

Les effets de la technologie numérique sur le choc culturel

Les appareils électroniques (aussi appelés technologie personnelle) sont absolument incroyables – ils permettent d'accéder à d'innombrables sites Web et blogues qui vous offrent des renseignements importants sur votre pays d'accueil, la possibilité d'établir des liens avec d'autres expatriés, et vous mettent en communication avec vos amis et votre famille au pays d'origine. Ils deviennent une bouée de sauvetage lorsque vous vous sentez perdu à l'étranger et aux prises avec le choc culturel.

Cependant, s'ils vous aident à resserrer les liens avec vos proches au pays d'origine et nuisent à votre immersion culturelle au pays d'accueil, ces appareils deviennent un obstacle, car ils vous empêchent de mieux le connaître et de vous acclimater. Ce sont les raisons pour lesquelles la technologie personnelle, comme les ordinateurs portables, les téléphones mobiles, les tablettes, les sites des médias sociaux et les logiciels VoIP (voix sur protocole Internet [IP]) doivent être utilisés stratégiquement et avec soin. Ils doivent permettre de communiquer avec vos amis et votre famille, tout en maintenant une frontière bien définie entre votre ancienne vie et celle qui est maintenant la vôtre en tant qu'expatrié.

Les avantages de la technologie mobile dans un monde numérique

- **Une connexion instantanée.** Les échanges en direct sur l'Internet, l'affichage de photos sur des sites Web et les logiciels VoIP vous donnent l'impression de participer à des événements importants de la vie de vos proches, comme un mariage, une remise de diplômes ou une réception-cadeau pour bébé. Vous ouvrez une session et vous clavardez ou textez avec un ami ou un membre de votre famille au sujet d'événements qui se produisent dans votre pays d'origine. Vous avez l'impression de ne l'avoir jamais quitté.
- **L'accès à une mine de renseignements.** Les sites Web, les blogues, les forums et les applications pour appareil mobile vous fournissent instantanément de l'information sur votre pays d'accueil, notamment des conseils, l'heure de fermeture d'un magasin, les répercussions d'une fête nationale sur vos déplacements, où obtenir des soins médicaux et où savourer le meilleur cappuccino. Ils peuvent également vous faire connaître les groupes de rencontre pour expatriés dans votre pays d'accueil et, en quelques minutes à peine, vous mettre en communication avec des centaines de personnes comme vous.
- **Une banque de dépannage linguistique.** Des livres audio et des cours de langue peuvent être téléchargés sur votre appareil mobile, vous permettant ainsi d'apprendre une nouvelle langue.
- **Un outil de soutien.** Le partage d'histoires personnelles et d'anecdotes sur un blogue permet d'atténuer le choc culturel, car il vous renseigne sur les émotions que vous pourriez ressentir avant même que vous les éprouviez. Vous serez ainsi mentalement prêt.
- **Une source d'information culturelle.** Ce sont là des renseignements qui vous aident à interagir avec les gens, à adopter les coutumes locales, à connaître les pratiques dans le domaine des affaires et à vous vêtir d'une façon appropriée aux coutumes locales. En sachant à quoi vous attendre, vous réduisez votre anxiété et votre stress – des facteurs importants du choc culturel.
- **Un système de sécurité.** Les téléphones mobiles, les tablettes et les ordinateurs portables sont d'excellents moyens de communiquer avec vos proches, s'il se produit une situation d'urgence comme une catastrophe naturelle ou une flambée de violence. Ils peuvent également servir à demander de l'aide localement.
- **Un journal virtuel.** Lorsque vous affichez vos instantanés et vos messages sur un site de médias sociaux ou un blogue, vous donnez aux gens l'occasion de partager ce que vous vivez durant votre affectation à l'étranger. Vous enrichissez votre expérience actuelle et vous aurez des souvenirs en banque à votre retour au pays.

Les inconvénients

Si vous avez l'impression de ne pas avoir quitté votre pays d'origine et que vous ne cessez de communiquer avec vos anciens amis au lieu d'établir des liens et de bâtir de nouvelles amitiés dans votre pays d'accueil, il est temps de réduire le temps que vous passez sur l'Internet et votre appareil mobile. Réfléchissez aux raisons qui vous ont incité à accepter cette affectation. Si l'un de vos objectifs consistait à apprendre une nouvelle langue, plongez dans cette nouvelle culture fascinante et parlez aux gens de ce pays, puis déterminez si vous réalisez vos objectifs.

D'autres indices montrant que votre expérience ne correspond pas à vos attentes :

- Vous êtes convaincu que vous ne réussirez jamais à surmonter le choc culturel et les difficultés que vous avez rencontrées à votre arrivée au pays n'ont pas disparu.
- Vous sortez rarement, que ce soit pour socialiser, faire des achats ou prendre un repas au restaurant.
- La vie de vos proches au pays d'origine vous préoccupe beaucoup plus que les problèmes que vous vivez au pays d'accueil.
- Vous avez l'impression que les membres de votre famille deviennent graduellement des étrangers.
- Vous vous sentez seul et déprimé du fait que vous n'avez pas de nouveaux amis au pays d'accueil, mais vous n'avez rien fait pour tisser des liens.

Bien que l'ère numérique offre aux expatriés des possibilités qui n'existaient pas avant, la technologie pourrait produire l'effet contraire et contribuer largement à prolonger la durée du choc culturel.

