1. Мы в любом случае взаимодействуем с DOM элементами, при работе со страницей. Но не всегда можно быстро найти то, что нужно. Гораздо удобнее и быстрее это делать зная и применяя методы навигации по DOM элементам, и также с CSS селекторами. Так мы можем очень быстро получить доступ к любому нужному узлу DOМ. Можем легко изменить, модифицировать без долгого поиска. Итог: Навигация по DOM позволяет очень быстро получить доступ к любым элементам.
2. Данные возможности можно использовать практически в любой разработке, отладке, модификации, изменении. Плюсы этих методов особенно будут раскрываться при работе с большим количеством файлов и строк кода, когда нужно быстро найти нужные элементы, или при возникновении проблем с ориентированием в коде. Либо же можно использовать для быстрого поиска или изменения элементов на других сайтах в своих целях. Мне кажется лучше всего себя проявляют данные методы в модификации сайтов, когда все уже почти готово, но надо изменить или подправить определенные элементы, а с помощью DOM это можно легко и быстро сделать.
3. Как я описал выше, данные методы можно использовать для быстрого поиска или изменения элементов на других сайтах в своих целях. Например, часто встречаются сайты, где нет возможности скачать какую-нибудь картинку просто через консоль правым кликом, а она нам нужна. И как раз через DOM можно легко найти данную картинку как отдельный файл и скачать.