

Enjeux de la mise en récit de soi à l'ère du numérique - le journal intime en ligne, les blogs, les journaux estimes : quelles nouvelles formes d'élaboration de la connaissance de soi ?

Issues of self-narrative in digital age: online diaries, blogs, and estimate journals: what New forms of self-knowledge elaboration?

Antar BENSAGESLI ^{1*}

¹Université Frères Mentouri Constantine 1, (Algérie), Laboratoire SLADD,
bensagesli.antar@umc.edu.dz

Date de réception: 05/09/2024

Date d'acceptation: 21/12/2025

Résumé

L'avènement du web participatif a engendré de nouvelles formes d'écriture intime en ligne, telles que les blogs personnels et les journaux estimes sur les réseaux sociaux. Cette recherche interdisciplinaire analyse ces écritures numériques de l'intime, leurs spécificités énonciatives, leurs enjeux identitaires et leur rôle dans la quête de connaissance de soi. L'étude révèle des traits distinctifs comme la pluralité énonciative, l'esthétisation multimodale et la fictionnalisation. Elle examine également les négociations entre sphères privée/publique et intime/extime, ainsi que l'impact des interactions en ligne.

Les résultats soulignent la complexité des rapports à l'intimité, oscillant entre désir d'exposition et pudeur. La visée introspective persiste mais se transforme face aux logiques de représentation idéalisée et aux contraintes des plateformes. Ces récits de soi, co-construits avec le public, redéfinissent les frontières traditionnelles du privé et du public à l'ère numérique.

Mots-clés: Ecritures numériques ; Intimité ; Blogs ; Réseaux sociaux ; Identité numérique.

Abstract

The rise of participatory web platforms has given birth to new forms of online intimate writing, such as personal blogs and estimate journals on social networks. This interdisciplinary research analyzes these digital intimate writings, their enunciative specificities, identity issues, and their role in the quest for self-knowledge.

The study reveals distinctive features like enunciative plurality, multimodal aestheticization, and fictionalization. It also examines the negotiations between private/public and intimate/extimate spheres, as well as the impact of online interactions.

The results highlight the complexity of relationships with intimacy, oscillating between desire for exposure and modesty. While the introspective aim persists, it transforms in the face of idealized self-representation logics and platform constraints. These self-narratives, co-constructed with the audience, redefine traditional boundaries of private and public in the digital age.

Keywords: Digital writings ; Intimacy ; Blogs ; Social networks ; Digital identity.

* Auteur correspondant.

Enjeux de la mise en récit de soi à l'ère du numérique - le journal intime en ligne, les blogs, les journaux extimes : quelles nouvelles formes d'élaboration de la connaissance de soi ?

Introduction

Depuis l'avènement du web 2.0 et l'essor des plateformes participatives, on assiste à une multiplication des formes d'écriture de soi et de mise en récit de l'intime sur internet. Blogs personnels, journaux extimes sur les réseaux sociaux, partages de fragments de vie en textes, images ou vidéos se développent, renouvelant de manière protéiforme la pratique séculaire du journal intime ou du journal de vie.

Ces écritures de l'intime à l'ère du numérique transforment en profondeur les procédés d'énonciation et de mise en scène de soi, faisant appel à des stratégies discursives multimédias alliant textes, photos, sons et vidéos. Elles négocient de nouveaux rapports à l'intimité, aux frontières mouvantes entre sphères privée et publique, entre expérience singulière et présence collective en ligne. Ces formes d'extimité interrogent ainsi les processus de construction identitaire engagés par ces écritures en partie publiques qui exposent la subjectivité de leurs auteurs.

Par ailleurs, la dimension interactive et collaborative de ces plateformes en ligne vient bousculer les rapports traditionnels entre œuvre et lectorat. Les commentaires, partages et interactions avec une communauté de suiveurs deviennent co-constructeurs de ces récits de soi au fil de négociations sur les degrés d'ouverture de son intimité.

Dans ce contexte protéiforme, quelle est la visée encore poursuivie par ces écritures de soi ? Dans quelle mesure une quête de connaissance de soi par l'introspection et l'exploration existentielle demeure-t-elle au cœur de ces mises en récit numériques de l'intime ? Ou bien cette intention se dissout-elle dans les logiques médiatiques, les urgences du présent et les injonctions de mise en scène d'une image de soi idéalisée ?

2. Méthode et outils

À travers une analyse pluridisciplinaire (des réseaux sociaux, blogs, vlogs) mobilisant les apports des études littéraires, de la sociologie des médias, et de l'analyse des discours numériques, cette recherche vise à :

- Identifier les spécificités énonciatives et sémiotiques à l'œuvre dans ces écritures numériques intimes (blogs, journaux en ligne, partages extimes sur réseaux sociaux, etc.)

- Examiner les enjeux identitaires, les rapports complexes entre sphères privée/publique, intime/extime qui s'y reconfigurent

- Interroger les impacts des dispositifs interactifs et communautaires sur la mise en récit de soi (co-construction, négociations)

- Analyser la part d'introspection, de quête existentielle et de connaissance de soi qui persiste dans ces formes numériques, au-delà des logiques de mise en scène calculée

- Comprendre comment ces écritures à la lisière du privé et du public participent à une redéfinition des territoires de l'intime à l'heure des sociabilités numériques.

3. Résultats

3.1 Le journal intime d'hier à aujourd'hui

Les prémices du journal intime remontent à l'Antiquité grecque et romaine. Les philosophes stoïciens pratiquaient déjà une forme d'introspection et d'examen de conscience à travers les *hupomnêmata*, sortes de carnets pour « se souvenir des choses ». Marc Aurèle (121-180) en est un illustre exemple avec ses célèbres « Pensées pour moi-même ». Au Moyen Âge, on retrouve des journaux personnels comme les *libri familiares*, témoignages du quotidien écrits par des clercs ou des nobles. Parmi les plus anciens, nous pouvons citer le *Liber de Introitu Monachorum* du moine anglais Jocelin de Brakelond (vers 1180-1200), relatant la vie de l'abbaye de Bury St Edmunds.

C'est véritablement à la Renaissance que le journal intime moderne émerge, d'abord sous forme de journaux de voyage et livres de raison. Les découvertes de nouveaux territoires suscitent de nombreux récits comme le Journal de bord de Christophe Colomb (1492-1493). Les livres de raison, eux, consignent la vie domestique, matérielle et morale d'une famille, à l'instar du *Libre de Memories* de la famille barcelonaise des Muñoz (1594-1668).

