

## Etre ensemble à l'heure du nomadisme communicationnel : le couple à l'épreuve des TIC

Les Technologies de l'Information et de la Communication (TIC) se caractérisent aujourd'hui par une miniaturisation des dispositifs et par une connectivité permanente. Ces évolutions technologiques ont des incidences sur la communication interindividuelle. Cet article va plus particulièrement s'intéresser à la manière dont les couples appréhendent et gèrent ces objets connectés (Smartphones, tablettes tactiles...). En nous appuyant sur les résultats de notre enquête, nous verrons que les TIC peuvent certes être vecteurs de tension dans le couple mais que parallèlement ils développent la communication électronique conjugale.

Les Technologies de l'Information et de la Communication (TIC) s'inscrivent manifestement dans une transformation du lien social. En effet, depuis les années 1990, les outils communicants envahissent tous les domaines de la société. Le nomadisme des nouveaux appareils socio-techniques (comme les tablettes tactiles et les Smartphones) permet une connectivité permanente. Cette connectivité continue modifie en profondeur les modes relationnel et communicationnel des acteurs sociaux. En effet, la démocratisation des nouveaux objets connectés, caractérisés par leur portabilité et leur miniaturisation, semble réinterroger les relations sociales, y compris le fonctionnement du couple et ce, à plusieurs égards.

Dans cette présentation, nous essaierons de répondre à la question suivante : en quoi le nomadisme communicationnel vient-il réinterroger la manière d'être ensemble des couples ? Nous nous efforcerons de porter un regard distancié sur cette question souvent traitée par les médias de façon manichéenne, les TIC étant fréquemment accusées de détruire le lien social. Ce travail s'appuiera à la fois sur des lectures théoriques, mais également sur des données issues d'une enquête menée entre novembre 2012 et septembre 2013.

Avant de répondre à cette question, nous commencerons par présenter le protocole et le terrain d'enquête. Puis, nous verrons que ces appareils connectés peuvent parfois être sources de tension dans les couples. Mais, nous constaterons que les TIC peuvent aussi jouer un rôle jugé positif dans le quotidien des couples.

### *Le protocole d'enquête : Une méthodologie croisée : à la recherche du réel caché*

Notre posture épistémologique et nos choix méthodologiques ont été influencés par la nature-même de notre sujet d'étude. L'*intime* relevant des domaines du sensible et du symbolique, il nous a semblé pertinent d'inscrire notre recherche dans une approche qualitative fondée sur une méthodologie croisée mêlant questionnaire en ligne, observations netnographiques et entretiens.

Traiter du couple et de l'intimité conjugale place le chercheur dans une situation paradoxale. L'*intime* est, par définition, ce que l'on cache aux regards des autres. Ainsi, en tant qu'enquêtrice, nous représentons pour les individus ce regard inquisiteur. Dès lors, « *comment partir à la recherche du réel caché ?* » est la question qui nous a guidés durant tout ce travail.

Notre questionnaire a été diffusé en ligne *via* les réseaux sociaux (Twitter, Facebook), ce qui a permis d'obtenir 138 réponses exploitables. Nous avons également procédé à 18 entretiens semi-directifs avec des individus en couple. Être en couple, « faire couple », implique une dimension projective et une certaine stabilité, c'est pourquoi nous avons décidé de limiter cette étude aux couples co-habitants, considérant ainsi que le fait d'habiter ensemble est un

critère de stabilité. Cette recherche s'est également intéressée aux nombreux témoignages accessibles en ligne, en particulier les forums de discussion comme Doctissimo. Cet article s'appuie donc à la fois sur des apports théoriques issus de lectures scientifiques et sur des extraits du *corpus* de données<sup>1</sup>.

