

# SLOW FAST

Autour de cette tension :  
QUESTIONS DIFFICILES, ÉMERGENCES, OPPORTUNITÉS...

## Interpénétration des temps

### PROFESSIONNEL / PRIVÉ :

- Une disponibilité permanente et survalorisée.
- Télétravail « de fait » le soir, le WE, en congés.
- « Tous auto-entrepreneurs ».
- ... (mail) compensé par l'entrée de la vie personnelle au travail.

### MAIS AUSSI :

- Apprentissage / Travail.
- Multitâches...

## Une vitesse indispensable

Vitesse plaisir, excitation, changement, liberté.

Une conséquence de modes de vie plus connectés, plus diversifiés, d'itinéraires moins linéaires.

LA LENTEUR PROFITE AUX GROS, AUX INSTALLÉS, AUX CONSERVATEURS : si changer de modèle passe par les petits innovateurs, la vitesse est la condition.

## Possibilité / droit à la connexion

Se déconnecter peut-il freiner une carrière ? Est-ce une faute ?  
Ou au contraire un droit ?

Peut-on encore se déconnecter ?

### DEGRÉS DE DÉCONNEXION :

- Totale : se retrouver, besoin de nature, méditation...
- Partielle : disponibilités sélectives et contrôlées .

## Sur-sollicitation & soumission à l'urgence

### UNE ACCÉLÉRATION DE TOUS LES CYCLES DE TRAVAIL :

- Mode projet.
- Culture du résultat, valorisation de la réactivité.
- Urgence permanente.

### SOLLICITATION CONTINUE, DANS LE TRAVAIL COMME EN DEHORS :

- Interruptions, mails, mobile...
- Réseaux sociaux : sollicitations de la part des « liens faibles ».
- Sollicitations publicitaires.

Brouillage des frontières entre synchrone et asynchrone, qui rend plus difficile la gestion du temps.

## De nouvelles fractures

Time Rich (les pauvres et les très riches) / Time Poor (tous les autres).  
Entre ceux qui disposent des capacités de maîtriser leur temps et leur disponibilité, et les autres.

## Une vitesse destructrice ?

### INDIVIDUELLEMENT :

- Stress, fatigue, « burn-out ».
- Déficit attentionnel.
- Appauvrissement des liens.

### POUR LES ENTREPRISES :

- Erreurs et confusions.
- Conformisme, absence de pensée stratégique forte.
- Désengagement des salariés.
- Epuisement de l'attention des consommateurs.

### COLLECTIVEMENT :

- Dévitalisation de l'espace public.
- Incivilité, appauvrissement démocratique.
- Légèreté de la pensée...

## Le rythme d'innovation « tire » le reste

### ACCÉLÉRATION DE L'INNOVATION... ET INNOVATION QUI ACCÉLÈRE TOUT :

- Va plus vite que les standards, les règles, les organisations... et parfois les pratiques.
- Injonction à « s'adapter ».
- Obsolescence programmée.

Lien avec les problèmes environnementaux : surexploitation des ressources, déchets, externalités ignorées...

## « Écologie informationnelle »

Ne pas confier à la technologie la solution à des problèmes causés par la technologie ?

Apprendre la gestion du temps et de l'attention.

Une vraie économie de l'attention (avec des prix) ?

Des échelles individuelle / managériale / politique.

## « Slow by Design » : des outils temporels

Outils de gestion du temps, des priorités, des messages, de sa disponibilité, de sa géolocalisation, des sollicitations...

Gérés par les individus ?  
les employeurs / annonceurs ?  
Les institutions ?

Outils de désynchronisation (ex. podcasts, « mode déconnecté »...) « Haute qualité informationnelle » (HQI).