L'époque moderne marque un tournant décisif pour l'affirmation du journal intime en tant que genre littéraire à part entière. Dès la Renaissance, on assiste à une floraison de journaux de voyage et récits personnels, portés par l'essor des découvertes géographiques et l'appétit de connaissance des élites cultivées. Le Journal de Voyage de Michel de Montaigne (1580-1592) en est un témoin emblématique, mêlant observations du monde et méditations intimes.

Au 17^e siècle, le genre connaît un essor remarquable en Angleterre avec des figures tutélaires comme Samuel Pepys et son célèbre Journal *The Diary* (1660-1669). Véritable monument de plus d'un million de mots, ce témoignage offre un regard inédit sur la société de la Restauration anglaise. John Evelyn publie également son journal couvrant plus de soixante ans (1620-1706).

En France, les Mémoires et journaux connaissent un engouement certain, tant chez les écrivains que la noblesse de robe et d'épée. Madame de Sévigné (1642-1696) devient une référence incontournable du genre épistolaire avec sa fameuse *Correspondance* dévoilant son quotidien mondain et familial. Les Mémoires du Duc de Saint-Simon (1675-1723) proposent, eux, une fresque incomparable de la Cour de Louis XIV.

Au 18^e siècle, le journal intime s'affirme comme espace d'introspection et d'analyse morale pour l'individu moderne naissant. *Les Confessions* de Jean-Jacques Rousseau (1782-1789) posent les jalons de l'autobiographie

Enjeux de la mise en récit de soi à l'ère du numérique - le journal intime en ligne, les blogs, les journaux extimes : quelles nouvelles formes d'élaboration de la connaissance de soi ?

moderne. Le philosophe fait du récit de son moi une quête spirituelle et identitaire inédite. En Angleterre, James Boswell livre un témoignage d'une insigne franchise dans son *London Journal* (1762-1763).

Le 19^e siècle voit s'épanouir le journal intime comme jamais auparavant. L'esprit romantique exaltant l'individualité, les émotions et l'introspection offre un terreau fertile à ce genre d'écriture intime. De nombreux écrivains, philosophes et artistes se lancent alors dans une exploration de leur for intérieur via le journal. En Angleterre, les poètes romantiques comme William Wordsworth, Samuel Taylor Coleridge et Dorothy Wordsworth cultivent une forme de journal lyrique, mêlant observations de la nature et effusions personnelles. Le Journal de Dorothy (1798-1803) témoigne avec fraîcheur de sa vie aux côtés de son frère William.

En France, l'incontournable figure est celle de la peintre russe Marie Bashkirtseff dont le Journal (1873-1884) connaît un immense succès public. Véritable autoportrait passionné, il dévoile sans fard les tourments d'une jeune artiste avant-gardiste. Dès les premières pages, son écriture fougueuse et imagée dépeint ses aspirations démesurées. Le 30 octobre 1873, à 15 ans, elle s'exclame : « *Oh ! Quel bonheur de devenir célèbre ! [...] J'ai bien résolu de travailler pour devenir un génie ou un talent hors pair.* »

Cette soif de reconnaissance, cette ambition féroce tranchent avec les codes convenus de l'époque pour une jeune fille de bonne famille. Marie Bashkirtseff n'hésite pas à se mettre en scène de manière provocante, comme le 19 janvier 1884 : « *Je m'étale avec complaisance. Je prends des poses pour la postérité.* » Son journal devient le théâtre d'un moi exacerbé, brûlant de laisser une trace impérissable.

Mais cette mise en avant tapageuse de l'intime cache aussi de profondes fêlures. Le 11 octobre 1876, elle confie ses doutes lancinants : « *Il faut à tout prix que je devienne une femme célèbre... car sans cela, quelle existence misérable ! [...] Oh ! si je pouvais être seulement une femme de génie !* » Cette quête éperdue de sens et de reconnaissance fait écho aux interrogations identitaires exprimées aujourd'hui sur les réseaux sociaux.

Le Journal intime de Bashkirtseff est aussi un remarquable autoportrait de la condition féminine. Au fil des pages, on assiste à ses réflexions sur le mariage, l'indépendance, les inégalités. Le 4 avril 1884, dans une veine féministe avant l'heure : « *Il est grand temps que la femme se délivre et se régénère elle-même.* » Une parole libérée, inclassable pour l'époque.

Jusqu'au bout, son écriture restera d'une franchise brûlante, entre fulgurances créatrices et remises en question déchirantes. Un extrait testamentaire, le 19 octobre 1884 : « *Est-ce que je serai un génie après ma mort ?* » Le Journal intime de Bashkirtseff dévoile ainsi une âme en perpétuelle ébullition, précurseurs des expositions de soi contemporaines.

Les Journaux intimes de Benjamin Constant (1767-1830), écrits entre 1804 et 1816, offrent également un témoignage saisissant sur les tourments d'une âme moderne déchirée. Intellectuel et homme politique de premier plan, Constant y livre une exploration intime d'une profondeur et d'une sincérité rares pour l'époque.

Dès les premières pages, le lecteur est plongé dans un flot de doutes existentiels et de remises en question lancinantes. Le 8 octobre 1805, Constant écrit : « *Je vis dans un tourbillon continu qui m'étourdit quelquefois et qui me fait perdre le sentiment de la réalité.* » Cette errance intérieure, ce mal-être diffus tranchent avec la persona publique de l'auteur. Les contradictions sont une constante dans ces journaux. Le 16 octobre 1804, il note avec lucidité : « *Rien de suivi dans mes pensées ni dans ma conduite. Toujours divergent, toujours opposé avec moi-même.* » Cette exploration d'un moi plural, insaisissable, fait écho aux interrogations identitaires contemporaines.

L'intime se fait également chez Constant un espace d'exposition crue des failles et des fragilités. Le 15 septembre 1811, il confie : « *Je n'avance qu'en chancelant d'un projet à l'autre, d'un sentiment à un sentiment contraire.* » Cette remise en cause radicale du sujet est d'une modernité saisissante.

Mais les journaux sont aussi le lieu d'une réflexion sur la création littéraire. Le 12 septembre 1811, Constant s'interroge : « *N'est-ce pas une chose bien extraordinaire que d'écrire ainsi perpétuellement sa propre histoire ?* » Cette dimension méta-réflexive fait de son journal une œuvre d'avant-garde, précurseur des interrogations postmodernes. Dans leurs accents les plus vibrants, les Journaux intimes de Constant atteignent une forme d'introspection abyssale, dévoilant les contradictions de l'âme humaine dans ce qu'elles ont de plus nu et de plus universel. Une œuvre pionnière dans l'exposition de l'intime.

