

**L'écriture de soi comme échappatoire thérapeutique en
contexte universitaire de FLE : Analyse psycho-didactique des
écrits d'étudiants**

**Self-writing as a therapeutic escape in the university context of
FLE: Psycho-didactic analysis of students' writings**

Saoussen BOUCHEMAA*

Université Frères Mentouri Constantine 1, Algérie

Laboratoire SLADD

bouchemaasaoussen@gmail.com

Date de réception:14/04/2026	Date de révision:25/05/2026	Date d'acceptation:10/06/2026
------------------------------	-----------------------------	-------------------------------

Résumé:

La présente contribution s'inscrit en didactique du français langue étrangère (FLE) et s'articule autour du rôle de l'écriture de soi comme outil à la fois didactique et symboliquement thérapeutique. Elle se fonde sur une expérimentation menée auprès d'étudiants universitaires, visant à explorer l'impact de productions écrites centrées sur le vécu personnel sur l'engagement discursif et la subjectivation. La démarche adoptée repose sur une approche qualitative à visée interprétative, mobilisant l'analyse du discours en interaction avec certains apports de la psychanalyse. Les résultats obtenus mettent en évidence une forte implication affective, marquée par la prédominance de récits à tonalité nostalgique ou douloureuse, ainsi que par le recours à des stratégies de distanciation énonciative. Ils révèlent également une dynamique de reconfiguration du vécu à travers le langage, attestant du rôle médiateur de l'écriture dans l'appropriation de la langue et la construction du sujet.

Mots clés :

L'écriture de soi, thérapie, psycho-didactique, étudiants, FLE

Abstract :

This contribution falls within the field of teaching French as a foreign language (FLE) and revolves around the role of self-writing as a tool that is both didactic and symbolically therapeutic. It is based on an experiment conducted with university students, aimed at exploring the impact of written productions focused on personal experience on discursive engagement and subjectivation. The approach adopted relies on a qualitative method with

an interpretative aim, combining discourse analysis with certain contributions from psychoanalysis. The results obtained highlight strong emotional involvement, marked by the predominance of narratives with a nostalgic or painful tone, as well as by the use of enunciative distancing strategies. They also reveal a dynamic of reconfiguring experience through language, attesting to the mediating role of writing in language appropriation and subject construction.

Keywords:

Self-writing, therapy, psycho-didactic, students, FLE

* Auteur correspondant:

1. INTRODUCTION:

L'écriture est la représentation de la parole et de la pensée par des signes graphiques conventionnels. Certes, l'écriture fait partie du processus d'apprentissage, c'est aussi un acte complexe, une activité à plusieurs dimensions répondant à des objectifs spécifiques surtout lorsqu'il s'agit du récit de soi ; écrire pour exister, pour se détendre, pour se libérer de la charge mentale, pour lutter contre le stress, vaincre son anxiété, pour se fixer des objectifs, pour relater ses réussites, et ses échecs « *Ecrire est un apaisement de soi-même* ».

Le récit de soi, est en quelque sorte une forme de littérature révolutionnaire, c'est puiser dans une matière fragile, en perpétuelle transformation, soumise à l'altération de la mémoire, afin d'écrire un récit unique, un récit qui nous ressemble et dans lequel on s'exprime librement de manière chronologique ou ciblée.

Depuis plusieurs décennies, l'écriture de soi connaît un regain d'intérêt notable, tant dans le champ littéraire que dans les sciences humaines et sociales. S'écrire, se dire, se raconter, mettre en récit

son vécu ou son quotidien ne relèvent plus d'une pratique marginale ou strictement intime, mais constituent désormais des formes d'expression largement investies, révélatrices des mutations culturelles, linguistiques et subjectives contemporaines. Ces pratiques témoignent d'une nouvelle impulsion du récit de soi, nourrie à la fois par les transformations des mentalités, l'ouverture à l'altérité et l'évolution des supports d'écriture, pour le déclin de communication avec les autres, par la crainte de perdre son identité, par le désir de sortir de l'anonymat...