S'intéresser à la relation amoureuse au sein des couples oblige à certaines précautions. En effet, il est évident que le chercheur ne saurait se satisfaire d'une vision normative, voire idéalisée, du couple. Pour éviter ce biais, il nous a paru nécessaire de traiter *des* couples plutôt que *du* couple. C'est dans cette optique que nous avons mené notre enquête en tentant de distinguer différents types de couples. Pour cela, nous nous sommes appuyés sur les travaux de sociologues de la famille comme J. Kellerhals et E. Widmer qui proposent une typologie de la vie de couple en croisant trois dimensions psycho-sociologiques : l'axe autonomie-fusion, l'axe ouverture-fermeture et l'axe de l'orientation prioritaire du couple (Kellerhals & Widmer, 2004). Ils distinguent cinq grandes catégories : les couples au fonctionnement parallèle, les couples au fonctionnement associatif, le compagnonnage, les couples de type bastion et les couples au fonctionnement cocon. Nous avons, tout au long de l'enquête, tenté d'identifier à quel type de couple appartenaient les personnes interrogées afin de voir s'il existait un lien entre la manière de gérer les TIC dans le couple et le type de couple.

Nous avons également utilisé un autre élément de catégorisation des couples interrogés : l'aspect symétrique ou non de leur usage des TIC. La (dis)symétrie peut être de trois natures :

- (dis)symétrie du moment de l'utilisation : les individus utilisent ou non les TIC à des moments semblables,
- (dis)symétrie de la durée de l'utilisation : les individus utilisent ou non les TIC pendant une durée à peu près équivalente,
- (dis)symétrie de la nature de l'utilisation : les individus utilisent ou non les TIC pour des usages semblables.

Nous nous sommes donc demandé si le type de couple auquel appartiennent les individus, leur degré d'individualisation et l'aspect symétrique ou non de leurs usages avaient une incidence sur leur façon de vivre et de gérer les NOC.

Pour ce faire, nous avons inscrit notre travail dans une approche (micro)sociologique de l'objet comme révélateur du social.

### *Les TIC, sources de tension dans les couples*

#### Désengagement et désynchronisation

Les TIC ont modifié l'écologie du foyer notamment dans la dynamique relationnelle des acteurs qui le composent. L'introduction de ces appareils connectés, parfois vécue comme une intrusion par l'un des membres du couple, peut venir bouleverser la conjugalité comme le prouvent les témoignages postés sur les forums de discussion. En effet, l'(ab)usage des TIC peut provoquer chez certains individus un désintérêt pour leur partenaire, une baisse de la communication, voire un désengagement vis-à-vis de la famille. Une analyse des messages postés sur le forum *Cyberdépendance* du site Doctissimo<sup>2</sup> montre que nombreux sont les conjoints regrettant un désengagement de leur partenaire pour les activités ratifiant l'entité couple.

---

<sup>1</sup> Dans un souci de lisibilité, les extraits de témoignages seront indiqués dans le corps de l'article en italique.

<sup>2</sup> Nous avons analysé les messages postés sur le forum « Cyberdépendances » Doctissimo entre 2006 et mars 2012 en nous intéressant tout particulièrement aux messages traitant du couple.

De plus, avec l'introduction de ces multiples appareils nomades dans le foyer, plusieurs changements sont observables au sein de l'espace conjugal. En effet, l'utilisation des objets connectés à Internet est une activité chronophage et le plus souvent solitaire. En effet, les activités type tchats, jeux en ligne, mails, supportent mal la co-présence ainsi l'individu connecté a tendance à s'isoler cognitivement ou spatialement. Ces activités solitaires menées sur ces appareils posent la question de l'engagement conjugal et de la présence effective auprès de son partenaire.

Les nouveaux outils de communication semblent avoir accentué le phénomène de désynchronisation de la famille présent dans nos sociétés modernes, un phénomène largement confirmé par l'enquête. À l'issue du questionnaire en ligne, nous avons pu constater que 64% des personnes interrogées déclarent s'être déjà couchées à un horaire décalé par rapport à leur partenaire en raison de l'utilisation de ces objets connectés. Ainsi, le risque de désynchronisation des temps sociaux est un autre élément de réflexion.