L'essor de la bourgeoisie favorise également les journaux intimes teintés de morale et de conformisme. Une œuvre majeure est Le Journal d'Edmond et Jules de Goncourt (1851-1896), implacable chronique du monde littéraire et artistique. Pour les femmes, le journal devient un espace d'expression comme chez Eugénie de Guérin (1805-1848). Cette période voit aussi naître les premières réflexions théoriques sur la pratique diariste avec les travaux de Maine de Biran, théoricien de « l'intimité intégrale ». Au tournant du 20^e siècle, le Journal des Goncourt annonce la remise en cause des codes du genre.

Le 20^e siècle marque une période charnière de remises en cause et de réinventions formelles du journal intime. Les avant-gardes littéraires et artistiques jouent un rôle clé dans ce mouvement de déconstruction.

Dès les années 1910, les journaux de jeunesse de Kafka (1910-1923) introduisent des innovations majeures. Le mélange des genres, l'autofiction, la fragmentation narrative deviennent ses marques de fabrique. Son Journal

Enjeux de la mise en récit de soi à l'ère du numérique - le journal intime en ligne, les blogs, les journaux extimes : quelles nouvelles formes d'élaboration de la connaissance de soi ?

témoigne d'une perpétuelle insatisfaction et d'un renouvellement constant de l'écriture.

Dans l'entre-deux-guerres, les journaux des écrivains de la mouvance surréaliste comme André Breton (*Cahiers* 1916-1942) ou Anaïs Nin (*Journaux* 1914-1977) poussent plus avant l'expérimentation. Ils mêlent le quotidien, le rêve, la fiction, dans une remise en cause des frontières traditionnelles. À la même époque, des figures tutélaires de l'existentialisme comme Jean-Paul Sartre (*Carnets de la drôle de guerre* 1939-1941) et Simone de Beauvoir (*Mémoires d'une jeune fille rangée* 1926-1930) revisitent le journal intime à l'aune de leurs philosophies. L'intime se fait phénoménologie du vécu et exploration de la condition humaine.

L'après Seconde Guerre mondiale voit une accélération de ces transgressions du genre. Le Nouveau Roman remet en cause les codes traditionnels de la narration. Des œuvres hybrides comme *L'Ère du soupçon* (1956) de Nathalie Sarraute ou *La Route des Flandres* (1960) de Claude Simon brouillent les pistes entre fiction et réalité.

Dans la seconde moitié du siècle, la littérature se fait plus radicale avec des auteurs comme Marguerite Duras, Ferdinand Céline ou encore Thomas Bernhard qui décloisonnent les genres. Le journal intime devient un espace de liberté totale, transgressant les dernières convenances.

3.2. Le passage du public au privé, l'intime mis à nu

Le phénomène des blogs personnels et des réseaux sociaux a profondément bouleversé les frontières traditionnelles entre sphères privée et publique. L'intime autrefois cantonné au for intérieur ou au cercle restreint s'expose désormais sur la place publique numérique.

Les raisons de ce dévoilement sont multiples. Pour certains, comme Durif-Varembont (2009), il s'agit d'une démarche cathartique pour « vider son sac ». Dans son article, il explique ainsi partager ses déboires amoureux pour « évacuer » ses souffrances. La mise à nu de l'intime devient une forme d'exutoire émotionnel. Il ajoute que : « *de la presse "people" aux émissions de télé-réalité ou de confidences publiques en passant par la rubrique des faits divers, les exemples ne manquent pas de cette captation de l'intime où chacun peut se reconnaître dans une sorte de fond commun de l'intimité, y compris dans ce qu'elle peut cacher de plus sordide et de monstrueux* » (P. 58)

Prenons à titre d'exemple la vidéo de la mannequin et actrice de télé-réalité « Marina », diffusée fin 2023 sur les réseaux sociaux (image 01) où elle affirme que toutes les confessions intimes faites dans l'émission étaient du « Fake », censées attirer un maximum de jeunes à travers ses répliques et sa tenue vestimentaire : « *Jennifer et moi, on passe crème, on passe crème, c'est bon !* ». Jugée comme une fille « légère, superficielle et narcissique » par son

public : « *Marina passe et tu t'écartes, Marina domine et tu t'inclines* », « *si on me voit pas, par qu'on est aveugle* », elle n'hésite pas à mettre en garde sa communauté de jeunes désireux de se lancer dans la télé-réalité : « *si j'ai un conseil à faire aux jeunes qui veulent faire de la télé, faites le uniquement si vous acceptez la critique et si vous avez pas beaucoup de second degré, sinon c'est pas la peine de faire de la télé, vous allez pas supporter et n'oubliez pas, les médias, les réseaux sociaux, la télé, c'est que du divertissement* ».

Mais cette extimité répond aussi à une quête profonde de reconnaissance et de visibilité. Sur Instagram, des influenceuses comme Caroline Chahinez ouvrent en grand les portes de leurs vies intimes (naissances, deuils, conflits familiaux) afin d'entretenir un lien personnel fort avec leur communauté de suiveurs.

3.3. Les procédés d'énonciation, de mise en scène de soi et les stratégies discursives à l'œuvre

L'écriture numérique de soi fait appel à des procédés d'énonciation renouvelés. Si l'usage de la première personne « je » reste central pour dire son vécu, son intimité, on constate une pluralité des instances énonciatrices. L'auteur peut en effet prendre plusieurs masques, avatars, pseudonymes selon les plateformes utilisées. Il jongle entre différentes représentations de soi plus ou moins fictionnalisées, créant un brouillage énonciatif caractéristique de ces écritures de l'intime à l'ère numérique.

Selon Develotte et Paveau (2017), un blogueur peut utiliser la première personne « je » pour exprimer son vécu et son intimité. Cette utilisation de la première personne peut aider à créer un sentiment de proximité et d'authenticité avec le lecteur. De plus, le blogueur peut jongler entre différentes représentations de soi, plus ou moins fictionnalisées, pour créer une certaine image de soi.

Un exemple concret de cela peut être trouvé dans les blogs de voyage. Dans une étude menée par Bosangit, McCabe et Hibbert (2016), ils ont utilisé l'analyse du discours pour examiner les blogs de voyage et ont démontré comment une attention portée sur le langage peut fournir des informations précieuses pour comprendre les expériences de consommation. Ils ont constaté que les discours de voyage qui ont émergé de l'analyse étaient présentés et que les implications théoriques et pratiques étaient décrites.

L'exemple de l'image 02 présente le blog « Raconte tes vacances » où les internautes prennent la parole sur ce blog de voyage et vacances. Il leur est permis de narrer leurs histoires avec détails, décrire leurs ressentis et émotions sans tabous.