Historiquement, l'écriture de soi ne saurait être réduite à une invention moderne. Des *Confessions* de Saint Augustin à celles de Jean-Jacques Rousseau, en passant par Sartre, Sarraute ou plus récemment les formes contemporaines d'autofiction, le récit de soi s'est progressivement constitué comme un genre à part entière, tout en conservant une grande plasticité formelle. Cette diversité générique - autobiographie, journal intime, mémoires, autofiction, correspondance- révèle une constante : le besoin du sujet de se dire pour se comprendre, de donner sens à son expérience à travers le langage.

Toutefois, écrire sur soi suppose un dévoilement, parfois problématique, notamment dans des sociétés où la réserve, la pudeur et la retenue constituent des valeurs centrales. Longtemps perçu comme inconvenant, le fait de parler de soi a été relégué à la sphère privée ou dissimulé sous couvert de fiction. Or, l'avènement de la psychanalyse a profondément modifié cette perception en faisant de la parole sur soi - et par extension de l'écriture - un possible lieu de reconstruction subjective. Écrire son histoire devient alors un acte tourné autant vers soi que vers l'autre, oscillant entre désir de dire et crainte de l'exposition.

Dans ce contexte, l'écriture de soi ne se limite plus à une

quête de vérité autobiographique. Elle s'inscrit dans une dynamique de subjectivation, de négociation entre mémoire, identité et langage. Elle met en jeu l'intime tout en s'inscrivant dans un discours social puisque, comme le rappellent les analystes du discours, l'écriture ne peut jamais s'affranchir totalement des mots de l'autre ni des cadres culturels qui la façonnent.

C'est précisément dans cette tension entre subjectivité, langage et contexte que s'inscrit la présente recherche. En contexte universitaire de français langue étrangère (FLE), l'écriture de soi apparaît non seulement comme un outil didactique favorisant le développement des compétences rédactionnelles, mais également comme une échappatoire thérapeutique symbolique, permettant aux étudiants de mettre en mots leurs émotions, leurs souvenirs et leurs expériences. L'enseignant, dont la mission première est d'assurer l'enseignement et l'apprentissage de la langue étrangère, se trouve parfois confronté, à l'écrit comme à l'oral, à des confidences d'ordre intime de la part de ses étudiants ; il les découvre, les accompagne et les conseille, bien qu'il ne soit pas spécifiquement formé à cet effet, s'efforçant néanmoins d'agir au mieux. Dès lors de nombreuses questions s'imposent : quels risques comporte le dévoilement de soi ? Peut-on tout dire ? Quelle est la part de vérité, celle de la fidélité ? Et celle du mensonge et/ou de la fiction ?

La présente étude s'inscrit dans cette problématique en explorant le rôle et l'impact de l'écriture de soi comme échappatoire thérapeutique dans les pratiques rédactionnelles des étudiants de français langue étrangère (FLE). Elle vise à répondre à la question suivante : Peut-on véritablement « guérir » par l'écriture, ou s'agit-il d'un simple apaisement temporaire ?

L'objectif de cet article est ainsi de montrer comment les écrits de soi produits par des étudiants peuvent constituer un espace

de médiation entre apprentissage linguistique et travail intérieur, en résonance avec certaines notions issues de la psychanalyse.

À travers une approche théorique croisant écriture de soi et psychanalyse, il s'agira de mettre en lumière la fonction thérapeutique latente de ces écrits, tout en respectant leur statut de productions académiques. Dans un premier temps, nous dresserons un état des lieux sur les manières de penser l'écriture comme thérapie. Ensuite, nous présenterons le protocole méthodologique de notre expérimentation. Enfin, nous discuterons les résultats obtenus à la lumière des apports théoriques sur l'écriture de soi comme échappatoire thérapeutique en contexte universitaire de FLE.

