

Réseaux sociaux : La maladie des temps modernes

Internet a profondément changé notre rapport au travail, aux relations sociales, à la connaissance, au temps. Ce besoin d'être toujours lié au réseau entraîne des pathologies d'addiction largement répandues. Premier extrait de "l'éloge de la vitesse" de Rafik Smati.

Avec Rafik
Smati

Internet est sans doute l'un des mots les plus puissants que le vocabulaire récent ait produit. Sa définition va en effet bien plus loin que l'on pourrait l'imaginer. Son étymologie fait certes à la base référence à un univers technique : *Internet* est un raccourci de *Interconnexion of networks*, ce qui signifie en français « Interconnexion des réseaux ». Mais de quels réseaux parle-t-on ? À l'évidence, des réseaux physiques, c'est-à-dire numériques. L'Internet est un maillage de serveurs et de bases de données reliés entre eux par voie de télécommunication, auxquels chacun peut venir se connecter *via* des terminaux numériques tels que les ordinateurs personnels ou les téléphones mobiles. Nous sommes là dans une approche purement technique du réseau : « un ensemble formé de lignes ou d'éléments qui communiquent ou s'entrecroisent », pour reprendre la définition du Petit Larousse.

L'interconnexion des humains

Pourtant, nous sentons tous que **l'interconnexion a largement transcendé les réseaux numériques**. Certes, l'Internet continue d'être un réseau de serveurs et de bases de données. Mais n'est-il pas aussi et surtout un formidable outil d'interconnexion des réseaux humains ? Grâce à l'Internet, nous sommes tous reliés à notre réseau familial, amical ou professionnel par un lien permanent. Ce lien s'est renforcé depuis le développement de ce que l'on appelle les réseaux sociaux, à savoir des services tels que Facebook ou Twitter. Ces plateformes communautaires vous permettent, à tout instant, de suivre « l'actualité » de vos amis à partir de votre ordinateur ou de votre téléphone mobile. **Il y a dix ans, avoir une actualité était le propre des personnes connues. Aujourd'hui, ce terme s'applique à tous.** Dans une société où l'égo est poussé à l'extrême et où la peopolisation fascine, les réseaux sociaux font de chaque personne un média à part entière, et lui donne plus que jamais le sentiment... d'exister.

L'interconnexion des humains va donc bien plus loin que le simple fait d'utiliser des outils de communication. Avec un téléphone, vous établissez un lien ponctuel qui durera le temps de l'appel téléphonique. Dans les réseaux sociaux, ce lien est permanent. Vous pouvez désormais avoir des nouvelles de votre réseau, vous enquêter de « l'actualité » de vos connaissances sans même avoir à établir un lien direct avec eux. Tout porte à croire que l'interconnexion est plus puissante que le concept de communication : **temps réel et lien permanent sont les deux nouvelles dimensions de la communication interpersonnelle, deux nouveaux leviers qui, potentiellement, sont source de progrès et d'épanouissement.** D'une certaine façon, l'interconnexion des humains que permet l'Internet inaugure un nouveau modèle de civilisation, dans lequel chacun contribue, partage, diffuse de l'information, participant ainsi à l'avènement d'une intelligence collective.

Est-ce à dire que tout va pour le mieux dans le meilleur des mondes ?