Une autre étude a analysé la couverture médiatique du changement climatique pour examiner comment le langage était utilisé pour construire le problème. Le chercheur a constaté que la couverture médiatique avait tendance

Enjeux de la mise en récit de soi à l'ère du numérique - le journal intime en ligne, les blogs, les journaux extimes : quelles nouvelles formes d'élaboration de la connaissance de soi ?

à cadrer le changement climatique comme une question de débat scientifique (Muhammad, 2024).

Ces formes d'écriture de soi s'inscrivent dans une mise en scène de soi très élaborée à travers différentes stratégies multimodales. Le texte n'est qu'un élément parmi d'autres qui permettent la création d'une véritable mise en récit numérique de son intimité. Les images, les vidéos, les sons, les liens hypertextes participent d'une esthétisation de soi très travaillée. Les blogueurs/journalistes extimes déploient de véritables stratégies de valorisation et de représentation d'une image de soi soigneusement contrôlée.

Les stratégies discursives employées combinent différents registres, de l'intime au fictionnel en passant par le narratif ou le poétique. Une pluralité de tons se mêle au fil du journal, jouant sur les codes du romanesque, de l'épanchement lyrique ou de la chronique autobiographique. L'auteur fait aussi appel à divers procédés rhétoriques pour susciter l'adhésion de ses lecteurs : confidences, interpellations, références partagées créent une connivence et une complicité avec le public.

Enfin, le recours fréquent à des métadiscours évaluant, commentant la pratique même du journal numérique instaure une posture réflexive sur cet exercice d'exposition/exploration de soi. L'écriture numérique fait ainsi l'objet d'une mise en abyme, d'un retour critique permanent qui participe de la théâtralisation de cette mise en récit de l'intime.

3.4. Les enjeux identitaires et de construction de soi via ces plateformes publiques/privées

Les blogs intimes, journaux en ligne et autres formes d'écritures numériques de l'intime représentent des espaces de mise en récit de soi porteurs d'enjeux identitaires importants. En exposant des pans de leur vie privée sur ces plateformes plus ou moins publiques, les auteurs sont engagés dans un processus de construction identitaire complexe, à la frontière du privé et du public.

D'un côté, ces journaux en ligne apparaissent comme de nouveaux territoires d'exploration et d'affirmation de soi. Ils permettent une mise en mots, en images, en récits de ses expériences, de son parcours, dans une démarche réflexive sur soi. Sorte de miroir numérique, cette écriture intime offre aux auteurs un espace de (re) connaissance de leur identité plurielle et mouvante au fil du temps.

Mais dans le même temps, cette construction de soi passe nécessairement par le regard de l'autre, des lecteurs réels ou potentiels qui accèdent à ces écrits. Une certaine autodiscipline narrative est alors à l'œuvre pour contrôler cette représentation de soi publique. Le récit de soi fait l'objet d'une mise en scène plus ou moins élaborée, avec des stratégies de captation du lectorat.

Se dessine alors une identité narrative numérique complexe, à la fois singulière et plurielle. Ces plateformes confrontent les auteurs à une injonction d'authenticité et de transparence sur leur vie privée, tout en leur offrant des outils de fictionnalisation et de reconfiguration des frontières de l'intime et de l'extime. Leur identité s'y performe dans un entre-deux, entre quête d'ipséité et représentations de soi destinées à un public.

3.4.1. Construction de l'identité numérique

Dans la société numérique, il existe une distinction entre le soi numérique et le soi réel. Des concepts tels que le double de données, l'identité algorithmique et les ombres de données ont émergé. Par exemple, l'étude de Sør et Mai (2022) a soutenu une conception hybride de l'identité qui met l'accent sur les relations entre le « réel » et le « numérique », ce que les sociologues appellent « bulle performative ».

Les individus ont souvent peu de contrôle sur leurs données personnelles sur ces plateformes, ce qui peut avoir des implications pour leur identité numérique. La Commission européenne a proposé la création d'une « identité électronique européenne sécurisée » qui donnerait aux citoyens le contrôle de leurs données.

La quête incessante de validation sous forme de likes, de commentaires et de partages peut involontairement conduire à des problèmes d'identité de soi. Ainsi, la quête d'approbation sociale peut favoriser un cycle de comparaison, de doute de soi et d'anxiété (Victoria, 2023).

Ainsi, les plateformes de médias sociaux ont transformé la façon dont nous interagissons et nous connectons les uns avec les autres. Cependant, ce paysage social virtuel peut également conduire à des interactions superficielles, avec la quantité de connexions qui éclipse souvent la qualité des relations.

3.4.2. Enjeux éthiques et sociaux de l'extimité numérique

Ces nouveaux phénomènes d'extimité numérique soulèvent d'importantes interrogations d'ordre éthique et social qu'il est essentiel d'examiner.

La question de la vie privée est centrale. Que reste-t-il de l'intime quand les moindres détails de sa vie sont étalés sur la place publique ? La polémique en 2021 autour de la blogueuse d'origine algérienne, instagrammeuse et youtubeuse Diva Rebecca illustre ce débat. Ses publications et vidéos crues, qualifiées par certains comme « audacieuse et vulgaire » en abordant tous les thèmes qualifiés de tabous au Maghreb, tout en se moquant des traditions avec beaucoup d'humour et en dénonçant les préjugés de tout genre.

L'authenticité de ces expositions de soi est également remise en cause. Derrière les confessions brutes se cachent parfois des stratégies marketing bien huilées. L'influenceuse Amira Riaa a ainsi été démasquée pour la mise en

Enjeux de la mise en récit de soi à l'ère du numérique - le journal intime en ligne, les blogs, les journaux extimes : quelles nouvelles formes d'élaboration de la connaissance de soi ?

scène très calculée de sa « vie de rêve » à Dubaï, dans un but purement mercantile.

Au-delà, c'est la construction même des identités numériques qui interroge. Dans une vidéo virale postée en 2022 (avec plus de 1,3 million de vues), le YouTubeur Anes Tina dénonçait ce qu'il appelait la « fausse vulnérabilité », où les créateurs se livrent de façon superficielle pour capter l'empathie de leur audience.

Les dérives sont également observées sur les subReddits (ou sous-reddit, des sous parties du site « Reddit » consacrées à des thématiques dédiées au « roastage » comme r/RoastMe). L'humiliation et le harcèlement en meute sont monnaie courante. Tout est bon pour attirer les vues, au mépris de la dignité humaine (image 03).