Un autre bouleversement engendré par l'intrusion des TIC au sein des foyers est l'atténuation des frontières spatio-temporelles et la potentialité ubiquitaire permise par les appareils qui interrogent les notions de présence/absence. En effet, l'individu qui communique avec quelqu'un d'autre sur Internet est certes physiquement *là* dans l'espace conjugal mais est-il réellement *présent* ? Pour traiter de ce phénomène, Christian Licoppe a introduit le concept de « présence connectée » se caractérisant par des échanges courts mais fréquents (Licoppe, 2012). La tyrannie de l'immédiateté et de l'instantanéité domine dans cette communication interstitielle. Cette fragmentation du temps va bien entendu avoir des conséquences sur le couple puisque l'attention ne sera plus focalisée et proximale, mais multifocale et à distance.

Tous ces bouleversements semblent indiquer que le modèle conjugal se trouve reconfiguré. La nouvelle sociabilité conjugale semble relever de l'« être ensemble séparément ».

### Du travail à la maison

Dans une récente enquête menée par le cabinet Technologia sur les effets du travail sur la vie privée<sup>3</sup>, il apparaît clairement que les TIC ont pour conséquence l'atténuation de la frontière entre la sphère professionnelle et la sphère privée. Le temps de travail et le temps familial s'entrelacent de plus en plus. On constate que 80% des cadres et des professions intellectuelles disent travailler régulièrement le soir ou la nuit. Ce temps consacré au travail à domicile semble nuire à la vie de couple comme l'expriment certains enquêtés. Par exemple, cette femme de 34 ans qui déclare lors de l'enquête en ligne :

*Il est clair que mon mari passe beaucoup moins de temps avec moi qu'auparavant. Il ne s'arrête jamais de travailler. Son esprit est toujours ailleurs. Au moindre « bip » émanant de son I-Phone ou de son I-Pad, il ne peut s'empêcher de regarder, rompant ainsi le dialogue.*

La notion-même d'intimité semble remise en cause par les TIC. Nous sommes passés d'un foyer protecteur, tourné sur lui-même, à un foyer participant, communiquant en permanence avec l'extérieur, offrant au tiers une place nouvelle au sein du foyer.

### L'Autre...

Les TIC permettent la construction d'un espace extra-domestique enrichi de nouvelles relations. En effet, les TIC permettent de débiter des relations nouvelles ou de renouer le contact avec d'anciennes connaissances. En ce sens, comme l'a montré Pascal Lardellier dans son ouvrage sur le sujet des liaisons numériques *Le Cœur Net* (2004), les TIC ont provoqué une véritable « révolution relationnelle ». En effet, les mails et les SMS permettent le développement d'échanges intimes et complices avec d'autres individus, ce qui représente parfois une source

---

<sup>3</sup> « Les effets du travail sur la vie privée » - Enquête Technologia / UMC de Mars 2012.

de crainte importante pour le conjoint. Robert Neuburger parle d'une « fuite d'intime » (Neuburger, 2000). Ainsi, la relation virtuelle entre en concurrence avec la relation conjugale. Durant les entretiens, Sylvie, une secrétaire de 37 ans, exprime ses doutes quant à l'usage que fait son conjoint de Facebook :

*Moi, j'ai eu des doutes. J'ai vu des personnes avec qui il était ami qui m'ont généré du stress (...) Une personne que j'ai soupçonnée de draguer mon mari. C'est une pompier. Elle est toujours pompier mais plus ici (...) J'ai eu peur.*

Selon Antonio Casili (Casili, 2010), ce type de relation virtuelle se caractérise par une « hyperintimité » qui serait plus profonde que l'intimité en face-à-face. Ces « liaisons numériques » peuvent entraîner de la jalousie comme l'explique Clothilde, une secrétaire de 45 ans, lorsque nous lui demandons quelle est la réaction de son conjoint quand elle reçoit un message :

*Il vient lire les conversations en faisant comme si de rien n'était. La suite dépend de la personne avec qui je discute. Il est jaloux si c'est une personne de sexe masculin, peu importe qui est cette personne sauf si c'est de la famille.*

### Une individualisation des loisirs

Les objets connectés favorisent donc un individualisme relationnel, mais transforment également les loisirs. Avec les TIC, on observe une privatisation et une individualisation des divertissements (multi-équipement, loisirs à domicile, individualisation des loisirs au sein du foyer).

