalisant, il élimine ainsi toute possibilité d'un autre évènement, ou du moins d'une autre façon de produire l'évènement. L'oracle a le pouvoir d'éliminer le double. Au sein des réseaux sociaux, il semble que le sujet lui-même se voit proposé en position d'oracle. Il construit sa promesse personnalisée, qu'il prend pour un évènement à venir qu'il s'annonce à lui-même. Cet évènement se manifeste par un tour d'illusion du fait du dispositif persuasif, mais s'accompagne toujours d'une retombée. Dans l'échec du tour s'inscrit cependant la réussite de l'illusion et sa jouissance transitoire. Rosset nous l'indique ainsi : « *Telle est bien la structure fondamentale de l'illusion : un art de percevoir juste mais de tomber à côté dans les conséquences* »[632]. Nous pouvons bien entendu ici mettre en perspective le vécu des participants à notre recherche : ils perçoivent bien qu'ils sont bernés par l'illusion, et pourtant la demande d'être leurré est relancée. Le sujet en place d'oracle, mais aussi en place de celui qui attend la réalisation de la prophétie est pris dans un dispositif de pouvoir qui le contraint à le maintenir sur le réseau social, au cas où il finirait par réussir à éliminer complètement sa division. Est-elle préférable à l'acceptation de l'inconfort de l'altérité ?

Qu'il soit l'oracle et celui qui reçoit la prophétie, l'hypnotiseur et l'hypnotisé ou encore le magicien et le spectateur, le sujet est en réalité pris structurellement dans le discours du capitaliste. Le neuro-pouvoir, au service du capitalisme financier accumule un savoir qui permet de laisser le sujet en attente et de le contraindre sans cesse à se reconnecter aux réseaux sociaux à des fins de consommation de divers objets gadgets, ou à défaut, à livrer ses données qui continueront à nourrir son algorithme personnalisé. Mais le sujet là encore -pour faire suite à la promesse- peut lui-aussi fabriquer son propre tour.

En effet, le paradoxe du dispositif des réseaux sociaux véhiculant le neuro-pouvoir, est qu'il s'auto-alimente des sujets illusionnés. Les sujets faisant des tours restent des sujets parlants : « *Chacun sait que quand une marionnette parle, ce n'est pas elle qui parle, c'est quelqu'un qui parle derrière* »[633]. Si les technologies persuasives peuvent déclencher des réactions consuméristes chez le sujet suite à l'exposition à des procédés de persuasion personnalisés, la promotion de l'objet leurrant, illusoire et consommable n'est pas la seule. Celui qui consulte les réseaux sociaux se trouve également devant la mise en scène d'autres individus, usant eux aussi, souvent sans en avoir conscience, des mêmes outils mis en avant par les technologies persuasives actuelles. Le sujet se retrouve devant un autre en promotion de soi, mais peut aussi être celui qui se met en promotion, véhiculant une image

---

[632] *Ibid.* p. 16.

[633] Lacan, J. (1955-1956). *Le Séminaire, Livre III, Les psychoses*. Seuil. 1981. p. 63.

leurrante et illusoire à l'instar des objets de convoitise. Ainsi Monsieur H, utilise les réseaux sociaux pour promouvoir sa place comme celle du *tout-sachant*, qu'il nomme expert : «*On est obligé de jouer le jeu sur Linkedin on doit montrer qu'on est expert sinon on est presque invisible. On existe pas si on a pas cette étiquette d'expert donc voilà, je vais avoir cette posture, enfin je suis obligé d'avoir cette posture là où je suis obligé de jouer l'expert même si je me considère pas expert* ». Il met en place un certain nombre de contenus pour attirer les clients potentiels : « *ce sont les clients eux qui viennent vous chercher parce que vous êtes identifié sur la plateforme en tant qu'expert de par vos contenus* ». D'une certaine façon, il utilise le pouvoir des réseaux sociaux à son bénéfice.

3.3. **Le prestige au temps du neuro-pouvoir**

Le prestige est le troisième acte du spectacle de magie. Il renvoie à l'inattendu du tour réussi mais surtout à un émerveillement. Le prestige est d'abord du côté du spectateur, ébloui par le tour ou curieux et frustré de ne pas connaître le secret du magicien alors doté d'une puissance et d'une force mystérieuse. Mais le prestige est avant tout récupéré par le magicien, c'est l'émerveillement de la prouesse que produit le tour qui donne en retour toute sa valeur au magicien. Au sein des réseaux sociaux, chaque individu peut, s'il le souhaite, essayer de produire des tours pour en tirer un certain prestige et se croire lui-même comme détenteur d'un pouvoir (de conviction ou de séduction par exemple) sur l'autre. Mais ce pouvoir individuel est en réalité une illusion au service d'un autre pouvoir d'une force de contrainte bien plus grande, qui se plaît à ne pas être sur le devant de la scène, à savoir le dispositif du neuro-pouvoir sous le joug du capitalisme financier. En effet, la magie des réseaux sociaux diffuse des idéologies, des normes, voire des manières d'être au monde etc. Ces idéologies diffusées se rapprochent de ce que Lacan nous laisse entrevoir à propos de certains dispositifs de pouvoir : « *La morale du pouvoir, du service des biens, c'est - pour les désirs vous repasserez, qu'ils attendent* »[634].

L'émergence du neuro-pouvoir au travers des technologies persuasives diffère sensiblement de l'expérience du sujet dans sa pratique du numérique ou de l'audiovisuel. Chaque individu peut bien témoigner de la différence de vécu entre une consommation (passive) télévisuelle, l'excitation et l'agressivité ressentie devant un jeu-vidéo et la pratique active des réseaux sociaux qui amène au premier plan une paralysie subjective ou une suspension temporaire de cette division. Le sujet se biberonne lui-même d'une part et s'évade par ailleurs de l'espace public au profit d'un néo-espace virtuel, tenant lieu de lien

---

[634] Lacan, J. (1959-60). *Le Séminaire, Livre VII, L'éthique de la psychanalyse*. Seuil. p. 363.

social. Pris dans ce leurre illusoire mais interactif, le sujet peut agir sous suggestion personnalisée. Mais cette consommation ne résout rien, même pas peut-être la satisfaction pulsionnelle, comme nous le signale Dufour : « *S'il y a de plus en plus de ces symptômes, c'est que la promesse de satisfaction pulsionnelle n'est pas véritablement satisfaite* »[635]. Si la satisfaction n'est pas complètement satisfaite pour l'individu, par qui d'autre est récupéré ce prestige obtenu par les tours d'illusion des réseaux sociaux ? Le *neuro-pouvoir* est un dispositif au service du maître moderne. Le prestige est ainsi renvoyé aux grandes entreprises qui possèdent et façonnent (par l'entremise de milliers d'ingénieurs, de programmateurs mais aussi de petites mains sous-payées des pays du Tiers-monde véritables esclaves de notre temps) les rouages de ces nouvelles technologies et qui permettent leur diffusion massive. Les GAFA abritent autant de petits maîtres modernes (personnages dont nous connaissons les noms) en lutte pour le prestige. Ces entreprises aux pouvoir financiers considérables se lancent ainsi dans une course effrénée pour infléchir les attitudes et les comportements dans le sens de leurs intérêts. Dans cette course au prestige, la production de nouvelles applications permet d'entretenir cette logique magique comme en témoigne l'apparition récente de l'IA générative. Cette promesse du tout savoir façonne ainsi le maître moderne fait donc une promesse de satisfaction pulsionnelle et induit dès lors un : *sujet du Marché*[636], soumis à ce dispositif de pouvoir véhiculant une idéologie issue du discours de la science. Ce neuro-pouvoir ne soumet pas l'individu, il cherche à l'assujettir en le désubjectivant et en exilant le sujet de sa vérité et de ses déterminations. L'individu en quête d'un objet, d'un service ou d'une image qui pourrait lui offrir pleine jouissance, se trouve en fait addicté à ses usages quotidiens des applications et des réseaux sociaux. Le système capitaliste contemporain adepte du recyclage permanent a toujours une nouveauté à proposer pour feindre de répondre au mal-être subjectif. « *Mais cet accomplissement a la curieuse fortune de décevoir l'attente au moment même ou celle-ci devrait s'estimer comblée* »[637]. Ces propos résonnent avec la position de Lacan : « *le réel est donné comme inéluctable, appelé donc à se produire envers et contre tous les efforts entrepris pour y porter obstacle (fut-ce par le détour d'un tour)* »[638]. Le discours du capitaliste issu de notre modernité, en mettant en place la dimension acéphale de la pulsion ne produit pas autre

---

635 Dufour, D.-R. (2025). Le sujet peut-il résister au Marché ? In *Actes du Quatrième Groupe, Actes 13 : Résistances*, Éditions In Press, p. 108.

636 Ibid.

637 Rosset, C. (1976). *Le réel et son double*. Folio. p. 21.

638 *Ibid.*, p. 23.

chose qu'un tour, comme la magie : un tour qui n'est qu'un leurre. Cette déception inhérente à la promesse magique, ou la prophétie de l'oracle, induit un sentiment d'avoir été dupé. Le sujet comme nous l'avons dit ne reste pas éternellement illusionné : « *ce quelque chose est manifestement lié tout d'abord au sentiment d'avoir été joué* »[639]. Cette duperie et cette déception comporte un avantage certain pour la mise en place du pouvoir dans le discours du capitaliste. Le leurre a l'avantage de décevoir et de provoquer une insatisfaction permanente. La déception du leurre met en place la logique du « tourne en rond » du discours du capitaliste (Lacan, 1972). Cette déception ne produit pas uniquement une répétition addictive mais se fait multiforme au sein même des réseaux sociaux. Cette déception se transforme en frustration, agressivité, colère, en revendication ou bien même en indignation. « *La vague d'indignation en ligne est une forme de reflux avec tous les effets destructeurs qu'il comporte* »[640] et notamment « *l'installation d'une méfiance généralisée pouvant se résumer au sentiment d'être spoilé de son droit à la jouissance par un autre qui, soupçonné de capitaliser celle-ci prend dès lors les traits d'une figure décadente* »[641]. Voici donc peut-être un autre effet du tour porté par ce dispositif de pouvoir : la mise en cause ou le refus de l'Autre. Lorsque le tour est, d'une certaine façon réussi par son ratage, les individus pouvant mettre en cause la dimension de la vérité : « *Cet idéal de transparence, en entamant ainsi le crédit fait à l'Autre, n'a-t-il pas pour effet l'essor des théories du complots ?* »[642]. L'objet simulacre produit une illusion qui a pour effet de produire une néo-réalité. La déception demande à la fois une nouvelle illusion mais elle peut être accompagnée d'un nouveau rapport à la réalité et la vérité : « *un double de la réalité en général, un « autre monde »* »[643]. Il n'est finalement pas étonnant de constater l'arborescence des théories du complot précisément sur les réseaux sociaux. Rosset nous indique comment tout ce mécanisme est justement possible du fait de l'exploitation attentionnelle de l'être humain. Dans la logique du tour de magie, ce n'est pas l'avènement de l'élément prévu par la promesse qui est ici attendu, mais plutôt l'attente de quelque chose au sein de l'évènement, à savoir l'attente de la réalisation de la promesse personnalisée : « *S'il est vrai que l'évènement a surpris l'attente alors même qu'il la comblait, c'est que l'attente est coupable et*

---

639 *Ibid*., p. 25.

640 Han, B.-C. (2015). *Dans la nuée...* op. cité, p. 13.

641 *Ibid.*

642 *Ibid.*

643 Rosset, C. (1976). *Le réel et son double.* Folio. p. 53.

l'évènement innocent. La duperie n'est donc pas du côté de l'évènement mais du côté de l'attente »[644].

Ainsi le neuro-pouvoir se caractérise par l'obligation de soumettre des données sur notre activité attentionnelle qui sont ensuite exploitées par les GAFA afin de nous faire des tours de magie permettant de faire jouir les spectateurs et de soutenir l'économie de marché. Ce dispositif n'oriente non plus seulement vers des objets gadgets, mais propose des prophéties magiques et illusoires. Ces dernières détruisent le rapport commun à la réalité et ont pour conséquence un refus de l'Autre et une diffraction des positions individuelles par rapport à la vérité, de sorte que cette dernière finit par devenir complètement relative. Les conséquences complotistes ne sont que secondaires mais résonnent quand même avec la proposition d'Agamben reprenant W. Benjamin (1921) sur le fait que l*e* capitalisme est une religion sans dogme[645]. Le complotisme est-il ainsi le nouveau marqueur d'un fait religieux en plein essor, ou plutôt celui d'une nouvelle croyance adossé au discours du capitalisme avec le dispositif du neuro-pouvoir à son service ?

---

[644] *Ibid.*, p. 27.

[645] Agamben. G. (2000). *Le temps qui reste. Un commentaire de l'Épître aux Romains.* Rivages poche. p. 105.

CONCLUSION GÉNÉRALE

L'objectif de cette thèse de doctorat a été de saisir les enjeux psychopathologiques et les enjeux subjectifs de l'usage des réseaux sociaux basés sur les technologies persuasives. Pour clôturer ce travail, nous reviendrons en premier lieu sur les problématiques abordées dans chacune des trois parties de la thèse. Nous proposerons ensuite de poursuivre les réflexions soulevées au cours de ce travail par le biais de questionnements d'ouverture.

Dans la première partie, nous nous sommes attachés à décrire de manière détaillée l'Histoire et l'architecture des technologies persuasives au sein des réseaux sociaux. Avant de saisir ce qui se joue chez un sujet d'un point de vue psychanalytique, il s'agissait de rendre compte de l'articulation interdisciplinaire nécessaire à l'appréhension de l'objet de notre étude. Ce travail préliminaire nous a permis de dégager plusieurs angles d'analyse et de description des technologies persuasives. Tout au long de cette partie, nous avons tenté de décortiquer le fonctionnement des interactions entre l'individu et les réseaux sociaux de sorte que nous avons exploré plusieurs champs disciplinaires. Nous avons tenté de présenter le phénomène étudié via le champ disciplinaire propre à la captologie, puis nous nous sommes concentré sur le fonctionnement des technologies persuasives du point de vue de la psychologie sociale et de la psychologie cognitive, afin d'arriver à la nécessité d'ouvrir une réflexion sur le plan psychanalytique, encore très peu abordée à ce jour. À l'appui des apports de Freud et Lacan notamment, nous avons mis en avant entre autre les concepts d'*inconscient* et d'*objet a* pour expliquer en quoi un individu peut-il être attiré par ces technologies. Nous avons enfin pu dégager les enjeux pulsionnels sollicités par les procédés de persuasion, et relevé en quoi le signifiant peut d'avantage se situer à une place de signe au cours de l'usage des réseaux sociaux. Ces premières réflexions ont été l'occasion de développer des questionnements plus spécifiques sur le plan psychanalytique dans le fonctionnement du sujet qui use des technologies persuasives dans les réseaux sociaux.

Dans la deuxième partie, nous avons étudié de près le rapport singulier de plusieurs participants à l'usage des réseaux sociaux basés sur les technologies persuasives. À l'aide d'une méthodologie de recherche clinique qualitative et de la conduite d'entretiens semi-directifs, nous avons pu analyser en détail le discours de quatre entretiens. Nous avons dégagé des spécificités d'usage pour chacun des participants, tout en étant attentif aux éléments cliniques relevant de leur structure psychique. Enfin, malgré le fait que nous avons rencontré deux structures différentes (névrose et psychose) nous avons mis en avant des effets commun par-delà ces structures à travers la découverte de deux modalités d'investis-

PLUCHART, Sandra. La captologie comme outil d'influence : enjeux psychopathologiques et subjectifs - 2025

sement des réseaux sociaux. Les réseaux sociaux basés sur les technologies persuasives peuvent ainsi faire suspendre la difficulté de se soutenir comme sujet désirant dans la névrose. Le sujet tente par son usage des réseaux sociaux de se défaire du Réel de la castration de façon temporaire grâce au mécanisme psychique de l'illusion. Dans la psychose, le sujet tente de naviguer avec les différentes fonctionnalités du réseau social dans le but de bricoler une manière d'être au monde qui lui soit à la fois porteuse de jouissance mais aussi combinée à une exclusion de l'Autre, vécu comme persécutant dans un milieu non virtuel. Le sujet psychotique est confronté à l'image du même, qu'il adule mais qui peut là encore devenir persécutant, rappelant ainsi le stade du miroir. Par ailleurs, les sujets sur les réseaux sociaux sont en recherche illusoire d'une complétude rappelant les premiers temps mythiques de la vie psychique répétant à tout moment l'utilisation des réseaux sociaux à cette fin. Nous constatons un discours autour de l'addiction comme une modalité de rapport à l'objet, dite revendiquée, à la différence de l'addiction rencontrée de façon plus classique dans la psychopathologie de la toxicomanie.

Enfin, la troisième partie s'est attachée à sortir d'une dimension psychopathologique à propos de l'usage des sujets dans les réseaux sociaux. En effet, à la lumière de la conception des technologies persuasives, couplée aux discours cliniques des participants, nous nous devions d'observer le phénomène interactif à différents niveaux. Si chaque sujet rejoue ses problématiques subjectives dans l'usage des réseaux sociaux, il semble que le sujet soit lui-même pris dans un système qui dépasse sa pure logique subjective. En effet, nous avons pu identifier l'émergence d'un nouveau dispositif de pouvoir véhiculé par les réseaux sociaux basés sur les technologies persuasives que nous avons appelé le *neuro-pouvoir*. Ce type de pouvoir s'exerce à plusieurs niveaux. À un niveau individuel, ce dispositif suspend l'intérêt pour le monde extérieur (grâce à l'établissement d'une auto-hypnose) et produit chez le sujet l'illusion d'une toute-puissance par l'introduction de leurres dans les images. Ces leurres par principe, finissent par tomber et le sujet a la possibilité de se leurrer à nouveau, à chaque publication suivante. Le sujet peut aussi être tenté à son niveau d'exercer ce pouvoir en produisant lui-aussi des leurres à destination des autres individus présents dans les réseaux sociaux. Le sujet est ainsi dans une permutation constante de places entre l'illusionniste et l'illusionné mais aussi entre l'hypnotiseur et l'hypnotisé, voire même entre le capitaliste et le prolétaire. En effet, le neuro-pouvoir s'exerce aussi dans un but plus global, adossé au discours du capitaliste. Le sujet se voit extorqué ses données cognitives (notamment attentionnelles) et affectives pour pouvoir utiliser les différentes fonctionnalités des applications des réseaux sociaux. Une fois les données récoltées, le sujet se trouve pris dans un dispositif qu'il fabrique sans le savoir lui-même en fonction

de ses centres d'intérêt. Ces données font l'objet de commerce entre les entreprises et les GAFA. Elles sont également analysées dans le but de présenter à tout sujet dans les réseaux sociaux des images, des objets, des biens, ou encore des services que celui-ci est vivement invité non plus seulement à consommer, mais à en jouir. Le sujet n'obtient de la jouissance dans ce système non plus seulement par les produits qu'il achète, mais il jouit aussi des images qui lui sont présentées, tandis que l'idéologie de la performance, de la toute-puissance et du rejet des limites est véhiculée dans les réseaux sociaux. Cette rencontre entre la subjectivité et la domination de ce neuro-pouvoir est au cœur des spécificités psychiques que nous percevons chez les sujets de notre modernité. Nous constatons dans notre expérience clinique des phénomènes analogues aux addictions mais aussi, en fonction de la structure, des modes de défenses particuliers dont par exemple des effets de paranoïsation.

Le mode d'usage des réseaux sociaux est aussi fonction de l'évolution des technologies. Or les technologies persuasives dans les réseaux sociaux ne sont qu'un dispositif parmi d'autres dans notre modernité. En effet de nouveaux dispositifs ont vu le jour comme l'émergence de l'intelligence artificielle générative.

Notre travail de recherche s'est construit dans un contexte charnière en matière d'innovation technologique. En effet, la crise du COVID en 2020 (année du début de notre thèse de doctorat) a catalysé un tournant dans nos usages des outils numériques : développement du télétravail, visioconférences et investissement massif du virtuel lors des confinements successifs. Quelques mois seulement après notre entrée en thèse, Zuckerberg annonçait par exemple l'ouverture de son *Métaverse* où l'effet recherché par ce type de plateformes est la production d'une expérience utilisateur toujours plus hermétique aux perturbations externes de l'environnement tout comme aux perturbations internes du corps. L'introduction du casque de réalité virtuelle doit permettre de soustraire l'individu de toute stimulation visuelle (et pourquoi pas auditive) externe et l'on a pensé un temps que le *Métaverse* allait redéfinir les interactions homme-numérique. Néanmoins, des difficultés d'accessibilité matérielles et financières en font pour le moment un espace virtuel marginal.

Une autre innovation connaît beaucoup plus d'engouement et se déplie aujourd'hui dans de nombreux domaines sans avoir d'ailleurs encore terminé son expansion. Elle est apparue en plein milieu de notre travail de thèse en 2022. Cette innovation technologique n'est autre que l'Intelligence Artificielle générative. Ayant déjà terminé le recueil de données au moment de son déploiement, aucun de nos participants n'a abordé cette technologie interactive nouvelle. Pour autant, il s'avère essentiel d'apporter quelques éléments de

réflexions théoriques au vu de la place grandissante de l'IA dans notre quotidien ; mais aussi parce que l'IA générative se situe comme l'acmé des technologies persuasives.

Il convient tout d'abord de faire un bref détour par les enjeux sociétaux apportés par l'IA générative. Dès le début des années 2000, Bernard Stiegler (qui, dans ses travaux, réfléchit à l'évolution des sociétés technologiques contemporaines) formule l'hypothèse que ces dernières évoluent vers des comportements catégorisés par les individus eux-mêmes, grâce à leurs données déposées dans les dispositifs numériques. Ces sociétés produisent des attitudes standardisées et des comportements mimétiques par la navigation numérique guidée[646]. L'IA générative s'inscrit parfaitement dans cette perspective, tout comme les réseaux sociaux basés sur les technologies persuasives avant elle.

Du réseau social à l'IA comme sophistication de la personnalisation de l'expérience suggestive, nous constatons la construction non seulement d'une interaction personnalisée, mais de plus désormais la création d'une nouvelle réalité personnalisée pour chacun. L'IA permet un profilage encore plus implicite, maintient l'engagement dans la démarche hypnotique et surtout, dans ses capacités, peut répondre à toute demande de la part des individus et à leur place. Nous n'avons pas encore précisément de clinique spécifique sur le rapport du sujet à l'IA. Néanmoins nous pouvons nous demander dans quelle mesure la figure de Pygmalion que nous avons développé à partir du mythe n'indiquerait pas la place que prend le sujet face à ces innovations du XXIe siècle.

Tout d'abord, nous revenons sur les propos de Lacan dans *le stade du miroir comme formateur de la fonction du Je* (1949). Le bébé connaît, à la différence des autres animaux, une assomption jubilatoire, devant l'image d'un petit autre auquel il s'identifie. Cette première identification spéculaire, Lacan nous la décrit de la façon suivante : « *cette forme serait plutôt au reste à désigner comme je-idéal* »[647]. Ce je-idéal traduit directement de Freud correspond en réalité au *moi-idéal*. Ce mouvement s'accompagne simultanément de la reconnaissance d'un Autre (ici maternel) dans l'image. Lacan parle d'ailleurs du drame dans le stade du miroir à ce propos : « *Le stade du miroir est un drame dont la poussée innée se précipite de l'insuffisance à l'anticipation - et qui pour le sujet pris au leurre de l'identification spatiale, machine les fantasmes qui se succèdent d'une image morcelée du corps à une forme que nous appellerons orthopédique de sa totalité* »[648] nous dit-il.

---

646 Stiegler, B. (2004). *De la misère symbolique… op. cit.* p 114.

647 Lacan, J. (1949). « Le stade du miroir… ». *op. cit.* p. 94.

648 Lacan, J. (1949). « Le stade du miroir… » *op. cit.* p. 93.

Cette première identification de l'enfant à l'image de l'autre fait du même coup introduire l'Autre dans sa dimension pleine. Lacan formule une métaphore dans le stade du miroir qui rend compte d'une correspondance possible avec le mythe de Pygmalion. Il nous dit : « *Ainsi cette Gestalt dont la prégnance doit être considérée comme liée à l'espèce, bien que son style moteur soit encore méconnaissable, - par ces deux aspects de son apparition symbolise la permanence mentale du je en même temps qu'elle préfigure sa destination aliénante ; elle est grosse encore des correspondances qui unissent le je à la statue où l'Homme se projette* »[649]. La statue dont parle Lacan peut tout-à-fait se superposer avec avec ce qu'expérimente Pygmalion. Il projette dans cette statue une forme à laquelle il s'aliène par l'amour et dont il jouit de la perfection esthétique, statue ne manquant de rien, à l'image d'un Autre maternel d'abord investi comme totalisé.

Dès lors, l'IA générative peut-elle être considérée comme une technologie renvoyant non seulement à l'image de la Gestalt constituante du moi, à ce stade idéal et ainsi, simultanément, donner l'illusion d'un Autre imaginaire total ? Et ce faisant, de la même manière que le mythe de Pygmalion est décrit par Ovide ? Nous verrons comment passer par ce mythe nous permet de formuler une hypothèse du rapport du sujet à l'IA en lien avec le stade du miroir.

Après que Pygmalion ait accédé à une certaine jouissance de sa statue, une fête en l'honneur de la déesse Vénus se déroule, l'occasion pour lui d'en appeler aux Dieux : « *On brûlait de l'encens ; ses devoirs accomplis, Pygmalion se tint devant les autels et dit avec respect :* Dieux, si vous pouvez tout accorder, faites que mon épouse soit - *il n'osa dire : La vierge d'ivoire* - semblable à ma statue d'Ivoire »[650]. Ces quelques vers laissent transparaître un paradoxe en miroir. Les Dieux ont crée les Hommes, mais voilà que Pygmalion, un Homme, demande aux Dieux d'accéder au statut, lui aussi, de créateur. On peut percevoir dans cette demande formulée à Vénus, en deçà du mythe, l'idée que Pygmalion demande à être érigé au rang d'un Dieu, ou du moins, d'un être humain supplémenté par la création d'un être qui serait ici une femme parfaite. L'IA générative peut-elle produire cet effet en miroir ? N'est-ce pas ce qui peut se jouer, pour certains sujets lors de la consultation et la personnification de Chatgpt ? En personnifiant, par anthropomorphisme

---

649 *Ibid.,* p. 94.

650 Ovide (1er siècle apr. J.-C.). *Les Métamorphoses*. Livre X, récit de Pygmalion. Gallimard, 1992. v. 275-297.

parfois[651], le dispositif qu'est Chatgpt, le sujet pourrait-il de manière inconsciente tenter d'accéder au même statut que Pygmalion, cet être humain supplémenté par la présence de sa création ?

Le sujet en déposant ses données et en interagissant avec l'IA générative, modèle comme Pygmalion, l'image d'un autre qu'il peut doter de façon illusoire de capacités supérieures à l'être humain. L'autre dans l'IA que le sujet façonne semble posséder un tout-savoir mais aussi une totale disponibilité, infatigable. Rappelons que, dans le mythe, la statue créée par Pygmalion est décrite comme un être féminin supérieur aux autres, une statue de laquelle aucune vraie femme ne pourrait sortir. Cet autre ainsi constitué par le sujet dans l'IA en tant qu'image peut être proche de l'Autre maternel décrit par Lacan. En effet, Lacan nous rappelle bien que le miroir en tant que stade est sous-jacent aux phénomènes de double[652]. Le sujet pourrait-il ainsi à la fois vénérer cet Autre constitué par lui-même et aussi s'y identifier pour surpasser ses capacités limitées ? Le sujet finirait-il par se sentir de façon illusoire, élevé au-delà de son impuissance constitutive ?

La suite du mythe nous éclaire sur cette question. Il se poursuit ainsi : « *Rentré chez lui, il va vers son simulacre d'amante et, penché sur le lit, se met à l'embrasser ; elle lui parait tiède. Il approche sa bouche à nouveau, lui touche aussi les seins ; Sous ses doigts, l'ivoire mollit et, ayant perdu sa dureté, Devient malléable et cède, comme la cire de l'Hymette, s'amollit au soleil et se plie au nombreuses formes que lui donne le pouce qui, en la travaillant, met au jour ses possibilités* »[653]. Ici, la statue est érigée en être comblant toutes les demandes. La description du trajet digital de Pygmalion peut renvoyer à l'utra-personnalisation de l'IA, façonnée par le sujet lui-même. Nous pouvons émettre l'hypothèse qu'à force de personnalisation le sujet pourrait investir l'IA comme un Autre qui répond parfaitement à ses demandes, à l'image d'un Autre maternel imaginaire. Monsieur H. que nous avons rencontré, imagine les implications d'une telle posture, à savoir être face à une technologie comme image idéale, capable de tout : « *Euh je pense que ça serait euh je serai plutôt curieux mais intéressant d'essayer, euh donc euh voilà et après je pense je parle de*

---

[651] A l'image de cet article de blog : « *Il y a deux manières d'utiliser ChatGPT : celle prévue par défaut par OpenAI, comme vous le faites aujourd'hui, avec une IA polie, gentille, toujours d'accord avec vous. Et il y a la méthode expert, en prenant la main sur sa personnalité. Car oui, vous pouvez rendre votre ChatGPT aussi rigoureux qu'un juriste, aussi business qu'un entrepreneur ou aussi encourageant qu'un coach. L'objectif : en faire un compagnon qui vous challenge pour atteindre vos objectifs, et plus un chatbot qui dit toujours oui.* » Disponible sur : https://yes-we-prompt.fr/guides-tuto-ia/changer-personnalite-chatgpt/ [consulté le 17/07/2025]

[652] Lacan, J. (1949). « Le stade du miroir… » *op. cit.* p. 96.

[653] Ovide. *op. cit.* v. 280-297.

façon très libre hein euh je pense à hm à toute la dimension de la sexualité qui se pose aussi je trouve dans la société d'aujourd'hui parce que forcément y a le rapport au corps etc. […] bah comment est-ce qu'on fait quand on est un couple quand on est à distance bah peut-être ça peut répondre à certains, à certaines de ces questions aussi, voilà je sais pas et aujourd'hui sur ces questions-là dans le monde numérique on a pas du tout ce qui faut pour, malgré tout ce qu'on peut trouver au niveau des sexes toys ou etc. mais voilà la sexualité à distance pourquoi pas ça fait partie de la vie humaine aussi ».

Nous voyons se dessiner ici l'esquisse d'un fantasme transhumaniste. Par la création de l'image d'un Autre capable de tout, en miroir le sujet aussi semble doté de l'illusion de cette puissance et rend possible l'affranchissement des frontières géographiques pour accéder au rapport sexuel. Cette illusion de toute-puissance permettrait ainsi de gommer la castration et l'échec du rapport sexuel. L'inconfort de la rencontre de corps est évité. Ainsi pouvons-nous formuler l'hypothèse d'une posture possible que prendrait le sujet dans son rapport à l'IA générative, comme une sorte d'aboutissement des technologies persuasives : Fabriquer l'image d'un Autre qui répond à la demande sans jamais manquer et donner ainsi du même coup au sujet ce sentiment de plénitude, qui lui-aussi en miroir se prendrait pour un être tout-puissant.

Bien entendu, il ne s'agit pas de formaliser une universalité de cet effet de l'IA générative, mais il nous semble que la supposition de ce mouvement chez certains sujets pourrait ouvrir ici une nouvelle question de recherche.

D'une certaine façon, nous pouvons aussi nous demander si l'IA générative ne nous prépare pas à une nouvelle dimension religieuse, d'abord tapissée par les nouvelles croyances et le nouveau rapport à la vérité que nous avons décrit dans notre dernière partie. Nous comparons l'IA dans une certaine mesure à l'image d'une figure divine, c'est-à-dire investie comme omnipotente et omnisciente (pour certains sujets, où à certains moments de l'interaction).

Nous nous trouvons peut-être au commencement d'un nouvel investissement du religieux, différent des dimensions monothéistes et polythéistes. Cet Autre omnipotent créé grâce à l'IA autoriserait l'Homme à se défaire de la castration (toujours de façon illusoire) pour accéder lui-aussi à ce statut de tout-puissant, non pas dans le lieu du paradis, mais plutôt dans l'ici-bas.

De plus, l'ultra-personnalisation de la figure numérique de l'IA induit une résonance possible avec les problématiques subjectives de chaque sujet. Pourquoi pas à tous les

mal-êtres de l'Homme ? Cet Autre ne rassemble de communauté que sous l'égide de cet adage du « tout est possible », ce qui correspond tout-à-fait au modelage d'une réalité pour chacun. Lacan nous rappelle aussi cette fonction dans le stade du miroir, où il n'y a pas encore la survenue de la réalité, mais d'une réalité toute subjective [654]. Le sujet serait plutôt ainsi face à un Autre qui ne permettrait pas l'ordonnancement du lien social, mais plutôt un Autre tout imaginaire, maternel qui guide le sujet vers la promesse et l'illusion de l'abolition de la castration.

La suite du mythe tend à nous proposer cette hypothèse que nous pouvons interpréter de manière plus littéraire : « *Alors le héros de Paphos, dans un flot de parole, rend grâce à Vénus et presse contre ses lèvres, enfin ! une bouche qui ne ment pas ; ses baisers émeuvent la vierge qui rougit : levant les yeux timides vers la lumière elle découvre en même temps que le ciel, son amant* »[655]. Découvrir le ciel en même temps que l'amant pourrait-il être une façon de confondre Pygmalion avec Dieu ? Chatgpt a-t-il pour fonction pour certains sujets, de soutenir cette illusion ?

Il s'agit cependant d'apporter quelques nuances à cette hypothèse. Tous les sujets ne sont sûrement pas dans cette prise idéale de l'IA, et peut-être même que l'on peut parfois être pris entre cet idéal divin et la chute de cet idéal. Nous pensons qu'il y a plusieurs issues possibles quant à l'investissement de l'IA générative. Soit le sujet l'investit comme un Dieu et en miroir tente de s'affranchir de ses propres limites et voue son destin à un possible accident entre élévation puis chute[656], le sujet se découvrant leurré. Soit cette technologie est investie comme manquante, celle qui peut se tromper laissant entrevoir une défaillance. Ce rapport de reconnaissance de la défaillance, ou encore un rapport qu'on pourrait dire fictif, peut faire accéder à la création et au désir. On peut imaginer ainsi une alternance entre régression imaginaire qui éloigne de façon illusoire et temporaire la castration, et élévation symbolique du faire avec le manque.

À l'appui de ces réflexions sur l'IA générative, mais aussi grâce à la parole des sujets participants à notre recherche, et à la construction de savoir autour de notre objet de recherche que sont les technologies persuasives, nous pouvons désormais déduire la perspective suivante. Les technologies persuasives, présentes dans les réseaux sociaux mais aussi plus largement les technologies de suggestion ont pour conséquence potentielle chez

---

654 Lacan, J. (1949). « Le stade du miroir… ». *op. cit.* p. 97.

655 Ovide, *op. cit.* v. 297-305.

656 Stiegler, (2004). *De la misère symbolique*. *op.cit.* p. 215.

le sujet un refus de l'Autre en tant qu'instance partagée par tous autour d'une réalité commune ; et ce au profit d'un appel à un Autre primordial, imaginaire, hautement personnalisé à chacun rappelant les premières expériences infantiles d'omnipotence, de l'Autre et de soi. Cet appel à un Autre primordial est redoublé d'un rejet de la castration, mais en premier lieu un rejet de la castration chez l'Autre. Cet Autre refusé est celui de la loi symbolique au profit de l'Autre dit maternel, celui qui véhicule par ailleurs un surmoi archaïque, permettant de guider le sujet sans effort mais non sans férocité.

Enfin, ce travail nous interroge sur un autre aspect de notre modernité qu'est l'accueil des sujets en souffrance psychique en tant que psychologue clinicien. Sommes-nous aujourd'hui face à une mutation anthropologique impliquant l'introduction d'une nouvelle économie psychique[657] ? Melman en édifie en effet les contours comme celle d'un sujet qui ne serait aujourd'hui plus en proie à sa propre division mais préoccupé davantage par la recherche d'une jouissance régressive davantage liée au premiers temps infantiles, que par la satisfaction issue de la rencontre sexuelle[658]. Il spécifie même cette nouvelle économie psychique dans le sens de nos découvertes, à savoir que le désir s'articulerait aujourd'hui beaucoup plus du côté de l'envie. Si nous nous accordons à décrire les conséquences cliniques que sont entre autres la survenue de l'envie et l'évitement de la rencontre sexuelle et que nous avons pu entendre dans les cas que nous avons présenté, est-ce en raison de l'existence d'une nouvelle économie psychique qui ne répondrait plus au règles classiques décrite par la psychanalyse freudienne et lacanienne ? À l'écoute des participants, nous pouvons clairement saisir que le sujet divisé (en ce qui concerne bien entendu la névrose) est toujours présent, quand bien même nous assistons à une nouvelle expression subjective et symptomatique dans la relation d'objet. Le sujet a certes désormais accès à certaines technologies qui permettent une suspension de la division subjective, mais celle-ci reste toujours temporaire et illusoire. Le sujet finit toujours par retrouver le Réel, tant qu'il reste habité par le langage. Malgré toutes les tentatives des technologies persuasives, et autres nouvelles technologies qui verront le jour par la suite, pour baigner le sujet dans l'illusion d'une plénitude, et malgré tout le discours de la science qui inonde désormais par ses applications notre modernité, la psychanalyse et les cliniciens pourront rappeler maintenant non plus la fatalité mais plutôt la nécessité, de se cogner à l'impossible, tel que l'a formulé Lacan : à savoir le Réel (qu'il soit du monde ou du sujet).

---

657 Melman, C. (2003). *La nouvelle économie psychique*. Toulouse : Érès.

658 Melman, C. (2005). *L'Homme sans gravité : jouir à tout prix*. Entretiens avec Jean-Pierre Lebrun. Denoël.

BIBLIOGRAPHIE

Ouvrages ou chapitres d'ouvrages :

Abelhauser, A. (2020). *Un doute infini. L'obsessionnel en 40 leçons*. Seuil.

Agamben. G. (2000). *Le temps qui reste. Un commentaire de l'Épître aux Romains.* Rivages poche.

Agamben, G. (2007). *Qu'est-ce qu'un dispositif ?* Paris, Rivages poche

Assoun, P.-L. (1997). *Psychanalyse*, Livre I. PUF.

Bardin, L. (2013). Chapitre II. Définition et rapport avec les autres sciences. L'analyse de contenu (p. 30-51). PUF. https://shs-cairn-info.ezproxy.u-paris.fr/l-analyse-de-contenu--9782130627906-page-30?lang=fr

Barthes, R. (1982). *L'aventure sémiologique*. Paris : Seuil.

Barthes, R. (1982). *L'obvie et l'obtus*. Paris : Le Seuil

Bernays, E. (1928/2007). *Propaganda*. La découverte.

Bioy, A. (2020). Chapitre II - Qu'est-ce que l'hypnose ?. Dans : Antoine Bioy éd., *L'hypnose* (pp. 25-78). Paris cedex 14: PUF.

Borst, G. & Cachia, A. (2022). Chapitre IV. Imagerie cérébrale. Dans : Grégoire Borst éd., *Les méthodes en psychologie*

Cialdini, R. (1984). *Influence et manipulation*, Paris : Pocket

Debord, G. (1967/1992). *La société du spectacle.* Gallimard, coll. « Folio Essais ».

Debray, R. (1992). Vie et mort de l'image. Gallimard.

Dolto, F. (1982). *Séminaire de psychanalyse d'enfants, Tome I*. Points.

Dufour, D.-R. (2025). Le sujet peut-il résister au Marché ? In *Actes du Quatrième Groupe, Actes 13 : Résistances*, Éditions In Press

Farago, F. (2011). Chapitre 2. La pensée de l'art dans l'Antiquité : une esthétique de l'imitation. Dans : , F. Farago, *L'art* (pp. 25-42). Paris: Armand Colin.

Fogg, BJ. (2002). *Persuasive Technology: Using Computers to Change What We Think and Do.* Ubiquity. 3. 10.1145/763955.763957.

Fogg, B.J. (2019). *Tiny Habits, the small changes that change Everything.* Harcourt.

Foucault, M. (1963). *Naissance de la clinique*. PUF.

Foucault, M. (1982). « Le sujet et le pouvoir ». *Dits et écrits*. *Tome IV*. Disponible sur : http://1libertaire.free.fr/MFoucault102.html [Consulté le 30/04/24]

Freud, S. (1887/2015). « Compte rendu de Berkhan : tentatives pour améliorer la surdi-mutité et les succès de ces tentatives ». Dans *Oeuvres complètes, Volume I.* PUF.

Freud, S. (1895/2009). « De l'esquisse d'une psychologie scientifique ». *La naissance de la psychanalyse*. Paris : PUF.

Freud, S. Breuer, J. (1895/2011). *Etudes sur l'hystérie*. PUF.

Freud, S. (1896/2006). *Lettres à Wilhelm Fliess (1887-1904)*, trad. F. Kahn et F. Robert, Paris, PUF, 2006, Lettre 52

Freud, S. (1900). Lettre à Wilhelm Fliess du 1er février 1900, in P.-L. Assoun, *Psychanalyse*, Presses Universitaires de France, Premier cycle, 1997, Livre I, « Heuristique. La découverte freudienne et sa généalogie ».

Freud, S. (1899). Texte inédit. Dans, Schur, M. (1975). *La mort dans la vie de Freud*. Paris : Gallimard.

Freud, S. (1905/1987). *Trois essais sur la théorie sexuelle*. Gallimard.

Freud, S. (1910). *Cinq leçons sur la psychanalyse*. Gallimard.

Freud, S. (1916-1917), *Introduction à la psychanalyse.* Payot.

Freud, S. (1921/2001). Psychologie des foules et analyse du moi. *Essais de psychanalyse*. Paris : Payot-rivages.

Freud, S. (1923/2018). Le moi et le ça. In : *Métapsychologie*. Paris : PUF.

Freud, S. (1926). *Inhibition symptôme, angoisse*. Gallimard.

Freud, S. (1927). *L'avenir d'une illusion*. Paris : Flammarion.

Freud, S. (1930/1971). *Malaise dans la civilisation*. Paris : PUF.

Freud, S. (1932/1981). *Nouvelles Conférences sur la psychanalyse.* Paris. Gallimard.

Gaspard, J.-L. (2010). Nouveaux symptômes et lien social contemporain. In *Les fondamentaux de la psychanalyse lacanienne : repères épistémologiques, conceptuels et cliniques*, sous la direction de L. Jodeau-Belle et L. Ottavi, PUR

Gonon, F. (2024). L'impérialisme du discours des neurosciences. Dans : *Neurosciences : un discours néolibéral ? Psychiatrie, éducation, inégalités*. Chap 6. Champ social.

Gori, R. (2020) *La fabrique de nos servitudes*. Paris : Les liens qui libèrent

Han, B.-C. (2013/2015). *Dans la nuée, réflexions sur le numérique*. Berlin. Actes sud.

Hegel, G.W.F. (1807/1999). *Phénoménologie de l'esprit.* I. Paris : Aubier.

Jadin, J-M. Ritter, M. (Dir). (2009/2012). *La jouissance dans l'enseignement de Lacan*. Toulouse : Éres.

James, W. (1890). *The principles of psychology, Vol. 1.* Henry Holt and Co. https://doi.org/10.1037/10538-000.

Lacan, J. (1966). *Écrits*, Paris : Seuil.

Lacan, J. (1938/2001). *Les complexes familiaux dans la formation de l'individu*. In : *Autres écrits*. Seuil.

Lacan, J. (1955-1956). *Le séminaire Livre II, Le moi dans la théorie de Freud et dans la technique psychanalytique*. Seuil.

Lacan, J. (1956). *Le Séminaire, Livre III, Les psychoses*. Seuil.

Lacan, J. (1957-1958/1998). *Le Séminaire, Livre V, Les formations de l'inconscient.* Seuil.

Lacan, J. (1958-1959/2013). *Le Séminaire, Livre VI : Le désir et son interprétation*. Seuil.

Lacan, J. (1959-1960). *Le Séminaire, Livre VII, L'éthique de la psychanalyse.* Paris : Le seuil.

Lacan, J. (1962-1963). *Le Séminaire, Livre X, L'angoisse*. Seuil.

Lacan, J. (1964). *Le Séminaire, Livre XI, Les quatre concepts fondamentaux de la psychanalyse*. Seuil.

Lacan, J. (1968-1969/2006). *Le Séminaire, Livre XVI, D'un Autre à l'autre.* Seuil.

Lacan, J. (1969-1970). *Le Séminaire, Livre XVII, L'envers de la psychanalyse*. Seuil.

Lacan J. (1971-1972/2011) *Je parle aux murs.* Seuil.

Lacan, J. (1972). *Le Séminaire de Louvain. Les non-dupes errent* . Transcription dactylographiée, Université catholique de Louvain.

Lacan, J. (1972-1973). *Le Séminaire, Livre XX, Encore*. Seuil.

Lachaux, J. (2014). Chapitre 5. L'économie cérébrale de l'attention. Dans : Yves Citton éd., *L'économie de l'attention: Nouvel horizon du capitalisme ?* Paris: La Découverte, p. 109-120. https://doi-org.ezproxy.u-paris.fr/10.3917/dec.citto.2014.01.0109

Lachaux, J. (2017). Pour une maîtrise de l'attention. Dans : Jean-François Marmion éd., *La psychologie aujourd'hui*. Auxerre, France : Éditions Sciences Humaines. https://doi.org/10.3917/sh.marmi.2017.01.0061"

Lagache, D. (1969). *L'unité de la psychologie*. PUF.

Lamote, T. (2017). Acte I. Scientologie et discours de la science. *L'envers obscène de la modernité : De la Scientologie à Daech*. Hermann.

Lebrun, J.-P. (1997/2022). *Un monde sans limite : suivi de Malaise dans la subjectivation*. Éditions érès.

Léger, L. (2016). Chapitre 3. L'orientation de l'attention. *L'attention* (p. 53-73). Dunod. https://shs-cairn-info.ezproxy.u-paris.fr/l-attention--9782100729968-page-53?lang=fr.

Leguil, C. (2021). *Céder n'est pas consentir*. PUF.

Lemaire, A. (1970). *Jacques Lacan*. Mardaga.

Lipovetsky, G. (1983). *L'ère du vide.* Paris : Gallimard

Loison, C. (2020). Chapitre II. Le manque d'unité du corps dans les psychoses infantiles et ses conséquences. Dans : *Dialogue de sourds : les institutions et les psychoses* (p. 26-47). Champ social. https://shs-cairn-info.ezproxy.u-paris.fr/dialogue-de-sourds-les-institutions--9791034605262-page-26?lang=fr.

Mariné, C. & Escribe, C. (2012). Naissance du behaviorisme : Tout est conditionnement. Dans : Jean-François Marmion éd., *Histoire de la psychologie*. Auxerre: Éditions Sciences Humaines, p. 75-77. https://doi.org/10.3917/sh.marmi.2012.01.0075

Mauss, M. (1925/2012). *Essai sur le don*. PUF.

McDougall, J. (2001). L'économie psychique de l'addiction. Dans : Vladimir Marinov éd., *Anorexie, addictions et fragilités narcissiques* (pp. 11-36). Paris cedex 14 : Presses Universitaires de France. https://doi.org/10.3917/puf.marin.2001.01.0011

Melman, C. (2005). *L'Homme sans gravité : jouir à tout prix*. Entretiens avec Jean-Pierre Lebrun. Denoël.

Melman, C. (2003). *La nouvelle économie psychique*. Toulouse : Érès.

Merleau-Ponty, M. (1945). *Phénoménologie de la perception*. Paris : Gallimard.

Merleau Ponty, M. (1964). *Le visible et l'invisible*. Chicoutimi : Les classiques des sciences sociales.

Myers, D., Social Psychology, New York, McGraw-Hill 2005

Nietzsche, F. (1878/1988). *Humain, trop humain : Un livre pour esprits libres* (trad. R. Rovini). Gallimard.

O'Keefe, D.J. (2002). *Persuasion: Theory and research*, 2nd ed. Thousand Oaks, CA: Sage.

Ovide. (env 1er siècle/2018). *Les métamorphoses*, Livre X. Trad. Robert. D. Babel.

Patino, B. (2019). *La civilisation du poisson rouge*. Paris : Grasset.

Pommier, G. (2004). *Comment les neurosciences démontrent la psychanalyse*. Galilée.

Postman, N. (1985/2010). *Se distraire à en mourir*. USA : Pluriel.

Reardon, K.K. (1991). *Persuasion in practice*. Newbury Park, CA: Sage.

Rosset, C. (1976/2018). *Le réel et son double*. Folio. Gallimard.

Saint Augustin. (IVe siècle/1964). *Les confessions*. Paris : Flammarion

Skinner, B.F. (1953/2011). *Science et comportement humain*. In Press.

Stiegler, B. (2013). *De la misère symbolique*. Flammarion.

Stiegler, B. (2018). *Qu'appelle-t-on panser ?*. Paris : LLL.

Thalabard, E. (2012). *L'attention et la conscience* [Thèse de doctorat, Université Paris Sorbonne Paris 4]. HAL. https://shs.hal.science/tel-04004301/
Thibierge, S. (2007). *Clinique de l'identité : Psychoses, identité sexuelle et lien social*. PUF.

Tocqueville, A. (1835/1993). *De la démocratie en Amérique*. Flammarion.

Tosquelles, F. (2001) « Préface » dans *Psychiatrie et psychothérapie institutionnelle*. Lecques, éditions du champ social.

Vanier, A. (2015). *Lacan*. Les belles lettres.

Vlachopoulou, X. et Missonnier, S. (2019). Chapitre premier. Les sources du virtuel. Psychologie des écrans (p. 3-47). PUF. https://shs-cairn-info.ezproxy.u-paris.fr/psychologie-des-ecrans--9782130815945-page-3?lang=fr.

Weber, M. (1905/2003). *L'Éthique protestante et l'esprit du capitalisme.* Flammarion, collection Champs.

Winnicott, D. W. (1958). « L'angoisse associée à l'insécurité (1952) ». Dans *De la pédiatrie à la psychanalyse.*

Wolton, D. (2003). *L'Autre Mondialisation*. Flammarion.

Zimbardo, P.G. (1991). *Psychology of attitude change and social influence*. New York : McGraw-Hill

Articles scientifiques :

Ali, R., Lugrin, B. (2021). Persuasive Technology, *16th International Conference, Persuasive 2021*, Virtual Event, Springer, 12 avril 2021.

Achab, S. & Zullino, D. (2017). L'ère numérique, une époque de mutations pour la médecine des addictions. *Psychotropes*, 23, 9-20. https://doi-org.ezproxy.u-paris.fr/10.3917/psyt.233.0009

Ansermet, F. (2014). Addiction à l'instant. *La Cause du désir*, n° 88 (L'expérience des addicts), 2017.

Assoun, P.-L. (2004). La recherche freudienne. Petit Discours de la Méthode à l'usage de la Recherche en psychanalyse. *Recherches en psychanalyse*, no 1(1), 49-63. https://doi.org/10.3917/rep.001.0049.

Bastin, C. (2018) « Le réseau cérébral par défaut : un repos qui n'en est pas un ». *Revue de neuropsychologie*.

Belle, L., Tiscini, G. (2024). "L'inquiétante étrangeté entre intelligence artificielle et voix." *Bulletin de psychologie*, vol. 77, n° 4 (586), octobre-décembre 2024, p. 43-50.

Bonnaire, C. & Couteron, J. (2015). 19. Cyberaddiction. Dans : Alain Morel éd., *Addictologie: En 49 notions* (pp. 204-215). Paris: Dunod. https://doi-org.ezproxy.u-paris.fr/10.3917/dunod.morel.2015.01.0204

Borst, G. & Cachia, A. (2022). Chapitre IV. Imagerie cérébrale. Dans : Grégoire Borst éd., *Les méthodes en psychologie* (p. 90-121). Paris : PUF.

Braunstein, N. (2011) . Le discours capitaliste : « cinquième discours » ? Anticipation du « discours pst », ou peste. *Savoirs et clinique,* n° 14(2), 97. https://doi-org.ezproxy.u-paris.fr/10.3917/sc.014.0094.

Bioy, A. (2008). Sigmund Freud et l'hypnose : une histoire complexe. *Perspectives Psy.*

Cadéac, B. & Lauru, D. (2007). L'entretien clinique au téléphone. Le carnet PSY, 121(8), 22 - 24.

Capobianco, A. & Gonzalez, J. (2012). limites et spécificités du cadre de l'entretien par téléphone. In. *La clinique du bout du fil : L'aide psychologique par téléphone en question* (pp. 19 - 54). Paris : PUF

Cernat, C. & Pluchart, S. (2023). Les avatars esthétiques dans les réseaux sociaux : une quête identitaire contemporaine. *Cahiers de psychologie clinique*, 61, 119-137. https://doi.org/10.3917/ cpc.061.0119

Ciccone, A. (2014). l'observation clinique en recherche périnatale : intérêts exigences, limites. in N. Presme (Dir.), *Recherches en périnatalité* (pp. 75 - 88). Paris : PUF.

Clark, L. (2014). « Disordered gambling: the evolving concept of behavioral addiction ». *Ann N Y Acad Sci*, 1327, 46-61

Courtine, J.-J. (1996). De Barnum à Disney. Les cahiers de médiologie, 1(1), 73-81. https://doi.org/10.3917/cdm.001.0073.

Crary, J. (2014). Chapitre 1. Le capitalisme comme crise permanente de l'attention. Dans : Yves Citton éd., *L'économie de l'attention: Nouvel horizon du capitalisme ?* (pp. 33-54). Paris: La Découverte. https://doi.org/10.3917/dec.citto.2014.01.0033

Da Silva Junior, N. (2019). The Politics of Truth and its Transformations in Neoliberalism: the Subject Supposed to Know in Algorithmic Times. *Filozofski vestnik*. Vol. XL. n°3. p. 133-144.

De Luca, M. (2018). L'ennui comme disposition adolescente aux frontières. *Cliniques*, 15, 65-80. https://doi-org.ezproxy.u-paris.fr/10.3917/clini.015.0065

De Mijolla-Mellor, S. (2008). Le fantasme de Pygmalion. *Adolescence.* Vol. 26, n° 664. p. 817840. https://doi.org/10.3917/ado.066.0817

Dimitriadis, Y. Westphal, L. (2018). Les usages de drogue, les maladies psychosomatiques du cerveau, le passage à l'acte et les enjeux thérapeutiques. Dans « *Les usages de drogues comme traitement de soi* », Paris : *Langage*, p. 31-41.

Dumoulin, Q. (2021). Addiction à internet et Hikikomori : quels repères cliniques face à l'expansion des conduites de retrait social ? *Bulletin de psychologie*, Tome 74, n° 574-4, octobre 2021.

Dureuil, S. & Ouvry, O. (2023). Le névrosé obsessionnel, victime idéale du néolibéralisme sadien. *Cliniques méditerranéennes*, 107, 87-98. https://doi-org.ezproxy.u-paris.fr/10.3917/cm.107.0087

Fernandez, L. et Pedinielli, J. (2006). La recherche en psychologie clinique. Recherche en soins infirmiers, N° 84(1), 41-51. https://doi-org.ezproxy.u-paris.fr/10.3917/rsi.084.0041.

Fogg, B.J. (1998). Persuasive computers : perspectives and research directions. Proceedings of the SIGCHI Conference on Human Factors in Computing Systems. *Computer science* .Disponible sur : http://cite seerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.83.7257&rep=rep1&type=pdf [Consulté le : 20/03/2024]

Fogg, BJ. (2008). « Mass Interpersonal Persuasion: An Early View of a New Phenomenon ». Persuasive Technology Lab. Stanford University.

Garcia-Fons, T. (2005). L'obscure clarté de l'ennui. *La lettre de l'enfance et de l'adolescence*, no<(sup> 60), 37-42. https://doi.org/10.3917/lett.060.0037

Gaspard, J.-L. (2015). Quêtes identitaires dans notre modernité. *Revista Subjetividades,* Biopolitica e subjetividades contemporâneas, 15 (3), Fortaleza, 333-340.

Gaspard, J-L., Da Silva Junior, N., Doucet, C. (2010). Recherche clinique : une analyse de discours orientée par la psychanalyse. Inédit.

Gaspard, J.-L., Da Silva Junior, N., Dunker, C. I. L., Assadi, T., & Doucet, C. (2010). Psicanálise e análise de discurso: elementos para uma investigação clínica futura. *A peste*, 2(2)

Gentil, P. (2011). L'expérience de la mort virtuelle : les jeux vidéo ou la fausse mort. *Études sur la mort*, 139, p. 79-91. https://doi.org/10.3917/eslm.139.0079

Jarrige, F. (2021). Mirages du technosolutionnisme. HAL. https://ube.hal.science/hal-03545360/document

Kaptein, M. (2009). « Persuasion in ambient intelligence ». *J Ambient Intell Human*.

Kaptein, M. Eckles, D. Davis, J. (2011). Envisioning Persuasion Profiles : Challenges for Public Policy and Ethical Practice. *Interactions*. 18, 66-69. DOI:10.1145/2008176.2008191

Kaptein, M., Eckles, D. (2012). Heterogeneity in the Effects of Online Persuasion. *Journal of interactive marketing*, p 176-188.

Kaptein, M. Markopoulos, P. De Ruyter, B. Aarts, E. (2015). Personalizing persuasive technologies: Explicit and implicit personalization using persuasion profiles. *J. Human-computer Studies,* p 38-51.

Lacan, J. (1972/1984). Du discours psychanalytique. Conférence de Milan 12 Mai 1972. *Ornicar?* N°29.

Lamote, T. (2010). « Par-delà L la manipulation mentale : la violence insidieuse de l'Église de scientologie. » *Topique*, n° 111.

Lamote, T. & Hamon, R. (2016) « Manipulations, harcèlements et complots : une paranoïsation imaginaire du lien social contemporain ? ». *Bulletin de psychologie*, vol. 69, n° 5.

Marková, I. (2007). Persuasion et propagande. Diogène, 217, 39-57. https://doi.org/10.3917/ dio.217.0039

Matet, J. (2012). De la clinique du cas à la clinique du réel. La Cause du Désir, N° 82(3), p. 14-20. https://doi.org/10.3917/lcdd.082.0014.

Mazel, M. (2015). L'Éthique : de l'angoisse à la méthode. Pratiques en santé mentale, 61e année(2), 25-28 https://doi-org.ezproxy.u-paris.fr/10.3917/psm.152.0025.

Mevel, K. et al. (2010). Le réseau cérébral par défaut : rôle cognitif et perturbations dans la pathologie. *Revue neurologique*.

Miermont-Schilton, D. et Richard, F. (2020). Psychanalyse à distance : Skype ou téléphone ? Le Carnet Psy, 236(6), 41-45. https://doi-org.ezproxy.u-paris.fr/10.3917/lcp.236.0041

Miller, G.R. (1980). « On being persuaded: Some basic distinctions ». In M. Roloff, & G. R. Miller (Eds.), *Persuasion: New directions in theory and research*, p.11–28.

Miller, J.-A. (2011). L'économie de la jouissance. *La Cause freudienne* n° 79.

Monique, R. (2018). « L'attention : définition et quelques concepts, Les tests d'attention spatiale ». Elsevier. Disponible sur :https://www.elsevier.com/fr-fr/connect/psy/lattention-definition-et-quelques-concepts,-les-tests-dattention-spatiale

Orji, R. Moffatt, K. (2018). Persuasive technology for health and wellness : State-of-the-art and emerging trends. *Health Informatics Journal*, n°24, p 66-91. DOI :10.1177/1460458216650979

Porge, É. (2011). Les voix, la voix. Essaim, 26(1), 7-28. https://doi-org.ezproxy.u-paris.fr/10.3917/ess.026.0007.

Papp, A. (2019). L'infobésité, une épidémie à l'âge des nouvelles technologies de l'information et de la communication ? *Regards Croisés Sur L'économie/Regards Croisés Sur L'économie*, *n° 23*(2), 105113. https://doi.org/10.3917/rce.023.0105

Posner, M. Peterson, S. (1989). « The attention system of the humain brain ». *Annals of neuroscience*. Disponible sur : https://apps.dtic.mil/sti/pdfs/ADA206157.pdf

Posner, M. Rothbart, M. (1991). « Les mécanismes de l'attention et l'expérience consciente ». *Revue de neuropsychologie*. Vol 2. N°1. Disponible sur : https://rnp.reso-dys.org/IMG/pdf/posner.pdf

Raichle, M. (2010). « Un cerveau jamais au repos ». *Neurosciences*.

Safouan, M. (2014). La pulsion invocante revisitée. *Essaim*, 32(2), Eres.

Sauret M.-J., Zapata-Reinert L. (2015). « L'éthique du cas : est-il possible de se régler sur l'éthique de la psychanalyse ? », *Cahiers de psychologie clinique*, 2015/1, n°44, p. 51-71.

Sternis, C. (2016). Esthétique, clinique et psychanalyse : un triptyque éthique. *Le Journal des psychologues*, 333, 18-24. https://doi-org.ezproxy.u-paris.fr/10.3917/jdp.333.0018

Stiegler, B. (2007). Questions de pharmacologie générale. Il n'y a pas de simple pharmakon. *Psychotropes*, 13, 27-54. https://doi.org/10.3917/psyt.133.0027

Stora, M. et Enkelaar, N. (2022). Réseaux (a)sociaux et construction identitaire Entretien avec Michaël Stora. *Adolescence*, T.40 n° 2(2), 259-269. https://doi.org/10.3917/ado.110.0259.

Texier, D. (2016). Peut-on parler d'un ennui contemporain à la génération numérique ?. *Enfances & Psy*, 70, 74-84. https://doi.org/10.3917/ep.070.0074

Thibierge, S. (2018). Quid des complexes familiaux aujourd'hui ?. *La revue Lacanienne*, n°19, p 17-23.

Tisseron, S. (2000). L'intelligence des jouets. *Les cahiers de médiologie*, 9, p. 135-139. https://doi.org/10.3917/cdm.009.0135

Vasse, D. (1977). L'inconscient et le téléphone. In « S.O.S. Amitié France », n°15. Disponible sur : https://www.denis-vasse.com/linconscient-et-le-telephone/

Vinciguerra, R-P. (2009). L'objet voix. *La Cause freudienne*. n° 71.

Vinot, F. Raufast, L. Vives, J-M. (2020). Les médiations thérapeutiques par le théâtre : entre fiction et friction. *Cahiers de psychologie clinique*. n°55. p 81-99.

Vives, J-M. (1999). Le leurre et le trompe-l'oeil dans l'art et la psychanalyse. *Séminaire 98/99 : Comment les discours de l'amour se déclinent-ils aujourd'hui ?*. p 5-15. https://www.gnipl.fr/pdf_actes_sem4/Leurre%20et%20trompe-l'oeil%20dans%20l'art%20et%20la%20psychanalyse%20%20Jean-Michel%20Vives.pdf

Wedl, J. (2007) . L'analyse de discours « à la Foucault » en Allemagne : trois approches et leurs apports pour la sociologie. *Langage et société*, n° 120(2), 35-53. https://doi.org/10.3917/ls.120.0035.

Wolfe, J. M. (1994). Guided Search 2.0: A revised model of visual search. *Psychonomic Bulletin & Review*, 1(2)

Wolton, D. (1990). La télévision comme lien social Entretien avec Dominique Wolton. Le Débat, 61(4), 116-120. https://doi.org/10.3917/deba.061.0116.

Sites internet :

ATTENDRE : Etymologie de ATTENDRE. (s. d.). Disponible sur : https://www.cnrtl.fr/etymologie/attendre

Attention. (2022). Larousse. Disponible sur : https://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/attention/6247

ATTENTION : etymologie de ATTENTION. (s. d.). CNRTL. Disponible sur : https://www.cnrtl.fr/etymologie/attention

Cognitif research. (s.d.). L'attention. Disponible sur : https://www.cognifit.com/fr/attention

Dictionnaire de l'académie française. (2022). *Attention*. (9e ed.). Institut de France. Disponible sur : https://www.dictionnaire-academie.fr/article/A9A3040

Dictionnaire de l'académie française. (2021). *Contempler*. (9e éd). Institut de France. Disponible sur : https://www.dictionnaire-academie.fr/article/A9C3808 Dictionnaire de l'Académie française. (1835). *Convaincre* (6e éd., p.402). Institut de France. https://www.dictionnaire-academie.fr/article/A6C2676

Dictionnaire de l'Académie française. (1835). *Convaincre* (6e éd., p. 402). Institut de France. Disponible sur : https://www.dictionnaire-academie.fr/article/A6C2676

Dictionnaire de l'académie française. (2021). *Escamotage*. (9e éd). Institut de France. Disponible sur : https://www.dictionnaire-academie.fr/article/A9E2554

Dictionnaire de l'académie française. (2021). *Influence*. Dans *Dictionnaire de l'académie française* (9e éd). Institut de France. Disponible sur : https://www.dictionnaire-academie.fr/article/A9I1207

Dictionnaire de l'académie française. (1992–…). *Leurre*. Dans *Dictionnaire de l'Académie française* (9e éd.). Disponible sur : https://academie.atilf.fr

Dictionnaire de l'Académie française. (2024). *Persuader*. Dans *Dictionnaire de l'Académie française* (9e éd.). Institut de France. Disponible sur : https://www.dictionnaire-academie.fr/article/A9P1723

En, É. L. ; . F. G. (s. d.). *Littré - propagande - définition, citations, étymologie*. *https://www.littre.org/definition/propagande*

En, É. L. ; . F. G. (s. d.). *Littré - Ennui - définition, citations, étymologie*. https://www.littre.org/definition/ennui

Kaptein, M. (2019). About. Disponible sur : https://www.mauritskaptein.com. [Consulté le 24.06.25].

