

**« CES OBJETS QUI NOUS ENVAHISSENT : OBJETS CULTES, CULTE DES OBJETS »**

**Consignes :** *Après avoir réalisé la première étape de la synthèse (paratexte, idées générales, fil conducteur...) (3 points), vous ferez un tableau de confrontation des idées des documents suivants qui vous permettra d'avoir une vue d'ensemble sur le dossier (12 points) avant de proposer un plan détaillé de synthèse de ces mêmes documents où vous ferez clairement apparaître votre plan (I) a) b)...) avec des titres détaillés, les idées majeures de chacune de vos sous-parties en explicitant les documents utilisés à chaque fois. N'oubliez pas de faire figurer les transitions entre chaque grande partie (5 points).*

**TOUT PLAGIAT SERA SANCTIONNE**

- **Document 1 :** Martine Laronche, « Le portable, doudou envahissant des grands », lemonde.fr, 04/09/2010.
- **Document 2 :** Francis Martin, « Le téléphone portable : un « doudou technologique » ? », lanouvellerepublique.fr, 28/04/2017.
- **Document 3 :** L'addiction au portable (Getty Images), 2013.
- **Document 4 :** « Etes-vous accro au téléphone portable ? », francetvinfo.fr, 06/02/2018.
- **Document 5 :** Campagne publicitaire « The more you connect, the less you connect » pour Shenyang Center For Psychological Research par Shiyang he, 2015.

---

**Document 1 :** Martine Laronche, « Le portable, doudou envahissant des grands », lemonde.fr, 04/09/2010.

Quand il s'est offert son iPhone, Bruno, 47 ans, réalisateur de documentaires, est retombé en enfance. « Après avoir amené mes fils à l'école, je prenais un café avec des copains et je leur faisais des démonstrations. On rigolait, ça nous excitait beaucoup. Je trouvais toujours de nouveaux arguments pour les persuader que c'était un appareil révolutionnaire. »

Son enthousiasme a poussé quelques amis à faire l'acquisition de ce joujou. Pour lui, l'appareil représente bien plus qu'un téléphone, plutôt un ordinateur de poche qui lui ouvre des possibilités « incroyables ». « Mon iPhone m'est devenu indispensable, il est entré dans ma vie. C'est un prolongement professionnel de mon travail. » Bruno est à l'affût de la moindre innovation. « J'ai téléchargé une fonctionnalité qui permet de se servir de son iPhone comme télécommande pour allumer son ordinateur », s'émerveille-t-il. Chaque fois qu'Apple met au point une nouvelle application gratuite, il reçoit un message. « Avec la dernière génération, je vais pouvoir faire des vidéoconférences, avoir, en quelque sorte, le don d'ubiquité<sup>1</sup>. C'est une vraie démocratisation de l'image, de la vidéo », poursuit-il.

Dans le métro, il joue sans mise d'argent à des jeux de cartes, le poker souvent, la roulette. Ce qu'il aime aussi, c'est la notion de partage instantané. « Tu fais une photo et tu l'envoies aussitôt ». La gestuelle aussi est révolutionnaire. « Tu peux envoyer des photos d'un simple geste du poignet, pêcher des poissons virtuels en te servant de ton iPhone comme d'une canne à pêche, descendre des pistes de ski. »

Objet ludique, éminemment sensuel, le smartphone se caresse, répond au doigt et à l'œil et révèle son intimité (carnet d'adresses, courriel, photos, musique, agenda, notes personnelles...). Révélateur de soi-même et promesse des autres (on y consulte ses amis sur Facebook, on communique sur Twitter, etc.). « On va retrouver une gestuelle quasiment toxicomaniaque avec le mobile, considère Michael Stora, psychanalyste, cofondateur de l'Observatoire des mondes numériques. Il y a un enjeu de

---

<sup>1</sup> Ubiquité : capacité d'être à plusieurs endroits au même moment.

maîtrise très fort. D'autant plus qu'il tient dans la main comme une souris d'ordinateur. La révolution tactile assouvi nos fantasmes de l'enfance. »

Cette époque où le bébé avait une relation d'emprise avec sa mère, faisait corps avec elle, où tous les besoins étaient satisfaits comme par magie. Le smartphone a cette capacité instantanée de combler les désirs grâce à un toucher magique. On peut faire apparaître des images à volonté, des contacts. Tel Harry Potter qui d'un coup de baguette voit ses désirs intérieurs prendre corps.

