

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL

LA RECONSTRUCTION DE L'INTIME : MILITANTISME FÉMINISTE EN LIGNE

MÉMOIRE

PRÉSENTÉ

COMME EXIGENCE PARTIELLE

DE LA MAÎTRISE EN SCIENCE POLITIQUE, CONCENTRATION ÉTUDES FÉMINISTES

PAR

AUDREY PEPIN

DÉCEMBRE 2025

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL
Faculté de science politique et de droit
Département de science politique

Le présent mémoire intitulé
La reconstruction de l'intime : militantisme féministe en ligne

Présenté par
Audrey Pepin

A été évalué par le jury composé de

Geneviève Pagé
Direction de recherche

Mélanie Millette
Codirection de recherche

Allison Harell
Évaluatrice

Sabrina Moro
Évaluatrice

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL
Service des bibliothèques

Avertissement

La diffusion de ce mémoire se fait dans le respect des droits de son auteur, qui a signé le formulaire *Autorisation de reproduire et de diffuser un travail de recherche de cycles supérieurs* (SDU-522 – Rév.12-2023). Cette autorisation stipule que «conformément à l'article 11 du Règlement no 8 des études de cycles supérieurs, [l'auteur] concède à l'Université du Québec à Montréal une licence non exclusive d'utilisation et de publication de la totalité ou d'une partie importante de [son] travail de recherche pour des fins pédagogiques et non commerciales. Plus précisément, [l'auteur] autorise l'Université du Québec à Montréal à reproduire, diffuser, prêter, distribuer ou vendre des copies de [son] travail de recherche à des fins non commerciales sur quelque support que ce soit, y compris l'Internet. Cette licence et cette autorisation n'entraînent pas une renonciation de [la] part [de l'auteur] à [ses] droits moraux ni à [ses] droits de propriété intellectuelle. Sauf entente contraire, [l'auteur] conserve la liberté de diffuser et de commercialiser ou non ce travail dont [il] possède un exemplaire.»

REMERCIEMENTS

Je tiens d’abord à remercier les communautés académiques et féministes qui m’ont entourée. Je ne peux insister assez sur l’importance de l’entraide et de la solidarité qui se crée dans ces espaces dans un parcours aux cycles supérieurs. Merci à Thésèz-Vous, qui m’a aidée à rester disciplinée. Merci à la Station de Biologie des Laurentides, où j’ai trouvé un cadre ressourçant au fil de plusieurs retraites de rédaction. Merci au Groupe de Recherche en Études Féministes et approches Intersectionnelles (communément appelé le GREFI) de la Faculté de science politique et de droit, qui a été essentiel pour briser l’isolement des cycles supérieurs et nourrir mes réflexions sur le contexte universitaire dans lequel nous travaillons. Merci en particulier à mes partenaires de retraites, de séances de rédaction et de colloques : Sophie-Anne, Marina, les Geneviève, Clara, Emma, Mireille et Sophie.

Merci à mes deux directrices, Mélanie Millette et Geneviève Pagé. J’ai beaucoup appris de vous et de vos expertises. Surtout, votre écoute et votre bienveillance ont adouci les épreuves qui accompagnent inévitablement un parcours aux cycles supérieurs.

Merci à toutes les créateurices de contenu dont le travail informe et inspire mon militantisme et son incarnation dans mon quotidien. C’est d’abord grâce à vous que j’ai eu envie de me lancer dans cette recherche. Un merci particulier aux personnes qui ont accepté de me parler de leurs pratiques sur Instagram en entretien : mon mémoire n’existerait pas sans vos généreux partages.

Merci à mes grands-parents maternels, Jean-Pierre et Micheline et à ma mère, Valéry, qui ont toujours encouragé ma curiosité, mon envie d’apprendre et de réfléchir depuis que je suis toute jeune — comme quoi le goût de la recherche se forme parfois très tôt !

Merci à mes ami·e·s Geneviève A-B et Jean-Patrick, avec qui, en pleine pandémie, j’ai réfléchi à mon entrée à la maîtrise et au genre de recherche que je souhaitais mener. Vous avez été d’une aide essentielle pour que je démêle mes premiers questionnements et mes premières intuitions.

Merci à mon amoureux, Alexandre. Tu as été un partenaire extraordinaire à travers cette aventure. Je ne m'en serais pas sortie sans tes mots encourageants et les innombrables repas que tu m'as préparés tout au long de mon parcours, parfois à des heures particulièrement tardives.

Enfin, merci à mon cercle d'amis, en particulier Daphnée, Karine, Ariane, Geneviève B (Gwen) et Made. Votre présence dans ma vie la rend plus douce et m'a permis maintes fois de m'énergiser avant de retourner à ma recherche.