C'est ainsi que le foyer peut devenir un espace de confrontation entre le « Moi Je » et le « Moi couple ». Cette dialectique peut apparaître dès qu'un objet, une passion ou un ami, plus personnel que partagé, entre dans la vie du couple. Face à cette intrusion, chaque partenaire contrôle alors scrupuleusement le degré d'occupation physique de l'espace mais aussi le degré d'occupation symbolique du foyer. Les TIC sont un élément important de cette dialectique même si, en ce qui les concerne, étant de plus en plus petits, l'intrusion est plus d'ordre symbolique et psychologique que physique. En effet, cette intrusion numérique permet la construction d'un espace extra-domestique, d'une zone « privée personnelle » qui peuvent engendrer des tensions au sein du couple d'où la nécessité d'harmoniser et de négocier ces pratiques numériques au sein du foyer.

D'autres fois, ce nouvel espace extra-domestique peut devenir un moyen de fuir à l'ennui, à la routine conjugale. L'un des partenaires peut, là encore, se sentir rejeté de l'espace conjugal. L'analyse des messages postés sur le forum *Cyberdépendances* est ici éclairante. Whyaddict, 26 ans, explique que pour lui jouer en ligne avec d'autres internautes est un véritable « échappatoire », le monde virtuel étant « plus attractif que le monde réel »<sup>4</sup>.

### *Les TIC renforcent la communication conjugale*

Il importe de ne pas tomber dans la caricature en faisant des TIC les fossoyeurs de l'amour conjugal. En effet, les objets connectés peuvent au contraire renforcer la communication au sein du couple.

### Les TIC alimentent la conversation du couple

De nombreux enquêtés déclarent que les TIC peuvent être à l'origine de moment d'échange et de complicité. C'est le cas, par exemple, de cette femme de 57 ans qui déclare : « *Mon conjoint m'informe aussi des NTIC qui peuvent sortir et m'aider dans mes pratiques profession-*

---

<sup>4</sup> Message posté sur Doctissimo le 24 mai 2006.

nelles ». L'homme ici tient le rôle d'expert dans le domaine des nouvelles technologies et conseille sa femme sur les acquisitions qui lui seraient potentiellement utiles.

L'usage des réseaux sociaux alimente également la conversation conjugale comme l'explique cet homme de 64 ans : « *On explique à l'autre ce qui se passe au sein de nos réseaux et communautés en ligne* ».

Cette femme de 34 ans met en avant la complicité que peuvent faire naître les TIC au sein de son couple : « *Nous en rions souvent, car il y a des "concours" entre nous : celui qui trouve le plus vite une info, qui fait découvrir une appli à l'autre etc.* ». De la même manière, une vidéo vue sur Internet peut devenir un sujet de discussion et un moment de partage.

Mais le sujet de conversation le plus couramment abordé au sein du couple en matière de TIC, ce sont les répercussions de ces objets sur les enfants. En effet, les parents discutent entre eux de la conduite à tenir face aux usages de ces objets par leurs enfants. Les questions éducatives ressortent massivement de notre enquête. Les enquêtés ayant des enfants ont tous mis en exergue des questionnements relatifs à leur statut de parents : exemplarité, règles à faire respecter...

#### Un réinvestissement de la sphère scripturale

À bien des égards, les appareils nomades favorisent la conversation conjugale. En effet, le conjoint reste l'interlocuteur privilégié de cette communication électronique. L'écrit semble trouver une nouvelle place dans la communication conjugale. La communication électronique est plébiscitée par les couples du fait de son caractère rapide, pratique et facile d'utilisation. Toutes les personnes interrogées lors de l'enquête utilisent les TIC pour leur communication intra-conjugale. Une typologie des écrits électroniques : les messages pratiques, les mots d'amour et les messages impromptus a été dressée (Demonceaux, 2012). Bien entendu, il ne faut pas avoir une vision cloisonnée de ces types d'écrits ; certains messages sont hybrides — un message à fonction pratique peut se terminer par un petit mot doux.

Le type de messages le plus cité par les enquêtés c'est le **message pratique**. Grâce à ces messages, les membres du couple peuvent coordonner leurs actions et se répartir les charges domestiques de manière efficace. Cette gestion domestique est surtout nécessaire dans les couples les plus individualisés, où chaque partenaire a de multiples engagements.

