



Le portable, la deuxième maison des ados



Les 6-7-8 février ont été décrétés «journées sans smartphone». Une hérésie pour les 12-17 ans, tant la communication sur les réseaux sociaux est une partie intégrante de leur quotidien.

«Ma vie est finie, tout simplement!», s'effare Inès, les yeux grands comme des soucoupes. La jeune collégienne de 14 ans ne parle pas d'un accident, d'échec scolaire ou d'un drame familial, elle vit «l'angoisse» à la seule évocation d'être privée de son smartphone pendant une journée, «une heure même!». Comme si on l'amputait d'un membre. Pour elle, les 6-7-8 février décrétés journées sans téléphone portable sont une hérésie.

«Mon portable, c'est ma vie»

«Mon portable, c'est ma vie», abonde Martin, en classe de troisième. Même chose pour Rémi, Lina, Arthur, Marie, Jawed, Louane, Alban, Syrine, Salomé, David ou Anissa, tous âgés de 14 à 15 ans, tous issus de milieux sociaux et de modèles familiaux différents. À croire que «leur téléphone portable est une extension d'eux-mêmes», témoigne Béatrice, une maman désarmée par leur «addiction». Ce rapport névrotique au téléphone a même été nommé par les Anglais: la nomophobie, contraction de «no mobile phobia», la phobie de ne pas avoir son mobile à portée de main. Une étude de la UK Post Office en 2008 l'avait révélée, en observant que 53 % des utilisateurs de portables présentaient des symptômes d'anxiété en cas de perte, de mauvaise couverture réseau ou de batterie faible.

Pour les ados, ce qui est sûr, c'est qu'ils sont très connectés: 93 % des 12-17 ans sont équipés d'un portable. Et les dernières publications montrent des usages toujours plus variés et dévorants. «C'est leur couteau suisse, ils font tout avec, tout le temps», résume la journaliste Céline Cabourg, auteur d'une enquête sur le sujet (1). Une vie numérique frénétique qui engendre de nombreuses tensions familiales. Les parents ont le sentiment que le portable dresse «une barrière infranchissable entre l'enfant et eux», rapporte l'auteur. Ils leur en achètent un, la plupart du temps lors du passage en classe de 6e, mais ils peinent à imposer des règles, dépassés par les technologies et pris dans le paradoxe de gendarmes sans brimer. Le temps passé sur leur portable est très variable: une heure par jour pour Andréas, 15 ans, six heures pour Jawed, 14 ans, «quand il y a école», mais «dix-huit heures en vacances», exagère ce passionné de séries. En moyenne, «quatre heures par jour environ», estime le plus grand nombre.



«Pour les infos, on utilise Twitter»

Pour ces ados, le premier usage n'est certainement pas de téléphoner. Pas même de textoter, malgré les forfaits gratuits illimités proposés par les opérateurs. Trop lent, trop formel, pas assez instantané. Le SMS est réservé «genre» aux grands-parents, s'amuse-t-ils. Tous s'accordent à dire que le premier usage est d'écouter de la musique, d'envoyer des messages instantanés via les applications Snapchat ou Instagram, de publier des «stories» imagées de leur quotidien, de surfer sur les réseaux sociaux et enfin de regarder des vidéos sur YouTube. Et «pour les infos, se risque Alban, on utilise Twitter. C'est bien pour les gossips (les ragots, NDLR) et pour interagir en direct avec une star ou une émission télé». C'est par Twitter que beaucoup d'entre eux disent avoir pris connaissance des attentats de 2015.

La première vertu du portable, selon eux, la source première aussi de leur addiction, c'est «le lien continu» avec les amis. «Si on n'en avait pas, imagine Lina, 14 ans, on le remplacerait par des amis en permanence chez nous.» Pour eux, «c'est la parole à portée de main et à flux tendu, l'ultra-connexion au groupe», résume Céline Cabourg. «Une immense agora, un lieu de vie», a décrit le pédopsychiatre Stéphane Clerget.

«Partager, rencontrer, montrer, c'est un automatisme pour nous»

«Partager, rencontrer, montrer, c'est un automatisme pour nous, dit Inès. Les parents ne comprennent pas parce que pour eux le téléphone est un outil utilitaire alors que pour nous c'est un mode de vie.» C'est aussi un instrument de valorisation, où la mise en scène de soi est reine, et un baromètre de popularité et de réputation où l'on se note, où l'on se «like» et se «follow», où l'on s'achète des abonnés en téléchargeant des applications dédiées, où, à l'inverse, on constitue des «dossiers» sur les autres.

Le risque du «phubbing»

«Moi, mon compte Snapchat c'est ma maison, dit Jawed. J'aime savoir que j'ai 600 personnes qui viennent lire ma "story", c'est valorisant.» Cela permet parfois de compenser un manque ou un mal-être de la vie réelle car, explique Louane, «on peut être super popu sur les réseaux et pas du tout au collège».

Autant de caractéristiques qui répondent aux besoins psychologiques de leur âge. Cela leur permet de «valider qu'ils font bien partie du groupe, qu'ils sont acceptés, reconnus, populaires», analyse le coach parental Anne Peymirat (2). «Si on n'est pas connecté, on est exclu de la communauté, c'est la lose», dit Marie. Surtout, «sur les réseaux sociaux, on peut s'inventer une vie, un physique, un mental», souligne Inès. Une culture des identités à «réalité augmentée», voire fausses ou usurpées. Ces «fake», ils n'en sont pourtant pas dupes et ils ont appris à s'en méfier. «Même les profils anonymes, maintenant ils les évitent», explique Céline Cabourg. Quant aux pièges, au harcèlement, aux contenus pornographiques ou violents, «on sent réellement qu'ils ont intégré le discours de prévention sur les risques et les dangers», souligne-t-elle.

Ils sont aussi conscients que «ça nous vole du temps» et que «ça nous déconcentre grave de notre travail», reconnaît Salomé en disant que ça l'a rendue aussi «très impatiente». Pour Andréas, le risque c'est que «cette dépendance peut conduire à l'isolement». Un comportement que les spécialistes appellent le «phubbing» (un terme anglais formé à partir de phone - téléphone - et de snubbing - snober, NDLR), lorsque l'on consacre l'essentiel de son attention au smartphone, au détriment des personnes avec qui on est en présence.

(1) «Portables, la face cachée des ados», Céline Cabourg et Boris Manenti, Flammarion, janvier 2017.

(2) «Débranchez vos enfants!», Anne Peymirat, First Éditions, janvier 2017