Pour la génération Z (née entre 1996 et 2010), ces injonctions à l'extimité peuvent avoir un impact dévastateur. En prenant à titre d'exemple, l'application de réseau social « BeReal » (image 04) qui exige la publication d'une photo à n'importe quel moment de la journée, quels que soient la situation ou le lieu dans lesquels ces adolescents se trouvent. Cette extimité apparaît alors comme une mise à nu de soi, pas forcément idéale, mais « authentiques » selon les concepteurs de ces applications. Face à ces dérives, de plus en plus de voix s'élèvent pour réclamer une régulation renforcée, voire une remise en cause radicale de ces pratiques d'exposition de soi débridée. Une réflexion de fond s'impose sur les risques psychologiques, sociaux et démocratiques en jeu.

3.5. La dimension collaborative/interactive avec les lecteurs/communautés en ligne

Une des spécificités majeures des journaux intimes et blogs personnels en ligne réside dans leur dimension interactive et collaborative avec un lectorat. Contrairement aux journaux intimes papier, ces écritures de l'intime numérique s'inscrivent dans un espace ouvert aux commentaires, aux échanges, aux réactions d'un public plus ou moins large selon les paramètres de confidentialité choisis.

Cette interaction prend diverses formes : possibilité de commenter directement les billets publiés, d'entrer en dialogues avec l'auteur, de liker ou partager les contenus, d'établir des liens hypertextes vers d'autres sites, etc. L'auteur tisse ainsi des liens avec une véritable communauté de lecteurs qui ne se contentent plus d'un rôle passif, mais deviennent co-constructeurs du récit de soi en ligne.

S'instaure alors une relation de proximité renouvelée entre l'auteur et ses lecteurs, créant une forme d'« intimité à distance ». Le ton de la confiance, des apartés adressés directement aux suiveurs, nourrit ce sentiment de

connivence avec un public qui suit au fil des billets le cheminement intime de l'auteur. Une véritable complicité narrative se tisse.

Cette interaction permanente impacte nécessairement l'écriture même du journal en ligne, qui intègre en amont les réactions potentielles des lecteurs. L'auteur peut être amené à négocier les contours de son récit de vie, les zones d'ombre ou de lumière, en fonction des retours et des appartenances à différentes communautés de suiveurs.

3.5.1. Interactions auteur-lecteur

Les auteurs peuvent recevoir des commentaires, des critiques et des suggestions de la part de leurs lecteurs, ce qui peut influencer leur écriture future. Par exemple, un blogueur peut modifier son style d'écriture ou choisir de traiter certains sujets en fonction des commentaires et des réactions de ses lecteurs.

3.5.2. Interactions entre lecteurs

Les lecteurs peuvent également interagir entre eux, en discutant du contenu, en partageant leurs propres expériences ou en débattant de certaines idées. Ces interactions peuvent enrichir l'expérience de lecture et créer un sentiment de communauté.

3.5.3. Création de communautés

Les plateformes en ligne permettent la création de véritables communautés autour de l'écriture. Ces communautés peuvent prendre différentes formes, allant des forums de discussion aux groupes de médias sociaux. Les membres de ces communautés peuvent s'entraider, partager des ressources et des idées, et se soutenir mutuellement.

L'exemple de l'image 05 illustre parfaitement le principe collaboratif, d'entraide et de partage d'idées autour du post initial de « Nutella93 ». Les échanges ont eu lieu en mode asynchrone (entre avril 2013 et décembre 2013) avec des retours d'expériences et des réactions de membres communautaires « Profil supprimé », « missgalina » et des précisions apportées par « Nutella93 » quant à son traumatisme survenu lors de décès de sa grand-mère.

3.5.4. Collaboration et co-création

Dans certains cas, les lecteurs peuvent même participer à la création du contenu. Par exemple, un auteur peut inviter ses lecteurs à contribuer à une histoire, à proposer des idées pour un prochain article de blog, ou à participer à un projet collaboratif (Debbah et al., 2020)

Un exemple concret de cette dimension collaborative et interactive peut être trouvé dans les communautés de fans de certaines séries télévisées ou de certains livres. Ces communautés peuvent discuter des derniers épisodes ou chapitres, partager des théories et des interprétations, et même créer leur propre contenu lié à la série ou au livre.

Enjeux de la mise en récit de soi à l'ère du numérique - le journal intime en ligne, les blogs, les journaux extimes : quelles nouvelles formes d'élaboration de la connaissance de soi ?

En termes de recherche, une étude menée par Yaniv Dover et Guy Kelman (2018) a examiné l'émergence des communautés en ligne et a identifié plusieurs facteurs clés qui influencent leur dynamique.

Une autre étude publiée cette fois-ci dans le *Journal of Computer-Mediated Communication* et menée par Pearce et Maloney-Krich (2005) a examiné divers aspects de la conception, de la théorie et de la pratique des communautés en ligne. Cette recherche a fourni des informations précieuses pour comprendre la dimension collaborative et interactive avec les lecteurs et les communautés en ligne.

La dimension collaborative de ces plateformes ouvre ainsi la voie à des formes d'écritures relationnelles, co-construites avec les lecteurs, brouillant les frontières traditionnelles entre œuvre et public, récit intime et interaction sociale. L'acte d'écrire son journal s'en trouve profondément renouvelé.

3.6. Les rapports à l'intime et à l'extimité qui se (re) définissent

La lecture d'un journal intime place d'emblée le lecteur dans une position de voyeur consentant. En accédant à l'intimité la plus crue d'un auteur, il franchit une limite éthique et s'installe dans une relation de proximité/distance complexe. C'est ce que souligne l'écrivaine et critique littéraire Béatrice Didier dans *Le journal intime* (2002) : « *Le lecteur devient un tiers indiscret, mais nécessaire, qui assiste à un monologue privé.* »

Prenons l'exemple du *Journal d'Anne Frank* (1947). En lisant les confessions brûlantes de cette jeune fille persécutée, le lecteur a l'impression d'une connaissance totale, presque charnelle de son vécu. Pourtant, une part d'opacité demeure, liée aux projections et interprétations de chacun sur ces mots nus. Ce décalage entre effusion de l'intime et éloignement inhérent crée un espace d'intersubjectivité fécond, mais troublant. Le chercheur Philippe Lejeune l'illustre avec ses travaux dans *Le moi des demoiselles : enquête sur le journal de jeune fille* (1993) où : « *Le lecteur se reconstitue un portrait de l'autrice, imaginant sa vie, se projetant dans son quotidien, mais avec le sentiment d'une part d'ombre préservée.* » La tentation du voyeurisme est alors grande, ce plaisir coupable de découvrir l'envers du décor. Nombreux sont les lecteurs à dévorer les écrits intimes de figures publiques, comme les Journaux de Gide ou la Correspondance de Madame de Sévigné, dans une quête de vérité brute sur ces personnes d'exception.

