



HAL
open science

Jeunes parents et précarité : des écrans refuge

Jacques Barou

► **To cite this version:**

Jacques Barou. Jeunes parents et précarité : des écrans refuge. Revue de l'école des parents et des éducateurs, 2017. halshs-01700511

HAL Id: halshs-01700511

<https://shs.hal.science/halshs-01700511>

Submitted on 18 Feb 2018

HAL is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.

Jeunes parents et précarité : des écrans refuges

En 2011, dans un hôpital psychiatrique du sud de la France, les soignants remarquent un patient d'origine africaine qui passe toutes ses journées devant le téléviseur mis à la disposition des malades. Il est la seule personne à le regarder en permanence. Cet homme reste mutique, donnant une impression de passivité devant les images qui défilent. Il ne s'exprime pas davantage devant les soignants. A un moment, pourtant, il réagit avec une certaine violence, alors qu'il regarde une interview du Président de la République d'alors. Celui-ci annonce des mesures nouvelles pour expulser plus facilement les immigrés en situation irrégulière. Cet homme qui semblait jusque-là complètement absorbé par une consommation d'images le laissant en apparence indifférent, entre alors dans une violente colère, maudit le président en question, le traite de raciste et bougonne pendant un long moment sur l'ingratitude de la France qui refuse d'accueillir les ressortissants de son empire colonial. C'est la première fois que les soignants l'entendent autant parler. Cette interview l'a ramené à la réalité de sa condition. Demandeur d'asile débouté, il est alors en situation de grande précarité administrative et sociale. Son comportement mutique et les signes apparents d'un état dépressif ont incité les professionnels qui géraient le centre d'accueil où il résidait à l'adresser à l'hôpital psychiatrique le plus proche. Là il trouve un moyen de se protéger contre l'angoisse que déclenche chez lui la précarité de sa situation en se réfugiant dans une surconsommation d'images télévisuelles. Il semble que sa conduite soit moins addictive que déterminée par une volonté d'échapper à une situation sur laquelle il n'a aucune emprise. Mais l'interview qu'il vient de voir le libère de sa passivité. La menace sourde et anonyme de l'expulsion vient de s'incarner dans l'image et les propos d'un homme contre lequel il peut réagir, ne serait-ce que par l'insulte. Il sort ainsi de l'addiction dans laquelle il s'était réfugié pour retrouver la conscience d'une situation difficile mais qu'il peut maintenant imputer à un adversaire dont il connaît la voix et le visage. La possibilité de lutter contre ce personnage au moins de manière symbolique lui permet de se reconstruire comme individu actif. Peu de temps après il sortira de l'hôpital et les soignants n'en entendront plus jamais parler.¹

Ce cas montre que l'addiction aux écrans, comme bien d'autres formes d'addictions d'ailleurs, résulte souvent d'une fuite du réel quand il est difficilement supportable. En l'occurrence, dans le cas précité, le réel réapparaît au détour d'une image et remobilise la personne, la libérant de l'addiction dans laquelle elle était en train de s'installer. Mais la profusion des écrans que l'on rencontre aujourd'hui, de toutes tailles et de tous formats, de plus en plus individuels et de moins en moins collectifs, peut permettre de se réinstaller dans l'addiction grâce à la disponibilité et la variété du matériel et de ne consommer que des images qui ne renvoient pas à une réalité susceptible de briser la relation de dépendance aux écrans et de rappeler brutalement la situation que l'on cherche à oublier. Plusieurs études réalisées dans les années 2010 montrent une progression importante de l'addiction aux écrans et plus particulièrement à ceux des smartphones, des tablettes et des ordinateurs, qui ont sur les écrans de télévision l'avantage d'être facilement transportables et utilisables dans de

¹ Ce cas nous a été rapporté en septembre 2017 par un infirmier de l'hôpital d'Alès-en-Cévennes lors d'une formation consacrée à l'ethnopsychiatrie.

nombreuses circonstances. Selon une enquête réalisée aux Etats-Unis en 2016 le temps moyen consacré aux écrans est passé de 18 minutes par jour en 2008 à 2heures 46 minutes en 2015². Cela ne signifie pas que tous les utilisateurs d'écrans aient des conduites addictives mais logiquement une telle augmentation de l'usage implique une plus forte chance de voir augmenter les pratiques excessives, génératrices de pathologies. Avant d'en arriver à ce stade on note toute de même que l'usage incontrôlé des écrans individuels a des incidences fortes sur le rapport au réel et sur les codes relationnels. Ainsi regarder son écran alors même que l'on est dans une relation de face à face avec un interlocuteur, avoir des absences dans la conversation avec un groupe de personnes car on est affairé à répondre à un message « urgent » ou « important » constituent des comportements auparavant socialement inacceptables mais aujourd'hui tolérés et pratiqués par des personnes de tout niveau social et de tous âges. On peut regretter que personne n'ait à cœur de respecter un minimum de « bienséance numérique », ce qui peut être catastrophique d'un point de vue éducatif. Quand le président de la République évoqué plus haut se laisse aller à consulter son portable lors d'une audience avec le Pape, on a là, au-delà de l'anecdote, un cas révélateur de l'absence d'exemplarité en matière d'usage des écrans. Cette absence d'exemplarité se retrouve dans les comportements des adultes qui reconnaissent eux-mêmes avoir des pratiques excessives et ne peuvent ensuite que difficilement agir efficacement pour réguler l'usage que font leurs enfants de ces nouvelles technologies. En l'absence de modes de régulation régulés par un consensus social, les conduites addictives peuvent s'installer surtout quand elles touchent des populations malmenées par la réalité.