2. Ecriture, inconscient et fonction thérapeutique

Freud, dans *Le créateur littéraire et la fantaisie* (1908), établit un parallèle fondamental entre le jeu de l'enfant et la création littéraire, considérant l'œuvre comme une scène où se déploient les désirs refoulés sous une forme socialement acceptable. Cette conception fonde l'idée d'une fonction cathartique de l'écriture, sans pour autant lui attribuer une valeur thérapeutique explicite. Ce sont les approches post-freudiennes qui permettront d'approfondir cette perspective.

Avec la psychocritique de Charles Mauron (1963), l'attention se déplace vers les réseaux métaphoriques et les mythes personnels qui structurent le texte, révélant les obsessions inconscientes de l'auteur. Lacan, en affirmant que « *l'inconscient est structuré comme un langage* », radicalise cette approche en détachant l'inconscient de la biographie de l'auteur pour le situer dans la matérialité même du texte. L'écriture devient alors un lieu où le sujet se reconfigure à travers le langage, dans un processus jamais totalement maîtrisé.

Les travaux de Deleuze et Guattari (*L'Anti-Œdipe*, 1972)

prolongent cette réflexion en concevant le texte comme un champ de production du désir plutôt que comme un espace de refoulement. Dans cette perspective, écrire revient moins à guérir qu'à composer avec la faille, à inventer des lignes de fuite face à la souffrance psychique. L'écriture ne supprime pas le trauma, mais elle donne l'opportunité au sujet le pouvoir de le nommer, le reconfigurer, de le déplacer et de le rendre vivable.

- **L'écriture face au trauma : de la blessure à la mise en mots**

La littérature contemporaine offre de nombreux exemples où l'écriture apparaît comme une réponse à l'irruption du trauma. Dans *L'Inceste* de Christine Angot, la parole brute, parfois heurtée, traduit moins une volonté de réparation qu'une tentative désespérée d'exister face à l'effraction traumatique. L'écriture devient ici un acte de résistance contre l'effacement du sujet, un espace où la répétition du trauma permet paradoxalement sa mise à distance.

Chez Annie Ernaux, notamment dans *La Honte*, l'écriture fonctionne comme un travail de fouille mémorielle où la honte, longtemps enfouie, est réinscrite dans une narration distanciée. Cette mise en récit ne vise pas la consolation mais une lucidité douloureuse, proche de ce que la psychanalyse désigne comme une élaboration secondaire du trauma. Le texte devient un lieu où le passé est revisité non pour être effacé, mais pour être nommé.

Dans la littérature francophone africaine, l'écriture thérapeutique dépasse souvent la sphère individuelle pour s'inscrire dans une dynamique collective. *Nedjma* de Kateb Yacine met en scène une blessure identitaire qui excède le sujet pour devenir le symptôme d'une histoire coloniale traumatique. L'écriture fragmentée, circulaire, traduit l'impossibilité d'un récit linéaire, tout en offrant un espace de recomposition symbolique.

Chez Assia Djebar, notamment dans *L'Amour, la fantasia*, le « je » éclaté devient le lieu d'une réparation plurielle où la mémoire individuelle se mêle à la mémoire collective féminine. L'écriture

apparaît alors comme une échappatoire thérapeutique, non par la résolution du conflit, mais par la reconquête d'une voix confisquée.

- Écriture, catharsis et limites du thérapeutique

Si l'écriture peut être envisagée comme une forme de catharsis, elle ne saurait être confondue avec une thérapie au sens clinique. La psychanalyse nous rappelle que toute mise en mots est aussi un risque : celui de la fixation au trauma, de la répétition compulsive ou de la jouissance de la souffrance. Certains textes, comme *Chanson douce* de Leïla Slimani ou *Nulle autre voix* de Maïssa Bey, montrent que le silence, l'effacement ou le mutisme peuvent parfois constituer des stratégies de survie plus efficaces que la parole.