Mais cette extimité livrée peut aussi susciter un mouvement de recul pudique. Ainsi, à la sortie du *Journal d'Hélène Berr* en 2008, de nombreuses voix dénoncèrent une forme de « *pornographie de l'intime* », jugeant déplacé d'exposer aussi crûment les affres de cette victime de la Shoah.

Avec l'essor des blogs, journaux en ligne et autres plateformes d'écriture de soi interroge profondément les frontières traditionnelles entre

sphères intime et publique. Ce qui relevait autrefois du fort privé, du secret, se retrouve désormais exposé, partagé, commenté sur la place numérique.

On assiste à une mise en visibilité de l'intimité, voire une mise en scène réfléchie de celle-ci à travers ces récits personnels en ligne. Le paradoxe réside dans cette volonté d'épanchement, de confiance d'aspects de sa vie privée tout en les exposant à un lectorat parfois très large et diffus. L'intime devient en quelque sorte « extime », négociant une extériorisation contrôlée.

Cette extime se manifeste par exemple dans les partages de journaux photo ou vidéo, dans les révélations sur sa vie amoureuse, familiale ou ses états d'âme du moment. Mais les auteurs jouent aussi avec ces frontières poreuses, en dosant les zones d'ombre, en fictionnalisant certains pans, en alternant registres intimes et pudiques.

3.6.1. L'intimité dans les relations amoureuses

Dans les relations amoureuses, l'intimité peut être physique, intellectuelle, émotionnelle, ou même spirituelle. Par exemple, l'intimité émotionnelle peut se manifester par le soutien émotionnel, l'encouragement, et un espace pour se confier pendant une période de stress ou de deuil. L'intimité intellectuelle, quant à elle, peut se manifester par le partage libre de nouvelles idées sans crainte d'être jugé (Brito, 2016).

3.6.2. L'extimité dans les médias sociaux

Avec l'avènement des médias sociaux, l'extimité est devenue une pratique courante. Les individus partagent des aspects de leur vie privée sur des plateformes publiques, créant ainsi une forme d'intimité publique. Par exemple, sur Instagram, les utilisateurs partagent des photos et des histoires de leur vie quotidienne, permettant à d'autres de jeter un coup d'œil sur leur intimité.

La jeune milliardaire et star de télé-réalité Kylie Jenner utilise abondamment le format des stories éphémères pour partager des instantanés très privés : disputes avec son compagnon, pleurs, séquences dénudées, etc. Elle compte plus de 399 millions d'abonnés (image 06).

3.6.3. L'évolution de l'intimité et de l'extimité

Avec l'évolution de la technologie et des médias sociaux, les rapports à l'intime et à l'extimité se redéfinissent constamment. Par exemple, l'étude réalisée par Kaplan (2023) a révélé que les jeunes adultes dans des relations de faible qualité rapportent significativement plus de symptômes dépressifs et une pire santé physique. La même étude a trouvé que des niveaux plus élevés d'intimité émotionnelle entre les partenaires augmentaient leurs chances d'avoir une intimité sexuelle saine.

3.6.4. Les enjeux de l'intime et de l'extimité

Alors que l'intimité s'étale partout au grand jour dans un mouvement irrépressible, il y a des enjeux importants à considérer. Par exemple, le dévoilement continu de l'intime peut conduire à des problèmes tels que la

Enjeux de la mise en récit de soi à l'ère du numérique - le journal intime en ligne, les blogs, les journaux extimes : quelles nouvelles formes d'élaboration de la connaissance de soi ?

violation de la vie privée, le harcèlement en ligne, et l'exploitation des données personnelles.

Le numérique déploie ainsi un nouvel espace transitionnel pour explorer les degrés d'exposition de son intimité. Les stratégies discursives mêlent aveux, demi-aveux et mise à distance réflexive sur cette part de soi exposée en ligne. L'intime se performe dans cette tension permanente entre démesure d'un dévoilement de soi et repli pudique.

Ainsi, ces écritures de soi bouleversent nos rapports traditionnels au privé et au public en ouvrant la voie à des zones grises, des territoires mouvants de l'intime exposé. Elles dessinent les contours d'un nouvel espace de mise en récit de son intimité aux frontières sans cesse renégociées avec le lectorat en ligne.

3.7. La visée de connaissance de soi : quelle part d'introspection, de quête existentielle subsiste ?

Bien que prenant des formes renouvelées à l'ère du numérique, une des fonctions premières du journal intime - qu'il soit manuscrit ou en ligne - demeure la quête de connaissance de soi par l'introspection et le retour réflexif sur son vécu. Mais quelle place occupe encore cette dimension dans les blogs et journaux extimes contemporains ?

La visée de connaissance de soi est une quête introspective qui implique une exploration profonde de nos pensées, sentiments et motivations internes. C'est un processus qui nous permet de mieux comprendre qui nous sommes en tant qu'individus. Cette introspection peut être vue comme une quête existentielle, où nous cherchons à comprendre notre place dans le monde et le sens de notre existence.

D'un côté, on ne peut nier que ces plateformes deviennent parfois de simples espaces de narration de son quotidien, de partage d'anecdotes ou d'expositions calculées de son image publique. La spontanéité du déversement intime cède alors la place à une mise en scène très travaillée de sa vie privée.

Cependant, chez de nombreux blogueurs, journalistes ou diaristes en ligne, persiste une réelle volonté de se raconter, de se dévoiler, de se découvrir par l'écrit. Les billets les plus introspectifs font la part belle aux confessions, aux questionnements existentiels, aux remises en cause sur son parcours ou ses choix de vie.

3.7.1. Introspection et connaissance de soi

Le processus d'introspection permet d'explorer son univers intérieur, d'analyser ses vécus et émotions pour mieux se connaître. En réfléchissant sur ses expériences passées, réactions affectives, pensées et croyances, on développe une meilleure compréhension de soi. Cette démarche introspective favorise alors des prises de décision plus en phase avec ses aspirations profondes. Par exemple, nous pouvons réfléchir sur nos expériences passées,

examiner nos réactions émotionnelles, et analyser nos pensées et nos croyances.

3.7.2. Quête existentielle

La quête existentielle est une recherche de sens et de but dans la vie. Elle implique une exploration de questions profondes sur l'existence, comme « Pourquoi suis-je ici ? » ou « Quel est le but de ma vie ? ». Cette quête peut nous amener à remettre en question nos croyances et nos valeurs, et à chercher de nouvelles façons de comprendre le monde.

3.7.3. Recherche sur l'introspection et la quête existentielle

Plusieurs recherches ont été menées sur l'introspection et la quête existentielle. Par exemple, l'étude menée par Arrowood et al. (2021) a exploré l'intersection entre l'inquiétude existentielle et la quête religieuse.