DÉDICACE

À ceux qui *scrollent* et qui résistent

TABLE DES MATIÈRES

| | |
|--|-----|
| REMERCIEMENTS | iii |
| DÉDICACE..... | v |
| LISTE DES FIGURES..... | ix |
| RÉSUMÉ..... | x |
| ABSTRACT | xi |
| INTRODUCTION..... | 1 |
| CHAPITRE 1 LA RECONSTRUCTION DE L'INTIME : MISE EN CONTEXTE, REVUE DE LA LITTÉRATURE ET PROBLÉMATIQUE..... | 6 |
| 1.1 Mise en contexte : définir la reconstruction de l'intime..... | 6 |
| 1.2 Revue de la littérature | 7 |
| 1.2.1 Les particularités d'Internet et des médias sociaux | 7 |
| 1.2.2 Les féminismes en ligne..... | 14 |
| 1.2.3 L'action politique informelle | 24 |
| 1.3 Problématique | 28 |
| CHAPITRE 2 CADRE CONCEPTUEL..... | 30 |
| 2.1 Le potentiel émancipateur de la reconstruction de l'intime : l'apport des théories féministes | 30 |
| 2.1.1 La fonction politique de la reconstruction de l'intime : discours contre-normatifs et <i>empowerment</i> | 30 |
| 2.1.2 L'ancrage de la reconstruction de l'intime dans les traditions féministes : politisation du privé, féminisme du quotidien et prise de conscience | 32 |
| 2.2 Le potentiel émancipateur de la reconstruction de l'intime : l'apport des théories de l'action politique informelle | 34 |
| 2.3 Le potentiel dépolitisant de la reconstruction de l'intime : la néolibéralisation du féminisme..... | 35 |
| 2.3.1 Le néolibéralisme : définition | 35 |
| 2.3.2 L'intégration des valeurs néolibérales au féminisme..... | 37 |
| 2.3.3 Néolibéralisme et reconstruction de l'intime : entreprenariat de soi, individualisme et injonction au bonheur..... | 41 |
| CHAPITRE 3 CADRE MÉTHODOLOGIQUE..... | 47 |
| 3.1 Grands principes de la recherche | 47 |
| 3.1.1 Une recherche féministe | 47 |
| 3.1.2 Une recherche qualitative | 49 |
| 3.1.3 Un terrain numérique | 51 |
| 3.2 Terrain de recherche..... | 52 |
| 3.2.1 Une recherche sur Instagram | 52 |

| | | |
|---|---|-----|
| 3.2.2 | Première phase : observation en ligne et collecte manuelle de données..... | 53 |
| 3.2.3 | Deuxième phase : entretiens sur traces | 56 |
| 3.2.4 | Constitution des cas d'études..... | 58 |
| 3.2.5 | Analyse des données..... | 59 |
| 3.3 | Portrait des quatre cas d'études..... | 60 |
| | | |
| CHAPITRE 4 LE POTENTIEL ÉMANCIPATEUR DE LA RECONSTRUCTION DE L'INTIME | | 63 |
| 4.1 | Constats généraux | 63 |
| 4.1.1 | Un travail exigeant..... | 64 |
| 4.1.2 | Un phénomène diversifié..... | 65 |
| 4.1.3 | Thèmes et registres | 66 |
| 4.2 | « C'est les gens qui ont rendu mon activisme politique » : perceptions du caractère politique de la reconstruction de l'intime..... | 68 |
| 4.3 | Discours féministe..... | 73 |
| 4.3.1 | Discours contre-normatifs..... | 73 |
| 4.3.2 | <i>Empowerment</i> | 79 |
| 4.4 | La reconstruction de l'intime : un phénomène relationnel..... | 81 |
| 4.4.1 | Solidarités | 81 |
| 4.4.2 | Violences et résistances | 87 |
| 4.5 | Conclusion | 91 |
| | | |
| CHAPITRE 5 INTÉGRATION OU RÉSISTANCE : LE RAPPORT DE LA RECONSTRUCTION DE L'INTIME AVEC L'IDÉOLOGIE NÉOLIBÉRALE | | 94 |
| 5.1 | Entreprenariat de soi | 94 |
| 5.1.1 | <i>Self-branding</i> et commercialisation de son activisme..... | 95 |
| 5.1.2 | Les risques de la commercialisation de l'activisme..... | 98 |
| 5.1.3 | Résister aux impacts négatifs de la commercialisation..... | 103 |
| 5.2 | Individualisme..... | 106 |
| 5.3 | Injonction au bonheur | 110 |
| 5.4 | Conclusion | 114 |
| | | |
| CHAPITRE 6 DISCUSSION : QUEL POTENTIEL POLITIQUE ?..... | | 116 |
| 6.1 | Facteurs de (dé)politisation de la reconstruction de l'intime | 118 |
| 6.1.1 | Rapport des participant·e·s à la monétisation | 118 |
| 6.1.2 | Trajectoires militantes individuelles | 122 |
| 6.2 | La place de la reconstruction de l'intime dans le militantisme féministe | 123 |
| 6.2.1 | Sortir de l'idéal de pureté militante | 124 |
| 6.2.2 | Sur la complémentarité des différentes formes d'activisme | 126 |
| 6.3 | Conclusion | 130 |
| | | |
| CONCLUSION | | 131 |

ANNEXE A GRILLE D'ENTRETIEN TYPE..... 136

ANNEXE B ARBRE DE CODAGE 139

ANNEXE C UTILISATION DE L'INTELLIGENCE ARTIFICIELLE 147

BIBLIOGRAPHIE 148

LISTE DES FIGURES

| | |
|---|-----|
| Figure 1 - <i>meme</i> publié sur le compte d'Abigail. Capture d'écran prise par la chercheuse le 25 septembre 2023. | 74 |
| Figure 2 - <i>meme</i> publié sur le compte d'Abigail. Capture d'écran prise par la chercheuse le 16 septembre 2023. | 112 |