L'écriture thérapeutique ne réside donc pas seulement dans le fait de dire mais aussi dans la manière de dire. C'est le travail de la forme sur la fragmentation, la métaphore, le rythme, et la rupture qui permet la transformation du trauma en objet symbolique. Dans ce cas, l'écriture devient un espace transitionnel, au sens winnicottien, où le sujet peut expérimenter une distance protectrice vis-à-vis de sa souffrance.

- L'écriture de soi en didactique du FLE : entre apprentissage et subjectivité

En contexte de français langue étrangère (FLE), l'écriture de soi présente un intérêt didactique majeur. Elle permet de concilier apprentissage linguistique et engagement personnel, favorisant ainsi l'appropriation de la langue. Lorsque les étudiants écrivent sur eux-mêmes, ils investissent davantage l'acte d'écrire, non comme une tâche académique contraignante, mais comme un moyen d'expression authentique.

Plusieurs études montrent que l'écriture impliquant le vécu personnel favorise la motivation, la créativité et la fluidité discursive. Elle permet également de développer une relation plus

intime à la langue étrangère, perçue non plus comme un simple outil scolaire, mais comme un médium de pensée et d'émotion.

De ce fait, l'écriture de soi en contexte universitaire peut être envisagée comme un espace hybride, à la croisée de la didactique, de la littérature et de la psychanalyse. Elle offre aux étudiants un lieu où le langage devient à la fois objet d'apprentissage et support de subjectivation, ouvrant la voie à une écriture qui, sans se revendiquer thérapeutique, en assume néanmoins certaines fonctions symboliques. Dès lors, une question centrale s'impose : Dans quelle mesure l'écriture de soi en contexte universitaire de FLE peut-elle constituer un dispositif de médiation à la fois didactique et symboliquement réparateur, sans relever d'une démarche thérapeutique clinique ?

3. Méthodologie

Cette recherche s'inscrit dans une démarche qualitative à visée descriptive et interprétative, mobilisant des outils issus de l'analyse du discours ainsi que certaines notions empruntées à la psychanalyse appliquée au texte. L'objectif n'est pas d'établir une évaluation psychologique des étudiants ni d'apprécier uniquement la qualité linguistique des productions, mais d'identifier les formes de subjectivation, les marqueurs discursifs du vécu et les modalités de verbalisation de l'expérience personnelle à travers l'écriture de soi.

L'étude a été menée au département de français de Université Frères Mentouri Constantine 1 auprès de vingt étudiants inscrits en licence de français langue étrangère, troisième année L3, âgés de 20 à 24 ans et présentant des profils linguistiques relativement hétérogènes. Les productions ont été recueillies dans le cadre d'une activité pédagogique réalisée en présentiel durant le second semestre universitaire.

Les étudiants ont été invités à rédiger un écrit de soi à partir de trois consignes proposées au choix :

- Écrire un mode d'emploi de soi-même sous forme de conseils et d'interdictions ;
- Écrire sur une personne proche ou admirée ;
- Raconter un souvenir d'enfance marquant.

Ces consignes visaient à favoriser l'expression du vécu personnel tout en laissant une liberté formelle suffisante afin de limiter les contraintes rédactionnelles.

Le corpus obtenu comprend vingt productions écrites anonymisées. Afin de garantir le respect des considérations éthiques, les étudiants ont été informés du caractère scientifique de l'étude et de l'anonymat des données recueillies. Les extraits cités ont été codés sous forme alphanumérique (E1, E2, etc.).

L'analyse repose sur une grille construite autour de quatre axes complémentaires :

- Le respect de la consigne ;
- Les compétences linguistiques et discursives ;
- Les procédés lexicaux, syntaxiques et stylistiques ;
- Les indices d'implication subjective et émotionnelle.

Les productions ont fait l'objet d'un repérage thématique et lexical visant à identifier les récurrences discursives liées à l'expression de soi, aux émotions et aux représentations du vécu.