Observatoire français des drogues et des tendances addictives (2023). Consommation de drogues et addiction ; état des lieux. Disponible sur : https://www.vie-publique.fr/eclairage/19506-drogues-et-addictions-les-donnees-2025.

PERSUADER : Etymologie de PERSUADER. (s. d.). https://www.cnrtl.fr/etymologie/persuader

S. a. (2025, 09/07) Comment changer la prsonnalité de chatgpt ?, *Yes we Prompt*. https://yes-we-prompt.fr/guides-tuto-ia/changer-personnalite-chatgpt/

Articles de presse :

AFP. (2025, 11/09). La commission TikTok préconise d'interdire les réseaux sociaux aux moins de 15 ans. *Le Figaro*. Disponible sur : https://www.lefigaro.fr/flash-actu/la-commission-tiktok-preconise-d-interdire-les-reseaux-sociaux-aux-moins-de-15-ans-20250911.[Consultéle14/09/2025]

Charlier, P. (2025, 07/09). Xi Jinping et Vladimir Poutine entretiennent une fascination communiste pour la lutte contre la dégradation du corps. *Le Monde.* Disponible sur : https://www.lemonde.fr/idees/article/2025/09/07/xi-jinping-et-vladimir-poutine-continuent-d-entretenir-la-fascination-communiste-vis-a-vis-de-la-lutte-contre-la-degradation-du-corps_6639604_3232.html [Consulté le 14/09/2025]

Claquin, A. (2020). « Comment les écrans captent notre attention ». LaCroix. https://attention.designersethiques.org/documents/la-croix-captologie.pdf [Consulté le 5 août 2022]

Roosen, M. (2019, Novembre 29), « La captologie ? Mais non, la tech ne veut pas nous manipuler… Promis juré », *L'ADN.* (numéro 19). https://www.ladn.eu/entreprises-innovantes/transparence/captologie-manipulation-masse-influence-bons-comportements/ [Consulté le 29/09/25]

Stora, M. (2024). L'usage des filtres numériques promettant un visage parfait peut devenir addictif. *Le Monde*. Disponible sur : https://www.lemonde.fr/economie/article/2024/03/24/l-usage-des-filtres-numeriques-promettant-un-visage-parfait-peut-devenir-addictif_6223887_3234.html [Consulté le 30/04/2024]

Films/Séries :

Nolan, C. (2006). *Le prestige*. Drame, Thriller, Fantastique.130 minutes. USA/RU.

Smith, C. (2025). *Don't die : l'homme qui voulait être éternel* [documentaire]. Netflix.

INDEX DES NOMS PROPRES

A

Aarts E, 36, 269
Abelhauser A, 190
Achab S, 169, 170
Agamben G, 272, 273, 284
Ansermet F, 244, 246
Aristote, 69
Asch S, 39, 56, 57
Assadi T, 130
Assoun P.-L, 112, 114, 115, 116, 122
Augustin St, 69, 70, 73, 81, 82, 158, 232

B

Bardin L, 126
Barjavel R, 8
Barnum P.T, 25, 27
Barthes R, 269
Bastin C, 185, 186
Belle L, 8
Benjamin W, 284
Bernays E, 12, 17, 18, 19, 20, 26, 27, 60
Bioy A, 184, 185, 218, 219, 220, 221, 225, 228, 229
Bonnaire C, 169
Borst G, 77
Boule P, 8
Braunstein N, 256
Brehm J, 44
Breuer J, 226
Bruno P, 208, 209
Burke K, 32

C

Cachia A, 77
Cadéac B, 118
Capobianco A, 119
Charlier P, 9
Cialdini R, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 51, 54, 64, 79, 183
Ciccone A, 126
Citton Y, 26, 83
Claquin A, 37
Clark L, 169
Courtine J.-J, 25, 26
Couteron J, 169
Crary J, 26, 270

D

Da Silva Junior N, 127, 128, 129, 130, 266
De Mijolla-Mellor S, 156
De Luca M, 187
De Ruyter B, 36, 269
Debord G, 268, 270, 271
Debray R, 203, 204, 206
Descartes R, 69
Dimitriadis Y, 146
Dolto F, 211
Doridot J, 229, 230
Doucet C, 127, 128, 129, 130
Dufour D.-R, 281, 282
Dumoulin Q, 246, 247
Dunker C, 127, 130
Dureuil S, 176

E

Eckles D, 60, 61
Enkelaar N, 42
Escribe C, 74

F

Farago F, 179
Fernandez L, 111, 121
Festinger L, 58, 59
Fliess W, 91, 92, 93, 96, 99, 209
Fogg B.J, 10,17, 31, 32, 38, 39, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 156, 258, 259, 261, 263, 264
Foucault M, 105, 110, 265, 266, 267, 272
Freud S, 19, 46, 88, 89, 90, 91, 92 93, 94, 95, 96, 97, 99, 100, 102, 106, 107, 112, 113, 114 116, 129, 138, 140, 142, 176, 177, 178, 188, 201, 202, 208, 209, 217, 218, 219, 220, 221, 222, 223, 224, 225, 226, 233, 242, 245, 256, 266, 274, 277, 278, 285, 293

G

Garcia-Fons T, 187, 188
Gaspard J.-L, 13, 127, 128, 129, 130, 255, 256, 270
Gentil P, 49
Gonon F, 273
Gonzalez J, 119

H

Hamon R, 273
Han B.-C, 271, 272, 276, 279, 283
Hegel F
Huxley A, 8

J

James W, 69, 72, 78, 85, 86
Jarrige F, 8

K

Kaptein M, 36, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 62, 63, 64, 65, 66, 67, 79, 221, 259, 260, 261, 263, 264, 268

L

Lacan J, 9,14,16, 45, 72, 88, 92, 93, 94, 95, 96, 97, 98, 99, 100, 101, 102, 103, 104, 105, 106, 107, 108, 112, 113, 131, 138, 139, 140, 142, 143, 144, 146, 147, 148, 155, 160, 163, 179, 180, 186, 187, 188, 191, 192, 197, 199, 200, 201, 210, 213,

219, 223, 224, 225, 226, 227, 229, 231, 232, 233, 234, 238, 245, 247, 248, 249, 250, 251, 252, 253, 254, 255, 256, 259, 264, 266, 269, 270, 274, 278, 280, 281, 282, 283, 285, 288, 289, 290, 292, 293
Lachaux J.-P, 83, 84, 85, 86, 87, 88, 100, 147
Lacroix J, 264
Lagache D, 111, 112, 113
Lamote T, 254, 273
Langer E, 35, 79
Latane B, 56
Lauru D, 118
Lebrun J.-P, 8, 138, 253
Leger L, 85
Leguil C, 35
Lipovetsky G, 41, 261, 262, 263, 271
Lucrèce, 69

M

Mariné C, 74
Markopoulos P, 36, 269
Markova I, 18, 20, 32, 33
Marmion J.-F, 74
Matet J, 131, 132
Mauss M, 36
Mazel M, 110
Melman C, 13, 235, 293
Merleau-Ponty M, 71, 72, 73, 74, 76, 77, 82, 83, 84, 86, 106, 142
Mevel K, 186
Miermont-Schilton D, 118
Miller G.R, 32
Miller J.-A, 244, 245
Milgram S, 42
Missionnier S, 119
Moffatt K, 157
Monique R, 79
Morse S, 21
Myers D, 33

N

Nietzsche F, 22
Nolan C, 276

O

Ouvry O, 176
Orwell G, 8
O'Keef D.J, 33
Oresme, 33
Orji R, 157
Ovide, 155, 156, 235, 237, 238, 241, 289, 290, 292

P

Papp A, 23, 24
Patino B, 75, 259
Pedinielli J, 111, 121
Peterson S, 77, 78, 79
Platon, 179
Pommier G, 73, 87
Porge E, 102, 103
Posner M, 77, 78, 79, 80, 82, 83, 85
Postman N, 21, 23, 27, 28, 29, 30

R

Raichle M, 185
Raufast L, 163
Reagan R, 29
Reardon K.K, 32
Richard F, 118
Ritter M, 96
Roosen M, 32
Rosset C, 257, 274, 278, 279, 280, 282, 283
Rothbart M, 78, 79, 80, 82

S

Safouan M, 101
Saini P, 264
Sartre J.-P, 107
Sauret J.-M, 116
Skinner B.F, 73, 74, 75, 76, 77, 82, 83, 84, 85, 86, 183, 211
Smith C, 9
Spitz R, 91
Sternis C, 178
Stiegler B, 11, 126, 180, 233, 246, 247, 257, 268, 269, 272, 275, 288, 292
Stora M, 42

T

Texier D, 187, 188
Thibierge S, 158
Tiscini G, 8
Tisseron S, 49
Toqueville A, 265, 266, 271
Tosquelles F, 125

V

Vanier A, 98
Vasse D, 118, 125
Vinciguerra R.-P, 103
Vinot F, 163
Vivès J.-M, 163, 277
Vlachopoulou X, 119

W

Watson J. B, 73
Weber M, 252
Wedl J, 248
Westphal L, 146
Winnicott D. W, 89
Wolfe J.M, 85
Wolton D, 22, 23, 24, 27, 28

Z

Zapata-Reinert L, 116
Zimbardo P.G, 32, 33
Zukerberg M, 287
Zullino D, 169, 170

INDEX DES MOTS CLÉS

A

Addiction, 116, 134, 142, 143, 145, 146, 167, 168, 169, 210, 211, 213, 214,

240, 242, 243, 244, 245, 246, 251, 255, 274, 285, 286
Attention, 11, 22, 23, 24, 25, 28, 29, 36, 42, 47, 67, 68, 69, 70, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 77, 78, 79, 80, 81, 82, 83, 84, 85, 86, 87, 88, 89, 90, 91, 92, 96, 97, 99, 100, 103, 142, 146, 177, 182, 183, 184, 185, 187, 190, 191, 200, 202, 203, 204, 207, 216, 217, 219, 220, 221, 222, 227, 258, 267, 269, 282
Auto-Hypnose, 191, 228, 229, 230, 266, 283

C

Captologie, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19 20, 24, 25, 27, 28, 29, 30, 31, 34, 36, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 60, 61, 62, 67, 257, 272, 284
Carte de saillance, 82, 84, 85, 86, 87, 99, 146

D

Désir, 15, 18, 94, 96, 97, 98, 99, 100, 101, 103, 106, 114, 116, 121, 142, 143, 155, 157, 162, 173, 176, 179, 180, 181, 182, 185, 189, 190, 197, 189, 199, 200, 201, 202, 204, 209, 210, 211, 217, 218, 224, 229, 232, 235, 236, 249, 251, 253, 254, 268, 270, 273, 274, 277, 278, 280, 291, 292
Discours de la science, 9, 10, 13, 111, 112, 137, 251, 252, 253, 254, 255, 268, 275, 281, 292
Discours du capitaliste, 204, 250, 251, 254, 255, 256, 267, 268, 269, 276, 279, 281, 282, 286

E

Envie, 144, 173, 180, 181, 188, 190, 191, 198, 199, 211, 218, 231, 232, 233, 239, 271, 292

H

Hypnose, 182, 183, 187, 190, 191, 206, 211, 216, 217, 218, 219, 220, 221, 222, 223, 224, 225, 226, 227, 228, 230, 241

I

Illusion, 90, 118, 128, 155, 156, 162, 170, 178, 179, 180, 181, 191, 196, 198, 199, 203, 204, 211, 224, 225, 230, 232, 241, 248, 253, 254, 255, 256, 268, 270, 272, 275, 276, 277, 278, 279, 280, 281, 282, 285, 288, 290, 291, 292
Inconscient, 12, 18, 24, 45, 51, 86, 87, 90, 92, 94, 95, 96, 98, 102, 113, 115, 120, 122, 127, 128, 129, 142, 175, 176, 180, 189, 200, 201, 246, 253, 255, 267, 269, 273, 275, 284, 291

J

Jouissance, 13, 29, 95, 96, 100, 101, 102,103, 115, 122, 129, 131, 137, 138, 139, 140, 142, 143, 147, 148, 155, 157, 161, 175, 178, 179, 180, 189, 191, 197, 198, 199, 203, 204, 209, 211, 218, 224, 227, 230, 231, 232, 233, 234, 240, 243, 244, 251, 253, 254, 255, 256, 258, 262, 264, 265, 267, 268, 269, 270, 271, 275, 276, 279, 281, 282, 285, 286, 288, 292

L

Leurre, 155, 161, 162, 163, 164, 170, 179, 190, 199, 233, 237, 255, 263, 268, 270, 275, 276, 277, 278, 281, 282, 285, 287
Lien social, 9, 12, 14, 33, 35, 117, 121, 122, 123, 136, 147, 148, 155, 170, 174, 190, 201, 203, 212, 215, 242, 247, 250, 252, 264, 265, 268, 269, 273, 278, 281, 291

M

Magie, 171, 173, 198, 203, 222, 272, 275, 276, 278, 280, 282, 283
Miroir, 97, 100, 101, 103, 137, 138, 144, 145, 148, 151, 170, 174, 212, 223, 226, 228, 238, 285, 287, 288, 289, 290, 291

N

Neuro-Pouvoir, 215, 271, 272, 274, 275, 276, 277, 278, 279, 280, 281, 283, 285, 286

O

Objet a, 97, 98, 99, 100, 101, 102, 103, 104, 105, 178, 179, 196, 199, 204, 218, 224, 226, 228, 248, 249, 251, 284

P

Persuasion, 14, 17, 19, 28, 31, 32, 33, 35, 37, 39, 40, 41, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 62, 63, 64, 65, 67, 79, 167, 182, 183, 257, 258, 259, 260, 261, 262, 266, 267, 272, 273, 274, 279, 284
Pouvoir Pastoral, 263, 265, 266, 267, 268, 269, 270, 275
Pulsion, 87, 89, 90, 100, 101, 103, 104, 106, 130, 141, 146, 157, 159, 160, 161, 165, 166, 167, 177, 179, 186, 190, 200, 201, 204, 218, 225, 253, 267, 268, 270, 271, 276, 281, 284

R

Regard, 24, 25, 28, 70, 72, 75, 85, 86, 87, 100, 101, 104, 105, 106, 107, 117, 122, 131, 134, 135, 140, 141, 142, 143, 145, 146, 162, 164, 174, 178, 181, 190, 198, 199, 200, 201, 202, 222, 223, 224, 226, 230, 231, 232, 268, 269, 278
Réseaux sociaux, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 41, 66, 104, 107, 115, 116, 119, 120, 122, 123, 126, 129, 130, 131, 133, 134, 135, 136, 139, 140, 141, 142, 144, 145, 146, 147, 148, 150, 151, 152, 153, 154, 155, 156, 157, 158, 160, 161, 164, 165, 167, 168, 169, 173, 174, 178, 180, 181, 183, 186, 187, 188, 190, 193, 194, 195, 196, 197, 198, 199, 200, 201, 204, 206, 207, 209, 210, 211, 212, 213, 214, 215, 216, 219, 220, 221, 222, 223, 224, 225, 227, 228, 229, 230, 232, 233, 234, 238, 240, 241, 242, 243, 244, 245, 246, 253, 254, 255, 256, 259, 263, 266, 267, 268, 269, 270, 271, 272, 273, 274, 276, 277, 278, 279, 280, 281, 282, 284, 285, 286, 287, 291

S

Surmoi, 102, 103, 175, 176, 213, 217, 225, 226, 227, 228, 243, 244, 251, 269, 292

T

Technologies persuasives, 30, 35, 37, 39, 43, 44, 45, 48, 49, 52, 53, 54, 55, 56, 58, 59, 60, 61, 62, 64, 66, 67, 75, 77, 78, 79, 81, 85, 104, 115, 116, 119, 120, 121, 123, 129, 144, 145, 146, 155, 156, 158, 160, 161, 165, 167, 169, 170, 173, 175, 176, 180, 182, 189, 191, 211, 219, 222, 234, 240, 245, 257, 258, 259, 261, 262, 263, 264, 267, 269, 270, 272, 273, 379, 280, 284, 285, 286, 287, 290, 291, 292

V

Voix, 100, 101, 102, 103, 107, 129, 141, 225, 226, 227, 236

ANNEXES

Entretien 1 : Monsieur G

Mon nom c'est XXX je suis artiste, mon nom d'artiste c'est XXX. J'aime la natation, j'aime aller à la piscine, j'aime me balader, flâner, j'aime mon art ça c'est clair, c'est ma vie quoi. J'aime être avec ma femme, j'aime être avec ma petite famille à moi quoi, ma tribu. Ah oui et alors un truc que j'aime c'est discuter avec des gens mais qui sont pas des amis mais des connaissances. Je sais pas comment expliquer. J'ai des amis, mais y en a d'autres j'aime bien juste les voir de temps en temps, discuter, je suis un peu comme ma mère. Je suis quelqu'un qui aime bien voir plusieurs gens différents.

Sandra : Tu as dit que l'art c'est ta vie ?

Ah oui l'art c'est ma vie, c'est mon ADN quoi. C'est mon ADN ça je l'ai vu et je l'ai encore , ça a encore augmenté ma conviction avec ce qui s'est passé avec ma fille, parce que mon art était touché parce que j'allais plus dans l'atelier. Donc oui c'est l'art c'est une évidence que, l'art passe même avant ma femme et mes filles. Fin disons qu'il pas pas avant mais disons que si l'une de ces trois personnes touchent à mon art, non ça sera d'abord l'art quoi. J'ai une phrase qui est vraiment importante, que je trouve forte « je préfère devenir clodo que de brader qui je suis » dans l'art quoi.

Sandra : Tu es prêt à perdre tout pour conserver l'art ?

Ah oui, je suis prêt à mourir. Comme un guerrier, j'ai un côté oui oui je suis vraiment prêt à mourir pour mon art.

Sandra : ça prend beaucoup d'importance dans ta vie.

Ah oui parce que ça m'a sauvé. C'est quelque chose que j'ai rejeté pendant des années et des années, je voulais être comme les autres, avoir un métier comme les autres et

PLUCHART, Sandra. La captologie comme outil d'influence : enjeux psychopathologiques et subjectifs - 2025

j'ai compris que c'était ça qui me sauvait quoi. C'est mon art qui m'a permis de mieux comprendre ma femme, de mieux comprendre des choses quoi.

Sandra : Merci pour ta présentation. Je voulais savoir tu as accepté de participer à cette recherche et de témoigner de ton expérience à propos des réseaux sociaux, de ton utilisation, est ce que tu pourrais me dire pourquoi ?

Parce que je trouve ça intéressant et que je pense faire partie des gens où les réseaux, disons que j'ai 52 ans donc je ne suis pas né avec les réseaux sociaux. J'utilise les réseaux sociaux pour mon art principalement mais aussi pour d'autres choses. Je pense avoir un autre point de vue des réseaux sociaux donc ça m'intéresse de répondre à ça. Disons que je suis rentré dans les réseaux avec une autre approche, bah je vois le travail de XXX, j'ai pas la même approche mais je suis pas né avec ça, je n'ai pas grandit avec ça et donc j'ai pris conscience que les réseaux sociaux j'en ai besoin pour mon art et en même temps je suis fasciné de comment les gens utilisent les réseaux sociaux.

Sandra : Tu dis que tu as une approche un peu autre, c'est quoi cette approche ?

Alors tu vois par exemple, tiens c'est marrant parce que ce matin j'ai regardé un truc sur Fabrice Eboué tu sais le comique et il fait un sketch sur les réseaux sociaux. Tu vois nous avant les réseaux sociaux c'était le bar, le bistrot. Donc ça restait dans un, et t'avais toujours un Dédé, un idiot du village qu'on aimait bien mais qu'on aimait bien se moquer et ça restait là ça restait dans le cercle du bistrot du village. Les réseaux sociaux c'est un bistrot mais à l'échelle mondiale. Et ça change tout parce que d'un seul coup, le Dédé, l'idiot du village se rend compte qu'il y a un autre Dédé dans le village d'à coté et ainsi de suite et à la fin ce Dédé qui au départ est tout seul gentil pas méchant mais qu'on aime bien se moquer mais pas méchant parce qu'il est vraiment idiot, bah d'un seul coup il se rend compte qu'il est pas seul et d'un seul coup 10 000 Dédés qui se rencontrent sur les réseaux sociaux bah ça change complètement la donne. ça devient des complotistes, tout ça ça peut faire quelque chose de, ça peut générer un peu comme les fachos les racistes tout ça quoi. C'est assez fascinant je trouve. Ouais parce que en même temps tu, et même moi quelque part, les réseaux sociaux j'ai trouvé qu'au départ tu avais des convictions, des façons de penser et à force de voir trop dialoguer ça te met des doutes. y a trop de monde finalement et tu et un temps, moi j'ai mis un temps à comprendre que les réseaux sociaux ce

n’est pas les infos et ce n’est pas la vérité, c’est juste l’opinion de chacun mais dans un océan de personnes. qui ont tous, qui sont tous convaincu d’avoir raison sur un sujet par exemple.

Sandra : Qu’est ce qui t’as fait te rendre compte que les réseaux sociaux ce n’est pas la vérité ?

Au fur et à mesure, parce que toi t’as des choses que moi j’aime par exemple l’Histoire, les infos tout ça puis tu vois qu’à un moment donné tu vois que chacun donne son opinion et à un moment donné tu rentres dans des discussions avec des gens que tu vois qu’ils sont complètement farfelus. Ça me fait penser un peu comme les gilets jaunes où au départ tu trouves ça bien parce que pour toi les gilets jaune par exemple chacun regardait les gilets jaunes par rapport à sa propre situation sauf qu’à la fin c’était un mic mac complet, ça allait dans tous les sens. Je sais pas si j’arrive à me faire comprendre.

Sandra : Tu dirais que les réseaux sociaux vont dans tous les sens ?

Oui et c’est là que c’est dommage parce que finalement tu regrettes ce moment dans les bistrots ou tu voyais toujours les mêmes têtes, et son discutait ensemble et on chacun avait son avis et ça n’allait pas plus loin quoi. Tu n’en avais pas un qui allait rajouter, qui d’un seul coup se pointait « attend moi j’ai autre chose », si tu commence à rentrer, surtout Facebook, moi j’ai commencé par Facebook et j’ai assez arrêté rapidement, toutes ces discussions ou à un moment donné à la fin tu sors de Facebook et t’es envahi de doute sur ta propre conviction sur un sujet mais bénin quoi.

Sandra : Et qu’est ce que ça fait d’être envahi de doutes à partir des réseaux sociaux ?

D’un seul coup t’as l’impression d’être con, « c’est pas possible je suis con je comprends rien » et en même temps oui y a ça aussi, les RS tu apprends au fur et à mesure, ça s’appelle les trolls je crois un truc comme ça. Tu as toujours un ou deux connards qui viennent te faire exprès de toujours te contrer, t’as l’impression que t’es confronté à tous ces gens à un moment donné où euh, leur but c’est juste de te faire mal par les mots. c’est voila quoi.

Sandra : Tu utilises quoi comme réseaux social ?

Instagram, pour l'art et twitter, alors twitter j'avais commencé mais alors là c'est pareil, tu as un sujet tu donnes ton avis, tu estimes que tu insultes pas les gens, toi tu te dis bah non je pense que tu te trompes, tu essayes d'être poli Et après tu as des discussions qui finissent ; c'était pas méchant, tu comprends même pas pourquoi le mec il faut qu'il vienne jusqu'à t'insulter à te traitre d'ignare ou quelque chose comme ça parce que tu n'as pas dit le bon mot ou la bonne lettre. ça ça commence un peu à me fatiguer parce que j'ai tendance à répondre et mal le prendre et au lieu de le zapper, je réponds car tu rentres aussi dans une sorte de combat, tu veux gagner et l'autre en face pareil. Bon, j'ai gardé Twitter je reconnais pour le coté pornographique. Parce que par rapport à Instagram, tout ce qui est les femmes, tu ne vois pas ni les tétons ni la foufounette et que Twitter tu vois tout. mais twitter j'y vais pas régulièrement, ça dépend des moments donnés oui. Et instagram j'y vais pour l'art, en même temps y a des choses marrantes à voir aussi tout ce qui est réel. Alors je reconnais que la sexualité est pour moi importante dans ma vie. En même temps j'aime voir ces belles femmes et en même temps je suis fasciné par cette avalanche de photos où tu as l'impression que les trois quart de ces femmes elles croient qu'elles vont réussir grâce à ça. parce que par rapport aux images qu'elles ont tu vois bien que derrière y'a ouais je sais pas et en même temps ça me donne pas envie. Je les regarde je les trouve belles mais je voudrais pas avoir leur vie si j'étais une femme.

Sandra : Est ce que ça te donne envie toi en tant qu'homme d'avoir des relations sexuelles avec elles ou ça te fait quoi comme sensations de voir toute cette avalanche de photos comme tu dis ?

Oui oui forcément, et en même temps tu vois c'est pareil j'ai un… au fur à mesure parce que y a le libertinage qui est rentré dans notre vie avec XXX y a sept ans, donc une autre approche de la femme, elles me donne envie mais honnêtement c'est beaucoup de femmes, c'est, je vais parler crûment, oui on couche pas dans la baignoire mais je couche et je m'en vais. J'ai même pas envie de savoir leur vie parce que ça ne m'intéresse pas et en même temps je me suis posé la question, est ce que c'est pas aussi le fait que ces belles femmes là, parce qu'elles sont superbes, est ce que le fait que parce que oui tu as envie de coucher avec mais est ce que tu voudrais vivre avec, alors moi je me dis non mais je me demande si est ce que c'est pas parce que tu as peur qu'on vienne te la piquer. Mais ça

c’est un truc de macho et de ma génération qui est assez fort dans le ressenti alors que en rencontrant XXX , elle m’a fait complètement changé parce que avant elle, je voyais la femme comme la femme objet, c’était pour dire aux autres mecs « t’as vu ce que j’ai à coté de moi ». Forcément sur Instagram ces femmes là, oui tu les vois comme on dit, je vais pas coucher dans la baignoire quoi. mais c’est marrant car c’est des questions que je me pose au fur et à mesure. Est ce que j’ai peur qu’on me la pique ? Maintenant moins, je pense que vraiment, sincèrement elle m’intéresserait pas parce que il y a un coté superficiel.

Sandra : Pourquoi tu les regardes ?

Je pense que.. je dirai c’est.. parce que ça a toujours été. Peut être que c’est parce que je sais pas, l’éducation qu’on a eu entre copains dans la campagne, je sais pas franchement je pourrai pas te répondre. Y a des fois je regarde sans regarder.

Sandra : Tu regardes sans regarder, ça veut dire quoi ça ?

Bah tu défiles. Puis y en a certaines je ne sais pas pourquoi elles te donnent une émotion. Comme ma rouquine par exemple, celle là je sais pas pourquoi mais voilà. Mais c’est tout mais en même temps c’est pareil y a ce coté comme ma femme sait, elle voit ce que je regarde, donc je peux pas dire que je fais ça parce que je suis pas bien avec ma femme. Je regarde voila je sais pas, est ce que j’ai pris l’habitude de regarder j’en sais rien. Mais y a une forme d’addiction. Il y a une réalité pour moi je le reconnais et même maintenant je le revendique, j’ai une addiction à ce sexe, mais aussi le sexe voyeur.

Sandra : Et justement est ce que tu penses que cette addiction est plus spécifiquement dans les réseaux sociaux ou alors tu es en manque parfois de voir du sexe et tu as besoin d’aller voir du sexe en vrai ?

Non je suis pas en manque mais c’est vrai que j’y vais tous les jours, tous les jours je vais aller voir. J’ai Libertic tu sais Libertic c’est un site libertin, c’est un réseau sociaux. c’est pour moi la même chose qu’Instagram car tu peux communiquer, t’envoyer des messages et là tu sais pourquoi tu y es.

Sandra : Au fond c'est quoi qui te fait ouvrir l'application de réseau social tous les jours qu'est ce qui déclenche un petit peu le geste d'aller voir ? Tu penses à un truc en particulier ? Est ce que y a autre chose ? Qu'est ce qui te fait aller dessus ?

Libertic c'est d'aller voir si j'ai des messages, ah oui y a aussi ça que j'aime sur Libertic c'est mais tu vois je pense y a un même rapport que sur Instagram. Sur Libertic t'as des bisous, t'as des couples ou des hommes seuls ou des femmes seule qui t'envoient des bisous pour te dire en première approche ton profil me plait. Donc Oui ça je reconnais que j'aime quand j'ouvre mon gmail pour Libertic j'aime quand je vois la phrase vous avez reçu des bisous. Ça ça me plait énormément c'est le même principe que les jeunes sur Instagram.

Sandra : Qu'est ce qui te plait là dedans ?

Je pense que bah, parce que tu plais quelque part. Tu plais, c'est comme sur Instagram, ça te fait du bien de voir que tu plais. Instagram c'est vraiment par rapport à l'art, et libertic c'est par rapport à moi et ma femme quoi. Et plus tu as de bisous, plus tu as cette sensation, plus tu as de bisous quand tu ouvres le matin plus tu as le choix de choisir les gens qui veulent nous rencontrer, tu comprends ? mais effectivement je reconnais que j'aime ça ouais parce que en même temps physiquement je me suis jamais trouvé quelqu'un de beau alors que ma femme et tu vois beaucoup de femmes m'ont dit mais si tu as énormément de charme et en même temps y a c'est ça aussi, peut être le besoin de te sentir beau qu'on te le dise que tu plais, je sais pas. C'est ça. Tu sais en même temps c'est vrai je suis quelqu'un je suis toujours entrain. Alors je sais pas si c'est bien mais j'aime bien me remettre en question, j'aime bien à un moment donné me dire bah tiens pourquoi pas, moi je peux entendre quelqu'un qui peut me dire t'es addict parce que ceci parce que cela et si je trouve ça pertinent je vais bien creuser pour me dire oui ou non. Tu vois comme l'addiction, tu vois comme là, beaucoup de gens te diront que c'est une addiction tous les matins sur libertic voir du sexe. Pendant beaucoup de temps c'est vrai que c'est quelque chose ou t'as une forme de honte parce que la société judéo chrétienne te dit que c'est pas bien, maintenant je dis oui je revendique et alors ?

Sandra : Est ce que tu as déjà des contenus dans ton fil d'actualité, dans ton algorithme, un type de contenu qui te déplait, un truc que tu aimes pas quand ça apparait ou… ?

Oui sur Twitter oui, ho c'était les fachos. Oui ça m'arrive encore ça m'énerve. je comprends jamais pourquoi alors que franchement je regarde vraiment, j'y vais vraiment que regarder des femmes ou des couples qui sont… C'est pas censuré sur twitter le sexe. J'ai toujours trouvé ça étonnant par rapport à Insgragram. Mais je comprends pas pourquoi je reçois des actualités de fachos. Une info et souvent c'est les gens tu le vois dans leur manière de parler « trop d'arabe trop d'immigrés » je comprends pas ça donc je suis obligé à chaque fois d'aller bloquer, tu peux choisir de ne plus avoir de nouvelles de ces gens là. Et je me dis mais j'ai pas été les voir ces gens. je me suis posé la question, non parce que au début j'ai répondu à ces gens là tu sais. J'avais tendance à.. moi y'a une phrase que j'ai jamais, qui m'a toujours, qui est vraie mais que à chaque fois que je veux prouver qu'elle est fausse, tu sais c'est on dit souvent que « on ne peut convaincre que les convaincus ». ça veut dire que tu veux convaincre que les gens qui pensent comme toi. Et moi j'aime la contradiction, j'aime le débat mais j'aime le débat parce que, mais je n'aime pas les débats pour moi c'est stérile d'en arriver à dire connard, et de traiter quelqu'un d'ignare ceci cela, moi je trouve ça horrible quoi. Moi je suis quelqu'un de dislexique et je trouve ça horrible qu'on puisse se cacher derrière parce que j'ai mal dit le mot ou que je me suis mal fait comprendre et on est direct à l'insulte. Mais au début j'essayais de, et puis ça fait un bout de temps que j'ai arête ça et je comprends pas pourquoi j'ai dans mon algorithme.

Sandra : Est ce que tu as un souvenir, d'une image d'un vidéo, ou d'un contenu qui t'as vraiment marqué sur les réseaux ?

Non non je…

Sandra : genre un truc que tu as déjà trouvé horrible ou choquant ou…

Non pas choquant et horrible mais… je suis jamais étonné de la part sombre de l'humain quoi. Mais par exemple moi ce qui m'avait .. Y a des phrases qui me choquent, mais c'est pas dans le sens horrifié, ça me met en colère. Le gamin de trois ans qui est mort, immigré et qui d'un seul coup bah on en parle mais ça réveille pas l'opinion et tu as quelque jours plus tard la manif pour tous et là t'as tout le monde qui s'en prend aux homosexuel. ça ça me choque, ce qui me choque c'est les priorités de la nature humaine.

Sandra : dans les réseaux ?

Oui parce que la toile peut s'enflammer parce que des femmes deux hommes s'embrassent et le revendique devant tout le monde, là ça va faire … Et un gamin qui a trois ans qui meurt sur un plage ça choque pas vraiment les gens quoi.

Sandra : C'est le fait que personne réagisse à cette image qui t'a choqué ?

Bah oui c'est choquant car au-delà de l'image, tu comprends que ce gamin là il est pas arrivé par hasard sur cette plage en Italie, que les parents ont du traversé… tu imagines tout le parcours de cette famille, et elle s'est pas réveillé un matin en se disant bon aller chéri fais tes valises on va immigrer en France, c'est pas des choix quoi. c'est une nécessité, c'est un instinct de survie, sauf que l'instinct de survie à la fin c'est ils partent à trois et ils arrivent à deux et ils perdent leur enfant et on devrait en parler sur tous les réseaux sociaux et se poser les question qu'est ce qu'on peut faire pour ne plus que ça arrive et à coté on laisse ce déferlement de haine qui a eu au moment de la manif pour tous tout ça, et là moi je me dis mais c'est quoi ce délire quoi ? L'homosexualité pour la plupart des hétéro tout ça, c'est de la sexualité, ils voient pas deux êtres qui s'aiment, ils voient que c'est contre nature, et en même temps dans notre société le sexe, même en Etre hétéro c'est quelque chose de privé, tu n'en parles pas alors pourquoi on devrait avoir un avis sur la sexualité des autres et d'autant plus qu'elle soit lesbienne homosexuel transcende ou ce que tu as envie ? Mais ça génère des haines que je n'accepte pas. C'est comme même des anciens, que je peux comprendre que c'est pas dans leur nature, mais d'entendre des enfants qui disent je veux bien qu'ils se marient mais pas qu'ils aient des enfants.

Sandra : Mais est ce que cette question de haine qui ressort vis à vis de ce que tu as vu dans les réseaux est ce que t'as déjà vécu une situation un peu similaire ou les gens réagissent pas sur ce que tu estimes important et au contraire qu'ils réagissent sur un truc anodin ? un souvenir d'enfance ou…?

Oui. je l'ai vécu deux fois.

Sandra : Tu veux bien raconter ?

La première fois c'était une expo, on n'est venu me chercher pour me demander si je voulais faire une expo dans une église. Moi je dis oui, on m'explique, on me donne une sorte de contrat, dedans y a aucun cahier des charge, on me dit pas pas mettre ceci ou cela. Bon bah moi ok pas de problème On me demande des photos alors je dis moi je travail à l'instinct alors je vais les fabriquer maintenant et on me dit ok pas de problème alors en plus le sculpteur je le connaissais. Six Sept mois plus tard. A cette époque là je… Il se passe un truc c'est qu'on va à l'expo de Chagall. Donc en même temps on était avec des amis qui avaient payé pour avoir un guide. ça m'a amusé parce que en tant qu'artiste c'est toujours amusant d'entendre les propos de gens sur Chagall qui a jamais parlé de ces oeuvre qui n'a jamais donné de titre et tout ça. Et à un moment donné on arrive à un moment de Chagall où il a peint un christ avec un truc carré des juif sur la tête sur la croix. J'ai trouvé marrant parce que je me suis dit bah ouais Chagall t'as, tu sais parce que des fois j'aime bien parler aux artistes que je vois comme si je les connaissais, je me dis bah ouais t'as raison Chagall, jésus était juif, il était pas chrétien donc ça m'a amusé moi j'avais ce, je sais pas j'aime bien me dire que je comprends, que j'ai un peu compris sa manière de voir. Et d'un seul coup je hop je me retourne et je vois, parce que en même temps on avait vu un documentaire sur avant en disant que Chagall faisait parti des artistes dégénéré pourchassé par les nazis. Et ça ça me fout en rogne, l'art pour moi est tellement essentiel enfin bref. Et je vois ce père avec ces deux petites filles, mais les bourgeois catho, tu les reconnais à leur fringues, surtout chez les gamins. Le gamin avec son polo bleu marine etc. je voyais le père qui était entrain d'expliquer à ces enfants « vous avez vu c'est magnifique » et alors moi je me suis dit c'est quand même formidable, je serai prêt à parier, que le père ou le grand père de cet homme aurait mis au bucher Chagall au moment de la deuxième guerre mondiale. Parce que ils auraient suivi le mot d'ordre c'était les artistes dégénérés vous devez les bruler en gros donc ça m'a amusé de voir ça. Et donc à un moment donné en rentrant chez moi, je me suis dit bah moi aussi, je me considère aussi comme un artiste dégénéré. Avant dans mes sculptures on m'a toujours emmerdé sur mes bites dans mes sculptures j'ai jamais compris pourquoi enfin bref. Et donc je me suis dit bah la j'avais trouvé un sujet ça va ramener l'image de ce gamin sur la plage. La sexualité au centre et je me suis dit mais finalement c'est dingue on préfère taper sur l'homosexuel mais le sexe c'est … Et donc j'ai mis des bites. je voulais parler de sexualité qui fait parti de notre vie qu'il vaut mieux faire l'amour que la guerre je voulais jouer sur tous ces thèmes là. Et donc je fais des sculptures tout ça, et huit jours avant l'expo, je montre les photos et j'ai le curé qui est venu ça a été dans les journaux, dans les premières pages des

quotidien local, avec des gens qui t'insultait sur Facebook, des gens qui sont venus jusqu'à chez moi, me dire dans ma salle d'expo vous avez pas honte, alors que je voulais expliquer quelque chose, je voulais faire un coin avec un panneau avec écrit attention il y a des sculptures qui vont peut être choquer des jeunes enfants des trucs à la con, mais je voulais parler de quelque chose je voulais parler d'amour. L'amour c'est aussi le sexe. j'avais fait des bites en érections tout ça j'ai un curé qui m'a appelé au téléphone, faut voir comment il m'a traité de dégénéré, détraqué sexuel. Il me dit oui on représente un sexe on est pas obligé de le représenter en érection et je lui dit monsieur le curé comment on fait des gosses ? Pour leur dire excusez moi je suis désolé mais vous me parler d'enfant mais sans érection on ne peut pas faire d'enfant.

A un moment donné au début, je pensais, je trouvais ça assez jouissif de pouvoir répondre à tous ces gens là mais à un moment donné ça devient violent et tu as de la menace. Et donc tu peux plus … Et en même temps tu apprends parce que l'histoire t'apprend que ces gens là ce sont des lâches et ils seraient capables de faire bruler ta maison sans se faire voir tu comprends ce que je veux dire ?

Sandra : Et pourquoi c'était jouissif ?

Parce que au départ t'as, j'aime en tant qu'artiste j'aime provoquer une émotion. Pour moi l'art c'est deux émotions j'aime ou j'aime pas. c'est ça qui fait que tu es un artiste, tu bouscules quelque chose dans les gens positivement ou négativement. Apres ce bousculage, je souhaite toujours qu'il y ait un dialogue. C'est rarement le cas.

Sandra : Et dans les réseaux c'était pareil quand tu répondais aux fachos au début ?

Ah c'était de pire en pire parce que sur Facebook j'essayais de répondre j'essayais d'expliquer, et plus j'essayais d'expliquer plus c'était mais ouah, et puis cette phrase mais pour justifier ce qu'il me disait, te faire croire que c'était, souvent c'était des femmes, c'est assez étonnant quand même, c'est des femmes je sais pas pourquoi qui disaient « même mon mari qui n'est pas croyant est extrêmement choqué par vos sculptures, vous vous rendez pas compte, nos enfants machin » c'est quoi ce délire quoi ? Au début tu répondais, y a des fois tu répondais avec de l'humour tu trouvais ça tellement ridicule que tu provoquais

encore plus sauf que en mettant ma réponse, y avait d'autres gens qui mettaient leur réponse, et j'ai du arrêté d'aller sur Facebook pendant pratiquement deux mois.

Sandra : Ah oui Pourquoi ?

Parce que à un moment j'en pouvais plus parce que je, j'avais l'impression d'être dans une spirale où plus je répondais au gens, plus j'essayais d'expliquer, puis à un moment donné t'en as tellement marre d'expliquer que tu as de l'humour, ou t'as des sens de « Ho bah vous avez raison, vous m'avez découvert, je suis un pervers » et tout au premier degré de ce que je répondais.

Sandra : Et pourquoi tu voulais leur expliquer ?

Parce que je, parce que la haine elle sert à rien, parce que je suis convaincu que la société elle peut devenir meilleure, enfin, par l'amour. Point. Mais ça malheureusement je me rend compte que c'est plus possible (rires)

Sandra : On va revenir à ce que tu m'as parlé tout à l'heure concernant la pornographie. Précisément a ton avis pourquoi tu es attiré par ce type de contenus là ?

J'ai toujours aimé la sexualité. J'ai toujours aimé la sexualité. Je reconnais que ça m'emmerdait, ça me frustrait cette société qui m'explique, parce que pour moi aimer ''un d'amour vraiment au plus profond de toi c'est pas la sexualité qui fait que tu restes avec. Tu vois j'ai jamais compris cette phrase que la sexualité c'est 50 pour-cent du couple. J'ai envie de dire que quand tu aimes quelqu'un tu aimes faire l'amour avec donc c'est une évidence. Mais en même temps je sais pas, j'ai toujours aimé le sexe. j'aime regarder, je reconnais que je suis assez voyeur, j'aime euh, tu vois par exemple y avait une image quand j'étais plus jeune j'avais 16 17 ans, Dali, il organisait des soirées et il adorait se mettre au milieu, c'est ce que j'avais entendu et lu je sais plus ou j'ai trouvé ça génial, ou il est dans son appartement, il se mettait sur un trône au milieu, et il regardait tout le monde, tu sais ce coté échangisme, j'avais trouvé ça génial. On peut aimer le sexe et aimer une seule personne.

Sandra : Et à ton avis d'ou ça vient cette, le fait que tu apprécies regarder particulièrement des contenus sexuels. Comment tu peux expliquer ça ?

Ça me fait du bien, ça me détend, ça me libère l'esprit, ça me permet de oui des fois bah tiens comme en ce moment là, alors je suis d'autant plus dessus, parce que là avec ma situation le monde tout ça, mais j'en ai marre quoi. Moi y a des fois je me dis putain mais faisons une grosse partouze générale dans le monde entier et peut être qu'on sera plus heureux à la fin. Mais comme je te dis, on peut aimer le sexe, mais on peut aimer qu'une seule personne. Moi c'est mon cas. J'aime énormément ma femme, je ne me vois pas sans elle, je le sais, j'ai des peurs de la perdre mais pas la perdre à cause d'un accident tout ça je ne me vois pas sans elle, je l'aime tellement à un point que quand je me mets à envisager ma femme n'est plus là je crois que je la suis derrière tellement je l'aime. J'adore le sexe avec elle attention. j'adore, mais elle est tellement plus pour moi, c'est tellement plus. Et tu vois c'est tellement plus que par exemple, je l'aime à un point qu'à un moment donné le libertinage est arrivé là pour ça et en même temps j'étais convaincue qu'elle allait dire non, alors quelle était curieuse moi je savais car ma réalité à moi en tant que mec j'ai un sexe qui fait 15,5 cm en érection. Apparemment il est épais mais pas… Et je sais que quand on est une femme, alors oui y a le touché le cunnilungus, etc et à un moment donné il y a la pénétration il faut avoir l'engin adéquat. Chaque femme est différente. Et la mienne, quand elle est hyper excitée, elle est très très gourmande au niveau de la taille du sexe, c'est comme ça. Et bien moi c'est une preuve d'amour de lui offrir et puis moi c'est un plaisir pour mes yeux, et en même temps je te jure que je lui offre réellement. Et à chaque fois elle me dit « merci pour ce beau cadeau ». Et elle est sincère de son coté aussi. Alors que si j'étais resté comme avant, le mec « nan y a que moi qui sait baiser ma femme », beaucoup d'hommes sont comme ça. Tu sais les discussions entre mec dans un bar j'en ai tellement fait que j'en ai rencontré qui, et pas des gens macho macho, mais sur la sexualité ohlalal ceux qui n'ont pas l'esprit ouvert il sont vraiment macho. Ils sont convaincu que y a qu'eux qui savent baiser leur femme. La routine fait que tu ne sais plus. Moi le libertinage me l'a fait comprendre y a sept ans.

Sandra : Ce que je comprend c'est que la sexualité est un champ important de ta vie, et tu dis que de regarder des femmes nus etc ça te vide l'esprit, ça te détend c'est ça ?

Oui y a une forme de détente, c'est comme si tu vidais ton cerveau, au lieu de regarder Hanouna ou autre chose. Ouais.

Sandra : Tu vides ton cerveau ?

Oui ça me vide le cerveau ça le remplace par des belles, tu sais comme de l'endorphine, pas de l'endorphine tu sais ça pour moi ça me…

Sandra : ça remplace par des belles ?

Des belles images, ça me remplit ça me donne de la joie.

Sandra : Et alors du coup de quelle manière tu regardes ces contenus ? Tu laisse défiler ? Tu fais des recherches ?

Après alors moi je suis sur Instagram je regarde mon fil, c'est vrai je suis abonné à deux trois femmes mais à un moment donné enfin ça dépend. Y a des fois ça me plait d'aller voir que de la femme ou euh j'aime bien aussi aller voir l'art, alors que l'art, les trois quart du temps je regarde l'art parce que je suis sur de mon art à moi donc je peux aller voir les autres. Quand je suis plus sure je vais aller voir que les femmes ou sinon les contenus rigolos. Voila les réels j'aie beaucoup les réels.

Sandra : Pourquoi ?

Y a des trucs qui sont rigolos, tu t'attends pas à ça, ça me fait rire, c'est des blagues de potage, peut être que ça me ramène à l'adolescence. c'est des blagues de potage beaucoup c'est des conneries, c'est des … ça te fait rire comme « les gens dans le métro » par exemple les choses comme ça, t'as ces pages là c'est rigolo, ça te fait voir le monde, tu regardes le monde, ouais derrière ton écran ça me fait penser au groupe Niagara. C'est et j'ai vu la guerre et j'ai vu et au final elle te parle de quoi elle te dit qu'on es tune génération qui voit les choses que derrière un écran et qui croit qu'il l'a vécu quoi.

Sandra : Et c'est quoi le genre de contenu qui te fait rire ?

Pas mal de choses ; oui et non parce que j'ai tellement de trucs, moi ça me fait rire quand je suis… Y a l'autre là que XXX m'envoie le mec qui fait, comment on dit il fait du sport urbain il fait des sauts partout mais le mec il a une dégaine, une lenteur, tu te fends la gueule quoi, tu te moques de lui. Je reconnais que j'aime bien les vidéos ou au final tu rigoles parce que tu te moques de la personne. Tu vois on revient à ce dédé, cet idiot du village qu'on voyait au café. Et puis en plus il avait toujours le chic pour te raconter une histoire complètement rocambolesque. Et donc comme si il donnait le bâton pour se faire battre. Mais c'était pas pour se faire battre pour se faire taper dessus méchamment mais tu disais dédé mais toi, le mec à chaque fois il se retrouve dans des situations pas possibles quoi. Comme si lui il voulait faire son intéressant et ça ça me fait rire je reconnais sur les réseaux sociaux.

Sandra : Est ce que globalement les applications, les réseaux sociaux qu'est ce que ça t'apporte dans ta vie ?

Ça c'est une bonne question, bah je sais pas. parce que je trouve que des fois ça envahit, ça t'envahis de trop de pensée, je reconnais que les réseaux sociaux moi ça me pollue la tête. ça me pollue parce que tu as toujours à un moment donné une revendication, même sur Instagram tu vois bien y a toujours un contenu qui arrive et que tu n'avais pas envie de voir, tu étais pas venus pour ça et tu tombe quand même dessus

Sandra : Et comment tu réagis quand tu tombes sur un contenu comme ça ?

Bah ça me fait chier. Je me dis tu m'emmerdes. Des fois j'arrête, j'éteins le portable et je reviens une heure plus tard. J'ai pas vraiment d'horaire fixe sur les réseaux sociaux. Je peux être devant par exemple une série ou un film et des fois y a des séries tu les regardes tu te dis bon aller je fais l'effort de regarder trois ou quatre épisodes, tu en es au deuxième ça t'emmerde un peu donc je reconnais que des fois je suis sur Instagram ou sur twitter pendant que l'épisode passe, tu l'entends à moitié. Des fois j'ai eu des surprises sur Netflix y a des séries ou les trois ou quatre premiers épisodes sont hyper long hyper chiants, puis après ça se débloque et là après tu poses le portable et après tu es dans ta série quoi. Mais ça aussi je me suis dit y a encore pas si longtemps que ça je me suis dit merde, ça ça m'emmerde parce que ça enlève de la concentration. Là le fait de pas prendre le temps de regarder ces épisodes qui sont long, tu veux tout tout de suite donc tu vas sur autre chose en attendant, je reconnais que les réseaux sociaux ment enlevé ces temps de

calme, de silence, et en même temps j'ai un acouphène donc c'est un peu compliqué. Les réseaux sociaux je me suis rendu compte que pour moi c'est un point négatif. Tu veux de l'info tu veux quelque chose de rapide dans le temps. C'est vrai que quand tu vois une vidéo ou un truc que tu sais ça va durer ah putain c'est trop long je regarde pas alors que quand tu forces à regarder et bien elle est intéressante.

Sandra : Du coup ce que je comprends c'est que y a quand même des points positifs mais quand tu dis que ça te pollue l'esprit y a donc des points négatifs. Pourquoi tu ne quittes pas les réseaux sociaux ?

J'ai pas envie. Mais à ma manière je cherche des astuces pour aller voir vraiment ce qui m'intéresse très vite, j'essaye mais en même temps ouais j'ai pas envie. je reconnais que j'ai pas envie et je suis pas en attente d'une info.

Sandra : Tu n'es pas en attente d'une info ?

Bah euh c'est pour ça que je suis content ça fait plus d'un mois et demi que j'ai arrêté les infos le matin. Et bien ça ne me manque pas parce que des fois je vais un peu zapper dessus. Et maintenant je vais même pas deux seconde. Au contraire ça renforce le fait que je m'en cogne de l'info ça me fait penser à mon père qui laisse BFM la journée allumé et tout ça comme si il attendait une info, tu sais un coté news attention l'urgence, comme si ç attendait le drame. c'est comme si et je pense que à un moment donné j'étais comme ça mais j'ai pas envie de quitter les réseaux sociaux, j'adore youtube par exemple. Youtube j'aime le le zapping et en même temps j'aime bien écouter un mec comme Aurélien machin qui est hyper intéressant à écouter par rapport au réchauffement climatique voilà. J'aime ces gens là parce que ils te font réfléchir, tu vois j'aime sur youtube j'aime bien regarder des extraits d'un quart d'heure souvent c'est sur l'émission « c'est ce soir", sur des sujets d'actualité mais qui sont pas traités comme BFM et les autres, c'est à dire que là y a des gens autour, et ils s'écoutent chacun ils sont pas du même avis et chacun s'écoutent donc tu vois tu peux mieux comprendre les choses.

Sandra: Et quand tu m'as dit y a quelque chose qui te sors des réseaux sociaux c'est quand tu vois un truc qui te plait pas. Est ce que y a d'autres choses qui te sorte des réseaux sociaux ?

Quand j'en ai marre. D'un coup t'es là tu es entrain de chercher un truc, t'as impression que t'es entrain de… tu cherches t'arrête pas de chercher. Je vois youtube ou Instagram. Tu es là entrain de chercher quelque chose et à la fin tu te dis ho c'est bon ça me saoule.

Sandra : Et tu cherches quoi ?

Mais rien mais c'est ça qui est marrant c'est que à un moment tu ne sais même plus ce que tu cherches. c'est comme si là alors moi souvent c'est je commence à faire défiler le fil d'actualité très vite, et ma femme elle me dit « mais comment tu as le temps de voir » c'est comme si t'attendait que y a un truc dans ton oeil qui te tape dans ton oeil, mais ça n'arrive pas alors ça te saoule alors moi tu te dit alors oh c'est bon ça me soule.

Sandra : Alors deux petite dernières question. Tu imagines que demain y a une énorme panne des réseaux sociaux et que tu n'as plus accès à twitter pendant plusieurs heures comment tu te sentirais ?

Je vais dehors voir les gens. Je vais dehors pour en parler que y a plus de réseaux sociaux.

Sandra : Mais comment tu te sentirais ? ce serait quoi ton émotion ?

Si j'ai plus de réseaux sociaux ? Non je m'en fous. Ha ? même libertic je m'en foutrais, non je m'en ou mais tu vois c'est marrant mais la seule chose que j'aime pas du tout c'est les coupures de courants parce que d'un coup je peux plus accéder à la télé, aux réseaux sociaux, des trucs comme ça. c'est quand on m'impose. Mais en même temps c'est surtout ce qui est films et séries. Mais les réseaux sociaux non je pense que si ça arrivait je me dirais « putain ça y est ça commence, l'effondrement ». Je serai même Oui dans le sens que c'est que ça générerait, pour moi y'aurait un arrêt total des réseaux sociaux moi je pense qu'il se passerait un truc assez conséquent au niveau mondial pour les gens.

Sandra : mais du coup toi ça serait quoi la conséquence un peu ?

Je pense pas que y en aurait pour moi au contraire je serais curieux d'aller voir des gens d'aller poser des questions de voir leur attitude d'être spectateur de cet effondrement je dirai.

Sandra : Et alors par exemple si c'était toi la seule victime de cette panne, que tout le monde avait les réseaux sociaux mais que toi tu les avis plus ?

Ah ça me ferait chier. ça me ferait chier je me sentirai exclu. exclu des réseaux oscuaix. Pourquoi moi ? Pourquoi on m'exclut moi et pourquoi les autres non ?

Sandra : Tu serais triste ? En colère ?

ça me ferait chier ouais, une forme de colère ouais je dirait merde quoi, comme un gamin à qui on a enlevé son jouet.

Sandra : Ce qui est marrant c'est que si tout le monde est dans le même bateau ça ne te dérangerait pas.

Non parce que ça me ferait marre de voir les autres. j'ai toujours aimer discuter avec les gens, j'aime sortir tout ça. Pendant tune époque j'adorais le matin.. jusqu'au moment de l'euro. quand on est passé de 5 franc à un euro 20 le café. J'adorais aller boire mon café au troquet. Pour aller voir les gens, pour voir ce que j'appelle cette France profonde, le mec qui vient parce que, le maçon qui vient pour boire son café, t'as l'autre qui vient aussi mais pour éviter de voir sa femme au matin car il peut plus entendre sa gueule il peut plus l'entendre parler, l'autre qui est tout seul et qui a besoin de voir du monde avant de commencer à travailler, l'alcoolique du coin qui vient à 7h du matin boire son café, tout ce mélange de gens qui ne sont pas amis et qui en même temps entre et puis celui qui parle, celui qui qui vient voir, dans un endroit ou y a du monde pour être au calme et qui a le regard sur les autres et j'adore observer, participer aussi tu vois, voilà c'est pour ça que ça me ferait marrer. je rependrais toutes les théories justement c'est d'entendre toutes ces théories sur le fait de pourquoi y a plus de réseaux sociaux.

Sandra : La on arrive à la fin de l'entretien, est ce que pour conclure tu aimerais ajouter quelque chose sur ta pratique des réseaux sociaux, est ce que y a des trucs qui te viennent encore pour conclure ?

Ah ça alors ce que j'aime avec Instagram. Alors y a plusieurs choses. j'aime, c'est pour ça que je n'aime pas Facebook et je préfère Instagram. Instagram y a pas besoin de trop répondre par des grandes phrase ; je trouve qu'avec Instagram tu peux choisir rapidement de quitter même quand tu es en discussion avec quelqu'un ou. Avec Instagram tu peux plus facilement te dire « moi je me fais une petite demi heure », tu peux vite le quitter, Facebook tu te dis jamais ça je trouve tu te dis j'y vais pour une petite demi heure, t'es trois heures plus tard tes encore dessus parce que tu es, les messages les machins les discussions et tout ça. c'est vraiment la sensation que ça m'a donné. Et alors je reconnais, je reviens à celui là car je l'aime énormément, Libertic je l'adore, pour la simple et bonne raison que ma femme et moi on a vraiment l'esprit libertin, tu vois être libertin c'est tout un cheminement et surtout c'est que grâce à Libertic tu peux choisir les gens et éviter de tomber dans parce que de partout tu as des drôle de gens, même dans le sexe hein. Et Libertic te permet de trier avant de voir les gens en vrai. Par le dialogue, par la manière de parler, tu sais si tu as affaire à quelqu'un d'un peu cultivé ou pas, et ça pour ça les réseaux sociaux enfin Libertic ça c'est une avancée pour le libertinage.

Entretien 2 : Madame I

Sandra : Tout d'abord j'aimerais bien si possible que tu puisses te présenter, me dire un petit peu comment tu te définirais, qui tu es, par exemple ta place dans la famille, tes loisirs ton métier etc. en quelques mots

Je m'appelle XXX j'ai 26 ans. Je suis psychologue clinicienne dans un foyer pour enfants. Je pratique beaucoup de sport à côté. Je suis plutôt de nature introvertie mais je suis plutôt quand même à l'aise dans la relation de façon générale.

Sandra : Tu fais quoi comme sport ?

Je pratique du tennis en compétition, de l'équitation en compétition, je cours pas mal, du renforcement musculaire et après en loisir de l'escalade, du ski, du surf l'été.

J’ai énormément d’énergie et il faut le mettre quelque part donc je canalise.

Sandra : Ça fait longtemps que je fais du sport ?

Oui depuis toute petite.

Sandra : Est-ce que tu as des frères et soeurs, tes parents ?

On est une famille de 4 je suis la deuxième enfant, j’ai un grand frère qui a trois ans de plus que moi, qui, il vit euh… il est parti de la maison assez rapidement du coup on a, il vit dans la région mais on n’a pas forcément des liens très forts. on se voit une à deux fois par ans. par contre j’ai beaucoup de liens avec mes parents.

Sandra : Qu’est ce qui fait selon toi que tu n’as pas trop de lien avec ton frère ?

Il est assez particulier, il est euh… pour le coup lui il a beaucoup de mal dans la relation, il a peu d’ami, il est plutôt solitaire, et euh… On n’a pas.. Je sais pas on n’a pas forcément réussi à créer un lien très fort.

Sandra : Même dans l’enfance ? C’était un peu chacun dans son coin ?

Oui c’est ça, ouais.

Sandra : Est ce que y a eu des évènements un peu marquant dans ta vie dont tu penses que ça peut être utile pour cet entretien à propos de cette recherche ?

Euuuh.. Bah un gros évènement marquant mon père est tombé gravement malade durant mon adolescence. Du coup il a eu une tumeur cérébrale et du coup il a passé à peu près 8-9 ans dans les hôpitaux à avoir différentes opérations. Il y avait un… Chaque fois le pronostic vital qui était engagé, du coup ma mère était très soutenante, très à ses cotés, donc on a été un peu dans ce moment là livrée à nous mêmes avec mon frère. Je pense que ça a joué aussi sur la relation que j’ai avec lui et après une fois que mon père était guéri mes parents ont divorcé. Et de là mon frère est parti de la maison, moi j’ai commencé mes études et voilà. Après j’ai pas d’autres évènements marquant mis à part ça.

Sandra : Ça avait l'air d'être quelque chose d'assez lourd pendant plusieurs années. ça t'a mis un peu des séquelles ou est ce que aujourd'hui tu dirais que ça va beaucoup mieux ? Tu y penses souvent ou ?

Il y a eu des tu sais de temps en temps, l'émergence de pensées traumatiques qui réapparaissaient et du coup j'ai mené vraiment un long travail avec une psychologue, c'était plutôt en analyse pendant plusieurs années. Aujourd'hui je pense que ça va mieux, je n'ai plus de crises d'angoisse du coup c'est un peu mon curseur.

Sandra : c'est ton curseur l'angoisse ?

Je pense que ça va mieux du coup.

Sandra : Merci de m'avoir raconté ça. Du coup rien à voir mais je voulais savoir du coup tu as accepté de participé de participer à cette recherche et de témoigner de ton expérience de tes usages des réseaux sociaux, est ce qu'on pourrait savoir pourquoi ?

Oui. Euh Bah y avait deux intérêts. Le premier c'est je me suis dit que pour toi c'était toujours plus intéressant d'avoir du monde et des personnes venant d'endroits différents qui pouvaient témoigner, et l'autre chose c'est que c'est une question qui me traverse régulièrement on en parle souvent avec mon conjoint de la pratique des réseaux sociaux, on est très différents sur ça. Lui il en a aucun, il voit pas du tout l'intérêt, moi j'en ai quelque uns. Et c'est quelque chose sur lequel on discute assez régulièrement. C'est aussi l'intérêt de ton, de la recherche.

Sandra : D'accord. Toi tu as une pratique régulière des réseaux sociaux du coup.

Oui assez régulière.

Sandra : C'est-à-dire tous les jours ?

Je pense que je vais dessus tous les jours, je le nourris pas forcément tous les jours, mais je vais dessus regarder tous les jours.

Sandra : D'accord. Et alors c'est sur quels réseaux sociaux que tu es inscrite ?

J'ai Facebook depuis longtemps, euh… j'ai quoi ? Instagram, et c'est tout il me semble.

Sandra : Est ce que y en a un que tu utilises plus qu'un autre ? ou les deux tu les utilises de la même manière ? Quelle est la fréquence ? Comment tu les utilises ces réseaux là ?

Le matin je regarde si j'ai des messages. Du coup j'ouvre messenger et les messages insta je vérifie si j'ai pas de message. Je commence en général par messenger, et après dans la journée j'y vais à chaque fois que pour répondre à des messages ou pour communiquer et de manière plus générale je pense que… après au travail et dans la journée j'ai pas du tout le temps du coup ça va être le soir quand j'aurais fait par exemple tout ce que j'ai à faire à la maison ou de manière générale je peux me poser et ouvrir instagram et me balader sur ce qu'il me propose, regarder des vidéos et ça peut, pendant une demi heure 45 minutes.

Sandra : Quand tu dis que tu vérifies si tu as des messages ça veut dire que tes notifications ont activées ?

Oui.

Sandra : Et tu en reçois souvent des notifications ?

Un peu trop. Il y a des personnes avec qui je communique uniquement par messenger, y a 4-5 personnes et c'est des messages plutôt quotidiens puisque ça a avoir par exemple avec le sport, les entrainements, le cheval etc. du coup c'est assez quotidien et en fait les sollicitations parfois sont trop nombreuses et du coup je peux paniquer, ne pas répondre à des messages, et me dire ohlala j'ai trop de messages je mets mon téléphone de coté, je le regarde de manière un peu anxiogène et j'y reviens quand je suis prête mais euh.

Sandra : Tu le regardes de manière un peu anxiogène, c'est-à-dire que quand tu vois que tu as trop de sollicitations ça t'angoisse ?

Oui parce que je me dis ohlala faut que je réponde à tout le monde du coup ça demande à sortir mon agenda, à regarder les dates, euh et du coup je me dis bon, en général je peux reporter sauf si c'est urgent mais en général je reporte ou alors je réponds de manière assez mécanique si je suis fatiguée.

Sandra : Et pourquoi ça t'angoisse de sortir ton agenda ? Pourquoi y aie l'angoisse qui vient ?

Hmm… je sais pas peut être que j'ai pas envie d'oublier la personne, de me dire faut vraiment que je lui réponde et en fait elle reste dans un coin de ma tête en disant faut vraiment que je lui réponde jusqu'a ce que je lui ai répondu et du coup ça rajoute quelque chose en plus à faire dans la journée.

Sandra : ça te rajoute quelque chose à faire. Et quand est ce que tu as commencé l'utilisation des réseaux sociaux ?

Facebook j'étais au collège et Instagram fin du lycée je pense.

Sandra : Qu'est ce qui t'a poussé à t'inscrire dessus ?

Facebook c'était, j'en ai aucune idée, j'ai l'impression que dans la cours de récréation tout le monde parlait de ça et sans grande réflexion je l'ai téléchargé aussi. Instagram j'ai du mal à me souvenir, je pense c'est d'entendre parler dans l'entourage et le télécharger je pense pas que je me sois poser des questions à ce moment là.

Sandra : c'est plutôt parce que les autres l'ont, les autres en parlent

Y a avait pas de but précis ni d'attente précisé à ce moment là je pense

Sandra : une forme de « pour faire comme les copains » ?

Peut être pour avoir la même chose et puis Facebook ça communiquait pas mal, pardon ça facilitait pas mal la communication parce que… je sais parce que le soir j'avais

pas le droit au téléphone par contre je pouvais aller sur l'ordinateur dans le salon et du coup j'avais Facebook et je pouvais continuer à parler avec mes amis donc ça maintenait le lien après l'école.

Sandra : À la fois parce que c'est un peu parce quoi en parlait en cours en récré etc à la fois pour maintenir le lien avec tes amis, est ce que tu dirais pour aujourd'hui que ça a la même fonction Facebook et Instagram ? c'est pour maintenir le lien ?