Il y aussi les **mots d'amour** : il est question de « *textes d'amour* » ou de « *petits je t'aime* ». Certains de ces mots d'amour électroniques sont plus ou moins explicitement situés sous la ceinture. Les enquêtés avouent à demi-mot s'envoyer ce type de messages entre partenaires. Pierre, 37 ans, explique que lui et sa femme sont friands de ce type de messages à caractère sexuel. Pour lui écrire un sexto « *ça a quelque chose de plus érotique. Ça permet de commencer à préparer le terrain pour le soir* ». Utilisés comme « préliminaires » à l'acte sexuel, les SMS permettent selon lui de déclencher « *plus de choses que la voix* ». D'origine guadeloupéenne, les deux amoureux utilisent souvent le créole pour ces messages à connotation sexuelle : « *An ke koké ouw* » (« Je vais te baiser ») est le dernier en date. Lorsque nous lui demandons pourquoi il a utilisé le créole, Pierre répond que c'est pour adoucir le caractère cru de ses propos. De plus, le créole représente pour le couple la langue de l'intimité, un langage que peu de personnes autour d'eux peuvent comprendre.

Le sujet des **disputes** apparaît également souvent dans les réponses proposées lors de l'enquête. Notamment, une enquêtée préfère utiliser les TIC lorsqu'elle est « *très fâchée* » pour éviter de s'emporter en face-à-face et que la situation dégénère. Les TIC peuvent aussi désamorcer une situation. C'est le cas de cette enquêtée qui explique que « *suite à une dispute, cela a permis d'amorcer une conversation en face-à-face* ». Ici, écrire *via* les outils con-

nectés a permis de créer un temps intermédiaire permettant à chacun des deux partenaires de vider son sac avant de se rencontrer physiquement. Une autre interviewée précise préférer s'exprimer *via* les objets connectés « *en cas de dispute ou de mauvaise compréhension* ». S'exprimer par écrit permet plus facilement d'organiser sa pensée, de suivre un fil rouge, d'élaborer un argumentaire. Le choix des mots peut se faire de manière posée. Avant d'envoyer son message, on peut lire, relire, corriger, rectifier... L'écrit numérique est également utilisé pour sortir de l'impasse, hisser le drapeau blanc comme cette femme qui avoue préférer s'excuser par SMS suite à une dispute.

Les **messages impromptus** se caractérisent par leur gratuité apparente. Pratique courante, les individus s'envoient des blagues circulant sur le web ou, de façon plus personnalisée, l'un des partenaires transfère à l'autre une vidéo, une photo, un lien à l'autre en relation avec leur vécu commun. Ce type de *private joke* ou de clins d'œil a pour fonction de renforcer le lien.

Nous nous sommes ici largement intéressés aux écrits électroniques car ce sont ces types de messages qui ont été le plus abordés lors de l'enquête. Mais il ne faut pas ignorer que d'autres outils de communication comme la visio (Skype, FaceTime) sont utilisés par les couples. Le contexte favorisant l'utilisation de ces outils polysensoriels est l'éloignement géographique des deux partenaires. Ainsi Michel et Aurélie, qui sont séparés durant toute la semaine, nous ont déclaré prendre le petit-déjeuner ensemble tous les matins, chacun face à son écran d'ordinateur. Ce rituel amoureux participe à la réassurance du lien.