RÉSUMÉ

Cette recherche s'intéresse aux discours féministes diffusés sur la plateforme Instagram et s'inscrivant dans « la reconstruction de l'intime ». Ce phénomène tend à représenter les actions se déroulant dans l'intimité comme ayant une portée politique, parce qu'elles permettent de recadrer les idées patriarcales en des termes plus féministes. Ancrée dans les études féministes, le champ de la science politique et celui des communications, cette recherche mobilise les apports des théories critiques du néolibéralisme, des théories de l'action politique informelle et des théories féministes pour analyser le potentiel politique de ces discours et leurs intersections avec le néolibéralisme. Elle s'appuie à la fois sur une observation, une collecte manuelle de données en ligne et sur des entretiens semi-dirigés inspirés de la méthode des entretiens sur traces (Dubois et Ford, 2015), dans une perspective de densification (Latzko-Toth *et al.*, 2020) et de triangulation des données (Roginsky, 2020). Le postulat à la base de cette recherche est que la dimension émancipatrice et collective, et la dimension individualisante et dépolitisante de la reconstruction de l'intime sont les deux faces d'un même phénomène, et qu'il est plus fécond de penser leur cohabitation que de chercher à résoudre cet apparent paradoxe. Les résultats démontrent que la reconstruction de l'intime a bel et bien un potentiel émancipateur et collectif, notamment parce qu'elle permet la création de solidarités féministes, l'*empowerment* des personnes qui y prennent part ainsi que la création et la diffusion de discours contre-normatifs et de nouvelles représentations alternatives. En ce sens, la reconstruction de l'intime s'inscrit dans des traditions féministes de résistance de longue date, comme les groupes de prise de conscience (Rosenthal, 1984), le féminisme du quotidien (Schuster, 2022, p. 124-130) et la politisation du privé (Bereni et Revillard, 2009). La reconstruction de l'intime intègre toutefois certaines valeurs néolibérales, notamment en ce qui a trait à l'individualisme, à l'entrepreneuriat de soi et à l'injonction au bonheur. Les résultats mettent de l'avant un rapport complexe et nuancé à la monétisation, qui invalide les corrélations simples entre commercialisation et dépolitisation des discours. Ils montrent aussi que les trajectoires militantes individuelles sont un facteur important pour favoriser soit le développement d'un discours émancipateur ou d'un discours qui se rapproche davantage de l'idéologie néolibérale. Les résultats soulignent finalement l'importance de s'éloigner d'une culture de la pureté militante (Ranger, 2022) et d'adopter une perspective de diversité des tactiques (Sénac, 2021) pour penser de manière productive le potentiel politique et les limites de la reconstruction de l'intime.

Mots clés : féminisme en ligne ; néolibéralisme ; Instagram ; action politique informelle ; intimité ; monétisation de l'activisme

ABSTRACT

This research focuses on feminist discourses shared on Instagram and embedded within the “reconstruction of intimacy”. This phenomenon tends to frame actions taking place in private spheres as politically significant, as they serve to reframe patriarchal ideas in more feminist terms. Rooted in feminist studies, political science, and communication studies, this research draws on critical theories of neoliberalism, theories of informal participation, and feminist theories to analyze the political potential of these discourses and their intersections with neoliberalism. It is based on both manual online data collection and observation, and on semi-structured interviews inspired by the trace interview method (Dubois and Ford, 2015), within a perspective of data densification (Latzko-Toth et al., 2020) and triangulation (Roginsky, 2020). The underlying assumption of this research is that the emancipatory and collective dimension and the individualizing and depoliticizing dimension of the reconstruction of intimacy are two facets of the same phenomenon, and that thinking through their coexistence is more fruitful than trying to resolve this apparent paradox. The results show that the reconstruction of intimacy indeed holds emancipatory and collective potential, notably by enabling the creation of feminist solidarities, the empowerment of those who engage in it, and the production and circulation of counter-normative discourses and new alternative representations. In this sense, the reconstruction of intimacy is part of long-standing feminist traditions of resistance, such as consciousness-raising groups (Rosenthal, 1984), everyday feminism (Schuster, 2022, p. 124–130), and the politicization of the private sphere (Bereni and Revillard, 2009). However, the reconstruction of intimacy also incorporates certain neoliberal values, particularly in relation to individualism, self-entrepreneurship, and the injunction to happiness. The findings highlight a complex and nuanced relationship to monetization, challenging simple correlations between commercialization and the depoliticization of discourses. They also show that individual activist trajectories are an important factor in fostering either the development of an emancipatory discourse or one more aligned with neoliberal ideology. Finally, the results underline the importance of moving away from a culture of activist purity (Ranger, 2022) and adopting a perspective of diversity of tactics (Sénac, 2021) to productively engage with both the political potential and the limits of the reconstruction of intimacy.

Keywords : online feminism ; neoliberalism ; Instagram ; informal participation ; intimacy ; monetization of activism

INTRODUCTION

Ce mémoire s'intéresse aux discours féministes diffusés sur la plateforme Instagram et s'inscrivant dans ce que j'appelle « la reconstruction de l'intime » - un phénomène qui tend à représenter les actions se déroulant dans l'intimité comme ayant une portée politique, parce qu'elles permettent de recadrer les idées patriarcales en des termes plus féministes¹.

L'envie de travailler sur ce sujet est d'abord venue d'un intérêt personnel. Depuis mon entrée en études féministes en 2016, je consomme beaucoup de contenu à teneur féministe sur les médias sociaux, en particulier Facebook et Instagram. Ces espaces ont été essentiels dans mon processus de politisation : c'est en lisant des publications ou des articles partagés sur ces plateformes que mes opinions se sont formées et que je suis devenue la féministe, la chercheuse, la militante que je suis aujourd'hui. En parallèle, j'ai expérimenté des difficultés liées à ma santé mentale, en particulier avec l'anxiété. Là encore, les médias sociaux, bien qu'ils n'auraient jamais pu remplacer ma thérapie ou la prise de médication, ont été un espace essentiel où déposer cet aspect de moi. J'ai commencé à suivre des créateurices de contenu qui traitaient de ces sujets. Certain·e·s présentaient des trucs pratiques pour aider à gérer l'anxiété. D'autres offraient davantage de la validation : iels me rappelaient que ne pas aller bien faisait partie de l'expérience humaine, que j'étais normale et surtout que je n'étais pas seule. J'ai commencé à partager leurs publications et parfois, même, à me confier sur ma propre page. Le fait d'y exposer mes difficultés m'aidait encore davantage à briser l'isolement, mais surtout la honte que je ressentais, alors que des ami·e·s m'écrivaient en privé

¹ Pour une définition plus complète de la reconstruction de l'intime, voir la section 1.1 de ce mémoire.

pour m'offrir leur soutien, leurs conseils ou simplement pour me dire qu'ils se sentaient comme moi et que ça leur faisait du bien de savoir, à leur tour, qu'ils n'étaient pas seuls.