4. Résultats et discussion

4.1. Choix des thématiques et analyse linguistique et stylistique

L'analyse révèle que la majorité des étudiants a privilégié les deux dernières consignes, à savoir l'écriture consacrée à une personne proche et l'évocation d'un souvenir d'enfance. Ce choix semble traduire un investissement affectif important ainsi qu'une forte présence des relations familiales dans les représentations discursives des étudiants.

Les figures parentales, notamment la mère et le père, occupent une place centrale dans plusieurs productions. L'écriture apparaît

ainsi comme un espace permettant de revisiter certaines expériences personnelles et de mettre en mots des souvenirs marquants à travers une médiation langagière.

Sur le plan linguistique, les textes montrent une maîtrise globalement satisfaisante de la production écrite malgré certaines erreurs morphosyntaxiques et lexicales. Les étudiants mobilisent également divers procédés stylistiques : métaphores (« *une tranche de mon cœur* », « *étoile brillante* »), comparaisons, champs lexicaux affectifs (« *sécurité* », « *amour* », « *combat* ») ainsi qu'un usage fréquent du pronom personnel « *je* », marqueur d'implication énonciative.

Ces choix discursifs ne relèvent pas uniquement d'une recherche esthétique ; ils participent également à la verbalisation de l'expérience vécue. Le recours à la métaphore permet notamment d'exprimer indirectement certaines émotions difficiles à formuler de manière explicite.

E2 : « *Ma mère était comme une lumière quand tout devenait sombre autour de moi.* »

E9 : « *Je gardais mes pensées enfermées comme dans une boîte que personne ne pouvait ouvrir.* »

E11 : « *Mon enfance ressemble à une vieille photo : floue parfois, mais impossible à oublier.* »

Ces formulations illustrent la place importante des procédés métaphoriques dans les productions étudiantes. Les images mobilisées permettent d'exprimer indirectement des émotions, des souvenirs ou des représentations difficiles à verbaliser de manière explicite.

Les productions analysées suggèrent ainsi que l'écriture de soi peut constituer un espace de réflexion personnelle, de mise à distance émotionnelle et de reconfiguration symbolique du vécu. Plusieurs étudiants semblent utiliser l'écriture pour revenir sur des expériences

marquantes, mieux comprendre certains événements ou donner du sens à leur parcours personnel.

4.2. Dire l'émotion : l'écriture comme espace de dépôt affectif

L'un des traits saillants du corpus réside dans la forte présence du lexique émotionnel. Les étudiants mobilisent des termes tels que « peur », « solitude », « pression », « fatigue » ou « espoir », ainsi que diverses expressions métaphoriques traduisant des états intérieurs difficiles à nommer directement.

E6 : « J'avais l'impression de porter un poids invisible que personne ne voyait. Écrire ce texte m'a permis de respirer un peu. »

Ce type d'énoncé peut être interprété comme une tentative de mise en mots d'une expérience émotionnelle personnelle. Dans une perspective inspirée des travaux psychanalytiques, l'écriture peut favoriser une transformation progressive de l'affect en représentation symbolique.

Freud évoquait déjà la création écrite comme une forme de sublimation permettant au sujet de déplacer certaines tensions internes vers une production symbolique socialement partageable.

Certaines formulations relevées dans le corpus, telles que « *mon père, c'est ma sécurité* » ou « *ma mère est une tranche de mon cœur* », témoignent également d'une forte charge affective. Dans une perspective interprétative inspirée des travaux de Bion (1962), ces images métaphoriques peuvent être rapprochées de mécanismes de symbolisation permettant au sujet de donner forme à des émotions complexes.

Ainsi, l'écriture de soi semble offrir aux étudiants un espace de verbalisation et de mise à distance du vécu émotionnel. Sans relever d'une démarche thérapeutique au sens clinique du terme, cette pratique scripturale peut néanmoins favoriser une réflexion sur soi et une élaboration symbolique de certaines expériences personnelles.

