

Le Café philosophique du Village

Session Hiver 2022 – 2^e rencontre

Rencontres du	14 avril 2022
Thème	Comment utiliser nos écrans avec sagesse ?
Textes en appui	Mathieu BRUNELLE (2021): La quête de reconnaissance et les réseaux sociaux Le Devoir Édition du 23 octobre 2021 Géraldine MOSNA-SAVOYE (2019) : Faut-il en vouloir aux écrans ? . <i>France Culture</i> , Le Journal de la philo, diffusion du 5 septembre 2019 William AUDUREAU (2018): Comment les réseaux sociaux accentuent l'enfermement dans ses idées . <i>Journal Le Monde</i> , édition du 24 avril 2018

Synthèse de la discussion

Qu'est-ce qui a changé dans notre vie depuis l'avènement des nouvelles technologies ? On s'est adapté graduellement au fur et à mesure que les nouvelles technologies ont apparues. Finalement, ce sont toutes nos façons de travailler, d'apprendre, de communiquer, de s'informer, de se divertir, d'acheter qui ont changé. Le rythme de travail s'est accéléré avec la productivité, les tâches se sont alourdies pour certains, d'autres ont perdu un emploi et plusieurs postes ont été coupés dans plusieurs secteurs de l'économie. Les plus grands avantages sont l'accès rapide à la connaissance et le rapprochement de gens éloignés. L'interconnectivité des moyens technologiques facilite la communication et la recherche d'information. Les rencontres et les réunions s'organisent plus rapidement. On n'a plus à se déplacer pour nos transactions bancaires ni pour certains achats. On ne se perd plus grâce au GPS qui facilite grandement l'adaptation à une nouvelle ville.

Malheureusement, on perd beaucoup de temps avec ces technologies tellement c'est facile de se laisser distraire. On se disperse, on reste en surface. On est bombardés de nouvelles de toutes sortes qu'on n'a pas le temps d'analyser, de commenter et c'est une source de stress. Pire, on se sédentarise... et ce, en dépit des technologies conçues pour nous faire faire de l'exercice. On est aussi dépendant d'une technologie qu'on ne peut maîtriser entièrement et les pannes nous paralysent. Les connaissances et les tâches sont si spécialisées que personne n'a une vision globale; on cherche le responsable. C'est dans les relations humaines qu'on a l'impression de plus y perdre au change. Un petit « bonne fête » sur Facebook remplace le geste d'aller acheter une carte (en la choisissant bien!), d'écrire un mot gentil et de la poster. Et que dire des textos qui nous donnent l'impression que la personne qui l'envoie ne s'intéresse pas à nous et veut se débarrasser. On n'a plus le temps de faire plaisir aux autres.

Comment le choix de nos sources d'information peut-il influencer notre vision politique ? La vision des problèmes de la société est généralement teintée de ce qui est véhiculé dans les familles et conditionne le choix des médias qu'on consulte. C'est le biais de confirmation qui renforce notre vision politique par le choix des journalistes qui traitent l'information d'une façon pas trop éloignée de ce que l'on pense. On a tendance à rejeter ceux qu'on n'aime pas. Il arrive cependant que nous soyons remis en question et on gagnerait probablement à consulter ces médias ou ces journalistes qu'on a l'habitude de censurer car cela nous ferait comprendre d'autres points de vue courants dans la société.

Les algorithmes utilisés par les moteurs de recherche et les médias sociaux nous enferment dans des idées et nous refusons de voir d'autres réalités, d'admettre d'autres problèmes. Les opinions deviennent tellement ancrées qu'elles se polarisent : il y a deux clans, nous et eux. Il faut dire que l'information objective est très diluée parmi tout le traitement des nouvelles : l'opinion de monsieur et madame Tout-le-Monde et la phrase-choc du journaliste sont certainement vendeurs par leur sensationnalisme mais elles vont dans tous les sens et à force d'être répétées, elles intoxiquent la pensée comme de la propagande. La formule écrite aurait plus de chance de nous faire réfléchir, car il y est plus facile de détecter les failles de raisonnement. Pour faire la part des choses, il importe de ne pas se fier complètement à un média et de consulter diverses sources, d'accorder plus de crédit à de vrais experts qu'à ceux qui prétendent avoir opinion sur tout. Vive le journalisme d'enquête qui va au fond des choses!

Les nouvelles technologies peuvent entraîner des problèmes tels: dépendance, fausses nouvelles, difficultés de concentration, manipulation, intimidation. Que faire pour éviter cela ? Nous tirons un réel plaisir de nos écrans : plaisir des yeux, des sens, de la découverte. On ne se fatigue pas de cette stimulation et du divertissement qu'elle procure. Mais nous comprenons qu'il y a risque de vivre complètement dans l'irréel, surtout pour les jeunes. Avec tous les écrans, on a dépassé les frontières de la réalité et on a plongé dans un *Far West* qu'on ne maîtrise pas. Le développement des technologies à des fins commerciales a devancé la capacité de nos sociétés à les gérer convenablement. Il y aurait beaucoup de travail à réaliser pour encadrer les excès sans nuire à la liberté de parole. Il y a certainement de l'éducation à faire. Individuellement, il faut se servir de son jugement et pratiquer la modération.

Comment mettre les écrans au service de notre épanouissement ? On peut certainement s'épanouir avec l'aide des écrans, que ce soit pour enrichir nos connaissances ou pour développer une habileté comme le tricot et la peinture. Internet abolit les frontières : la traduction instantanée permet de communiquer avec de purs étrangers et nous découvrons des cultures inouïes. On n'a jamais tant ri. Nos intérêts se diversifient. On peut même développer sa vie intérieure. Les écrans peuvent aussi nuire à notre épanouissement par trop de divertissements qui rendent passifs. On ne mémorise plus, on perd le sens de l'orientation, bref on donne du pouvoir aux robots et on est manipulé par les algorithmes. La qualité des relations s'en ressent. C'est à nous d'imposer nos règles : fermons nos écrans quand nous sommes ensemble!

En quoi les écrans peuvent-ils contribuer à l'évolution de l'humanité ? Les écrans libèrent la parole et font tomber les barrières. Ils témoignent des réalisations de l'Homme comme l'exploration de Mars. Internet est un outil formidable pour faire évoluer les mentalités si on prend pour exemples ce qui s'est passé avec *metoo*, Greta Thunberg et George Floyd. La transmission de connaissances scientifiques est accélérée et le savoir s'est démocratisé. On vit la guerre en direct. Cela n'empêche pas la désinformation et il est facile de dénoncer une mise en scène plutôt que d'admettre la réalité. À trop se méfier, les gens peuvent ne plus aller voter et mettre la démocratie en péril.

Question principale : Comment utiliser nos écrans avec sagesse ? Il faut certainement être aux aguets. C'est en recherchant de l'information de qualité qu'on peut s'assurer d'avoir une vision plus juste. Pour notre bien-être, il faut se voir aller dans la consommation des écrans et ne pas abuser du divertissement. Méfions-nous aussi de l'éparpillement. Il importe de respecter un équilibre de vie en coupant les dévoreurs de temps qui nuisent aux relations humaines. Avec la pandémie et la guerre qui nous collent à nos écrans, on se rend compte que suivre l'actualité en continu nourrit l'angoisse. C'est à nous d'être le patron de nos écrans et ne pas en faire un mode de vie. Ne nous sentons pas obligés de répondre dans l'heure aux textos et courriels. Prenons du recul pour nous recentrer dans le silence.