Les individus en quête éprouvent des doutes, ce qui se traduit par une plus grande anxiété liée à la mort. Binder (2022), quant à lui, a examiné la psychologie de la culpabilité existentielle, suggérant que la culpabilité existentielle peut susciter du chagrin et des regrets pour les opportunités manquées et perdues.

Prenons l'exemple de la célèbre youtubeuse et vlogueuse américaine de 21 ans Emma Chamberlain qui partage au quotidien les moindres détails de sa vie personnelle, de ses émotions à ses problèmes relationnels, dans des vlogs d'une grande spontanéité. Son épisode « Existential crisis » où elle évoque ses angoisses existentielles a été vu plus de 4 millions de fois sur toutes les plateformes (Image 07).

Ainsi, l'écriture intime numérique devient alors un espace d'exploration de ses contradictions, de ses tourments, mais aussi de ses rêves et aspirations les plus profondes. Le « je » à la fois singulier et pluriel se cherche, se raconte, se met en mots et en image avec une volonté de lucidité sur soi-même.

Chez certains auteurs, cette introspection nourrit même une véritable démarche de connaissance de soi à visée existentielle ou spirituelle. Les journaux en ligne deviennent des laboratoires de remise en cause, d'expérimentations de nouvelles manières d'être et de penser son rapport au monde.

Si la forme a évolué, intégrant les codes des médias sociaux, offrant une pluralité de mises en récit, une part importante de ces écritures numériques de l'intime poursuit donc cette quête initiatique, intimiste et réflexive à la racine de la pratique diariste.

Conclusion

Cette recherche avait pour ambition d'explorer les mutations et reconfigurations de l'écriture intime à l'ère du numérique, à travers l'analyse

Enjeux de la mise en récit de soi à l'ère du numérique - le journal intime en ligne, les blogs, les journaux extimes : quelles nouvelles formes d'élaboration de la connaissance de soi ?

de pratiques telles que les blogs personnels, les journaux extimes sur les réseaux sociaux ou les partages de fragments de vie en ligne. En croisant les apports des études littéraires, de la sociologie des médias et de l'analyse des discours numériques, il s'agissait d'identifier les spécificités de ces mises en récit de l'intime sur internet, mais aussi d'interroger leurs enjeux identitaires, énonciatifs et existentiels.

L'analyse menée a permis de dégager les traits distinctifs de ces écritures intimes numériques : pluralité des instances d'énonciation, esthétisation par les ressources multimédias, fictionnalisation contrôlée, procédés rhétoriques de captation du lectorat. L'étude de cas sur les journaux extimes des réseaux sociaux a également mis en lumière les stratégies très élaborées de mise en scène fragmentée de l'intime, jouant sur les degrés d'exposition au regard des suiveurs.

Au-delà des formes, ce sont les enjeux identitaires et les rapports complexes à l'intimité négociés par ces écritures qui ont été explorés. La frontière entre sphères privée et publique, entre intime et extime, apparaît ainsi extraordinairement poreuse et mouvante.

La recherche a également montré que si la dimension introspective n'a pas disparu, elle tend à se recomposer, voire à se dissoudre parfois, face aux injonctions de mise en scène de soi et aux logiques médiatiques à l'œuvre. La quête de connaissance personnelle initialement poursuivie par les journaux intimes se voit en partie reconfigurée par les dispositifs interactifs et communautaires du web 2.0 co-construisant ces récits de soi en négociation avec les publics de suiveurs.

Au final, en donnant à voir la pluralité des formes et des enjeux des écritures numériques de l'intime, ce travail a tenté d'apporter un nouvel éclairage sur les bouleversements des rapports au privé/public et aux territoires mouvants de l'intimité à l'heure des sociabilités en ligne. D'autres voies à de futures recherches pourraient par exemple approfondir les impacts psychologiques et sociaux de cette extériorisation de l'intime, ou bien étudier les formes amateurs d'écritures de soi en ligne en les distinguant des productions plus professionnelles et médiatisées.

Annexes

Image 01 : confession de l'actrice Marina sur YouTube



Image 02 : blog « raconte ton voyage »



Enjeux de la mise en récit de soi à l'ère du numérique - le journal intime en ligne, les blogs, les journaux extimes : quelles nouvelles formes d'élaboration de la connaissance de soi ?

Image 03 : exemple de *Roastage* (traduction : je n'ai pas 40 de virginité, mais aujourd'hui est mon 40^e anniversaire)