Rapidement, l'algorithme² a fait converger ces deux intérêts. Je commençais à voir sur mon fil d'actualité des publications qui soulignaient le caractère politique de la santé mentale. Je me rappelle avoir lu des publications qui affirmaient que le fait de prendre soin de soi était un acte féministe, voire révolutionnaire³ ; ou encore que le fait de montrer ses affects négatifs consistait une résistance face aux impératifs de productivité et de positivité toxique (Thelandersson, 2023). Ces affirmations m'ont permis de créer du lien entre mes convictions politiques et mes difficultés entourant la santé mentale, de concevoir comment ces deux aspects de ma vie étaient en fait interreliés. Elles m'ont aussi permis de relativiser la petite voix à l'intérieur de moi qui me disait que me retirer de certains projets était un geste égoïste ou faisait de moi une mauvaise militante. Ce genre de contenu m'a finalement aidée à me déculpabiliser et à prendre soin de ma santé mentale sans sentir que j'échouais face à mon devoir de féministe.

Malgré tout le positif que j'en retirais, il m'arrivait aussi de douter du bien-fondé de ces affirmations. Après tout, est-ce que ça ne détournait quand même pas un peu de la lutte collective, de considérer que je pouvais faire des actions politiques qui ne concernaient personne d'autre que moi, dans l'intimité de mon appartement ? Est-ce qu'il n'y avait pas là des traces de l'idéologie

² Les algorithmes sont des processus informatiques utilisés entre autres sur les médias sociaux et qui déterminent par exemple ce qu'un·e utilisatrice verra sur son fil d'actualités.

³ Cette affirmation vient de la féministe noire Audre Lorde. Dans sa collection d'essais, *A Burst of Light* (1988), elle affirme « Prendre soin de moi n'est pas de l'indulgence, c'est de la préservation de soi, et c'est un acte de guerre politique » (p. 131 - traduction libre). La définition du soin de soi, ou *selfcare*, comme un acte politique pour Audre Lorde s'inscrit dans une logique de résistance face aux systèmes d'oppression, comme le racisme systémique, qui détruisent, drainent et dévalorisent ceux qu'ils dominent. Il s'insère ainsi dans une lutte politique collective. Comme je le décortiquerai tout au long de ce mémoire, cette idée du *selfcare* comme acte « de guerre politique » est aujourd'hui souvent cooptée par le système capitaliste. Voir aussi Kim et Schalk (2021).

néolibérale individualiste ? C'est en voulant éclaircir cette ambivalence que j'ai commencé cette recherche. Le point de départ de ma démarche est donc d'abord une quête personnelle, pour faire sens de mes propres pratiques comme militante féministe ; mais ce projet a également une portée scientifique beaucoup plus large. Les conceptions traditionnelles de l'activisme pensent les mouvements sociaux comme le fait de groupes organisés s'engageant dans un rapport avec l'État. Or, ces définitions ne sont pas à même de rendre compte de l'activité politique qui se met en place présentement sur les médias sociaux. Comme certaines autrices le soulignent, cette conception est genrée et porte une vision davantage masculine de l'activisme (Craddock, 2019). Nous vivons aussi dans une société individualiste et néolibérale : un contexte qui influence sans contredit nos façons de militer (Schuster, 2022). Finalement, l'apparition des médias sociaux comme outil de mobilisation participe aussi d'une transformation de l'activisme, en ligne comme hors ligne (Blandin, 2017). Dans ce contexte, rendre compte de l'évolution de la militance nécessite de penser la lutte politique autrement — c'est ainsi que ce mémoire contribue au développement du champ de la science politique qui s'intéresse aux forces politiques, notamment aux mouvements sociaux et à l'activisme.

S'inspirant des principes de la recherche féministe énoncés par Ollivier et Tremblay (2000), ma recherche s'inscrit non seulement dans un projet scientifique d'élaboration de connaissances, mais aussi dans un projet socio-politique de transformation de la société. À travers mon analyse des pratiques en ligne, une autre question émerge en filigrane : comment faire mieux ? Comment pouvons-nous améliorer nos manières de lutter, en ligne comme hors ligne, pour qu'elles soient politiquement plus efficaces ? Je cherche ainsi à ouvrir un espace de discussion sur les tensions, les limites et les potentiels des pratiques militantes en ligne qui pourra nous être utile comme féministes, ainsi qu'à d'autres activistes de manière générale.