Hmm.. De manière plus lointaine parce que les personnes avec qui j'ai envie d'avoir du lien j'en ai de manière régulière mais par du présentiel physique par contre des personnes de manière plus lointaine, ou je suis ravie de savoir ce qu'elles deviennent, d'apprendre par exemple, des grossesses des mariages etc et du coup c'est plus de manière très lointaine mais je vais pas leur parler directement par exemple. ça va être plus félicitations pour ta grosses ou pour ton poste mais c'est pas la même relation que par exemple je pouvais avoir avec Facebook au collège par exemple.

Sandra : Et alors comment tu apprends les grossesse les mariages tout ça c'est par des notifications ?

Ceux de manière lointaine ou c'est pas des amies proche ou pas la famille proche oui. ça peut être par les réseaux sociaux. les publications, les photos …

Sandra : Et est ce que tu dirais que Facebook c'est pour ça que tu le gardes ?

Oui je pense.

Sandra : Ou est-ce que y a d'autres fonctions aussi ?

De Facebook en lui même non y en a pas d'autre. Après euh j'essaye de différencier Facebook mais c'est dur, Facebook c'est vraiment ça. Messenger c'est vraiment un moyen de communication pour moi comme je pourrai utiliser mes messages avec mon numéro de téléphone.

Sandra : Et tu utilises plus Messenger que tes messages de on téléphone ?

Euh… Oui.

Sandra : Pourquoi tu sais ?

Bah parce que les personnes avec qui je communique elles sont en ami sur Facebook mais je n'ai pas nécessairement leur numéro de téléphone. Par exemple, je n'ai plus le réflexe du tout de demander le numéro de téléphone.

Sandra : Comment ça se fait que tu n'as plus ce réflexe ?

Je ne sais pas du tout, j'ose pas… parce que… si, je dis ça mais dernièrement une personne que j'ai rencontré récemment, on s'est échangé nos numéro de téléphone mais sinon c'est vrai qu'en général ça se fait plus par Messenger.

Sandra : J'ai entendu tu as dit « j'ose pas »

Heu non j'ose pas non je sais pas, mais euh dans les deux sens en général.

Sandra : Plutôt c'est une habitude que tu n'as plus. mais est ce que tu penses qu'il y a un truc en plus sur Messenger par rapport à une plateforme de sms classique ?

Non.

Sandra : Par exemple sur Messenger y a le fait que tu peux voir quand la personne a lu le message ou quand la personne est entrain de te répondre

Haaa, oui c'est vrai mais je fais pas du tout attention à ces détails. Je regarde pas si la personne a vu ou si elle est entrain d'écrire, c'est pas du tout quelque chose à laquelle je fais attention. J'envoie mon message et je vais pas être dans l'attente de quelque chose derrière.

Sandra : Sur Instagram qu'est ce qui te plait ? Qu'est ce qui t'attire un peu ?

Euh. Esthétiquement y a des belles images, des très belles photos, ça nous donne des idées avec mon compagnon d'endroits qu'on a envie de visiter au niveau des voyages, ou d'autres endroits qu'on a pas envie de visiter. J'ai plutôt des, dans mes, mes , du coup il est plutôt adapté dans les propositions à ce que j'aime et à ce que j'aime regarder et du coup y a beaucoup de photos de videos de voyages, des videos d'animaux, des vidéos de cheval, y a des vidéos de euh par exemple de techniques dans le sport et du coup bah ça peut me permettre aussi de réfléchir à ma pratique à la diversifier à rajouter des exercices voilà. Grosso modo comment je me sert d'Instagram.

Sandra : Est ce que, ce que je voulais te demander c'est qu'est ce qui te pousse à ouvrir Instagram qu'est c qui fait que tu prends ton téléphone et que vas sur Instagram ?

Euh. Je pense que c'est … Au départ très mécanique et quand je m'en rend compte, il m'est arrivé il m'arrive de l'ouvrir et de me dire « oh mais j'ai pas envie d'aller dessus » et de le refermer tout de suite après. Mais par contre y a un moment ou spontanément je vais l'ouvrir, j'ai pas forcément l'envie j'ai pas l'impression d'y avoir pensé, je vais l'ouvrir et je vais me dire quand je vais voir l'image qui s'ouvre « ha mais non j'ai pas du tout envie d'aller dessus » et je le repose et je vais faire autre chose. Mais y a quand même ce réflexe, euh. je suis pas forcément capable d'expliquer.

Sandra : Et est ce que c'est à des moments particuliers ou complètement aléatoire genre en plein milieu d'une conversation avec quelqu'un ?

Ah non, non non, c'est des moments ou c'est vraiment des moments ou y a un moment de creux, de vide ou il se passe pas grand chose, ou je ne suis pas en interaction, y a personne autour de moi, mon conjoint est pas là ou il est occupé ou il fait autre chose, il regarde un film ou a un moment ou par exemple y a une longueur dans le film et je me dis « pfff je m'ennuie un peu » je peux avoir ce réflexe là.

Sandra : Et qu'est ce qui fait à ton avis que ce moment un peu de creux est ce que fin comment dire, qu'est ce qui fait que ce moment de creux est remplacé par instagram ? Pourquoi tu restes pas dans c moment de creux ?

Hmm. Je sais pas du tout surtout que j'aime beaucoup rêvasser, donc je sais pas du tout. Je pense que ça dépend des moments, y a des moments où je peux rêvasser, et je peux me laisser porter par le rien et y a des moments ou je vais sortir le téléphone et je vais ouvrir l'application.

Sandra : Dans un truc très comme tu dis mécanique sans réfléchir.

Oui. Y a pas de réflexion derrière forcément, y a pas une attente ou une envie particulière de regarder quelque chose, ou..

Sandra : Et en général quels sont les moments de creux ? Quand t'es chez toi dehors ?

Euh quand je prenais le train oui ça pouvait être dans le train mais du coup c'est plus pour faire passer le temps de l'ennui. Euh ça peut être chez moi le soir une fois que je suis, quand j'ai fini ce que j'ai à faire et y a un petit moment de flottement voilà mais y a pas d'autres moments dans la journée.

Sandra : Le soir avant de te coucher ?

Non plutôt début de soirée, vers 21h quelque chose comme ça, quand vraiment je fais une pause et que je me dis « pfouuu enfin c'est bon je peux me poser » et euh et à ce moment la je peux prendre mon téléphone et faire un tour dessus et donc faire un tour dessus ça veut dire aussi ouvrir des applications ou checker un petit peu.

Sandra : C'est intéressant parce que tu associes finalement Instagram au moment où tu peux te poser au moment où tu te reposes. Est ce que c'est un moment de repos d'aller sur Instagram ?

J'ai l'impression que ça repose mon cerveau parce que à ce moment là je réfléchis pas. je suis pas dans des pensées à me projeter à la fois sur ce que j'ai à faire le lendemain ou dans la semaine, ni à réfléchir à ma journée, aux rdv, aux patients. En fait c'est vraiment une déconnection totale que par exemple c'est paradoxal mais quand je vais regarder par exemple des vidéos proposées par Instagram, je vais pas du tout réfléchir. Alors que par exemple quand je regarde un film et même si le film me plait beaucoup euh ou la série je

vais quand même réfléchir à autre chose. Donc il permet vraiment de déconnecter. je sais pas si c'est positif ou si c'est flippant mais ça génère ça.

Sandra : Qu'est ce que tu en penses toi ?

Je m'en inquiète pas parce que je suis vraiment très peu en comparaison avec d'autres, mais je me questionne sur est ce vraiment une nécessité, est ce que je peux pas réussir à déconnecter autrement mon cerveau, et bah c'est une question voilà qu'est ce que ça apporte réellement, est ce que la satisfaction de voir des vidéos je pourrai pas la voir sur youtube même si ça demande plus de recherche etc et de cibler une recherche en particulier. Voilà.

Sandra : A ton avis qu'est ce que ça t'apporte de déconnecter ton cerveau ?

Du repos ahahah. C'est comme par exemple, je compare à des personnes elles le soir elles rentrent et elle peuvent voir un verre de vin, fumer, ou prendre un anxiolytique, ou prendre un somnifère ou quelque chose comme ça, pour… y a des personnes qui ont ce besoin là, et je pense qu'il y a d'autres personnes qui déconnectent grâce aux réseaux sociaux.

Sandra : Est ce qu'on pourrait dire que Instagram pour toi c'est un peu un anxiolytique ?

Non je dirai pas ça non plus, je pense que c'est pas un anxiolytique mais c'est un moment je sais où j'y passe par exemple une demi heure où je vais penser à rien mis à part à ce que je suis entrain de faire. En fait il concentre mon attention. Et par contre il est pas forcé.. je sais pas si je suis pas sure de l'associer à de la détente, de la détente physique parce que c'est le moment de la journée ou je m'assois, Alors que parce que d'habitude je suis très énergique, je fais beaucoup de sport etc donc c'est un moment ou je suis physiquement détendue, par contre ça centre mon attention sur quelque chose en particulier.

Sandra : Tu dirais pas que c'est une détente mentale alors ?

Si quand même, j'ai du mal à l'associer à un anxiolytique, mais si quand même. c'est quand même un moment ou je me détend, quand même. Aussi mental

Sandra : parce que si par exemple d'une façon générale tout à l'heure tu n'as plus de crise d'angoisse mais d'une façon général tu es du genre un peu anxieuse facilement ? Qu'est ce qui t'angoisse un peu au quotidien ?

Euh. Qu'est ce qui pourrait m'angoisser au quotidien ? Euh c'est compliqué à cibler. Je sais que je suis de manière générale un peu anxieuse, que j'ai besoin de que les choses soient organisées, que je prépare bien au travail voilà chaque entretien est préparé, mais j'aurais du mal à cibler, j'ai pas de, d'angoisse sur projetée sur quelque chose sur un objet, ou sur un élément, c'est plus de manière générale un état de ouais je peux pas le projeter sur quelque chose.

Sandra : C'est un truc un peu diffus, un état un peu comme ça d'inconfort ou de tension

Oui c'est ça.

Sandra : cet état là il disparait avec Instagram ?

Oui.

Sandra : Ok bon. c'est intéressant tout ça. c'est vraiment très intéressant. Cette idée comme ça que tu ne penses plus et que toute ton attention est concentré sur ce que tu regardes et que ça ça a un effet de détente de cette état un peu anxieux. Je trouve ça très intéressant à réfléchir.

C'est bien résumé.

Sandra : Restons sur la question de la pensée pour l'instant. A quoi tu penses quand tu es sur Instagram ?

Euh. À rien mis à part à ce que les vidéos que je vois peuvent me faire penser. Donc euh si c'est des vidéos de sport je vais me dire « Ah super je vais garder l'exercice je le testerai la prochaine fois ou je poserai la question à mon coach pour savoir ce qu'il en

pense », si c'est des vidéos de voyages je peux interpeller mon compagnon « regarde comme c'est beau, on peut se projeter peut être tant de temps pour y aller » voilà.

Sandra : Est ce que c'est des choses que tu fais vraiment ?

Oui ahaha.

Sandra : Et du coup par exemple quand tu regardes une vidéo de sport avec un exercice, tu la notes, et après tu fais quoi tu passes à une autre vidéo ? ou tu fais des recherches ?

Non je passe à une autre vidéo.

Sandra : Et pareil pour les voyages ?

Euh. Oui ou alors je l'enregistre, je la mets de coté, je l'envoie et on se le note dans une note commune on sait qu'on pourra s'y référer au moment ou on sera dans l'organisation concrète.

Sandra : Tu notes et tu mets de coté et tu passes à autre chose. Tu penses très longtemps à ce que tu vois ?

Non c'est assez vite remplacé quand même.

Sandra : Et euh.. Et alors est ce que donc tu m'as dit que tu regardais des contenus de type sport, voyages, etc est ce que des fois y a d'autres contenus qui apparaissent ?

Euh oui, mais euh du coup j'y prête pas du tout attention. Bah si y a, si c'est pas quelque chose qui m'intéresse, je vais passer, après je sais que sur Facebook, quand j'étais plus jeune j'ai déjà pu avoir des vidéos qui m'ont beaucoup dérangées qui sont passées dans le fil d'actualité et ont pu vraiment avoir un effet négatif sur moi sur le coup parce que c'est des videos par exemple avec de la violence, physique sur soi sur les autres, qui ont été très dérangeante. J'ai l'impression que ça fait longtemps que ça m'est pas arrivé de voir un vidéo qui me dérange.

Sandra : Tu te rappelle d'une video par exemple ?

Une vidéo qui m'avait marqué de la violence policière sur un homme, on voyait beaucoup de détails, et euh.

Sandra : Pourquoi ça t'a dérangé ?

Parce que j'avais pas envie de voir ça, parce que c'est choquant, parce que… Voila c'est euh. hors de mon contrôle, ça est arrivé au yeux et à ce moment la si j'ai envie de me rendre. je sais déjà je suis pas dans le déni, je sais ce qu'il se passe et à ce moment là j'avais pas besoin de voir cette vidéo.

Sandra : C'est-à-dire tu sais ce qu'il se passe ?

Bah c'est un moment ou y avait beaucoup de tensions au niveau politique. Euh et euh on en parlait.., y avait déjà un climat anxiogène autour de ça aux informations ils en parlaient énormément et assez dense en même temps la vidéo est apparue sur mon fil d'actualité.

Sandra : Et c'est quoi l'émotion que tu as ressenti au le sentiment que tu as ressenti quand tu as regardé ce contenu ?

Je pense que c'était de la tristesse, énormément de tristesse et de la colère de pas avoir pu choisir de voir les images sous mes yeux.

Sandra : Ne pas avoir u choisir ce qui passe sous tes yeux.

Ouais.

Sandra : Donc c'est finalement est ce que c'est la vidéo en soi qui t'a mise en colère ou triste ou est ce que c'est le fait que c'était inattendu ?

La tristesse c'est pour la vidéo en soi et la colère par le fait que ce soit inattendu et que je puisse pas contrôler.

Sandra : C'est difficile pour toi de pas contrôler certaines choses ?

Si ça m'impacte négativement oui, parce que voilà comme je te disais je suis quelqu'un d'organisée, je suis dans la maitrise d'une façon générale et là ça m'échappait et c'est pour ça que Instagram pour le moment c'est plutôt positif car c'est des vidéos qui sont proposées qui sont plaisantes. Par contre à un moment donné si y a des choses, si ça vient à se modifier si l'application, je sais pas si à un moment donné y a un effet négatif je l'enlèverai.

Sandra : Pour reprendre sur cette vidéo que tu m'as décrite comment tu as réagi est ce que tu te rappelles ?

Je pense que j'ai du pleurer de tristesse parce que c'était difficile pour moi de regarder ça.

Sandra : et tu l'as regardé jusqu'à la fin ?

Non pas du tout (rire) non non elle a défilée et j'ai bloqué quelques secondes en me disant c'est quoi et quand il après avoir vu quelques je pense une dizaine de seconde à peine, le temps de réaliser ce qui était entrain de se passer, parce que je m'en rappelle encore aujourd'hui.

Sandra : Est ce que cette vidéo te rappelle un truc, une situation similaire que tu as déjà rencontré dans ta vie antérieur ou dans l'enfance ?

Non je le mets pas en lien avec un évènement de ma propre vie par contre.

Sandra : Après c'est pas forcément un évènement comment dire… c'est pas forcément que tu as déjà vu une bagarre ou quelque chose comme ça mais est ce que les situations de violence comme ça tu en as déjà vécu genre au collège ou même dans la famille un truc qui t'a vraiment des fois je sais pas tu es tombée sur un film quand tu étais petite ou… Est ce que tu relis ça à un possible évènement similaire ?

Bah non j'ai plutôt été préservée. J'ai jamais, je relis pas à un élément en particulier

Sandra : Ou alors justement quelque chose un jour que tu n'as pas pu contrôler ?

Ça oui certainement, c'est peut être plus l'hypothèse de l'absence de contrôle que le lier à un évènement similaire.

Sandra : c'est plus la façon dont cette vidéo t'est apparue qui est difficile que le contenu en lui même ?

Je sais pas. Je suis plus choquée par le contenu, mais j'aurais du mal à te dire si c'est la manière dont le contenu est arrivé ou si c'est le contenu en lui-même qui m'a le plus marqué.

Sandra : Et est-ce que tu pourrais me raconter une situation ou tu n'avais pas le contrôle et ou c'était difficile pour toi ?

Y en a pleins (rires). C'est quotidien et heureusement qu'on a pas le contrôle sur tout. Bah euh… J'ai pas un souvenir en tête mais euh…

Sandra : Est ce que à ton avis à quoi c'est du ton besoin de contrôle aujourd'hui ?

Je pense que c'est lié à mon histoire familiale, la maladie on la contrôle pas et c'est quelque chose qui s'est imposé à nous et qui a boulversé la famille et du coup ça marque le fonctionnement.

Sandra : ça a marqué ton fonctionnement psychique ?

Bah oui. c'est quelque chose, le contenu n'est pas le même mais c'est quelque chose qui s'est imposé à moi dans ma vie à un moment donné.

Sandra : Quelque chose qui s'est imposé sous tes yeux quoi.

Oui.

Sandra : Est ce que y a par exemple un truc que tu regardes ou que tu regardes ou que tu ne peux pas t'empêcher de regarder mais que tu trouves un peu honteux ou ringard ou un truc dont tu n'es pas trop fière de dire aux gens que tu regardes cela ?

Non j'ai pas vraiment, je suis plutôt à l'aise avec tout. j'ai pas vraiment de tabou de choses qui me mettent mal à l'aise. Non mes vidéos sont assez classiques. y a pas trop de gêne par rapport à ce que je peux regarder.

Sandra : Quand tu regardes les vidéos tu regardes les réels ou le fil Instagram ?

Je vais te dire ça tout de suite. Les réels c'est la petite loupe ? Je vais plutôt sur la petite loupe sur Instagram. C'est la deuxième. Du coup dedans c'est des photos et des vidéos, tu as le choix et ça s'alterne.

Sandra : Tu dirais que par exemple ton utilisation des réseaux sociaux elle a changé au cours du temps ?

Oui quand même. Ouais. Bah hmm… A un moment donné je pense que avec mes amis on étaient plus dans on partageait plus, par exemple on s'envoyait plus de vidéos, on en reparlait si on allait au lycée « t'as vu les vidéos que je t'envoyais nanana » aujourd'hui ce n'est plus du tout le cas, ce n'est plus forcément dans le partage avec les amis ou … voilà. c'est plus personnel.

Sandra : À ton avis pourquoi ?

Parce que je pense que on a grandit et qu'on parle de préoccupation un petit peu plus… on est tous dans notre vie professionnelle on construit, certains ont une vie de famille, d'autres des projets, on est plus dans la vie active et du coup c'est peut être lié à ça (rire).

Sandra : Tu rigoles c'est parce que tu as pensé à un truc ?

(rire) Non je sais pas c'est des questions que je me pose pas et j'ai rigolé parce que je me suis dit mais « c'est rigolo parce que je m'étais pas posé la question ».

Sandra : Sur Instagram tu es plutôt active ou passive ?

De façon générale plutôt passive, après de temps en temps je poste des photos de vacances, ou des petits trucs du quotidien mais du coup c'est plutôt ponctuel je dirai.

Sandra : Comment ça s'est construit ce contenu là que tu regardes ? Tu as déjà eu un peu des contenus et tu t'es rendu compte que ça ne te mettais pas bien et tu as enlevé ?

Tout seul par magie. J'ai pas bloqué des vidéos, j'ai pas c'est vraiment de manière à ce que je m'en rende pas compte.

Sandra : Est ce que par exemple tu as déjà ressenti sur Instagram un sentiment d'infériorité ou de jalousie vis à vis de ce que tu voyais comme photos ou vidéo ?

Jamais d'infériorité, pas de jalousie mais de l'envie. par exemple si des copains vont au resto et ils mettent un plat je me dis « ho ça a l'air super bon, bon bah on va peut être me, ça me donne envie de retourner au resto ça fait longtemps que j'y suis pas allée » pareil pour les voyages « ho bah ça a l'air super sympa » mais c'est plus de l'envie que un sentiment à remettre en question mon mode de vie ou quelque chose comme ça.

Sandra : Tu te sens pas spécialement inconfortable que tes amis sortes et que tu ne sois pas là.

Pas du tout.

Sandra : Tu dis que tu postes un petit peu des photos tu postes quoi un peu ?

Mes voyages, des endroits, des choses qui vont faire rire mes amis, qui vont réagir parce que, en lien avec nos souvenirs en commun ou des photos des animaux ou de mes chats, des choses comme ça et c'est toujours pour, parce que je sais que ça va atteindre cer-

taines personnes en particulier ou derrière on va s'appeler, on va en rigoler, ou ça va générer une conversation.

Sandra : Tu disais que tu me disais que tu regardais un peu des vidéos d'animaux tu peux me dire un peu quel genre d'animaux tu regardes ?

Des vidéos mimis. Des chats qui se poupouillent, des chevaux, des poulains, qui servent pas à grand chose qui est plutôt réconfortant parce c'est mimi et voilà.

Sandra : Tu dis ça sert pas à grand chose mais on pourrait se questionner à quoi ça te sert de regarder a toi ?

On pourrait. J'ai toujours aimé les animaux, ça fait parti de mon quotidien donc c'est je sais pas en tout cas c'est aussi ça doit peut être être aussi hormonal, ça doit déclencher quelque chose de voir des animaux mignon.

Sandra : À ton avis qu'est ce que t'apporte les applications de réseaux sociaux dans ta vie actuelle ? ça t'appose quoi ? d'avoir tout ce que tu m'as décrit jusqu'à maintenant ?

Je sais pas je réfléchis en même temps. c'était la question initiale que je me posais donc c'est difficile d'y répondre. je pense que ça apporte quelque chose sur le coup. et puis après je dirais que sur le quotidien ça m'apporte rien du tout. je l'utilise très peu quotidiennement sur le quotidien ça m'apporte pas grand chose mais des fois y a une petite satisfaction sur le coup, une petite joie, des fois y a des vidéos qui me font rigoler donc du rire mais c'est ponctuel et je sais que voilà c'est pas quelque chose qui c'est pas un besoin dans le quotidien.

Sandra : Alors si c'est pas un besoin dans le quotidien, imagine que demain tu as une grosse panne que y a plus de réseaux sociaux comment tu réagirais ?

La prochaine… première chose que j'ai pensé quand tu as dit ça « ho ah punaise toutes les conversations que j'ai en cours avec les personnes il faudrait que je j'arrive, que je trouve le moyen de me justifier de pourquoi j peux plus répondre et que j'arrive à avoir le numéro des personnes, avec qui j'ai envie de communiquer, de poursuivre la communi-

cation, ou le besoin de poursuivre la communication. C'était la première chose. Après je paniquerait pas sur le fait du plus avoir du contenu qui m'ait proposé ou. D'une manière générale je suis quand même beaucoup occupée donc je pense que je réagirai pas, je serai pas affolée si ça arrive.

Sandra : Est ce que quand tu postes des photos tu attends des likes ?

Pas du tout.

Sandra : Est ce que tu regardes des contenus en fonction des likes ?

Non pas du tout. Si je réagis c'est pas en fonction des likes, c'est moi qui met un message « super ou ho trop rigolo ou félicitations » si c'est des personnes que je connais. Par contre si c'est des personnes que je ne connais pas je ne réagirai pas.
Ni des likes ni un message ni quoi que ce soit.

Sandra : Tu as déjà pensé à quitter les réseaux sociaux ?

Oui. Je sais que quand j'étais au collège j'ai eu un moment Snapchat et j'ai supprimé. Euh, mais après y a eu des périodes ou je les utilisais pas par exemple en voyage ou des choses comme ça, mais à les quitter définitivement non.

Sandra : Cela ne te traverse pas trop l'esprit

Je suis assez neutre à l'idée de, si ça disparait où, je me dis « boh c'est là pour l'instant je ne vois pas le mal ».

Sandra : Qu'est ce qui te fait arrêter Instagram ?

C'est très abrupte, à un moment donné je me dis ok j'en ai marre et je coupe. C'est pas déclenché par une vidéo en particulier ou un type de vidéo en particulier. C'est vraiment d'un coup je me dis « stop » ça peut être au bout de 5 minutes ou d'une demi heure. C'est vraiment mon corps qui me dit c'est bon stop tu as fini. C'est pas conscientisé.

Sandra : c'est ton corps qui te dit ça ?

Oui. Bah à un moment donné je ressens pas du dégout mais mon corps me dit « stop » et du coup j'arrête d'un coup.

Sandra : c'est pas du dégout mais y a quelque chose ou faut que ça s'arrête.

Faut que ça s'arrête. En fait c'est assez mécanique de la même manière que ça s'ouvre. A un moment donné je vais l'ouvrir et d'une manière très abrupte également je vais me dire « stop » tout de suite tu arrêtes.

Sandra : Et à ce moment là y a une pensée qui te traverse ou juste après ou ?

Heu. Sur le coup non et juste après bah je peux me dire « ho mais j'en étais ou qu'est ce que je faisais au moment d'ouvrir les réseaux » de me dire bon y a un moment ou… Je me reconnecte à la réalité.

Sandra : C'est super intéressant cette histoire. En tout cas j'ai vraiment ce sentiment que pour toi Instagram c'est là, ça a une fonction vraiment presque de, j'ai presque envie de dire ça a une fonction un peu hypnotique

C'est possible oui, c'est possible.

Sandra : Y a quelque chose ou tu t'enlèves de la réalité, tu ne penses plus à rien. Ton corps est au repos total. Tu vois ? ça me fait penser à ça un peu.

Oui c'est vrai. Est ce que c'est quelque chose qui t'a, on te la déjà présenté comme ça ? C'est courant ?

Sandra : c'est vraiment la question que je me pose c'est comment se fait il que tu as besoin de ce truc là dans ta vie ? Tu penses pas à arrêter. y a des trucs ça sert pas à grand chose mais néanmoins cet état là quand même j'ai l'impression que c'est assez important. Tu pourrais faire sans mais néanmoins tu le fais tous les jours.

Oui oui tu as tout à fait raison.

Sandra : Est ce qu'on pourrait dire que ça te permet d'éviter quelque chose ?

Je sais pas. j'ai pas l'impression que ça me fasse éviter quelque chose. J'ai pas d'angoisse du vide, j'aime bien m'ennuyer en plus. je sais pas du tout. Si tu as des éléments de réponse au cours de ta thèse je suis preneuse pour la lire.

Entretien 3 : Monsieur H

Donc je m'appelle XXX je suis solo-preneur, entrepreneur indépendant, je travaille essentiellement chez moi. J'ai plusieurs casquettes dans mon activité professionnelle, où je suis vraiment exclusivement dans le numérique. Donc j'interviens à la fois comme chef de projet digital, ça peut être de la réalisation de site internet ou intranet, j'interviens aussi comme formateur en compétences numériques, pour former des gens sur des outils collaboratif en ligne ou j'interviens aussi beaucoup en tant que formateur de formateur. Pour justement pouvoir notamment pour des formateurs professionnels qui préparent le titre RNCP de formateur professionnel pour adulte et je leur donne des outils et je leur explique comment utiliser des outils numériques exclusivement dans leur fonction de formateur. J'intègre aussi des plateformes de formation en ligne pour les centres de formation libre et open source qui sont indépendantes en tout cas au niveau des données personnelles. Et puis une dernière casquette de rédacteur web SIO donc j'écris de façon à optimiser le référencement naturel. En fait de part toutes ces activités je dois faire beaucoup de veille et puis ben je pour me faire connaitre pour me rendre visible je suis sur certains réseaux sociaux donc j'ai effectivement une double utilisation des réseaux sociaux en ligne aujourd'hui, je précise en ligne car pour moi y a des réseaux sociaux humain comme on le faisait y a 50 ans voilà. J'ai un usage à la fois personnel alors sur certains réseaux sociaux j'ai plusieurs comptes. Un compte personnel et un compte professionnel d'autres ou j'ai qu'un seul compte mais j'ai un double usage à la fois personnel te professionnel etc. Et donc voilà quand j'ai vu un petit peu la publication que vous avez écrite dans par rapport au fait que vous recherchiez des personnes qui avaient une utilisation quotidienne c'est complètement mon cas, différente peut être justement, personnellement et professionnellement mais clairement 7 jours sur 7. Et puis on va dire alors ça fait un an et demi que je suis indépendant dans cette activité et j'ai faillit être en burn out au printemps dernier en terme d'organisa-

tion de travail parce que quand on est tout seul en plus et qu'on est passionné par ce qu'on fait. Je tournais à 50 70 heures par semaines et à un moment donné j'ai senti le truc arriver j'ai levé le pied et donc j'ai levé le pied de différentes façon mais aussi depuis le mois de septembre dernier, depuis la rentrée dernière, j'ai modifié mon usage au niveau des notifications des réseaux sociaux parce que justement ça me prenait beaucoup de charge mentale et justement ça a été une façon de réapprendre à prendre du recul sur le propre usage que j'avais moi des réseaux sociaux pour justement me préserver.

Sandra : Rappelez-moi j'ai pas eu le temps de noter la période ou vous avez faillit faire un Burn out ?

Printemps dernier donc c'est un petit peu moins d'un an.

Sandra : Ça fait longtemps que vous faites ce métier ?

Ça fait un an et demi. Depuis juin 2021.

Sandra : Qu'est ce qui vous a donné envie de changer de métier ?

Alors j'ai fait beaucoup de métiers différents mais on va dire que j'en avais marre, j'en ai eu marre plusieurs fois du salariat. Il se trouve qu'à un moment donné dans un nouveau projet de reconversion professionnelle j'ai passé un DU en transformation numérique des organisations et c'est suite à ce DU alors j'ai cherché pendant les semaines qui ont suivies l'obtention de mon DU des postes en tant que salarié, et puis à un moment donné je me suis dis mais t'es con vas y monte ton activité toi même et donc voilà c'était en février 2021 que j'ai validé mon diplôme et au mois de juin j'ai vraiment crée ma société.

Sandra : Pourquoi vous en aviez marre d'être salarié ?

On va dire que je me suis jamais senti chez moi, alors à la fois globalement dans le monde dans lequel on vit c'est autre chose, mais alors effectivement salarié c'est vraiment rentrer dans des cases : travailler de telle heure à telle heure du lundi au vendredi je sais pas je ne suis jamais rentré dans les cases de toute façon dans le domaine personnel et professionnel. L'école c'était toujours très douloureux. Je suis un ancien autodidacte. J'étais

autodidacte pendant 15 ans, j'avais pas de diplôme. J'ai repris des études j'ai passé un DAU si vous connaissez le nom. C'est un diplôme d'accès aux études universitaire. Donc j'ai par ce diplôme là, j'ai fait une première année en langues étrangères appliquées. Je suis passionné par les langues du coup je suis parti vivre pendant 5 ans en chine, c'était y a 20 ans donc voilà. Au total j'ai fait entre 15 et 20 métiers différents mais finalement j'ai terminé avec un master 1 donc voilà.

Sandra : Et alors vous dites que votre place dans le monde c'était un petit peu difficile est ce que vous souhaitez en dire quelques mots ?

Je me qualifie entre guillemets d'atypique. C'est à dire que j'ai jamais adhéré au processus ou aux cases tout ce qui était linéaires, tracé d'avance, et puis l'apprentissage scolaire tel qu'on le connait en France ne m'a jamais convenu, la façon de travailler en entreprise est très infantilisant, un manque de confiance et puis des horaires. Alors moi par exemple j'aurais préféré travailler, quitte à travailler de façon conventionnelle entre guillemet j'aurais préféré travailler de 7 heures à 14 heures par exemple. Et puis vu que je ne suis pas de l'après-midi voilà après vaquer à des occupations mais au moins voila en tant qu'indépendant je gère mes journées. Alors des amplitudes qui sont plus grandes, mais en même temps pendant la journée je vais me balader surtout en tant que séden…, enfin en travaillant chez moi tout seul il faut aussi que j'aie une discipline sur le plan physique, je peux sortir pendant 30 minutes pour aller me promener dans la rue, pour souffler pour être dans une activité physique etc. Y a des fois je vais avoir une inspiration à 22h je vais m'y mettre et je vais travailler jusqu'à 2h du matin. Y a du bon et du moins bon dans ce type d'organisation mais c'est d'être libre. Libre et indépendant et travailler vraiment comme je veux de façon intelligente. Par rapport à ma perception dans le monde de l'entreprise, alors on travaille comme ça « oui mais ça fait 20 ans qu'on travaille comme ça » je trouve que c'est pas vraiment efficace.

Sandra : Est ce que vous pouvez me parler un peu de votre famille ?

Euh.. Je suis célibataire et j'ai pas d'enfant. Donc après J'ai pas de famille. Je m'occupe. Non on va dire ma mère a près de 80 ans et est autonome mais je vais la voir toutes les deux semaines. Alors après elle a une page Facebook avec 8 000 abonnés donc c'est quand même voilà je suis très fier d'elle donc du coup et puis j'ai monté une activité

aussi avec elle, ou je fais de la formation en ligne donc voilà c'est aussi voilà une activité fin c'est j'ai pas vraiment de frère ou de soeur et suis même notre famille essentiellement dans une autre région donc on va dire que voilà je vois régulièrement ma mère.

Sandra : Vous vous entendez bien avec elle ?

On s'entend très bien on est très complices et puis voilà maintenant à cause de moi entre guillemet elle découvre Instagram aussi enfin voilà et elle continue d'apprendre son apprentissage dans ce monde là.

Sandra : Vous lui transmettez un peu vos connaissances en numérique et en réseau social etc.

Voilà tout à fait.

Sandra : Alors du coup vous aviez déjà répondu je crois mais je vous la pose quand même. Vous avez accepté de participer à cette recherche et de témoigner de cette expérience. Est ce que en quelque mots vous pourriez expliquer pourquoi. Qu'est ce qui vous donne envie de témoigner aujourd'hui ?

On va dire j'ai toujours été un geek. J'ai touché mon premier clavier en 1986. Donc voilà vraiment tout ce qui est numérique informatique ça m'a toujours passionné. Dans les années 90 on va dire c'était plus des forums de discussions. Mais j'ai vraiment commencé les réseaux sociaux en ligne en 2000-2001 à peut près et à l'époque c'était viaduc qui est devenu ensuite viadéo qui a perdu en vitesse par rapport à Linkedin, donc ça fait 23 ans que j'utilise des réseaux sociaux en ligne. Moi même j'ai une utilisation qui a évolué au fil du temps. En 2000 Viadeo, en 2006 Linkedin, 2008 2009 twitter Facebook. En 2014 2015 j'ai commencé Instagram mais j'ai pas accroché. J'ai un compte qui dort un petit peu où je publie de temps en temps mais plutôt rare. J'ai essayé Tiktok y a pas longtemps j'ai pas du tout accroché. Y a des réseaux sociaux en ligne avec lesquels j'ai des affinité où je me sens vraiment chez moi je les maitrise bien je sais comment ils fonctionnent. d'autres qui sont vraiment populaires au niveau des générations plus jeunes. Etant curieux j'ai essayé je me suis crée un compte pour voir un peu comment ça fonctionnait, je me sens vieux du coup des fois voilà j'adhère pas c'est que je suis trop vieux je suis has been.

Sandra : Au delà de votre âge vous pensez qu'il y a autre chose qui fait que vous avez pas accroché ?

Alors je pense que j'aime pas forcément moi me montrer en vidéo que les réseaux sociaux je suis un littéraire dans l'âme donc j'aime écrire. Y a aussi des réseaux sociaux qui se prêtent davantage à un usage écrit par rapport à d'autres réseau sociaux qui eux privilégient les vidéos. Même si Facebook s'est mis aux stories, cette fonctionnalité la précisément je l'ai jamais utilisé car elle m'intéresse pas . Donc voilà y a des fonctionnalisés aussi.

Sandra : J'imagine les réels vous savez les vidéos courtes qui défilent sur Tiktok et Instagram est ce que c'est quelque chose que vous utilisez ou pas du tout ?

Pour le moment pas encore.

Sandra : Donc vous n'excluez pas le fait que peut être un jour ce sera utilisé.

Peut être alors après je pense que y a un rapport au corps dans la vidéo qui y a pas forcément sur des podcasts. Alors avec ma mère on a lancé un podcast y a pas longtemps donc la voix ne me dérange pas mais me montrer vraiment il faut vraiment être très à l'aise avec son corps avoir envie de se montrer, chose que voilà, enfin physiquement c'est pas quelque chose qui me parle mais y a cette obligation entre guillemet c'est-à-dire que la façon dont le monde numérique et celui des réseaux sociaux en ligne évolue nous pousse inévitablement enfin voilà l'usage change tellement que bah soit on … comment, on saute dans le train soit on reste sur le quai et c'est là où c'est difficile donc y a un moment donné est ce que je le ferai par, si je le ferai ce sera par obligation et pas par envie. ou alors vraiment je serai pas prêt pour ça, je serai pas prêt pour faire ce saut là et je préférerai rester dans un monde numérique d'avant entre guillemets.

Sandra : Ou est ce que vous vous situez entre le quai et le train en ce moment ?

On va dire que je reste plutôt sur le quai au niveau des réels et des stories.

Sandra : Il faudrait pour utiliser les réels donc engager son propre corps pour se mettre en scène et se montrer un peu mais y a aussi un usage sur les réels c'est juste de regarder sans pour autant se montrer. Est ce que vous vous regardez de temps en temps ?

Alors je regarde mais effectivement et vous le dites de façon très pertinente des réels où c'est plus y a du design c'est-à-dire que y'a une préparation en amont sur des supports de présentation qui sont vraiment effectivement ludique etc qui peuvent être très bien d'ailleurs dans la formation mais des réels ou des stories où les gens se mettent vraiment en avant, je sais pas ça m'ennuie. Et je vais pas regarder ce genre de fonctionnalité pour voir les gens mais davantage pour voir du contenu. Donc tout dépend comment la personne qui est derrière le gère. Je pense notamment à youtube, je pense à une ancienne prof d'anglais de fac qui a monté sa chaine de youtube en tant que prof d'anglais et qui ne se montre absolument pas, c'est un peu un choix personnel qu'elle a fait donc effectivement ça peut surprendre sur youtube aussi mais comme quoi on peut faire de la vidéo sans se montrer soi même.

Sandra : Donc vous si je comprends bien ça vous arrive de regarder des réels mais juste pour le contenu et pas pour visionner la façon dont les personnes présentent le réel.

C'est ça le problème du corps je le vois de façon plus exhibitionniste alors pas forcément sur le plan clinique plus sur un plan social ce coté ou euh. On parle trop de soi, de sa vie, euh voilà ;
Y a plus de frontière entre le public et le privé, le public et l'intime ou il faut tout montrer quasiment de soi et c'est ce coté la moi qui me dérange parce que forcément y a l'autre pendant de l'exhibitionnisme avec du voyeurisme et je suis à l'aise ni l'un ni avec l'autre donc voilà.

Sandra : Et est ce que vous savez pourquoi vous n'êtes pas à l'aise avec ces deux positionnements là ? à la fois de montrer votre corps ou en tout cas de vous mettre en scène ou alors de finalement aller voir aller regarder un petit peu qu'est ce qui fait que vous n'êtes pas à l'aise avec ça ?

Alors déjà je suis quelqu'un d'introverti donc de fait me mettre en avant c'est pas du tout naturel chez moi. J'aime bien rester en retrait, j'écoute, j'observe ce qui se passe

mais j'aime pas du tout me mettre en avant même dans des réunions professionnelles avant j'étais celui qui n'ouvrait jamais la bouche dans une réunion mais qui écoutait ce qui se passait mais qui en privé j'avais des choses à dire etc. Donc voilà j'ai un rapport avec la façon dont j'interagis avec les gens soi en privé soit en public ou devant d'autres gens, ou je vais être plus ou moins l'aise et pour moi tous… Bah c'est voilà par rapport à la façon dont moi je perçois ces fonctionnalités là, où on met son corps en avant bah c'est vraiment se mettre en avant « hé regardez moi, j'existe etc » bah c'est pas mon délire je rentre pas là dedans.

Sandra : Selon vous comme ça vous vient, qu'est ce qui vous met mal à l'aise dans la relation avec les autres ? Dans un groupe ? Qu'est ce qui vous met mal à l'aise dans le social ?

Dans le social beaucoup le groupe. Je suis quelqu'un mes amis je les vois quasiment que en one by one. Les notions de groupe ont toujours été compliqué pour moi. On va dire que j'ai d'abord appris à interagir avec des ordinateurs qu'avec des humains. Et c'est finalement euh… J'ai pas eu d'amis jusqu'à 30 40 ans, c'était compliqué. Et finalement par contre sur le forum de discussion dans les années 80 90 ça ne me posait pas de problème. Début des années 2000 j'ai commencé à discuter en ligne avec MSN, euh si ça vous dit quelque chose parce que je pense que vous êtes beaucoup plus jeune que moi. Et finalement c'était vachement plus facile de discuter en ligne avec des inconnus voilà derrière un écran même si des fois on pouvait faire des visios etc mais dans la vie ce qu'on appelle IRL (iréel), donc les trois lettres hein donc dans la vraie vie, c'est toujours plus compliqué et en groupe c'est toujours plus compliqué. Je suis jamais allé à des fêtes, ou à des anniversaires, je fuis comme la peste. je suis très sensible au bruit à la foule j'ai besoin d'un environnement calme etc donc ceci expliquant cela.

Sandra : Et selon vous qu'est ce qui fait que c'est plus facile derrière un écran d'entrer en interaction avec les gens ?

Je l'associerais sur un certain sentiment de sécurité. L'écran sert de médium, et voilà après c'est, après je pense que ça vient de mon histoire personnelle, cette introversion etc. après j'en parle librement, vous pourrez l'écrire ça me dérange pas du tout. On va dire que j'ai grandi dans un environnement familial où ma mère était victime de violences conjugales et du coup voilà cette notion de sécurité a toujours été primordiale chez moi

dans la façon dont j'interagis avec les gens. J'analyse toujours les gens pour voir si y a un risque de danger potentiel chez la personne, est ce qu'elle va contrôler ses émotions ou pas etc et j'ai besoin de me sentir en sécurité pour m'exprimer. Donc beaucoup d'amie femme peu d'hommes et voilà pleins de choses.

Sandra : Est ce que, par exemple quand vous étiez salarié, dans les réunions etc y avait une difficulté d'intervenir parce que y avait ce sentiment en arrière plan que vous vous sentiez pas en sécurité pour intervenir ?

Voilà pas en sécurité, et la notion de jugement aussi, voilà syndrome de l'imposteur, le fait de se sentir nul. Et puis toujours j'ai été autodidacte pendant 15 ans comme je vous disais mais j'ai beaucoup valorisé l'intelligence académique donc je m'entourais que de gens qui avait des masters des doctorats etc mais moi j'étais suffisamment, de toute façon voilà j'ai rien d'intéressant à dire, j'ai pas les capacités pour, ça sert à rien. Et du coup je m'appuyais sur ces gens là que j'idéalisais beaucoup au niveau de l'intelligence etc. pour apprendre d'eux. Alors je sais pas si ça répond aux questions de votre recherche mais pour comprendre le personnage quoi.

Sandra : Vous êtes sur Facebook, sur Linkedin et sur Twitter c'est ça ?

Donc Facebook, twitter et Linkedin ce sont vraiment mes trois réseaux d'affinité entre guillemet. Instagram beaucoup moins. Alors potentiellement mais je verrai euh, y a un seul réseau social ou éventuellement je serai peut-être prêt maintenant à me mètre en vidéo ce serait Twitch. C'est en réflexion en tout cas voilà sur un thème plus précis, donc ce sera soit cette année soit l'année prochaine pour le moment y a pas de date de prévu mais je sais pas pourquoi ce réseau là m'attire. De la monétiser aussi, peut être que c'est plus facile monétiser que sur youtube voilà j'ai pas encore exploré les questions de monétisations.

Sandra : Est ce que c'est qu'une question de monétisation ? Qu'est ce qui fait que là la vidéo vous gênerait moins ?

Alors je suis du coup des personnes sur Twitch sur des sujets, des thématiques ultra précises, des gens qui sont vraiment ultra compétents dans leur domaine dans le numérique

et c'est vrai que voilà c'est sur ce réseau social là que je trouve des informations pour ma veille et pour monter en connaissances et compétences et que je vais pas forcément trouver ailleurs. Donc pour le moment, j'ai voilà je reste du coté alors pour le coup c'est pas vraiment du voyeurisme parce que la façon de se mettre en scène je trouve sur Twitch, et puis pour le coup ce sont en majorité des hommes parce que le numérique est très genré aussi en général. Il n'y a pas cette ce, il y a moins ce coté se mettre en scène, même si on les voit y a vraiment le contenu de ce qu'ils disent, où on montre que ok, les, ils assurent ils connaissent leur sujet, ils maitrisent leur sujet et là ok je prends des notes et j'apprends des choses, c'est pas le côté, je caricature un peu mannequin sur la plage ou des choses comme ça qu'on peut voir sur d'autres plateformes.

Sandra : Y a quelque chose un peu d'être en vidéo sur le réseau social ce serait pour vous acceptable du moment que vous parlez d'une compétence, presque professionnelle

Pour le coup ce serait professionnel effectivement. Et pour faire de la sensibilisation par exemple à l'outil numérique libre et open source. Voilà c'est l'idée que j'ai en ce moment.

Sandra : Se mettre en scène de façon personnelle c'est quelque chose qui ne vous intéresse pas voire qui vous gêne mais mettre en scène d'une façon professionnelle il y'a aurait quelque chose de plus acceptable.

Acceptable oui tout à fait. Et plus facile, comme si un peu en quelque sorte, alors. Bon je suis quelque d'assez angoissé aussi quand j'interviens en formation quand j'ai des missions de formations, je vais voilà avoir une boule au ventre pendant les jours qui précèdent je vais avoir du mal à dormir etc. Encore une fois je manque de confiance en moi pourtant c'est sur des thématiques que je maitrise, mais y a rien à faire. Pendant les jours qui précèdent ça va être compliqué je vais moins dormir, je vais avoir la boule au ventre, je vais être stressé etc et dès que j'entre limite, quand je suis en présentiel, j'ouvre la porte et que je rentre dans la salle de formation c'est comme si je portais un masque. Je suis une autre personne. Et donc là, je suis pas non plus extraverti voilà complètement comme ça mais ça lève des inhibitions. Et des que la mission, la formation est terminé, et que je sors, pfiou là j'ai une tension qui est en bas. Donc voilà.

Sandra : Est ce que les réseaux sociaux pour vous c'est un peu comme ce masque que vous me décrivez ? Est ce que c'est quelque chose qui peut masquer quelque chose chez vous ?

Je pense et puis on le vois beaucoup sur les réseaux sociaux alors autant j'adore Linkedin mais ce n'est pas un réseau parfait non plus et il est aussi victime des autres, comme les autres réseaux sociaux en ligne de montrer je sais pas y'a un coté où c'est pas authentique, c'est vraiment « regardez comme j'ai réussi, j'assure trop, je gagne 10 000 euros par mois » etc et y a un coté qui me dérange par rapport à ça et on voit bien que finalement on est au moins très nombreux à jouer un rôle sur les réseaux sociaux. Comme si il fallait prouver aux autres « regardez comme j'ai réussi, je suis sur une fausse plage ou je sais pas y a peut-être y a un arrière plan dans ma chambre qui ressemble à une plage et je me mets et voilà » y a cette question du mensonge de ce que je perçois moi en tout cas comme du mensonge. et de l'authenticité j'aime l'authenticité, j'ai horreur de ce qui est faux en tout cas pour moi et euh voilà. Alors après on va dire que la façon dont je communique, j'ai une ligne éditoriale bien précise aussi à titre préfé… professionnel. Quand je communique sur la page professionnelle de mon entreprise je vais avoir une communication institutionnelle. Là je me protège un peu derrière l'institution qui est ma société. Sur mon.. Linkedin sur mes publications personnelles je vais pas avoir la même façon de communiquer mais on est tous derrière un écran, je maitrise, je prends le temps de structurer ma publication, je vais l'écrire d'une certaine façon, voilà quelque part, à la fois on se montre et on se cache. Et euh j'ai aussi une activité artistique d'écrivain à coté et j'ai une amie [qui est peintre]. « Je sais pas comment tu fais parce que moi dans la peinture c'est plus abstrait, je peux cacher plus de choses mais quand on écrit on révèle plus de choses » , et j'ai trouvé sa remarque très pertinente car c'est vrai qu'on peut penser que dans les mots on se met à nu plus facilement mais y toujours ce, ce lien, on montre on cache comme sur les réseaux sociaux aussi. Qu'est ce qu'on montre ? Qu'est ce que on cache ? Consciemment, inconsciemment, intentionnellement ou pas. Et voilà et c'est toujours ce… Il y a tout ça en fait.

Sandra : Et bien justement ça me permet de vous retourner la question qu'est ce que vous montrez et qu'est ce que vous cachez ? Quel rôle vous prenez ?

Sur les réseaux sociaux pro on va dire plus sur Linkedin twitter après j'ai un devoir de réserve personnelle entre guillemet pour pas me griller professionnellement au niveau

politique ou quoi j'évite refaire des tweet politique parce que sur twitter c'est très impulsif comme réseaux social, y a une haine là bas qui est assez extraordinaire. On va dire je vais quand même je vais pas montrer. Je suis quelqu'un de très sensible mais j'ai une tendance à cacher beaucoup mes émotions alors aussi dans la vie quotidienne je vais beaucoup utiliser l'humour ou des choses comme ça pour pas vraiment, je suis très pudique au niveau de mes émotions. Alors après sur un réseaux social professionnel ça va être plus corporate le style. Plus institutionnel avec une position où je dois me montrer en tant qu'expert. Je me considère pas expert j'ai horreur de ce mot là mais on est obligé de jouer le jeu sur Linkedin on doit montrer qu'on est expert sinon on est presque invisible, on existe pas si on a pas cette étiquette d'expert donc voilà, je vais avoir cette posture, enfin je suis obligé d'avoir cette posture là où je suis obligée de jouer l'expert même si je ne me considère pas expert.

Sandra : C'est presque une quelque chose d'une, de alors le mot qui me vient c'est pas tout à fait ça, mais quelque chose de vie ou de mort soit on se montre en tant qu'expert et on existe soit on ne se montre pas en tant qu'expert et on existe pas, y a une sorte invisibilité complète.

Complètement parce que finalement sur le plan professionnel aujourd'hui si on veut euh trouver des clients, il faut être visible et y a je sais pas si vous connaissez en marketing le terme de inboon marketing, ça vous parle ou pas du tout ? On va dire qu'avant, y avait une stratégie de vente entre guillemet c'est-à-dire que le vendeur il allait à la rencontre d'un prospect et puis il bassinait tout son discours etc pour que le prospect devienne un client etc. L'inboon marketing ça part un peu dans la démarche inverse qui est beaucoup lié à la créativité. c'est à dire que on va pas aller chercher le client. On crée du contenu en tant qu'expert, un contenu qui va justement intéresser la cible qui nous intéresse d'un point de vue commercial, les gens finalement, les prospects ou les clients vont être intéressés par nos contenus donc ils vont vous suivre et là vous devenez visible auprès de vos clients et finalement ce sont les clients eux qui viennent vous chercher parce que vous êtes identifié sur la plateforme en tant qu'expert de part vos contenus. Et en tant qu'introverti c'est vachement plus simple parce que je ne sais pas faire le premier pas, j'ai horreur d'aller vers les gens c'est beaucoup plus facile quand ce sont les gens qui viennent vers moi. Et inévitablement dans cette stratégie aujourd'hui on peut fair elles deux ou je connais des intro-

vertis qui ne choisissent que l'in boon marketing, mais forcément si on ne crée pas du contenu on n'est pas visible et on existe pas.

Sandra : Qu'est ce qui vous plait vous dans les réseaux sociaux que vous utilisez ? Qu'est ce qui vous attire ?

Alors sur Linkedin sur crée du contenu, alors moi régulièrement ça dépend de la charge du travail, mais voilà y'a cette, question bah… ouais, il y a pas mal de création de contenu sur Linkedin c'est vraiment là en tout ça où je crée du contenu actuellement parce que j'ai un coté créatif et du coup j'ai besoin de créer et cet outil, cette plateforme là me permet d'être, voilà de d'exploiter ma fibre artistique en créant du contenu, je sais pas si c'est clair ce que je dis j'ai l'impression de me répéter.

Sandra : Et sur Facebook par exemple qu'est ce qui vous plait qu'est ce qui vous attire ?

On va dire sur Facebook j'ai vraiment deux comptes, j'ai un compte personnel avec ma famille mes amis, et mes publications ne sont visibles que par les gens qui sont dans mon réseau et j'ai même crée des listes, voilà je peux, je peux vraiment jongler au niveau de l'audience, au sein même des contacts, des gens avec qui je suis en contact, je parle pas d'ami j'aime pas le terme ami sur Facebook ça ne veut rien dire. Et j'ai un autre compte utilisateur, je parle pas de page Facebook je parle vraiment de compte utilisateur professionnel sur Facebook. Là Et voilà donc du coup sur mon compte utilisateur professionnel ça va être de la publication professionnelle pour faire connaitre mes prestations et pouvoir toucher des clients. Sur mon compte personnel alors je publie aussi du professionnel parce que voilà c'est toujours, ça permet toujours de montrer aux gens qui me connaissent bah voilà ou j'en suis professionnellement mais je vais aussi mettre voilà j'aime bien cuisiner bah de temps en temps je vais poster des plats que je fais ou je vais pousser un coup de gueule politique sur des choses là je vais pouvoir me permettre car c'est un cercle restreint qui ensuite n'est pas visible dans les moteurs de recherche, en tout cas pas en accès public. Donc voilà la communication est pas du tout la même et l'audience non plus. Je vais partager des choses plus personnelles sur le compte personnel Facebook et pas du tout sur le compte professionnel Facebook et euh sur twitter j'ai vite alors y a des fois j'aurais tendance on se laisse très vite prendre je le disais tout à l'heure twitter pousse beaucoup à l'impulsivité, y a de moment y a beaucoup de haine comme je le disais tout à l'heure sur

ce réseaux social, y'a des fois on est vite très en colère quand on lit des tweets ou des choses comme ça et on a très envie de réagir à chaud et y a des moments effectivement politiquement voilà j'ai certaines idées politiques aussi mais pour pas me griller sur le plan professionnel parce que la politique c'est toujours délicat en France c'est très tabou j'évite de tweeter sur la politique donc là je me retiens car je sais que répondre à chaud ça ne sert à rien de toute façon, voilà. Donc je fais voilà c'est un réseaux sociaux vraiment qui entraine beaucoup plus émotionnellement parce que ça va susciter des émotions très intense, la colère, la frayeur, puis des fois y a des contenus qui devraient pas, qui sont particulièrement violent qui viennent nous mobiliser là dessus ou c'est très difficile de résister. Des fois j'ai l'impression de répondre un peu à coté de la question.

Sandra : A non justement on arrive dans le coeur du sujet donc c'est très intéressant ce que vous me dites sur Tweeter.

Et donc sur Twitter j'essaye toujours de faire très attention je me dis « non non stop tu ne réponds pas tout de suite, tu verras demain si tu as envie de répondre ou pas » et finalement la plupart du temps le lendemain la colère est retombée etc et finalement non ça sert à rien voilà. ça ne sert à rien ni personnellement ni professionnellement c'est le genre de choses ou ça se retourne très vite contre soi et même pendant la pandémie sur Linkedin ça a été très compliqué aussi on a vu des fois des publications qui sont complètement partie en vrille parce que les gens bon voir c'était un contexte très particulier, les gens sont partis en vrille très facilement pour voilà. C'était intéressant en tout cas d'un point de vue sociologique et psychologique de voir ce qu'il s'est passé sur Linkedin pendant la pandémie où c'est quand même un réseau social professionnel corporate, on est supposé, y a toute une perception ou on est supposé être plus civilisé peut être plus intelligent, et bah non finalement on se rend compte que derrière l'écran ce sont des être humain et que quand ça touche certain sujet ça peut partir en vrille.

Sandra : Et justement comment se fait-il que vous vous vous sentez émotionnellement impliqué quand vous allez sur Twitter ?

Je pourrai pas vous dire, c'est vraiment je trouve que c'est un réseau social qui structurellement ou naturellement je sais pas y a pas de cadre en fait. C'est vraiment euh je sais pas comment dire. Dans les réseaux, dans les autres réseaux sociaux oui y a un cadre

entre guillemet c'est, alors sur tweeter on peut aussi signaler bien sur mais y a des trucs qui disparaissent assez rapidement quand y a beaucoup de signalement mais j'ai quand même plus l'impression que ça part absolument dans tous les sens et que y a moins de réglementation je sais pas si c'est le bon terme mais c'est vraiment le réseau social à mes yeux qui me semble le plus hors de contrôle. pourquoi je pourrai pas vous dire. Est ce que alors effectivement si chaque réseau social aussi a sa propre sociologie est ce que y a une sociologie vraiment très spécifique sur tweeter qui fait que les gens, ça attire en tout cas des gens qui sont plus dans le pulsionnel, moins dans ce qui est réfléchi etc après a vient faire écho à ce qu'il se passe dans la société ou je trouve qu'il y'a une montée de pulsionnel, je trouve que c'est ce réseaux social là qui catalyse les pulsions.

Sandra : Et euh qu'est ce qui vous fait ouvrir l'application tweeter ? Qu'est ce qui vous fait aller dessus ?

Euh alors je trouve que c'est un réseau social qui d'un point de vue professionnel en tout cas dans mon activité dans le numérique y a un certains notre de gens qui sont vraiment très experts, très compétents, dans le domaine de la cybersécurité, dans l'administration des réseaux informatiques etc et c'est un de mes outils de veille parce que je suis dans le numérique il faut faire de la veille quotidiennement pour vraiment être au courant de ce qui se passe et de l'évolution des choses, et Linkedin et tweeter sont vraiment mes deux outils de veille.

Sandra : À la base tweeter c'est à la base un usage professionnel néanmoins ça vous provoque des émotions personnelles très importantes.

Oui, oui oui. C'est ça voilà. Et j'ai alors souvent parce que des fois j'entends souvent des personnes me dire « moi je veux pas être sur les réseaux sociaux c'est n'importe quoi etc. » Alors j'entends tout-à-fait c'est une part de vérité mais en même temps je dis toujours « oui mais on a le réseau social qu'on se construit finalement. parce que on choisi les personnes qu'on suit mais y a toujours les algorithme, entre les publications qui sont sponsorisées, du coup ça on le contrôle pas puis les algorithme qui fait que des fois y a des suggestions de profils ou de publication qui nous intéresse pas mais qui apparaissent quand même et y a aussi des fois des publications on va pas du tout interagir avec mais par exemple une vidéo ça va avoir tendance à c'est difficile de résister donc on a envie de voir

et forcément l'algorithme s'en souvient et voilà et c'est après la question de la violence de ce coté qui fascine l'être humain ou ça joue sur des voilà sur ce genre de mécanismes.

Sandra : Est ce que vous face à une vidéo vous dites « c'est difficile de résister « mais c'est un choix de votre part de résister ? pourquoi il y'a aurait cette question de résister à une vidéo ?

Euh… On va dire que des fois y a des soit à titre pers… Des comptes tweeter personnel ou professionnel on voit que des fois c'est, y a une intention vraiment de susciter de l'émotion pour pousser les gens à l' à regarder ou à écouter la publication. Je pense notamment alors je suis très critique sur les journaliers contemporains mais ce qui m'agace beaucoup aujourd'hui ce sont les titres d'articles qui sont ce qu'on appelle les titres « pute à clic » c'est à dire des titres qui n'ont finalement rien à voir avec le contenu de l'article mais la façon dont est écrit le titre ça donne envie d'aller cliquer dessus et c'est après où on se rend compte « non mais le journaliste m'a pris pour un con là » finalement y a aucun rapport entre les deux. et c'est très agencent j'en vient à cette question du mensonge où on est trompés et voilà c'est y a vraiment on pousse les gens « moi je veux que les gens y réagissent comme ça parce que je veux qu'ils regardent mon contenu donc je vais créer du contenu de cette façon là » c'est très malsaine et puis c'est malhonnête et voilà ça m'agace.

Sandra : Et en même temps vous, il y a quelque chose qui vous pousse vous à ouvrir ce ou à cliquer sur le contenu.

Inévitablement. Alors pas systématiquement mais à mon gout trop souvent et c'est pour ça ou je parlais de cette résistance. c'est à dire que si on résiste pas on joue le jeu de l'algorithme, de ce que les gens veulent derrière et il faudrait pas non il faudrait pas tomber dans le piège alors des fois j'arrive à pas tomber dans le piège et des fois je tombe dedans.

Sandra : Vous parlez de piège c'est intéressant. on entend presque quelque chose d'un champ sémantique que vous utilisez quelque chose de presque menaçant : le piège, la question du malsain voyez y a quelque chose un peu comme ça. Est ce que vous vous sentez facilement menacé du coup sur tweeter ? Est ce qu'on pourrait dire ça ?

On va dire non dans le sens où par exemple sur des tweets où [s'il faut répondre] à chaud je pourrais eut être me prendre après une volée de bois vert c'est presque un registre trop poli, mais j'évite aussi de me montrer par rapport… pour pas être victime de cyberharcèlement, de pas tomber dans le piège de répondre à certaines publications parce que derrière peut-être que y a des personnes qui vont voilà je pourrai risquer de me faire emmerder et j'ai pas envie de perdre mon temps avec des trolls ou avec des gens qui sont juste pour foutre la merde ou pour justement qui cherchent en tout cas des gens à … menacer.

Sandra : Et ça ça vous fait précisément ce type d'effet, ce type de vécu ça vous fait spécialement ça sur tweeter ou sur Facebook aussi ?

Facebook pas du tout après tout ce qui est communication vraiment institutionnelle y'a aucune raison pour que ça attire justement des gens qui sont dans le pulsionnel qui vont pas se contrôler etc à la rigueur la seule, les seule publication qui pourraient déranger c'est celles qui sont parfois politique mais mon cercle restreint, des gens qui me connaissent aussi, des gens qui ont un niveau, un certain niveau d'éducation et d'intelligent ou on peut discuter même quand on est en désaccord, on peut discuter voilà sans aucun problème. Sur Linkedin je le fais pas, je pourrai le faire mais je le fais pas parce que ça partirait aussi en cacahuète. Y a tfacon y a des sujets qui restent tabous sur Linkedin et euh voilà tout ce qui est politique argent fin voilà des sujet ou en France c'est toujours assez difficile, ça part en cacahuète.

Sandra : Est ce que vous vous parliez en cacahuète vis à vis de ces sujets là ?

C'est assez rare, ça peut 'arriver mais ça reste quand même rare. Et puis justement j'ai euh je rebondi un peu sur le burn out du printemps dernier et puis de ces changements d'usage ou j'ai supprimé les notifications sur mon téléphone, pas forcément sur mon ordinateur mais au moins sur le téléphone ou justement j'ai besoin je révise à quel point c'est important aussi de se préserver psychiquement de alors les notifications je les interprète sous le registre de l'intrusion. Je trouve que c'est trop voilà. j'arias trop intrus par les notifications et là j'avais vraiment besoin de me mettre une barrière et de désactiver les notifications sur le mobile euh. [je l'ai coupé en voulant poser une question] Je perds un petit peu le fil, j'ai le cerveau qui par un peu vite dans tous les sens. Mais j'ai perdu le fil.

Sandra : C'était par rapport justement ce burn out au printemps 2022 est ce que vous pouvez m'en dire plus ? Qu'est ce qui s'est passé ? Et pourquoi vous liez ça avec les notification qu'est ce qui s'est joué pour vous là ?

Alors y avait déjà la charge de travail c'est-à-dire que finalement ça a été une période où j'ai eu pas mal de contrat de voilà, et j'ai signé pas mal de contrats de prestation, j'ai pas été en capacité à ce moment là de dire « ok bah là je serai disponible que dans deux mois ». J'ai tout pris d'un coup et finalement ça s'est retourné contre moi parce que j'avais voilà je sortais d'une période où j'avais pas signé beaucoup de contrats, j'avais des problèmes de trésorerie il fallait vraiment que je fasse rentrer du chiffre et du coup j'ai tout accepté tout de suite. Au lieu de décaler c'est à dire de dire par exemple à un client « ok là je peux vous prendre tout de suite » tel autre client de dire « bah écoutez je vous prendrais le mois suivant, le troisième le mois suivant etc. J'ai tout pris tout de suite et pour respecter les délais je me suis retrouvé à faire de gros volumes horaires. A ce moment là j'étais assez actif dans une association à titre bénévole de cybersécurité, mais du coup j'étais rattaché au pole sensibilisation et je faisais partie dune équipe qui publiait du contenu pour le mineurs pour les incite rà se protéger de leur données personnelles de voilà pour le cyberharcèlement et des choses comme ça et c'est du temps aussi. J'ai voilà j'investissais du temps dans cette association et finalement je passais trop de temps dans cette association et ça mettait aussi un peu en danger mon activité professionnelle. Et donc au mois de mai j'ai dit ok donc là je peux plus y a un moment donné j'ai un choix à faire, faut vraiment que la je privilégie ma société et donc je me suis retirée j'ai suspendu mon engagement à ce moment là et depuis pour le moment j'ai pas eu l'occasion d'y retourner donc voila y a ce coté euh où j'en faisais trop donc là c'était en [changeant] d'activité et puis bah du coup j'étais aussi très sollicité parce que je faisais aussi […] un peu de l'association sur Facebook sur tweeter et sur Linkedin et que quand on fait de la com voilà c'est « tiens faut vite publier telle publication etc » et du coup je me retrouvais sur on avait un slack euh et sur le slack c'était des notifications à 22h etc aussi et puis le week end et voilà et j'avais plus d'espace à moi, personnel pour souffler pour vraiment séparer, ok y a l'asso y a ma société, mais y moi aussi et à un moment donné j'avais besoin de souffler et de prendre un peu de distance et de tout réorganiser fin de tout en tout cas de réorganiser l'usage que j'avais de mon activé numérique.