### *Conclusion*

Au final, l'enquête montre que le nomadisme communicationnel réinterroge la manière d'être-ensemble chez les couples cohabitants. Ces appareils participent très largement au phénomène d'individualisation de notre société. Ce nouvel individualisme connecté a des répercussions sur la gestion des temps sociaux puisque d'un usage très chronophage, ils viennent entamer le capital-temps des individus. La désynchronisation de l'heure de coucher des partenaires est devenue une réalité prégnante. Le développement d'activités solitaires en ligne a pour conséquence de diminuer la conversation conjugale et aboutit parfois à des situations conflictuelles (nous pensons ici en particulier aux jeux vidéo). Mais il faut veiller à ne pas trop noircir le tableau : à travers les entretiens, nous avons pu constater que les TIC permettent aux individus de renforcer la communication conjugale en favorisant l'échange et le partage. De plus, tous ces objets connectés favorisent le réinvestissement de la sphère scripturale. Ces objets ont une histoire récente dans l'espace domestique. Pour éviter les conflits au sein du foyer, des réglages sont souvent nécessaires et portent notamment sur le choix des moments adéquats pour leur utilisation, sur la nature des pratiques et sur la durée de l'activité. Le maintien d'une harmonie conjugale passe entre autres par une imposition (ou une négociation) d'une pratique, par un réglage spatial entre le droit d'être chez soi et le devoir d'être ensemble. Or, nous avons pu constater lors de l'enquête que très peu de couples s'inscrivent dans cette démarche de négociation, tout au moins de manière explicite et pleinement consciente. Et pourtant, l'enquête tend à montrer que nous sommes entrés dans une phase de conscientisation des effets potentiels de l'usage des TIC dans le couple. Dès lors, certains individus se réservent des moments *sans* objets connectés. Cette déconnexion volontaire est un phénomène en pleine expansion qui témoigne malgré tout du fait que de plus en plus d'individus aspirent à un usage raisonné des TIC.

### *Bibliographie*

Bauman, Z. (2006), *La vie liquide*, Arles, Le Rouergue-Chambon.

- Berger, P. et H. Kellner (1988), « Le mariage et la construction de la réalité », *Dialogue*, n° 102, p. 6-21.
- Casili, A. (2010), *Les liaisons numériques : Vers une nouvelle sociabilité ?*, Paris, Seuil.
- Chaumier, S. (2004), *L'amour fissionnel : Le nouvel art d'aimer*, Paris, Fayard.
- Demonceaux, S. (2013), « Le couple contemporain à l'heure du nomadisme communicationnel », Liénard F. (éd.), *Epistémè* 9, Séoul : Université Korea — Center for Applied Cultural Studies, p. 211-238.
- Goffman, E. (1973), *La mise en scène de la vie quotidienne*, Paris, Minuit.
- Kellerhals J. et E. Widmer (2004), *Mesure et démesure du couple : Cohésion, crises et résilience dans la vie des couples*, Paris, Payot.
- Lahire, B. (2005), *L'homme pluriel : Les ressorts de l'action*, Paris, Armand Colin.
- Lardellier, P. (2004), *Le cœur Net : Célibat et amours sur le web*, Paris, Belin.
- Le Breton, D. (1999), *L'adieu au corps*, Paris, Editions Métailié.
- Le Douarin, L. (2007a), *Le couple, l'ordinateur, la famille*, Paris, Payot & Rivages.
- Le Douarin, L. (2007b), « Les chemins de l'articulation entre vie privée et vie professionnelle », *Réseaux*, vol. 1, n°140, p. 101-132.
- Le Douarin, L. (2002), « Le micro-ordinateur dans l'espace conjugal », *Cahiers internationaux de sociologie*, vol. 1, n°112, p. 169-201.
- Lesnard, F. (2009), *La famille désarticulée : Les nouvelles contraintes de l'emploi du temps*, Paris, PUF.
- Licoppe, C. (2012), « Les formes de la présence », *Revue française des sciences de l'information et de la communication* [En ligne], 1 | 2012, mis en ligne le 1 septembre 2012, consulté le 27 février 2014. URL : <http://rfsic.revues.org/142>.
- Neuburger, R. (2000), *Les territoires de l'intime : L'individu, le couple, la famille*, Paris, Édition Odile Jacob.
- Pharabod, A.-S. (2004), « Territoires et seuils de l'intimité familiale : Un regard ethnographique sur les objets multimédias et leurs usages dans quelques foyers franciliens », *Réseaux*, vol. 1, n°123, p. 85-117.
- Popper-Gurassa, H. (2008), « La famille à l'épreuve d'Internet », *Le Divan familial*, vol. 2, n°21, p. 95-104.
- Singly, F. de (2002), « Le téléphone portable dans la vie conjugale », *Réseaux*, vol. 2-3, n°112, p. 212-248.
- Singly, F. de (2000), *Libres ensemble. L'individualisme dans la vie commune*, Paris, Nathan.