# DÉFI 1 RETROUVER LA MAÎTRISE DES TEMPS

## POURQUOI C'EST IMPORTANT ?

Les technologies sont mises au service d'une accélération générale des rythmes de vie et de travail, des cycles, des changements. Elles accompagnent aussi une sur-sollicitation permanente, ainsi qu'une inter-pénétration des temps de travail et de vie sans précédent depuis l'invention du « temps libre ». Cette accélération répond à des aspirations et des besoins. Mais les signes d'insatisfaction se multiplient :

- Du côté des individus : stress et « burnout », déficit attentionnel, désengagement vis-à-vis de l'entreprise, addictions...
- Du côté des entreprises : erreurs et fautes, efficacité décroissante, dépersonnalisation, manque d'esprit d'équipe, confiance en chute, court-termisme moulinier, mauvaise qualité des décisions...
- Du point de vue social : tension entre accélération et développement durable ; nouvelles fractures sociales ; crainte d'une baisse de l'exigence intellectuelle (« Google nous rend-il idiots ? », désertion – en Occident – des études scientifiques...)

« L'internet nous donne accès à une quantité presque infinie d'information, mais la vitesse à laquelle il fonctionne – et à laquelle nous vivons avec lui – nous empêche d'en tirer les bénéfices », écrivait John Freeman dans le Wall Street Journal (21/8/2009).

## QUI EST CONCERNÉ ?

- Le management de toutes les entreprises.
- Les salariés et les syndicats.
- Les acteurs publics : vers une régulation des rythmes ?

- Les innovateurs, à double titre : du point de vue de leur responsabilité collective ; mais aussi parce que la maîtrise des temps est un domaine d'innovation à fort potentiel.

## QUELS SONT LES LEVIERS NUMÉRIQUES ?

### *Le numérique est d'abord du côté du problème*

Aussi les réponses ne peuvent-elles pas être uniquement techniques : elles relèvent avant tout du management, de l'innovation sociale, des pratiques individuelles et collectives, et parfois de la politique.

Du point de vue numérique, trois pistes émergent cependant :

### *« Retourner » les outils numériques contre l'urgence*

- Contrôle et cloisonnement de la disponibilité des individus.
- Analyse, tri, mise en perspective des informations et des sollicitations.
- Outils individuels et collectifs de gestion du temps, qui existent d'ailleurs parfois déjà mais dont le potentiel est sous exploité.
- Revaloriser les dispositifs asynchrones, produire de l'asynchrone (ex. podcasts et magnétoscopes numériques)...

### *« Designer » la maîtrise du temps au cœur des outils numériques*

- Faciliter le paramétrage (individuel et au niveau des organisations) de règles qui favorisent la maîtrise des temps, la planification, la préservation de moments libres, etc.

- Faciliter l'agencement des outils de communication et des sources de sollicitation, pour une gestion fine et unifiée de sa disponibilité.
- Malgré la tendance au « cloud computing », rendre possible le travail hors connexion...

### *Réduire la pression à l'usage numérique*

- Fonder les nouvelles formes de travail (télétravail, télécentres, travail nomade...) sur de réels choix.
- Idem pour le passage aux « e-services » (e-administration, e-santé, e-éducation...).

## QUELLES SONT LES QUESTIONS DIFFICILES ?

- Comment concilier les aspirations individuelles des salariés et les nécessités des entreprises ? Comment, par exemple, éviter l'effet pervers des programmes « life-work balance », sous la forme d'une intensification extrême des rythmes de travail pour compenser la moindre disponibilité des salariés ?
- Comment considérer des pratiques et outils exogènes à l'entreprise (Facebook, Skype, etc.) comme des opportunités de gérer l'interpénétration des temps, et non comme un problème supplémentaire ? Comment, en revanche, éviter qu'elles ne contribuent encore plus à la dispersion de l'attention ?
- Comment « redonner du temps au temps » (se projeter à long terme) face à la pression des marchés (réagir à court terme) ?
- Comment gérer la ressource rare de l'attention – celle des clients comme des collaborateurs ?
- Comment intégrer la gestion du temps comme une opportunité, et non comme une contrainte extérieure et artificielle ?

# DÉFI 2 LE «SLOW» COMME VALEUR... ET COMME MARCHÉ

## POURQUOI C'EST IMPORTANT ?

Un mouvement en faveur de la « slow life » (la « vie lente ») émerge en de nombreux endroits : slow food, slow cities, « downshifting » (rechercher volontairement une vie plus simple et plus frugale, y compris en travaillant moins)... et « slow tech », titre d'un livre d'Andrew Price en 2009. Proche de la « décroissance », notamment par sa préoccupation écologique et sa critique du « tout technologique », il s'en démarque par l'accent sur les choix individuels et, souvent, par la recherche de réponses économiques à la demande de ralentissement.