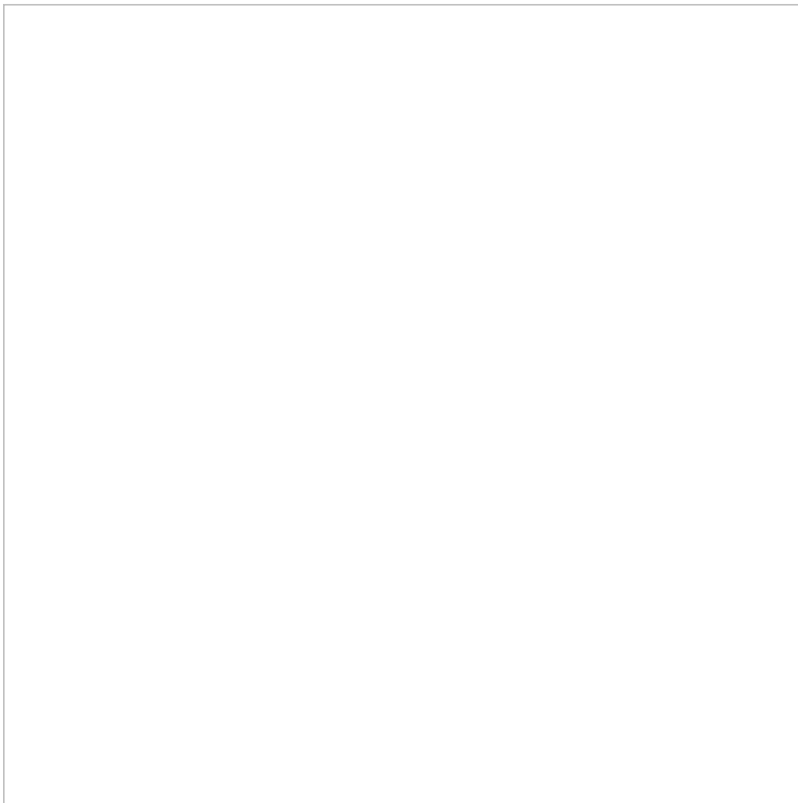
Les perspectives réjouissantes que laisse augurer cette interconnexion des humains ne doivent pas occulter les effets corollaires, voire pervers que peut entraîner cette interconnexion. Il est prouvé depuis plusieurs années que **les jeux vidéo en réseau peuvent générer un sentiment de dépendance parfois très aigu**, en particulier chez les jeunes générations. Ces jeux, dans lesquels vous évoluez dans un monde virtuel et où vous êtes représenté par un avatar, ont la particularité de se dérouler dans un univers en tout point parallèle au nôtre, qui continue de bouger et d'évoluer par l'action des autres joueurs, alors même que vous ne jouez pas. Les effets de cette addiction sont ravageurs : les accros aux jeux en réseau en arrivent à être dans la négation de leur vie sociale réelle et à se replier sur eux-mêmes. Pire encore, **certains en oublient même de s'alimenter ou de dormir, privilégiant l'équilibre de leur avatar au leur.** C'est la raison pour laquelle l'addiction aux jeux vidéo est aujourd'hui traitée comme un trouble psychologique qui relève parfois de la psychiatrie. Là où les choses deviennent préoccupantes, c'est que **les réseaux sociaux tendent à développer le même sentiment d'addiction** que les jeux vidéo en réseau, toutes proportions gardées.

Les chiffres parlent d'eux-mêmes. Aux États-Unis, par exemple, **Facebook représente un quart de l'audience totale des pages Web.** Autre chiffre éloquent, chaque utilisateur de Facebook (et il y en a maintenant plus de cinq cents millions dans le monde), passe **en moyenne cinquante-cinq minutes par jour à suivre l'actualité de ses « amis » et à faire partager**

la sienne. J'ai pris la mesure du sentiment d'accoutumance que les réseaux sociaux pouvaient susciter lorsque j'ai entendu certains de mes amis prononcer des phrases telles que « j'ai décidé d'arrêter Facebook » ou « j'ai réussi à ne pas utiliser Facebook pendant mes vacances ». Remplacez, dans ces deux locutions, le mot *Facebook* par le mot *alcool* ou *cigarette*, et vous comprendrez que nous parlons ici d'**une authentique dépendance**. Sur le réseau social Twitter, qui consiste à faire partager à son réseau des informations lues dans la presse ou glanées au fil d'une navigation Internet, nombre d'utilisateurs commencent leur journée par saluer les membres de leur communauté, et la terminent en leur souhaitant une bonne nuit. Une preuve de plus, s'il en est, que **les réseaux sociaux, s'ils vous connectent numériquement à vos communautés, tendent à vous déconnecter du monde réel.**

Ce mouvement tend par ailleurs à se prolonger dans la sphère professionnelle : une étude publiée récemment révèle qu'il est **impossible pour un Français de rester concentré plus de douze minutes sur son travail sans être interrompu. En cause, les textos et appels personnels, les e-mails, et surtout... les réseaux sociaux.**

Extrait de "[Eloge de la vitesse](#)" de Rafik Smati, Eyrolles mars 2011



Premier extrait de "l'éloge de la vitesse" de Rafik Smati.