« On retrouve l'illusion de toute-puissance du bébé, celle de créer le monde. Le fait de pouvoir toucher l'image va renforcer la possibilité de pouvoir s'approprier quelque chose de lointain », poursuit le psychanalyste. Le mobile serait en quelque sorte « un substitut à la relation maternelle, un objet transitionnel », à l'instar du doudou conceptualisé par le pédiatre britannique Donald Winnicott, qui permet au petit enfant de supporter l'absence de sa mère. Mais à la différence du doudou, dont le nourrisson va apprendre à se passer, le smartphone nous fait entrer dans la dimension du lien permanent. De la capacité à être seul sans se sentir seul. Qu'on l'oublie, et c'est la panique. On s'endort avec (il nous donne l'occasion d'envoyer un dernier SMS ou de raconter sa journée à ses amis sur un réseau social), on s'agace de ne pouvoir joindre son interlocuteur. L'espace-temps est aboli au profit de l'immédiateté.

« Je n'ai jamais eu de demandes de gens qui souhaitent décrocher du mobile, remarque Marc Valleur, addictologue et médecin-chef de l'hôpital Marmottan, à Paris. C'est une vraie dépendance, mais tout à fait acceptable, utile et plutôt positive. » Avec un bémol cependant. « Il peut y avoir un abus d'usage, mais comme pour l'ordinateur avec les jeux en réseau », précise-t-il.

Cet abus d'usage viendrait révéler, chez les plus accros, une forme de fragilité. Comme chez Ivan, 25 ans, qui refusa, après une soirée arrosée, de dormir chez une amie et préféra faire un long trajet pour recharger son iPhone. Comme Benoît, la quarantaine, qui, « pour ne plus être captif de son besoin de communiquer, ne plus être dans l'attente », l'a laissé volontairement chez lui durant huit heures, à grand-peine. Justine Desbouvrie, psychologue clinicienne, a consacré son mémoire de maîtrise au thème du téléphone portable et des angoisses de séparation. « Ce n'est pas parce qu'on a besoin de son mobile que c'est une addiction, c'est quand il vient prendre la place de la relation à l'autre », explique-t-elle. On préfère sa communauté virtuelle à la vraie rencontre. « Avec son téléphone à côté de soi, on se sent plus fort, c'est un autre partiel qui vous rassure. »

Mais qu'il n'y ait personne à l'autre bout et la panique s'installe. « Il se développe une intolérance à la frustration. Les limites deviennent floues entre être là et pas là. Certaines personnes ne supportent pas que leurs interlocuteurs ne répondent pas. Du coup, eux-mêmes se sentent obligés de répondre à chaque appel », développe la psychologue. Et le téléphone se transforme en tyran de l'autre et de soi-même. Cet objet apparemment sécurisant peut provoquer, paradoxalement, une « grande insécurité affective en fragilisant l'engagement à l'autre », poursuit Justine Desbouvrie. Avant, on se donnait un rendez-vous dans un endroit précis, à une heure convenue, et on s'y tenait. Avec le mobile, on annule plus facilement un rendez-vous au dernier moment, profitant d'une meilleure occasion. « Ça accompagne un mouvement global de société à chercher la satisfaction ailleurs que dans une relation aux autres qui soit solide et fiable », considère la psychologue Sylvie Craipeau, sociologue à l'Institut Télécom Sud Paris, à Evry, qui fait remarquer que le téléphone tient un peu place d'un chapelet<sup>2</sup>. On s'assure de sa présence. Dès qu'on a un moment, on le consulte. Dans les transports, on joue avec. « Il a une fonction presque existentielle. Et permet de nous réunifier dans une société morcelée et qui nous morcelle », considère-t-elle. Mais il génère aussi une certaine intolérance à la solitude. « On apprend plus à être seul et à rêver », déclare la sociologue. Et certains chercheurs vont jusqu'à considérer que cette merveille technologique menace l'imaginaire, prenant subrepticement la place des moments de rêverie, propice à la création.

---

<sup>2</sup> Chapelet : objet religieux que l'on fait passer entre ses doigts lors de prières.

**Document 2 :** Francis Martin, « Le téléphone portable : un « doudou technologique » ? », lanouvellerepublique.fr, 28/04/2017.

*Francis Martin, thérapeute en psychosomatique à Châtellerauld, nous livre son analyse sur cet objet aussi pratique qu'encombrant.*

### **Qu'est-ce qu'un objet transitionnel ?**

« Le doudou des enfants est appelé un « objet transitionnel » car il permet de faire accepter au bébé l'absence de sa maman. La séparation physique du bébé de la mère s'opère par l'accouchement puis, *in fine*, par la coupure du cordon ombilical. Pour le détachement psychologique, c'est une tout autre histoire ! Pendant les premiers jours et premières semaines de sa vie, le bébé n'a pas encore clairement conscience que son corps et celui de sa maman sont deux entités séparées. Ce cheminement se réalise très progressivement, notamment au fur et à mesure que s'ouvre le champ de vision de l'enfant. Cette évolution qui fait alterner la présence et l'absence de la mère reste une source d'angoisse. Pour négocier cette séparation dans les mois qui suivent sa naissance, l'enfant utilise un objet, parfois donné par sa mère, aussi doux qu'elle, et qui le lui rappelle. Ce peut être une peluche ou un chiffon. Qu'importe. Ce qui compte, c'est que cet objet soit investi du pouvoir de consoler, de calmer l'anxiété quand la mère s'éloigne. Il permet ainsi d'organiser une transition entre la présence et l'absence. »