Sandra : Quel était l'usage problématique du numérique à ce moment là ? Vous receviez des notifications mais vous étiez en quelque sorte dans une obligation d'u répondre ?

Oui parce que même à titre bénévole, je m'étais un peu engagé et voilà quand je dis quelque chose je le fais je m'engage, pas besoin de le signer par écrit, fin j'ai pour moi la question de l'engagement elle est importante et de respecter sa parole donc à un moment donné quand on s'engage bah ok on dit je fais ça, bah on va jusqu'au bout. Et ça voilà. Je fais aussi partie des gens qui ont du mal à dire non. Et puis je suis très enthousiaste sur beaucoup de choses, je suis passionné par pas mal de choses donc j'ai vite tendance à « tiens je prend ça et puis ça c'est super et puis ça c'est col » et à un moment donné je me piège tout seul.
Et le numérique apporte ça c'est un océan infini donc à un moment donné quand on est passionné par pleins de choses, c'est un monde, c'est extraordinaire, quand j'ai découvert l'informatique dans les années 80 et à l'époque c'était pas internet, je sentais un monde, alors je suis un grand fan du film tron. Et voilà de passer finalement dedans d'être dans la machine et c'est un monde sans limite c'est juste extraordinaire, c'est fascinant mais voilà.

Sandra : l'idée d'être sans limite c'est ça qui vous donne le caractère fascinant et extraordinaire et qui vous plait ?

Oui oui oui. Mais qui finalement, ça me plait c'est ça, c'est génial parce que on peut apprendre tellement de choses à la fois dans les gens qu'on rencontre parce que sur ces plateformes on rencontre des gens aussi qu'on aurait pas rencontré dans la vraie vie, et des gens qui sont différents qui sont différents et qui c'est génial en terme d'enrichissement aussi . Autant sur le plan humain que sur le plan des contenus, on découvre des métiers, des façons de faire, des façons de publier, en terme de créativité en terme d'inspiration. Y a le meilleur comme le pire. Et j'allais dire et comme justement y'a ale meilleur et le pire y a une obligation à un moment donné de s'autodisciplines parce que y pas un cadre en fait c'est à dire que soi on s'auto cadre, soit on est on se retrouve complètement happé par le truc c'est un peu comme un cyclone ou un tourbillon, c'est liage qui me vient à l'esprit et si on fait pas gaffe, bah on se retrouve happé la dedans et c'est tellement l'intensité est tellement forte, du cyclone ou du tourbillon que bah voilà donc il faut s'auto-discipliner des le départ.

Sandra : Et c'est difficile pour vous de vous auto-discipliner ?

Euh j'apprends à le faire. c'est pour moi justement le fait d'avoir des désactivé les notifications sur mon mobile ça m'a fait un bien mais c'est extraordinaire. Et là justement je me suis auto cadré. Et alors j'apprends on va dire que pour le moment j'ai pas encore, je suis pas encore allé au maximum de ce que je pouvais faire. Alors je disais tout à l'heure vous me parliez du salariat, de ce que je n'aimais pas en tout cas dans ce que j'avais nommé dans le salariat, c'est que j'ai toujours un problème avec l'autorité, j'ai horreur des cases imposées, je ne supporte pas ça, parce que je suis quelqu'un j'ai un esprit qui part dans tous les sens, j'adore quand je pars dans tous les sens et les gens qui ont besoin d'un esprit de synthèse en face ont beaucoup de mal. Et moi l'esprit de synthèse ça me perd je comprend pas quand quelqu'un est trop synthétique. Donc y a cette question de l'autorité, du cadre, j'ai besoin d'avoir une liberté entre guillemet infinie, et finalement je le retrouve aussi dans mes clients, c'est à dire qu'a un moment donné j'ai pas su dire non à mes clients je me suis, j'ai pas imposé un cadre et ça m'a piégé tout seul et j'apprends à davantage me cadrer pour dire voilà dans ma relation avec mes clients pour me préserver et là ça a été une claque que je me suis prise on va dire parce que finalement à être trop libre et à donner trop de liberté à mes clients, je me suis emprisonné tout seul. Donc j'apprends à me cadrer, ça a été une leçon s vous voulez.

Sandra : c'est vraiment très intéressant. Est ce que par exemple vous avez, parce que là c'était beaucoup dans l'idée d'être sollicité par quelqu'un le fait de devoir répondre à des échéance le fait de publier etc est ce que vous regardez, vous scrolled sur tweeter , Linkedin ou Facebook ? De score fou de regarder un type de contenu ?

Scroller sur Facebook assez peu en réalité, maintenant que vous me le dites, par contre je scroll beaucoup sur Linkedin et sur tweeter. c'est deux réseaux sociaux là effectivement je scroll beaucoup.

Sandra : Quand vous scrollez vous pensez à quoi ?

C'est une façon de voir ce qui se passe, c'est à dire que comment dire, alors sur tweeter je disais tout à l'heure tweeter et Linkedin ce sont vraiment mes deux outils de veille, sur tweeter j'ai des listes en fonction de certains thématiques je scroll beaucoup es

listes en fait qui sont du coup très centrées. 9a me permet de filtrer mon fil d'actualité par exemple j'ai une liste cybersécurité et je sais que quand je scroll c'est que de l'info liée à la cybersécurité. Tut cheque st e-learning, bah là ok j'ai une liste que pour ça donc là je scroll mais je sais que c'est une info qui est ciblée par rapport à ce que je recherche. Sur Linkedin je fais la même chose avec les hashtags. Donc je vais scroller beaucoup au niveau des H pour faire de la veille mais je vais aussi beaucoup scroller les personnes finalement de on réseau, qu'est ce quelles publient. Sur tweeter je le fais aussi mais finalement moins les personnes plus les contenus alors que sur Linkedin, y a à la fois les contenus et à lofais les personnes parce que ça me permet aussi on est sur cette question « tiens c'est les gens de mon réseau, on se voit mutuellement » c'est de savoir où ils en sont ce qu'ils font etc et ça mobilise des échanges aussi.

Sandra : Mais alors finalement est ce que vous pourriez me décrire ce sentiment de tourbillon et d'être happé. Qu'est ce qui vous happe ? Comment ça se passe ? c'est à dire vous n'arrivez pas à sortir du réseau ?

Je dirais d'une certaine façon y a une perte temporelle, y a une perte de la notion du temps alors j'ai mes indicateurs, j'ai des applications qui me reviennent quand je passe par exemple 30 minutes sur un réseau social,, j'ai un petit message qui s'affiche « hoho le cotât là est atteint dans la journée » ça me permet de contrôler un petit peu, mais c'est vrai eu si j'avais pas ça, je me rendrais beaucoup moins compte du temps que j passe sur ces réseaux sociaux. c'est vraiment cette perte de notion du temps je suis un ancien game du fameux jeu WOW, si vous connaissez de nom et ça été assez incroyable quand j'ai découvert ces jeux là de jeu de rôle en ligne, je pouvais commencer à 19h et à un moment donné je regardais ma montre et il était 4h du mat, et j'avais l'impression qui s'était passé que 10 minutes et voilà y'a des moments, après les jeux videos c'est peut être encore autre chose, je pense que les mécanismes doivent être les mêmes. Même si le contexte est un peu différent, c'est à dire que les plateformes de toute façon, sur but c'est qu'on reste sur les plateforme parce que y a aussi de publication sponsorisé la pub y'a toute ces questions des objectifs de ces plateformes au niveau de la rentabilité etc elles font tout pour quoi reste dessus donc y a un coté addictif.

Sandra : Effectivement tua des plateforme effectivement qui font le design etc pour qu'on reste dessus néanmoins qu'est ce qui fait que vous, XXX, vous restez dessus. Qu'est ce qui

vous, voyez c'est plutôt ça la question. Certes tout est fait pour mais qu'est ce qui fait que vous vous êtes attrapé par ça ?

Parce que ça va être des contenus qui vont m'intéresser, pour le coup … Sur Linkedin y'a vraiment les deux écoles, y'a les end qui disent on est sur un réseau social pro on accepte toutes les demandes de relation et l'autre école bah non on est pas la pour accepter toutes les demandes de relation, on filtre y des gens qu'on accepte et des gens qu'on accepte pas moi je fais parti de cette école là; Donc quand j'accepte une demande de mise ne relation, c'est parce que je suis allé voir le profil de la personne ce qu'il publiait et j'ai identifié que son contenu « ha tiens son contenu il est vraiment top j'ai envie de continuer à suivre ses actualité pour me nourrir dans ma veille etc ».

Sandra : Une fois que vous avez quitté le réseau. Déjà qu'est ce qui nous fait quitter le réseau social et une fois que vous avez quitté comment vous vous sentez ? Vous me parliez de tweeter qui suscitait beaucoup d'émotion de colère par exemple est ce que 'es tune sensation que vous continuer à ressentir après ?

Euh. pff au niveau de l'émotion ? ou simplement comment je me sens après ? Alors euh au niveau de la veille on va dire que j'ai une routine le matin j'ai 20 30 minutes les Linkedin et tweeter combiné pour faire d cela veille c'est le matin Au réveil je prends mon petit des et quand je le prend j'ai 20 30 minutes pour faire ma veille. Et après à 9h je vais regarder mes mais, là je suis vraiment plus, je travaille. Voilà et mais, et après Linkedin c'est un outil de travail pour moi vraiment. Ce que n'est pas tweeter. Donc Linkedin je vais y retourner assez régulièrement dans la journée. Après Comment j'ai terminé, je sais pas parce que j'y vais de façon tellement fragmentée et tellement régulière dans la journée que j'ai du mal à .. c'est comme si je quittais sans jamais quitter. Votre question elle est très intéressante, voilà.

Sandra : Vous êtes souvent en veille en fait. c'est le principe d'un veille une télé en veille c'est une télé qui est jamais éteinte.

C'est ça y a une sorte finalement d'hyper-vigilance et finalement quand par exemple je vais me promener ce sont des rares moments ou je laisse mon téléphone chez moi et la je sais que y a pas l'ordinateur, y'a pas le téléphone, c'est, je respire et ce sont les

seuls moments finalement où je suis vraiment déconnecté. Je suis déconnecté du numérique et je me sens bien parce que justement je n'ai pas besoin de ça et en même temps je me dis si demain y avait une grande panne de l'internet mondiale comment je me sentirais ? Quelque part j'aurais l'impression d'être un peu coupé du monde et c'est ça qui est terrible. On parle beaucoup de virtuel mais finalement je me demande si le virtuel est encore le virtuel ou si quelque part il est pas devenu un peu trop réel ? Et un virtuel réel qu'est ce que c'est finalement ? Parce que je me demanderai tiens mais telle personne bah que qu'est ce qu'elle fait ou est ce qu'il en est comment est ce que.. je sais pas je me poserai pleins de questions. ça me ferait bizarre; Et je pense que quelque part alors je sais pas si je serais en état de manque parce que c'est très particulier mais forcément je pense que ça me mobiliserait quand même je pense pas mal émotionnellement. Et alors je pense que je pourrai bien le vivre parce que du coup bah finalement « bah la de toute façon ok y a une grande panne internet mondiale, ok je vais aller vaquer à d'autres occupations, je vais aller bouquiner je vais me promener, je vais appeler un ami puis on va prendre un café » comme si finalement il fallait ça pour que je sorte vraiment complètement de ce monde là.

Sandra : En tout cas ce qui est intéressant c'est l'idée que les réseaux sociaux ça vous laisse dans cet état un peu permanent d'hyper-vigilance et je trouve que c'est quelque part tout à fait en lien avec votre histoire personnelle. C'est-à-dire que puisque vous m'aviez confié que vous avez grandi dans un contexte un peu de violences conjugales, bah j'imagine qu'en tant qu'enfant vous aviez quand même une hyper-vigilance constante. Et finalement y a quelque chose comme ça presque qui se répète un peu là que je trouve très intéressant.

Complètement, Absolument je rebondis sur ce que vous dites mais il m'a fallu enfin, pendant allez au moins mes 20 premières années je mettais deux à trois heures pour m'endormir le soir je ne pouvais pas m'endormir et du coup ça me permettait d'entendre ce qui se passait aussi ou voilà c'est. Et ça m'a pris au moins 20 ans pour arriver à dormir normalement. j'ai quand même le sommeil assez léger.

Sandra : Je peux vous demander votre âge ?

Sandra : Si ça vous a pris 20 ans, ça vous a pris à peu près le temps ou vous êtes arrivé sur les réseaux sociaux ?

C'est ça aussi oui, c'est vrai.

Entretien Monsieur H Partie 2

Sandra : en fait ce qui m'a vraiment interpelé quand j'ai relu votre entretien dans notre premier entretien du coup vous avez dit quelque chose et donc je vais vous citer pour vous remémorer, vous avez dit à la fin de notre entretien : « On parle beaucoup de virtuel mais finalement je me demande si le virtuel est encore le virtuel ou si quelque part il n'est devenu un peu Réel, et un virtuel réel qu'est ce que c'est finalement ? » Vous vous rappelez avoir eu cette réflexion la dernière fois ?

Oui alors ça remonte un petit peu donc euh ça correspond bien en tout cas à mes réflexion et à ma façon de formuler les choses

Sandra : D'accord D'accord, bah justement j'avais trouvé cette réflexion très intéressante et j'aurais aimer qu'on creuse un peu de ce coté là. Du coup ma première question ce serait pour vous qu'est ce que c'est le virtuel ?

Euh alors déjà on peut l'aborder d'différentes façons, je vais peut être pas l'aborder du coté des casques de riva réalité virtuelle parce que là pour moi c'est vraiment un autre usage, une autre utilisation du mot virtuel mais vraiment davantage mais peut être parler du monde numérique, peut être pour être un peu plus précis. Pour moi dans le dans ce que je mets dans le monde numérique ça inclut finalement tous les outils, plateformes, logiciels, messagerie qui permettent à des gens d'échanger euh en entre eux. Donc euh voilà ça peut être autant les réseaux sociaux que des messageries comme WhatsApp, signal etc et ce qui fait qu'aujourd'hui voilà on voila on on peut fin on peut fin (rire) je vais assumer je vais dire je enfin euh est ce que finalement on disc, on échange pas davantage à travers ces outils numériques plutôt que d'aller pendre un café ou de d'inviter les amis à la maison, bien sur que ça se fait aussi mais c'est voilà par rapport à y a trente ans, c'est clair que la façon d'échanger et de créer ou de d'entretenir le lien social pour moi changer il il prend une

telle place que voilà c'es ton peu pour expliquer finalement la phrase que j'ai dite ce jour là, je sais pas si c'est clair.

Sandra : Justement c'est intéressant pour vous la dimension de virtuel c'es tà dire de cette communication avec les autres, c'es pour vous quelque chose qui prend beaucoup de place dans votre vie dans votre quotidien, ça on l'avait déjà abordé la dernière fois effectivement. Sandra : Et du coup là dedans à un moment donné vous avez parlé de virtuel réel hein, vous m'avez dit « je me demande si le virtuel est encore le virtuel ou si quelque part il n'est devenu un peu réel, et un virtuel réel qu'est ce que c'est ? » et bien en fait finalement j'aimerais vous retourner la question, qu'est ce que c'est pour vous un virtuel réel ?

C'est à dire que finalement le euh c'est pas évident à expliquer.

Sandra : C'est pas évident.

J'en veux à mon cerveau mais c'est pas grave, il y a que justement tous ces outils euh ce monde numérique est devenu tellement présent à ce que si on fait un peu de prospective, voilà on se laisse un petit peu dans peut être pas dans de la SF non plus pour aller trop loin, mais peut être que dans l'avenir on ne discutera, on n'échangera plus que dans le monde numérique et plus du tout dans le monde réel. Est ce que par hasard vous avez vu le film Clone avec Bruce Willis ?

Sandra : Non pas du tout je connais pas.

Je sais pas si il vous dit quelque chose

Sandra : non ça me dit rien, rien du tout.

Bon je pense beaucoup à ce film là parce que à l'époque il m'avais beaucoup frappé. Pour aller très vite en fait dans tous les foyers y a une sorte de sarcophage ou de fauteuil un petit peu de gamer où en fait on se met dans un monde virtuel et finalement c'est ces équipement sont dans chaque foyers comme aujourd'hui y a les téléphones mobiles. Donc c'est complètement démocratiser et finalement les gens ne vivent plus que dans ce monde là. C'est à dire qu'ils ne sortent plus de chez eux, ils ils se mettent dans dans cet

équipement virtuel, leur apparence change ils choisissent finalement un avatar un deux un peu comme on avec le métavers aujourd'hui ce qui se présente etc et finalement on devient un avatar, on devient quelqu'un d'autre et voilà. Par curiosité je vous recommande en tout cas le film, il est génial, je vais pas vous spoiler la fin mais voilà.

Sandra : Très bien bah écoutez de toute façon c'est enregistré, je prendrais les références avec plaisir et j'irai regarder ça…

Et donc c'est c'est aussi pour ça que le film s'appelle Clone parce que finalement cet avatar que l'on met quand on se met dans cet équipement bah on devient un clone de soi-même aussi. Donc Donc voilà et c'est vrai ça interroge sur ces outils numériques est ce que finalement des fois quand on voit la haine, la violence qui y a sur certains réseaux sociaux je parle toujours de twitter mais c'est pas le seul, on oublie que derrière un écran bah y a un être humain aussi, ces outils changent notre perception du monde réel notre perception entre ce qui est humain et ce qui ne l'est plus et que finalement bah peut être que bah le danger dans l'avenir, ça serait que le le la le lu la hm la dimension humaine, disparaisse euh au profit d'un d'un avatar de quelque chose et qui devienne finalement que ça aussi.

Sandra : Et du coup selon vous alors pour vous dans votre quotidien, dans votre pratique du numérique est ce que vous diriez que le virtuel est venu un peu envahir la réalité on pourrait dire ça ou alors est ce que on pourrait dire que pour vous le virtuel c'est quelque chose finalement d'un réalité ne fait qui est un peu en parallèle avec celle de se faire à manger, de dormir, d'aller prendre sa douche, je sais pas comment ça prend place pour vous cette question du virtuel dans votre vie ?

Euh alors je dirai je je lors de notre premier entretien j'avais parlé de ce sentiment que j'avais, un sentiment réel d'intrusion par rapport aux notification et que j'avais changé certaines pratiques etc maintenant, je pense que je l'avais déjà évoqué la dernière fois je reste enfin je suis quelqu'un d'introverti, donc voilà je suis quelqu'un de solitaire mais j'en ai besoin pour moi c'est une question de survie et puis bon les les les liens sociaux sont pas toujours ce qu'il y a de plus facile y a une suspicion de noyau autistique chez moi après voilà et c'est vrai que j'ai j'ai appris entre guillemet à parler au gens dans le monde réel grâce à MSN à l'époque, fin c'est en finalement moi j'ai fait un petit peu la démarche inverse c'est à dire que j'ai pas vraiment eu d'ami ou de lien sociaux profond pendant 20 ou

30 ans, et c'est finalement grâce à des outils de messagerie ou j'ai pu discuter alors f, que dans le monde réel qui est finalement plus compliqué ou je réagis souvent par mimétisme dans mon langage non verbal ou dans mes propos par rapport à ce que j'ai entendu pour essayer de rentrer dans les cases du monde social etc. Mais ça voilà c'est très personnel, c'est moi après en tant qu'introverti, j'aime ce monde numérique parce qu'il me sécurise d'une certaine façon. Je maitrise beaucoup mieux les codes d'échange et puis oui le peut-être que le le contact est moins menaçant si par rapport à ce que je vous avais confié, voilà euh donc pour ce par rapport à ça je le vis bien. Et justement j'ai j'ai dans mes dans les outils que j'utilise, alors j'ai horreur du téléphone autant professionnel que personnel j'aime l'écrit. J'échange beaucoup par messagerie, par mail, et c'est vrai que le téléphone c'est vraiment un outil qui me stresse qui est pas pratique, parce que c'est oral, c'est spontané voilà alors que l'écrit je peux me poser, je peux prendre le temps pour choisir les mots pour vraiment voir ce que la personne veut dire etc.

Sandra : Justement c'est intéressant que vous me parliez de ça parce que c'était un peu, je vous avais dit par message que y avait un petit pan du questionnaire qu'on avait pas pu aborder et justement c'est toute cette dimension de la relation un peu aux autres, parce qu'on avait parlé, bon on avait évoqué un peu ça mais je voulais entrer un peu plus dans le détail par rapport à ça et là vous m'avez déjà livré pas mal d'éléments très intéressant. j'aimerais savoir un petit peu qu'est ce que vous vous pensez du métavers par exemple ? Parce que pour l'instant c'est pas encore quelque chose de très développé, mais qu'est ce que vous imaginez quel est votre avis qu'est ce que vous en pensez ?

Euh je suis très partagé euh on va dire que y a mon coté geek qui est fasciné qui trouve ça génial alors j'ai toujours été un grand fan de Jean michel Jarre qui pour moi est un pionnier dans l'innovation et y a deux ou trois ans il a fait un concert virtuel, bon alors j'ai un casque virtuel à la maison, bas de game mais bon voilà et en fait ou on avait cette possibilité d'être dans le concert en restant chez soi avec ce casque là, c'est du jean michel jarre tout craché, c'est vrai que ça abolit les frontières d'une façon assez incroyable. Euh là pendant la pandémie y a eu toutes ces questions de de réalité virtuelle de d'outil en fait qui se développe c'est à dire aujourd'hui comment faire des réunions en distantiel, bon c'est vrai qu'en vision derrière un écran en 2D c'est pas top, mais peut être que dans quelques années, dans les entreprises en tout cas dans peut-etre les grosses entreprises surtout euh on

pourra faire des réunions en distantiel en se mettant un casque et en tant vraiment l'impression que la personne est à coté de nous en 3D etc.

Sandra : Quelle différence il y a selon vous entre aller vraiment à un concert et vivre le concert avec un casque de réalité virtuelle et pourquoi pour vous c'est plus confortable ?

Euh alors après c'était peut-être pas forcément plus confortable, plus pratique parce que voilà y avait y il il a donné cette occasion là j'ai sauté sur l'occasion, mais sinon non ça remplacera pas quand même surtout sur des évènements comme ça. Aujourd'hui là j'pense que le la les technologies elles ne maitrisent pas suffisamment euh il faudrait vraiment qu'on aille beaucoup plus loin sur le point de vue cognitif avec des combinaisons presque aptique, pour vraiment ressentir, que le corps sente parce que là en vi avec tout ce qui est réalité virtuelle ce sont surtout le sens de l'ouïe qui va être mobilisé mais voilà pour le reste finalement pas tant que ça même si il faut faire attention des fois ou on peut avoir euh si on marche trop dans une direction si on est dans un endroit voilà il faut de l'espace aussi je sais pas si c'est clair j'essaye de rendre aussi.

Sandra : c'est très bien vous suivez le fil de vos pensées c'est très bien.

Et et et je disais alors je disais que j'étais partagé parce que y a toute la question aussi des dangers du métavers euh ben comme les outils numériques aujourd'hui c'est à dire y a le problème du cyber harcèlement etc et j'avais lu justement des articles à l'époque pendant la pandémie y a avait une profusion d'articles voilà sur toutes ces nouvelles technologies de femmes qui avaient été victime de harcèlement sexuel sur le métavers je crois que c'était celui de méta. Mais on on on en est encore qu'à ses balbutiements et on en revient toujours au même problème voilà du harcèlement sexuel etc et et et voilà et finalement on y a toujours ces dangers qui sont là des prédateurs qui soit sexuels psychologiques peu importe et puis des mineurs aussi qu'il faut protéger donc comment on se protège dans ce métavers comment on se protège dans ce monde a a totalement numérisé potentiellement la place qu'il peut prendre dans la société de demain. Alors le métavers bah oui peut-être mais dans quel usage et dans quel cadre éthique et comment on fait pour sécuriser les gens.

Sandra : Justement c'est très intéressant ce que vous évoquez sur la dimension de aujourd'hui on y a quelque chose d'encore un peu limité dans le monde du numérique du fait que par exemple le corps reste un peu en arrière plan y pas vraiment de sensation corporelle, ya l'oui, la vue un peu mais les sensations corporelle n'y sont pas, je me demandais est ce que pour vous qui justement m'avais expliqué la dernière fois que le corps c'était quelque chose en tout cas qui vous arrangeait bien qu'il soit un peu caché, en arrière plan, alors on imagine si y a un outil qui vous ferait ressentir des sensations corporelle par le biais du virtuel comment vous le penseriez, est ce que ce serait difficile pour vous est ce que vous seriez content ?

Euh je pense que ça serait euh je serai plutôt curieux mais intéressant d'essayer, euh donc euh voilà et après je pense je parle de façon très libre hein euh je pense à hm à toute la dimension de la sexualité qui se pose aussi je trouve dans la société d'aujourd'hui parce que forcément ya le rapport au corps etc les japonais qui sont très en avance sur des trucs alors affectivement, les japonais ils sont un peu space des fois sur certaines meurs sexuelles, mais c'est voilà. Est ce que demain y aura des avec le distantiel on peut aussi alors c'est très pratique parce que des fois on p voilà y a on a vu pendant la pandémie beaucoup de parisiens ont finalement quitté paris pour aller s'installer en province mais tout en restant travailler pour des sociétés à Paris, c'est super pratique, après y a les y a des fois des couples qui sont éloignés à cause de l'éloignement géographique avant la pandémie, bah comment est ce qu'on fait quand on est un couple quand on est à distance bah peut être ça peut répondre à certains, à certaines de ces questions aussi, voilà je sais pas et aujourd'hui sur ces questions là dans le monde numérique on a pas du tout ce qui faut pour malgré tout ce qu'on peut trouver au niveau des sexes toys ou etc mais voilà la sexualité à distance pourquoi pas ça fait partie de la vie humaine aussi.

Sandra : Oui effectivement et justement par rapport à ça est ce que vous vous avez déjà rencontré quelqu'un dans le monde numérique ou en envisagé de rencontré quelqu'un d'entamer une relation de couple par le virtuel comment ça s'est passé ?

Les premières rencontres quand j'étais jeune que j'ai faite, euh amoureuses, se sont faites justement d'abord en ligne. Euh et après j'ai voilà j'ai appris aussi des choses c'est à dire que des fois j'avais trop tendance à laisser durer comment dire les premiers temps de la relation en ligne avec ce risque de trop idéaliser, de cristalliser la personne en fonction

de ce qu'on un peu c'est ce que j'appelle l'effet Pygmalion c'est à dire que finalement on on va créer une sorte notre imaginaire va créer la personne que l'on imagine plus que ce qu'elle est réellement, et finalement y à un moment donné je me suis imposé une règle voi-là tiens je rencontre une femme avec qui je m'entends bien, ok pas plus de trois semaines en numérique, fin trois semaines c'est arbitraire mais voilà si on est pas trop loin ok on se rencontre tout de suite pour éviter d'être trop dans cet imaginaire. Je suis quand même allé une fois jusqu'à hongkong pour la rencontrer.

Sandra : Pourquoi vous vous êtes imposé cette règle à un moment donné ?

Alors pas de déception ou quoi mais finalement je me suis rendu compte de cet écart c'est à dire que si un moment donné on rencontre quelqu'un peut-être au bout d'un an, on imagine tellement de choses et c'est vrai que le c'est c'est pas c'est très stressant de passer du numérique au réel, parce que voilà là c'était derrière un écran, c'était en visio au téléphone etc mais d'avoir la personne vraiment en face de soi y a ya toujours un écart y toujours un écart et voilà je trouve que ça me semble plus sain en tout cas, alors aujourd'-hui par contre je refuse totalement les rencontres amoureuses en ligne euh parce que ça je trouve que les plateformes aujourd'hui c'est du grand n'importe quoi bon c'est surtout pour euh du cul et voilà c'est pas mon délire. Euh mais euh j'ai perdu un peu le fil de ma pensée.

Sandra : c'est pas grave. C'est intéressant alors y a quelque encore d'un écart entre ce que vous imaginez et la réalité et alors bon tant qu'on est dans cette conversation là, comment ça se passe pour vous en tout cas à un moment donné j'imagine qu'il ya quelque chose d cela sexualité qui intervient dans ces relations. Est ce que c'est quelque chose qui se fait à distance ? est ce que c'est quelque chose qui est mis sous silence jusqu'à la rencontre ? st ce que vous je ne sais pas comment ça se passe un peu pour vous de ce coté là ?

Plutôt mis en silence jusqu'à la rencontre, euh et puis euh bon sachant qu'en plus j'ai une vision de la sexualité qui est aussi spirituelle ou etc donc je suis peut être pas dans les canons sociétaux etc c'est vraiment un ensemble de choses donc euh.

Sandra : Est ce que vous souhaitez en parler un peu de cette vision de la sexualité qui n'est pas dans les canons classiques ?

Oui. Je dirais euh alors je vais je vais peut être paraitre très suranné ou très fleur bleue mais c'est pas grave. euh pour moi alors déjà j'aime pas les mots baiser ou coucher etc donc déjà le terme c'est faire l'amour y a cette question sentiments etc et pour moi deux personnes qui font l'amour c'est vraiment, c'est pas que deux corps, c'est à dire c'est deux corps qui font l'amour c'est deux esprits, c'est deux sensibilités, ce sont deux blessures parce que chaque personne a ses blessures et puis un certain lien au sacré alors le sacré c'est très difficile de le définir, je suis gnostique hein mais voilà c'est pour moi aussi deux âmes qui se rencontrent donc c'est quelque chose qui doit être très profond très authentique et donc tout ça fait que le numérique tout ça c'est pas cohérent, c'est pas cohérent. Voilà. Pour que tout ça soit réuni mais c'est presque un idéal et un idéal je dirai par essence il est assez inaccessible donc voilà. je sais pas si ça répond à la question.

Sandra : Oui oui oui effectivement finalement vous reconnaissez une certaine limite au numérique et notamment cette limite de la rencontre de l'autre, à savoir que par exemple la sexualité ne pourrait pour vous se passer euh via un écran via le virtuel euh en tout cas c'est pas vous votre manière de voir un peu les choses quoi, vous il faut quand même qu'il y est une rencontre physique réel pour qu'il se passe quelque chose de la sexualité. Alors je regarde un peu si j'avais d'autres questions par rapport à ça, oui alors du coup est ce que alors pour rester dans cette dimension de la sexualité et du rapport au corps avec le numérique est ce que malgré out vous dirigez que vous arrivez à avoir une certaine sexualité dans votre fonctionnement au quotidien est c que par exemple vous vous servez du numérique pour avoir accès à la sexualité ou pas du tout ou d'ailleurs vous n'y pensez jamais comment ça fonctionne un peu, est ce que vous allez sur d'autres sites internet ?

Quand je suis célibataire oui je consomme effectivement de la pornographie en ligne,, de façon naturelle donc oui d'un pondu vue physiologique mais c'est tellement limité, fin y a un moment donné ça devient presque une mécanisation, c'est très déshumanisé, très désincarné je trouve, l'expérience que j'ai en tout cas.

Sandra : Donc c'est pour satisfaire un besoins que vous ressentez comme physiologique, mais c'est à dire quand vous dites que c'est mécanique c'est à dire que finalement vous restez sur le plan euh, vous allez sur des sites pornographique vous regardez les images,

vous sentez une excitation corporelle, vous vous masturbez et puis euh point barre ya pas de fantasmatisation de choses ?

c'est ça voilà c'est pour ça que ça reste vraiment très limité ben oui ya une satisfaction physiologique mais c'est tout mais je sais pas ya pas de fin voilà. c'est c'est, je vois pas ce que je peux rajouter.

Sandra : y pas cette rencontre spirituelle que vous attende avec l'autre quoi. Bon bah écoutez c'était vraiment très intéressant, alors je regarde s'il me reste quelques autres questions mais alors non je crois pas je crois que j'ai fait le tour effectivement est ce que vous vous souhaitiez rajouter quelque chose par rapport à cette question de la rencontre des autres de vos relations aux autres via le virtuel tout ça ?

Là comme ça je vois pas d'autres choses, euh ouais non c'est euh j'aime bien après mon monde numérique mais euh voilà donc euh.

Sandra : En tout cas effectivement ce que j'ai remarqué dans l'analyse après oui dans l'entretien c'est qu'on a vraiment l'impression que le monde numérique c'est quelque chose qui vous sécurise et quelque part qui vous permet de rencontrer l'autre aussi.

Tout à fait c'est ça et de rencontrer les de rencontrer par l'écrit, j'aurais voulu presque naitre à une autre époque au à une époque des relations épistolaires, avec de longues lettes je suis un littéraire voilà et je trouve que c'est fin moi je me sens plus à l'aise dans le ce mode de rencontre là. L'écrit est mon langage de communication par appétence, par préférence.

Bon et bien écoutez merci beaucoup XXX pour cette deuxième partie d'entretien

[Arrêt d'entretien puis :]

Je laisse la personne conclure parce que je ne sais pas faire voilà. ce qui peut juste c'est par association mais effectivement alors je sais pas si y a quelque chose à aller creuser ou pas dans le lien justement à l'autre c'est que dans les différentes étapes d'une conversation alors je sais pas non plus comment les commencer mais le fait de ne pas sa-

voir et d'être vraiment mise difficulté sur le fait de clôturer la relation voilà est ce que c'est quelque part aussi une façon de est ce que j'ai peur de mettre fin à la relation entre guillemet, c'est une vraie réflexion là comme ça un j'ai pas.

Sandra : Oui la dimension de séparation qui pourrait être une difficulté pour vous ? en tout cas ça me fait penser à la dernière fois quand vous m'aviez dit « ha mais c'est intéressant puisque j'ai jamais l'impression de quitter le monde numérique » finalement peut être que votre appréhension dans la relation aux autres et dans cette construction de relation en tout cas cette question d'une potentielle séparation qui pour vous est un peu difficile quoi.

C'est possible tout à fait alors je sais pas si ça peut apporter quelque chose aux réflexions mais voilà.

Entretien 4 : Monsieur J

Sandra : Voilà je démarre l'enregistrement du coup ça commence, hum je voulais savoir en tout premier lieu comment vous vous sentez, est-ce que vous vous sentez plutôt, plutôt heureux plutôt normal plutôt un peu triste aujourd'hui, c'est quoi votre humeur du jour.

Hmm normal, enfin il y a ni moins bien ni très bien enfin correct on va dire

Sandra : Ok très bien très bien, hum, effectivement comme vous me l'avez dit tout à l'heure je vais vous demander de vous présenter en quelques mots, donc en gros vous pouvez dire qui vous êtes par exemple votre métier, vois loisirs, votre place un petit peu dans votre famille, voilà tout éléments qui pour vous sont importants quand vous vous présentez pour euh cerner un petit peu qui vous êtes si vous voulez bien.

D'accord donc euh XXX, 41 ans il y a quelques jours (rire) euh, sinon après euh, bah là je viens de finir un travail d'ouvrier imprimeur alors je précise en milieu protégé parce que j'ai une reconnaissance de travailleurs handicapé. Mais j'ai une formation qui est autre parce que bon euh j'ai fais des études scientifiques maitrise de mathématique notamment, euh et euh bac +3 en électricité, et (inaudible) Sinon dans les loisirs alors j'ai 2 grandes passions depuis le début de l'âge adulte c'est la musique et l'écriture, et la musique la composition puis sinon j'ai (inaudible) tous les domaines qui m'intéresse parce

que bon euh notamment à la bibliothèque mes intérêts sont assez variés mais ça va de euh, comment dire euh , des euh, je ne sais pas de euh je vais discuter du nucléaire avec des gens notamment sur Linkedin là récemment euh puisque vous êtes en psychologie, je commence à être un lecteur assez fréquent de (inaudible).

Sandra : Ha d'accord, oui oui, je vois très bien, et euh vous disiez que vous composez de la musique c'est-à-dire que vous jouez d'un instrument ou comment ça se passe ?

Oui c'est en 2004 en fait je me suis acheté un clavier puis j'ai euh, j'ai comment dire, j'ai commencé à composer des choses qui ont une tonalité un peu symphonique mais j'ai fais d'autres choses aussi euh puis un jour j'ai eu la chance de, comment dire, de me produire dans le cadre d'une soirée piano puisque je prenais des cours de piano puis là j'ai mélangé des compositions sur (inaudible) et puis la poésie que j'avais écrite. J'étais très satisfait parce que il y a quelqu'un qui m'a dit c'était comme une petite révélation pour moi, donc voilà.

Sandra : Ha oui, et pour vous ça a été une révélation ?

Euh ça m'a fait plaisir à vrai dire que moi je, au début j'avais le tracte et et et à la moitié c'est commencé à se libérer et …. Parce que des fois il y a des gens qui disent des choses, puis bon puisqu'on en est autour des réseaux sociaux là justement il y a des fois je partage de la poésie, puis des fois je mets quelques liens sur deux trois compo sur internet puis des fois j'ai des petits retours comme ça, des réactions j'aime ou j'adore ou des trucs comme ça.

Sandra : Des petits commentaires quoi.

Oui ?

Sandra: Des commentaires ?

Oui voilà c'est ça des commentaires.

Sandra : Oui d'accord, et est-ce-que vous pourriez me décrire un petit peu votre place dans la famille ?

Euh je suis l'aîné, euh, dans une fratrie de 3 enfants.

Sandra : hmmm, est ce que vous vous entendez bien avec vos frères et soeurs, avec vos parents, comment ça se passe un peu ?

Euh bah la situation est entre guillemet intéressante pour rester neutre mais euh, euh, j'ai quasiment coupé les ponts en tout cas affectivement avec ma famille quoi, hormis peut être ma soeur avec laquelle j'ai eu j'ai échangé quand même euh pour euh pour souhaiter les voeux euh en début d'année mais sinon, j'ai quand même répondu puisque comme c'était quand même mon anniversaire le 5 février dernier j'ai répondu quand même à ma mère parce qu'elle m'a quand même mit joyeux anniversaire je t'aime etc donc bon j'ai, je ne suis pas non plus comment dire insensible à ça, et puis il y a on frère aussi, je lui ai répondu oui merci ça va, bon assez très laconique quoi, mais bon euh non j'ai euh au niveau famille en fait j'ai vraiment j'ai je crois que je peux dire j'ai coupé pas mal de ponts quoi en fait, donc euh la place, faut dire aussi pour éclairer la dessus même si sur l'étude ça ne changera pas grand chose à priori même si il y a des questions voyez psycho…. Mais euh j'ai, je suis passé par la psychiatrie quoi, donc euh il y a eu question je pense on peut parler dans mon cas, enfin ma psychologue qui m'a suivit qui me suit toujours de euh une certaine stigmatisation, une certaine facilité à ce que ce soit moi comme … porteur de problématiques quoi. C'est pas de la méchanceté de leur part mais je dirais plus que c'est euh il y a quand même une certaine facilité je dirais.

Sandra : est ce que euh vous souhaitez me partager un petit peu euh qu'elles sont les problématiques que vous avez rencontré vous pour allez en psychiatrie ou est-ce que vous préférez garder ça pour vous ?

Bah moi ça ne me dérange pas si on fait une petite parenthèse après ça dépend vous de votre temps mais (rire).

Sandra : Une petite parenthèse effectivement pour voir un petit quel fonctionnement vous avez

Bah en fait ce qu'il y a c'est que j'ai (inaudible) succinctement mais de remonter à l'origine c'est que euh ma mère m'a témoigné parce que c'est par ma mère que j'ai appris des choses parce que mon père n'est pas très bavard là dessus à un moment donné quand j'étais en troisième début de lycée il disait à ma mère oui XXXXX il va pas très bien, et ça par exemple on en a jamais parlé et tout mon lycée j'ai quasiment eu une phase où j'avais quasiment pas de copain euh mes 18 ans en fait c'est bah j'étais déjà en prépa puisque j'avais sauté une classe mais… en fait on avait ma famille avait invité enfin ma mère avait invité… un copain à moi de l'époque et sinon je n'aurais fait rien du tout pour mes 18 ans et après bon comme j'ai eu la prépa qui était très bon euh c'est quand même à un moment où très intense math physique et euh c'est là où a commencé en fait j'ai eu des j'ai été diagnostiqué par rapport aux troubles de l'humeur voilà tout ce qui est alors c'est pas de la bipolarité visiblement c'est… comme ils disent alors je ne suis pas non plus un grand spécialiste comment dire de euh la psychopathologie mais euh oui j'ai découvert ce terme là en consultant mon dossier médical à l'hôpital puisque bon il y a eu des cris, il y a eu de la manie etcetera des grandes idées mégalomaniaque on peut dire je pense et des phases de dépressions aussi qui des fois ont duré quelques mois et à un moment donné en fait j'ai été hospitalisé sous contrainte et en fait c'est par ma famille que ça c'est passé.

Sandra : c'est par votre famille, c'est votre famille qui a voulu vous hospitaliser ?

Oui alors à des moments donnés il y a un bon à un moment donné je pense ce qui a vraiment fait tilt c'est que j'ai eu un comportement qui a… ma mère s'est senti en danger sur un un un truc notamment… Bon apparement je vais casser des assiettes etc. et puis je me souviens une fois j'étais partie en vélo en fait j'ai dit à mes parents oui il faut que je sorte etc. parce que je sentais que j'avais besoin de libérer de l'énergie et j'ai j'ai gravis une côte que j'avais l'habitude de gravir quand j'étais plus jeune j'avais une énergie que je n'ai jamais eu avant quoi et euh donc j'ai été hospitalisé ça a duré trois fois en fait trois hospitalisations euh contraintes successives parce qu'a chaque fois en fait je prenais le traitement puis je voyais comme à l'époque j'avais commencé à écrire de la poésie puis des choses comme ça enfin des textes et à chaque fois ça coupé mon inspiration, moi je me sentais comment dire, ça me posait problèmes donc à chaque fois je j'étais hospitalisé, j'avais un traitement, j'arrêtais mon traitement je refaisais une crise et j'étais hospitalisé et puis il y a aussi le problème aussi qui a je pense que c'est ça aussi qui a semé comment

dire le enfin qui a mit le verre dans le fruit c'est que lors de ma première hospitalisation sous contrainte j'étais aux urgences psychiatriques et il y a eu différentes choses au départ le psychiatre voulait que je sois en ambulatoire puis après il y a un infirmier qui me propose une hospitalisation à la demande d'un tiers alors je lui dis c'est quoi une hospitalisation à la demande d'un tiers et il me dit et je lui explique bah non moi je veux une hospitalisation libre et en fait à la fin là où ça s'est passé avec mes parents c'est que je les vois très bien tous les deux je leur dis bon ils avaient passé toute la journée ils étaient fatigués mon père aussi c'est vrai il rentrait de puisqu'il travaillait sur Paris à l'époque c'était un vendredi soir je crois il me semble et euh comment dire je leur dis bah pourquoi on en est arrivé là et je me souviens et c'est assez rapidement je me souviens pas tout tout le truc mais mes parents ont encore moins de mémoire que moi euh mais mon père dit tu prépares pas ton avenir. Enfin pour moi c'était fin de la discussion bon en fait il se trouve que je leur ai dis bon allez vous en vous… vous êtes désagréable et comment dire et il y avait mon cousin qui était qui m'accompagnait à ce moment là et qui est revenu euh je lui ai dis bah j'avais envie d'aller voir ma grand mère parce que d'habitude quand j'avais des problèmes en famille je passais déjà j'allais me réfugier chez ma grand mère et là le problème c'est que le psychiatre qui écoutait à ce moment là et qui a rien dit d'ailleurs ce que je trouve un peu dommage et le problème c'est qu'il faut savoir que je voulais partir sur paris mais je m'étais fait une entorse la veille donc j'étais sous attelle et puis même sous avec des béquilles quoi mais je pense que je dois rester quoi puisque j'ai été finalement hospitalisé et puis je dois dire interner parce que c'est le sentiment et c'est la vérité puisque j'étais contraint de cet (inaudible) comme on disait à l'époque maintenant je crois que… ça a il y a eu une loi qui a changé les choses je crois à un moment donné enfin légèrement et en fait je me suis retrouvé en unité fermée parce qu'il n'y avait pas de places en unité ouverte c'était tout une histoire oui. Bon après après les choses ont évolué bon même si entre temps j'ai quand même dû aller sur Orléans parce que moi je suis de Poitiers hein, je suis allé sur Orléans pour commencer l'enseignement ce qui était une très mauvaise idée rétrospectivement puisque j'étais pas du tout en mesure de suffisamment stable et là j'ai été hospitalisé pour une dernière fois et puis après bon (inaudible) une longue période où j'étais chez mes parents euh j'allais à l'hôpital de jour pour avoir au moins une activité le psychiatre … m'a prescrit ça et finalement c'est passé par un moment donné où j'ai été prit en charge par ce qu'il appelle un foyer post cure et qui s'appelle qui s'appelle en fait une maison de la réhabilitation psycho-sociale et là pendant 1 an je suis passé là et puis j'ai trouvé cette situation en ESAT puis là j'ai arrêté pour diverses raisons mais c'était en octobre 2021 mainte-

nant j'ai quand même… parce que je suis devenu pair-aidant vous avez peut être entendu parler du terme peut être euh je ne sais pas (Sandra : oui) bon je suis devenu pair-aidant j'intervenais dans des séances de psycho-éducation à cette maison de la réhabilitation et euh il y a 1 an et maintenant bientôt 1 an et demi en octobre 2021 je suis intervenu dans un colloque dans la réhabilitation psychosocial à Limoges. Voilà.

Sandra : Très bien, bon écoutez merci beaucoup pour toutes pour toutes ces précisions par rapport à qui vous êtes et pour votre présentation, j'aurais voulu savoir on reviendra peut être qu'on aura l'occasion de revenir un petit peu sur ce que vous m'avez raconté là mais j'aurais voulu savoir, vous avez accepté de participer à cette recherche du coup et de témoigner de votre expérience à propos des réseaux sociaux est ce qu'on pourrait savoir pourquoi ? Qu'est ce qui vous a donné envie de participer à cette recherche ?

Bah déjà je me sentais concerné (rire) parce que je suis (inaudible) majeur, utilisateur de Facebook, un peu Instagram je dirais puis Linkedin aussi finalement et ce depuis maintenant ça fait bah maintenant ça va faire 10 ans pour Facebook pour nous et, et puis aussi parce que c'était par entretien téléphonique parce que je vous je vous dis sous serment que je vois beaucoup de… et même j'en ai rempli il y a 2 jours par questionnaire enfin QCM, même d'ailleurs à la fin il y avait juste un petit espace de libre où on pouvait écrire et en fait il y avait que quoi 200 et quelques caractères donc bon…

Sandra : ha oui, oui

… ça finalement était remplit je pense que j'ai moi pour moi j'ai presque l'impression d'avoir perdu mon temps quoi, puisqu'après j'ai trouvé ça très rébarbatif quoi pourtant je pense que je dirais plus de choses là ici et puis ce sera un peu plus vivant, un peu plus bon légèrement interactif je ne sais pas mais dans une certaine mesure c'est c'est surtout l'entretien téléphonique qui a vraiment je pense fait que aussi j'ai souhaité participer et puis bon bien sur pour faire avancer la recherche bon je comprends qu'il y a un moment donné il faut aussi être confronté à l'objet de la recherche ou en tout cas …

Sandra : …C'est ça c'est ça pour moi c'est important effectivement d'entendre le discours des personnes avant tout hein avant de remplir des questionnaires effectivement, c'est d'ailleurs même le but, c'est pourquoi j'ai choisi l'entretien téléphonique c'est parce que je

trouve que c'est plus intéressant d'avoir euh tous ces éléments de discours. Hé ben en tout cas merci beaucoup de participer encore une fois à cette recherche, alors maintenant on va rentrer dans le vif du sujet si vous voulez bien donc vous m'avez dis globalement vous êtes inscrit sur Facebook, sur Instagram est-ce qu'il y a d'autres réseaux sociaux ?

Bah donc Linkedin en fait c'est on s'en sert comme un réseau social mais je pense que c'est le cas enfin même si c'est un peu plus professionnel …

Sandra : … Oui tout à fait donc ces 3 là il n'y en a pas d'autres ?

Euh non parce que les autres c'est peut être plus des secondaires ou des trucs qui sont plus accessoires mais sinon non parce que Twitter par exemple c'est pas le cas, Tik-Tok enfin comment dire les grands noms, non non non puisque finalement c'est ceux que j'utilise Facebook c'est à peu prêt quotidien, Instagram c'est un peu plus espacé et puis Linkedin ça dépend Il y a des périodes des fois ça dépend… Mais c'est surtout ces 3 là.

Sandra : D'accord, et donc vous dites que vous avez commencé l'utilisation des réseaux sociaux il y a 6 ans c'est ça ?

Alors que je calcule bien parce que en fait je m'en rappelle Facebook ça a commencé en 2017.

Sandra : Et alors qu'est ce qui a fait que vous vous êtes inscrit sur Facebook en 2017 ?

Alors à la base c'était pour retrouver un ami (rire) tout bêtement.

Sandra : Oui ? Tout bêtement ?

Oui oui tout simplement oui, un ami que je j'ai connu en prépa, donc ça fait depuis septembre 2099 que je le connaissais et comme on s'était perdu de vu donc je m'étais dis bah que peut être je le retrouverais par ce biais mais en fait après coup je l'ai retrouvé par un autre biais parce que j'ai retrouvé son numéro de téléphone donc il y a avait (inaudible) la lumière comme on dit euh bah j'ai trouvé le numéro de téléphone de sa mère qui m'a donné le sien et en fait Facebook il était inscrit sur Facebook avec un pseudo pas possible

et j'aurais jamais pu le retrouver et finalement j'ai retrouvé et échangé quelques avec quelques camardes de collège et de ouais collège surtout et finalement bah avec les amis que j'avais sur le moment et puis avec d'autres que je me suis fais aussi sur les réseaux ça a continué quoi.

Sandra : D'accord donc c'est plus pour créer les amitiés ou entretenir les liens, ou en créer des nouvelles ?

Alors à la base oui c'était pour retrouver quelqu'un (Sandra: à la base, à la base) de notamment et puis je me dis bon aussi peut être la curiosité puisque bon ça fait 6 ans mais je me rappelle oui il y avait peut être de la curiosité et puis bon finalement maintenant … la question je me dis bon ça me permet aussi d'échanger avec des gens comme finalement je disais tout à l'heure à mon disquaire que je je connaîtrais peut être que que j'aurais jamais eu l'occasion de connaître dans la vraie vie.

Sandra : Vous avez dit qu'il y avait de dimension un peu de curiosité, est ce que vous pouvez m'en dire un peu plus ?

Bah alors il y a la curiosité et je pense si je m'en souviens bien faut que je me ramène quelque temps enfin quelques années en arrière je pense c'était aussi qu'il y avait d'abord moi l'occasion de pratiquer parce que je voyais aussi les histoires qu'on parlait sur les réseaux sociaux bon les médias aiment bien rapporté mais c'est surtout sur twitter puisque c'est facile bon c'est plus facile à mettre à l'écran notamment dans les émissions etc. et euh je dirais maintenant peut être un peu rétrospectivement mais après coup ça me permet aussi maintenant de parler en période aux personnes qui a fait l'expérience de aussi et non pas en simple personne extérieure au moins où je savais à l'époque il devait y en avoir plusieurs parce que je devais peut être avoir connaissance de non oui au moins twitter de toute façon je n'ai jamais intégré mais Facebook bon (Sandra : d'accord) quasiment pas, mais j'y repense maintenant à l'époque il y avait ma famille aussi avec qui j'ai bah il y avait mon frère et puis ma soeur et puis mon beu frère aussi mais mon beau frère je crois que finalement il ne l'a quasiment plus utilisé euh j'ai même un cousin aussi qui était inscrit finalement il a jamais jamais été (inaudible).

Sandra : Ok ok, et alors du coup vous m'avez dit que c'est au début plus ou moins pour retrouver un ami puis pour entretenir les liens etc. mais qu'est ce qui vous attire aujourd'-hui dans les réseaux sociaux que vous utilisez ? C'est quoi qui vous plait ?

Je dirais oui même si c'est du virtuel ça fait quand même un peu du contact effectivement, ça fait du contact avec des enfin des êtres humains quand même ne l'oublions pas et euh disons qu'il y a tous ces supports parce que moi comme j'utilise Facebook je suis pas limité comme sur Twitter euh avec des nombres de caractères enfin je présume euh Instagram pareil quoi que Facebook si parce que des fois je suis arrivé à la limite quand même sur des commentaires à la limite du autorisé qui doit être je sais pas quelques milliers quelque Instagram c'est 2000 (inaudible) adresse mais Facebook l'avantage c'est qu'on peut comment dire s'exprimer à l'écrit et euh il y a certaine personne dans certains groupes ou dans certaines pages qui acceptent cette échange avec un peu au moins un peu comment dire de euh des fois d'argumentaire et c'est ça qui m'intéresse et que je retrouve maintenant puisque je Linkedin c'est un peu plus récent que Facebook Linkedin ça l'est aussi quoi il y a des gens avec lesquels on peut prendre le temps d'échanger puis bon on a quand même on exprime il y a quand même une consistance quoi. Et c'est de l'écrit, l'écrit ça nécessite pas la même chose que l'oral moi il y a des fois ça m'arrive de faire un commentaire de le relire pour voir si c'est assez fluide j'organise mes paragraphes de manière à un peu aérer etc. donc c'est une autre manière d'aborder la relation je dirais.

Sandra : Oui alors du coup alors c'est intéressant parce que à la fois ça vous permet d'être euh d'être moins limité de ce que j'entends en tout cas sur Facebook en tout cas c'est pour ça plus Facebook par rapport aux autres et en même temps ça vous permet un peu d'organiser votre discours, vos idées, de garder une cohérence etc. ?

Oui c'est à dire que comment dire que je peux par rapport à l'oral parce que si j'avais pas internet des trucs comme ça ça serait au téléphone ça serait dans la vraie vie, c'est vrai que là l'avantage ça permet effectivement d'avoir une sorte d'espèce (inaudible) de pensée de manière plus organisée voilà c'est peut être ça oui

Sandra : Peut être que ça permet d'être plus organisé que d'entretenir une relation à l'oral ?

Oui bah j'avoue quand plus je viens de sortir de mon disquaire et on en parlait parce qu'à un moment donné il y a pour une revue un peu comme ça autour du jazz on l'a interviewé et en fait on a retranscrit dans la revue exactement le propos mais de manière brut quoi et on disait mais effectivement il y a pas la même comment dire la même manière de s'exprimer il y a des fois il peut y avoir des bon les silences sont pas retranscrits mais comment dire des hésitations ou des reprises ha bah oui tiens je pense à ça et puis je le re-met dedans, l'écrit en fait on peut il y a une linéarité une fluidité qui peut exister du moment qu'on s'y attelle qu'on s'y efforce qui peut exister qui n'existe pas à l'oral et moi c'est vrai que c'est ça qui m'intéresse c'est justement d'avoir le le texte et même des fois ça m'est arrivé de retrouver des comment dire de retrouver certains textes dont je m'en rappelais sur certaines pages où certaines personnes avaient exprimés et puis de refaire des recherches pour retrouver des trucs intéressants quoi et même à un moment donné dans l'année (inaudible) qui s'est écoulée je crois d'ailleurs que c'était sur justement une page liée à la psychanalyse Jungienne même si des fois il y a certaine publication que je trouve un peu qui ont rien à voir mais il y en a d'autres qui sont intéressantes et il y a eu un échange assez intéressant avec un universitaire québécois et c'était autour comment dire de l'intention comment dire et puis de la culpabilité liée à l'intention un truc comme ça enfin bon on a vraiment comment dire peut être quantitativement c'est moi qui ai peut être plus parlé que lui mais lui aussi avait rebondit ce qui m'a permis aussi après de de rebondir il y a vraiment eu un échange constructif je dirais même si j'en ai mis plus que lui si il avait pas réagi à un moment donné moi j'aurais pas eu était inspiré pour ça je lui ai dit et je l'ai remercié là dessus euh comme lui m'a remercié parce qu'il m'a dit un truc qui arrive pas souvent sur les réseaux sociaux que je vois il m'a dit ha oui c'est vraiment un truc … un petit chef d'oeuvre je m'en vais de ce pas méditer là dessus quoi (Rigole) donc c'est cette richesse que je cherche en fait pour là où mon propos c'est cette richesse que parfois je trouve ça fait un peu …

Sandra : … D'écrire des petits chefs d'oeuvres ?

Oui enfin bon ça ne m'arrive pas non plus tous les jours (rigole) mais disons que oui c'est un peu que bah puisque je parle d'outre-atlantique aux états unis quand on cherche de l'or dans les filon on creuse on creuse et puis il y a des fois bah il a le filon qui arrive quoi c'est un peu ça quoi et ça m'est arrivé des fois ces temps derniers quoi

Sandra : Et ça ça vous arrive pas dans la vraie vie c'est plus facile sur Facebook d'avoir accès à ça ?

Alors il se trouve qu'en ce moment j'ai une période particulière parce que là j'ai vraiment mon réseau social réel enfin comment dire dans la vraie vie qui s'est rétrécie un peu comme peau de chagrin donc euh bon comme disait certaines personnes qui m'ont accompagnées aussi c'est peut être à un moment donné même ça l'est encore un petit peu, j'ai été comment dire en contact avec des personnes qui sont fortement orientées une grande partie vers la psychiatrie quoi je les ai connu à travers ça quoi et euh c'est vrai que maintenant je me sent suffisamment rétablit suffisamment stable etc. bon euh peut être il y a des moments donnés j'ai besoin d'autre chose et puis bon il y a certain lien que j'ai pas perduré ou sinon j'ai trouvé que c'était trop compliqué puis euh mais bon finalement il me reste aussi ça quoi, bon j'ai encore quelques petits contacts sur les réseaux c'est aussi une manière comme un autre de garder un contact avec des gens quoi.

Sandra : alors à un moment donné vous avez dit que c'est intéressant vous arrivez à finalement à argumenter et à discuter avec d'autres personnes, est-ce que ça vous ai déjà arrivé de au contraire essayer de déployer certains arguments et de pas réussir à discuter avec la personne sur Facebook, qu'il y ai quelque chose qui s'entend pas comme ça ? Est ce que ça vous arrive ça ?

Dans un certain sens oui bah il y a un exemple qui me vient à l'esprit qui est intéressant parce qu'il est tout frais de euh je pense c'est même de il y a deux ou trois jours c'était sur une page en fait parce que bon c'est pas mon député mais je suis sur une page d'un député de la haute-vienne bon il se trouve que je suis né à Limoges même si j'y ai vécu deux ans et j'ai eu l'idée de suivre ce député là et à un moment donné il se trouve que dernièrement enfin il y a quelques jours en fait le dernier survivant d'Oradour sur Glane est décédé donc il y a le député qui rend hommage à cette personne puis en lisant les commentaires j'ai appris qu'il avait notamment comment dire été actif pour euh comment dire expliquer cette situation enfin c'est un peu le travail de mémoire qui est parfois et souvent même nécessaire et à un moment donné il y a quelqu'un qui dit comment dire par rapport à votre pote communiste ou un truc comme ça qui… je ne sais plus ce qu'il dit mais je me dis puis je mets que c'est injuste de juger comme ça des communistes surtout qu'il y en a

qui ont fait parti de la résistance même si après on peut dire ce qu'on veut de la part euh… vis à vis du stalinisme qui pour moi n'est pas un communiste m'enfin bon il commence à y avoir un discours pré construit puis je dis mais qu'est ce que comment dire le propos de Mr XXXX puisque c'est un député qui s'appelle XXXXX et je lui dis (inaudible) de XXXX c'est justement à lui de rendre hommage puis comment dire de pas oublier que comment dire l'histoire est un il y avait une certaine leçon aussi à tirer de l'histoire de ne pas oublier quoi devoir de mémoire pour c'était surtout ça le propos et en fait parce que lui je crois ce qu'il lui reprochait à XXXX c'était aussi de vouloir dénigrer enfin son adversaire enfin je sais pas trop quoi en fait je connaissais pas du tout cette personne parce que bon on a discuté et puis donc à un moment donné il me dit alors euh hormis le dernier paragraphe visiblement il était pas content euh pas d'accord là dessus mais il me dit belle réponse mais je ne sais pas si il y avait un peu d'ironie là dessus je ne le saurais jamais mais je pense pas complètement mais figurez-vous que je continue encore de déployer certains propos puis je lui dis moi je suis ouvert comment dire aux vôtres qu'est ce qui vous amène à dire ça enfin je veux dire même si c'est vrai (inaudible) et finalement il me dit euh un truc il me dit extrêmement de manière pessimiste il me dit qu'il y a plus mais je le sent plus désabuser que comment dire qu'en me disant je veux pas discuter quoi il avait dire qu'il y avait plus de possibilité d'avoir des euh comment dire une relation à minima objective au monde enfin ça ce sont mes mots mais euh (inaudible) finalement il a (inaudible) la discussion (inaudible) il me dit merci au moins d'avoir exprimé quelques mots c'est mieux qu'un silence ou qu'un simple réaction il y en a qui mette leur tête pas content et c'est tout (rigole) mais finalement il s'est rien passé après et j'ai regardé un peu bon un peu le profil de cette personne et à mon avis c'était des publications assez assez orientées quoi je dirais donc bon mais par contre c'est une exemple de personne effectivement il y a des personnes on comment dire soit elles arrêtent parce que finalement elles moi je les ai senti vraiment désabusé il y a d'autres personnes c'est soit elles vont pas répondre dans ce cas là finalement il y a de facto une fin de discussion parce que la personne de toute façon lâche le truc pour des raisons X ou Y volontaire ou pas ou l'oublie d'y revenir euh sinon bon après des fois il y a des incompréhensions je pense ou sinon des divergences.

Sandra : Qu'est ce qui fait que vous avez justement commenté ce post là avec le décès du dernier survivant d'Oradour sur glane ? qu'est ce qui vous a qu'est ce qui vous a poussé à commenter ?

C'est à dire .. c'est (rire) amusant parce que là c'était une autre fois sur Linkedin je trouve qu'il y a des fois il y a des gens qui font des gros gros grands raccourcis de grosses simplifications euh comment dire il y a notamment une personne j'savais répondu mais elle a jamais comment dire j'ai jamais eu de réponse c'était elle disait l'âme du marxisme est pareil que le socialisme et le communisme alors là je me suis permit d'intervenir parce que bon j'ai quand même quelques éléments d'histoire sans être un historien non plus euh aguerri il me semble comment dire enfin c'est même pas il me semble c'est que j'ai quand même une ferme euh de fermes raisons de (inaudible) que le socialisme enfin les socialistes ne se résume pas qu'au marxisme quoi et moi j'aime bien comment dire apporter des éléments parce que moi je trouve que les simplifications puis les comment dire les les réductions de la pensée comme ça bah justement c'est enfin pour moi c'est un danger comment dire qui nous guette alors euh même si moi je vais pas sauver le monde si je peux essayer de faire ça et puis de détourner ça à cet instant là c'est déjà ça quoi.

Sandra : D'accord, est ce que vous vous dites que pour déposer ça est-ce que vous déposez ça pour qui ?

Déjà pour l'interlocuteur et (inaudible) justement pour comment dire taquiner quoi parce que parfois mais au moins pour dire ça vis vis de l'interlocuteur enfin la personne qui intervient donc c'est pas un interlocuteur dans le sens que comme moi je suis une personne qui vient sans forcément que elle demande que je vienne mais des fois ça peut être pour les autres, c'est finalement on se rend compte que il y en a qui prenne la peine de lire les discussions qui les concernent pas directement qui parcours les commentaires et puis qui réagissent suivant les trucs soit qu'ils trouvent intéressants soit ils veulent apporter un point de vue différent.

Sandra : C'est votre cas ? Est-ce que vous parcourez beaucoup comme ça les les publications, les commentaires ?

Oui ça m'arrive parce que je sais qu'il y a des fois c'est intéressant la manière dont les gens réagissent surtout que bon bah il y a bah déjà pour la diversité des points de vue et puis bon et puis en plus moi comment dire comme comme je suis chez et que j'utilise les réseaux sociaux je préfère utiliser sur ordinateur et ça le gros avantage quand on est sur un ordinateur c'est que c'est beaucoup plus pratique et ça a un gros avantage l'écran d'ordina-

teur c'est que c'est beaucoup plus pratique pour pour (inaudible) pour réagir c'est ça aussi qu'il me permet d'écrire des fois quand je suis un peu dans mes temps comment dire là dessus il permet d'écrire quelques paragraphes un peu élaboré un peu construit quoi.

Sandra : Ok, d'accord, bon merci, euh j'avais une petite euh une autre question du coup je voulais savoir un petit peu quel type de contenu vous regardez sur les réseaux sociaux ?

Alors quel type de contenu en fait ce qui va être significatif selon les groupes notamment Facebook je pense ou les le réseau Linkedin les deux, euh après sur Instagram c'est plutôt lié des à un moment donné je regarde un peu comment dire les trucs politiques qui vont finalement ça va recouper le reste mais j'avoue c'est par exemple c'est au départ quand j'ai quand j'ai intégré Facebook j'avais toujours des groupes liés au soutien entre personnes qui sont comment dire porteuses de troubles psychiques notamment donc ça c'est d'une part bon effectivement bon je vois des trucs là dessus bon sinon il y a le ferroviaire aussi qui revient aussi parce que bon c'est comment dire une grande passion parce que moi j'ai mon père qui était cheminot et je suis né au-dessus d'un dépôt enfin bon (inaudible) à moins de deux ans j'étais absorbé par les trains et euh sinon qu'est-ce e qu'il y a donc sur Linkedin là maintenant je suis bah j'ai à un moment donné un temps j'étais lié à la santé mentale puisque effectivement en tant qu'intervenant j'étais je suivais certaines choses, qu'est ce qu'il y a d'autres ….