La revue de la littérature m'a rapidement permis de confirmer le caractère nuancé, voire ambivalent ou paradoxal des pratiques au cœur de cette recherche. Les études de l'Internet postulent d'emblée que celui-ci est à la fois une source potentielle d'émancipation et d'alinéation et qu'il est plus fécond de considérer ces deux potentiels comme parties intégrantes du phénomène que de tenter de résoudre ce paradoxe (Proulx, 2020) et les études sur les féminismes en ligne font de plus en plus un même appel à la nuance (Scharff, 2024). Il ne s'agit pas donc pas de savoir *si* la reconstruction de l'intime participe d'une émancipation féministe *ou* d'une dépolitisation néolibérale, mais bien de comprendre *de quelles façons* ces deux dimensions *cohabitent*. Je pose donc dans ce mémoire les questions de recherche suivantes : comment la reconstruction de l'intime sur les médias sociaux possède-t-elle une dimension collective et émancipatrice ? Et au contraire, comment devient-elle source d'individualisation et de dépolitisation des enjeux féministes ? J'y répondrai grâce à une méthodologie basée sur les principes de densification (Latzko-Toth *et al.*, 2020) et de triangulation des données (Roginsky, 2020), mêlant des données obtenues en ligne et hors-ligne. Dans un premier temps, à l'automne 2023, j'ai mené une observation non-participante et effectué une collecte manuelle de données sur la plateforme Instagram. J'ai observé 24 Instagrammeuses basé·e·s en Amérique du Nord et en Europe. Dans un deuxième temps, à l'hiver 2024, j'ai mené 3 entretiens semi-dirigés inspirés de la méthode des entretiens sur traces (Dubois et Ford, 2015) avec des créatrices de contenu nord-américain·e·s dont j'avais préalablement observé les comptes.

Le premier chapitre de ce mémoire présente d'abord une définition de la reconstruction de l'intime, puis une revue de la littérature concernant les particularités d'Internet et des médias sociaux, les féminismes en ligne et l'action politique informelle. Ce chapitre se termine par la problématisation de mon sujet de recherche. Le deuxième chapitre introduit le cadre conceptuel de ma recherche.

Celui-ci est divisé en trois parties : j'explore d'abord les apports des théories féministes, puis des théories de l'action politique informelle afin de cerner le potentiel émancipateur de la reconstruction de l'intime ; et finalement je discute des théories sur le néolibéralisme et son intégration dans les féminismes pour me permettre d'analyser le potentiel dépolitisant de la reconstruction de l'intime. Le troisième chapitre expose la méthodologie adoptée dans le cadre de ma recherche et présente les quatre cas d'études qui encadreront mon analyse. Le quatrième chapitre traite des résultats de ma recherche, sous l'angle du potentiel émancipateur de la reconstruction de l'intime. Après avoir établi quelques constats généraux, j'y aborde les perceptions du caractère politique de la reconstruction de l'intime qu'avaient les participant·e·s à ma recherche, la teneur des discours féministes qu'ils tenaient en ligne et le caractère relationnel du phénomène. Le cinquième chapitre analyse le rapport de la reconstruction de l'intime avec le néolibéralisme, à travers trois thèmes principaux : l'entrepreneuriat de soi, l'individualisme et l'injonction au bonheur. Le sixième et dernier chapitre fait le point sur ces résultats et discute des facteurs de (dé)politisation de la reconstruction de l'intime, et de sa place dans la lutte féministe plus globale. Je termine finalement ce mémoire en résumant les conclusions auxquelles mes résultats m'ont permis d'arriver et en évoquant les aspects que de futures recherches pourraient davantage explorer.

CHAPITRE 1

LA RECONSTRUCTION DE L'INTIME : MISE EN CONTEXTE, REVUE DE LA LITTÉRATURE ET PROBLÉMATIQUE

Dans ce chapitre, je définis plus en détails mon sujet d'étude, la reconstruction de l'intime et je recense la littérature scientifique permettant de mieux le situer. J'examine d'abord le contexte numérique dans lequel la reconstruction de l'intime prend place, et les façons dont ce contexte influence le rapport à l'intimité et les possibilités d'action politique. Puis, je m'intéresse aux savoirs concernant les féminismes en ligne : leur définition, leur potentiel politique et leurs interactions avec la sphère intime. J'aborde ensuite les théories de l'action politique informelle, les éléments qu'elles mobilisent pour cerner le caractère politique des actions quotidiennes et les façons dont elles lient ces actions aux mouvements sociaux plus larges. Finalement, je fais le point sur ce que la littérature scientifique nous permet de comprendre à propos de la reconstruction de l'intime, et je formule les questions qui ont guidé ma recherche.

1.1 Mise en contexte : définir la reconstruction de l'intime

Le concept de « reconstruction de l'intime » découle de mes observations préliminaires des discours en ligne. Je propose d'utiliser ce terme pour nommer et décrire un ensemble de pratiques pour lesquelles je n'ai pas trouvé d'équivalent dans la littérature. La reconstruction de l'intime désigne les discours qui présentent les actions se déroulant dans l'intimité comme ayant une portée politique, parce qu'elles permettent de recadrer les idées patriarcales en des termes plus féministes. On peut penser à des publications comme « apprendre à identifier, poser et préserver ses limites est une démarche de bien-être révolutionnaire, surtout dans une société où il faut toujours performer, plaire aux autres et répondre à leurs attentes » (Charlotte, créatrice de contenu montréalaise, 2021) ou encore « le *selfcare*, c'est montrer sa valeur face au système qui nous traite comme des numéros

interchangeables. Le *selfcare*, ça signifie qu'on apprend à remarquer les discours toxiques qui sont partout autour de nous et à nous en protéger » (Eli, créatrice de contenu français·e, 2021)⁴. Dans le cadre de cette recherche, je m'intéresse plus particulièrement aux manifestations de la reconstruction de l'intime sur les médias sociaux en Amérique du Nord et en Europe⁵. Mes observations pré-terrain m'ont permis d'identifier que les enjeux tournant autour du développement personnel, de la santé mentale et du bien-être occupent une place importante au sein de la reconstruction de l'intime⁶, comme c'est le cas dans les exemples de publications cités plus haut.

1.2 Revue de la littérature

1.2.1 Les particularités d'Internet et des médias sociaux

Le phénomène que j'étudie se déploie sur les médias sociaux, eux-mêmes situés dans le contexte du Web social et des technologies numériques. Cette section relève les principales caractéristiques de ces outils communicationnels, afin de problématiser le contexte entourant mon sujet d'études.