4.3. Mettre à distance l'épreuve : narration et reconfiguration du vécu

De nombreux écrits du corpus portent sur des souvenirs d'enfance. Ces productions se caractérisent par la manière dont les étudiants relatent leurs expériences en adoptant une posture narrative relativement distanciée. Le recours au passé, à la troisième personne ou encore à des formulations impersonnelles apparaît, dans plusieurs textes, comme une stratégie discursive récurrente.

L'analyse du corpus montre que ces procédés concernent une partie importante des productions, en particulier les récits évoquant des expériences perçues comme difficiles ou émotionnellement marquantes. Ces choix énonciatifs semblent permettre une mise à distance progressive du souvenir en atténuant l'implication émotionnelle immédiate du sujet dans le récit.

Dans cette perspective, la mémoire ne peut être envisagée comme une restitution fidèle du passé, mais plutôt comme un processus de reconstruction et de réorganisation de l'expérience vécue. Paul Ricœur souligne d'ailleurs que tout récit de soi constitue une mise en intrigue permettant au sujet de donner une certaine cohérence à son expérience.

E5 : « Cette période a changé beaucoup de choses en moi, même si je ne comprenais pas encore pourquoi. »

E7 : « Cette histoire appartient au passé maintenant, même si certaines images restent présentes dans ma mémoire. »

E15 : « Il y avait des moments difficiles à cette époque, mais aujourd'hui je préfère les regarder de loin. »

Ces formulations montrent comment certains étudiants mobilisent des procédés de distanciation temporelle et émotionnelle afin d'évoquer des expériences sensibles sans entrer dans une description directe ou détaillée des événements.

L'analyse met également en évidence une forte présence de récits à tonalité nostalgique ou douloureuse. Les thématiques de la perte, du manque ou de la difficulté personnelle apparaissent fréquemment, souvent de manière indirecte. Elles se manifestent à travers différents procédés discursifs tels que l'ellipse, les silences narratifs ou certaines formulations allusives. Ces éléments semblent témoigner à la fois des limites du dicible et des mécanismes de protection mobilisés dans l'écriture de soi.

À l'inverse, les récits centrés sur des souvenirs positifs, la sécurité affective ou les relations familiales valorisées se distinguent par une expression émotionnelle plus directe et un lexique davantage valorisant. Certaines formulations telles que « *mon père, c'est ma sécurité* » ou « *ma mère est une tranche de mon cœur* » illustrent cette dynamique discursive.

Dans plusieurs productions, les expériences difficiles ne sont toutefois jamais décrites de manière explicite ou détaillée ; elles apparaissent plutôt sous forme fragmentaire ou suggérée. Ces zones de non-dit constituent des éléments significatifs de l'analyse dans la mesure où elles montrent que l'écriture de soi implique également des opérations de sélection, de transformation et de reformulation du vécu.

Cette fonction de mise à distance rejoint certaines recherches contemporaines sur l'écriture expressive, notamment celles de James W. Pennebaker, qui soulignent que l'écriture portant sur des expériences émotionnelles peut favoriser une meilleure mise en sens de l'expérience personnelle lorsqu'elle s'accompagne d'un travail réflexif.

Dans le contexte du FLE, cette dynamique semble également renforcée par l'usage de la langue étrangère elle-même. Celle-ci peut introduire une forme de médiation supplémentaire permettant aux étudiants d'aborder certains éléments du vécu avec davantage de recul discursif.

4.4. Écriture et reconstruction du moi : vers une dynamique de résilience

Au-delà de l'expression émotionnelle, certains écrits laissent apparaître une évolution discursive marquée par une réflexion plus élaborée sur l'expérience vécue. Les étudiants ne se limitent plus à évoquer une difficulté ou un souvenir ; ils tentent également d'en proposer une interprétation rétrospective.