Sandra :… Est-ce qu'il y a des choses qui vous déplaisent dans votre fil d'actualité euh est ce qu'il y a des trucs des fois où vous voulez et vous dites olala ça ça m'énerve ou au contraire ça vous rend triste ou comment ?

Alors c'est lié à quoi parce qu'il y a différents trucs il y a des (inaudible) il y a des trucs qui sont comment dire qui sont liés aux pages où je suis abonné puisque par exemple je suis (inaudible) il y a des trucs qui passent, les actualités, mais comment dire bah il y a des fois il y a de la pub hein de toute façon faut pas se leurrer (rire) c'est aussi grâce à ça qu'ils vivent, sinon il y aussi des groupes dans lesquels (inaudible) puis des gens qui interviennent quoi alors euh est ce que je réponds par rapport à chaque truc ou …

Sandra : Bah par exemple pour les pubs qu'est ce que vous déplait là dedans ?

Bah déjà (rire) comment dire euh je sais pas quand les pubs ne me concernent pas du tout du tout quoi excusez-moi enfin je me doute bien que c'est à cause des algorithmes mais c'est plutôt la répétitivité qui m'agace quoi le fait de voir de manière répétitive des trucs soit me concerne pas parce que je me sent pas concerné soit qui qui témoigne bien qu'on est la devant bah un peu de la bêtise algorithmique si je puis m'exprimer ainsi c'est, il y a des moments donnés je voyais des trucs pour des euh comment dire des serviettes hygiéniques bon moi je ne suis pas concerné alors je me dis décidément enfin l'algorithme à un moment donné c'est quand même bête quoi, mais c'est agaçant bon après si il y a peut être un truc qui m'agace c'est comment dire parce que là je vois des pubs alors c'est pas comment dire ça peut être un lien sur YouTube à partir de Facebook par exemple il y a une publicité qui circule en ce moment qui est autour des panneaux solaires où ils disent comment dire ouais vous allez profiter d'un truc du gouvernement si vous êtes dans 11 régions etc l'état va vous, j'ai, en fait ce qui m'agace bon d'une part que je subit ça entre guillemet mais je subis ça mais à un moment donné je suis quand même allé suffisamment loin et je me rends compte en fait c'est des gens qui escroquent enfin vraiment une escroquerie clairement via la pub du réseau social donc le réseau social qui bénéficie aussi enfin qui a surement des économies qui gagne quand même, qui permet des escroqueries comme ça et qui sont des gens qui s'expriment au nom de l'état alors que l'état ne les a pas mandaté pour et c'est des trucs qui sont très faux quoi, donc voilà c'est plutôt ça, bon après c'est vrai qu'il peut y avoir ….

Sandra : …. Excusez moi une petite précision, pourquoi quand quelque chose ne vous concerne pas sur le réseau social pourquoi ça vous énerve ?

Non ça ne m'énerve pas mais simplement c'est comment dire je vais pas dire que ça m'énerve ça serait peut être un peu exagéré je ne suis pas quand même à ce point je suis plutôt en général quelqu'un de calme et de posé mais simplement je trouve que c'est lassant et puis euh ouais c'est plus blasant qu'autre chose quoi ouais puis …

Sandra: A quoi ça vous renvoie ça ?

Je ne sais pas, là il me vient d'autres trucs c'est que bon déjà là comme je vous dis enfin bon j'ai fais un peu d'informatique donc je sais qu'il y a de l'algorithmique bon je ne suis pas non plus calé en intelligence artificielle mais l'algorithmique de toute façon il y a

quand même un niveau de non pas de bêtise mais de truc mécanique assez simple donc j'imagine que c'est le truc qui est paramètre pour bon je comprends très bien le truc mais euh si il y a peut être un truc qui m'agacerait peut être un peu mais ça serait à un niveau peut être de positif je dirais c'est le fait que la publicité en fait envahit nos vies et même à travers des réseaux sociaux où certes c'est leur manière de vivre, c'est l'économie mais à un moment donné c'est c'est limité je trouve

Sandra : Vous vous sentez envahit par la publicité sur Facebook ?

Non pas spécialement il y a même des fois ça m'arrive de signaler la publicité en disant comment dire je ne sais pas ce que ça fait concrètement mais je mets comment dire contenu inapproprié ou dérangeant, mais enfin j'essaye d'exprimer que comment dire j'en ai un peu trop je ne sais pas si ça a un effet réel parce que je pourrais pas le quantifier je ne connais pas du tout comment il fonctionne par contre j'ai remarqué un truc c'est qu'au niveau de certaines vidéos que je voyais sur Facebook sur on appli sur smartphone hé bah maintenant hé bah il y a de la publicité des fois en plein milieu de la vidéo quoi

Sandra : Ha bah vous regardez ce qu'on appelle les réel de Facebook c'est ça ?

Oui bah c'est des vidéos en fait parce que c'est il y a un truc je crois qui qui c'est pas des réel parce que les réels c'est un truc qui sont incrustés dans le fil je crois non il me semble ?

Sandra : Alors les réels c'est par exemple vous avez une vidéo qui dure qui est très courte qui dure 1min ou quelque chose comme ça et après vous glissez et c'est une autre vous glissez le doigt par exemple et il y a une autre vidéo qui vient juste après et en fait vous faites ainsi de suite comme ça, à regarder des vidéos à la suite les unes des autres est ce que c'est comme ça que vous regardez les vidéos sur Facebook ?

Ha non pas du tout, enfin pas vous voulez un enchaînement de courte vidéo c'est ça qu'on peut enchainer comme ça ? (oui) comme les story on faisait aussi je dirais comment dire allo ? (Sandra : Oui oui c'est ça) d'accord, alors en fait je n'utilise pas du tout ça comme ça c'est que pour préciser un truc moi j'ai jamais fais aucune story de ma part quoi je veux dires les petits trucs comme ça euh ponctuels non j'en ai jamais fait mais j'utilise

très peu les réels donc quand j'apparais dans le feed je crois que ça m'est jamais arrivé depuis non c'est plutôt la fonctionnalité il y a un truc qui s'appelle Watch et en fait on peut voir des vidéos qui sont liées bon en ce moment je regarde un truc d'humoriste belge parce j'aime bien là (inaudible) mais c'est plutôt la dedans que je parle des vidéos qui font des fois 4-5min qui sont soit de l'humour comme je précise ou sinon de l'actualité parce que les trucs de c dans l'air ça des fois ça m'arrive de les voir, et des fois quand je trouve que c'est intéressant, quand je connais un peu comment dire comment dire il y a le compte qui est marqué quoi, c'est vrai que quand je vois c'est TF1 des fois bon je regarde quand même des fois mais je suis un peu plus dubitatif que certains autres par exemple.

Sandra : Est-ce que il y a déjà une image un peu, un post ou une vidéo qui vous a particulièrement marqué sur Facebook ? Ou (intervenant : marqué c'est à dire un truc je m'en souviendrait encore longtemps (rigole) ?) non que que vous avez trouvé horrible ?

Ha alors oui un truc horrible, pas un truc général ça peut être un truc de quelqu'un en particulier ou euh plus général lié à …

Sandra : … Bah si vous avez un souvenir comme ça qui vous vient d'une vidéo, d'une image, ou même d'un statut ou d'une info qui vous a vraiment qui vous a un peu choqué quoi ?

Bah si oui tiens il y a un truc que je pourrais citer alors ça m'a choqué bon après horrible euh pour une image encore bon euh c'était surtout une image c'était sur un euh parce que je me suis abonné enfin je suis les publications de la France insoumise et à un moment donné il était question de.. alors je ne sais plus parce que je me rappelle du commentaire où il y avait cette photo là que je vais vous décrire après mais je me rappelle plus vraiment de la publication ce qui veut dire que d'une certaine manière ça masqué mon ma mon attention… la mémoire par rapport à cette publication mais c'était en fait une personne qui devait être comment dire parce que vu comment c'était prit c'était juste cadré sur la personne qui était qui avait la tête par terre et dessus il y avait une botte enfin ça devait être un policier ou un force de l'ordre je ne sais d'ailleurs quel pays c'était parce que ça aussi toute image comme ça on est pas censé le savoir et c'était en réaction à une publication et je sais je me rappelle avoir pensé à ce moment là mais je me rappelle plus de la pu-

blication pourtant ça date d'il y a 3 jours je me suis dis mais je trouve ça a minima déplacé quoi (Sandra : déplacé ?) Ouais ouais parce que la violence là ça… montrait …était déplacé par rapport… surtout qu'il y avait aucune comment dire aucun texte qui l'accompagnait je pense aussi que c'est ça qui fait le truc

Sandra : c'était brut quoi ?

Ouais voilà c'était brut (rigole) dans les deux sens du termes je dirais (rire)

Sandra : Et comment vous vous êtes senti quand vous avez vu cette image ? C'était quoi votre émotion ?

Euh comment dire un peu dégouté quoi (Sandra : un peu dégoûté … ouais) oui j'ai eu un début d'écoeurement je dirais j'étais en plus en plus je crois je me demande si il y avait pas eu 2 images comme ça là dedans alors je ne sais pas si c'était il y avait une image qui circulait à ce moment là par rapport à un fait d'actualité ou si c'était la même personne j'en suis pas sure que ce soit la même pérenne hein je vous dit mais oui c'était j'ai trouvé comme comme il y avait une répétition par rapport à je crois même qu'il y avait 2 images comme ça hein qui avait été postés et ça en commentaire en tout cas il y en avait une c'était en commentaire ça c'est sur et ouais ça comme ça le premier sentiment c'était comment dire ouais c'était le dégout et euh vu que c'était une deuxième je dirais que ça a commencé à, être un petit peu d'écoeurement …

Sandra : … un peu d'écoeurement … parce que vous êtes allé regarder les commentaires qui y avait sous cette image ?

Euh bah ça c'était l'image c'était un commentaire en fait.

Sandra : Ha c'était un commentaire d'accord…

Oui Sandra le commentaire c'était juste l'image et je crois que c'était pas forcément a voir directement avec la dit publication

Sandra : D'accord d'accord …

En fait en fait ce que j'ai constaté moi même dans ce groupe là la France insoumise c'est que bon pas tout le temps mais il y a des fois ça peut comment dire être un peu un déversoir pour vis à vis de tout ce qui veut tout ce qui veut être dénoncé quoi. D'ailleurs ça contribue aussi comme c'est un peu des fois un peu la tendance que je peux un constater pas tout le temps mais comment dire c'est un peu ce qui contribue à l'écoeurement aussi un peu un tout avec un un une autre partie quoi, que cette publication seule quoi .

Sandra : Est ce que cette alors j'ai deux questions en une, est ce que cette image euh vous rappelle un souvenir d'enfance ou voilà quelque chose ça vous fait un peu associer sur quelque chose d'un souvenir peut être d'enfance ou antérieur etc ou alors est ce que ce sentiment d'écoeurement c'est quelque chose que vous avez déjà rencontré dans l'enfance ? Est ce que voilà est ce que l'image quelque chose un événement dans votre vie ou est ce que le sentiment d'être écoeuré c'est quelque chose que vous avez déjà rencontré au cours de votre vie ?

Excusez moi c'est bien une question de psychologue ça (rire) je suis désolé je rigole c'est rien de méchant non mais par rapport à l'enfance non fort heureusement je n'ai jamais été traité de cette manière avec la botte et comment dire avec le truc là j'ai jamais connu ça donc c'est pas relié avec un truc de l'enfance euh après votre deuxième question parce qu'il y avait une deuxième question comme vous le disiez euh c'était est ce qu'il y a quelque chose dans l'enfance par rapport à l'écoeurement non ? Quelque chose d'autre c'est ça ? Si j'ai bien compris

Sandra : Oui c'est ça vous avez bien compris une situation un petit peu similaire parce que j'ai impression que cette image elle est apparue un peu d'un coup dans le commentaire un peu sans crier gare sans dialogue hein j'ai l'impression et ça c'est important, est ce que vous avez déjà rencontré une situation dans votre vie ou dans votre enfance où par exemple il y avait pas de dialogue il y avait ou alors une situation où vous vous êtes sentis vraiment écoeuré ou et puis une situation qui n'a pas pu être reprise un peu par le par le langage

Euh oui mais alors personnellement je enfin oui mais c'est autre chose que j'ai pu ressentir enfin il me semble par rapport à l'image je dirais quoi je dirais enfin il me semble

que ce que je ressent par rapport à l'image c'est ce qu'on appelle en fait de l'empathie ou de la compassion c'est à dire on voit quelqu'un qui souffre et puis bon ça nous fait quelque chose quoi.

Sandra : Mais il y a quand même quelque chose où vous m'avez dit que oui vous avez déjà, il y a un souvenir éventuellement qui vous viendrez par rapport à ça, par rapport à cette idée de de peut être pas forcément la même image mais quelque chose où il y avait un je sais pas une situation assez violente qui n'a pas été assez reprise qui n'a pas été parlé et qui a été laissée comme ça brut ?

Euh oui doit il y avoir oui alors ça ça me concerne ça c'est plutôt dans ma vie personnelle parce que bon, en fait pour finir là dessus sur cette sur cette publication là ce que je trouve on va dire brut c'est justement de ne pas écrire du texte parce que le texte effectivement apporte un truc on voit un propos donc effectivement ça peut être lié j'imagine à la parole mais c'est vrai que je trouve ce qu'est brutal c'est comme si on vous met bah je sais pas même le simple fait d'imaginer comment dire quelqu'un comment dire qui est bah là il y a ce tremblement de terre qui a fait des dizaines visiblement de dizaine de milliers de mort de voir comment dire quelqu'un qui est mort au sein de ruine et puis de commencer à expliquer ce qui s'est passé etc je sais pas mais je trouve que ça apporte comment dire un petit relief ça enfin bah dans la situation la personne sera toujours morte ça on le sait mais quand même ça évite la brutalité de l'image quoi

Sandra : Est ce que vous avez envie de me partager le souvenir ou la situation à laquelle vous avez pensé, vous vous êtes posé cette question ?

Par rapport à mon enfance ?

Sandra : Oui par rapport à votre histoire personnelle par rapport à cette question de voilà l'image brute, une situation violente brute où il y a pas eu de mots ou …

Oui disons que comment dire les choses ont pas été dites de manière un dialogue comme nous on peut l'avoir quoi enfin un dialogue c'est un questionnaire mais un dialogue quoi là j'ai justement un exemple qui me vient à l'esprit

Sandra : Bah allez-y je vous laisse me raconter si vous voulez

Et qui m'a posé un problème dans sur au niveau des termes etc je me rappelle pas de comment ça a commencé mas c'était à un moment donné mon père qui me disait, il devait y avoir ma mère aussi c'était dans la cuisine je crois et qui me disait oui enfin j'ai l'impression d'être devant un mur etc et il parlait d'amour propre etc et en parlant de moi et je me rappelle que comment dire j'étais au fond de moi j'étais là et puis je me disais je me souviens de m'être dis j'ai pas envie de dire quelque chose parce que j'ai peur de dire quelque chose blessant mais le problème c'est que à la fois les mots parce que c'est que finalement pendant longtemps comment dire le fait d'entendre l'amour propre pour moi ça me renvoyait à cette expérience quoi et ça fait que finalement que j'en avais aucune idée comment dire de la définition d'une idée apaisée, enfin neutre en tout cas émotionnellement

Sandra : Pour vous amour propre c'était quelque chose de connoté euh négatif c'est ça ?

Oui c'est ça oui très chargé oui donc émotionnellement

Sandra : Et alors c'est intéressant cette idée que …vous avez souvent eu cette impression d'avoir des mots blessants ? Ou que vos mots pouvez potentiellement être blessant ?

À cette époque là, c'est à cette époque là que j'avais peur d'être blessant mais euh je sais pas je sais je sais pas si j'ai eu des mots blessants parce que je me vois comment dire il y a des fois j'avais des côtés provocateur enfin au moins un qui me saute vient à l'esprit enfin c'était avant je pense puisque parce que j'ai eu des je m'en souviens je suis pas sur mais c'était avant où je me rappelle je suis partis j'ai fais un doigt d'honneur j'étais jeune garçon j'ai fais un doigt d'honneur derrière la vitre d'une voiture mais bon un truc comme ça en partant de la maison de mes parents quoi euh mais

Sandra : Je vous demande ça parce que je trouve ça intéressant que votre investissement des de Facebook ce soit pour justement avoir du dialogue, avoir une conversation et pour construire pour pouvoir construire votre propos voyez dans l'idée finalement enfin la ques-

tion que je pourrais vous poser c'est pourquoi vous avez besoin de construire votre propos sur Facebook ?

Bah bah c'est parce que pffff après je dirais qu'il y a aussi une part d'expérience personnelle parce que comment dire j'ai constaté que l'écrit permettait de faire des choses et il y a aussi une part de comment dire de oui bah de construction personnelle là c'est plutôt lié la construction au sens de l'histoire de mon histoire et ça c'est marrant c'est justement au bac il y avait comment dire je m'en rappel quand moi j'y étais il y avait trois sujets au choix, une étude de document et deux compositions et moi je savais je pressentais avant et c'est effectivement ce que j'ai fais j'ai choisi la composition quoi une des deux compositions quoi pour moi ça me permettait une plus grande liberté par rapport à l'étude du document qui pouvez être certes intéressante mais qui très assez dirigée quoi enfin relativement dirigé quoi par rapport à la composition il y avait une plus grande liberté et puis on peut plus (inaudible) certains propos après non peut pas non plus euh ça m'est arrivé dans des textes soit artistique soit même d'autres textes des fois d'être trop dans le détail etc mais ce qu'il permet parce que bon la vérité peut être des fois simple et belle mais bon il y a des fois elle est un peu plus comment dire elle va au delà des simplismes qu'on peut des fois comment dire euh ce permettre.

Sandra : d'accord d'accord

La vérité en tout cas de notre point de vue quoi

Sandra : Oui oui, ok, donc c'est ça a l'air important pour vous de vraiment que que votre point de vue soit bien exprimé ?

Oui c'est ça et puis c'est une question aussi j'essaye je m'efforce dans la mesure du possible d'essayer de voir les choses avec un peu de discernement et ça des fois ça fait qu'il est nécessaire de s'attarder un peu sur plusieurs lignes euh bon des fois ça m'est arrivé c'est pas étranger à moi de faire des fois des commentaires de 20 voir même il y a des fois ça m'est arrivé de 30 lignes sur Facebook

Sandra : D'accord, alors du coup maintenant rien à voir est ce que vous avez hum un type de contenu qui vous attire particulièrement par exemple ou alors un type de contenu que

vous trouvez un peu honteux ou ringard, quelque chose qui vous attire mais vous pouvez pas vous empêcher de regarder, je pense par exemple est ce que vous allez je sais pas de temps en temps sur des comptes ou des groupes avec par exemple avec de la sexualité ce genre de choses ?

Euh oui ça m'est arrivé des blagues un peu salace quoi comme on dit (rigole)

Sandra : oui par exemple est ce que …

.. oui oui ça m'est arrivé parce que bon comme disait ma psychologue a un moment donné bon parce que j'avais arrêté mon suivi parce qu'elle partait du CMP elle m'avait dit euh vous avez de l'humour c'est vrai que des fois j'aime bien tourner les choses et des fois ça peut être salace ou avoir une connotation sexuelle

Sandra : Et est ce que c'est fréquent ou pas forcément ?

Bah là c'est à dire à un moment donné j'étais sur un groupe comme ça justement, en fait là maintenant je suis dessus mais j'interviens plus parce qu'à un moment donné il y a eu je pense une incompréhension bon j'ai tendance des fois à rajouter des choses et puis il y a une personne qui est intervenue alors qu'elle n'était pas concernée directement puis qui a cru que comment Dre je maltraitais l'autre personne mais comment dire l'autre personne n'a jamais réagit comme ça donc bon à un moment donné je me suis écarté, puis bon je les vois toujours passer sur mon feed parce que bon bah je suis abonné toujours mais je réagis plus déjà je les vois moins que avant et euh ouais si il y a des fois, ce que je fais sur un autre groupe qui est plutôt lié aux personnes bon dites haut potentielle etc parce qu'on m'a qualifié ainsi sans que ce soit quelqu'un de spécialiste là dedans et euh notamment a un moment donné il y avait césar qui était marqué un jour j'aurais la Gaulle et puis etc bon je me suis permis un truc et là il y avait une personne qui a dit explique toi mon petit explique toi comme si elle parlait à césar et puis j'ai dis oui bah il parle surement comment dire la transalpine celle qui casse le col
Sandra : D'accord

Voilà je me suis permis ce genre un peu d'élément, ça m'arrive (inaudible) culture parce que bon tout le monde ne sait pas qu'il y a eu la Gaulle transalpine qui est bon un peu une référence sexuelle quoi (rire)

Sandra : Et alors ce qu'est ce qui vous attire dans ce type de contenu ?

Bof c'est juste parce que bon c'est un peu un peu plus léger que des fois ce que je fais à côté quoi c'est sur qu'entre qu'une discipline comment dire de des orientations politiques nucléaires sur Linkedin et puis ça bon (rigole) c'est quand même à un moment donné ça change les idées aussi bon

Sandra : ça change les idées, ça change les idées ….

Ouais voilà, ouais c'est pour ça

Sandra : D'accord d'accord bon, parce que vous dites que les les discussions que vous avez est ce que c'est quelque chose qui que qui vous reste en tête une fois que vous sortez des réseaux ?

Euh il y a des fois ça peut comment dire oui comment dire un peu me rappeler des choses enfin mais après c'est il y a des fois oui il y a des fois ça m'est arrivé bon pas tout le temps heureusement d'ailleurs parce que quand même j'ai quand même même si des fois j'ai pas mal de enfin assez de oui pas mal on peu dire de réseau social notamment parce que j'ai pas retrouvé une situation professionnelle et puis bon ma vie sociale est réduite donc euh comment dire mais ça m'arrive effectivement d 'avoir des fois Jun trucs auquel je pense que j'ai vu ou que je souhaite réagir sur le réseau social et euh pffff oui ça m'est arrivé oui après je sais pas si votre question c'est quantitativement est ce que c'est souvent ou est ce que c'est euh de manière ….

Sandra.: …. non non pas forcément pas forcément, alors on va arrive bientôt à la fin de l'entretien euh je voulais savoir est ce que votre utilisation des réseaux sociaux elle a changé au cours du temps depuis que vous l'utilisez ?

Vous voulez dire qualitativement enfin comment dire …

Sandra … oui c'est ça ou quantitativement comment dire est ce que vous utilisez plus Facebook qu'avant ou .. ?

Euh oui là je suis dans une période où je l'utilise assez enfin plutôt, enfin oui même pas mal, ne minimisons pas (rire)

Sandra : Et alors selon vous pourquoi ? (Hm ?) pourquoi vous l'utilisez pas mal en ce moment ?

Bah parce que en fait après bon euh via Facebook je trouve certain avantage pas tous mais certains et puis comment dire et puis c'est vrai comment ma vie sociale effectivement s'est réduite bien aussi ça me permet d'avoir un contact avec les gens, même si c'est vrai c'est par comment dire c'est par message enfin c'est virtuel comme on dit

Sandra : Ouais et qu'est ce que vous ressentez après avoir passé du temps sur Facebook, comment vous vous sentez après avoir quitté Facebook ?

Hmmm quand je déconnecte ? Euh …. Bonne question, en fait ce qu'il y a c'est que ce que je me dis des fois c'est que ça serait bien que j'utilise peut être avec un peu plus de un peu plus de modération quoi je pense

Sandra : Ouais c'est à dire ?

Finalement bah ce qu'il y a oui il a des choses qui sont intéressantes, mais comme je disais à un ami qui n'utilisait pas encore le réseau social c'est quand même chronophage quoi

Sandra : C'est à dire ?

Ça prend du temps

Sandra : ça vous prend du temps … comment ça se fait que ça vous prend du temps ?

Bah déjà parce que j'y vais comment dire et puis j'y reste, enfin comment dire ça absorbe enfin comment dire ça peut prendre du temps et puis aussi de l'attention quoi et puis aussi la technologie qui insiste pour qu'on continue et qui insinue souvent ça aide pas non plus

Sandra : Ouais et qu'est ce qui fait selon vous que vous êtes absorbé dans toute ces utilisations que vous avez de Facebook ?

Alors il y a une chose ça peut être l'intérêt ça c'est l'aspect positif et le négatif c'est que dois fois c'est d'attendre qu'il y ai quelque chose d'intéressant ça ça m'est arrivé ça ouais effectivement ouais il faut dire ça m'est arrivé et puis c'est pour ça que quand je quitte je me dis ouais peut être un peu moins ça serait peut être mieux

Sandra : hm et pourquoi ça serait mieux un peu moins ?

Bah en fait ce qu'il y a c'est que en ce moment bon bah c'est quelque chose qui me regarde personnellement c'est que j'ai du reprendre comment dire un traitement psychiatrique parce que j'ai comment dire une tension au niveau du crâne et le problème c'est que ça me diminue dans mes capacités intellectuelles notamment la lecture des livres donc ça fait que par exemple j'arrive je vois j'arrive un peu mieux à lire comme dire sur sur c'est pas que j'arrive un peu mieux c'est que je suis plus attiré il y a quand même quelque chose d'absorbant quoi dans les écrans, et le problème c'est qu'avec comment dire ma diminution de ma faculté de lire alors que cette année qui est passée là depuis que j'ai notamment quitté mon dernier boulot il y a des moments donnés je recommence à lire beaucoup euh (inaudible) donc j'ai plus trop comment dire ces autres possibilités à côté quoi

Sandra : et euh qu'est ce qui fait pour vous que vous venez à ouvrir votre application ? Qu'est ce qui fait que vous ouvrez ?

Que j'allume mon ordinateur et que je (rire) euh bah figurez vous il y a des moments donnés je me suis quand même surprit à faire ça par réflexe quoi (rire) à un moment donné je vois comment dire tellement avec l'habitude que même je je clique j'ouvre la fenêtre et puis je vais sur Facebook et je commence à taper le code, et une fois je me suis surpris il y a quelques mois, enfin pas qu'une fois mais à quelques reprises à faire ça quoi,

des fois c'est ce que je voulais faire et des fois c'était même pas ce que je voulais faire quoi (rire)

Sandra : Ha à votre avis comment ça se fait qu'il y a ce réflexe là qui est mit ?

Euh bah là je (rire) je peux que … (inaudible) je pense que c'est parce que comment dire c'est du a quelque chose dont on a dont on doit avoir quelque part envie dont on a quelque part tellement l'habitude par réflexe parce que il doit y avoir quelque chose en nous qui doit l'inciter donc j'imagine que quand même il doit y avoir quelque chose de l'ordre du besoin quoi

Sandra : oui et qu'est ce que serait cette envie ou ce besoin chez vous d'aller sur Facebook ? Voyez quand on décortique là et qu'on est juste sur la phase juste avant vous y alliez qu'est ce qui se passe pour vous ?

(Long silence) bah je peux comparer par rapport à l'époque où il y avait pas ça et notamment l'époque où j'étais bon plutôt jeune parce que bon comme je vous l'ai dit j'ai traversé bon une période avec la psychiatrie un peu turbulente et même des fois un peu déserte mais bon c'est autre chose (rigole) c'est toujours le même acabit mais à un moment donné comment dire quand je rentrais chez moi j'allais pas systématiquement devant l'ordinateur quoi je m'en rappelle soit j'écouté de la musique sur ma chaîne soit comment dire il y avait des gens donc je discutais avec ma famille ou soit j'allais lire des livres ça m'est arrivé très souvent dans ma vie d'ailleurs puis j'avais d'autres choses quoi je dirais comment dire il y a aussi un besoin parce que quelque part il y a un manque aussi

Sandra : Ce serait parce que il y a un manque de quelque chose que vous allez sur Facebook ? Et je vous pose la question un peu dans le sens inverse, est ce que c'est parce que vous avez Facebook qu'il vous manque des choses à côté ?

Euh pffff non je dirais pas ça parce que…

Sandra : …Sous entendu est ce que Facebook vous a vous a en quelque sorte euh comment dire vous a fait abandonner les autres choses que vous aviez avant ?

Non non je pense pas que ça ait cet effet jusque là, peut être perdre un peu de temps sur ce que je pourrais consacrer ailleurs mais ça m'a pas fait, comment dire pas aller jusqu'au point de comment dire de me que je sais pas de m'absorber ou comment dire de me phagocyter à ce point là, non

Sandra : Ok bon bah écoutez je pense qu'on arrive à la fin, est ce que vous vous souhaitez rajouter quelque chose sur justement votre expérience vis à vis des réseaux sociaux est ce qu'il y a des choses qu'on a pas abordé là dessus où est ce que ?

Alors ça donne question je sais pas non à part le fait que bon de toute façon c'est c'est un moyen de communication euh comme tout autre moyen de communication comme je disais ça a ses avantages mais aussi ses inconvénients mais bah déjà aussi ce que j'ai peut être pas dit c'est que ça m'a permis de connaitre des gens et puis des fois dans la vraie vie quoi, j'ai eu l'occasion de faire des rencontres et puis même là récemment j'avais échangé avec une personne sur Instagram et en fait on est passé au téléphone ce qui est assez je dirais amusant en fait bon c'est pas que c'est drôle mais c'est parce que à un moment donné elle croyait comment dire j'abandonnais les échanges parce que ça faisait longtemps que je 'n'avais pas donné de nouvelles alors je me suis un peu emporté mais gentiment je dirais enfin je pense que c'était gentil enfin bon (inaudible) sur Instagram et puis je lui ai même laissé mon téléphone et le premier message qu'elle m'a envoyé c'est oui j'aime bien quand vous vous emportez ou un truc comme ça (rire) et c'est parce que c'est une personne qui avait aussi elle savait pas que j'étais aussi transparent qui visiblement qui a un passé assez lourd quoi et j'ai été compréhensif et d'ailleurs elle me remercie souvent d'ailleurs d'être compréhensif ce qui fait que par exemple c'est une exemple de personne que finalement quand je l'ai au téléphone c'est nettement plus vivant que les simples messages ou des trucs comme ça bon il y a des personnes que j'ai vraiment rencontré réellement quoi une personne qui m'a hébergé à 2 reprises quoi

Sandra : et alors toute dernière question, quand vous êtes sur Facebook comment vous vous sentez globalement ?

Euh globalement bah ouais c'est vrai que ça maintien en éveil, alors il y a une chose ça peut être intéressant il y a des fois ça peut être aussi comment dire des périodes

ou certains instants comment dire bah euh comme je vous dis d'ennui ou de manque d'inspiration par rapport à ce qui passe aussi enfin de manque d'intérêt à ce qui passe donc finement bon on attend plus qu'autre chose y a quand même des moments comme vous citez bah notamment avec l'universitaire québécois bon il y a des moments où c'est ça peut être génial aussi quoi ça a existé

Sandra : D'accord d'accord, bon bah écoutez je crois qu'on a, en tout cas moi j'ai plus d'autres questions a vous poser, euh bah écoutez vraiment merci beaucoup pour le temps que vous avez consacré à cette recherche et pour toutes les réponses que vous m'avez fournis, euh bah écoutez je vais arrêter l'enregistrement à moins que vous ayez une dernière chose qui vous vient par rapport à ça ou est ce que vous pensez qu'on est bon ?

Non bah écoutez je pense qu'on est bon.

Entretien 5 : Monsieur P

Sandra : L'enregistrement est démarré. Alors donc pour commencer j'aimerais si vous pouvez bien entendu que vous puissiez vous présenter me dire un peu qui vous êtes toutes les choses qui vous paraissent importantes à dire quand vous vous présentez à quelqu'un, vos loisir, votre métier, ou vos études et puis aussi peut-être votre place dans votre famille, comment vous vous entendez avec les uns et les autres.

Je m'appelle XXX je suis étudiant en L3 en psychologie et je fais aussi un job étudiant dans un restaurant universitaire tous les midis, j'ai 23 ans, mes loisirs euh bah j'aime beaucoup le yoga, j'aime bien lire aussi euh puis je m'intéresse aussi à un logiciel de prise de note qui rappelle opsitdiane.

Sandra : c'est à dire ?

Bah dans le sens euh bah c'est un logiciel un peu particulier y a des notes organisées de façon systémique donc je m'en sert pour prendre toutes mes notes et donc voilà je passe du temps pour organiser mes notes dedans voilà j'aime bien faire ça et sinon bah j'aime bien le sport aussi et puis ma famille bah je suis plutôt proche de mes soeurs, surtout euh j'ai deux soeurs, les deux sont plus grandes que moi et je suis plus proche de la

soeur la moins âgée donc euh car mon autre soeur a 16 ans de plus que moi, et ensuite je suis assez proche de ma mère et je suis moins proche de mon père, j'ai un peu du mal à m'entendre avec mon père.

Sandra : Est ce que y a un évènement un peu marquant des votre vie qui pour vous a marqué votre personnalité aujourd'hui ?

Bah je dirai même plusieurs en fait. Bah … pfff je dirais peut être le fait que quand j'étais au collège j'ai subi du harcèlement c'est pas très positif quand on me demande ce qui m'a marqué je pense à ça assez rapidement.

Sandra : ça a été une période difficile ? ça a duré combien de temps ?

A peu près un an et demi.

Sandra : Est ce que vous avez pu être suivi par rapport à ça est ce que comment ça s'est terminé ?

Bah ça s'est terminé simplement j'ai pris le dessus sur les gens qui me harcelaient en fait donc euh parce que je voyais bien que ça servait pas à grand chose de demander de l'aide aux adultes parce que si mes harceleurs étaient punis pour ce qu'ils faisaient bah en fait y avait des représailles donc c'était pas la stratégie vraiment efficace finalement, et donc euh ce que je me suis dit au bout d'un moment c'est que je me suis inscrit dans un club de boxe et j'ai appris à me défendre et je leur ai imposé le respect en fait du coup.

Sandra : Et euh vous diriez que ça a marqué votre personnalité dans quel sens aujourd'hui ça ?

Bah dans le sens où je fais pas forcément confiance aux inconnus euh ouais je suis pas très à l'aise avec des inconnus, même des groupes de personnes un peu anxieux social en fait.

Sandra : De nature vous diriez que vous êtes un peu anxieux ?

oui

Sandra : Depuis le harcèlement scolaire ou déjà avant ?

Non non je pense pas non.

Sandra : Merci en tout cas pour votre présentation peut être qu'on aura l'occasion de revenir un peu sur certaines choses que vous m'avez dites. Je voulais savoir donc vous avez accepté de participer à cette recherche, est ce que je pourrais savoir pourquoi ?

Simplement l'idée de participer à une recherche j'aime bien ça, j'ai déjà participé à plusieurs recherches différentes et voilà de façon générale je trouve ça intéressant de participer à la recherche.

Sandra : Pourquoi celle-ci sur les réseaux sociaux ?

Je l'ai vu par hasard en fait je pourrai pas vraiment dire pourquoi voilà mais c'est je trouve que c'est intéressant quoi. J'aimerais bien voilà connaitre les résultats et du fait de me dire que que, je participe à ce résultat j'aime bien.

Sandra : Vous avez dit vous étiez en psychologie en troisième année, est ce que vous pouvez me dire vous êtes dans quelle université ?

Je suis à Nancy, l'université de Lorraine.

Sandra : Plutôt orienté quel courant, c'est quoi qui vous intéresse ?

C'est on va dire psychodynamique, en fait j'ai beaucoup lu de psychanalyse au début dès la L1 maintenant je m'oriente un peu pus psychologie cognitive, par exemple en ce moment là je dois faire une petite revue de littérature et je travaille sur l'interoception des personnes autistes, donc ça c'est la conscience des processus internes du corps donc c'est quelque chose d'assez cognitif, il peut y avoir un coté neuro et euh je suis encore très focus sur l'interoception mais je pense que je peux le relier à l'image du corps pour le relier à la psychanalyse.

Sandra : Vous participez à cette recherche parce que vous trouvez que c'est intéressant, vous aimez bien participer à des recherches mais vous m'avez dit quand même autre chose juste avant que l'enregistrement commence, à propos de Facebook.

Oui oui j'ai enlevé, j'ai désinstallé Facebook parce que je trouvais que je passais trop de temps dessus et ça me faisait perdre mon temps et donc euh voilà je l'ai enlevé y a quelques jours, comme ça. Je me suis dit, c'est bien. J'ai gardé Messenger pour les conversations avec les gens, j'ai aussi gardé Instagram parce que j'y vais de façon pas beaucoup bah sinon j'ai WhatsApp que j'utilise un peu mais pas beaucoup non plus et c'est tout j'ai pas d'autres réseaux sociaux.

Sandra : Globalement le réseau social que vous utilisiez c'est surtout Facebook. Est ce que du coup si je comprends bien Facebook vous l'utilisez de façon quotidienne ?

Ouais j'avais tendance à dès que je m'ennuyais un peu à aller dessus et à scroller et à… pour ne trouver rien forcément qui m'intéressait vraiment, c'était pas constructif. c'est mieux de faire une recherche sur ce qu'on a envie de trouver en fait.

Sandra : Qu'est ce qui fait que vous n'arriviez pas à être productif, à faire ça sur Facebook ?

Euh pfff je sais pas parce que sur Facebook y a un peu tout et rien. Et c'est pas comme faire une recherche sur un site spécialisé ans une thématique, donc là on va sur le site on s'attend à, forcément on va trouver des choses liées à la thématique qui nous intéresse alors que sur Facebook on voit des choses, de l'actualité qui défile euh c'est un peu euh désorganisé comme comme réseau social voilà.

Sandra : Et euh mais néanmoins vous y alliez de façon quotidienne. Comment ça se fait ?

Un peu par réflexe. Je dirais peut être parce que j'ai Facebook depuis longtemps et j'ai pris l'habitude quand je sais pas quoi faire d'ouvrir cette application pour voir euh ce que disent les gens ce que font les gens pour un peu, une façon de s'informer un peu comme je pense comme je disais tout à leur comme ceux qui ont le réflexe de regarder la

télé pour regarder le journal télévisé mais notre génération nos réflexes ça va être plus de s'informer en allant sur les réseaux sociaux.

Sandra : Et alors vous dites que vous avez Facebook depuis longtemps vous avez commencé quand ?

Je sais plus, j'étais au collège, y a longtemps.

Sandra : Et sur quelle plateforme vous utilisez Facebook d'une façon générale ?

Plus le téléphone, des fois un peu l'ordi si par exemple y a un fichier à envoyer à quelqu'un ou à télécharger ou.. mais sur l'ordi c'est rare.

Sandra : Et pourquoi sur le téléphone plus que sur l'ordinateur ?

Peut être parce que c'est plus accessible, le téléphone on l'a dans la poche donc à n'importe quel moment on peut le regarder, donc j'ai pris l'habitude de regarder sur mon téléphone.

Sandra : Et vous diriez que cette habitude est apparue quand ?

Je sais pas je dirai peut être petit à petit bah quand j'étais adolescent j'utilisais beaucoup Facebook pour parler aux gens que je connais et euh ensuite ben je pense que c'est resté.

Sandra : oui et en même temps c'est intéressant parce que vous dites que vous utilisez Facebook pour parler aux gens et en même temps vous dites que vous avez arrêté parce que vous scrolliez trop. Quand on scroll on parle pas au gens. C'est ça ma question comment cette habitude de scroller est elle arrivée selon vous ?

Je sais pas, d'une certaine façon en voulant utiliser l'application mais en ne sachant pas quoi en faire parce que maintenant vu que y a une différence entre Facebook et Messenger quand on va sur Facebook c'est pas pour parler aux gens, on va sur Messenger pour

parler aux gens. Donc en même temps on allait sur Facebook pour parler aux gens avant que Messenger existe bah c'est l'habitude qui est restée ancrée de Facebook.

Sandra : Et euh alors quels sont un peu vos groupes sur Facebook qu'est ce que vous aviez sur votre fil d'actualité ?

Heu alors je suis beaucoup dans un groupe qui s'appelle TDAH France donc c'est voilà c'est un groupe d'entraide mutuelle.

Vous vous identifiez comme TDAH ?

Oui oui je suis entrain de faire un bilan avec un psychiatre spécialisé et euh sinon je sui dans pleins de groupes sur pleins de thématiques sur la psychologie, la psychomotricité, sur euh je crois le cinéma un peu. Euh aussi un peu le sport le yoga voilà.

Sandra : Et qu'est ce qui fait selon vous pourquoi vous êtes entrain de passer des bilan avec un psychiatre par rapport à un éventuel TDAH ?

C'est parce que c'est une neurologue qui me l'a conseillé que j'ai vue pour le sommeil parce que j'ai une tendance à décaler mon sommeil à me coucher trop tard du coup le matin j'ai du mal à me lever etc. Je fais de la luminothérapie mais ce n'est pas suffisant du coup j'ai fait des bilans pour voir un peu ce qu'il en est et on m'a dit que je passais beaucoup de temps dans le sommeil paradoxal, je fais beaucoup de micro éveil mais je me rend pas compte et du coup ça peut être le signe d'un TDAH et euh j'ai commencé à en fait ça m'a pas forcément étonné qu'on me dise ça et donc j'ai commencé un bilan avec un psychiatre puis voilà.

Sandra : Et alors euh pourquoi ça ne vous a pas étonné qu'on vous dise ça ?

Parce que je suis beaucoup tête en l'air, j'oublie beaucoup de choses et puis que je vois dans la réaction des autres que des fois les gens me trouve un peu bizarre à cause de ça. Je suis pas toujours attentif à ce qu'on me dit.

Sandra : Et ça c'est depuis quand que vous avez remarqué que vous êtes un peu tête en l'air que vous êtes pas attentif à ce quoi vous dit ?

En fait depuis toujours mais j'ai jamais considéré ça comme pouvant s'associer à quelque chose de psychiatrique, je considérais ça comme ma personnalité et c'est suite en entendant TDAH que j'ai compris que voilà ça peut être un trouble et que surtout en fait en devenant adulte on se rend compte que y a des exigences de la société qui ne sont plus les mêmes et qui font que y peut y avoir des difficultés qui apparaissent en tout cas c'est mon cas. Par exemple être attentif pendant deux heures à chaque fois en cours c'est impossible. Je loupe forcément des informations. Ça me fatigue ça me fait mal à la tête voilà et du coup j'ai trouvé une stratégie à ça c'est de faire la classe inversée quand c'est possible les profs nous donne des diapos des cours je note tout avant le cours dans mes notes, et euh et ça me permet de voilà de pas avoir tout à noter pendant le cours mais y a quand même des choses déjà notées.

Sandra : A votre avis comment vous expliquez que potentiellement vous souffrez de ça ? ça pourrait être du à quoi ?

Hmm bah, je sais pas euh mes difficultés à gérer les informations, j'arrive à gérer moins d'informations à la fois que la plupart des gens.

Sandra : Mais justement est ce que y aurait pu avoir un évènement dans votre enfance ou quelque chose qui aurait pu euh vous rendre inattentif ou est ce que vous imaginez le lier à quelque chose comme ça ou est ce que pour vous c'est fonctionnel ça vient du développement du cerveau, pour vous c'est biologique cette histoire ou est c eau eta pourrait avoir un lien avec votre histoire personnelle ?

Je pense que c'est plutôt fonctionnel fin… Je pense que c'est juste les fonctions exécutives qui sont comme ça, parce que je sais que ça fluctue en fonction de ce que ce que je fais, est ce que ça m'intéresse ou pas et si c'est un truc qui m'intéresse je vais être vraiment focalisé sur ce que je fais et pendant un certain temps je vais être très attentif mais un truc que j'ai pas envie de faire c'est impossible et je sais pas c'est y a, même si j'ai vraiment envie de faire le truc je peux pas j'ai tendance à mon attention va forcément vers autre chose même si j'essaye de me forcer.

Sandra : Et alors elle va vers quoi votre attention ?

Vers des pensées euh un peu euh voilà les pensées qui passent par là, je dis ça comme ça je sais pas comment le dire autrement.

Sandra : Par exemple à quoi vous pensez quand vous êtes en cours quand vous commencez à décrocher parce que faut être trop concentré ?

ça peut être toute sorte de choses, euh c'est c'est du vagabondage en fait c'est un peu comme je sais pas comme si quand vous ne faites rien, vous avez comme des pensées bah moi ça me fait ça quand je fais rien mais aussi quand je fais un truc qui m'intéresse pas.

Sandra : Et est ce que ça vous fait ça aussi quand vous êtes sur Facebook ?

Oui. Bah je regarde les posts sans vraiment, sans vraiment m'y intéresser quoi même si y a des choses à lire je les lis pas forcément, je scroll mécaniquement en fait.

Sandra : ça veut dire que vous êtes pas spécialement attentif à ce que vous regardez sur Facebook ?

Non. des fois même en fait je remonte parce que je me rends compte que c'était intéressant après avoir passé le truc je me dis « ha bah en fait c'était intéressant ça ».

Sandra : Et alors à quoi vous pensez quand vous êtes sur Facebook ?

heu pfff pleins de choses fin c'est pas quelque chose en particulier j'aurais du mal m'en souvenir en fait.

Sandra : Et alors hm qu'est ce qui vous plait dans les réseaux sociaux que vous utilisez ? on s'est un peu concentré sur Facebook mais vous avez aussi Instagram.

Euh bah J'y vais de temps en temps et après justement Instagram j'ai moins l'habitude d'y aller parce que je l'ai depuis moins longtemps. Je l'ai installé depuis 2019 et ouais j'y vais de temps en temps comme ça.

Sandra : Quand vous dites de temps en temps ça veut dire quand même une fois par jour ou moins ?

Moins que ça, des fois j'y vais pas pendant plusieurs jours.

Sandra : D'accord ok. Qu'est ce qui vous plait du coup dans les réseaux sociaux que vous utilisez ?

Hmm bah c'est bien parce que on peut trouver des informations qui peuvent être intéressantes mais comme je disais c'est pas concentré de ce qui est intéressant. On peut voir ce que d'autres personnes partagent alors que c'est la différence avec Instagram parce que avec Instagram y a pas ce coté de partager dans le fil d'actualité donc on voit que les choses auxquelles on est abonné on a un peu plus de contrôle sur ce qu'on voit donc c'est un peu plus intéressant que Facebook je trouve.

Sandra : Et pourtant vous allez moins sur Instagram que sur Facebook

D'une façon générale je préfère pas trop aller sur les réseaux sociaux. Je trouve que c'est source de distraction en fait parce que j'ai toujours autre chose à faire de toute façon de plus intéressant donc euh voilà.

Sandra : C'est source de distraction c'est-à-dire dans le sens où ça vous éloigne de ce que vous avez à faire ou est ce que ça parce que la distraction y a plusieurs sens, quand on est distrait c'est quand on est pas attentif mais quand on est distrait c'est aussi qu'on amuse.

C'est vrai. Bah dans le sens où ça … euh ça me dévie de ce que ce qui faudrait que je fasse si vraiment j'ai des choses à faire mais que j'ai un peu la flemme voilà bah je peux avoir le réflexe d'aller sur mon téléphone et d'aller sur les réseaux sociaux alors que je me dis « mais faut que je fasse ce truc faut pas que j'aille sur les réseaux sociaux ».

Sandra : Au tout début de notre entretien vous me disiez bah c'est quand je m'ennuie mais finalement on creuse et c'est pas que quand vous vous ennuyez finalement y a autre chose

c’est aussi quand vous avez d’autres choses à faire et puis bizarrement vous ne les faites pas et puis vous allez sur Facebook à la place.

Oui c’est le truc justement de ça dépend si ce que j’ai à faire m’intéresse ou pas.

Sandra : Et c’est quoi comme choses à faire que vous hmm si par exemple une chose à faire qui vous intéresse pas mais que vous devez faire mais qu’est ce qui vous ferait aller plus sur Facebook ?

Je sais pas heu le fait que ce qui y a à faire soit long, difficile ou ennuyeux euh. Voilà

Sandra : Quelque chose qui demande de la concentration ?

Oui voila ou que en fait faut que ce soit associé à du plaisir pour que j’en ai envie par exemple je sais pas euh euh euh lire un article scientifique ça peut tout-à-fait associé à du plaisir, pourtant c’est quand même difficile, c’est en anglais, c’est assez technique, les tables de statistiques, c’est pas quelque chose de facile en soi mais comme ça m’intéresse c’est associé à du plaisir et donc j’arrive à le faire.

Sandra : Et qu’est ce qui n’est pas associé à du plaisir par exemple ?

Je sais pas des choses administratives par exemple.

Sandra : Et du coup Facebook c’est associé à du plaisir ?

…hmm moyennement.

Sandra : C’est-à-dire ?

Euh bah.. Je sais pas et c’est peut-être un peu trop superficiel des fois quand on voit, je trouve que quand on voit un truc intéressant sur Facebook qu’on veut vraiment approfondir le truc, faut toujours cliquer sur un lien ou aller voir ailleurs pour vraiment euh s’intéresser en profondeur et c’est pareil avec Instagram y a pleins de choses intéressantes

mais c'est très résumé en fait.

Sandra : D'accord. Donc on en a parlé un peu mais on va essayer de creuser un peu là dessus. Quand vous êtes sur Facebook du coup qu'est ce que vous regardez exactement quels sont les types de contenus qui vous plaisent décrivez-moi un peu ce que vous y faites sur Facebook.

Bah pfff alors les types de contenus qui me plaisent euh hmmm je sais pas un petit peu de tout en fait. Je regarde aussi bien des bah des videos que des textes à lire, euh

Sandra : Est ce que vous regardez par exemple les réels ?

Oui des fois j'en regarde mais justement quand je regarde ça je trouve heu j'ai l'impression en fait je perds mon temps, que faut pas que ça dure trop longtemps quoi parce que c'est voilà c'est des choses heu je ne sais pas vraiment ce qu'un réel va m'apporter. Sauf si c'est vraiment sur une thématique bien (inaudible) par exemple euh sur Instagram j'ai, je suis des bah par exemple des kinés et voilà j'aime bien ce qu'ils apportent parce que y'a des des voilà des techniques, des astuces pour prendre soin du corps qui me paraissent intéressantes. Donc des fois c'est sous forme de réel donc c'est bien c'est juste des trucs euh je sais pas pour divertir pour rigoler je m'en fiche un peu.

Sandra : Faut que ce soit, faut que vous appreniez des choses un peu

Quand c'est des choses à apprendre c'est beaucoup plus attractif pour moi parce que y a une utilité de la chose, c'est pas juste sur le moment fin j'aime bien aussi me divertir mais euh en fait je trouve que sur les réseaux sociaux d'une façon générale c'est des choses où ça zappe très vite et euh fin voilà c'est ouais j'aime bien regarder une vidéo 10 minutes c'est un temps que je trouve bien mais si c'est quelque chose qui dure 5 secondes c'est peut être un peu trop court on a pas le temps de se mettre dans le truc que c'est déjà passé.

Sandra : Et est ce que y'a du contenu qui apparait dans votre fil d'actualité qui ne vous plait pas ?

Euh… bah oui ça arrive.

Sandra : Comme quoi par exemple ?

heu… Bah comme quoi.. Comme des choses que que d'autres personnes partagent et j'ai pas en tête une thématique précise.

Sandra : Des choses que vos amis partagent ou je sais pas un type d'information par exemple ou… ?

Hmmm un type d'information ?

Sandra : Je sais pas par exemple ça peut être est ce que vous suivez des pages d'actualité, je vous donne un exemple hein mais je sais pas sur la crise climatique ou ce genre de choses qui en fait des que vous voyez ça ne vous plait pas est ce que vous avez comme ça un peu des types de contenus ou quand vous voyez ça vous dite ça me soule ou… ?

Ha oui bah peut être les contenus des euh… Les réseaux sociaux (rire) bah tout ce qui est journalistique parce que je, en général y'a pas des nouvelles très positives enfin ça dépend lesquels car y'a un média qui s'appelle positiv'air qui justement partage des choses positives, je pense à par exemple à le monde heu avec quand même beaucoup d'information négatives donc euh voilà.

Sandra : Vous êtes abonné au monde sur FB ?

Oui je suis un peu ce qu'il font, je pensais aussi à green peace, fin green peace c'est plus les news letter parce que je trouve que dans Facebook ça se noie un peu dans un flot d'information alors que dans les news letter on arrive mieux a trouver le truc.

Sandra : Et alors c'est quoi qui vous déplait dans ce type de contenu ?

Bah je trouve que en général je trouve que les journaux télévisé, ces journaux d'information un peu quotidienne sont beaucoup orienté vers des choses anxiogènes pour que les gens s'y intéresse en fait mais du coup moi ça me me, ne me plait pas.

Sandra : ça peut vous angoisser d'avoir des contenus comme ça sur Facebook qui apparaissent ?

Ouais de façon légère mais quand même je trouve que ça installe une ambiance émotionnelle qui ne va pas dans le sens que j'aimerais quoi.

Sandra : c'est intéressant ça une ambiance émotionnelle, c'est à dire que finalement on pourrait dire que l'émotion reste un peu même si vous passez à un autre contenu ?

Oui peut être oui. ouais

Sandra : Ok et ce serait une émotion de quel type ?

Hmm bah plus une émotion de peur, parce que voilà ça me stress voilà c'est toujours la même choses, après c'est peut être aussi parce que mes parents regardent beaucoup les journaux télévisés, donc forcément, maintenant je suis un peu en mode « je ne veux pas voir ça » parce que mes parents regardent trois fois par jours donc quand je suis chez mes parents je crois que c'est vraiment trop et euh donc euh maintenant je quand je suis dans mon appartement euh bah déjà j'ai pas de télé puis je, je je regarde pas du tout euh tout ce qui est euh information ou alors très peu quoi. Juste un peu sur les RS quand ça passe mais pas je, j je mets pas euh TF1 ou France télé euh juste pour voir les infos quoi.

Sandra : Est ce que y a d'autres choses sur Facebook qui pourraient euh animer cette ambiance émotionnelle un peu anxiogène ? par exemple dans le design de l'application est ce que y'a des choses qui pourraient vous paraitre un peu anxiogène ?

Non pas spécialement euh mais des fois en fait y a ce coté ou quand, quand on scroll sur Facebook y a jamais de fin au truc et pas de moment ou ça te dit « voilà t'as fini » comme dans un article, qu'on arrive tout en bas de l'article bon bah voilà l'article est fini on a l'impression d'avoir terminé un truc et avec Facebook y a pas ça donc je trouve que ça peut installer une sorte de stress, une non satisfaction en fait mais du coup c'est un peu différent c'est pas la même chose.

Quelle différence vous faites entre ces deux mouvements en particulier ?

Bah le fait que quand, le fait que on n'a jamais l'impression que c'est fini, c'est plus ça installe une frustration en fait et donc ça fait que du coup même si on trouve des informations intéressantes sur Facebook ça rend la chose moins agréable et si c'était des articles les uns après les autres, voilà on pourrait dire j'ai lu un article, deux articles.

Sandra : L'impression d'avoir jamais fini quoi.

Oui voilà

Sandra : et ça ça peut être un peu frustrant euh d'accord.

Et puis ça peut mener aussi à y passe plus de temps que ce qu'on aura envie parce que on se rend pas compte du temps qu'on y passe.

Sandra : oui vous ne vous rendez pas compte du temps que vous passez sur Facebook ?

Oui non j'ai tendance à non à pas m'en rendre compte.

Sandra : Qu'est ce qui a fait que y a quelque jours vous vous êtes dit « ça y est j'arrête » ?

Euh… En fait justement c'est de m'en rendre compte (rire)

Sandra : Et comment vous vous en êtes rendu compte ? Qu'est ce qui s'est passé ?

Euh bah déjà sur mon téléphone j'ai un truc qui me dit combien de temps j'y passe. Et euh Une limite de temps et euh enfin quand cette limite de temps est dépassée y a un écran qui s'affiche et qui dit euh « vous avez dépassé la limite de temps » euh puis on peut dire euh fin euh « vous pouvez cliquer pour passer plus de temps ou alors quitter l'application » et souvent je clique pour passer plus de temps. Et comme je me rends compte que je fais beaucoup ça au bout d'un moment je me suis dit bon ça sert à rien ce truc je vais désintaller l'application ce sera plus simple, pour faire une cure je sais pas d'une semaine deux semaines.

Sandra : Une cure ?

Oui (rire)

Sandra : C'est pas anodin comme mot.

Ah bon ?

Sandra : Bah on dit une cure quand on parle d'une cure de désintoxication par exemple.

Ha oui oui (rire). ça m'a fait pensé à la cure psychanalytique. (rire)

Sandra : Ha (rire) oui oui vous pourriez faire une cure psychanalytique, c'est vrai effectivement. Bon on reviendra peut être à ce que vous avez dit là parce que y aura peut être d'autres choses à creuser de ce coté là. Mais j'aimerais savoir un peu est ce que y a eu une image, une vidéo ou un post qui vous a particulièrement marqué sur les réseaux que vous utilisez ? Je pense par exemple à quelque chose que vous avez trouvé horrible, qui a vraiment eu un effet comme ça un peu de choc ?

Euuuh un effet de choc euh… Je sais pas trop (rire). Euh… Je sais pas là je pense à en fait à … à y a quelque années quand y avait eu les attentats mais en fait je me souviens que la première fois que j'ai vu en fait c'était pas sur les réseaux mais à la télé donc euh (rire).

Sandra : Bon alors du coup ça compte pas trop. Mais peut être est ce que vous avez eu des images sur les réseaux ?

Oui j'en ai vu du coup euh sur les réseaux, euh après euh après avoir vu sur la télé je me souviens de mes parents et ma mère m'a appelé m'a dit « bah tiens regarde ce qui se passe à la télé » donc ensuite je suis allé voir sur les réseaux et puis y avait pleins de posts sur ça, et puis l'actualité était remplie de ça et donc euh c'était assez étonnant de voir comment l'information s'était concentrée sur une seule thématique même des pages qui d'habitudes ne s'intéresse pas forcément à l'information quotidienne en parait.

Sandra : Et Comment vous vous êtes senti quand vous avez vu que toute l'actualité c'était sur l'attentat sur ce qui se passait à ce moment là ?

Euh bah j'ai trouvé ça euh… Assez choquant, fin très étonnant, euh effrayant euh voilà je me suis demandé euh… d'abord je me suis demandé si c'était réel parce que ça me ça me ça ça, c'est euh sortir de, bah de de ma définition du réel de comment… que ça se passe en France etc et puis ensuite je me suis demandé bah si euh bah est ce que ça allait se reproduire, est ce que ça allait se passer près de chez moi euh ou, voilà.

Sandra : Et c'est quoi que vous avez trouvé le plus choquant (c'est une question peut être un peu particulière mais) qu'est ce qui vous a choqué dans cette histoire d'attentats, est ce que vous avez vu une image ou une info et vous vous êtes dit ouah c'est beaucoup ?

Le nombre de personnes qui ont été touchées par ce qui s'est passé, le nombre de morts.. de blessé etc.

Sandra : Et alors euh à quoi ça vous renvoyé à vous ? quand vous avez vu le nombre de mort au fur et à mesure qui s'accumulait ?

Euh Bah je dirais que ça m'a renvoyé euh… à… le fait que, que tout peut s'arrêter sans qu'on s'y attende du jour au lendemain. Euh l'aspect un peu inattendu, enfin.. ouais.

Sandra : L'aspect inattendu de la mort ?

Ouais. oui c'est Parce que c'est des gens qui euh se par exemple au bataclan qui sont allés dans un concert pour s'amuser et puis ils sont jamais revenus donc c'est quand même euh…

Sandra : Est ce que au-delà des attentats et de ce moment là particulier que vous avez vécu à ce moment là est ce que c'est quelque chose qui vous travaille cette dimension de l'inattendu de la mort ?

Non pas spécialement.

Sandra : C'est pas quelque chose auquel vous pensez ?

Non. Enfin en ce moment je lis un livre de Stephen King qui parle beaucoup de la mort donc euh (rire) peut entrainer que ça m'incite à penser à ça, la ligne verte je sais pas si vous connaissez. Et donc voilà c'est un livre où ça se passe dans une prison de de gens qui sont condamnés à mort et dans et là j'en suis à peut près à 300 pages et pendant tout le livre il y a cette thématique de la mort quoi qui et ce qui fait même que je le lis très lentement parce que j'ai besoin de faire des pauses dans la lecture parce que c'est un livre difficile.

Sandra : Vous lisez ça en ce moment ? Qu'est ce qui vous a donné envie ?

Parce que j'aime bien Stephen King sa façon d'écrire, j'ai lu plusieurs livres de cet auteur, j'aime bien.

Sandra : c'est intéressant parce que pour le coup Stéphen King y a beaucoup cette question de la mort qui reviens je pense par exemple à *marche ou crève* ou y a aussi typiquement *ça*, le clown qui enlève les enfants etc.

Ouais (rire) ça c'est le premier que j'ai lu de Stephen King

Sandra : En plus, d'accord. Mais disons que voilà la mort c'est pas quelque chose auquel vous pensez ou qui vous angoisse ?

Euh non.

Sandra : D'accord.

(rire)

Sandra : Comment vous avez réagi face au, on revient à la question de ce que vous avez vu lors des attentats sur les réseaux, comment vous avez réagi ?

Euh je sais plus trop. Je dirais par de la stupeur…

Sandra : Et qu'est ce que vous avez fait vous avez continué à explorer, à scroller ?

Je sais plus trop. je sais pas pourquoi je parle de ça.

Sandra : Vous savez pas pourquoi vous parlez de ça ?

Non. Bah si du coup parce que le livre me fait penser peut-être à la thématique. Parce que du coup en fait après coup en vous parlant de ça j'ai pensé à quelque chose de plus récent, bah le covid. ça aussi c'était assez choquant parce que c'était un virus qui débarque comme ça, on sait pas trop ce que c'est on sait pas trop d'où ça vient..

Sandra : Mais vous avez vu quelque chose sur les réseaux qui vous a marqué par rapport au covid ?

Ah oui sur les réseaux ? pas spécialement, enfin y a rien de marquant sur les réseaux (rire).

Sandra : Si finalement vous vous scrollez finalement en regardant sans regarder, y a peut être moins de choses qui vous marquent. Et est ce que bon du coup dans l'autre sens est ce que y a un contenu particulièrement honteux, ringard, ou pas vraiment qu'on parle pas trop quotidiennement qui vous attire sur les réseaux sociaux ?

Euh je sais pas.

Sandra : Je pense par exemple je sais pas est ce que au niveau de la sexualité est ce que par exemple c'est des choses que vous voyez passer sur les réseaux sociaux ou ?

Haaaaaa, oui des fois y a des photos comme ça plutôt sur instagram pas sur Facebook ; des photos de voilà de personnes euh, un peu euh, un peu osées.

Sandra : Et est ce que c'est des choses qui vous attirent ça un peu par exemple sur Instagram vous défilez les photos, c'est un contenu qui vous plait ou pas ?

Oui c'est toujours agréable à voir en soi (rire)

Sandra : Et est ce que vous êtes abonné à ce type de, je pense plutôt à Instagram peut être ou Facebook y a des groupes comme ça, mais est ce que c'est quelque chose sur lequel vous êtes abonné comment ça se passe ?

Un peu oui je suis abonné à quelques comptes et du coup je vois juste sur le fil d'actualité euh, par hasard quoi.

Sandra : Par hasard ?

Oui fin entre guillemet par hasard. (rire)

Sandra : Quand vous allez sur le réseau est ce que vous allez chercher ce type de contenu ou est ce que boom ça passe dans le film et vous vous dites « ho sympa »?

oui c'est un peu ça oui

Sandra : et quand vous passez sur une photo d'une femme ou d'un homme un peu je sais pas si c'est les femmes ou les hommes pour vous,

plutôt les femmes

Sandra : bah si c'est une femme dans une position suggestive etc est ce que vous allez cliquer pour rechercher un peu plus ou est ce que vous passez comme si c'était un autre ?

un peu les deux, ça dépend.

Sandra : D'accord ça dépend. Quelle émotion vous vient dans ce type de contenu ? Qu'est ce que ça vous fait de voir ça ?

Hmm… Bah ça active euh… des émotions de plaisir en fait, de joie.

Sandra : Et est ce que on peut dire que vous êtes plutôt, est ce que pour vous ce type de contenu c'est un type de contenu un peu honteux ou pas forcément ?

ça peut l'être, ça peut être honteux si par exemple d'autres personnes le savent que je vois des contenus comme ça. Je sais pas ça fait… hm.

Sandra : Pourquoi ?

Euh je sais pas c'est l'aspect, ça fait un peu voyeurisme en fait

Sandra : Et c'est le cas ? Vous vous sentez un peu voyeurisme ?

Bah non pas spécialement.

Sandra : Vous savez que l'entretien va être anonyme donc vous pouvez y aller si vous voulez hein. Je vous sens un petit peu résistant à me parler de ça.

Je me dis que les gens pourraient penser de moi que c'est un peu pervers de regarder ça quoi.

Sandra : Et même par exemple avec vos amis, je sais pas vos amis homme, vous ne parlez pas de compte que vous suivez ce genre de choses ?

Si un petit peu mais quand c'est des amis c'est pas pareil (rire). ça dépend qui c'est. Avec des amis oui si je me sens proche euh avec eux c'est pas gênant d'en parler quoi parce que je sais qu'on a un intérêt commun pour euh pour euh les photos ben bon voilà. Euh mais euh j'oserai jamais par exemple en parler à ma famille, même pas qu'ils voient mon téléphone.

Sandra : c'est votre petit jardin secret quoi.

Oui un peu.

Sandra : Et alors qu'est ce que qui vous plait dans ce type de contenu? qu'est ce qui vous attire à votre avis ?

Euh bah c'est euh pff aha bah du désir on va dire et c'est voilà c'est joli, c'est euh ouais.

Sandra : Et est ce que c'est des contenus qui passent est ce que c'est des contenus qui attirent votre attention ou est ce que ça peut vous arriver de scroller de la même manière que vous me disiez sur Facebook ? ça vous bloque un peu et vous vous dite 'ha y'a quelque chose qui se passe »

Un peu des deux, c'est pareil ça dépend.

