

## 3 jours de mobilité technologique réduite

Par Céline Bou Sejean le 7 février 2017



*Pour ces 3 jours de mobilité réduite sous l'impulsion des journées mondiales sans portable proposées par Phil Marso et dont laqvt.fr s'est fait écho dans la brève **Les 6, 7 et 8 février 2017 sans mobile apparent**, je vous propose de nous mobiliser en enquêtant sur les mobiles qui nous poussent à utiliser notre mobile. Peut-on déterminer la part d'action raisonnée de celle qui l'est moins voire pas du tout ? Quelles sont les responsabilités à l'œuvre ?*

### Avec le recul...

Personnellement, suite à ma mésaventure lors de l'écriture de mon article sur le parallèle entre la natation et la Qualité de Vie au Travail (QVT) (Cf **Allô ? à l'eau !**), j'ai décidé de revoir mon utilisation du portable qui pourrait parfois être qualifié de perturbateur endotechnocrinien tant il nous envahit intérieurement. Qu'en est-il 5 ans après ? Je constate que je n'ai toujours pas réactivé les notifications pseudo informatives de mes applications. Je dis pseudo car tout étant fait pour attirer l'attention, nos émotions négatives (peur, colère, dégoût,...) sont habilement titillées à grand renfort de titres racoleurs. Le nec plus ultra étant les « informations » rédigées au conditionnel. Passons. J'ai d'ailleurs soigneusement évité l'autorisation de ces notifications lors de l'installation de nouvelles applications, et je résiste systématiquement pour donner mon numéro de portable lors de tout remplissage de formulaire. Ca marche assez bien.

En revanche, est-ce que je mets toujours mes téléphones (fixes et portables) en silencieux lorsque je travaille ? ... là je dois avouer que je réserve ces actions aux réunions ou aux travaux de groupe. Mais mon fixe ne sert désormais qu'à 2 personnes, et seulement lorsqu'elles n'ont pas pu me joindre sur mon portable. Les appels publicitaires se font de plus en plus rares que ce soit sur le fixe ou le portable. Il faut dire que j'ai usé de tous les stratagèmes proposés pour bloquer ce type d'appels (paramétrage proposé par mon opérateur, pacitel, bloctel, opposetel)

Est-ce que je déconnecte souvent le wifi et la 3G ? ... quasiment uniquement lorsque je n'ai plus beaucoup de batterie. Je réserve la **déconnect attitude** aux vacances... et encore ! Si mes enfants ne sont plus en bas âge, le grand âge de mes parents m'a fourni le parfait alibi pour rarement me déconnecter... J'ai bien une marge de progrès sur mes vieilles trouvailles !

### Responsabilités

Elles sont forcément partagées puisqu'il s'agit de communication avec d'autres. Se déconnecter implique de se rendre inaccessible aux autres à distance pendant un laps de temps. Ca ne plaît pas à tout le monde, quels que soient les cercles concernés. Une information claire et bien affirmée de sa non disponibilité éventuelle est alors nécessaire en passant par une certaine négociation, y compris avec soi-même. Ca commence par sa propre clarification, et ça finit par un maintien des décisions prises. Exemple pour ma pomme : me déconnecter par plage de travail comme je l'ai fait il y a 5 ans et quelques autres trop rares fois. Et vous ? Y avez-vous sérieusement réfléchi ?

Il est un fait non négligeable : la vie quotidienne s'enrichit inexorablement de ces facilités technologiques qui n'en sont pas toujours mais qui deviennent des passages culturellement obligés. Là, je suis assez satisfaite de moi : mon portable est un ancien modèle qui n'accepte plus de mises à jour depuis longtemps. Il est vrai que je ne peux pas télécharger les applications qui nécessitent un système d'exploitation supérieur. Je ne dirais pas que je ne me sens jamais frustrée de ne pouvoir utiliser telle ou telle application, mais ça ne dure jamais longtemps et finalement je m'en passe toujours. Tant que je ne risque pas le décalage absolu, je continue de façon quasi militante, en tout cas déterminée, à limiter ma course à la consommation dernier cri.

## Un épisode probant

Il y a quelques années, avant de remplacer (par un portable d'occasion) mon portable accidentellement plongé dans l'eau (si ! je l'ai fait !), j'ai tenu trois semaines. Voici ce que j'ai observé.

Tout d'abord un soulagement certain, une réelle détente : je me dé-tendais au lieu d'inconsciemment attendre une communication quelle qu'elle soit en provenance de mon smartphone. L'obligation de passer par mon ordinateur m'a complètement libérée de l'usage régulier que j'en avais. Ce qui m'a le plus manqué ? 2 applications : celle qui permet de transformer mon portable en torche électrique, et celle qui géolocalise ma position sur un plan ! Pour le téléphone, je me suis remise à une utilisation de mon fixe de chez moi, de skype ou des emails à l'extérieur.

Professionnellement, on peut toujours se débrouiller avec un ordinateur (plus ou moins fixe), et le droit à la déconnexion a fait son chemin chez moi bien avant son application depuis le 1er janvier 2017. La pression la plus forte est venue de certains membres de ma famille et de mes amis. J'ai tout de même résisté. Bon. Je ne suis pas allée jusqu'à assumer l'expérience jusqu'au bout et décider d'imposer à toutes mes sphères de vie un changement radical de pratique. J'aurais pu peut-être. Rendez-vous lors du prochain crash de portable pour voir si je suis cap !

## Clin d'oeil

Devinez pourquoi l'illustration de cet article n'est pas une photo de moi devant une fontaine ?

*photo sous licence creative commons – auteur : Farhad Sadykov*