Si les enquêtes menées sur ce type d'addictions ne prennent pas en compte les différences de niveau social et éducatif, il est prouvé que certaines situations de précarité favorisent un usage addictif des écrans. La précarité est par excellence une situation d'incertitude quant à l'avenir immédiat. Elle est génératrice d'angoisse : angoisse du manque de biens de consommation courante dans le cas de la précarité sociale, angoisse de la marginalité ou de l'exclusion dans la précarité administrative mais aussi angoisse par rapport à ce que l'on est soi-même ou dans le regard des autres dans le cas de la précarité affective. Les adolescents que l'on peut considérer comme des êtres en situation de précarité affective, du fait qu'ils s'interrogent sur leur identité et sur leur rapport à autrui sont de loin les plus concernés par les addictions aux écrans. Selon une étude menée aux Etats-Unis³, près de 70% des adolescents interrogés auraient un usage abusif des écrans, en particulier 20% d'entre eux seraient dans « l'hyperconnexion » permanente envoyant au minimum 120 messages par jour. Ceux-là auraient deux fois plus de chances que les autres de consommer de l'alcool ou des drogues. Est-ce là le résultat de leur addiction aux écrans ou plutôt cette addiction ne serait-elle pas un moyen de fuir l'angoisse et le mal-être aux côtés d'autres pratiques addictives ? La sociabilité quand elle ne se réalise que sur les réseaux sociaux n'est qu'une illusion et elle engendre d'inévitables effets pervers dont la tendance à se comparer aux autres, sachant que tout un

² Kleiner Perkins Caulfield & Byers, "Internet Trends Report 2016," SlideShare, 26 mai, 2015; <https://www.slideshare.net/mobile/kleinerperkins/internet-trends-v1/14-14InternetUsageEngagementGrowthSolid>

³ Aaron Smith, "U.S. Smartphone Use in 2015," PewResearchCenter, 1er avril, 2015; <http://www.pewinternet.org/2015/04/01/us-smartphone-use-in-2015/>

chacun s'y montre sous son meilleur jour, ce qui incite, une fois revenu soi-même à se sentir toujours moins bien que les autres et à douter encore plus de soi. L'enfermement malheureux dans l'addiction est le résultat de cette quête de sociabilité virtuelle qui peut se résumer, selon le titre paradoxal d'un ouvrage consacré à cette question, à être «seuls ensemble»⁴. Si l'on en croît le nombre d'écrans en usage dans le monde et la croissance exponentielle des habitués des réseaux sociaux, le phénomène touche tous les milieux sociaux et toutes les cultures et, même si l'addiction ne touche pas tout le monde, le risque n'en existe pas moins surtout chez les gens les plus vulnérables qui sont souvent en situation de précarité affective, celle-ci étant souvent rattachée à d'autres formes de précarité.

Si l'enfermement dans le virtuel est à la fois la cause et la conséquence de l'addiction, le meilleur moyen pour en sortir n'est-il pas le retour à la réalité, comme dans l'exemple donné au début de cet article ? Encore faudrait-il pour cela que les gens les plus fragiles, enfants et adolescents surtout, puissent compter sur l'aide des adultes proches d'eux. Or ceux-ci sont souvent eux-mêmes plus ou moins en addiction devant les divers écrans qui les accompagnent dans leur quotidien qu'ils utilisent aussi bien comme dérivatif à leur travail quand ils en ont un ou comme dérivatif à leur ennui et à leur angoisse quand ils n'en ont pas. Retrouver des relations réelles, d'abord au sein de la famille par les repas pris ensemble, le jeu avec les enfants, les sorties, la discussion autour des images vues à la télévision ou ailleurs, le commentaire collectif de l'actualité est sans doute le meilleur moyen de briser l'addiction aux écrans et le risque d'enfermement dans le virtuel.

Jacques Barou

⁴ Sherry Turkle, *Seuls ensemble. De plus en plus de technologies de moins en moins de relations humaines*, Paris, L'Échappée, 2015, 525 p.