Sandra : ça dépend de quoi selon vous ?

Bah de la photo en elle même disons que je trouve la personne plus ou moins jolie, et je sais pas de mon état d'esprit. Hmm je sais pas. et des fois je suis dans un état d'esprit plus posé donc je prends plus de temps sur ce que je lis et des fois je suis plus un peu hyperactif quoi

Sandra : Et donc quand vous êtes hyperactif ça se passe comment sur les réseaux ?

En fait de façon générale c'est je je fais un peu tout un peu vite. Et donc des fois je c'est c que je disais tout à l'heure, je vais regarder les choses sans vraiment les voir, c'est que en scrollant je prends pas le temps de juste regarder le truc et voilà.

Sandra : et à votre avis qu'est ce que ça vous apporte de faire ça ? De regarder des choses sans les voir ?

Ah bah rien (rire). ça ne m'apporte rien. C'est ça c'est un passe temps en fait mais c'est même pas intéressant donc. C'est je pense que je fais ça en fait quand j'ai envie de faire autre chose que ce que je fais.

Sandra : Vous faites ça quand vous avez envie de faire autre chose que ce que vous faites

oui c’est Pf je sais pas.

Sandra : c’est pour un petit peu éviter de euh. j’ai le sentiment que c’est un peu comme un espace où vous pouvez vous permettre d’être distrait et de pas être attentif contrairement à ce que vous êtes entrain de faire.

Oui c’est possible oui, ça doit être ça, parce que y a un coté facile dans le fait de scroller, on réfléchit pas on doit pas se concentrer, on doit pas faire bien, fin et en même temps c’est ça qui fait que ça peut être ennuyant.

D’accord. Oui oui et alors vous dites vous réfléchissez pas.

oui. c’est comme le sport par exemple quand je fais du sport je réfléchis pas juste je fais et ben si par exemple je lis quelque chose c’est pas pareil ça me demande vraiment de la concentration vraiment un effort important.

Sandra : Selon vous pourquoi vous avez cette tendance d’aller sur Facebook et de ne pas réfléchir, à votre avis à quoi ça vous sert ?

Hmm bah me vider l’esprit euh, à faire un peu un espace de sous-pape euh entre les différentes choses parce que je sais que des fois quand j’ai du mal à enchainer, à passer d’une action à une autre, et j’ai besoin d’avoir un moment entre ou euh un moment cool, un moment de repos, pourtant j’aime pas ne rien faire, ne rien faire ça m’ennuie.

Sandra : Tiens c’est paradoxal un peu

oui, c’est vraiment le besoin de faire des choses et avoir le besoin de se reposer en même temps

Sandra : et Facebook finalement est ce que ça pourrait remplir cette fonction c’est à dire à la fois vous faites quelque chose parce que vous êtes sur Facebook et en même temps vous faites rien.

Ouais.

Sandra : D'accord, et vous dites c'est une soupape entre deux activités, comment vous décrivez ça, pourquoi vous avez besoin de ça de cette soupape ?

Euh, euh, hm bah pas par rapport au besoin de repos fin si j'ai fait une activité ça m'a demandé de l'énergie de la concentration etc et j'anticipe l'activité suivante, et j'ai besoin d'une pause un petit peu quoi 5 minutes, 10 minutes.

Sandra : Et pourquoi cette pause elle ne se ferait pas en ne faisant rien par exemple ?

Parce que ça m'ennuierait.

Sandra : Parce que la question c'est de savoir est ce que une pause où vous êtes sur les réseaux parce que, comment je pourrais formuler cette question. attendez. Euh Est ce que une pause où vous faites rien, est ce que ça vous reposerait autant que d'être sur Facebook ?

Euh vraiment ça me reposerait plus en réalité, parce que euh fin je sais que des fois le fait de regarder les écrans ça me fait la fatigue visuelle. C'est en fait le fait que ce soit des écrans. Alors que vraiment ne rien faire c'est du vrai repos et euh. En fait j'ai pas envie d'être juste là seul avec mes pensées et mon besoin de faire des choses. Un peu euh, c'est le paradoxe du TDAH en fait.

Sandra : C'est à dire que vous voulez pas être seul avec vos pensées. c'est intéressant ça

Bah oui parce que je pense que c'est parce que je suis de caractère anxieux donc je peux avoir facilement des pensées un peu ruminantes euh parce que je sais que le soir avant de m'endormir, je fais souvent des petites insomnies et euh… voilà c'est je fais les choses pour que ces pensées ne surviennent pas trop quoi. mais du coup des fois même je m'épuise un peu à faire trop de choses.

Sandra : Et est ce que vous pourriez me parler un petit peu de ce que vous ruminez ?

Hmhm, euh ; Bah par exemple ces dernières semaines j'ai beaucoup pensé à mon père parce que en ce moment mon père va pas très bien, j'ai eu un moment de conflictuel avec lui fin je vous disais tout à l'heure que je m'entendais pas très bien avec mon père, et y a genre deux semaines, je sais plus deux ou trois je suis retourné le week end chez mes parents et je me suis engueulé avec mon père etc et euh bon du coup j'allais pas très bien et du coup je me remettais en question, ça augmente beaucoup mon anxiété quand je m'engueule avec mon père et euh j'en ai parlé avec ma soeur et en fait elle m'a fait comprendre que en fait mon père va vraiment pas bien enfin je le savais déjà mais pas autant fin je le savais pas autant que ce qu'elle m'a dit parce que mon père a un problème avec l'associé avec qui il a travaillé, il a travaillé pendant 6 mois pour ne pas être payé, et donc ça crée des problèmes d'argent et du stress et il se trouve que cette personne a des problèmes, la personne avec qui il a travaillé a des problèmes avec la police et euh pour des histoires de… ils ont fait une perquisition chez lui pour du blanchiment d'argent, fin c'est c'est euh voilà c'est pas net quoi. Et euh du coup ma soeur m'a dit qu'en fait mon père ne dort plus il s'endort très tard, il se réveille très tôt et euh.

Sandra : Et du coup pour vous d'aller sur Facebook ça vous éviter de penser à ça ?

Hmm peut-être bien je sais pas, ouais oui.

Sandra : Mais alors euh du coup c'est intéressant parce que vous me dites là que Facebook ça vous aide à passer d'une activité à une autre, ça vous aide, j'ai le sentiment comme vous semblez dire que ça diminue un peu vos ruminations, que ça vous aide à pas réfléchir etc, alors pourquoi vous avez quitté ?

bah parce que je trouve y a quand même d'autres moyens plus sains que les réseaux sociaux pour ça comme le sport.

Sandra : Et pourquoi c'est pas sain Facebook pour vous ?

Je sais pas, ça m'aide pas à me sentir bien, je me sens pas mieux après être allé sur Facebook mais par contre après être allé faire du sport je me sens mieux.

Sandra : Vous vous sentez pas mieux après être allé sur Facebook, c'est à dire comment vous vous sentez après être allé sur Facebook ?

Frustré, c'est le mot qui me vient, c'est parce que je pense que c'est lié à ce coté comme je vous disais, on fait un truc c'est jamais sans fin et y a ce coté inattendu, moi j'aime pas trop quand on s'attend pas aux chose quoi fin c'est quand on regarde les actualités, c'est c'est des choses après de façon aléatoire et euh c'est un peu décousu au niveau des thèmes quoi et euh ça ça me gêne un peu.

Sandra : Et alors c'est très très intéressant parce que à la fois Facebook ça a une fonction pour vous presque un peu euh bon je sais pas si c'est le bon mot mais quelque chose d'un peu antalgique, ça vous évite de penser, un peu peut être euh quelque chose de de d'hypnotique voyez ou voilà ton je sais pas arrêtez moi si je me trompe et alors en même temps ça a un effet de frustration derrière, c'est à dire que il y quelque chose qui génère là un sentiment presque anxiogène, un peu frustré. Qu'est ce que vous en pensez ? Vous trouvez que c'est bien résumé ou est ce que y a d'autres chose encore qui se joue ?

Ouais. non c'est bien résumé c'est ça après comment l'expliquer, c'est la question. (rire)

Sandra : c'est la question de ma thèse effectivement comment expliquer tout ça.

Bah je pense que y a un facteur supplémentaire qui entre en compte c'est que quand, Facebook comme c'est un réseau social, social on se compare aux gens, comme tous les réseaux sociaux, et forcément les gens montrent quelque chose de positif d'eux même, en gros ils vont pas mettre des post quand ils sont pas bien euh et voilà, et et le fait de voir tout ça on se compare à ça et on se dit eux ils font tout ça et moi je le regarde, par comparaison par effet de comparaison.

Sandra : Et vous c'est plutôt votre genre ?

Pas forcément mais y a un effet comme ça plus ou moins chez tout le monde.

Sandra : Et vous pensez que la frustration elle viendrait de là ?

Ouais et de l'aspect où c'est jamais fini.

Sandra : Comme si y aurait toujours ce sentiment comme ça ou on se compare sans cesse sas arrêt et c'est jamais fini on a jamais fini de se comparer et les gens ont toujours une meilleure vie que nous et y a quelque chose un peu comme ça.

Ouais.

Sandra : Ok ok bah écoutez c'est vraiment très très intéressant. Euh donc vous vous diriez quand même que vous avez une utilisation plutôt active des réseaux sociaux ou plutôt passive ?

euh … un peu des deux bah je suis quand même actif parce que par exemple dans le groupe de TDAH des fois je pose des questions, je donne des conseils etc euh mais y a aussi des fois juste je vois les contenus et euh voilà.

Sandra : D'accord

Des fois je me dis ouais je fais un peu des commentaires je donne un peu mon avis voilà.

Sandra : Et y a un truc dont on a pas parlé, c'est au niveau des notifications est ce que vous avez quelque chose à me dire par rapport à ça, est ce que c'est quelque chose que vous investissez beaucoup ou pas forcément?

Un peu oui pour certaines choses que j'ai plus envie de voir que d'autres mais je m'en sert pas tellement en fait finalement des notifications, je les regarde rapidement puis bon.

Sandra : C'est pas ça qui vous fait ouvrir Facebook ?

Non non bah les notifications les apparaissent que dans Facebook pas sur le téléphone.

Sandra : Vous les avez désactivées ?

Oui

Sandra : pourquoi ?

Parce que euh je trouve que ça génère de la distracbilité, distractibilité en fait et j'ai désactivé pour toutes les applications donc quand je vais dans une application c'est parce que j'ai envie d'aller dedans, pas parce que j'ai une notification.

Sandra : Donc si vous aviez les notification vous iriez des que y a une notification

Ouais enfin plus c'est même ça fait trop de notification sur les téléphones, avec toutes les applications différentes donc euh Facebook youtube Instagram etc et donc euh j'ai désactivé de façon générale.

Sandra : D'accord d'accord Bon bah écoutez je crois qu'on a globalement fait le tour, je regarde si j'a pas oublié une question euh. Non je crois qu'on a fait le tour, est ce que vous XXX pour conclure vous aimeriez rajouter quelque chose est ce que pour vous y a des choses qu'on a pas abordé ?

Hmm non pas spécialement. Euh bah pour conclure bah je sais pas c'était très intéressant cet entretien qu'on a eu j'ai trouvé ça agréable euh voilà.

Entretien 6 : Madame E

Sandra : Voilà qui tu es, ce que tu fais comme métier, tes loisirs un peu ta place dans la famille, voilà tout ce que tu estimes important pour te présenter

Ok donc moi je m'appelle XXX j'ai 27 ans, j'habite à Paris depuis que je suis née. Je travaille euh depuis bientôt un an dans une compagnie de théâtre où je gère les actions culturelles de cette compagnie donc euh c'est en gros de la coordination un peu de la production de projet autour des pratiques amateurs de la compagnie. Voilà. Avant je faisais

totalement, avant je faisais autre chose je faisais de la production de podcast et avant ça j'étais au CELSA avec XXX, pour la petite histoire. Donc voilà voilà toute ma famille est à Paris. Mes parents ma grande soeur à Paris donc moi je suis la dernière. J'ai juste une grande soeur de 7 ans de plus que moi.

Sandra : ça a été l'entente avec ta soeur dans l'enfance ?

Ouais ça a été on s'est fin, on s'est toujours très bien , on est assez proches. On est plutôt proches eu après là c'est plutôt ces dernières années mais c'est plus globalement dans ma famille en fait ça a été compliqué parce que y'a eu des petites tensions entre mon père ma soeur qui a un peu, mes parents sont séparés je sais pas si je l'ai dit mais voilà et euh en gros c'est un peu moi qui est pris en charge les résolutions de ces trucs. Donc ça a été assez lourd et euh voilà donc là on en est pas tout à fait sorti mais en tout cas on a fait en gros deux ans de thérapie familiale avec mes parents pour tout te dire mais voilà mais bon tout ça j'en suis un peu ressortie car ça a moins d'impact, fin ça n'a pas le mme impact donc ça va j'ai plus de distance avec ça quoi mais voilà mais bon on en reparlera peut être plus tard mais les réseaux sociaux ont pu avoir de l'importance dans cette gestion familiale. Euh et voilà et sinon bah voir sinon j'aime beaucoup la culture, les arts, les activités manuelles, depuis pas longtemps je me suis remise, fin je me suis mise au sport donc j'aime beaucoup faire du sport notamment avec mon copain qui habite aussi à Paris donc voilà j'aime beaucoup voyager, mais bon là je voyage pas trop j'aime beaucoup partir de Paris aussi à terme j'aimerais en partir bientôt. parce que là ça fait un peu trop longtemps que j'y suis.

Sandra : Qu'est ce qui fait que tu as envie d'en partir ?

En fait j'ai, quand j'étais au CELSA, j'ai fait trois ans là bas, L3 M1 M2 et j'ai en M1 j'ai fait un échange un Erasmus au Pérou. Et qui a vraiment été hyper important pour moi, enfin ça a été hyper, une expérience très forte autant parce que pour ce que j'ai vécu là bas que parce que ça m'a fait trop du bien de me sentir loin de la France, de ma famille, de mes amis, y peu un truc en fait ou je me suis dit en gros jusqu'à maintenant j'étais hyper attachée à Paris parce que y a tout ce j'aime est content là bas mes amis, ma famille, les trucs culturels les sorties les machins c'est très naïf. J'étais jeune quoi et je me suis dit y a évidemment autre chose et j apex me sentir bien dans un quotidien ailleurs et très loin et

dans une autre culture totalement. J'ai eu un autre regard en fait sur mon pays, sur ma ville et voilà. Après ça c'était en 2018, depuis 2018 y a des choses qui ont changé et j'ai plus envie de partir aussi loin, mais j'ai envie de vivre autre chose que ce que je vis depuis 27 ans quoi.

Sandra : Merci beaucoup pour cette présentation. Y a peut être des points qui feront échos avec l'entraient on aura l'occasion peut être d'en reparler. Tu as accepté de participer à cette recherche et à témoigner de ton expérience vis à vis des réaux sociaux, est ce qu'on pourrait savoir pourquoi ?

Alors parce que j'ai fait des études de médias et de communication et que toutes ces questions là ça m'intéresse beaucoup parce que je suis pas sur beaucoup beaucoup de réseaux sociaux mais en gros j'ai étudié pendant assez longtemps ce qui se jouait dans ces sphères là ce que ça pouvait avoir comme impact chez les gens. C'est vraiment des trucs qui m'intéressent beaucoup et qui ne cessent de me, je veux dire qui ne cessent de m'interroger et tout ça c'est vraiment des choses, des trucs qui m'intéressent donc je sais pas je me suis dit que ça me ferait plaisir d'en parler. J'ai pas trop d'idée de comment est orienté le questionnaire et tout en tout cas c'est des choses qui m'intéressent beaucoup par rapport à l'impact que ça a dans nos vies quoi.

Sandra : Et pourquoi ça t'intéresse comment ça s'est construit ça ?

Euh bah parce que ça m'a intéressé pendant mes études parce que je crois que j'ai étudié des trucs très très précis je me rappelle plus trop mais j'ai vraiment étudié des cas précis qui, des situations précises qui s'étaient posées sur Facebook sur Twitter machin, l'impact en gros que certains posts avaient pu avoir sur des communautés et tout ça et en fait fin pour moi c'est socialement, ça dit énormément de nous quoi et euh donc voilà déjà et euh bah et après plus globalement c'est juste que j'ai l'impression que ça bouleverse beaucoup de choses en fait dans nos pratiques dans nos rapports et que j'ai l'impression maintenant d'avoir connu que ça en fait dans ma vie je me rappelle plus trop comment on fonctionnait avant c'est assez, y'a des coté perturbant, y a des coté trop bien magique avec ça mais uh y aussi des trucs ou on se dit mais euh c'est un puit sans fond quoi.

Sandra : un puit sans fond c'est intéressant. Alors du coup on va rentrer dans le vif du sujet alors sur combien de réseaux tu es inscrite et sur lesquels ?

Est ce que on peut juste définir ce que c'est par exemple WhatsApp est ce que c'est un réseau social ? euh bah alors donc qu'est ce que j'ai comme réseau social j'ai Facebook Twitter Linkedin, et c'est tout. Et j'ai jamais eu Instagram, je l'ai par le biais du travail depuis cette année donc je squatte un peu la page du travail fin je vais aux peu stalker des gens via l'Instagram de mon travail mais je l'ai pas au quotidien. Et je me suis intéressée à Tiktok à un moment genre j'avais téléchargé Tiktok et j'ai fait limite une insomnie tellement c'est un gouffre mais en gros au quotidien c'est Facebook et tweeter surtout.

Sandra : Sur Instagram au travail tu vas stalker des gens quand même.

oui oui oui beaucoup. Non non je rigole, c'est par phase c'est quand j'ai vraiment rien à faire. En fait c'est juste que je vu que je connais peu ce, Instagram j'aime bien avoir la possibilité de découvrir comme ça quoi. voilà.

Sandra : Bon et alors du coup Facebook tweeter Facebook Linkedin c'est des réseaux que tu utilises de façon quotidienne ?

Facebook et Twitter oui Linkedin non. Tous les jours je vais sur Facebook et Twitter, avant j'allais sur Linkedin mais avec un esprit très critique fin j'aime pas du tout cette plateforme, je sais même pas pourquoi j'y suis encore à vrai dire. J'y vais vraiment pour euh je sais pas faire un tour d'horizon de ce qui s'y passe mais j'ai même pas l'application sur mon portable quoi c'est à un moment quand je travaillais dans la plateforme de podcast. Quand j'étais en production de podcast je travaillais sur un plateforme et linkedin était assez important car on reliait nos contenus dessus mais maintenant euh bah après voilà j'ai cherché du travail donc j'étais un peu mais bon ça m'intéresse peu et Facebook et tweeter j'y vais tous les jours.

Sandra : Et pourquoi tu n'aimes pas Linkedin ?

Ouais, euh j'aime pas euh fin j'aime pas bah je sais que c'est un peu propre aux réseaux sociaux mais je déteste l'étalage de la vie personnelle sur la place publique en gé-

néral alors c'est vraiment, enfin pour moi, c'est assez caractéristique des réseaux sociaux mais je veux dire c'est fréquent sur les réseaux sociaux de trouver ça mais ce que je n'aime pas sur Linkedin c'est ces espèces de longs post successful de « je suis parti de rien j'ai réussi à monter mon entreprise qui construit des coques de portable en bambou » enfin y a un truc vraiment un ego trip que je n'aime pas et qui est centré sur le succès, la réussite la carrière professionnelle, donc c'est très carriériste en fait. Après y a pas que ça mais je veux dire les posts qui sont le plus suivis en général j'ai l'impression que c'est ça et moi c'est pas trop mon délire. Après y a d'autres trucs y a des amis à moi qui partagent des initiatives, des trucs qui font dans leur travail y a d'autre choses évidemment mais le plus souvent ce que je vois c'est des choses comme ça et j'aime pas trop cette manière de communiquer quoi.

Sandra : Qu'est ce qui te plait pas dans le fait que les gens affichant leur réussite ?

Je trouve pas ça très modeste, fin je sais pas trop, pas humble, enfin c'est pas ça mais en fait j'aime pas trop je pense la manière dont c'est présenté, enfin tu vois dont cet affichage est présenté je sais pas hmmm. Je sais pas comment dire.

Sandra : A quoi ça te renvoie ? Qu'est ce que ça te fait ?

Ben ça m'intéresse pas trop je crois fin en fait je me dis moi ça me je veux dire je m'identifie pas du tout à ces gens je me compare pas du tout à ces gens c'est pas trop un truc par rapport à moi et ma réussite personnelle mais moi jamais je publierai publiquement mon truc après peut être que y a des gens qui en ont trop besoin peut etc de la reconnaissance sur ces endroits là quoi mais en fait je me dis que je sais pas je. Ya des manières de faire et souvent je trouve que y a un truc très un ego trip que je trouve voilà avant lequel j'aime pas forcément être.

Sandra : ça te renvoie à quelque chose de négatif.

ouais. mais après bon encore une fois j'y vais, je survole vraiment là tu vois, quand j'y vais je sais que y'a autre chose que ça, là j'en dresse un portrait très sombre, mais je sais que y'a autre chose mais voilà c'est vraiment mon aperçu très, c'est un truc très vague que j'ai en tête quoi.

Sandra : Et alors et du coup au niveau de Facebook et Twitter tu y vas à quelle fréquence un peu ?

Bah ça dépend vraiment de on, d'à quel point j'ai du temps ou pas. Mais euh En fait quand j'ai beaucoup quand par exemple j'ai beaucoup de trucs après le travail et tout ça j'y vais pas tant que ça, j'y fais vraiment un rapide tour, fin je sais pas j'y passe 10 minutes 15 minutes par jours quand j'ai pas le temps et déjà c'est pas mal je trouve et euh après bah quand je sais pas quand j'ai un peu moins de travail à mon bureau ou que je sais pas je je avant de m'endormir j'ai le temps donc je regarde donc je peux y passer une heure peut être sur les deux médias, parce que je voilà quoi. C'est pas très clair, ça dépend vraiment en fait des situations, des configurations.

Sandra : Mais en général j'ai le sentiment c'est avant de dormir ?

Ben Twitter et Facebook ouais y a toujours un petit truc avant d'éteindre mon portable en fait je fais un petit tour de ce qui s'est passé ou de ce qui se passe et là ça peut durer euh en fait ça peut durer c'est fou à quel point je vois pas le temps passer mais ça peut durer ouais 20 minutes 30 minutes sans que je m'en rende compte. J'essaye de me contrôler en fait et pas que ça dure très longtemps et après au travail aussi pendant la journée des fois j'ouvre, enfin très souvent en fait j'ouvre, j'ai tout le temps Facebook ouvert en fait après je, en fait je me rend compte que j'ai très souvent Facebook ouvert et j'y vais comme ça sans même m'en rendre compte.

Sandra : C'est à dire ?

Bah ça veut dire que je peux être au téléphone avec quelqu'un d'extérieur et surfer sur mon écran et ouvrir un truc en rapport avec mon travail puis un truc, puis Facebook et en même temps que je parle avec la personne je fais défiler mon fil d'actualité.

Sandra : Et tu arrives à te concentrer sur les deux ?

Oui parce que je pense que je suis plus concentrée sur ce que la personne me dit quand même je pense Fin je regarde les trucs que je fois défiler mais j'ancre pas dans ma tête ce que je vois quoi.

Sandra : Tu regardes mais tu n'ancres pas. Qu'est ceci te plait dans Twitter et Facebook ?

Euh alors ce qui me plait dans Facebook, en fait Twitter c'est assez récent, Facebook je l'ai depuis que je suis au collège quoi, depuis que j'ai je pense, je sais pas 12, je sais pas quel âge A non depuis le lycée ! Bref on s'en fout en tout cas Facebook je l'ai depuis très longtemps et je sais que je suis une des dernière à l'utiliser mais je sais pas y'a un truc j'aime beaucoup le fait qu'il y'a ait des groupes Facebook qui rassemblent des gens autour d'intérêts. Typiquement y'a un groupe ça fait vraiment mamie de 70 ans mais y'a un groupe que j'adore c'est une sorte de bon coin local donc tous les gens de mon arrondissement ils disent « je vends ci je viens ça je cherche ci je cherche ça » du coup y'a un coté pratique en fait dans la possibilité de pouvoir constituer des groupes qui rassemblent des gens sur des sujets où voilà. Aussi je suis sur des groupes où on partage des articles bon totalement illégalement mais des articles de presse, des articles de presse gratuitement. Les trucs de partage de même ça me fait rire et je trouve ça trop bien de pouvoir se retrouver sur des trucs comme ça quand c'est pas évidemment négatif quoi. Donc y'a cette dimension là et après y'a tout le truc je trouve pour moi c'est un média social plus qu'un réseau social. C'est les deux parce que j'ai pleins d'information a travers Facebook je suis abonnée à pleins de pages de médias, de lieu, d'asso et du coup j'ai un flux d'information alors c'est trop je trouve j'ai trop d'information la preuve j'ancre même pas la moitié mais en tout cas grâce à Facebook j'ai pleins d'informations sur des événements pleins d'informations sur ce qui se passe autour de moi ou ailleurs et typiquement tu vois voilà je te parlais au Pérou tout à heure mais je suis encore abonnée à pleins de pages auxquelles je m'étais abonnée quand je vivais là-bas et ce qui me permet de continuer à avoir un peu des informations sur Lima sur ce qui se passe là-bas, sur les médias péruviens. Après bon y'a Messenger mais Messenger c'est un peu détaché de Facebook maintenant et en tout cas aussi Messenger c'est un truc de messagerie instantanée que j'utilise beaucoup.

Sandra : Est ce que sur Facebook donc là tu m'as parlé des groupe etc, est ce que tu vas regarder les gens comme sur Instagram ?

A oui oui carrément, absolument. Je le fais un petit peu moins parce que les gens ils ont de moins en moins Facebook.

Sandra : Je trouve ça intéressant tu vas regarder qui comme personne par exemple ?

Ben qui je vais regarder ? Bah par exemple donc là la compagnie dans laquelle je travaille, je travaille avec pleins de comédiens et de comédiennes donc j'aime bien des fois aller à tu vois c'est par le compte Facebook de la compagnie je vais voir les profils des comédiens et des comédiennes avec qui je travaille c'est vraiment de l'espionnage pur je vais voir leur photo, je vais voir essentiellement leur photos en fait mais pour les voir dans d'autres situation de quand je les vois en face à face quoi.

Sandra : Tu sais pourquoi tu fais ça ?

c'est vraiment de la curiosité, je sais pas si c'est de la curiosité mais c'est en fait c'est j'ai l'impression que c'est tellement donné, fin on a tellement c'est même plus difficile en fait d'espionner les gens ou que donc voilà et après je sais pas c'est aussi parce que je suis curieuse des gens donc je suis curieuse de savoir ce qui faisaient avant, a-à quoi ils ressemblaient avant, avec qui ils sont etc en plus c'est des gens qui peuvent avoir des amis en commun avec moi donc je pense euh. Et après donc ça c'est plutôt professionnel mais après dans, alors maintenant j'ai du mal à avant je me rappelle quand j'étais au lycée je sais pas je rencontrais des gens en soirée et j'allais voir qui ils étaient, parce que y'a fait plus d'informations. J'aimais bien savoir un peu pareil quoi qui ils étaient, ce qu'il faisait etc. voilà.

Sandra : Et euh qu'est ce qui te, alors c'est une question un peu différente, qu'est ce qui te fait ouvrir Facebook ? Qu'est ce qui fait que tu vas dessus ?

Alors c'est différent parce Facebook je serai pas répondre, Twitter pour moi c'est de l'actualité, Twitter je me dis qu'est ce qui des passe autour de moi du coup je clique sur Twitter pour être au courant de ce qui se passe, ça c'est voilà. Facebook c'est vraiment devenu un réflexe. Twitter, euh non Facebook c'est un petit peu je vais c'est du divertissement maintenant quand je par exemple quand je suis sur mon portable je scroll je scroll je scroll donc y a coté un peu divertissant et aussi là depuis l'arrivée des réels sur Facebook

moi ça me, pareil moi je peux y passer beaucoup de temps en fait. Et ça typiquement avant de m'endormir je peux regarder des vidéos mais à la pelle donc je vois plutôt un truc mais je sais pas quand je réfléchis pas trop je vais sur Facebook mais ça c'est sur mon portable j'arrive même plus à conscientiser le geste de je vais vers ce réseaux social. Tweeter c'est plus savoir ce qui se passe autour de moi, être informé quoi.

Sandra : Donc quand tu vas sur Facebook y'a quelque chose un peu automatique ?

Oui carrément.

Sandra : Et du coup qu'est ce que tu regardes sur Facebook ?

Euh, bah… Rarement j'ai des notifications, donc je regarde les notifications, bah je regarde bah c'est ouais les bah en fait je regarde principalement mon fil d'actualité en fait je le descends je le descends, je clique sur des articles ou sur des trucs relayés dans le fil et des fois en fait j'ouvre des trucs mais je sais pas forcément regarder les articles en entier après c'est pour ça quand je dis que ye ne a trop c'est que j'arrive même pas à traiter les trucs tellement ça déborde, je regarde les évènements aussi. D'ailleurs je fin j'aime bien fêter mon anniversaire et quand je fête mon anniversaire je fais des événements facebook toujours mais ça date e plus personne fait ça mais je trouve ça méga pratique en fait en terme de gestion.

Sandra : Et sur les réels c'est quoi un peu tes contenus ?

Alors j'ai beaucoup beaucoup de truc de nourriture, parce que j'aime beaucoup la cuisine, euh et de plus en plus aussi j'ai de plus en plus de bébé et de bébés trop mignon (rire) de, j'ai un petit peu des animaux mignon aussi mais j'ai plus de bébés mignons.

Sandra : Pourquoi ça te fait rire de te dire que tu as des bébés mignons ?

Je pense que c'est lié au fait que je suis une femme qui a bientôt 30 ans, je sais pas si Facebook sait ma vie un peu ou quoi mais bon voilà et aussi c'est parce que oui j'ai un désir d'enfant mais en fait tranquille quoi je pense pas que c'est à travers mes recherches et à travers mes, je veux dire mes habitudes sur Facebook que il peut le savoir après j'en sais

rien. Je pense que c'est plus parce que j'aime bien regarder des petits bébés trop mignon je sais pas d'ou ça vient mais c'est surprenant car vu que je sais un peu comment ça marche les algorithmes et tout je me dis ouh la c'est bizarre quoi.

Sandra : Qu'est ce que tu te dis ?

Je me dis est ce que c'est parce que j'ai regardé beaucoup de vidéos de bébés et donc que j'en ai beaucoup ou est ce que parce que internet sait à peu près mon profil et donc m'oriente vers ces choix là parce qu'il sait que je rentre un peu dans cette case la quoi

Sandra : Donc de la nourriture des bébés trop mignons et des bébés animaux aussi

Pas trop mais un petit peu mais aussi j'ai beaucoup de, j'ai pas mal de truc manuels fin d'activités, fin je fais pas mal de truc manuels moi donc j'ai beaucoup de trucs comme ça, genre réparer une lampe ou broder quelque chose ou quoi et aussi pas mal de vidéos d'intérieur, genre des maisons de ouf au USA avec des salles de bains trop belles ou des trucs comme ça.

Sandra : Ce contenu te plait ou pas forcément ?

Ouais il me plait, il me satisfait, mais oui j'aime bien le regarder et puis de toute façon ça dure jamais plus de trente seconde, c'est assez attirant quoi.

Sandra : Mais est ce que comment tu te sens par exemple parce que c'est intéressant parce que c'est des choses qui t'intéresse genre par exemple les bébé mais tu en as pas dans la vraie vie, est ce que y'a quelque chose qui pourrait te frustrer ou ?

Non ça va fin en fait c'est plus par exemple ce qui m'intéresse c'est du cas par cas ce qui m'intéresse dans les contenus de bouffe c'est que ben en fait ça me donne des idées ou des envie pour moi cuisiner, euh ce qui m'intéresse je sais même pas si c'est de l'intérêt mais les bébés je trouve ça trop mignon et donc c'est sympa de regarder des trucs mignons, au même titre que des gens aiment regarder des vidéos de bébé chats, je suis plus vidéos de bébé humains que de bébé animaux, et les intérieurs super beaux machin, c'est pas que ça me satisfasse je sais pas si ça m'intéresse mais je connais pas trop ça dans la vraie vie donc

ça m'intrigue et je me dis ouah ça existe en fait c'est vrai j'oublie que y'a des gens qui sont milliardaires quoi donc euh.

Sandra : Et est ce que y'a des choses qui te déplaisent dans ton fil d'actualité ?

La publicité. Enormément fin ça me soule en fait parce que c'est des publicité ultra ciblées, eu sur lesquels j'essaye de ne pas cliquer. Quand je vois des trucs qui pourraient intéresser ou sur lesquels je veux juste au moins être curieuse je vais au moins chercher sur google je passe pas par la pub, mais ça énerve ça me saoule de fou ou les contenus sponsorisé aussi genre Kombini qui fait un contenu sponsorisé pour je sais pas quoi ça me soule.

Sandra : Et qu'est ce que tu as comme publicité ?

Alors en ce moment je crois que j'ai pas mal de trucs de fringues il me semble, ou aussi de voyage parce que prochainement je vais partir à pâques je vais partir en Italie, donc j'ai pas mal de truc sur ça, euh je j'ai pas beaucoup de fringues mais je fais beaucoup de recherche de fringue euh je sais pas comme ça quoi je suis pas du tout une fringue addicte quoi mais je sais pas je fais des recherches euh qu'est ce que j'ai d'autres comme publicité, c'est une bonne question mais même ça je ne les vois plus en fait.

Sandra : C'est à dire tu les vois plus ?

C'est je veux dire ça me ça ne retient pas, ça retient une fois sur deux mon attention y'a des fois ou en fait ça peut me crisper énormément et ça me soule et des fois ça passe dans le décor comme si c'était un truc, un fond blanc quoi.

Sandra : Et pourquoi ça te crispe ?

Bah ça ça pollue mon, en fait j'aime pas, je trouve ça méga racoleur en fait de sur un fil un peu personnalisé, tu vois d'avoir moins de 50 pour-cent pour des bottines en cuir, en fait j'ai pas envie de ça quoi, j'ai envie qu'on me laisse tranquille avec mon fil d'actualité je pense.

Sandra : Qu'on te laisse tranquille c'est à dire qu'est ce que tu mets derrière le fait d'être tranquille dans ton fil d'actualité ?

Bah qu'on me harcèle pas pour que je consomme des choses quoi.

Sandra : Tu as le sentiment d'être un peu harcelée, envahie ?

oui carrément, mais de partout fin c'est juste ce truc de consommation qui est partout partout partout et qui et que voilà quoi qui est un peu invasif.

Sandra : Je voulais savoir est ce que tu as déjà une vidéo ou une image ou autre qui t'a particulièrement marqué sur un réel Facebook par exemple un truc que tu as trouvé vraiment limite horrible ?

Euh alors oui je pense que j'ai, que y'a pleins pleins pleins fin, je pense que oui. Là je pense à une image récemment qui m'a ultra mis mal euh sur Facebook il me semble. Je crois que c'est Facebook, ou tweeter mais en gros c'est une photo euh, c'est une photo du séisme qui a eu lieu en Turquie et en Syrie ou il y a un père qui tend la main de son fils qui ressort des décombres et son fils est mort, et on voit que la main qui ressort du tas de je sais pas quoi et ça m'a pfff j'ai pas trop regardé en fait parce que ne plus la description était en anglais et j'ai pas compris tout de suite mais pfff j'ai eu du mal quoi.

Sandra : Qu'est ce que ça change que ce soit en anglais ?

C'est que j'ai pas compris tout de suite si l'enfant était mort ou quoi, tu vois j'ai pas compris tout de suite la photo en fait.

Sandra : Et comment tu t'es senti quand tu as regardé cette photo ?

euh c'était cette semaine hein je m'en rappelle plus trop euh bah en fait je me sens, je me suis senti « ah bah oui putain c'est vrai » en fait j'ai pas vu beaucoup d'images du séisme et tout parce que je regarde pas mais je suis beaucoup d'informations mais à la radio, mais je veux dire je regarde pas la télé du tout et donc j'ai et même sur les réseaux sociaux j'ai pas eu trop trop d'images de ça et donc je me suis dis putain ha oui c'est vrai

concrètement y a 40000 morts qui y a la bas c'est ça c'est genre de situations et je sais pas ça m'a rendu un peu je me suis dit putain « mais oui c'est ça, c'est le quotidien de pleins de monde depuis deux semaines »

Sandra : C'était quoi ton émotion ?

Hmm, euh pff bonne question je sais pas trop euh. En fait ça m'a, la photo, pour revenir à l'émotion première ça m'a rendu ultra triste en fait parce que je me suis imaginée ce que vivait enfin essayé d'imaginer ce que vivait le père qui tenait la main de son fils, ça m'a rendu ultra triste et après globalement y a eu ce deuxième truc de la situation de ce pays là maintenant.

Sandra : Et comment tu as réagi face à cette image ? Est ce que tu as commenté est ce que tu as essayé de comprendre de traduire le texte ?

Non en fait j'ai arrêté de la regarder, je l'ai très peu regardé finalement j'ai vu, j'ai compris et boom j'ai scroll et je suis passée à autre chose.

Sandra : Au moment ou tu as compris tu t'es dit « non je passe à autre chose ».

Oui mais après je suis pas à fuir les mauvaises info les trucs qui me rendent triste en colère ou quoi hein mais juste à ce moment là j'avais pas envie de ressentir ça à ce moment là.

Sandra : Est ce que cette image résonne avec quelque chose que tu aurais pu vivre toi dans ton enfance dans je sais pas tu me parle d'un enfant mort, est c que c'est quelque ehcose toi qui t'a touché dans ta famille ou dans ton entourage personnellement ou même autre chose qui toi te vient là comme ça ?

Bah j'avais, fin j'avais pas du tout fait le lien quand j'avais vu la photo mais du coup tu viens de le faire pour moi mais en gros récemment là, la semaine dernière ou y a deux semaines, ha non c'était y a deux semaines, bah ma grande soeur qui était enceinte de trois mois a du interrompre sa grossesse volontairement parce que fin l'embry.. le foetus avait une malformation cardiaque et du coup elle a du avec son copain ils ont du arrêter la

grossesse et ça a été super dur et fin là c'est surtout très dur en ce moment pour elle là mas en fait j'avais pas du tout fait le lien avec ça vu que c'était la main d'un enfant d'au moins 10 ans je pense j'avais pas fin voilà mais c'est le seul truc avec lequel je pourrai faire un lien quoi.

Sandra : Et pourquoi tu fais ce lien là ? Tu penses que ça a effectivement un lien avec ta réaction ?

Non je pense pas, non je pense queue me suis imaginé être parent et tenir la main de mon enfant mort quoi.

Sandra : Ce serait pas en lien avec ce qu'a vécu ta soeur récemment.

Je pense pas, non non je pense pas fin … Ouais je sais pas en fait parce qu'en plus ouais nan je sais pas fin en tout cas ce que je viens de te raconter sur ma soeur c'est le truc récemment qui ressemble le plus avec la photo mais finalement je sais pas si ça a réellement un lien quoi.

Sandra : Et que penses-tu du fait que cette photo, comment elle est apparue sur ton fil, je sais pas tu as cherché des infos sur le séisme et elle est apparue, elle est apparue dans ton fil d'actu ?

Alors j'ai pas fait de recherche sur le séisme je pense qu'elle est arrivée dans mon fil d'actualité parce que je suis pas mal de page de média et donc logiquement c'était une page d'un média mais je sais plus trop lequel.

Sandra : Et euh est ce que ça t'a, est ce que ça au delà de l'image que u as vu est ce que y'a quelque chose d'autre qui t'a géré dans ce contenu ?

Hm non je crois pas fin en fait je me rappelle plus trop de la légende encore une fois tout s'est passé très vite. Mais non je crois pas je crois pas

Sandra : Je te demande ça parce que je trouve ça intéressant que tu dises « j'avais pas envie de ça à ce moment là » on a l'impression que ça a un peu surgit

Oui carrément ça a totalement surgit tu vois y a un post, y a un truc de je sais pas encore une fois y a un truc de Kombini et un autre truc de France inter qui parle de trucs différent et au milieu tu as une photo hyper violente comme ça et d'un autre coté c'est la réalité, fin moi je considère que Facebook Twitter c'est un énorme mélange de peins de trucs qui ont pas forcément à voir les uns aux autres et faut aussi gérer ça fin on peut pas avoir des fils d'actualité euh je veux dire tout roses tout voilà mais en tout cas moi personnellement ça m'a mis mal donc je me suis dis bon ok je reviendrai dessus plus tard ou pas mais voilà.

Sandra : Ok bon. Euh j'aimerais qu'on revienne rapidement à cette question que tu regardes Facebook et les réels avant de dormir. Est ce que tu peux me dire un peu pourquoi avant de dormir précisément ?

Parce qu'en fait je prends pas trop les transports en commun je prends le vélo donc typiquement le métro ou le bus ça pourrait etc eux endroit ou je suis sur mon portable mais ça ne l'ai pas, au travail je ne regarde pas ça fin même si je regarde Facebook en fait je regarde pas des vidéos avec du son ou quoi et que finalement dans mon lit avant de me coucher c'est le moment ou quand je suis toute seule c'est le moment ou je peux regarder des trucs un peu avec du son ou fin ouais euh fin c'est en tout cas un moment ou je suis posée avec seule, ou je peux mettre du son et tout ça et euh et après bah je sais pas en fait c'est vraiment fin après je je en fait le truc c'est que je regarde des trucs sur mon portable, je le ferme je réponds à mes textos et tout ça et après je lis, j'éteins mon portable totalement avant de lire. C'est un peu « bon bah qu'est ce qui s'est passé ces deux dernières heures sur les réseaux internet dans le monde » etc. donc c'est plus un truc de bon bah pour terminer ma journée je vas faire un petit point sur ce qui se passe autour de moi quoi.

Sandra : Et les réels ça a cette fonction là aussi ?

Non les réels c'est du divertissement pur.

Sandra : Et ça tu le fais aussi avant de dormir ?

Ouais mais encore une fois, Je vais pas sur Facebook pour aller voir des réels, je vais sur Facebook je vais voir ce qui s'est passé bim je tombe sur une vidéo, elle a l'air intéressante rigolote, ou mignonne ou euh y l'air d'avoir une recette de cuisine intéressante, je clique et après c'est un gouffre je me perds dedans quoi.

Sandra : Qu'est ce que ça veut dire tu te perds dedans ?

Bah c'est que en fait ça dure 15 secondes, après y en a une autre qui s'enchaine directement et au lieu de dire « non cette vidéo m'intéresse pas trop je vais la fermer » en fait je vais à la suivante et puis y'a toujours un truc intéressant qui te fait aller à la suivante et en fait même si je vois des trucs qui me plaisent pas trop y'a quand même un truc attractif fin tu vois c'est un peu ce que j'évoquais rapidement avec Tiktok tout à l'heure. En gros une fois j'ai voulu savoir ce que c'était Tiktok parce que j'avais lu un article dessus ou je sais pas quoi en tout cas tout le monde en parlait c'était y a deux trois ans et j'ai téléchargé ce truc et vraiment mais je me disais mais ouah putain mais y a des gens qui passent un temps de malades à faire des contenus hyper travaillés et truc et ça s'arrête pas et ce truc de sans fin c'est je trouve ça ça que j'appelle un gouffre sans fin ça ne s'arrête jamais. Jamais y a un message qui dit que y a plus de vidéo quoi.

Sandra : Quels effets ça a sur toi de regarder ces réels là ? Quels sont les effets ? Qu'est ce qui se passe quand tu regardes les réels?

Je pense que ça me détend de manière un peu abrutissante, ça m'excite pas mais ça me tient quand même vachement veillée quoi. En fait il se passe pas grand chose, fin je vois juste des images hyper bien travaillée, drôle, fin tu vois y a des trucs drôles aussi c'est ça que j'aime bien mais oui non c'est pas grand chose quoi c'est vraiment un truc c'est ça glisse un peu quoi.

Sandra : Pourquoi tu ne t'arrête pas ?

Bah parce que je te dis quoi je y'a toujours un truc un meilleur truc derrière fin je veux dire, y'a toujours un truc qui va surprendre en fait et qui va attirer mon attention.

Sandra : Donc tu dirais que ton attention est quand même comment euh maintenue ? parce que tu dis tu restes éveillée. C'est intéressant parce que à la fois tu as dit ça dans ta phrase ça te reste éveillée et en même temps ça te détend.

Oui.

Sandra : Qu'est ce que ça détend alors ?

Mon cerveau je pense.

Sandra : Pourquoi le cerveau ?

Bah je veux dire je pense pas à grand chose que je regarde ces réels quoi tu vois.

Sandra : Tu penses pas à grand chose. A ton avis qu'est ce que ça t'apporte dans qu'est ce que ça t'apporte de faire ça ? Tu penses que tu as besoin de te détendre parce que tu te sens tendue ?

Non non alors je pense que j'ai pas besoin de ça en fait le truc c'est que tout ça fin si j'arrive sur Facebook fin si j'arrive sur les réels encore une fois c'est plus vraiment une envie quoi c'est tout un réflexe automatique que j'ai depuis longtemps dont je peux me passer sans problème enfin quand je m'endors pas seule ou quand je suis avec que ce soit mon copain ou des amies ou quoi je peux ne pas y aller mais en tout cas ça me manque pas mais c'est un peu un réflexe ou je me dis oh bah je vais me divertir un petit peu et penser à pas grand chose et pourtant je sais très bien le faire autrement, j'aime beaucoup fair des trucs manuels, lire écouter la radio des podcasts mais en fait là je me pose pas trop de question je me dis ho bah tiens je vais regarder des trucs qui visuellement vont être attractifs attirant mais ou je vais pas avoir besoin de trop réfléchir quoi. Je pense que que mais bon tout ça c'est pas conscientisé sur le moment donc c'est compliqué.

Sandra : c'est toute la complication de ce mouvement psychologique là mais justement c'est intéressant parce que tu dis que c'est aussi tu es toute seule.

Oui. Bah oui je déteste être sur mon portable quand y'a des gens en fait.

Sandra : Ouais mais est ce que la solitude c'est quelque chose avec quoi tu es au clair ou ? est ce que c'est difficile pour toi d'être seule ?

Bah jusqu'à y a pas longtemps j'aimais pas trop être seule parce que j'avais l'impression que la solitude c'était forcément l'isolement quoi mais là depuis je pense deux ans j'aime beaucoup être seule fin voilà quand j' l'ai décidé et que c'est pas imposé j'aime bien être seule parce que j'aime bien faire des choses, non seulement être tranquille mais pour que ça pusse me permettre de faire des choses on va dire que j'ai envie et sur lesquelles j'ai envie de prendre du temps mais en tout cas euh être sur mon portable à genre regarder des trucs sur des réseaux c'est vrai que j'aime pas trop le faire quand y'a des gens à coté de moi ou alors si tout le monde fait autre chose pourquoi ps ou alors aussi des fois j'aile bien regarder des réels ou des trucs comme ça avec quelqu'un d'autre hmm. Je prends souvent, très souvent des captures d'élan de Tweeter, parce que du coup j'ai pas trop parlé de tweeter parce que je crois que j'y passe plus de temps que Facebook d'ailleurs. Mais euh je prends beaucoup beaucoup.. en fait aussi y a un truc que j'aime beaucoup sur les réseaux sociaux c'est l'humour, j'adore l'humour sur les réseaux sociaux c'est un truc que je retourne plus sur tweeter mais bon tout ce que je veux, ma première idée dans tout ça c'est que je prends souvent es captures d'écran pour partager aux gens donc en fait j'aime bien aussi c'est pas un truc que je fais que toute seule pour moi j'adore voir des tweets marrants et des même marrant et es partager aux gens.

Sandra : c'est quoi ton type d'humour ?

Bonne question heu bah j'aime beaucoup y'a des mêmes que je trouve quand même très très drôle et sur tweeter j'aime beaucoup quand les gens repartagent des des tweet d'hommes politique ou de média et qu'il y a une légende ou un commentaire très sérieux mais très humoristique par exemple y avait un compte que je suivais sur tweeter mais qui a disparu dune meuf qui s'appelle Nikki. Bah en fait cette nan elle s'est fait connaitre sur tweeter elle a genre notre âge elle s'est faite connaitre sur tweeter pendant la présidentielle de 2012 parce que elle faisait pleins de tweets de candidats de la présidentielle, et notamment c'est un tweete qui a eu pas mal de succès. Elle comparait chaque candidats avec des bonbons Haribo selon leur personnalité, genre tel candidat c'est un schtrompf piquant parce que il est comme ci comme ça et puis en fait elle fait des et donc à partir de ce mo-

ment làelle a été suivi par énormément de gens mais surtout de politique pour un peu se fair bien voir répondait ou retweettait ses trucs sauf que elle les clash de fou mais poliment enfant et vraiment elle fait vraiment elle est super drôle super elle avait une manière très drôle je trouve de faire des tweet et de relayer des infos, de donner son avis sur des trucs mais elle le faisait simplement quoi elle avais d'ailleurs une caractéristiques c'est qu'elle avait jamais de ponctuation dans ses tweeter elle avait un style quoi elle est iranienne et elle a partagé beaucoup de trucs sur l'iran depuis septembre et à partir de ce moment là son compte tweeter n'existe plus alors je sais pas si ça a un lien mais bon voilà.

Sandra : L'humour un peu politisé, tourné en ridicule quoi.

Oui voilà c'est ça et y a aussi un autre exemple que je trouve trop malin alors ça ça me fait pas rire aux éclats mais je trouve ça trop bien trouvé, fin très fort je sais pas si tu vois qui c'est cédric héroux bah en gros c'est un mec il y a quelques années qui avait aidé des migrants à passer le frontière italienne et il s'est fait arrêté par délit de solidarité, et du coup c'est devenu peu une figure de mec qui fait des actes solidaires et qui est puni pour ça et bref qui est très tourné autour des questions migratoires et tout ça et aussi au niveau écologique et tout ça et en fait lui il fait souvent, c'est que il est abonné au copte de marine lapent éric ciotti et tout ça des gens comme ça et il commente leur poste en les tournant en dérision en disant « oui bravo mais si vous faisiez ça ça changerait les choses » c'est très simple en fait mais je trouve ça fort.

Sandra : Alors on arrive vers la fin de l'entretien j'ai encore deux petites questions à te poser. La première c'est sur la question de le fait que tu aimes ben les regarder euh par exemple les comédiens avec qui tu travailles que tu aies un peu cette curiosité etc et puis même dans l'actualité tu vois y a des choses qui reviennent quand tu dis « j'ai envie de savoir ce qui est passé autour de moi depuis deux heure » ou ce genre de choses, est ce que tu dirais que c'est quelque chose qui a toujours été là chez toi ? que tu as toujours été un peu curieuse dans ton enfance que tu étais un peu à vouloir savoir à vouloir aller voir ? est ce que y'a des choses un peu comme ça ?

Bah ouais fin en fait les deux exemples que je t'ai donné et que tu as repris c'est deux trucs très différents, je suis en effet curieuse et j'aime beaucoup savoir la vie des gens, l'intimité même fin je suis pas non plus hyper intrusive évidemment je veux dire

quand je rencontre quelqu'un j'aime bien savoir pleins de trucs sur cette personne là, mais pas pour avoir une connaissance malsaine de la personne mais juste parce que si y a un bon contact avec cette personne elle m'intéresse et du coup j'ai envie de savoir d'ou elle vient ce qu'elle fait ce qu'elle aime et tout quoi donc je pense que quand je stalke un peu les gens que ce soit dans mon travail ou en dehors c'est un peu voilà c'est ça que j'aime bien quoi et après par rapport à l'information c'est plus que je vis super mal le fait de ne pas savoir ce qui se passe autour de moi. Je quand j'écoute pas les informations genre de la journée je me sens mal en fait mais c'est limite trop peut être mais quand voilà si je rate un peu ce qui se passe et tout j'ai l'impression de mal le vivre et parc que j'ai pas l'impression fin voilà j'ai l'impression qu'il faut savoir un peu ce qui se passe autour de nous pour aller bien. Ou pas c'est même pas ça mais c'est important de savoir ce qui se passe autour de nous quoi.

Sandra : Tiens c'est intéressant merci beaucoup. Ma dernière question c serait euh alors tu imagines que d'un coup y a une panne des réseau sociaux et que plus personne n'a accès aux réseaux sociaux pendant plusieurs heures comment tu te sentirais toi ?

Bah … Comment je me sentirais ? Franchement je me sentirai pas mal je pense fin encore une fois je suis pour moi c'est fin je veux dire les réseaux sociaux c'est des endroits ou je passe et ou je vais voir, chercher des informations je veux dire je suis pas créatrice de contenu, je suis pas, fin je relaye pas des information c'est pas le coeur de mon activité fin voilà c'est très présent dans ma vie mais quand c'est plus là j'ai d'autres sources d'informations, j'ai d'autres trucs quoi. Donc je pense que ça me ferait bizarre évidemment parce que voilà c'es tune source intéressante et que aussi le fait de plus être en lien avec pleins de gens c'est bizarre mais je m'en remettrai qui ça va pas me bouleverser je pense.

Sandra : Et comment tu réagirais ? Est ce que tu … ?

Hm ouais bah je sais pas bah en fait si par exemple Facebook et tweeter ça ne marchait pas pendant deux heures bah je trouverai ça fou déjà, enfin c'est méga impressionnant quand y a des bugs et tout j'essayerais de me renseigner sur comment pourquoi y a eu ce bug et tout et tout et après euh

Sandra : Si la panne était définitive ?

Je pense que là à terme ça me dérangerait quoi mais j'ai du mal à me projeter comment je me sentirait car tu vois finalement j'ai pas toujours vécu avec ses trucs là donc je me suis habitué vite avec les réseaux sociaux mais je pense que jepourrai me déshabituer aussi rapidement et en plus ça peut arriver que je j'ai pas que je consulte pas, je peux ne pas consulter tweeter et Facebook pendant longtemps aussi quand je suis en vacances et que j'ai pas de réseau ça m'est arrivé d'être animatrice avec des jeunes pendant 10 jours et de pas avoir une minutes pour aller regarder c qui se passait sur les réseaux sociaux ou mme écouter les infos bon voilà c'est aussi…

Sandra : Et imagine que tu es la seule personne à être victime de cette panne

Ho bah là ça me soulerait je pense. Oui oui ça serait embêtant au bout d'un moment.

Sandra : Pourquoi ?

Parce que ça m'énerverait, ça m'embêterait de pas avoir accès à un truc que si facile d'accès et que je pense que je me sentirais exclue de quelque chose.

Sandra : Exclue de quoi ?

Bah exclue de sur Facebook je sais pas quand y a des groupes ou des conversations qui proposent des choses et que je suis pas informé bah ça me dérangerait, et aussi dans l'incapacité d'avoir bah je sais pas des infos comme je dis quoi. Mais après je pense pas que je le vivrai si mal que ça, c'est compliqué de se projeter dans un truc que bah fin voilà mais euh mais voilà.

Sandra : Et euh hm finalement est ce que toi tu as un tu aimerais quitter les réseaux sociaux ou est ce que tu trouves que ça t'apportes aussi femme des choses dans ta vie ?

hm j'aimerais pas forcément les quitter mais je pense que ça m'apporte des choses dans ma vie mais faut juste savoir bien doser si j'ai pas Instagram c'est parce que je trouve que je suis déjà assez addict à Facebook et tweeter fin surtout que c'est pas que je suis ad-

dict à mon téléphone mais je trouve que ça prend pas mal de place dans ma vie et je fais pas mal d'effort pour pas être trop sur cet écran mais en fait je me laisse tellement vite happer par des trucs débile que du coup voilà donc j'aimerais pas supprimer totalement mais juste réussir à toujours garder toujours savoir doser en fait et pas que ça m'envahisse et que et que voilà quoi mais euh mais là tu vois typiquement un exemple aussi en très très off mais de toute façon je sais pas si tu vas interviewer XXX car elle en parlera. ça vu que c'est quel fin bon ça je pense que j'aimerais bien ne pas en parler enfin ne pas que ça apparaisse mais c'est juste quoi on a une amie avec XXX et récemment cette semaine y a eu toute une histoire autour d'une histoire prétendument de plagiat qu'elle aurait fait pour une chronique et en fait ça m'a trop touché parce que c'est une amie à moi et en fait j'ai pas pu m'empêcher de tout le temps tout le temps tout le temps d'aller voir ce qu'on disait sur Twitter, sur Facebook, sur Instagram alors même que ça a été une amie proche pendant trois ans mais on se voit beaucoup moins et tout mais connaissant ce qu'elle vit euh dans ce contexte là sachant à quel point c'est compliqué et la manière dont j'ai vu les gens parler d'elle sur les réseaux et tout ça m'a vraiment ça ma vraiment heurté quoi et du coup mais tu vois la j'arrivais plus trop à doser genre c'était vraiment compulsif quoi et euh j'allais sur Twitter et je tapais son nom et son prénom et j'allais regarder les trucs et c'était trop chiant et là je sais que là j'ai pas réussi à doser parce que j'ai senti cette affaire très proche de moi et que voilà.

Sandra : Et pourquoi tu ressentais ce besoin compulsif d'y aller ?

Parce que je voulais voir l'évolution de la polémique sur une personne que je connais bien quoi

Sandra : et quels effets ça avait sur toi ?

Ça me rendait trop triste pour elle c'est là ou je suis je , je ou en fait je me dis c'est quand même un danger énorme s les réseaux sociaux parce qu'on était à deux doigt du harcèlement quoi et du coup ça m'a fait peur et ça m'a rendu très triste pour elle et ça m'a aussi soulagée de pas être une personne connue parce que jamais de ma vie j'aimerais vivre ça c'est ce truc ou ça part dans tous les sens tout le monde donne son avis dans savoir je trouve ça voilà je me dis ça me aussi y a aussi des cotés très très toxiques aux réseaux et voilà.

Sandra : Une fois par exemple qu'est ce qui te fait sortir des réels et comment tu te sens une fois que tu arrêtes ?

Euh je me force à sortir des réels je pense ou alors au bout d'un moment ça me fait chier mais en tout cas je me dis à un moment « bon allez stop c'est relou » euh ou alors fin en fait je me dis pourquoi je regarde ça ? Ah ouais en fait je faut que je fasse autre chose fin voilà là y a déjà tant de minutes qui sont passées je vais pas y rester longtemps quoi et après comment je me sens après ça n'ancre pas, ça s'ancre pas trop tu vois genre je suis pas …

Sandra : Tu te sens pas triste d'avoir perdu du temps ou énervée ou alors même un peu sonnées par toutes les infos que tu as eu je sais pas…

Ça peut arriver que je sois un peu sonnée en effet mais en fait fin tu vois je vais pas passer trente minutes devant des réels, c'est l'affaire de quelques minutes et encore une fois je peux aller aussi sur Facebook sans forcément regarder des réels voilà.

Entretien 7 : Monsieur D

Sandra : On va pouvoir commencer si vous voulez bien. Alors en tout premier lieu j'aimerais s'il vous plait que vous puissiez en quelques mots vous présentez, me dire un peu qui vous êtes, je sais pas par exemple votre métier, si y'a des choses qui vous définissent vos loisirs et aussi par exemple votre place dans la famille. Voilà si vous voulez.

Oui bah alors d'accord. Donc bah moi je suis XXX ça j'ai du vous le dire, euh j'ai 70 ans, je suis à la retraite depuis euh 8 et 4, 14 ans, 2008. Voilà, euh j'étais euh prof de maternelle. C'est-à-dire avec des tous petits. Euh pendant des années j'étais le seul homme souvent dans l'établissement parce que maternelle c'est c'était très féminisé hein comme euh. Donc euh j'ai eu un petit peu de soucis puisque bon c'est là où une femme chez les routiers elle va se faire un peu bousculer bah pareil pour les hommes chez les, c'est pareil c'est exactement pareil le sexisme il est équivalent. Mais heureusement j'ai fini par rencontrer ma compagne au travail donc c'est pas, elle était inscrit c'est pas la même personne dont celle que je viens de vous parler et du coup ça m'a aidé à supporter les remarques

vous savez, « ha les hommes ça sait pas ranger ha les hommes » c'était des trucs comme ça. Voilà et donc elle elle été c'était tellement chouette ce couple que j'allais travailler avec euh avant c'était un bonheur quoi on était dans la même école. Donc ça c'est pour le métier, donc euh moi j'aimais bien m'occuper des petits justement de part mes petites pathologies je supporte pas les conflits, les ruses, les machins et les enfants ils y arrivent assez vite à partir de 6 7 ans, ils commencent à savoir ruser un peu, vous savez ils sont pas authentiques, de moins en moins quoi, donc je sais pas si vous êtes d'accord mais bon. Et tout petit c'était nature : « Ma maman est pas là je pleure, mon copain m'a pincé euh bah je me réconcilie facilement » avec enfin des choses comme ça. Donc moi j'étais bien là dedans, parce que y avait pas de notes à mettre en plus j'avais horreur de ça noter, y avait pas de concours d'examen de trucs c'était des apprentissages. Et eux ils étaient toujours partant donc j'ai travaillé avec plaisir dans ce milieu.

Sandra : Et vous avez toujours voulu être instituteur ?

Non (rire au éclats). c'est la vérité. Non je voulais être dessinateur de BD moi si vous voulez donc euh, ça a un petit rapport car y avait beaucoup d'activité graphique mais à part ça, mais même mon père qui était quelqu'un d'assez carré, hein, c'est un mot ; mon père voulait que je sois cadre d'entreprise voyez c'est et moi euh je suis tout à fait aux antipodes de ce genre de, parce que si vous voulez je suis quelqu'un qui n'a jamais eu d'ambition, qui a jamais eu le sens de concourir ou de rivaliser, d'être premier, faire un effort de ceci de cela vouloir gagner, donc moi ce que je voulais c'est être anonyme toute ma vie, et puis pas grand chose au fond. Juste un instit, prof, et pas vouloir plus l'argent ça m'a jamais trop intéressé ; Donc moi je voulais être dessinateur de BD parce que je suis quand même, j'ai beaucoup de capacités dans pleins de domaines artistiques, donc notamment le dessin et donc euh je voulais aller aux beaux arts pour euh perfectionner tout ça mais lui il a jamais voulu donc euh je j'étais paniqué un petit peu, je suis allé à la fac et là j'ai étudié la la sémiologie je sais pas si vous voyez ce que c'est, Roland Barthes le langage, c'était les débuts de la linguistique si vous voulez, les années 70. ça ça m'a bien intéressé mais mon père commençait à me dire « si tu gagnes pas ta vie bah je te mets à la porte » donc j'ai très vite embrayé sur le concours de l'école normale parce que je savais qu'on était payé pendant deux ans d'étude bon l'école ça avait toujours été un bon souvenir pour moi donc euh j'étais dans un milieu qui au fond, mais c'était pas ce qu'on appelle une vocation et tout ça hein pas du tout.

Sandra : C'était un métier finalement confortable qui vous correspondait bien mais pas non plus quelque chose que vous avez toujours voulu faire.

Alors bon la BD et tout ça j'ai fait à coté, je suis retourné aux beaux art quand même parce que je voulais pas en rester la mais après au cours du soir.

Sandra : et dans votre famille comment ça se passait un petit peu ? …

Alors il faut que je vous dise je vous ai parlé de petites pathologies que j'ai, donc moi je suis totalement isolé voilà.

Sandra : totalement isolé ?

Ouais c'est la douche froide hein (rire). c'est à dire que les membres de ma famille m'ont oublié on va dire, y'a pas eu de conflit parce que je suis pas conflictuel du tout, j'étais gentil j'ai toujours été gentil mais euh à croire que bon ils ont des problèmes alors y en a qui ont des problèmes psychologiques avéré du genre bipolarité à l'époque ça ne se disait pas mais c'est plutôt comme ça; donc si vous voulez bah il m'ont oublié c'est à dire que du jour au lendemain je me suis retrouvé à m'apercevoir que y avait plus de coup de fil, plus de ceci plus de cela, aucune visite euh. Donc petit à petit j'ai recherché à vérifier parce que y a une panique qui c'était installée hein parce que forcément quand vous avez tout le monde comme ça, est c'est tombé à peu près en même temps c'est pas les uns après les autres. Mais attention c'est pas du complotisme hein ce sont des faits. Et donc j'ai commencé à paniquer alors j'ai commencé à essayer de savoir puis en fait ils se sont arrangés pour se mettre que sur répondeur et puis je suis pas du genre à aller frapper aux porter à aller déranger, donc je me suis retrouvé petit à petit totalement isolé, totalement isolé.

Sandra : y a pas eu de mots alors de discours de parole vous ne savez pas pourquoi ?

Ah non non non y a jamais eu de dispute y a jamais eu de dispute parce que je suis pas conflictuel. Quand y a une dispute possible je m'en vais. Alors je je cherche pas à parce que je suis très sensible alors une parole blessante ça peut me mortifier pendant un mois des choses comme ça j'évite tout conflits. J'aime pas les humeurs, tout ce qui sort

de… l'humeur idéal moi je supporte pas donc voilà euh. Donc je suis totalement isolé. Voilà donc la famille c'est vite réglé. Vous voulez peut être avoir si j'ai eu des enfants ou pas quand même ?

Sandra : Oui oui allez-y.

