

Les technologies de quantification de soi : quels usages et quels enjeux ?

Une interview de **Jean-François de Moya**, docteur en 2019 du laboratoire Humanis, par Adam Benyachou, doctorant en deuxième année au laboratoire Humanis.



Jean-François de Moya

Bonjour Jean-François, pouvez-vous vous présenter brièvement ?

Je m'appelle Jean-François De Moya, je suis docteur en Sciences de Gestion depuis mars 2019. Je suis spécialisé dans la digitalisation de l'individu, et particulièrement dans la quantification de soi. Mon directeur de thèse était Jessie Pallud du laboratoire Humanis à l'EM Strasbourg.

Quel a été votre parcours universitaire et/ou professionnel avant d'entamer la thèse de doctorat ?

À la base, je suis ingénieur en informatique. J'ai obtenu mon diplôme en 1998, après quoi j'ai exercé en tant que consultant en informatique, avant de reprendre mes études en 2012, dans le cadre d'un Master en Administration des Entreprises. J'ai complété ce diplôme par un Certificat de Recherche afin de pouvoir m'inscrire en doctorat.

À quel moment avez-vous pensé à faire un doctorat et pourquoi ?

J'ai toujours voulu faire un doctorat. Au terme de ma formation en école d'ingénieurs, j'avais l'opportunité de faire un DEA, équivalent du Master Recherche. Sauf qu'à l'époque, c'est-à-dire vers l'an 2000, le marché de l'informatique était tellement porteur que je me suis dirigé naturellement vers une carrière professionnelle dans ce secteur. Ce n'est que plusieurs années après, au cours de ce Master en Administration des Entreprises, que j'ai réellement envisagé de faire un doctorat. Je me souviens que c'était précisément lors d'un cours de Management en Systèmes d'Information, dispensé par Jessie Pallud, qui sera plus tard ma directrice de thèse. Le cours était très orienté recherche, je me suis donc aperçu que l'on pouvait faire de la recherche en informatique par le prisme de la gestion. J'ai ensuite assisté à une réunion d'information sur le doctorat, où l'on nous expliquait que les professionnels étaient les bienvenus dans la

recherche en gestion. C'est ainsi que j'ai décidé de me lancer dans cette voie.

Quel a été l'objet de votre thèse ? Et comment le choix de votre sujet s'est-il fait ?

L'objet de ma thèse provient du Master Recherche où, à un moment donné, nous avons eu un cours de marketing hospitalier avec Caroline Merdinger. Elle avait proposé plusieurs sujets, dont celui de l'utilisation des réseaux sociaux dans le milieu hospitalier. Le sujet m'avait immédiatement séduit, d'autant plus qu'il y avait déjà un terrain intéressant, à savoir les hôpitaux universitaires de Genève. Le but était de comprendre la communication d'un hôpital sur les réseaux sociaux. Le sujet de thèse en lui-même est venu en se disant qu'on allait travailler sur les nouvelles données de la santé, notamment des données ayant trait à la quantification de soi. En d'autres termes, il s'agissait d'étudier l'usage des technologies permettant de mesurer et de collecter des données sur sa santé et son bien-être. Au fur et à mesure, on s'est rendu compte que la quantification de soi était un sujet vaste et très porteur, ce qui m'a convaincu d'en faire le cœur de mon sujet de thèse.

Votre thèse s'est-elle déclinée dans le format dit « classique » ou celui de la thèse par articles ? Et comment ce choix de format s'est-il fait ?

Venant du monde professionnel, je craignais d'être débordé par la quantité de travail et de ne pas avoir le recul nécessaire pour effectuer une thèse dite « classique ». Cette dernière implique souvent un travail de deux ou trois années sans avoir de résultats, consistant à amasser beaucoup de connaissances, à les synthétiser et à en retirer quelque chose au bout de la deuxième ou troisième année. Je me

suis dit que c'était plus simple de scinder le travail de thèse en des phases distinctes et de poser des jalons sur chaque année. Ce processus-là, qui consistait à produire des articles dans des phases relativement courtes, m'intéressait particulièrement. En outre, l'incitation à publier chaque article me faisait d'ores et déjà rentrer dans le métier de chercheur. En somme, une thèse par articles était pour moi un moyen plus efficace et mieux adapté pour mener à bien mon projet doctoral.

Quels résultats principaux avez-vous obtenus ? Y a-t-il eu des surprises ?

J'ai essayé de porter un regard critique sur les mécanismes de la quantification de soi, et de les remettre dans un contexte de société moderne néo-libérale. Plus précisément, je m'intéresse à deux aspects de la quantification de soi : la surveillance (par ces technologies) et la gestion du risque (par l'entremise de ces technologies). Au niveau des résultats, on voit que cette pratique reprend la métaphore du panoptique de Foucault. Un panoptique, c'est une prison dans laquelle on est surveillé, du moins dans laquelle on a l'impression d'être surveillé en permanence. Cette impression implique naturellement un changement de comportement. Mon apport principal a été de démontrer que ce mécanisme-là est récurrent dans la quantification de soi.