E13 : « Aujourd'hui, je comprends que cette épreuve m'a rendu plus fort, même si elle a laissé des traces. »

Ce type de formulation témoigne d'un mouvement réflexif dans lequel l'écriture contribue à reconfigurer progressivement le sens attribué à l'événement vécu.

Dans plusieurs productions, la récurrence du pronom personnel « je » apparaît également comme un marqueur important de l'implication énonciative. L'usage répété de cette forme pronominale peut être interprété comme une manière pour le sujet d'affirmer sa présence dans le discours et de construire une parole personnelle dans un cadre universitaire généralement dominé par les formes d'écriture académiques plus impersonnelles.

Cette observation peut être rapprochée des analyses de Donald Winnicott sur l'espace transitionnel, conçu comme un espace intermédiaire favorisant l'expression de soi et l'expérimentation symbolique. Dans cette perspective, l'écriture de soi peut constituer un espace de médiation entre expérience personnelle et mise en discours.

Ainsi, les productions analysées suggèrent que l'écriture de soi participe à un processus de subjectivation particulièrement important dans le parcours universitaire des étudiants de FLE, souvent confrontés à des enjeux à la fois linguistiques, identitaires et académiques.

Discussion

L'analyse des écrits d'étudiants met en évidence plusieurs convergences significatives. Tout d'abord, les résultats semblent confirmer la pertinence de la conception de l'identité narrative développée par Paul Ricœur : les étudiants construisent une représentation d'eux-mêmes à travers le récit qu'ils élaborent sur leur expérience personnelle. L'écriture ne restitue pas le vécu de manière immédiate ; elle le reconfigure à travers une organisation discursive donnant sens à l'expérience.

Par ailleurs, les stratégies de distanciation observées dans le corpus comme le recours à la métaphore, à l'ellipse ou à certaines formes impersonnelles, peuvent être rapprochées des analyses de l'autofiction proposées par Serge Doubrovsky. Dire de soi sans se dévoiler totalement apparaît ainsi comme une modalité d'expression permettant d'aborder des expériences sensibles tout en maintenant une certaine protection discursive.

Dans une perspective interprétative inspirée des approches psychanalytiques, les productions analysées montrent également que l'écriture favorise un travail de mise en mots et de symbolisation du vécu. L'acte d'écrire permet aux étudiants de transformer certaines expériences émotionnelles en objets discursifs partageables. Cette observation rejoint notamment les réflexions de Sigmund Freud sur la sublimation ainsi que les travaux de Jacques Lacan sur la place du langage dans la construction du sujet.

En contexte de FLE, ces résultats soulignent également l'intérêt didactique de l'écriture de soi. L'implication subjective semble favoriser non seulement l'engagement dans l'activité scripturale, mais aussi le développement d'un rapport plus personnel à la langue étrangère. Celle-ci devient alors un espace de médiation permettant aux étudiants d'articuler expérience vécue et expression linguistique.

Cette observation rejoint les travaux de Dominique Bucheton, pour qui l'écriture devient véritablement formatrice lorsqu'elle engage le sujet dans un rapport réflexif au langage. Dans cette

perspective, l'écriture de soi permet d'articuler développement des compétences scripturales et implication personnelle dans l'apprentissage.

Ainsi, l'écriture de soi en milieu universitaire peut être envisagée comme un espace de verbalisation, de réflexion et de reconfiguration symbolique du vécu. Sans relever d'une démarche thérapeutique au sens clinique du terme, elle semble néanmoins favoriser certaines formes de mise à distance émotionnelle et de construction identitaire dans le cadre de l'apprentissage du FLE.

Conclusion :

Cette recherche avait pour objectif d'examiner dans quelle mesure l'écriture de soi, en contexte universitaire de français langue étrangère, peut constituer un espace de médiation entre apprentissage linguistique et élaboration subjective. L'analyse qualitative des productions d'étudiants met en évidence que l'écriture de soi favorise une implication discursive significative, mobilisant des ressources linguistiques, stylistiques et symboliques au service de l'expression du vécu.