Bon alors moi j'ai eu des filles dans les années 80, deux filles que j'ai eu dans mes classes d'ailleurs, parce que la maternelle euh ça permet aussi de, d'avoir ses petits enfants chez s… dans sa classe quoi, donc j'adorais ça, je m'en suis énormément occupé surtout la cadette parce qu'elle avait des grave problèmes psychot… parce que leur mère malheureusement c'était ma première femme elle est devenue comment on peut dire ça je dirais bi polaire mais grave donc elle leur a fait une enfance euh chaotique. Voilà chaotique c'est à dire elle avait des sautes d'humeur, elle faisait es fugues euh des semaines entières sans rien dire, elle partait souvent à l'HP aussi donc du coup je me suis retrouvé souvent bah pas tout seul hein, souvent mais moi ça me convenait parce que j'aimais bien occuper d'enfants et donc je m'en suis beaucoup occupé et de façon très très euh attentive et chaleureuse donc ça m'a fait drôle quand elles m'ont largué es d'un coup comme ça une fois. mais ce qui est bizarre c'est qu'elles ont larguée en même temps leur mari les deux soeurs.

Sandra : Ha ! Le mari et le père.

Ha bah oui y a des cas, vous êtes pas sortie de l'auberge, toute votre vie de professeur vous allez tomber sur des cas alors bon.

Sandra : Vos filles aussi est ce que y a eu quelque chose est ce qu'elles vous ont dit pourquoi les raisons ?

Alors justement je veux pas m'étaler là dessus parce que je vous fais peut-être perdre du temps. Non ?

Sandra : Bah écoutez vous pouvez me dire rapidement, y a pas de soucis.

Ouais ouais. Non parce que je sais que c'est 40 45 minutes et que vous avez d'autres questions. Alors je vais aller très vite/ mes filles m'ont jamais expliqué quoi que

ce soit, j'ai quand même eu des SMS plutôt sévères du genre que j'étais tyrannique des choses comme ça qui m'ont fort surpris euh. Alors c'est du ressenti peut être, c'est du ressenti hein mais dans les faits je peux vous dire ouuf. Et donc j'ai eu des petits enfants de part ma fille cadette. Alors la fille ainée elle a un fils que j'ai jamais vu, j'ai jamais vu. Je sais même pas si il sait qu'il a un grand père j'en sais rien et donc la deuxième par contre comme elle a quitté son mari au même moment euh elle m'a mis de coté quoi on va dire, je 'existe plus mais les petits enfants son mari je m'entendais bien avec, euh le papa donc quand il les a en, pardon quand il les a en périodes de vacances, ils nous les laisse à la maison une bonne semaine de temps en temps quoi donc j'ai pu j'ai joué un certain temps le rôle de grand père normal, c'est formidable. Mais attendez c'est pas fini. Un jour il a grandit le fils des deux hein y'a un garçon et une fille. Il a grandit et il est arrivé à 14 15 ans si vous voulez, et c'est l'âge des questions sur des sujets qui peuvent. Donc il a demandé pourquoi est ce que sa mère et moi on n'avait aucune relation. C'est normal comme questionnement. Alors euh moi il me l'a demandé alors je lui ai dit « j'en sais rien et puis ta mère elle me parle plus du jour au lendemain moi je ne sais pas pourquoi ». Mais seulement lui il avait déjà dans l'idée une réponse parce que qu'il déjà demandé à, j'aurais pu y penser, à sa mère et elle elle a dit « parce que ton grand père il m'a envoyé des tas de mails pourri » bon. ce qui est faux alors j'ai dit écoute est ce qu'elle te les a montré. Alors il me dit pas question de vérifier parce que maman ne ment jamais. Oh la j'ai dit d'accord donc il parle comme si dans sa tête je suis quelqu'un qui est capable d'écrire des mails pourris quoi. Donc moi je ne tolère pas ça comme je sais que je suis quelqu'un qui l'a jamais fait et qu'il ne ferait jamais ça, donc je l'ai mis de coté j'ai décidé que il allait se passer de moi un certain temps jusqu'à ce qu'il s'aperçoive que bon c'est pas vrai, c'est à moi de me définir c'est pas aux autres hein. Je vous dis ça tout ça c'est subjectif hein mais bon. Donc ça a fait un problème aussi avec le petit fils parce que elle a donné une image de moi qui est négative qu'il a admise. Et donc ça j'admets pas ça moi ? Je lui ai dit si je laisse faire l'air de rien euh ça veut dire que d'un coté il va me fréquenter parce que je suis sympa, on va au resto on fait des trucs bien mais en même temps il a dans l'idée que j'ai été méchant avec sa mère ce que je n'accepte pas comme idée parce que sa mère j'ai été vraiment le meilleur des pères avec pendant des années hein. Bon ça c'est des problèmes qui concernent les psys (rire). Donc voilà c'est en gros.

Sandra : D'accord d'accord donc euh voilà quelque conflits en tout cas dans..

Pardon ? Excusez moi j'entends mal.

Sandra : Je disais donc du coup quelques, j'allais dire quelques conflits mais en même temps c'est un peu plus que ça quelques isolements dans la famille.

Total. C'est comme si j'avais jamais eu de passé. En plus j'ai eu la grave douleur de perdre ma compagne au bout de 20 ans de chouette bonheur, parce que là tout le monde voulait bien nous voir. On avait une bonne table, les les gens étaient contents. Mais à partir du moment où elle est morte du jour au lendemain c'était pour une opération du coeur, coeur ouvert, euh je me suis retrouvé avec des gens qui me parlaient plus par exemple alors c'est bizarre comme si on sentait la mort, bizarre. Et donc déjà de ce coté là ça a foiré. La famille pendant un certain temps il sont commencé à me fréquenter un petit peu hein euh. Et puis après j'ai épousé cette femme dont je vous ai parlé qui est aide soignante en HP bon c'est le hasard hein j'ai pas recherché dans sa profession je la connaissais depuis long-temps, c'était la meilleure amie de ma femme décédée si vous voulez. voilà ça c'est pour vous dire. Donc elle elle a tout de suite alors c'est elle qui m'a signalé, je comprenais pas je lui disais écoute dans les groupes ça marche jamais elle m'a vue essayé plein de fois de m'insérer dans les groupes d'activité, théâtre machin et à chaque fois ça foire, je lui dit mais je comprends pas j'essaye d'être gentil alors t'es typique asperger toi qu'elle m'a dit (rire) mais par moi un asperger c'était quelqu'un qui est un peu fou qui marchait de travers je sais pas mais apparemment on peu à la fois moi j'en sais rien j'y connais rien. On peut à la fois être sans aucune atteinte intellectuelle et en même temps avoir des manies des trucs, j'ai tous les clichés moi des Aspergers.

Sandra : Bon et bien en tout cas merci pour cette présentation on ne peut plus complète donc c'est très bien peut être qu'on aura l'occasion de revenir sur certaines choses au cours de l'entretien. Tout d'abord vous avez accepté de participer à cette recherche et de témoi-gner de cette expérience sur les réseaux sociaux, est ce que je peux savoir pourquoi ? qu'est ce qui a fait que vous avez accepté ?

Alors y a plusieurs raisons, je peux vous les dire toutes ?

Sandra : Allez-y.

Bon d'abord j'aime beaucoup les gens qui étudient et qui essayent de parvenir à leur projet, à leur but, je suis quelqu'un qui adore l'idée d'étudier à l'école moi j'étais toujours, bon ça fait cliché, les meilleurs notes blabla. Quand j'étais petit je faisais des encyclopédies tout seul (rire). Maintenant j'ai compris pourquoi on m'a regardé comme un oiseau rare, euh maintenant oui parce qu'à l'époque je trouvais ça normal et ça me paraissait bizarre que les autres ne le fassent pas. Bon moi je jouais pas au foot je préférais faire des problèmes. Bref donc déjà bon j'ai vu une étudiante qui veut, oh j'ai dit aller si ça peut l'aider, si ça peut participer on va le faire. Ensuite euh je suis toujours été intéressé par tout ce qui touche à la psychologie, la psychanalyse quand j'ai eu mon deuil dont je vous ai parlé tout à l'heure, un deuil très grave, j'étais au fond de la piscine, c'est une psychiatre qui m'a relevé hein, qui m'a récupéré avec beaucoup de finesse, et des médicaments quand même hein mais bon, et j'avais jamais fait de dépression de ma vie euh et donc elle m'a aidé à supporter ce deuil à passer au travers on va dire bon. Donc euh les psys euh tout ça, cet univers là euh bon et puis j'ai beaucoup lu des trucs de Freud, machin Lacan tout ça ça m'intéresse. Bon et puis troisièmement j'ai jamais de coup de fil (Rire). Donc ça fait un petit peu de blabla avec quelqu'un qui m'appelle et puis c'est tout hein.

Sandra : C'est aussi une raison tout-à-fait, tout-fait. D'accord très bien bon et bien merci beaucoup. Alors on va rentrer maintenant dans le vif du sujet. Est ce que vous pouvez me dire sur quels réseaux sociaux êtes vous inscrit ?

Ouais Facebook.

Sandra :Vous avez que Facebook ?

Oui parce que ça me remplit déjà beaucoup parce que j'ai beaucoup de gens avec qui je dialogue donc Facebook.

Sandra : D'accord, vous utilisez tous les jours ?

Oui sauf quand euh sauf quand euh bon si je fais une activité mais c'est rare c'est quasiment quotidien, parce que …

Sandra : Plusieurs fois par jour ?

Oui parce que si vous voulez euh en fait j'ai une façon de l'utiliser qui est peut être pas courant disons que à force j'ai fini par me constituer un petit réseau d'amitié etc. mais des parce qu'on dit toujours Facebook c'est pas la vie etc mais les gens c'est quand même des vrais gens qui y a derrière, donc un moment donné quand y a des affinités on finit par se téléphoner ou des choses comme ça si vous voulez même si c'est pas un truc de rencontre hein c'est pas la question. Mais donc moi si vous voulez ça m'a remis un peu permis de garder un lien social avec des gens quand même.

Sandra : Un lien social avec des gens que vous avez rencontré directement sur les plateformes.

Pardon ?

Sandra : Que vous avez rencontré directement sur Facebook.

Oui que j'aurais jamais rencontré euh si ça avait pas existé puis tant mieux parce que si vous voulez y en a qui habitent loin, et c'est c'est des gens précieux des gens agréables à… à à fin à échanger quoi fin à faire des échanges discuter euh donc du coup comme j'avais l'impression de plus exister du fait de physiquement être totalement isolé sauf avec évidemment ma femme quand même mais … Elle même elle a pas de famille bien et donc euh j'avais cette impression que st quand même très désagréable hein avec Facebook ça s'est remis un peu quoi, ça s'est, ça s'est atténué.

Sandra : ça s'est atténué.

Bah oui j'ai l'impression d'exister (rire).

Sandra : Oui oui ? Parce que …

Bah bien sur

Sandra : … sans Facebook quand vous n'allez pas sur Facebook pour vous y au sentiment comme ça de non existence qui peut…

Oh oui oui si l'ordi est en panne où le réseau oh là là c'est grave. Ha oui oui là je suis pas je suis pas bien si vous voulez.

Sandra : C'est-à-dire, est ce que vous pouvez m'en dire plus ?

Pas bien bah d'un seul coup j.. c'est un vertige de j'ai l'impression que y a un gouffre vide hein, si c'est pour avoir des images euh. euh J'ai l'impression d'un seul coup vous savez je suis en gravitation autour de la terre quoi loin sans pouvoir y retourner, sans pouvoir y retourner donc c'est un peu une impression comme ça de. Y a presque une panique hein y a presque une panique.

Sandra : Presque une panique ? oui ?

Ouais mais ça n'arrive pas souvent parce que moi j'ai un ordi euh, je le change, je change d'ordi tous les trois quatre ans pour avoir une bête performante, pour être sûr et puis on a un abonnement orange qui sont quand même assez costaud, on a la fibre et tout ça donc euh pour l'instant je touche du bois ça marche, j'ai peut être une panne par an ou deux. Et puis les amis Facebook maintenant je les ai sur mes contacts téléphone. Voilà.

Sandra : Et alors depuis quand vous avez commencé ?

Facebook ? Alors j'avais commencé autrefois bon on va dire y a longtemps plus de 10 ans, 10-15 ans, mais c'était euh c'était pas pour combler quelque chose j'avais pas besoin puisque les gens me parlaient je voyais de temps en temps à Noël euh la famille et tout des choses comme ça hein donc c'était euh par curiosité euh, j'.. à l'époque j'étais pas vraiment accro. Et puis quand euh d'un seul coup puisque c'est c'est en 2015 que j'ai pu entendu parler de personne et donc là y a eu la panique et puis je me suis rendu compte après que bon j'étais devenu assidu à chercher chercher chercher, chercher du monde euh, c'était presque frénétique.

Sandra : Presque frénétique.

Oui vous pouvez noter (rire). c'est la vérité, tout ce que je vous dis c'est la vérité.

Sandra : Ha mais c'est très bien vous êtes spontané c'est tout…

Je peux pas faire autrement j'ai jamais su mentir. Jamais.

Sandra : Rappelez-moi votre première femme est décédée quand ?

Alors non. Ma première femme elle est toujours de ce monde et elle est je dirais et malheureusement parce qu'elle m'en a fait baver. Alors j'ai eu une première femme à un mariage entre 1974 je crois et puis euh quelque jusqu'à ce que je rencontre la suivante en 89. euh parce que j'étais plus en plus mal si vous voulez c'était un couple ou la femme était violente. C'est plus rare parce que souvent c'est les bonhommes. Mais moi j'étais dans la même situation que ces femmes qui souffrent en prenant une claque de temps en temps, des insultes, fin du harcèlement et j'étais très mal mais le problème c'est que je restais quand même parce que un y avait mes enfants à m'occuper et deux j'aimais pas le changement, le changement ça me panique. Donc je préférai rester dans ce contexte pourri que de changer de femme de maison et tout ça quoi. Et quand j'ai rencontré celle qui allait devoir ma compagne pendant 0 ans, on a eu un coup de foudre mais vraiment je savais pas que ça existait, puis ça m'est arrivé ça nous est arrivé et à partir du moment ou n s'est vu;, mais vu alors vraiment la première fois, on s'est établit ensemble très peu de temps après, jusqu'à la fin jusqu'à sa mort. Donc j'a abandonné tout par amour comme on dit hein et donc j'ai vécu heureux et c'était la plus belle période de mon existence pendant 20 ans, le bonheur parfait ça existe et donc ça c'était jusqu'en 2006 elle est décédée en 2006 et un an ou deux après j'ai rencontré fin je la connaissais déjà mais j'ai épousé ma femme actuelle quoi qui elle euh cri vous voulez c'est quelqu'un c'est une professionnelle de la psychologie et tout ça et quelque part elle m'a toujours bien compris, elle saisi bien euh bon mais parce que par exemple je fais de l'hyperacousie j'ai pleins de défauts comme ça. Oh bah elle elle va faire attention de pas faire trop de bruit puis voilà c'est tout.

Sandra : Bon ok. Et euh donc vous m'avez dit vous avez commencé l'utilisation des réseaux sociaux en 2015

Euh non non pas en 2015 non non c'est eux qui m'ont ha oui j'avais commencé avant et j'ai commencé à être frénétique en 2015 lorsque j'ai été abandonné et puis après je me suis rendu compte que c'était à cause de ça quoi en fait.

Sandra : Que c'était à cause de ça c'est à dire ?

À cause de l'abandon, ha bah oui parce que avant j'étais plus tranquille avec ça hein. Facebook je pouvais ne pas y aller pendant deux trois jours ou même une semaine hein c'était pas.. Voilà.

Sandra : Aujourd'hui vous êtes encore dans cette frénésie ?

Bien sur, mais là c'est plus pareil c'est plus pareil parce que je suis plus installé dans un réseau donc je suis assidu car c'est agréable, et puis je vous dis moi je vois mais personne donc euh je suis très disponible hein la preuve je, vous avez dit je vous appelle tel jour tel heure j'ai dit ok parce que je savais que je serai disponible hein euh. J'ai quelque rdv médicaux de temps en temps mais à part ça. nOn non mais c'est plutôt maintenant c'est plus euh comment dire euh l'entretien de relationnel c'est le plaisir quoi, comme les gens qui s'invitent régulièrement ou des choses comme ça.

Alors qu'est ce qui vous plait dans Facebook qu'est ce que vous aimez ?

Dans Facebook ? Orf euh moi ce qui me plait c'est de de de croiser plein de monde et de de pouvoir choisir quoi choisir euh les affinité les trucs euh alors euh si vous voulez ça suppose beaucoup de euh beaucoup de de tris hein en fait. mais sinon euh euh ouais c'est ça qui est bien si vous voulez dans la vie quotidienne dans la vie normal on rencontre du monde mais c'est souvent des collègues euh des gens qui étaient à la même fac que nous ou la famille mais sur Facebook c'est toute la planète parce que moi j'ai même des relations avec des gens du japon par exemple parce que comme je suis musicien bah ya des musiciens japonais hein donc euh suffit d'aimer les mêmes euh trucs de musique puis hop ça y est on tombe dessus on discute même en anglais hein donc ce qui me plait c'est la diversité, on va dire une formule pour vous aider (rire) la diversité de la fréquentation.

Sandra : D'accord.

Bah c'est comme si y a avait une grande foret avec plein de gibier sympa et puis on tri parce que y en qu'on préfère à d'autres et voilà c'est très rempli c'est une foule hein. C'est une foule mais finalement qu'on peut un peu contrôler, choisir, ouais ouais parce que des fois ya des gens un peu douteux alors il essayent d'avoir des renseignements ou des choses, et moi j'ai l'habitude hein j'ai une protection totale là-dessus euh euh j'ai euh je contrôle bien ces choses là, y en a qui essayent y a des fausses identités vous savez des fois ils jouent sur de la fausse séduction par exemple c'es tà dire ils vous envoie un message une jeune femme en maillot de bain machin euh puis bon ça vient d'Afrique tout ça c'est des gens qui essayent d'extorquer euh.

Sandra : Et est ce que y a des choses qui vous plait dans la façon dont Facebook est comment dire organisé, parce que la vous me parlez beaucoup des personnes que vous pouvez rencontrer mais est ce que le design de Facebook un peu y a des choses qui

Non, ça m'énerve c'est quand ils changent, moi je vous ai dit j'aime pas le changement d'aucune façon alors le moindre changement de la mise en page hein c'est ça hein moi ça me rend malade ça (rire) c'est des repères très très fixes dans la vie.

Sandra : Et alors du coup qu'est ce qui vous fait ouvrir Facebook? Au cours de la journée ?

Je je fais, je mets l'adresse et puis je clique.

Sandra : Mais qu'est ce qui fait que vous mettez l'adresse et vous cliquez ?

Ah euh la raison profonde ? Euh… bah c'est aussi le réflexe hein peut être. Y a le réflexe y a j'ai quelque chose à dire, parce que moi je fais une chronique quotidienne le soir donc euh. Donc ça y a des gens qui aiment bien la suivre et donc euh c'est comme une espèce de tache journalistique un peu vous savez euh euh sur la première page des journaux y a l'éditorial voilà donc moi j'ai un peu une page éditoriale et pis y a des des amis qui mettent des truc sympas, y en a c'est culturel hein tel expo tel bon donc le matin bah c'est une envie, c'est comme si je prenais ma voiture pour aller découvrir le monde un peu.

Sandra : Y a une envie d'aller découvrir un peu le monde quoi

Ouais ouais d'aller à la rencontre des autres savoir ce qu'il deviennent, est ce que t'as pareil ta journée ou bien puis voilà je vous dis aussi y a un peu le réflexe quand même aussi

Sandra : Quand vous dites réflexe ça veut dire quoi exactement ?

Bah c'est à dire que je me lève, je vais pas vous détailler la journée (rire) ça doit être chiant, je me lève je déjeune alors comme je suis euh si vous voulez en plus je suis diabétique excusez moi j'ai pleins de bobos et donc ça me fait faire des nuits pourries hachée donc des fois je suis réveillé à 5 heures du matin je peux pas me rendormir donc j'ai un petit creux, je mange du coup après bah la suite logique c'est d'aller voir un peu ou en sont les copains des choses comme ça quoi donc euh c'est dans le flux des activités alors j'y vais un peu, pas longtemps après je fais mes affaires à moi ce que j'ai à faire hein.

Sandra : Je reviens sur un mot que vous avez dit tout à l'heure par rapport au fait d'exister qu'est ce qui fait selon que Facebook vous permette d'exister ? c'est quoi exactement qui vous dit tiens à ce moment là quand je suis sur Facebook et qui se passe tel ou tel chose bah j'existe

Alors euh bah c'est à dire que dans la vie quotidienne la vraie vie comme on dit des fois hein. Euh si vous voulez à part ma relation conjugale euh moi je je vais juste, ma seule sortie quotidienne c'est d'aller au supermarché pas loin, chercher à manger, j'y vais tous les jours une fois et là bas , y a les hôtesse de caisse, les clients, y a pas de relation personnelle euh donc sur Facebook j'ai des relations personnelles hein c'est-à-dire que y a des vraies amitiés qui se nouent ou on peut se dire des choses qu'on dit aux amis quoi.

Sandra : Est ce que par exemple c'est le fait quand vous recevez une notification ?

oui bah oui j'en ai pleins hein, le matin oui y a ça aussi tiens qu'est ce qui m'a écrit ou qui est ce qui a fait des remarques sur ce que j'ai mis, oui y a cette curiosité là.

Sandra : ça ça vous donne un peu cette impression de ..

C’est concret ça ça se touche presque du doigt hein. Ya une présence bah vous savez quand vous lisez un roman par exemple un livre, les personnages sont fictifs mais selon le talent de l’écrivain vous avez vraiment l’impression qu’ils sont là qui c’est qui bougent comme un film ou bon. Là c’est un peu la même chose hein les gens ils ont leur style quand ils écrivent du coup vous reconnaissez bien untel euh. C’est une autre vision d’existence des gens mais ils existent vraiment. C’est des vrais être humains de toute façon. Voilà et puis des fois ça m’est arrivé d’en rencontrer sur un accord commun on dit « tiens, faudrait qu’on se voit alors on bouffe » et puis on s’aperçoit qu’en effet on est exactement comme sur euh sur Facebook c’est à dire y a pas de triche. Moi j’élimine dès que je sens la triche j’élimine, je bloque. Y a des gens avec qui je j’ai gardé des bonnes relations pendant longtemps là actuellement c’est des gens qui n’ont jamais triché vous savez les gens qui trichent finissaient par se recouper hein ils mentent un coup euh et moi j’ai une mémoire terrible de tout ça donc le jour ou quelqu’un me dit blanc et un an après il ment, on s’aperçoit qu’il a menti bah moi j’oublie pas.

Sandra : C’est important pour vous ça …

Ho là oui le fait d’être authentique hein mais j’ai le flaire hein dès que je sens l’inauthenticité c’est fini y a plus de relationnel avec moi c’est foutu.

Sandra : Est ce que Facebook c’est quoi votre utilisation c’est principalement vous parler avec des gens mais est ce que des fois vous regardez des contenus des choses qui…

Oui oui oui bien sur, bah la preuve, vous. Vous c’était dans la page les psy-causent je crois. Bon bah onc voilà hein je vous l’ai dit que ça m’intéressait les trucs de psys donc les psy cause je me suis inscrit par intérêt pour le domaine, des fois c’est bien, des fois actuellement c’est par exemple je discute un gars il a fait un livre qui s’appelle le pervers narcissique avec une illustration de couverture c’est un bonhomme. Donc comme moi je suis mixitaire à mort c’est à dire je suis pour que on cite quand même que les femmes aussi peuvent être perverses narcissiques. Donc je suis j’ai un peu griffé parce que je suis dit c’est pas mixte ton truc ça sous entend que ce serait que les hommes mémé s’ils sont majoritaire, les femmes aussi. Voilà bon je regarde un peu ce que font tout le monde, ce que disent tout le monde hein.

Sandra : Et le contenu que vous regardez sur Facebook ça vous plait ou pas forcément est ce que des fois ça vous énerve ou…

Ha oui oui oui bah tout ce qui est euh alors je rends pour avoir des beaux ongles ou bien des trucs par exemple des des moi je supporte pas le conformisme donc c'est euh euh tous ces gens qui disent que les hommes ils rangent pas vous savez les grands les tas de choses comme ça m'agace. Tout ce qui est banal, tout ce qui est chiant ou alors..

Sandra : Comment vous vous sentez quand vous voyez, est ce que ça vous arrive souvent d'avoir du contenu comme ça qui vous déplait ?

Oui oui.

Sandra : Et comment vous vous sentez à ce moment là …

Ho ba ça éveille en moi l'instinct du chasseur donc sitôt je mets une remarque pour coincer la personne par exemple une remarque, un truc qui dit par exemple euh « si tu souris la vie va être plus belle » sous entendu ceux qui ont du malheur c'est qu'ils sont responsables de leur malheur c'est pas vrai comme toujours donc moi je mets « bah va dire ça aux déportés d'Auschwitz on va voir que ce si l'on sourit là bah si ça a changé souque chose » je mets des trucs comme ça (rire)

Sandra : Est ce que ça c'est adressé à quelqu'un ?

Oui alors des fois c'est à la personne qui a mis le sujet ou alors des fois 'est un sujet plus ou moins anonyme je sais pas mais à chaque fois ça plait pas, vous avez souvent des insultes alors ils y vont carrément c'est « connard » et tout hein ça y va et puis la logique ça n'a rien à faire la vérité n'a rien à faire moi je suis d'une autre planète hein donc je crois faire oeuvre utile en contredisant mais je sais que ça changera pas les avis de la personne en face.

Sandra : Mais alors pourquoi vous le faites du coup ?

Pourquoi je le fais bah par devoir !

Sandra : Par devoir ?

Oui c'est à dire euh euh vous imaginez quelqu'un est su' le bord de la route entrain d'agoniser si vous passez 'vec votre voiture non vous vous arrêtez vous essayer d'appelez les secours, bon bah là c'est pareil je veux dire intellectuellement il est entrain de berner tout le monde celui aussi les voyants les choses comme ça tout ce qui est plus ou moins malhonnête euh, charlatanisme tout l'en, moi mon devoir c'est de protéger si je peux au moins une ou deux personnes qui auraient lu le mon commentaire, alors je sais que c'est c'est Don Quichotte hein, je sais que c'est d'une rare inutilité mais je peux pas m'empêcher (rire) c'est ma maladie ça si vous voulez moi j'ai toujours fait ça même dans la vie quotidienne ce qui fait des gens y vous font la gueule hein. Si vous dites à quelqu'un euh il vous dit par exemple bah je viens dans la semaine bon moi je dis le quel jour, boh comment ça quel jour bah dans la semaine ha non non non je veux un jour puis après il me dit bah on va dire mercredi oui et alors quelle heure, ho bah en plus il te faut une heure, oui c'est ça ou rien, souvent c'est rien (rire). ça vous rend insupportable quelque part.

Sandra : Ha oui ?

Ho bah oui vouloir quelles gens soient vrais tout le temps parlent pas flou euh bah moi les sous entendus je les comprends jamais par exemple. Euh Quelqu'un qui vous dit vous faites tomber un vase, quelqu'un vous dit ha bah bravo ho bah c'est bien, moi je crois qu'il me félicite, maintenant j'ai appris que il faut analyser se dire il te dit bravo mais en fait il pense le contraire, et puis y a un temps de recul, un temps de décalage, donc tout ça fait que le gars vous le prenez aux mots. Alors moi je peux lui dire bah tu me dis bravo je viens de casser un vase pourquoi tu me félicite et il se dit c'est qui ce mec il se fout de ma gueule et du coup ça crée une hostilité et ça c'est tout le temps c'est tout le temps c'est une souffrance dans un monde comme ça mais c'est pas le monde qui va changer.

Sandra : Et finalement vous avez des contenus comme ça qui vous déplaisent et donc vous régissez parce que c'est votre devoir et est ce que ça vous soulage de réagir ?

Oui, j'ai l'impression d'avoir fait ce pourquoi je suis né. Comme le schtroumpfs à lunette il est crispant, il dit toujours c'est pas bien de faire ci, moi j'ai toujours été morali-

sateur à mort, donc ça c'est désagréable, c'est désagréable, c'est de la morale logique hein faut pas mentir, faut pas voler, si quelqu'un hausse le ton en me parlant je dis « ah non si tu hausses le ton tu me vois plus » terminé je veux pas être la victime. Et donc les gens ils ont du mal avec ça. parce que eux apparemment il est normal de s'énerver de cris je sais pas. Voilà. Bah oui.

Sandra : Et alors quand vous dites que, enfin bon c'est moi qui l'ai dit mais vous avez acquiescé sur le fait que ça vous soulage, est ce que c'est une sensation que vous ressentez, comment ça se passe au niveau émotionnel ?

Alors j'ai jamais analysé ça mais ça me soulage oui ça me soulage, bah j'ai la conscience tranquille, j'ai pas laissé dire une bêtise, le gars il est jamais contredit si vous voulez sur Facebook c'est toujours dans le sens du poil les réponses ou les commentaires. Bon imaginez un gars il fait des peintures horribles euh parce que ça existe hein les peintures horribles alors ou malsaine ou bon. Tout le monde dit ho bravo formidable oh c c'est génial tu es génial, bon moi je lui dit non c'est moche je lui dis c'est moche ce que tu as fait là et je suis prêt à t'expliquer pourquoi. Holala je vous dis pas. Une seul voie qui critique un petit peu et pas méchamment parce que moi c'est pas malveillant hein et bien ho non non non c'est terrible comme réaction.

Sandra : Et comment vous vous sentez quand ''un vous répond vous insulte etc ?

Bah je m'en fiche, je suis assez indifférent parce que moi ce que je voudrais c'est que le gars il sache que y a peut être 7 7 ou 8 milliard d'individus sur la planète et y en a au moins un qui est pas d'accord, faut qui sache que tout le monde peut pas être d'accord. Rien que la voix qui s'élève contre, vous savez euh bah c'est c'est c'est nécessaire de savoir que tout le monde est pas d'accord et puis moi c'est éventuellement pour qu'il apprenne à être tolérant parce que il faut savoir accepter une contradiction dès lors que c'est pas malveillant mais ne fait ça ça passe mal hein je vais vous dire hein. Le gars qui dit… Pardon ?

Sandra : J'allais vous poser une autre question donc je vous laisse terminer ce que vous vouliez dire

Le gars qui va vous dire « ho c'est sympa de m'avoir dit que ma peinture est moche » ça existe pas beaucoup hein (rire).

Sandra : D'accord. Quelles sont les contenus qui vous attirent particulièrement ?

Euh surtout quand c'est culturel. C'est à dire sur la littérature, la peinture la musique euh tout ça dans tous les toutes époques, tout tout tous artiste confondus euh toujours moi je fonde et également les trucs psychologiques, y a à boire et à manger hein sur les psy-causent par exemple y a des gens qui disent des choses très très pointues et puis d'autres c'est pff ça ça tient de la (inaudible). c'est vraiment du n'importe quoi des fois mais ça ça m'intéresse aussi.

Sandra : ça ça vous intéresse aussi. Et est ce que y a un type de contenu, je sais pas un peu honteux ou ringard ou quelque chose dont vous êtes pas spécialement fier ou en tout cas un contenu que vous ne pouvez pas vous empêcher de regarder, d'aller voir ou même un contenu qui vous déplait que vous aimez pas du tout mais pourtant vous allez voir quand même ?

Ouaaaaaaais bah par exemple les euh politiquement, les partis pour lesquels je, contre lesquels je suis, partis par exemp bon moi j'ai j'ai milité contre les gilets jaunes (rire). Je vous dévoile des trucs. Et donc euh bon je sais bien que ça peut être ridicule hein mais ça fait rien c'est fait activement en plus. Alors si ça c'est je vais vous raconter (inaudible) vous tomberiez de la falaise. Donc j'ai milité contre les gilets jaunes du temps ou ils étaient tous les samedis etc ça a duré un an ou deux je sais plus mais j'étais très actif et alors je me suis fait d'excellents amis comme ça parce que alors on était motivé par euh la lutte contre ces gens là qui étaient bruyants, grossiers vulgaires tout ce que vous voulez. Enfin ça c'est mon point de vue hein. Et donc je continue à espionner si vous préférez, donc c'est quelque chose que j'aime pas ce qui mettent mais je peu pas m'empêcher de regarde pour savoir ou ils en sont pour savoir s'ils vont encore nous faire chier ou pas.

Sandra : Quelque part ce contenu là il vous attire, pourquoi vous êtes attiré par ce type de contenu, pourquoi vous pouvez pas vous en empêcher d'aller voir ?

Parce que j'ai toujours pur qu'ils reprennent du poil de la bête, c'est une angoisse peut-être c'est e se dire « si je surveille pas le lait sur le feu, la casserole peut déborder à mon insu ». c'est pas euh par perversité, je comprends un petit peu ou vous voulez en venir, mais non c'est pas ce sens là moi c'est plus pour surveiller, surveiller. Alors pour le reste alors des choses e honte, alors vous avez employé ce mot, par exemple des fois c'est des blagues de très mauvais gouts hein j'ai une aie Facebook euh qui est super sympa et tout mais à coté de ça elle met des blagues très vulgaires mais moi ça me fait rire quand même (rire). Et j'ai un peu honte parce que je suis censé être un peu érudit tout ça et en fait euh bah ça ça me fait bien rire ça me fait rire tellement c'est bête, donc voilà c'est ma petite honte à moi.

Sandra : On va partir sur ces deux contenus différents, Quelle émotion vous vient quand vous regardez le contenu sur les gilets jaunes et quelle émotions vous vient quand vous regardez des blagues de mauvais gout ?

Pour les gilets jaunes, c'est aussi pareil pour la NUPES puis tout ça quand même c'est global, moi je n'aime pas le bruit, j'aime pas l'hystérie, j'aime pas les cris, j'aime pas les groupes, et surtout pas les foules, alors là encore moins moi tel que je suis vous me voyez sous mon lit. euh Bon donc je vais jamais au feu d'artif c'est pour ça que quand même pas en général je participe à rien de ce qui leur plait que ce soit le foot machin bon. Et donc les gilets jaunes pour moi c'était le je suis tombé des nues, ces gens qui cassaient l'arc de triomphe, ah non non non moi je supporte pas je veux une vie tranquille bisounours voyez.

Sandra : Mais justement c'est marrant parce que vous voulez une vie bisounours ce que j'entends tout à fait puisque vous ne supportez pas le bruit etc et en même temps vous allez voir ce qui ce passe sur ce contenu là…

Bah oui mais parce que j'ai peur que la vie bisounours soit encore abimée.

Sandra : … Et en même temps j'imagine que ça doit vous provoquer certaines émotions parfois d'aller …

Pas souvent parce que ils sont pas prêts de remettre ça. 9a me rassure de voir qu'ils sont devenus portion congrue hein. Je sais pas trop je sais pas si j'ai bien compris le sens de votre question. Une forme de masochisme c'est ça ?

Sandra : C'est comment vous vous sentez quand vous regardez ce contenu là. Est ce que ça vous angoisse est ce que ça vous excite…

Ho un peu de tout hein, ça dépend de si ils disent on va manifester tel jour sur les ronds points, là ça m'angoisse parce que je sais que je vais devoir presque me battre physiquement parce que je supporte pas qu'on m'empêche d'aller ou je veux quand c'est légitime. Donc un rond point barré par des abrutis en gilet jaune qui picolent, ho non non moi je me cache hein je sors de la voiture et puis « ici vous avez pas le droit de faire ça » je le dis pas en criant ni rien mais je le dis et puis ils gueulent. Donc ça ça m'angoisse quand ils préparent un coup si vous voulez, une réunion. Mais sinon je suis content quand je vois que ils se plaignent de que y avait peu de monde à leur dernière manif ha je suis très content là, bien fait euh (rire). Vous savez bien que vous en ayez conscience.

Sandra : Et quand vous étiez dans ce moment ou y avait beaucoup de gilet jaune que c'était vraiment une effervescence etc comment vous étiez quand vous alliez voir ?

Bah d'abord j'ai été obsédé, c'est-à-dire c'était du matin au soir je guettais ce qui faisaient. parce que à la télé il passaient beaucoup hein. donc y avait sur les réseaux sociaux alors je me suis inscrit clandestinement sur tous leurs groupuscules pour pour espionner et puis je regardais la télé et puis après j'ai fini par être actif, c'est-à-dire je me suis dit euh mon vieux euh tu vas pas rester comme ça il faut que tu te débarrasses que tu participes à la défaite de ces gens là, donc euh j'ai acheté des aimants, (rire) vous allez voir c'est terrible, des petits aimants carrés vous savez comme des petits aimants comme des morceaux de chocolat, j'ai collé dessus parce que ce sont des aimants avec une face collante, donc je collais dessus une photo par exemple de Macron, des choses qui les énervent, et j'allais en douce sur les parkings, et je plaquais un aimant sur les voitures où y avait un un gilet jaune à l'avant, puisque c'était leur signe de reconnaissance. Donc ils trouvaient, ça n'abimait pas la voiture parce que je suis contre les méthodes d'abimer hein. Et puis moi je me postais dans un coin du parking et je guettais. Je voyais leur tête effarée parce qu'ils supportent pas qu'on touche à leur voiture. Puis une tête de Macron collée sur

leur voiture ça les angoissaient ou je sais pas puis ils regardaient partout ça me faisait rire, et puis voilà c'était ma façon à moi de me battre sans me battre, sans violence et sans destruction c'était pour les faire chier en fait.

Sandra : Vous étiez obsédé alors ?

Total. Ha oui je vous le dis.

Sandra : Comment ça s'est mis en place cette obsession ?

Bah quand j'ai vu qu'ils faisaient à peut près tout ce qui voulaient. Bah ça s'est mis en place le premier jour ou il sont bloqué les ronds points. Moi je j'ai mon petit trajet à faire ou autre et je supporte pas qu'on m'empêche de faire ce que j'ai à faire, parce que souvent je fais que des choses normales hein. Donc j'ai vu des gens alors moi y a quel les flics qui peuvent m'arrêter euh ils ont le droit, c'est l'ordre, c'est c'est voilà c'est la loi, mais eux c'étaient hors la loi, alors je suis sorti de la voiture j'ai essayé de leur expliquer qu'ils étaient hors la loi, mais (rire) ils en avaient rien à faire. C'était pas leur problème disaient « vous avez qu'à vous en prendre à Macron » « mais c'est vous qui bloquez la route c'est pas Macron » si c'est lui qui est responsable je dis « mais il vous oblige pas », alors je voulais qu'ils se poussent et qu'ils me laissent passer mais c'était à deux doigt de la violence de leur part alors j'ai céder mais après ça m'a fait fulminé. Et après j'ai eu sur que si vous voulez quand j'étais marié la première fois vous allez dire y a pas de rapport avec le mariage mais si y en a un. Mon ex était quelqu'un de très gilet jaune dans la maison quoi en fait. Elle était tyrannique elle m'empêchait de elle cachait les clés de ma voiture, elle cachait les clés de mes boites d'instrument pour pas que je puisse aller en répétition etc elle mettait sous clés des trucs et donc moi je me sentais terriblement angoissé d'être tout le temps gêné aux entournures donc ça a crée certainement un grand besoin de liberté et que j'ai retrouvé dont j'ai retrouvé avec les gilets jaunes les angoisses que j'avais eu avec mon premier mariage, c'est un peu idiot mais c'est vrai.

Sandra : Et donc y avait comme ça une sorte de vigilance qui s'st mis en place…

Et qui continue aujourd'hui encore. parce que les cendres faut guetter hein les pompiers ils vont voir si y a encore des cendres après l'incendie, je fais pareil. je vis sur les

réseaux des gilets jaunes et je guette. Vous allez me prendre pour un grand malade hein j'ai l'impression.

Sandra : Ah bon pourquoi ?

Bah je sais pas Parce que je vous raconte pleins de trucs de tout ça quoi

Sandra : Bah justement c'est précisément l'objet, de, en fait c'est l'objet de la recherche c'est de savoir un peu quels effets les réseaux sociaux ils ont sur vous. Voyez

Voilà vous êtes au courant (rire).

Sandra : Et alors justement pour revenir dans le coeur des réseaux sociaux…

Les blagues, c'est ça ? vous m'aviez dit ça en deuxième.

Sandra : Quelles émotions vous avez quand vous regardez ces blagues ?

Alors ça c'est l'émotion de l'interdit parce que moi j'sors d'un milieu ultra catholique conservateur à mort hein mes parent c'est la messe en latin quelque chose comme ça puis c'était dieu dieu jésus dieu, des fois marie, et donc ils ont crée de ma part chez moi un fort besoin de d'aller à l'inverse, fin loin, donc euh notamment sur la sexualité y avait des des interdits euh vraiment fallait même pas en parler hein. Euh bah une fois par exemple pour vous dire un exemple rapide, j'ai remarqué que ma soeur avait du poil sous les bras un jour comme ça à la mer ou… hop j'ai pris une grande torgnole euh d'avoir osé le dire quoi « o elle a des poils sous les bras » paf « parle pas de ça » « ah bon ? » voilà donc c'était très strict, très strict. Et euh ma mère passait son temps à dire que les hommes c'était des porcs qui voulaient toujours s'assouvir euh ouais, donc elle m'avait donné une image culpabilisante de ma propre personne euh quand je suis devenu plus grand donc au début avec les filles euh puisque moise suis hétérosexuel banal euh donc à 15 ans, les files 15 16 ans 17 bon les filles et euh du coup j'étais timoré on va dire parce que j'avais l'impression d'être sale alors ue j'avais des pensées d'une banalité totale, c'était même un peu romantique comme on dit et donc euh bon huereusement euh euh à la fac tout ça y a quand même des gens qui sont quand même évolué donc euh ça s'est bien résolu quoi mais il se

trouve que euh l'interdit euh y avait une telle force morale chez mes parents pour tou que vous aviez presque envie de voler dans un magasin pour le plaisir, j'ai jamais fait hein mais un petit peu de kleptomanie hein la violence c'est pareil à l'époque pour un peu je me serai battu etc ben parce que je subissais une pression.

Sandra : Vous diriez que ce que vous regardez d'un peu honteux etc est ce que c'est quelque chose qui par le biais des RS vous donne du plaisir ?

Un petit peu. ça soulage un petit besoin de de d'immoralité entre guillemet qui est léger hein. c'est un petit interdit que je franchis euh mais c'est vrai que ça me laisse un sentiment de honte, je vous en parle à vous parce que vous êtes loin et que vous me connaissez pas et puis ça sortira pas trop mais euh sinon c'est un petit j'ai un peu honte sur les bord comme un petit enfant qui met le doigt dans le pot de confiture si vous préférez.

Sandra : pourquoi ces contenus là que ce soit du coté des gilets jaunes ou du coté des blagues pourquoi c'est sur les réseaux sociaux que vous trouvez cette satisfaction ?

Bah parce que dans la vraie vie je connais personne je vois personne j'aime pas sortir de chez moi, c'est la seule ouverture sur l'extérieur, sinon je sais pas peut être que je blaguai au café je sais pas je sais pas comment ils font les autres, moi bah euh si vous voulez quand on a une situation particulière on trouve des solutions adaptées hein. faut croire hein moi ça me satisfait comme ça et puis vous savez ça va pas très loi quoi c'est pff c'est presque plus de plaisir pervers à étudier un truc compliqué que de des petites blagues comme ça un peu sexuelles ou autre.

Sandra : Et alors hm qu'est ce que vous ressentez juste après avoir passé du temps sur les réseaux sociaux ? Alors déjà avant cette question pardon vous diriez que par exemple comment votre utilisation des réseaux ça se passe comment est ce que vous y aller un peu tout au long de la journée ou est ce que vous rester trois heure dessus ?

Non j'y vais par comme un papillon qui va de fleur en fleur, c'est à dire eu j'y vais 10 minutes, après j'ai des tas de choses à faire alors je fais beaucoup de choses en dehors, je produit beaucoup j'écris des bouquins ma chambre euh et don j'ai mes propres activités qui sont très prenante, j'avais tendance à me couper autrefois des copains et tou ça mais je

continue hein parce que je peux pas m'en empêcher, ya des tableaux je fais de la peinture, de la musique beaucoup donc j'y vais 10 minutes par ci 10 minutes par là on va dire. On va dire 10 minutes par heure quelque encore comme ça et le soir plus longtemps parce que j vous ai dit que j'écrivais une chronique et que là donc c'es tune sorte de résumé.

Sandra : Et est ce que y des choses qui déclenche l'envie ou on reste sur cette idée de réflexe ?

Y a le réflexe puis après je vois que y a 20 notations, 20 je sais plus comment vous appelez ça ?

Sandra : Des notifications ?

Oui pardon des notifications donc euh euh là ça c'est la curiosité quoi qui est ce qui a écrit quoi.

Sandra : D'accord d'accord et alors du coup euh la question d'après c'était euh ou est ce qu'elle st à oui qu'est ce que vous ressentez juste après avoir passé du temps sur les RS est ce que par exemple des fois après avoir consulté je sais pas la page des gilets jaunes est ce que vous vous sentez angoissé ou….

ça dépend de ce qui s'y passe, mais pour ce qui est de en général d'avoir été d'être lié sur Facebook quelque en soi les raison le soir euh bah je finis toujours par cette chronique dont je vous parle et la dernière phrase c'est toujours « comme j'ai fait mon lit je me couche » je sais pas pour quoi je fais toujours ça c'est devenu une sorte de leit motiv de repère pour ce qui lisent, et si je le met pas il mme le disent; et donc euh en fait je vais me coucher après voyez quand la phrase est tout à fait exacte. Mais en fait ça veut dire bah on se couche selon la journée qu'on s'est faite hein à mon niveau c'est moi qui me fabrique mes journées, donc euh c'est rare bon par exemple aujourd'hui y a un évènement étonnant c'est votre coup de fil étonna pas étonnant mais sortant de mon quotidien banal, euh donc euh là mais j'ai quand demie bien voulu le faire donc euh c'est moi qui me fait mon lit donc euh voilà.

Sandra : Donc euh vous avez pas spécialement de de sensations ou d'émotion une fois que vous avez passer du temps sur les RS

Non ça fait parti de d'une banalité comme après un repas ou je sais pas, le truc quotidien très banal.

Sandra : Et alors une dernière question imaginez que demain ya une énorme panne des RS et que vous n'y avez plus accès, une énorme panne pour tout le monde, comme vous vous sentirez ?

Bah mal, je ferais une dépression je pense.

Sandra : Oui oui vous diriez que…

Ouais je serai déprimé déprimé pardon ?

Sandra : Vous diriez que les réseaux sociaux ça vous maintient ?

ça sert euh y a pas que ça, je vous dis y a la peinture tout pleins de choses qui me, bah oui parce que je peux plus me reposer sur ma vie familiale ou amicale donc euh y a des c'est des palliatifs un peu parce que je ne perds pas de vue que c'est pas bien de fréquenter personne mais en même temps si vous voulez ma nature à moi de part des petites pathologies font que je suis assez solitaire en même temps donc si vous voulez l'un dans l'autre c'est pas tout à fait étranger à ma nature, si on m'abandonne certes ça va me faire de la peine, mais je vais avoir de la résilience rapide, parce que je vais trouver des trucs; si ma femme hein elle euh elle m'a dit « bah dis donc tu t'en sors pas trop mal toi par rapport à ça » parce que elle pensait que j'aurais fait de grosses déprimes c'était le cas au début mais euh maintenant ça y est d'ailleurs je vais vous dire un dernier truc je vais pas vous faire perdre votre temps ma fille cadette récemment a exprimé qu'elle voulait me recauser, je lui ai même pas répondu, parce que je me suis dit « holala tu as pris l'habitude de tu t'es refabriqué un monde ça va tout casser faut pas » ça va jusque là, ça va jusque là.

Sandra : D'accord. Bon bah écoutez euh moi j'arrive à la fin de mon questionnaire. Est ce que vous souhaitez jouer quelque chose à propos de votre expérience vis à vis des RS quelque chose qu'on a pas abordé ?

Ecoutez ça me vient pas tout de suite, si ça me vient je vous enverrai un petit…

Sandra : oui ok avec plaisir.

Si j'ai des idées là-dessus euh je sais que vous lirez puis vous en ferez ce que vous voudrez hein euh non la tout de suite euh vous savez j'aime bien réfléchir avant de, là je vous ai répondu spontanément mais normalement je réfléchis beaucoup avant de répondre (rire).

Sandra : En tout cas vous avez uh bien fait de me répondre spontanément parce que y des choses très intéressantes dans votre discours donc voilà.

Un peu de pommade, vous passez un peu de pommade (rire).

Entretien 8 : Monsieur X

Sandra : Vous me dites un petit peu qui vous êtes, quels éléments sont importants à savoir quand vous vous présentez, vos loisirs, votre métier, votre place dans votre famille voilà.

Je suis influenceur depuis maintenant 6-7 ans, voilà j'ai participé à de nombreuses télé réalité y a 10 ans j'ai commencé et euh donc voilà je continue un petit peu de loin maintenant à en faire mais je fais des émissions bien différentes et bah maintenant j'ai rencontré ma femme dans une émission de télé réalité et là maintenant je suis marié avec deux enfants, je suis un papa très engagé qui vient d'avoir 33 ans très impliqué et voilà très proche de ses enfants et voilà c'est un peu le métier de ma vie avec beaucoup de projets qui se mettent en place aussi parce que j'ai eu deux enfants coup sur coup et j'ai laissé de coté mon aspect professionnel pendant deux ans pour m'occuper de mes enfants et apprendre à m'occuper de mes enfants surtout et aujourd'hui je remets en place des projets personnels professionnels et en assimilant bien mon rôle de père aussi à coté, de mari.

Sandra : J'imagine que ça ne doit pas être simple à tout organiser

Non c'est jamais simple à s'organiser surtout quand on a passé 10 ans de sa vie seul et maintenant on est à 4 c'est jamais évident forcément sachant que j'étais avant bah d'un égoïsme euh comment dire positif je trouve, euh et puis bah maintenant faut laisser ça de coté pour mettre en avant d'autres personnes qui sont vos enfants ou votre femme ou des aspects aussi de la vie.

Sandra : Quand vous dites que vous avez été d'un égoïsme positif qu'est ce que vous entendez par là ?

J'ai pensé à moi parce que je sais qu'on a qu'une vie, de mes 20 à mes 30 ans je voulais pas forcément penser à quelqu'un d'autre, j'avais juste envie de penser à moi, de profiter de ma vie et voilà et c'est juste ça j'ai trouvé ça positif dans le sens ou si on le fait pas de 20 à 30 ans c'est compliqué à faire à 30 ans si vous avez une famille. Voilà.

Sandra : c'est quelque chose que vous avez toujours est ce que cette idée de penser à vous entre 20 et 30 ans c'est quelque chose du genre un but quand vous étiez plus jeune ?

Fonder une famille ?

Sandra : Non le fait de penser à vous

Non non c'était pas forcément ça non non j'avais jamais pensé à ça délibérément c'est venu tout seul tout simplement, j'ai voyagé, j'ai voyagé tout seul j'ai compris que je pouvais me suffire à moi même et que je pouvais juste que je pouvais profiter tout seul parce que profiter tout seul te profiter à plusieurs c'est pas la même chose et j'ai apprécié le faire parce que j'en avais besoin et parce que je suis quelqu'un de très solitaire, ça peut paraitre bizarre en étant papa et dans une famille de 4 personnes, et marié aussi mais je suis quelqu'un de très solitaire qui aime beaucoup sa solitude, donc la vérité euh c'est venu tout seul je me le suis pas dit c'est venu tout seule te après à partir d'un moment dans ma vie je me suis dit bah c'est bien d'être tout seul bah je vais rester comme ça et je me mets une petite dead line 28-30 ans et on verra bien.

Sandra : C'est quoi un peu vos loisirs dans la vie ?

Ha bah en dehors de passer du temps avec la famille c'est forcément bah c'est le foot, je suis un grand passionné de football, je le pratique depuis mes 6 ans et je le pratique encore et voilà le sport en règle générale j'aime beaucoup les films, la musique j'aime beaucoup les séries, j'aime l'humour, j'aime rire les choses qui m'animent beaucoup oui.

Sandra : Donc pleins de loisirs différents alors. Vous m'avez parlé un peu de votre famille que vous même vous avez construit à avoir votre femme et vos deux enfants et est ce que vous pourriez me parler un peu de votre place dans votre famille dans laquelle vous êtes né ?

Bah euh j'ai deux frères. Je suis issu d'une fratrie de trois garçons je suis au milieu. Je suis très très différent de mes frères qui eux sont d'un tempérament beaucoup plus calme que moi mais euh j'ai toujours accepté ce rôle, j'ai toujours accepté ce truc de me mettre en avant par rapport à eux mais euh..

Sandra : Comment vous expliquez ça que vous êtes celui qui accepte la place d'être mis en avant ?

Je sais pas j'ai toujours aimé.. j'ai jamais eu de difficulté à parler en public, pas que mes frères en ont mais moi ça a toujours été très euh.. Très facile pour moi et très plaisant aussi de pouvoir être en en groupe et pouvoir prendre la parole pour tout le monde faire rire le monde et puis vraiment j'ai toujours eu cette espèce de confiance en moi.

Sandra : Est ce que vous avez un évènement dans votre vie dans votre enfance qui vous a marqué particulièrement ?

pffff oui et … oui et non non pas forcément. Je vous dis la vérité j'ai toujours eu une enfance assez tendre, j'ai jamais manqué de rien, j'ai peut-être, euh non la vérité j'ai jamais vraiment vécu de choses. Oui petit quand j'ai perdu mes grands parents ça a été un moment, ma grand mère surtout ça a été un moment douloureux pour moi mais vu qu'elle était malade on était préparé même en étant jeune donc euh ouais ça a été un évènement un peu marquant maintenant est ce que ça m'a affecté, je ne pense pas.

Sandra : C'est quoi qui vous a particulièrement marqué dans cet évènement ? Alors vous du coup c'était attendu mais y en a vous savez c'est la dimension de l'inattendu, est ce que c'est la peine que vous avez remarqué chez vos parents, est ce que y a quelque chose ?

Ouais peut être le fait de le fait de, en fait c'était, c'était mon dernier grand parent donc je me suis dis « ok là c'est, là c'est un cycle qui se fini quoi, j'ai plus de grand parent » c'est plus ça qui m'a peut être mais sinon euh ça a été très rapide la vérité.

Sandra : D'accord, d'accord, plus l'idée que y a une fin là, la dimension des grands parents.

Ouais je déteste c'est un truc qui c'est dire au revoir, que ce soit des au revoir émotionnel, ou un au revoir très banal et basique, je déteste dire au revoir je déteste ça.

Sandra : Peut être qu'on aura l'occasion d'y revenir au cours de l'entretien. Je vous propose quoi rentre maintenant dans le vif du sujet si vous voulez bien. Du coup vous avez participer à cette recherche et de témoigner de votre expérience à propos des réseaux sociaux, est ce que vous pourriez me dire pourquoi ? Qu'est ce qui vous a donné envie de participer à cette recherche ?

Bah pourquoi pas. C'est, c'est de l'inconnu je me dis euh les réseaux sociaux c'est quelque chose que je maitrise plutôt bien maintenant, euh je, j'aborde le sujet tout seul maintenant parce que j'ai des enfants et que j'y pense pour l'avenir. Donc du coup les réseaux sociaux sont importants pour moi que ce soit en positif parce que c'est grâce à ça que je gagne ma vie et aussi en négatif parce que je connais les risques et que ça me fait peur en étant papa, voilà pour l'avenir voilà tout simplement peut être que de discuter ça me permettra moi aussi de me rendre compte de certaines choses.

Sandra : Bon et bien on va voir ça on va explorer un peu. Du coup est ce que vous pouvez me dire un peu sur quel réseaux sociaux vous êtes inscrit ?

Euh … euh je suis sur Instagram, sur Snapchat et voilà c'est tout. Si Facebook mais c'est en perso donc c'est pas quelque chose que j'utilise beaucoup.

Sandra : Vous voulez dire que Instagram et Snapchat c'est votre pratique vraiment professionnelle mais après c'est vraiment ça que vous utilisez et personnellement vous n'avez pas d'autres réseaux ou pas particulièrement que vous utilisez tous les jours quoi.

Ouais voilà exactement.

Sandra : Ok donc du coup Instagram et Snapchat tous les jours ok. Pourquoi ces réseaux là ?

Je sais pas Instagram j'aime beaucoup parce qu'on peut suivre l'actualité un peu de tout euh alors voilà tout ce qu'on aime et tout notamment le football et puis Snapchat parce que y a des choses rigolotes et puis je parle beaucoup avec mes potes voilà c'est tout. Et puis je partage aussi ma vie de tous les jours avec ma communauté ma communauté me suis sur Snapchat et sur Instagram donc du coup euh bah du cou voilà je partage ça sur ces réseaux là et les gens me suivent sur ces réseaux là depuis un moment donc il faut qu'il y ait une continuité.

Sandra : Comment ça a commencé pour vous l'utilisation des réseaux sociaux ? Comment ça a démarré ?

Euh l'utilisation des réseaux sociaux ça a démarré vraiment sur fond la télé réalité avant c'était pas quelque chose qui m'intéressait tant que ça et puis après j'ai vu que voilà à l'âge de 22 ans j'ai été un petit peu connu ça m'a plu euh et puis et puis fallait euh pour accroitre cette euh cette médiatisation, il fallait passer par les réseaux sociaux avoir un contenu de qualité et puis bah j'ai essayé de faire faire ce que je pouvais de mieux et puis et puis voilà je me suis prêté au jeu tout simplement;

Sandra : Donc c'est plutôt le fait que vous avez commencé à être connu et reconnu donc vous avez investi les réseaux sociaux.

Exactement j'ai vu que ça pouvait m'apporter une ressource financière surtout. Voilà et puis et puis j'ai toujours été attiré par la liberté du travail pouvoir travaillé de chez soi de n'importe ou, donc tout collait en fait tout collait. Les réseaux sociaux c'est quelque

chose qui me plaisait au plus au point, non. Non pas forcément mais y avait des aspects qui me plaisaient après des choses non mais c'est comme dans tous les travaux.. travails en fait quelqu'un qui va au bureau il y va parce que y certaines choses qui lui plaisent et y a certaines taches à faire qui va pas lui plaire bah moi c'est pareil même si on peut penser que travailler sur les réseau sociaux tout est beau tout est rose. Non y des chose qui me plaisent pas mais faut faire c'est comme ça dans tout ce qu'on fait y a du positif et du négatif.

Sandra : Je sais pas si vous aurez une réponse tout de suite mais qu'est ce qui vous plait dans le fait d'être connu ?

Ça me plait plus du tout d'être connu. c'est pas quelque chose qui, ça me gêne d'être connu aujourd'hui euh. Je j'ai aimé pendant 3-4 ans étant jeune j'en ai profité et c'était bien mais alors vraiment, vraiment pour maintenant dans ma vie de tous les jours non c'est plus du tout quelque chose qui m'attire, pas du tout.

Sandra : d'accord et alors qu'est ce qui au départ vous a plu puisque j'ai l'impression que vous me parlez déjà dans votre enfance que vous étiez un peu déjà le bout-en-train, vous mettre en avant etc ?

Bah ça ça collait un peu avec euh ma jeunesse et puis euh maintenant je le suis toujours c'est qu'il faut voilà j'aime être un leader j'ai toujours aimé être un leader donc je trouve que ça colle mais euh mais après bah le temps passe et puis on voit tous les aspects aussi de la de la notoriété et puis bah après on en tire son ressenti, après chacun est propre à lui même et pour moi voilà c'est pas quelque chose que j'aime forcément.

Sandra : Bon bah on reviendra peut etc. sur ça un petit peu plus tard. Euh Du coup vous utilisez les réseaux sociaux euh de façon quotidienne si j'ai bien compris. Est ce que vous pouvez m'expliquer comment vous les utilisez ? Est ce que par exemple vous les regardez un petit peu mais toute la journée, est ce que déjà est ce que vous regarder ou juste pour poste ? Est ce que..

Non c'est un peu de tout je suis je suis consommateur et en même temps je je l'utilise vraiment pour travailler, que ce soit les deux, c'est aussi ça m'inspire certaines choses aussi beaucoup donc voilà selon mon, selon ma l'intérêt de ma vie, vu que les algorithmes

sont très très bien fait maintenant, y a des choses qui m'inspirent qui me donnent des conseils qui m'aident pour mon travail aussi et qui m'aide pour la vie de tous les jours, donc ouais je suis consommateur mais titre euh voilà c'est que pour du positif derrière.

Sandra : Que pour du positif ?

J'essaye en tout cas

Sandra : Ha vous essayez, c'est pas toujours simple alors ?

Bah non forcément des fois on se retrouve vite à être sur Instagram pour être sur Instagram et puis on regarde des vidéos de tout et n'importe quoi et le plus important c'est d pouvoir s'en détacher aussi de toute façon on est bien obligé avec des enfants.

Sandra : ça vous arrive d'aller sur les RS et d'y rester pendant une heure deux heures sans vous arrêter ou est ce que c'est par petites touches tout au long de la journée ?

Non c'est vraiment par petites touches euh tout au long de la journée parce que bah la journée je.. la journée ou le soir, le soir je me regarde un film tranquillement j'essaye de déconnecter mais alors la journée c'est compliqué d'être une heure deux heures. Déjà c'est pas bien de base pour les yeux la concentration mais en plus de ça bah on peut pas avec des enfants en bas âge non c'est pas possible. Je peux pas me permettre d'être sur mon téléphone une heure deux heures alors que mes enfants ont besoin de moi tout simplement. Et puis si mes enfants me voient sur mon téléphone toute la journée ils vont assimiler ça à quelque chose de normale. Alors que c'est pas le cas.

Sandra : Vous avez dit à un moment donné « pour la concentration c'est pas bien »

Bah non je trouve que euh… je pense que à partir d'un certain moment euh ça déconnecte un petit peu de la réalité et euh et je pense que ça nous met moins focus sur nos, sur nos objectifs parce que on perd du temps en fait des fois à être sur les réseaux alors oui des fois ça va nous donner une source de motivation et des idées aussi pour notre vie professionnelle et notre vie de tous les jours c'est bien, c'est très bien, mais euh je pense que

ce soit dans tout dans tout ce qui est à consommer, les excès ne sont jamais bons à tous les étages. A mon humble avis donc euh voilà.

Sandra : Et euh alors globalement qu'est ce qui vous attire dans les RS euh sur Instagram qu'est ce qui vous plait ?

Bah, ce qui me plait c'est le contenu que les gens puissent proposer, j'aime aussi pouvoir créer du contenu euh de qualité, j'aime euh j'aime faire des belles images, j'aime faire des choses qui motivent et puis euh et puis j'aime regarder des choses qui motivent et regarder des belles images c'est voilà c'est, c'est des choses qui me plaisent tout simplement, qui des fois me détendent parce qu'on a besoin d'être détendu et de cette façon on peut le faire, donc euh ouais c'est sympa.

Sandra : C'est quoi qui vous détend ? c'est de regarder des belles images ? c'est quoi ?

Ouais des fois ça peut me détendre des belles images, voilà des des choses où juste des paysages de voyages, on peut voyager grâce à Instagram aussi de nos jours et ça donne des envies et puis aussi et puis y a aussi beaucoup de vidéos humoristiques où on peut rire, y'a beaucoup de gens qui sont humoristes mais qui sont pas vraiment connus et qui utilisent cette plate-forme ça permet du coup de pouvoir voir un peu l'étendu de leu talent chose qu'on aurait peut être pas pu en regardant la télé.

Sandra : et alors qu'est ce qui vous fait ouvrir l'application de RS ?

Euh bah je regarde aussi surtout euh euh mes statistiques, voir où ça en est par rapport à mon boulot est ce que les gens continuent de me suivre est ce que si les gens adhèrent à ce que je propose, euh voilà est ce que les gens apprécient ce que je propose, et aussi ce que je peux avoir aussi comme conseils parce que je leur parle de ma vie des fois de certains problèmes qui sont pas forcément non plus les plus gros problèmes de ma vie parce que ça ça doit rester intime je pense. Mais voilà je peux recevoir des conseils, voilà ça peut être pleins de chose ça put être pour pleins de choses mais forcément c'est d'abord l'aspect professionnel.

Sandra : Mais vous voulez dire que par exemple quand vous ouvrez Instagram c'est pur faire une choses précise ou est ce que des fois vous ouvrez sans savoir pourquoi ?

Non des fois j'ouvre euh la plupart pour des choses précises je sais ce que je vais faire, est-ce que par exemple telle marque m'a écrit, est ce qu'elle m'a répondu, est ce que tel ami avec qui je parlais de ça il m'a répondu, et euh mais voilà bah y'a des fois forcément j'ouvre pour ouvrir parce que j'ai un temps de libre, parce que je suis posé je suis tranquille et voilà tout simplement mais j'essaye le moins possible quoi.

Sandra : Vous essayez le moins possible d'ouvrir Instagram ?

D'ouvrir Instagram sans aucune raison.

Sandra : Et pourquoi vous essayez de pas l'ouvrir sans raison ?

Parce que je pense que tout ce qu'il faut qu'on fasse ce soit dans un but bien précis, sinon on sinon après bah on est on n'est pas non on a aucune activité positive je pense, voilà faut être faut être conscient qu'il faut utiliser quand même son téléphone à des buts, à des fins précises voilà, on peut se détendre de temps en temps mais pas tout le temps y a d'autres façons de se détendre, et pleins de choses.

Sandra : D'accord. c'est intéressant parce que y a l'idée que pour vous ouvrir Instagram, bon on parle d'Instagram pour l'instant, ouvrir Instagram sans raison précise, entre guillemet ça a un but de détente .

Oui oui.

Sandra : Et alors, je crois que vous avez déjà répondu mais je vous pose quand même la question. Quel type de contenu vous regardez globalement sur les réseaux sociaux ?

Le type de contenu que je regarde sur les réseau c'est le sport, donc le football ou euh, euh les sports de combat aussi un petit peu, voilà le sport le voyage et l'humour, les gags.

Sandra : Sport voyage humour et gags. Y a des contenus parfois qui apparaissent dans votre algorithme ou votre fil d'actualité qui vous déplait ?