Cette demande de lenteur peut être permanente ou occasionnelle (pouvoir ralentir le temps pendant un soir, un week-end, des vacances, une année sabbatique... sans créer de situation irréversible). Elle ne doit enfin pas se confondre avec la lenteur « subie » de ceux qui n'ont pas d'emploi, ou qui ne parviennent pas à suivre le rythme imposé par la société.

Les acteurs du numérique ne sont aujourd'hui pas armés pour répondre à l'émergence d'une demande de lenteur volontaire, ni d'ailleurs pour répondre aux « exclus de la vitesse » d'une manière non stigmatisante. Il y a là à la fois une menace sur l'image même du numérique, et une opportunité d'innovation.

## QUI EST CONCERNÉ ?

- Les acteurs publics, qui doivent intégrer ces nouvelles fractures autant que l'aspiration montante à la lenteur.
- Les innovateurs : le champ des « slow techs » et « low techs » repose aujourd'hui sur choix de modes de vie, mais il deviendra peut-être, demain, un véritable marché.

- Les organisations, qui doivent apprendre à travailler avec des collaborateurs qui font le choix de la lenteur ou du « downshift ».

## QUELS SONT LES LEVIERS NUMÉRIQUES ?

### *Slow Tech*

- Des technologies pour agir différemment, voire pour ralentir : sortir de l'immédiateté pour être plus efficace et mieux profiter de son temps ; valoriser la construction longue d'une pensée, d'un projet ; aller rechercher des connaissances et des idées très anciennes ; assurer la conservation longue de données...
- L'« écologie informationnelle » comme utilisation durable de notre « temps de cerveau disponible » : inventer et faciliter de nouvelles manières d'exister dans le numérique, à l'instar du « slow blogging » (le recul au détriment de l'immédiateté).
- Des technologies pour hiérarchiser les priorités, sortir de l'urgence, désynchroniser... et pour capitaliser, revenir sur son expérience, mémoriser, s'analyser...
- Des gammes technologiques pérennes, durables, réparables, évolutives...

### *Low Tech*

- Des technologies pour réagir : trouver des réponses non technologiques aux problèmes posés par les technologies.

- Des choix « analogiques » et présents pour délivrer produits et services.

### *Anti Tech*

- Des technologies contre les technologies : comme le TV-B-Gone qui éteint les télévisions environnantes, des brouilleurs de mobiles, des cages de Faraday pour arrêter les ondes...

## QUELLES SONT LES QUESTIONS DIFFICILES ?

- La « slow attitude » a-t-elle un vrai avenir, un vrai potentiel économique et social, au-delà de la mode ? Est-ce un choix « tout ou rien », radical ou temporaire ? Et se traduira-t-elle avant tout sous une forme politique, plutôt opposée à la technologie et au marché, ou bien comme une forme de consommation (comme le « bio ») ?

- Être « slow » relève-t-il seulement de choix individuel, ou bien y aura-t-il des communautés, des villes, des entreprises « slow » ?

- Comment des choix de vie « slow » peuvent-ils être compatibles avec un développement professionnel, une insertion sociale, etc. ? Les entreprises, les communautés, sauront-elles associer des choix de vie « fast » et « slow » et si oui, comment ?

Quelles sont les compétences qui seront nécessaires demain pour pouvoir choisir la lenteur, de manière durable ou temporaire ?

- Y a-t-il, y aura-t-il, un véritable marché des « slow techs » ? D'où viendra-t-il ? Quels en seront les acteurs centraux ? Quelles opportunités cela peut-il présenter pour des entreprises technologiques ? Pour des nouveaux entrants ?

## QUELQUES EXEMPLES SIGNIFICATIFS

- Les «bureaux des temps», destinés à réunir et faire dialoguer ensemble tous les acteurs concernés par l'organisation des horaires sur un territoire.
- Les «20% de Google» qui concilient impératifs de production de court terme et capacité innovatrice de long terme – en permettant aux salariés d'exprimer leur créativité au service de la structure.
- Tout les pays anglo-saxons ont créé des programmes publics «Life-Work Balance», et le terme est désormais d'usage courant. Les offres privées de conseil, coaching, etc., se multiplient.
- Les «journées sans e-mail» dans les entreprises.