Les résultats montrent que l'écriture personnelle permet aux étudiants de s'approprier la langue étrangère comme un espace de subjectivation, tout en développant leurs compétences scripturales. Les procédés de mise à distance observés - métaphore, narration au passé, ellipses - témoignent d'un travail de symbolisation qui transforme l'expérience vécue en discours structuré. Cette transformation ne relève pas d'une visée thérapeutique clinique, mais d'une fonction symbolique régulatrice, favorisée par le cadre didactique.

Ainsi, l'écriture de soi peut être envisagée comme une échappatoire thérapeutique symbolique, au sens où elle offre aux étudiants un espace de mise en mots, de reconfiguration du vécu et de construction identitaire, sans se substituer à une démarche de soin. Elle constitue un dispositif pertinent pour penser autrement l'enseignement de l'écrit en FLE, en réconciliant exigences académiques et dimension humaine de l'apprentissage.

Toutefois, cette étude présente certaines limites. Le corpus restreint et le caractère qualitatif de l'analyse ne permettent pas de généraliser les résultats. Des recherches futures pourraient élargir l'échantillon, croiser les analyses discursives avec des données longitudinales ou comparer l'écriture de soi en langue étrangère et en langue maternelle. Il serait également pertinent d'explorer les conditions pédagogiques optimales permettant d'encadrer ce type d'écriture, afin d'en maximiser les bénéfices tout en préservant les étudiants.

En définitive, l'écriture de soi en contexte universitaire apparaît comme un lieu privilégié de rencontre entre langue, sujet et expérience, invitant à repenser les finalités de l'écriture académique au-delà de la seule maîtrise formelle, vers une formation plus réflexive, engagée et signifiante.

5. Liste Bibliographique:

- Barthes, R. (1979). Roland Barthes par Roland Barthes. Paris : Seuil.
- Bion, W. R. (1962). Learning from Experience. London : Heinemann.
- Bucheton, D. (2014). Refonder l'enseignement de l'écriture. Paris : Retz.
- Colonna, V. (1989). L'autofiction. Essai sur la fictionnalisation de soi (Thèse de doctorat dirigée par G. Genette, EHESS). Paris : EHESS.
- Colonna, V. (2004). L'autofiction : essai sur la fictionalisation de soi en littérature (Thèse de doctorat, EHESS). Paris : EHESS.
- Darrieussecq, M. (1996). L'autofiction, un genre pas sérieux. Poétique, 107, septembre 1996.
- De Certeau, M. (1980). L'invention du quotidien. Paris : Gallimard.
- Doubrovsky, S. (1980). Parcours critique. Paris : Galilée.
- Doubrovsky, S. (2002). Fils. Paris : Galilée.
- Foucault, M. (1975). Surveiller et punir : naissance de la prison. Paris : Gallimard.

- Freud, S. (1908). Le créateur littéraire et la fantaisie.
- Gasparini, P. (2004). Est-il je ? Paris : Seuil.
- Genette, G. (1991). Fiction et diction. Paris : Seuil.
- Goffman, E. (1973). La mise en scène de la vie quotidienne. Paris : Éditions de Minuit.
- Lecarme, J., & Lecarme-Tabone, E. (1997). L'autobiographie. Paris : Armand Colin.
- Lejeune, P. (1975). Le pacte autobiographique. Paris : Seuil.
- Pennebaker, J. W. (1997). Opening Up: The Healing Power of Expressing Emotions. New York : Guilford Press.
- Pennebaker, J. W., & Smyth, J. M. (2016). Opening Up by Writing It Down. New York : Guilford Press.
- Ricoeur, P. (1990). Soi-même comme un autre. Paris : Seuil.
- Same, E. (2013). Autofiction, père et fils. Dijon : Université de Dijon.
- Winnicott, D. W. (1971). Jeu et réalité. Paris : Gallimard.