Oui mais maintenant ton a la possibilité de met qu'on est pas intéressé donc dès que l'algorithme me propose quelque chose qui me déplait, je marque pas intéressé comme ça.

Sandra : D'accord donc vous éviter les contenu qui vous déplaisent.

Oui complètement.

Sandra : Et c'est quoi comme type de contenu que vous n'aimez pas ?

Euh pfff je suis pas hyper sensible aux vidéos d'animaux par exemple, je suis pas hyper sensible aux vidéos de d'information sur des choses très graves dans la vie, c'est pas trop mon truc, j'aime regarder ça pour ça j'ai les infos. Euh j'aime pas ouais j'aime pas j'aime regarder des choses qui vont le donner le sourire, j'ai pas envie de regarder des choses qui vont me mettre down.

Sandra : Globalement est ce que on pourrait dire que les animaux c'est quelque chose qui vous met vraiment mal ou est ce que c'est juste quelque chose qui vous intéresse pas ?

Non ça me met pas mal du tout je peux dire que c'est mignon mais ça m'intéresse pas quoi.

Sandra : d'accord alors que les informations c'est plutôt bon ça vous mettrait …

ouais les informations ça me met voilà c'est ouais des fois la vie … mais voilà les infos je mets les infos à la télé et euh pff j'ai pas envie de voir des images qui font qui sont lourdes à porter dans le coeur et voilà je suis quelqu'un plutôt sensible surtout depuis que j'ai les enfants donc j'ai pas envie de regarder des choses qui vont me mettre down tout simplement.

Sandra : Est ce que y a des contenus qui vous attirent particulièrement mais qui sont un peu ringards, un peu honteux un truc dont vous aimez pas trop dire aux autres ?

Non pas forcément, non j'ai pas de contenu ou j'assume pas non non euh voilà j'ai je peux aimer l'humour de beauf comme l'humour un peu plus poussé comme l'humour noir mais c'est des choses que j'assume y'a aucun truc que je ne ..

Sandra : Je pense par exemple au contenu peut etc eux peu plus sexuel ce genre de chose

Ouais ça peu arriver que je tombe dessus, de là à ce que je mette pas intéressé non mais euh je passe dessus sans plus quoi voilà c'est tout Ouais voilà. Non j'ai ma vie de couple pour ça.

Sandra : Bon et alors tout à l'heure vous m'avez parlé du fait que vous aimez beaucoup rire, que l'humour et les humoristes c'est quelque chose que vous investissez beaucoup sur les réseaux sociaux. Est ce que vous avez un exemple de vidéo ou d'un contenu qui vous fait vraiment rire ?

Non j'ai pas d'exemple mais je sais que j'aime bien tout ce qui est … de certains humoriste ou voilà c'est petite vidéos tout simplement ou des teasers de videos peut être qui vont me rediriger vers youtube des choses comme ça, c'est des choses qui vont m'intéresser ouais.

Sandra : C'est quoi votre type d'humour ?

Bah euh Franchement pffffff je je .. je sais pas faudrait que je cite des humoriste peut être j'en sais rien.

Sandra : Parce que y a des personnes qui rigolent devant je sais pas je vous dis un truc qui me traverse mais par exemple quelqu'un qui rigole parce que une personne qui a mis un mentos dans un coca en plein milieu de la maison et puis ça salit toute la maison fin voyez.

Non c'est pas ce genre d'humour. c'est pas du tout ce genre d'humour, c'es tplus des blagues, moi j'aime les blagues un peu travaillées à la parole quoi tout simplement, j'aime la répartie, j'aime les singer je suis un grand fan de Laurent Baffi à la base donc

ouais non c'est pas ce genre de blagues si y'a quelque c'un qui tombe dans la rue et que c'est rigolo parce que la personne a glissé non ça va pas, c'est pas un truc qui va m'animer.

Sandra : c'est pas trop l'humour en image, c'est plus l'humour raconté

Exactement, ça pourrait être des podcast que je rigolerai pareil quoi.

Sandra : Quelque chose que je voulais vous demander, est ce que vous vous comparez un peu aux autres sur les réseaux sociaux ?

Non. Non j'ai quand même la chance d'avoir quand même pas mal de personnes qui me suivent donc je sais que je suis beaucoup suivi, ce que je dois propose doit me ressembler, si les gens me suivent c'est qu'ils m'apprécient un minimum donc euh ce que je propose c'est quelque chose qui qui doit plaire à certaines personnes du moins et donc du coup je me dis que autant proposer ce que moi je suis et pas me comparer ça me sert pas à grand chose du coup.

Sandra : ça vous ai déjà arrivé quand même ou vraiment jamais ?

Non, vraiment non. vraiment pas j'ai aucune euh… Je pense que ça ça peut être lié à des formes de jalousie derrière des choses comme ça et c'est tout ce que j'aime pas.

Sandra : Oui effectivement c'était la question d'après : est ce que quand vous regardez…

Non moi c'est des choses qui me motivent plus qu'autre chose quand je vois peut-être la réussite de quelqu'un je vais pas me comparer je vais dire « ouah je je putain c'est bien ce qu'il a fait quoi et j'ai qu'à faire pareil mais à mon échelle et dans mon domaine c'est super ce qu'il a fait » non non moi c'est la réussite des gens m'animent beaucoup j'aime beaucoup j'aime beaucoup voir les gens réussir et je pense que c'est comme ça qu'il faut faire.

Sandra : c'est comme ça qu'il faut faire. Donc c'est des contenus que vous avez régulièrement dans votre algorithme ce genre de choses ?

Ouais ça peut arriver, ça peut arriver mais euh non après voilà quand quand je vois les gens réussir euh les lifestyle de certaines personnes où ils sont arrivés à un point où voilà il sont de la vraie réussite professionnelle et derrière ils arrivent à avoir le cadre de vie qu'ils ont désiré je trouve ça top et euh je peux les liker même parce que franchement bravo à eux quoi c'est top ! C'est génial tu as réussi quelque chose pourquoi pourquoi je vais maudire ça non tu as réussi quelque chose j'aimerais que toi tu fasses pareil pour moi donc euh non non c'est ce qu'on m'a appris c'est la mentalité que j'ai je suis très ouvert d'esprit et puis j'ai une mentalité plutôt positive donc euh.

Sandra : Bon d'accord. ok. très bien. Euh est ce que alors j'imagine que oui mais j'aimerais petit être que vous précisiez est ce que votre utilisation des RS a changé au cours du temps ?

… A quel niveau ?

Sandra : Par exemple que ce soit au niveau de la façon dont vous regardez les contenus, mais aussi la façon dont je sais pas vous investissez les fonctionnalités par exemple les stories, les ça peut être les lives ou est ce que voilà

Non j'ai jamais changé, j'ai jamais utilisé des lives et je vais pas commencé maintenant je non non non. Non la vérité je j'aime mes habitudes. Et voilà

Sandra : Est ce que par exemple vous avez remarqué que y'a quelques années vous regardiez très peu et puis que quand même ça a augmenté le temps que vous passez sur les RS ?

Euh Non c'est resté quand même plus ou moins non ça a même diminué d'ailleurs depuis l'arrivée de mes enfants. Mais euh Mais la vérité non j'ai je suis euh je je j'ai toujours gardé un petit peu la même utilisation.

Sandra : Et du coup votre utilisation c'est globalement plutôt passif, actif ?

C'est à dire ?

Sandra : Passif c'est est ce que vous pouvez par exemple scroller pendant quelques temps ou est ce que globalement c'est plus euh…

Ouais ça peut arriver, ça peut arriver que je scroll mais voilà c'est ça va être pendant 15 minutes 20 minutes pas plus et après j'arrête.

Sandra : Et qu'est ce qui vous fait arrêter justement de scroller ?

Bah ça y est je suis euh blasé. J'ai l'impression que ça y est j'ai eu ma petite parenthèse euh, ma petite bulle euh, ma petit bulle en dehors de euh hors sol on va dire ça comme ça et après bah j'ai besoin de tout de suite euh, de remettre les pieds sur terre on va dire, parce que pour moi c'est vraiment se déconnecter de la réalité d'être sur les RS les réseaux sociaux ne sont pas la réalité.

Sandra : Comment vous expliquez ça que les réseaux sociaux pour vous c'es tune déconnection de la réalité ?

Bah ouais les réseaux sociaux sont des images faites par les gens, donc les gens décident de l'image qu'ils font et décides de l'image qu'ils renvoient et les gens la plupart du temps 95% du temps veulent refléter une belle image d'eux donc ils vont pas nous montrer la réalité la réalité c'est les mauvais cotés c'est tout ce qui va avec c'est les bons cotés mais c'est aussi les mauvais cote donc on va avoir qui on va avoir 40% de la vrai réalité donc c'es t'a slt réalité la réalité c'est même 90% c'est pas la réalité la réalité c'est 100% de la réalité sur les réseau sociaux déjà o en aurait pas le temps et de deux bah euh quel intérêt pour les gens de montrer leur face un peu sombre parce que tout le monde a une fac eun peu sombre.

Sandra : oui c'est intéressant et ce qui est très intéressant ce que je peux vous questionner un peu c'est pourquoi à votre avis vous avez de temps en temps ce besoin de déconnecter d cela réalité ?

Parce que c'est dur d'être un jeune papa c'est dur des fois euh c'est pas facile la vie de couple non plus tous les jours et puis bah après ça de toute façon je dis des fois mais la vérité c'est que des fois on a besoin de déconnecter d'avoir juste sa petite bulle d'intimité

ou euh ou soit on va être sur les réseaux ou soit on va aller au sport ou soi voilà c'est tout simplement c'est c'est humain je pese après y a des gens moi je vois ça je vis avec ma génération ya des gens ils vont prendre un livre, chose que j'entends et que je comprends moi je dirai que ma génération je vais prendre mon téléphone de temps en temps et puis voilà.

Sandra : Justement ce qui m'intéresse effectivement vous avez tout à fait raison sur le fait que c'est humain et que y a pleins de gens qui font ça, maintenir moi j'aimerais savoir à votre avis pourquoi vous vous le faites; qu'est ce qui vous subjectivement dans votre personnalité fait que vous avez besoins de vous déconnecter d cela réalité. Est ce que c'est parce que parfois vous vous sentez angoissé, est ce que c'est dans des moments bien spécifique par exemple avant de se coucher voyez c'est qu'est ce qui a de particulier chez vous qui fait que vous avez ce besoin de vous déconnecter d cela réalité de temps en temps ?

Je saurai pas répondre. La vérité je saurai pas répondre parce que j'ai pas de raison particulière comme ça. Alors moi je suis quelqu'un qui fait de l'anxiété mais je sais que c'est pas lié, je sais que je vais pas sur les réseaux parce que je fais de l'anxiété quand je fais de l'anxiété je vais tout sauf sur les réseaux par exemple. Non pas du tout.

Sandra : Est ce que vous pouvez me parler un peu de cette anxiété là ?

Non ouais je suis quelqu'un de très anxieux je me pose énormément de questions sans cesse tout le temps tout le temps tout le temps, donc forcément ça travaille ça cogite voilà c'est quelque chose c'est comme ça. Voilà je fais de l'anxiété en fait je saurai même pas vous dire quoi que ce soi mais je fais juste de l'anxiété quoi.

Sandra : Et est ce que quand vous êtes sur les RS est ce que vous angoissez pendant que vous êtes dessus ?

Non. Non non non mais euh vous savez je pense que moi avant je fumais de l'herbe avant par exemple mais je je je n'étais pas dépendant du tout si y en avait pas y en avait pas c'est pas grave. Je prends les réseaux sociaux un peu comme l'herbe, aussi pareil. ça va me détendre mais je pense que il fallait fumer à chaque fois que quand on est dans un bon modo positif dans la tête et je pense que fumer quand on est pas dans un bon modo ça te rend pas bien et ça te rend encore plus pas bien que ce que tu es et ça va décupler ton mal

être. et je pense que les réseaux sociaux ça va être pareil. Je pense qu'on a toujours au négatif quand on n'est pas dans un bon modo et donc du coup ça va décupler le mal être alors que si on est bien, on sera bien. Voilà je pense qu'il faut pas utiliser faut faut faut écouter son cerveau écouter comment dire ses ressentis c'est important et faire en fonction de ce qu'on est et de ce qu'on ressent parce que si on fait les choses euh quand on est pas bien toutes les choses qu'on va faire vont sortir pas bien. Moi je pense comme ça après.

Sandra : Donc du coup vous vous essayez en tout cas quand vous êtes dans un mood un peu anxieux, vous essayez de ne pas aller sur les RS.

Non quand je suis anxieux j'essaye de pas aller sur les RS j'essaye de réfléchir de me détendre je fais de la méditation euh j'essaye de me détendre, d'aller au sport voilà j'en je j'essaye de voir des gens qui vont me faire penser à autre chose. La vérité c'est pas du tout j'évite les RS j'évite un peu tout c'est même pas les RS j'évite un peu tout je me recentre sur moi même tout simplement.

Sandra : Je trouve ça intéressant parce que vous me dites que les RS y a quand même quelque chose d'une détente qui se fait et en même temps quand vous êtes dans un état d'anxiété c'est pas la détente que vous recherchez au niveau des réseaux sociaux Est ce qu'on pourrait dire que finalement si vous alliez sur les RS en étant anxieux, est ce que ça pourrait majorer votre anxiété ?

Je sais pas si ça pourrait majorer mais je sais que quand je suis pas dans un mood positif, c'est pas les RS qui vont me c'est pas la vraie vie donc c'est pas quelque chose qui est complètement déconnecté de la réalité qui va m'apporter du positif. C'est plus comme ça que je pense. Euh j'ai besoin justement quand je me sens dans un mauvais modo j'ai besoin de me raccorder à des choses qui sont vraies et qui sont bons pour moi. Maintenant je pense que tout n'est pas, je pense que mes quand on c'est comme faire les courses, faut pas faire les courses quand on a faim, on va faire des mauvaises course on va acheter tout et n'importe quoi parce qu'on a faim et on réfléchit pas. Après quand on a l'estomac rempli, on sait quoi faire on sait quoi acheter et on le fait beaucoup plus raisonnablement, de façon raisonnable on va dire alors que quand on est pas bien on n'est pas bien alors n'importe quel truc qu'on va voir sur les réseaux sociaux on l'interprète mal et c'est comme les courses on les interprète mal en fait.

Sandra : ça vous est déjà arrivé d'interpréter mal quelque chose sur les RS ?

Non après bah oui je pense j'ai pas de souvenir comme ça mais j'ai pas de souvenir comme ça j'imagine que j'imagine que j'ai vu déjà quelque chose qui m'a pas plu mais peut être parce que c'était lié au fait que j'étais pas mal luné tout simplement.

Sandra : Est ce que vous avez un souvenir comme ça que vous pouvez me raconter la-dessus ?

Non aucun comme je viens de vous dire non la vérité aucun, j'ai pas de souvenir qui me, qui me fait me dire ça mais j'imagine que c'est déjà arrivé oui forcément comme quand on se lève et que on est de mauvaise humeur et que quelqu'un nous dit quelque chose de pas forcément méchant vous êtes de mauvaise humeur vous êtes mal luné donc voilà.

Sandra : Ok d'accord. Je réfléchis à ce que je pourrai vous demander. Alors attendez. Ah oui j'avais une question au niveau des au niveau des notifications est ce que c'est quelque chose que vous investissez beaucoup ?

Les ?

Sandra : Les notifications.

J'en ai aucune à part Whatsapp parce que c'est la famille et ce qui va avec. Mais aucune zero.

Sandra : Vous les avez désactivées ?

Oui.

Sandra : Vous vous rappelez pourquoi ? Qu'est ce qui …

Non c'est juste que ça m'intéresse pas et puis je les verrai quand j'irai dessus, c'est pas urgent quoi. Les trucs urgents, les choses urgentes sont liées à des personnes importantes à mes yeux donc les personnes importantes ont mon numéro de téléphone et m'appelèrent en cas de besoin.

Sandra : Et au niveau, on va peut être rentrer un peu plus dans le euh dans cet esprit là au niveau des par exemple des likes, des commentaires etc est ce que c'est quelque chose que vous investissez beaucoup ?

Non. Non non avant oui mais plus du tout maintenant.

Sandra : Quand vous dites avant oui c'est à dire ?

Oui y a eu une période j'ai pu faire un peu plus attention et tout mais maintenant plus du tout, je sais pas pourquoi mais c'est comme ça. Parce que bah en fait c'est arrivé d'un coup d'un seul je sais pas peut-être que avant, j'étais souvent seul j'avais l'impression que que c'était cool d'avoir plein de likes pleins de commentaires, bon j'en ai toujours mais euh ou j'y pourquoi j'y apporte, j'y porte beaucoup moins d'importance.

Sandra : Hm et euh qu'est ce qui fait qu'avant vous pour vous c'était important ? Qu'est ce que ça voulait dire qu'est ce que ça apportait ?

Je sais pas moi je pourrai pas expliquer, peut être que c'est un problème d'égo j'en sais rien j'ai même pas de problème d'égo donc j'en sais rien j'imagine c'était juste cool de se dire que ton contenu était apprécié. J'en ai fait mon métier je me disais « bon bah mon contenu c'est cool faut que ça continue » Donc voilà

Sandra : Est ce que c'était quelque chose par exemple quand vous postiez quelque chose est ce que vous étiez à vous demander « purée j'espère que je vais avoir au moins 10 000 likes ou au moins voyez est ce que vous étiez dans ce modo là ?

Non non non non je disais « ho elle est cool la photo je la poste », et puis je savais très bien que certaines photos ne feraient aussi pas beaucoup de likes mais je me disais ho je la poste aussi quand même parce que je l'aime bien.

Sandra : Et au niveau professionnel est ce que c'est quelque encore qui est nécessaire parce que vous m'avez parlé tout à l'heure que vous regardez vos statistiques pour savoir si les gens vous suivent etc est ce que c'est quelque chose que vous devez regarder de près ou aujourd'hui vraiment ça vous passe complètement au dessus ?

Euh des likes ?

Sandra : Les likes ou les followers ou

Non j'y porte attention parce que jetais que c'est en rapport avec mon métier mes contrats mais après de là à m'inquiéter et tout non je m'inquiète pas trop si je m'inquiéte c'est là ou ça va dégringoler, le jour où je m'inquiète.

Sandra : Est ce que ça pourrait dégringoler ?

Bien sur tout peut dégringoler un jour ou l'autre, d'autre influenceurs prendrons ma place parce que j'ai 33 ans et que je ferai pas ça toute ma vie je pense ils prendrons ma place c'est le cycle de la vie c'est normal.

Sandra : d'accord vous avez l'air en tout cas plutôt serein je trouve par rapport à tout ça.

Bah il le faut j'ai une mission qui est de prendre soin de mes enfants et leur construire un avenir à eux donc du coup j'utilise euh tout ce que est dans mon pouvoir pour leur construire un avenir mais voilà c'est le reste euh le reste n'est que bonus ça doit pas m'apporter de soucis, pas du tout ça doit m'apporter du bonus, les seuls trucs qui doivent m'apporter du soucis dans ma tête et dans mon coeur c'est mes enfants. le reste pas du tout.

Sandra : Euh qu'est ce que vous ressentez une fois que c-vous avez passé du temps sur les RS ?

Hmm … rien de particulier. La vérité rien de particulier, peut être si j'ai vu quelque chose de marrant je vais vouloir rire avec la personne que je suis et peut être que si j'ai vu

quelque chose du sport assez motivant je vais vouloir aller à la salle et voilà tout simplement.

Sandra : Parce que tout à l'heure vous avez dit que vous arrêtez les réseaux sociaux à partir du moment ou vous vous sentez blasé.

Oui bah oui bah après dès que j'ai vu ce que j'avais à voir ça y est au bout d'un moment on peut pas scroller sur le téléphone puis ça fait mal à la tête d'être sur l'écran au bout d'un moment.

Sandra : Est ce que vous ressentez des sensations corporelles quand vous êtes sur les RS par exemple euh vous m'avez parlé un eu de détente tout à l'heure est ce que c'est une détente mentale, une détente physique ? Est ce que quand vous avez des émotions est ce que vous pouvez ressentir je vous dis ça comme un exemple des papillons dans le ventre ou je sas pas fin voilà est ce que y a quelque chose comme ça qui pourrait être lié avec votre corps quand vous êtes sur les réseaux sociaux ?

Non. Rien du tout.

Sandra : Rien du tout ?

Rien du tou franchement rien du tout peut être que si je regarde euh euh du sport peut être que la vérité là ça va dans mon corps me produit des envies de me dépenser mais c'est tout. Voilà

Sandra : Sinon y a aucune sensation ?

Après ouais non sinon le reste non peut être si si je vois de la nourriture ça va me donner faim mais c'est tout.

Sandra : Je me demandais cette déconnection de la réalité est ce que on pourrait dire que vous déconnecter aussi un peu de votre corps ?

Hmm pfff tstststs comment dire est ce que c'est relié vraiment aux réseaux sociaux.. Non non parce que je vais rien regarder qui va me retourner le coeur, donc non non la vérité euh je pense que oui je pense que mon corps est déconnecté parce que je suis juste là pour me détendre en fait.

Sandra : d'accord. Et alors une autre question end apport avec euh le fait que vous m'aviez dit que vous étiez un peu anxieux de façon général, est creuse vous pensez que les réseaux sociaux peuvent avoir un impact sur votre santé psychique ?

Est ce que les RS peuvent avoir un impact sur la santé psychique vous parlez de quoi ?

Sandra : Sur votre humeur, sur votre compte vous vous sentez est ce que euh voyez est ce que ça peut par exemple maintenir un état anxieux ou par exemple vous déprimer ou ?

Non parce que je vais pas sur les réseaux sociaux si je sens que je suis pas bien, sur un fil, si je sens quelle suis vulnérable je vais éviter, ça sert à rien.

Sandra : Les réseaux sociaux ça va vous servir à rien.

Bah rien du tout hein oui c'est pas la réalité. Donc non.

Sandra : Bon euh bah écouter on arrive à la fin j'aurais une dernière question : imaginez que demain y a une énorme panne des RS et que vous n'y avez plus accès pendant plusieurs heures. Comment vous vous sentirez ?

Bah ça dépend si j'ai un post pour e travail ça me soulerai, si j'ai pas de post c'est pas grave, voilà c'est tout.

Sandra : Et comment vous réagiriez, qu'est ce que vos ferez ?

Bah rien j'attendrai que ça passe.

Sandra : Et si la panne dure plusieurs jours ?

Qu'est ce que vous voulez que je fasse contre une panne je peux pas appeler un mécanicien qui peut (inaudible) pour les réseaux sociaux, la panne elle est pour tout le monde elle est pour tout le monde c'est comme ça c'est comme le confinement hein vous êtes confiné et puis voilà.

Sandra : Vous le prendrez avec philosophie quoi

Voilà exactement.

Sandra : et si par exemple cous étiez la seule personne à être victime de cette panne ? Si tout le monde

Je m'inquiéterais dans le sens ou je me dirai qu'est ce que j'ai fait de mal si j'ai fait quelque chose de mal ou alors si j'apprends que c'est que une panne bah ce serait pareil je dirai bon bah moi j'ai une panne ça va passer. C'est vraiment ce que je me dis.

Sandra : Est ce que vous pensez que ça vous manquerait ?

Euh ça me manquerait oui à un moment donné bien sur. Oui bien sur bien sur.

Sandra : c'est quoi qui vous manquerait à votre avis ?

Heu pfff je sais pas peut être voir ce que l'actualité euh je sais pas. La vérité je sais pas ce qui me manquerait je saurais pas donner de mot la dessus bien sur que ça me manquerait les réseaux sociaux c'est devenu quelque chose de quotidien forcément.

Sandra : D'accord. Bon bah écoutez euh on a arrive à la fin. Est ce que pour conclure vous vous souhaitez ajouter quelque chose à propos de votre expérience vis à vs des réseau sociaux quelque chose qu'on a pas aborder que vous auriez aimé rajouter ?

Hmm non non la vérité les réseaux sociaux c'est quelque chose avec le temps j'ai su assimiler comme quelque chose qui peut être cool mais qui peut être aussi néfaste donc euh les réseaux sociaux c'est bien mais comme tout euh les excès ne sont pas bons.

Sandra : En tout cas moi j'ai le sentiment que euh y a alors peut être que je détrompe mais j'ai le sentiment que peut être depuis que vous êtes papa y a quelque chose que vous investissez beaucoup plus dans le cadre de la réalité dans votre famille etc et que c'est peut être pour ça que les RS vous prêter moins attention au likes etc à tout ça comme si votre investissement psychique il était ailleurs quoi.

Je peux pas dépenser toutes les énergies dans les RS sachant que j'ai deux petits êtres humains qui comptent sur moi tous les jours toutes les heures et toutes le minutes.

Entretien 9 : Madame L

Sandra : Hop voilà ça y est l'enregistrement est activé, euh alors en tout premier lieu j'aimerais vous demander si vous voulez bien vous présenter en quelques mots me dire qui vous êtes euh je sais pas votre âge, ce que vous faites comme métier, vos loisirs, votre place un petit peu dans la famille tout ça voilà.

Je voudrais juste faire une petite c'est que je capte mal chez moi et que parfois ça capte mieux sur WhatsApp donc si jamais euh il y a des problèmes on peut se rappeler sur WhatsApp si vous voulez enfin voilà.

Sandra : D'accord très bien bah si ça coupe il y a pas de soucis on se rappellera sur WhatsApp.

OK, donc je m'appelle XXXX euh je dois donner mon identité complète ?

Sandra : Non vous êtes pas obligée parce que de toute façon ça sera anonymisé

D'accord très bien donc euh j'ai 45 ans, je vis seule dans les Landes, dans un petit bled perdu (rigole) pas trop loin de l'océan, je suis d'origine parisienne, j'ai je suis née et j'ai grandi là-bas euh jusqu'à mes 30 ans environ et puis après petit à petit j'ai découvert le sud ouest jusqu'à venir m'y installer définitivement depuis depuis 10 ans maintenant.

Sandra : D'accord bon, et alors pourquoi vous avez fait ce choix là ?

Hé bien en fait j'ai des problèmes d'anxiété depuis euh la fin de l'adolescence vers mes 17 ans enfin non en plein adolescence donc ça a commencé par des crises de panique qui ont mené en fait à de l'agoraphobie puis à un trouble de panique avec plus ou moins d'agoraphobie en fait mais la panique est jamais trop partie en fait donc il y a des moments j'avais plus ou moins de de mon champ d'action était plus ou moins grand en fait et euh bah voilà, ça a été très vite un handicap à tous les niveaux en fait de vie, donc ça a beaucoup entravé ma carrière, mes passions, mes amitiés, mes relations sociales voilà. Et puis bah ayant vécu à Paris toute ma vie bon bah c'était très compliqué, je pouvais plus prendre le métro, le bus plus rien et puis j'ai eu l'occasion d'aller j'étais dans le théâtre en fait et après dans l'audiovisuel le cinéma etcétéra et donc du coup j'ai eu l'occasion d'aller tourner en Province bah disons que j'y suis allée en vacances mais là en fait j'ai vraiment eu l'opportunité en fait d'y rester puisque j'ai rencontré quelqu'un qui vivait enfin dont les parents vivaient en province donc du coup on est allés s'installer là bas pour quelques années finalement on est rerentrés à Paris et là j'ai vu au retour à Paris que c'était vraiment plus vivable du tout quoi donc j'étais enfermée dans mon appart voilà je faisais rien, la nature me manquait, le bout de jardin me manquait, voilà et donc du coup beh j'ai vraiment franchit le cap quoi je suis parti m'installer dans un dans un endroit où j'allais en vacances quand j'étais petite voilà.

Sandra : D'accord, d'accord

Et j'ai refais ma vie ici.

Sandra : Ok, bon, et est ce que vous pouvez me parler un petit peu de de votre famille ?

Oui, alors euh je suis fille unique, mes parents ont divorcé quand j'avais 3 ans, j'ai vécu avec ma mère 1 week end sur 2 et la moitié des vacances scolaires avec mon père, qui lui s'est remarié quand j'avais 6 ans et qui est toujours d'ailleurs marié donc. Ma mère a pas refait sa vie, ni l'un ni l'autre n'ont eu d'enfant, donc voilà donc j'ai une belle mère aussi qui compte beaucoup dans ma vie.

Sandra : Vous avez des enfants vous ?

Non, non j'ai pas d'enfants

Sandra : D'accord et comment vous vous entendez avec vos parents ?

Euh c'était très compliqué c'était très fusionnel avec ma mère, je m'occupais beaucoup d'elle, je m'occupais beaucoup de responsabilité enfin en tout cas je me suis collée beaucoup de responsabilité, elle a eu beaucoup des troubles à un moment et voilà j'ai été beaucoup là ouais

Sandra : Quand vous dites des troubles vous voulez préciser ?

Elle a eu un trouble anxieux oui alors dépressif oui alors il y a un peu un terrain du côté maternel ma grand-mère en fait a fait une grosse dépression pendant 5 ans et elle a fini sa vie sous anti dépresseurs d'ailleurs et ma mère a fait des crises d'angoisses très fortes jeune et puis quand je devais avoir 15 ans 16 ans euh elle a eu pendant 3 mois je crois ça a duré des crises d'angoisses et elle avait peur en fait de s'étouffer en avalant et donc du coup elle ne mangeait plus que le liquide et euh elle avait peur de dormir parce qu'elle avait peur du coup de s'étouffer en dormant donc du coup fallait que je dorme avec elle euh donc voilà. Et ça s'est résolu pour elle euh en allant voir une magnétiseuse qui lui a enlevé la peur donc elle est ressortie du rendez-vous c'était terminé, voilà (rire) Et voilà bon après euh elle a eu d'autres épisodes de dépression voilà elle a été suivit un peu mais pas trop, elle a surtout elle fonctionne surtout aux anti dépresseurs pareil comme ma grand mère qu'elle prend régulièrement qu'elle prendra jusqu'à la fin de sa vie.

Sandra : D'accord

Du côté de mon père euh donc voilà donc avec ma mère c'était plutôt relation fusionnel difficile de quitter le foyer le nid pour moi, grosse culpabilité bah à être heureuse euh à vivre sans elle en fait, voilà l'impression de la laisser tomber, de ne jamais m'occuper assez d'elle, de jamais donc voilà et puis et puis il y a des rapports très conflictuels je sais pas depuis combien de temps mais euh ouais, très très compliqué quoi. Voilà l'impression de ne jamais faire assez bien, elle est très critique, elle dit des choses très dures, et très cassante, elle a jamais été affectueuse ça vraiment il y a un rejet d'affection énorme c'est

vraiment physiquement en fait elle elle repousse voilà et euh du côté de mon père donc lui il a perdu ses parents très jeunes son père à 13 ans sa mère à 21, il a eu une éducation très sévère et éduqué à la ceinture par son père et il a vraiment je pense reproduit cette autorité en tout cas, alors pas du tout en violence physique mais par contre morale très voilà il est très autoritaire, très voilà dans la dictature euh, manipulateur très manipulateur très menteur, et voilà et après il a été enfin j'ai été sa confidente très très jeune en fait où il me racontait ses infidélités, qu'il aimait encore ma mère, que c'était une salope que donc voilà j'avais le droit en fait a toutes ces confidences, lui non plus n'a pas de frère et soeur, et récemment en fait on a enfin réussi, enfin il a enfin réussi à entendre, ça faisait des années hein que j'avais essayé de lui expliquer pourquoi … pourquoi j'avais mis tant de limites et pourquoi, parce que voilà qu'elle serait les conditions à se qu'on ai une relation et il a effectivement comprit et a admit verbalement que bah que j'étais sa seule famille, il a un peu tout mélanger et que pour lui il voulait pas me mentir, c'était son sa façon en fait sa façon à lui d'expliquer ça, c'est qu'il voulait il mentait autour mais à moi il voulait pas me mentir, donc du coup voilà.

Sandra : D'accord, ouais

Voilà pour le terrain familial papa maman euh

Sandra : Et selon vous est-ce que brièvement est ce que vous savez un peu pourquoi d'une nature assez anxieuse ?

Je pense bah qu'il y a le terrain maternel voilà au niveau éducatif quoi, vraiment je pense que j'ai appris ça de ma mère cette anxiété, cette inquiétude, c'est quelqu'un de très casanier, qui a beaucoup peur de l'extérieur, qui voilà va toujours fait attention à ça, qui va toujours m'encourager à rester à la maison plutôt qu'à… mais qu'est ce que t'as besoin d'aller faire ça, qu'est ce que t'as besoin d'aller là, et donc voilà très elle ramène beaucoup à l'intérieur, pas sécurisante du tout, à chaque fois que j'ai été malade en fait elle supporte pas donc du coup je suis à l'hôpital elle va à l'autre bout de l'hôpital se se se se boucher les oreilles parce qu'elle peut pas m'entendre souffrir donc pareil avec les émotions en fait elle gère pas ses émotions donc du coup les miennes non plus, j'ai fais un malaise vagale elle je me suis réveillée de mon malaise elle me hurlait dessus en repoussant tous les gens qui venaient pour essayer de m'aider euh voilà elle est dans une panique elle même com-

pliquée donc je pense que j'ai appris beaucoup de ça, je pense que l'épisode où bah où elle-même croyait qu'elle allait mourir parce que forcément man m'a fort inquiété et puis j'ai eu une responsabilité importante à ce moment là et mes crises, mes crises d'angoisses ont commencé peu de temps après finalement aussi parce que je me défonçais pas mal etc; mais disons que je pense que tout ça a été un mélange voilà j'ai commencé à me déscolariser, à à boire, à fumer enfin

Sandra : D'accord, est-ce que aujourd'hui vous avez j'ai entendu si j'ai bien compris vous êtes mise à fumer du cannabis et à boire de l'alcool c'est ça ?

Ouais c'est ça.

Sandra : est ce que aujourd'hui …

… j'ai arrêté très tôt en fait quand mes crises d'agoraphobie enfin pardon c'était ça la question ?

Sandra : Oui c'était ça, tout à fait

D'accord non non j'ai arrêté en fait quand j'ai commencé à avoir vraiment des crises d'angoisses qui m'ont empêché vraiment de sortir où là vraiment j'ai commencé à flipper et je suis allée voir vraiment une thérapeute euh là j'ai arrêté de fumer des clopes, des joints et l'alcool, j'ai tout arrêté d'un coup en vraiment en pensant que c'était lié tous ces excès et tout voilà et ouais ça a rien changé mais cela dit j'avais repris la clope là j'ai ré-arrêté mais par contre j'ai plus jamais fumé ni bu depuis

Sandra : D'accord, bon hé bien merci pour votre présentation et pour votre spontanéité à propos de ce que vous venez de me raconter (patient.e : je vous en prie), est ce que, on aura peut être l'occasion de revenir un petit peu sur certains événements que vous avez que vous venez d'expliquer pardon. Maintenant on va rentrer un peu dans le vif du sujet, du coup vous avez accepté de participer à cette recherche, pour témoigner de votre expérience à propos des réseaux sociaux, est-ce que je pourrais savoir pourquoi ? Qu'est ce qui vous a donné envie ?

Euh bah juste envie d'être utile en fait et que et que tout se que je traverse serve à quelque chose en fait (rigole) si ça peut être utile j'ai toujours eu cette volonté là en fait de de me voilà de me porter cobaye ou de pouvoir voilà aider à la recherche (rire)

Sandra : Bon écoutez merci

Et puis parce que ça m'intéresse aussi, donc euh du coup voilà

Sandra : Alors sur combien de réseaux sociaux êtes vous inscrite ? Est ce que vous pouvez me dire un petit peu ?

Euh sur 2 principalement, Facebook et Instagram, par contre (Sandra: oui pardon allez y je vous laisse finir) non non sur lesquels je suis active et je suis inscrite depuis longtemps et que j'utilise vraiment et appètes j'ai TikTok et twitter qui sont installés sur lesquels je vais occasionnellement.

Sandra : euh du coup Facebook et Instagram vous les utilisez de façon quotidienne ?

Oui

Sandra : Pourquoi pas TikTok et Twitter ?

C'est venu comme ça euh bah c'est venu par myspace en fait après myspace je suis passée à Facebook, Facebook je suis passée à Instagram et entre les deux il y a eu twitter et qui pour moi était un moyen moins social et plus, je l'ai envisagé plus comme un truc un peu professionnel, limité dans l'expression avec ce ce ce ce truc de petites phrases, de caractères limités donc pour moi du coup en fait c'était pas un média euh sympa en fait et voilà donc du coup je m'y suis pas plus intéressée que ça et puis voilà tout simplement

Sandra : et pour TikTok ?

Pour TikTok pour moi TikTok est arrivé un peu après Snapchat, Snapchat pour moi c'est vraiment pour les enfants (rigole) et TikTok aussi au début euh je voyais pas trop la

différence j'étais plus voilà j'étais j'avais les vidéos aussi sur Instagram le côté vidéo du coup voilà ça m'intéresse pas et là c'est marrant parce que j'y suis retournée il y a peu de temps et ça m'a effaré, fasciné et effaré en même temps mais voilà mais non plus c'est pas un voilà non plus un média qui m'intéresse je préfère je trouve ça un peu puéril et trop faux, je sais pas trop surfait. (Rigole)

Sandra : d'accord

Peut être pour je dirais oui je dirais que ça me … je ne sais pas … ça ne fonctionnait pas ça ne m'amusait pas ça ne m'intéressait pas quoi tous les trucs de, toutes les modes, TikTok tous les tous ça c'est ouais.

Sandra : D'accord et alors qu'est ce qui vous plaît, qu'est ce qui vous attire finalement sur globalement Facebook et Instagram ? Puis que c'est ceux là que vous utilisez de façon quotidienne

Ouais, c'est vraiment les groupes euh je suis beaucoup de groupes en fait donc par par centre d'intérêt donc que ce soit artistique, psychologique, les médias, c'est vraiment pour moi une porte bah vers le monde, vers la culture, vers le l'instruction, sur enfin voilà plein de choses, je l'utilise pas tellement socialement pour pour des groupes d'amis ou enfin de connaissances dans la vie réelle, c'est vraiment pour moi un moyen d'accéder à à d'autres personnes quoi, ouais. Moi je l'utilise pas, c'est à dire que je ne publie pas des choses de ma vie, je publie de temps en temps un peu comme une carte postale un truc que moi que voilà qui m'a plu ou un truc mais je suis pas du tout en recherche de likes je m'en fou c'est plus comme un petit journal où de temps en temps je mets une photo, euh je suis pas particulièrement enfin j'ai pas d'amis qui soient très actifs là dedans, hum et voilà pardon je ne sais plus ce que je voulais dire.

Sandra : Non bah c'est très bien (intervenant rigole) J'imagine que les groupes c'est plutôt sur Facebook et sur Instagram c'est quoi qui vous attire ?

Aussi sur Instagram en fait, parce qu'il y a des communautés, qui sont reliées c'est à dire il va y avoir plusieurs personnes qui ont des centres d'intérêts communs et on se suit

tous en fait il y a quand même des groupes sur Instagram aussi quoi, par exemple des groupes féministes où du coup des féministes vont avoir des comptes personnels sur lesquels elles peuvent être activistes ou militantes et donc publier des choses euh mais aussi ça créé des liens en fait entre des informations entre des activités entre des pensées entre plein de choses quoi (Sandra: d'accord) et ça à tous les niveaux

Sandra : À tous les niveaux … ok

Notamment au niveau du soin je pense qu'on va en parler après.

Sandra : on reviendra alors sur cette question là, on reviendra, on garde en tête et on reviendra. C'est quoi qui vous fait ouvrir les réseaux sociaux que vous utilisez, Facebook ou Instagram, qu'est ce qui fait que vous ouvrez l'application ?

Euh je pense la curiosité, le le (Sandra : la curiosité ?) ha ouais la curiosité euh c'est clairement comme certaine personne allume la télé pour regarder les infos ou allume la radio le matin au réveil quoi enfin se réveille avec la radio moi c'est ça, c'est voir quoi de neuf, voilà

Sandra : et qu'est ce qui … donc cette curiosité c'est à dire d'aller regarder d'aller voir quoi exactement ?

De voir euh ce qu'il y a de nouveau, ce qui s'est passé, ce qui s'est passé dans le monde, ce qui s'est passé dans les groupes que je fréquente que je suis, euh, voilà moi je regarde … je regarde pas du tout la télé par exemple, et en radio j'écoute que des podcasts donc j'ai pas de de média d'information je veux dire non choisi en fait voyez qu'on tombe bon d'un coup il y a les informations et on les regarde quoi, euh du coup voilà ouvrir pour moi c'est vraiment comme j'ai reçu le journal et je vais ouvrir et je vais regarder voilà tous mes petits contenus euh habituels.

Sandra : Et combien de fois par jour vous ouvrez les réseaux sociaux ?

Euh je pense euh bah ça dépend euh je pense je sais pas … je sais pas, entre… trois et dix fois je pense ouais.

Sandra : Est-ce que vous estimez par exemple vous y allez une fois par curiosité et vous restez une heure dessus ou alors est-ce que c'est vraiment à petite dose tout au long de la journée ?

Ça peut être les deux, je peux passer 3heures de suite dessus et des fois ça dépend si j'ai d'autres choses à faire ça va être rapide, et du coup ça va être un peu comme une pause clope quoi.

Sandra : Un peu comme une pause clope ?

Ouais.

Sandra : pourquoi vous comparez ça à la pause clope ?

Parce qu'il y a un côté euh (rigole) bah parce qu'avant je fumais je trouve qu'il y a vraiment ce truc là quand je suis entrain de faire une activité et que d'un coup bah je m'accorde une pause bah je m'assois je vais prendre mon téléphone et du coup je vais scroller et voilà ça me fait une pause un divertissement en fait comme voilà comme une détente qui n'est forcément pas une comme la clope d'ailleurs mais voilà

Sandra : ouais et c'est quoi la différence ? Entre la détente de la clope et la détente des réseaux sociaux

Bon bah la détente de la clope on sait bien que c'est nocif et voila et la détente des réseaux sociaux voilà je pense qu'il y a quand même un évitement de enfin pas un évitement ou une fuite ou en tout cas un moyen de pas être au présent quoi c'est quand même une échappatoire c'est ni dans l'ici dans le maintenant en fait donc effectivement il y a pas de vraies pauses détentes, on fait autre choses en fait quoi on est absorbées par autres choses oui c'est une distraction en fait.

Sandra : C'est une distraction d'accord, est ce que vous vous sentez détendue quand vous regardez les réseaux sociaux ?

Ouais

Sandra : D'accord et une fois que vous les quittez cet état il se prolonge ?

Euh alors c'est une bonne question … non je ne pense pas je ne pense pas en tout cas si il y a pas eu d'interaction non je pense qu'effectivement si il y a eu une interaction plaisante qui va me donner un sentiment agréable avec quelqu'un je veux dire ou quelque chose je veux dire mais euh juste les réseaux et les nouvelles je sais pas peut être ça peut arriver mais l'inverse peut arriver tout autant je pense, je pense que c'est …

Sandra : … d'accord ça pourrait être une détente immédiate qui se prolonge pas forcément ?

Oui voilà c'est ça

Sandra : bon et alors qu'est-ce que alors vous m'avez oula 1 2 3, vous m'en avez parlé un petit peu mais je voulais savoir quel type de contenu vous regardez exactement ? Est ce que c'est du contenu de texte, est ce que c'est des images, est ce que c'est des vidéos, est ce que c'est un mélange des trois ?

C'est un mélange des trois (Sandra : ouais comment ça se passe racontez moi) ouais là je parle beaucoup d'Instagram parce que je suis surtout sur Instagram mais sur Facebook je lis beaucoup je lis davantage sur Instagram maintenant il y a de plus en plus de textes sinon du coup je lis aussi pas mal, ça me renvoie aussi vers des liens externes où je lis beaucoup, euh les vidéos au final pas tant que ça, les images oui plus pour euh les choses artistiques etc, euh ouais c'est plutôt en fait des idées qui me, je suis davantage des idées que voilà ..

Sandra : Vous suivez des idées ?

Ouais enfin des oui des actualités des idées des points de vu des critiques je ne sais pas (rire)

Sandra : D'accord et qu'est ce qui vous plait là dedans ?

Bah si c'est une euh la connaissance quoi voilà m'instruire apprendre des choses

Sandra : D'accord …

… l'accès à des choses auxquelles je n'ai pas accès dans ma vie réelle quoi

Sandra : D'accord, est-ce qu'il y a des contenus qui vous déplaisent dans votre fil d'actualité ? (Silence) Des choses que quand vous regardez ça vous gêne ou ça vous …

… pas trop parce que finalement mon fil d'actualité me propose des choses ciblées quoi donc euh et sinon là quand je suis allée sur Tiktok vu qu'ils ont pas vraiment de de profil j'étais horrifiée quoi (rire)

Sandra : Qu'est ce qui vous a horrifié sur Tiktok ?

J'étais horrifiée c'était au moment au truc de Palmade là et je toute les vidéos qu'il nous proposait à la suite c'était sur ce sujet c'était que des personnes lambda qui donnaient leur avis d'une manière complètement affectée et émotionnelle comme si ils avaient enfin je sais pas, tout le monde donne son avis comme ça de voir qu'autant de personne suivait des gens qui ont aucune légitimité en fait à ouais j'étais choquée quoi

Sandra : D'accord, choquée carrément.

Ha ouais vraiment, choquée, je me disais c'est quoi ce monde c'était comme si c'était comme si c'était un monde remplit de Cyril hanouna quoi des émissions de Cyril Hanouna en fait quoi bon il y a d'autres choses intéressantes et plus brillantes mais en tout cas ce que j'ai vu ça m'a vraiment ça m'a fait peur quoi.

Sandra : et comment vous vous êtes sentie quand vous avez regardé ces vidéos là à la suite ?

Oh bah vraiment je vous dis j'ai eu un peu peur en fait ça m'a découragé du monde en fait je me suis dis bah oui voilà en fait je ne peux pas ignorer qu'une partie du monde c'est ça aussi et ça et ça m'a déprimé quoi, parallèlement à ça aussi sur Instagram comment on dit dans ma pratique courante je suis des personnes qui m'intéresse, que je connais un peu de loin etc qui sont des jeunes vidéastes des jeunes DJ et voila et euh bon voilà ou des personnes qui se réalisent pleinement et c'est vrai que souvent en fait bah du coup j'ai vraiment une nostalgie qui s'installe et une frustration et une voilà il y a des moments je me compare, où je repense à ma vie d'avant, à la vie que j'aurais voulu voir, ou que j'aimerais encore avoir parfois et c'est vrai que ça peut être aussi déprimant et dévalorisant.

Sandra : D'accord d'accord et ça vous arrive souvent ça sur Instagram ?

Hmmm non pas trop non mais ça peut m'arriver mais pas trop, ce n'est pas ce qui prime.

Sandra : Et c'est quel type de contenu qui vous fait cet effet là ?

Bah ça va être je vous dis ça va être des personnes qui ont la carrière que j'ai pas eu ou qui ont des libertés que j'ai pas ou qui ont voilà ça plus a voir avec la frustration .. par rapport à mon handicap ou pas

Sandra : est ce que vous avez un exemple précis ?

Non je sais pas je vais voir d'un coup je pense que c'est dépendant de mon état du moment aussi mais je sais pas je vais voir quelqu'un marcher dans New-York dans les rues de New-York et ça va me faire super mal au coeur parce que moi je peux pas marcher dans les rues de New-York alors ça peut être un petit détail comme ça ou ça peut être carrément quelqu'un qui est entrain de tourner euh son film et qui voilà ou rencontrer quelqu'un de brillant que j'aurais adorer rencontrer et que voilà, de l'envie en fait parce que ça peut créer de l'envie, ouais de l'envie et de la frustration quoi.

Sandra : Est ce que ce sentiment là il peut vous poursuivent en dehors d'Instagram une fois que vous arrêtez l'application ?

Euh un petit peu mais je ne sais pas si c'est mon état d'avant qui m'a amené à ça et qui du coup euh voilà je sais pas si c'est vraiment Instagram qui est responsable je pense que ça a peut être participé en fait à un état sous jacent quoi, qui était …

Sandra : … un état qui était déjà là peut être…

Voilà déjà j'étais potentiellement j'étais déjà sensible là et puis bon ça a pas aidé ce jour là parce que un autre jour j'aurais pu très bien juste me réjouir euh enfin voilà juste profiter visuellement sans me comparer ou sans euh oui

Sandra : Et euh selon vous qu'est ce qui dans quel état vous êtes avant qui peut provoquer cet effet là ?

Ha bah ça peut être l'ennui ou un sentiment de solitude ou un découragement en fait.

Sandra : Ouais ouais et c'est ce type de raison là qui vous fait ouvrir Instagram par exemple ?

Euh ça peut.

Sandra : Ça peut ? D'accord d'accord, bon, c'est intéressant ça, et euh reprenons rapidement, oui voilà comment vous réagissez quand vous des sentiments un peu de frustration en vous comparant avec quelqu'un qui marche dans les rues de New-York comment vous réagissez ?

Euh bah écoutez.

Sandra : est ce que par exemple vous changez d'application, est ce que vous continuez à regarder ….

… oui peut être que je vais passer à autre chose en fait je vais jouer à des jeux plutôt (rigole) ou je vais regarder un autre contenu ou ou je vais écrire ou ça dépend

Sandra : Vous réagissez pas spécialement à la photo en commentant ou ce genre de choses ?

Pas du tout, euh en général je commente que voilà des choses qui me révoltent en fait, je suis active ouais au niveau de la révolte quoi, il y a des sujets qui me touche des choses qui me révolte je peux très bien laisser un commentaire quand je suis voilà effarée ou stupéfaite par quelque chose ou en colère ou…

Sandra : Avec l'histoire de Pierre Palmade ça pourrait ?

Non non ça pourrait pas je me sent j'ai rien à en dire mais effectivement voilà la différence entre ça et je sais pas je vais réagir sur ce qui est intéressant

Sandra : C'est quoi qui vous fait réagir ou vous révolte ?

Euh des injustices oui la politique, d'une injustice (silence) des mensonges (silence) des violences faites aux enfants, euh plein de choses.

Sandra : C'est intéressant parce que vous dites des injustices, des mensonges, des violences faites aux enfants je trouve que ça correspond quand même pas mal avec ce que vous m'avez raconté au tout début.

Euh ouais tout à fait tout à fait d'ailleurs ce que ce que je suis et qui m'intéresse c'est pas innocent hein c'est euh beaucoup de compte violences conjugales beaucoup de compte sur justement la maltraitance infantile sur euh voilà euh sur les violences faites aux femmes en général. Et sur la psychologie évidemment énormément, la psychologie et (Sandra : et la psychologie du coup ?) ha ouais énormément, ça m'a donné accès en fait voilà à des contenus que auxquels je n'aurais jamais eu accès par ailleurs en fait alors au début beaucoup sur Facebook voilà par parce que ça m'a donné accès à l'international en

fait à la la la à des donnés internationales, à des articles scientifiques internationaux voilà, il était facile de de de de traduire il y avait 15 ans d'avance sur la France et voilà du coup oui j'ai eu accès à es choses très tôt ça m'a permit de participer à des traductions de contenus, à voilà toute euh

Sandra : et selon vous comment vous expliquez que euh vous êtes enclin à commenter des publications qui résonnent un petit peu avec votre histoire ? Pourquoi c'est ce type de publication là qui vous enfin c'est peut être une question un peu biscornue mais ? Vous voulez un petit peu …

… Bah je crois que c'est soit en soutien en fait donc pour encourager les personnes qui voilà qui militent ou qui se battent pour ça ou qui dénoncent des choses, donc c'est pour vraiment en soutient pour les encourage ou euh ou c'est des vraies interrogations que je peux avoir par exemple .. par exemple euh dernièrement mais j'ai euh sur un homme politique que je suis un député euh qui qui a fait un speech à l'assembler, il s'est fait huer à un moment donner à un moment très particulier en fait et c'est vraiment quelque chose en fait que je ne comprends pas pour moi c'était vraiment indécent quoi donc du coup j'ai j'ai posé la question en fait tout simplement comment en fait est ce que c'est possible ? Et bon c'était un peu comment dire une question enfin non réellement non en fait je ne comprends pas mais j'attendais pas forcément une réponse vous voyez mais j'en ai eu c'était … voilà

Sandra : et euh est ce que vous trouvez que votre utilisation des réseaux sociaux elle a changé au cours du temps ?

Hm oui au début Facebook clairement, enfin myspace, à l'époque il y avait un côté un peu artistique euh euh ouais ouais on partageait beaucoup et de musiques et de choses plus artistiques que sur les réseaux actuels. Euh Facebook au début c'était très ludique quoi il y avait des sondages, despotats jeux, petit à petit effectivement avec les groupes avec les pages etcétéra ça a ouvert d'autres choses un peu plus politiques un peu plus et après Instagram puisque ça a évolué enfin en tout cas mon utilisation je vois pas ha oui en fait en fait à la base voilà je me rappelle c'est qu'Instagram à la base j'aimais pas (rire) parce que je croyais que c'était que des photos sur lesquelles on a le choix de mettre 10 filtres et puis c'est tout, c'était un album photo en fait au début Instagram, donc j'aimais pas trop cette espèce de de de voilà on met des photos et on va tous mettre le même filtre et c'est la nouvelle la nouvelle mode en fait quoi et puis c'est comme une dictature j'aimais pas du tout

ça je trouvais ça super limité, pas du tout créatif, pas du tout intéressant en fait, et puis j'ai eu une période en fait où je me suis mise à dessiner et je n'étais pas du tout intéressée pour partager mes dessins ni rien aux gens que je connaissais, mais par contre j'avais envie de les partager avec des gens qui dessinaient aussi enfin sans vraiment trop savoir j'ai commencé à publier en fait des photos de mes dessins dessus, et à la base en fait c'était vraiment de manière anonyme, les comptes Facebook et Instagram étaient pas du tout reliés et puis euh je crois que petit à petit il y a une personne voilà il y a une personne qui à qui j'ai montré mon profil et puis qui du coup s'est abonnée et puis finalement c'est devenu mon compte Instagram et puis j'ai arrêté de dessiner donc j'ai arrêté de publier des dessins et puis du coup je mets une petite photo de temps en temps (Sandra : et est ce que euh …) donc ça …

Sandra : Et est ce que vous investissez sur Instagram les followers les likes les … ?

Pas du tout, de manière personnelle non parce que comme je vous avez dis au tout début c'est devenu community manager en fait donc du coup là je vous parle que de mon expérience personnelle mais à côté j'ai une expérience professionnelle en fait depuis depuis 5 ans.

Sandra : et est ce que au niveau de votre expérience professionnelle est ce que vous vous sentez un peu prise dans cet investissement comme ça des followers des likes euh ?

Ouais bah bien sûr, oui oui, bah il y a une obligation un peu de rendement quoi de de voilà de (rire) de de de justifier en fait l'intérêt de mon travail quoi et puis bah de d'attirer des gens voilà de transformer les clics en clients quoi hmmm après je ne suis pas une folle de de statistiques, je le fais de manière complètement autodidacte donc j'ai pas du tout de formation de marketing euh digital euh tout ça quoi renting je ne fais pas je fais de manière instinctive en allant quand même démarcher des cibles potentielles, des clients potentiels, un public voilà auquel je m'adresse en particulier dans les publications voilà j'échange avec les gens mais c'est plutôt de manière honnête euh enfin voilà il y a pas de stratégie euh marketing derrière ouais.

Sandra : D'accord d'accord, et vous diriez que sur le plan plutôt personnel, qu'est ce que les réseaux sociaux vous apportent dans la vie ?

Ha bah moi c'est vraiment l'ouverture euh au monde quoi, ça c'est vraiment mon plus grand bénéfice je trouve, c'est vraiment la la la ouais l'accès en fait à voilà des liens, des liens quoi, des liens universels et puis de toute confession, et de toute euh … voilà, j'ai l'impression que c'est illimité euh ouais.

Sandra : est ce que vous pensez que les réseaux sociaux peuvent avoir un impact sur votre santé psychique ?

Euh oui …

Sandra : … qu'il soit positif ou négatif d'ailleurs

Ouais ouais bah je pense que bah voilà ce qui est positif c'est effectivement la possibilité de de fréquenter des groupes et donc des personnes réelles aussi avec qui ont peut créer des liens, j'ai une amie que je n'ai jamais rencontré en vrai que j'ai rencontré en jouant au Poker en ligne puis on s'est connectés du coup sur Facebook et puis après voilà et puis ça fait 15 ans qu'on échange qu'on partage qu'on s'appelle on ne s'est jamais rencontrées, euh puis des réseaux aussi beaucoup autour de la santé mentale voilà donc des groupes de soutiens, lire des témoignages des choses comme ça euh apprendre des choses, j'ai été récemment diagnostiqué avec un un trouble du spectre de l'autisme (Sandra : d'accord) à 45 ans, donc après 20 ans de de troubles anxieux et voilà me focaliser que là dessus, bon en même temps euh (souffle) euh c'est une parenthèse mais effectivement j'ai appris beaucoup de choses mais ça reste euh intellectuelle en fait, ça reste, euh ça reste virtuel en fait bah voilà j'ai plein de connaissances c'est super après par rapport à ma santé psychique, oui il y a des contenus qui vont me faire du bien c'est à dire qui vont me rassurer qui vont m'aider à à prendre les choses mieux ou ça va être des pistes pour comprendre certaines autres choses je pense vraiment que ça a un impact comme ça et en même temps euh on est pas dans l'action, et je pense quand même que cette façon de nous sortir enfin de nous maintenir en dehors du monde réel ne m'aide pas du tout…

Sandra : … n'a quoi j'ai pas entendu ?

… n'aide pas du tout

Sandra : n'aide pas du tout.. vous avez le sentiment d'être maintenue dans un monde un peu virtuel c'est ça ?

Oui parce que finalement euh c'est quand même très solitaire, c'est quand même oui c'est pas réel hmmm c'est pas réel.

Sandra : donc ce qui est intéressant c'est que finalement vous me dites à la fois ça vous aide à avoir une ouverture sur le monde à peut être même à rencontrer des gens mais que au quotidien dans votre vie ça ne vous aide pas spécialement à aller plus vers les autres, à aller à la rencontre des autres quoi

Euh euh ouais non effectivement je ne pense pas.

Sandra : bon d'accord d'accord et alors je vais peut être vous reposer une question un peu redondante mais d'une façon générale qu'est ce que vous ressentez juste après avoir passé du temps sur les réseaux sociaux, quand vous arrêtez qu'est ce qui se passe ?

Hé bien j'ai le sentiment de me retrouver avec moi même en fait quand j'arrête, euh donc il y a ce sentiment oui de solitude et de ouais voilà

Sandra : d'accord d'accord donc un sympa plutôt négatif ou neutre ou positif

Euh bah ça dépend de quand (long silence) je pourrais pas vous dire je crois quand même que au final j'aimerais vraiment pouvoir m'en passer au fond du fond du fond (explose de rire)

Sandra : Ha comment ça se fait ça ?

Je pense que plus ça va plus je me rend compte qu'il y a quand même un addiction et que il y a .. que les bénéfices … en tout cas mon utilisation euh soit pourrait saine soit voilà je regretterai vraiment toutes les choses positives mais en même temps je pense que ça me ferait vraiment du bien de ne plus avoir ça quoi et je pense d'ailleurs que toute ma

créativité enfin que ça a été un catastrophe pour ma créativité l'arrivée du smartphone et de …

Sandra : hmmmm bon est ce que vous pouvez un petit peu développer là dessus, sur cette question de alors vous avez dit plusieurs choses déjà il y a la créativité un petit peu qui s'est qu'est un peu en berne depuis les réseaux sociaux mais vous parlé aussi du fait que vous aimeriez avoir une utilisation plus saine, qu'est ce que aujourd'hui vous ne trouvez pas saint dans votre relation ?

Bah le fait que ce soit virtuel en fait, le fait que ce soit virtuel que ce soit plus simple pour moi de parler avec ou d'interagir ou de discuter ou de vivre cachée derrière une écran plutôt que de …

Sandra : pourquoi c'est plus simple ?

Bah enfin voilà phobie sociale; c'est plus simple parce que protégée parce que je suis chez moi parce que parce que je suis en sécurité enfin je me sent en sécurité, parce que mon image ne précède pas euh.

Sandra : et qu'est ce qui dans la relation aux autres et dans l'actuel par opposition au virtuel, qu'est ce qui vous fait sentir pas en sécurité ?

Hm euh bah je suppose manque de confiance en moi quoi la peur du jugement la peur de le manque d'estime

Sandra : Vous pensez que parce que vous avez parlé d'addiction aussi, vous pensez que vous avez une addiction aux réseaux sociaux à cause de ce manque de confiance en vous ?

Hm

Sandra : À cause de ce besoin d'être en sécurité quand vous êtes en interaction à cause de …

Je ne saurai pas vous dire je pense que effectivement ça comble un vide et des manques qui sont dû au handicap mais que quelque part ça aide pas en tout cas ça me maintient aussi c'est à double tranchant en fait.

Sandra : d'accord c'est à double tranchant en tout cas ça peut maintenir cet état là

Ouais … oui parce que quelque part il y a euh même soi je n'enlève pas que c'est sincèrement intéressant que ça me nourrie vraiment à plein d'endroit euh ça reste quand même virtuel, ça reste quand même impalpable quoi

Sandra : Justement est ce que on pourrait dire que peut être c'est parce que ça vous nourrie virtuellement que du coup vous éprouvez des difficultés à vous nourrir autrement ?

Alors sans euh … hmmm je n'ai aucune difficulté de me nourrir dans la vie (rire) si vous vouliez un parallèle un peu (rire) psychanalytique euh non pas de problème de ce côté là (rire)

Sandra : non je parlais de vous nourrir culturellement, au niveau de la créativité, ou de la rencontre des autres

Ha bah oui déjà culturellement c'est mort j'habite dans un bled enfin je veux dire venant de paris c'est c'est le jour et la nuit, euh euh donc oui c'est sur que oui il y a quelqu'un quand je suis arrivée ici qui m'a dit méfie toi c'est quand même la mort intellectuelle ici je lui ai rigolé au nez en disant je m'en fou j'ai une connexion internet je serai jamais en fait voilà parce que parce que je peut passer des heures et des heures voilà à me nourrir sur internet quoi à tous les niveaux à tous les niveaux euh tout m'intéresse je suis de nature hyper curieuse vraiment hm mais oui effectivement il y a réellement en fait ça comble voilà beaucoup de choses que auxquelles j'ai pas accès ici c'est sûr

Sandra : Bon hé bien écoutez XXX moi j'arrive à la fin de mes questions euh est ce qu'il y avait éventuellement vous quelque chose que vous souhaitez aborder que vous souhaitez ajouter ou même simplement que vous souhaitez ou voilà conclure comment… est ce que vous pensez qu'on a fait le tour ou est ce que il manque des choses voilà dites moi un peu

Hm non écoutez je non non ça me parait complet.

COLLEGE DOCTORAL BRETAGNE
EDUCATION, LANGAGES INTERACTIONS, COGNITION CLINIQUE, EXPERTISE

UNIVERSITÉ RENNES 2

Titre : La captologie comme outil d'influence : Enjeux psychopathologiques et subjectifs

Mots clés : captologie, Technologies persuasives, Réseaux sociaux, Hypnose, Illusion, Neuro-Pouvoir

Résumé : Les réseaux sociaux sont façonnés et structurés par la captologie, à savoir toutes les technologies persuasives qui visent à capter et maintenir l'attention des utilisateurs sur ces plateformes. Les réseaux sociaux constituent ainsi un espace ou se véhiculent notamment le discours de la science et le discours du capitaliste. Le sujet contemporain se trouve ainsi exposé dans cet environnement à des contenus ultra-personnalisés en fonction de ses intérêts mais aussi en fonction de tout ce qui maintient son attention, comme des contenus choquants. Au sein de ce système conçu grâce aux données numériques déposées par la navigation du sujet, ce dernier se retrouve dans un état de conscience analogue à l'hypnose et devient non seulement plus sensible aux suggestions mais peut également faire l'expérience d'une suspension temporaire de la division subjective, au cours de laquelle il éprouve notamment davantage une rivalité archaïque, mais aussi une illusion de toute puissance. Ce vécu ouvre la voie à une revendication de jouissance qui s'exprime notamment par un phénomène addictogène. Néanmoins, au-delà de l'expérience singulière vécue par le sujet au sein des réseaux sociaux, il semble que celui-ci soit pris dans un dispositif de pouvoir nouveau que nous avons nommé *Neuro-Pouvoir.* Ce dispositif de contrainte contemporain agit dès lors directement sur le sujet et sa manière d'être au monde numérique, définissant une nouvelle position de la subjectivité contemporaine face à la technologie.

Title : Captology as a tool of influence : Psychopathological and Subjective Implications

Keywords : Captology, Persuasive Technologies, Social Media, Hypnosis, Illusion, Neuro-Power

Abstract : Social media are built and structured through *captology*, that is, persuasive technologies designed to capture and sustain users' attention on these platforms. As such, social media constitute a space where both the discourse of science and the discourse of capitalism circulate. In this environment, the contemporary subject is exposed to highly personalized content not only tailored to his interests but also to whatever is most likely to hold his attention including shocking material. Within this system, made possible by the digital traces left behind through online navigation, the subject may enter a state of consciousness akin to hypnosis. In this state, he becomes not only more receptive to suggestion but may also experience a temporary suspension of subjective division, marked by intensified archaic rivalry and an illusion of omnipotence. Such an experience paves the way for an openly claimed demand of enjoyment, which often manifests through addictive phenomena. Yet, beyond this singular experience of the subject within social media, it appears that he his caught in a novel apparatus of power, which we have termed *Neuro-Power*. This contemporary apparatus of constraint acts directly upon the subject and his mode of being in the digital world, thereby defining a new configuration of contemporary subjectivity in relation to technology.