## QUELQUES IDÉES DANS L'AIR...

- «Disconnection by design» : travailler les leviers de gestion de la sollicitation des outils dès leur conception.
- «Reflexivity by design» : le même concept appliqué au retour de l'utilisateur sur ses propres pratiques.
- Explorer de plus près les outils et dispositifs de gestion du temps, des disponibilités, des paramètres de vie privée, ou encore de «désynchronisation» [ex. podcasts] : en faire une priorité d'innovation ?
- Inventer de nouvelles médiations pour éduquer à l'«écologie communicationnelle»

et à la gestion des temps.

- Réinventer les secrétaires ? Les majordomes ?

## QUELLES SOURCES POUR ALLER PLUS LOIN ?

- 3 projets prospectifs autour de la «déconnexion» proposés par la 27<sup>e</sup> Région : [le thermostat numérique / l'espace de relogement / l'auto-bilan de connectivité] [www.slideshare.net/27eregion/regionales-2028-off](http://www.slideshare.net/27eregion/regionales-2028-off)
- L'article fondateur de Nicolas Carr, «Est-ce que Google nous rend idiot ?» [2008] [www.internetactu.net/2009/01/23/nicolas-carr](http://www.internetactu.net/2009/01/23/nicolas-carr)
- Bernard Stiegler, «Economizing means taking care» <http://arsindustrialis.org/node/2922>
- Le projet d'expédition «Ré-enchanter le temps» de la Fing
- La méthode d'«ergostressie» d'Yves Lasfargue, ou «Comment mesurer la charge de travail et la pénibilité dans la société de l'information?» <http://yves.lasfargue.pagesperso-orange.fr/present.htm>

## QUELQUES EXEMPLES SIGNIFICATIFS

- Un manifeste pour le «Slow blogging» : l'immédiateté ne doit pas primer sur la prise de recul et la «digestion» des idées.
- Des «villes lentes», nées en Italie du refus des habitants d'installer un Mc Donald dans une petite ville [«Fast food» vs «Slow food»]. Pensées autour de l'importance des commerces de proximité, zones piétonnes, espaces verts mais aussi, mise en valeur des cultures locales ou refus des OGM.
- La «consommation collaborative» [prêter, louer, donner, échanger des objets via les technologies et les communautés de pairs].
- Le «Design Noir» de Limor Fried [«Lady Ada»], qui conçoit des matériels «ouverts» [que n'importe qui peut reproduire et améliorer] pour brouiller les mobiles, éteindre les téléviseurs, griller les puces Rfid, ou encore concurrencer les armes «non létales» de la police pour 1/100e du prix...

## QUELQUES IDÉES DANS L'AIR...

- La piste du passage de l'objet au service pour associer «fast» et «slow», consommation libre et durable : e-substitution, yield management, consommation collaborative...
- De nouveaux codes sociaux à construire pour ne pas être montré du doigt quand on «est dans le slow».
- «Hacker les outils» pour

rétablir la symétrie entre les fonctionnalités qui accélèrent et celles [sous utilisées] qui permettent de freiner, de contrôler, etc. : imaginer les moyens de ne pas enfermer les gens dans des choix «tout Fast» ou «tout Slow».

## QUELLES SOURCES POUR ALLER PLUS LOIN ?

- The World Institute of Slowness [Institut mondial de la lenteur], le Think Tank de la «slow révolution» [www.theworldinstituteofslowness.com/](http://www.theworldinstituteofslowness.com/)
- Hubert Guillaud, «Pour une écologie informationnelle» [www.internetactu.net/2008/04/24/pour](http://www.internetactu.net/2008/04/24/pour)
- Andrew Price, *Slow-Tech : Manifesto for an Over-wound World*, Atlantic Books, 2009
- George Freeman, «Not so fast : a manifesto for slow communication», The Wall Street Journal, 21 août 2009
- Les compteurs et les «rapports annuels» de Nicholas Felton sur l'analyse de ses données de vie <http://feltron.com/>