### **Le téléphone, pour combler l'absence...**

« Le portable peut indéniablement faire penser à un objet transitionnel pour adolescents ou adultes : on l'emmène partout comme un doudou. Il ne remplace pas directement l'être aimé comme une peluche mais nous lui confions cependant les téléphones de tous ceux qui comptent pour nous. Mieux qu'un doudou, il suffit de quelques gestes automatiques, d'ailleurs, pour avoir la voix d'un être cher dans l'oreille. Nous lui attribuons des valeurs qui dépassent les seuls services fonctionnels et les designers ne s'y trompent pas en imaginant des formes et un aspect visuel qui captent certains de nos sens, la vue, l'ouïe ou le toucher... On caresse son smartphone pour faire défiler les photos que l'on aime, pour envoyer un sms ou nous consoler par une infinitude de jeux et autres gadgets dans les moments de solitude. »

### **Vers l'addiction ?**

« Le psychanalyste Serge Tisseron s'insurge contre cette vision. Pour lui, le téléphone n'est pas un doudou car il ne se substitue pas à l'absence de la maman, mais permet, au contraire, d'aller vers l'extérieur, la communication avec les autres. Pour les adolescents, c'est notamment un outil qui offre l'indépendance. Il existe d'ailleurs quantité d'autres « objets transitionnels », liés par exemple à l'oralité et qui rendent dépendant, à commencer par la cigarette. Soit. Mais le portable n'est-il pas le remède technique contre l'absence ? Il rassure d'autant plus que la communication réelle n'existe plus. Mais la magie virtuelle ne peut totalement remplacer la réalité de l'autre. »

**Document 3 :** L'addiction au portable (Getty Images), 2013



**Document 4** : « Etes-vous accro au téléphone portable ? », francetvinfo.fr, 06/02/2018.

Le téléphone portable – aujourd’hui, un smartphone le plus souvent – a pris une place considérable dans notre vie. Il est sur notre table de chevet, sous notre oreiller, nous distrait dans les transports, au travail... Et nous aide quand on est perdu. D'après une étude du cabinet d'audit Deloitte, nous vérifions notre portable en moyenne 26,6 fois par jour. Faut-il y voir une forme d'addiction ? Pour le psychiatre Guillaume Fond, le portable est devenu comme « *une prothèse* ».

**Cette Journée mondiale sans téléphone portable met en garde contre la nomophobie [la peur excessive d’être séparé de son téléphone portable, ndlr].**

**Dr Guillaume Fond** : « On parle en effet d’addiction au sexe, au sport, et maintenant au portable. Mais c'est quand des signes pathologiques apparaissent qu'on peut commencer à s'inquiéter. Le danger est d'être trop exposé aux écrans. Le cerveau est stimulé en permanence, il a une attention que l'on appelle l'attention répondante. Ce n'est pas notre esprit qui décide de fixer son attention quelque part, c'est l'écran qui le happe. On perd de la concentration, et ça peut vraiment influencer notre mode de vie et perturber le sommeil. »

**À partir de quand peut-on détecter une addiction ?**

**Dr Guillaume Fond** : « Le bon test, c'est de voir ce qui se passe quand le portable est en panne, ou quand on l'a perdu. Si on fait une attaque de panique, on peut commencer à s'inquiéter. Des personnes que j'ai vues en consultation avaient l'impression d'avoir perdu un bras. Le téléphone est devenu une prolongation de nous-mêmes. Il faut être attentif à l'usage que l'on en fait. Est-ce qu'on s'en sert pour le travail, pour consulter ses mails, pour aller sur les réseaux sociaux ? Nous sommes devenus des hommes augmentés. Le portable est à l'extérieur de nous, c'est une prothèse. »

**C'est une bonne chose de se dire qu'on coupe pendant une semaine ?**

**Dr Guillaume Fond** : « Je le recommande effectivement. Ça permet de prendre conscience qu'on peut être dépendant, ou non, de cet objet. Ça permet aussi de se recentrer sur soi. Un bon moyen de limiter le portable, c'est de pratiquer la méditation. Elle nous apprend à prendre de la distance par rapport à notre impulsivité. Le portable répond à beaucoup de besoins immédiats, donc on a envie de tout, tout de suite. Mais la méditation et le fait de couper son portable permettent de prendre de la distance par rapport à tout ça. »

**Document 5** : Campagne publicitaire « The more you connect, the less you connect » pour Shenyang Center For Psychological Research par Shiyang he, 2015.

