

Extrait du Institut des Hautes Etudes pour la Science et la Technologie

<https://www.ihest.fr/la-mediathèque/collections/rapports-d-etonnement/la-quantification-de-soi>

Promotion Boris Vian 2014

# La quantification de soi

- La Médiathèque - Collections - Rapports d'étonnement -



Date de mise en ligne : mercredi 10 septembre 2014

## Description :

Popularisé par l'adhésion de « stars » de la Hi-Tech (le mathématicien Wolfram, par exemple), la quantification de soi est-il un simple « buzz-word », une mode, ou bien une mesure incontournable des rythmes de nos corps humains dans des sociétés où tout se quantifie ?

---

Copyright © Institut des Hautes Etudes pour la Science et la Technologie -

Tous droits réservés



**ihest**  
INSTITUT DES  
HAUTES ÉTUDES  
POUR LA SCIENCE  
ET LA TECHNOLOGIE

Promotion Boris VIAN

Peut-on vraiment définir le « quantified self », traduit en français par « quantification de soi » ?

L'idée a germé en 2007 chez deux éditeurs du magazine américain Wired, la « bible » des technophiles. Il s'agit de capter ses propres données - par exemple ses pulsations cardiaques, le nombre de pas ou d'heures de sommeil dans une journée - de les rendre intelligibles sous forme de graphes et de les partager avec d'autres adeptes, dans une communauté restreinte ou plus largement sur les réseaux sociaux.

Popularisé par l'adhésion de « stars » de la Hi-Tech (le mathématicien Wolfram, par exemple), la quantification de soi est-il un simple « buzz-word », une mode, ou bien une mesure incontournable des rythmes de nos corps humains dans des sociétés où tout se quantifie ? Par ces mesures se manifeste une réappropriation du soi, intégrant une vision prospective avec la prise en compte les données passées et présentes, et la possibilité de se comparer aux autres. Au-delà des apparences individualistes de la démarche, la quantification de soi est potentiellement porteuse de bénéfices collectifs, notamment pour la santé ou l'économie.

[>](IMG/pdf/20140718-rapport_etonnements_qs.pdf "PDF - 1.6 Mo")

**Rapport d'étonnements\_quantification de soi**