- Vous pourriez vous imaginer être un expert en ce qui touche votre pays d'accueil – alors que vous ne savez absolument rien à ce sujet.
- La technologie pourrait vous laisser dans le vide, alors que vous vous efforcez de maintenir un pied dans votre pays d'origine tout en vivant dans un pays complètement différent.
- Vous pourriez vous sentir vraiment isolé lorsque vous constaterez que vos amis au pays d'origine ne comprennent pas ce que vous vivez, même si vous communiquez avec eux tous les jours.
- La technologie pourrait vous empêcher de rencontrer de nouvelles personnes, de partager des intérêts communs, d'acquérir de nouvelles connaissances et d'apprendre une nouvelle langue.
- Elle pourrait également nuire à votre intégration à votre nouvelle équipe au travail. Les liens que vous établissez avec vos collègues qui s'efforcent eux aussi de s'adapter à leur pays d'accueil font partie de l'expérience de l'employé expatrié.

Si vous constatez que vous ne vivez pas vraiment comme un employé expatrié et que vous ressentez encore vivement le choc culturel, réduisez votre utilisation de l'Internet et des appareils mobiles. Bien qu'il soit normal de communiquer avec vos amis et les membres de votre famille, vous devez également prendre le temps de vous adapter à votre pays d'accueil, que ce soit en vous joignant à un groupe d'expatriés, en allant prendre un repas au restaurant avec votre conjoint ou en participant à un événement culturel local. Pour vous adapter rapidement et facilement à votre nouvelle vie, veillez à bien tracer cette ligne invisible qui doit exister entre votre pays d'origine et votre pays d'accueil.

Des données intéressantes

- La plupart des expatriés possèdent au moins trois appareils mobiles personnels : 87 % d'entre eux ont un téléphone intelligent, 83 % un ordinateur portable, 53 % une tablette et 48 % possèdent un ultra portable (notebook).
- Les expatriés qui vivent aux États-Unis sont les plus friands de technologie : 97 % d'entre eux possèdent au moins trois appareils mobiles, par opposition à 90 % en Chine, 84 % en Espagne et 81 % en Afrique du Sud.
- 89 % des expatriés affirment que la technologie personnelle a grandement amélioré la qualité de leur vie.
- 78 % des expatriés affirment que le principal avantage de la technologie personnelle est sa capacité à les aider à maintenir des liens avec leur famille et leurs amis.
- Selon un sondage effectué par la HSBC en 2011, 39 % des expatriés interrogés ont mentionné qu'ils utilisaient Facebook plus de deux fois par semaine afin de maintenir des liens, alors que 36 % utilisaient des services de vidéoconférence tels que ceux offerts par Skype.

Si vous avez des questions à ce sujet ou si vous voulez parler d'une situation personnelle qui vous préoccupe, nous vous invitons à communiquer avec votre programme d'aide aux employés expatriés (PAEE). Vous trouverez les coordonnées dans votre brochure du PAEE, ou vous pouvez communiquer avec un téléphoniste local et demander de faire un appel à frais virés au Canada au 905 886-3605. Vous serez alors mis en communication avec notre centre d'accès aux services où un représentant vous aidera à trouver un service de soutien près de votre lieu de résidence.

Les références :

(11 juillet 2010) I was an expat wife, *Prospective expats turn to social media to ease transition to international living*: <http://iwasanexpatwife.com/2010/07/11/prospective-expats-turn-to-social-media-to-ease-the-transition-to-international-living>.

Gouvernement du Canada (20 juillet 2010). S'adapter à une nouvelle culture, *Les étapes courantes d'adaptation au choc culturel* : <http://www.cic.gc.ca/francais/nouveaux/apres-vie-choc.asp>.

Gouvernement du Canada (20 juillet 2010). L'intégration, *S'établir dans sa nouvelle demeure* : <http://www.cic.gc.ca/francais/nouveaux/apres-vie-integration.asp>.

Ray Clancy (3 octobre 2013). Expatforum.com, *Expats use technology to manage finances and stay in touch*: <http://www.expforum.com/general-considerations/expats-use-technology-to-manage-finances-and-stay-in-touch.html>.

Zach Buckley (3 août 2012). Socialfish, *Not So Lonesome Expats: How New Technology Helps Workers Connect*: <http://www.socialfish.org/2012/08/not-so-lonesome-expats-how-new-technology-helps-workers-connect.html>.

Sarah Novak (1^{er} décembre 2009). Expatica, *Top 10 iPod apps for expats*: http://www.expatica.com/de/life-in-germany/lifestyle/Top-10-iPod-applications-for-expats_15098.html.

Sondage de la HSBC sur les expatriés (2011) : <http://www.cadronline.com/conseils/actualites/presse-emploi/etudes-sondages-et-enquetes/detail/article/hsbc-expat-explorer-publie-la-plus-grande-etude-sur-les-expatries.html>.

Si vous avez des questions à ce sujet ou si vous voulez parler d'une situation personnelle qui vous préoccupe, nous vous invitons à communiquer avec votre programme d'aide aux employés expatriés (PAEE). Vous trouverez les coordonnées dans votre brochure du PAEE, ou vous pouvez communiquer avec un téléphoniste local et demander de faire un appel à frais virés au Canada au 905 886-3605. Vous serez alors mis en communication avec notre centre d'accès aux services où un représentant vous aidera à trouver un service de soutien près de votre lieu de résidence.