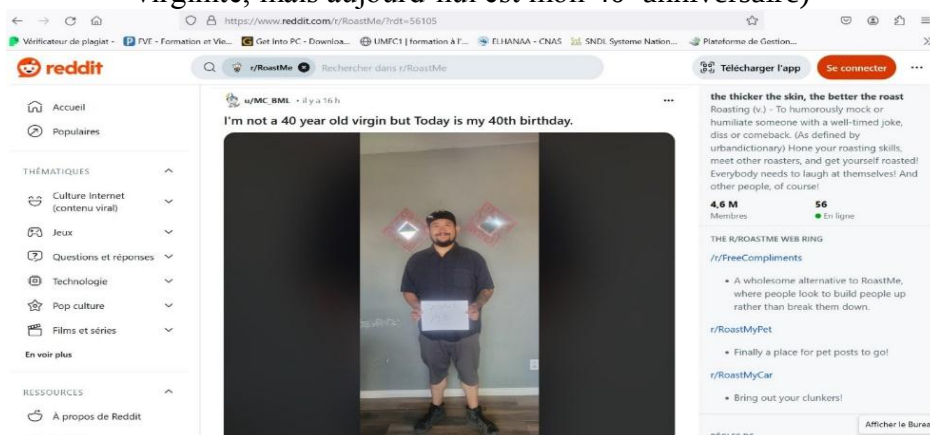


Image 04 : exemple de photos prises par l'application *BeReal*

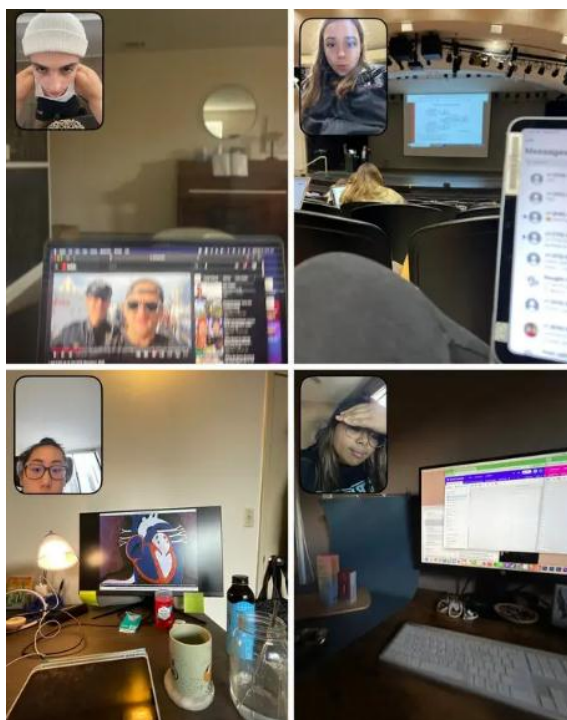


Image 05 : échanges collaboratifs dans un forum de discussion

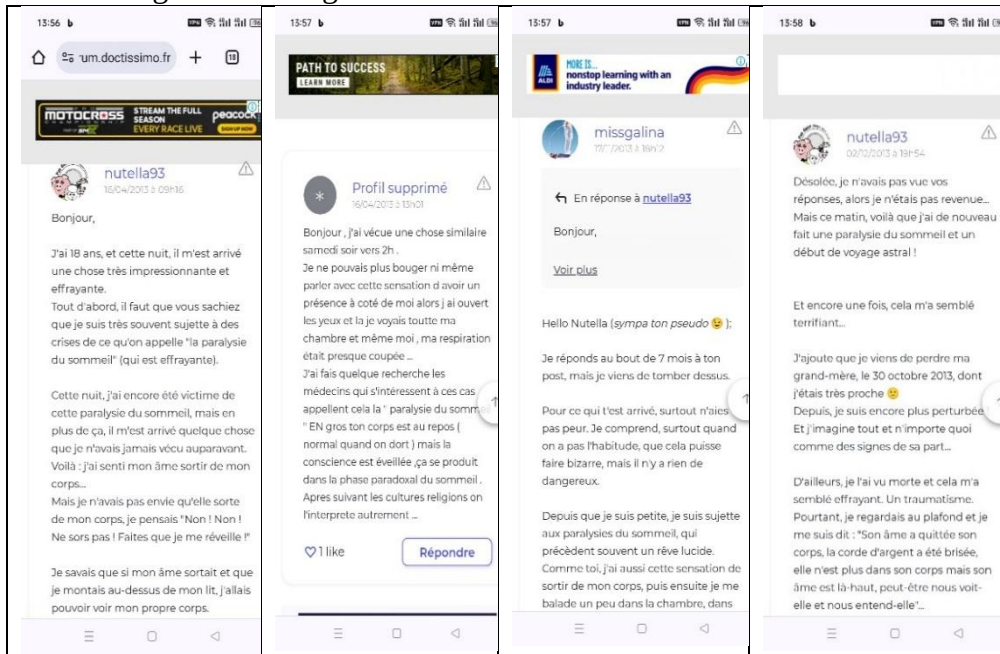
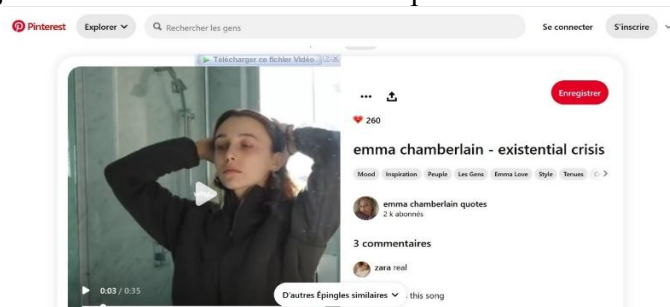


Image 06 : publication de Kylie Jenner



Image 07 : Emma Chamberlain et l'épisode « existential crisis »



Références

1. Arrowood, R. B., Vail, K. E., & Cox, C. R. (2021). The existential quest : Doubt, openness, and the exploration of religious uncertainty. *International Journal for the Psychology of Religion*, No Pagination Specified-No Pagination Specified. <https://doi.org/10.1080/10508619.2021.1902647>
2. Binder, P.-E. (2022). The call of the un-lived life : On the psychology of existential guilt. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.991325>
3. Bosangit, C., McCabe, S., & Hibbert, S. (2016). Discourse Analysis of Blogs : Analyzing Language to Maximize the Value of Consumption-Oriented Blogs as Data Source. In Y. K. Dwivedi, M. Mäntymäki, M. N. Ravishankar, M. Janssen, M. Clement, E. L. Slade, N. P. Rana, S. Al-Sharhan, & A. C. Simintiras (Éds.), *Social Media : The Good, the Bad, and the Ugly* (p. 522- 532). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-319-45234-0_46
4. Brito, J. (2016, mai 17). *What Does It Mean to Have an Intimate Relationship?* Psych Central. <https://psychcentral.com/relationships/intimate-relationship-tips>
5. Debbah, S., Piré-Lechalard, P., & van Hoorebeke, D. (2020). L'intelligence collective en situation de travail collaboratif. Le cas d'une plateforme virtuelle. *Management & Sciences Sociales*, 28(1), 4- 20. <https://doi.org/10.3917/mss.028.0004>
6. Develotte, C., & Paveau, M.-A. (2017). Pratiques discursives et interactionnelles en contexte numérique. Questionnements linguistiques. *Langage et société*, 160 - 161(2- 3), 199- 215. <https://doi.org/10.3917/ls.160.0199>
7. Dover, Y., & Kelman, G. (2018). Emergence of online communities : Empirical evidence and theory. *PLOS ONE*, 13(11), e0205167. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0205167>
8. Kaplan, D. (2023). *Rapports intimes et personnes âgées—La santé des personnes âgées*. Manuels MSD pour le grand public. <https://www.msmanuals.com/fr/accueil/la-santé-des-personnes-âgées/problèmes-sociaux-touchant-les-personnes-âgées/rapports-intimes-et-personnes-âgées>
9. Muhammad, H. (2024). *Discourse Analysis—Methods, Types and Examples—Research Method*. <https://researchmethod.net/discourse-analysis/>
10. Preece, J., & Maloney-Krichmar, D. (2005). Online Communities : Design, Theory, and Practice. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 10(4), JCMC10410. <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2005.tb00264.x>
11. Søre, S. O., & Mai, J.-E. (2022). Data identity : Privacy and the construction of self. *Synthese*, 200(6), 492. <https://doi.org/10.1007/s11229-022-03968-5>
12. Victoria, B. (2023, août 15). Navigating the Digital Identity Landscape : Unraveling the Psychological and Sociological Impact of Social Media. *StassOn*. <https://www.stasson.org/the-impact-of-social-media-on-self-identity-formation-a-psychological-and-sociological-perspective/>