Définitions

Le **numérique**, d'abord, agit comme un amplificateur de tendances déjà présentes au sein de la société. Ces tendances sont parfois contradictoires : par exemple, en certaines occasions, le numérique amplifie la collaboration et les échanges entre personnes alors que dans d'autres cas, c'est plutôt l'isolement qu'il facilite (Boullier, 2019c, p. 114). Le numérique fait aussi quelque

⁴ Ces deux exemples proviennent de mon pré-terrain. Afin de protéger l'identité des personnes observées, les noms des créatrices de contenu ont été changés, et les extraits de leurs publications ont été légèrement reformulés afin qu'ils ne soient pas retraçables, à la manière des exemples composites (Markham, 2012). À propos de l'utilisation des exemples composites dans ce mémoire, voir la section 3.2.4.

⁵ Mes observations préliminaires m'ont en effet surtout permis de constater des manifestations de la reconstruction de l'intime émanant du monde occidental. La présence de phénomènes semblables est cependant débattue dans la littérature et certaines recherches montrent que les féminismes en ligne, populaires et néolibéraux rejoignent des populations au-delà de l'Occident (Dosekun, 2024).

⁶ La prévalence de ces thématiques s'est par ailleurs confirmée dans mes résultats (voir section 4.1.3), en plus de se retrouver dans la littérature scientifique (Banet-Weiser *et al.*, 2020 ; Thelandersson, 2023)

chose « en propre » et participe à transformer la société et nos visions du monde (Millette, 2023). Par exemple, le numérique influence la façon dont les individus conçoivent leur propre identité (Cardon, 2008 ; Carré et Panico, 2012 ; Granjon et Denouël, 2010) et favorise certains types d'interaction plutôt que d'autres (Cardon, 2008 ; Proulx et al., 2012). Il est finalement pervasif, c'est-à-dire qu'il pénètre tous les domaines de la vie, qu'ils soient intimes ou plutôt publics et collectifs (Boullier, 2019a, p. 12). Ces effets d'amplification et de transformation peuvent donc se retrouver partout dans la société et les rapports humains.

Le **Web social**, de son côté, renvoie « à certains développements d'Internet en matière d'architectures et d'applications informatiques qui, à partir de 2004, mettent à disposition des fonctionnalités incitant les utilisateur[ice]s à collaborer entre [iels] » (Millerand *et al.*, 2010, p. 2). Le Web social se distinguerait ainsi par la participation active des usager·ère·s, par son utilisation relativement simple, qui exige des compétences techniques et des efforts cognitifs minimaux, et par l'importance qu'il accorde à la mise en relation des personnes (Millerand *et al.*, 2010, p. 2-3). Cinq grandes caractéristiques permettent de le définir plus précisément : la capacité des usager·ère·s à créer, remixer et partager des contenus ; son accessibilité et sa facilité d'utilisation ; l'importance des coopérations faibles⁷ ; son intégration à un modèle économique dans lequel les données générées par les utilisatrices seraient la première source de valeur économique ; et finalement la mise à disposition des internautes d'un grand éventail de possibilités, qui coexiste paradoxalement avec l'imposition d'un certain nombre de contraintes⁸, à travers l'usage des

⁷ Le Web social favoriserait en effet « la formation opportuniste de liens et de collectifs sans intentionnalité collective ni appartenance communautaire préalable » (Millerand *et al.*, 2010, p. 15).

⁸ En effet, l'environnement numérique des années 1990 ne contenait pas (ou très peu) de plateformes où les internautes pouvaient créer du contenu et interagir, mais plutôt des pages qu'ils pouvaient consulter. Il y avait donc moins d'actions possibles en termes de navigation web que dans le Web social. Toutefois, dans ce Web des pages, on retrouvait également beaucoup moins d'algorithmes et d'interfaces prescriptives – il y avait donc moins de possibilités, mais paradoxalement, aussi moins de contraintes (Proulx, 2020, p. 22).

algorithmes et l'injonction à s'inscrire aux différents sites pour pouvoir y accéder (Millerand et Proulx, 2010, p. 15-16 ; Proulx, 2020, p. 22).

Les **médias sociaux**, finalement, sont un type de plateforme que l'on retrouve sur le Web social. Ils se fondent sur son idéologie participative et sur les contributions et la rediffusion permanente de contenus (Proulx *et al.*, 2012, p. 3). Ce sont souvent des plateformes gratuites qui génèrent de la valeur économique à partir du placement de publicités et des contributions des usager·ère·s. On peut les définir comme des

supports médiatiques logiciels permettant aux usager[·ère·]s de maintenir une présence, de communiquer et d'interagir en ligne [...]. [Ils] appuient et suscitent les échanges interactifs de même que la communication interpersonnelle et de groupe [tout en convoquant] le plus grand nombre à un rôle de producteur[ice]-utilisateur[ice] (*producer*) de contenus médiatiques (Proulx *et al.*, 2012, p. 4).

Depuis l'apparition des médias sociaux dans les années 2000, ceux-ci se sont transformés. Alors que leur rôle principal était au départ de connecter des personnes entretenant déjà des liens, ils fonctionnent de plus en plus comme intermédiaires dans l'« économie de création » (*creator economy*) (Cunningham et Craig, 2021) qui comprend des travailleuses autonomes et entrepreneuses des industries culturelles et créatives en ligne, comme les créateurices de contenu, les bloggeuses, les influenceuses et les diffuseuses de contenu en direct (*livestreamers*), entre autres (Duffy *et al.*, 2024, p. 355).