Ah, eh oui, il y a eu des surprises ! J'ai travaillé sur un modèle de risque-bénéfice dans l'intention d'utilisation. J'y ai rajouté un facteur « confiance », qui était censé aussi bien influencer le bénéfice et le risque perçus que l'intention d'utilisation. Mais on s'est aperçus que la confiance (envers la marque) ne joue pas un rôle direct sur l'intention d'utilisation. Il s'agit d'un rôle indirect, passant par le bénéfice perçu. Il n'y avait pas non plus de rôle sur le risque perçu. Ce résultat était assez étonnant, on ne comprend pas

réellement pourquoi les individus n'attachent pas d'importance à la confiance, qui reflète la perception que le consommateur se fait de la bienveillance de la marque à son égard. Il faut savoir que les produits faisant de la quantification de soi collectent des données parfois sensibles (le rythme cardiaque, par exemple). Nos hypothèses prévoyaient donc que la bienveillance perçue de la marque était importante, une marque bienveillante étant une marque qui ne va pas diffuser et utiliser à mauvais escient les données collectées. Finalement, la bienveillance n'était pas un facteur si important que cela.

De quelle manière votre thèse contribue-t-elle à la littérature existante ?

Ma contribution s'inscrit dans le courant de la littérature sur la société de surveillance et sur la surveillance technologique. J'ai ainsi inscrit une technologie récente dans un nouveau type de surveillance. Il faut savoir qu'il y a plusieurs types de surveillance : les réseaux sociaux, les caméras de surveillance, etc. Le nouveau type de surveillance auquel je me suis intéressé était la quantification de soi. Il fallait donc inscrire cette nouvelle technologie dans le champ global de la surveillance technologique. En même temps, je propose un nouveau modèle d'adoption de la technologie : le modèle risque-bénéfice. Ce modèle a été utilisé auparavant, mais n'est pas très répandu. Nous avons démontré que ce modèle-là était pertinent pour expliquer l'intention d'utiliser plusieurs technologies, qui peuvent être bénéfiques, mais aussi très risquées.

Quelles implications managériales et/ou sociétales vos résultats impliquent-ils ?

Au niveau sociétal, on voit qu'il y a de plus en plus de surveillance, ainsi qu'une responsabilité accrue de l'individu dans cette surveillance. Il faut donc avoir un regard critique et une certaine vigilance face à la multiplication des technologies de surveillance. Au niveau managérial, on peut dire que le panoptique crée un certain enfermement et une objectivation des individus, qu'il faudrait déconstruire pour recréer une humanisation de la personne. Cette déconstruction est nécessaire pour empêcher la technologie de devenir un « système froid », et d'en faire plutôt un outil d'aide utile à la personne.

Quelles compétences avez-vous développées pendant votre thèse ?

Je pense avoir progressé dans mes facultés de communication et de présentation. Cela peut paraître anecdotique, mais je pense aussi pouvoir lire mieux, plus rapidement, le français aussi bien que l'anglais. Je peux parcourir plus rapidement un article de recherche notamment. J'ai des automatismes qui me permettent d'aller à l'information que je recherche en filtrant le reste facilement.

Aussi, étant issu d'une filière scientifique où la rédaction n'était pas forcément très importante, j'avais des lacunes à ce niveau. Le travail de thèse m'a beaucoup aidé à progresser et acquérir une certaine aisance dans la rédaction, notamment des notes de synthèse. J'arrive maintenant à trouver, parmi plusieurs textes, des enchaînements logiques qui facilitent l'assimilation desdits textes.

Comment réussir son doctorat ? Avez-vous des conseils pour ceux qui souhaiteraient s'engager dans cette voie ?

Comme on dit assez souvent, une thèse est une sorte de marathon. Il faut donc bien choisir son « coach », celui qui va nous suivre pendant quatre ans. Il faut aussi bien choisir son parcours, sa trajectoire. En d'autres termes, je conseille de choisir judicieusement son directeur de thèse ainsi que son sujet. Avoir un sujet qui est à la fois pertinent et intéressant qui puisse vous stimuler pendant quatre ans et qui ne va pas vous lasser. Pour réussir, ça peut paraître évident, mais je conseille de beaucoup lire et se nourrir intellectuellement. D'assister aux séminaires également, car cela permet de s'immerger dans le monde de la recherche. Et le plus important peut-être, c'est d'être bien dans sa tête : être disponible à 100% intellectuellement dans sa thèse, c'est-à-dire pas de mariage, pas de nouveau petit copain ou petite copine, pas de divorce, pas de naissance ! J'ai moi-même été témoin de ces événements chez mes collègues doctorants à plusieurs reprises et me suis rendu compte que c'était compliqué.

Pour ceux qui souhaiteraient s'engager dans cette voie, je conseillerais de le faire pour les bonnes raisons. C'est-à-dire par passion ou par prédilection, pas simplement parce qu'on n'a rien d'autre prévu.

Quelles perspectives avez-vous concernant votre avenir professionnel ?

En Sciences de Gestion, on a beaucoup de portes qui s'ouvrent dans le monde de l'enseignement et de la recherche, notamment dans les écoles de commerce privées. Il y a donc des postes d'Enseignant-Chercheur dans le domaine du privé, des fonctions de Maître de Conférence dans le secteur public, des postes de chercheur au CNRS, ou encore des possibilités de post-doctorat. Je suis ouvert à l'ensemble de ces opportunités, bien que j'aie

une accointance pour la recherche plus que pour l'enseignement.

Merci Jean-François pour le temps consacré à cette interview, et bonne continuation !

Contact :

jean-francois.de-moya@em-strasbourg.eu