Il est également crucial de se rappeler que toutes ces technologies ne sont pas des outils « neutres » : elles ont été influencées par leur contexte de production et une série de choix dont la nature dépasse les contraintes techniques et dépend aussi de volontés politiques, économiques et sociales (Boullier, 2019b). La technologie et la société sont donc interdépendantes et s'influencent mutuellement. Il est essentiel d'en tenir compte dans nos analyses et d'éviter de tomber dans une perspective

déterministe, qu'elle soit technique (c'est-à-dire définissant l'innovation technique comme un moteur de changement social, positif ou négatif) ou encore sociale (affirmant que le cadre social conditionne le développement des innovations techniques et que celles-ci ne font par conséquent que reproduire les inégalités déjà présentes dans la société). Selon Francis Jauréguiberry et Serge Proulx, ces deux visions déterministes, bien qu'opposées, relèvent d'une même épistémologie mécaniste et séparent de manière simpliste deux sphères, la technologie et la société, qui seraient plutôt enchevêtrées (Jauréguiberry et Proulx, 2011, p. 23-24). Ils soutiennent l'importance d'une approche plus nuancée qui permettrait à la fois de considérer comment l'innovation technique peut être un « levier et catalyseur du changement social » (Jauréguiberry et Proulx, 2011, p. 24), mais aussi comment « les représentations suscitées par l'innovation [sont] un révélateur d'attentes sociales » (Jauréguiberry et Proulx, 2011, p. 24). Les réalités en ligne et hors-ligne ne sont donc pas opposées, et il convient de les analyser ensemble (Millette *et al.*, 2020). C'est dans cette perspective que s'inscrit ma recherche.

Intimité et médias sociaux

Je m'intéresse plus spécifiquement dans le cadre de cette recherche aux représentations de l'intimité sur les médias sociaux, et en particulier de la santé mentale, du bien-être et du développement personnel, des enjeux qui semblent particulièrement présents au sein de la reconstruction de l'intime. Il est ainsi important de noter que le Web social favorise une certaine présentation de soi : les individus sont amenés à se mettre en scène, tout en assistant aux représentations des autres (Jauréguiberry et Proulx, 2011, p. 114). À travers cette présentation de soi, on parle également d'exposition de soi. Sur les médias sociaux entre autres, on encourage les individus à se montrer, à s'exposer : on y retrouve des pratiques associées à l'impudeur (Granjon et Denouël, 2010) et les chercheuses parlent parfois d'extimité, ou encore d'expressivisme

(Boullier, 2019a, p. 21). Les modalités du Web social permettent parfois aux individus de se dévoiler davantage, de par l'anonymat (Cardon, 2008, p. 103) ou tout simplement la mise à distance de l'écran qui contribuent à retirer certaines inhibitions. C'est toute la sphère de l'intime et sa signification qui s'en trouvent redéfinies (Carré et Panico, 2012, p. 75).

Certain·e·s considèrent cette exposition de soi comme une ressource, le signalement d'une attitude ouverte et transparente qui traduit une certaine forme d'aisance sociale et une capacité à jouer avec les codes (Cardon, 2008, p. 118). L'exposition de soi est alors associée à la capacité de prendre la parole, de s'exprimer (Carré et Panico, 2012, p. 68) et à un processus de construction positive de son identité (Granjon et Denouël, 2010, p. 27). On met aussi l'accent sur le contrôle que les individus ont sur ce dévoilement : ils peuvent choisir leur public et contrôlent le message envoyé, utilisant parfois même une écriture de soi stratégique qui dirige les réactions de l'entourage (Granjon et Denouël, 2010). Pour d'autres l'exposition de soi est plutôt une contrainte, une injonction, un impératif de réputation sociale (Boullier, 2019c, p. 113 ; Carré et Panico, 2012, p. 68 ; Proulx, 2020, p. 104)⁹, qui a également son pendant négatif, notamment la création d'insécurité ou d'une surcharge cognitive (Millerand et Proulx, 2010, p. 24-25). Dans le contexte de la création de contenu et de l'entrepreneuriat en ligne, où le bien-être financier des créateurices dépend de leur succès sur la plateforme, iels sont d'autant plus incité·e·s à s'exposer et à se montrer « authentiques » pour gagner en popularité et en visibilité. Cette vulnérabilité les expose toutefois à plus de risques d'harcèlement et de haine en ligne, en particulier pour les créateurices de contenu marginalisé·e·s (Duffy *et al.*, 2024). Les créateurices de contenu s'inscrivant dans la reconstruction

⁹ Paradoxalement, cette tendance à l'exposition de soi se développe en parallèle de tentatives de protection de sa vie privée face aux pratiques de surveillance des plateformes (Boullier, 2019c, p. 112).

de l'intime doivent ainsi jongler avec les avantages personnels et politiques¹⁰ que leur apporte cette exposition de leur intimité en ligne, et les risques qu'elle leur fait également encourir.

Émancipation, aliénation et médias sociaux

La revue de la littérature m'a finalement permis de constater que le champ des études de l'Internet est traversé par une ligne de tension : la technologie apparaît à la fois comme une source potentielle d'émancipation et d'alinéation. Les deux tendances ont en effet été inscrites dans le design même des objets dès les débuts d'Internet, où se côtoyaient usages militaires et visées émancipatrices et collaboratives (Boullier, 2019b, p. 70 ; Proulx, 2020, p. 33). Les médias sociaux offrent aujourd'hui des possibilités d'accès à l'information (Proulx, 2020, p. 61-63), de diffusion et de mobilisation politique inédites pour les mouvements sociaux (Millerand et Proulx, 2010, p. 25-26). Ils donnent aux individus les moyens de mener des actions d'envergure, capacité auparavant réservée à des collectifs institués, mais également de se rassembler et de se construire un soi collectif, de créer des possibilités d'agir ensemble (Carré et Panico, 2012, p. 63-65 ; Pepin *et al.*, 2023). La mise en réseau joue ainsi un rôle crucial en permettant « l'agrégation d'actions individuelles autour d'un projet collectif » (Badouard, 2013, p. 90). Mais la logique néolibérale est aussi inscrite au sein même des dispositifs, qui valorisent la rationalité et la performance (Jauréguiberry et Proulx, 2011, p. 47). De plus, les activistes doivent composer avec les algorithmes et les pratiques de censure des plateformes, qui renforcent souvent les normes dominantes (Olszanowski, 2014 ; Piazzesi et Lavoie Mongrain, 2020, p. 137). Les médias sociaux sont reconnus pour encourager la création de bulles idéologiques et la polarisation (Bertrand, 2018) ainsi que pour les pratiques de surveillance au sein de la communauté, qui a le pouvoir de signaler les publications « inappropriées »

¹⁰ Cette section traite davantage des effets de l'exposition de son intimité en ligne sur les individus, mais, comme le présuppose la reconstruction de l'intime, celle-ci a aussi des effets politiques, que je détaille dans la section 1.2.2 de ce présent chapitre.

(Olszanowski, 2014, p. 87-88). Les règles qui régissent le type de contenu permis sur les plateformes sont extrêmement opaques, changent selon leurs objectifs commerciaux et finissent souvent par désavantager certains contenus, notamment ceux publiés par des créateurices de contenu ayant accès à moins de moyens de production (Petre *et al.*, 2019, p. 1-2). Finalement, certain·e·s auteurices font valoir que le fait de créer, partager, commenter ou même aimer du contenu sur les médias sociaux produit du revenu pour ces plateformes sans que les utilisateurices ne soient rémunérées pour ces actions. Iels considèrent en ce sens qu'il s'agit d'une forme de travail gratuit et exploité (Proulx, 2020, p. 150-152 ; Robert-Lamy, 2022, p. 33-34)¹¹.

Une même action peut donc être à la fois émancipatrice et aliénante : en même temps qu'un·e activiste utilise les médias sociaux dans le but de faire avancer une lutte sociale et qu'iel acquiert des compétences qui pourront servir son combat politique, iel participe aussi au capitalisme cognitif (Proulx, 2020, p. 137-152) en fournissant des données aux plateformes et est amené·e à adopter des valeurs néolibérales en considérant sa personne ou son activisme comme une entreprise (Auray, 2010, p. 46), voire en adoptant des stratégies de *branding* et en s'inspirant de la culture marketing et promotionnelle dans le but de sortir du lot parmi tout le contenu publié sur Internet (Mendes *et al.*, 2019, p. 183 ; Millerand et Proulx, 2010, p. 25 ; Rogan et Budgeon, 2018, p. 6). Certain·e·s auteurices dénoncent que des identités autrefois fortement politisées (par exemple l'identité gaie) deviennent plutôt une marque commercialisable, comprise comme un attribut individuel plutôt qu'une identité collective permettant de lutter pour des droits ou contre des discriminations (Gras-

¹¹ Certain·e·s hésitent à parler d'exploitation lorsqu'il est question de travail et d'activisme en ligne, notamment parce que ceux-ci sont effectués de manière volontaire et libre et qu'ils sont souvent source de plaisir. Toutefois, comme le souligne Robert-Lamy, malgré qu'on peut avoir l'impression de choisir librement d'être sur les médias sociaux, les plateformes exercent une forme de coercition sociale en menaçant les utilisateurices « d'isolement et de perte de privilèges sociaux en n'étant pas sur le site » (Robert-Lamy, 2022, p. 46). De plus, « l'exploitation ne nécessite pas d'être perçue comme telle. L'exploitation est mesurée par le degré de travail non payé qui bénéficie à de grandes compagnies et non au sentiment ressenti en l'accomplissant » (Robert-Lamy, 2022, p. 47).

Velázquez et Maestre-Brotons, 2021). Plutôt que de tenter de résoudre ce paradoxe, il semble plus fécond de considérer l'émancipation et l'aliénation comme les deux faces d'un même phénomène. Cette ligne de tension, que j'ai identifiée dans mon sujet de recherche, n'est donc pas unique au phénomène que j'observe, mais est plutôt constitutive de l'activisme en ligne de manière générale : les féministes, et les autres activistes, doivent naviguer dans ce contexte et trouver un juste milieu, afin de profiter des opportunités que leur offrent ces plateformes sans trop dénaturer leur message.

1.2.2 Les féminismes en ligne

Éléments de définition

Comme c'est le cas hors-ligne, il n'existe pas qu'un seul type de féminisme en ligne : j'en parlerai donc au pluriel. Non seulement les féminismes en ligne sont un phénomène complexe, nuancé, difficilement prévisible et dont les modalités changent très rapidement (Mendes *et al.*, 2019, p. 177-178), mais l'appellation englobe aussi une variété de pratiques : certaines sont extrêmement visibles, et d'autres plutôt cachées, privées ; certaines sont le fait de groupes organisés, voire institutionnalisés, et d'autres sont plus individuelles ; certaines se déroulent exclusivement en ligne, alors que d'autres sont rattachées à des actions hors-ligne (Jouët *et al.*, 2017 ; Mendes *et al.*, 2019 ; Schuster, 2022 ; Weil, 2017). Les féminismes en ligne varient également selon la plateforme où on les retrouve¹² (Keller, 2019). De manière générale, on peut toutefois définir les féminismes en ligne comme exploitant le pouvoir des médias numériques pour engager des conversations et mettre de l'avant les enjeux liés à l'égalité de genre et à la justice sociale, ainsi que pour pousser les gens à se mettre en action pour faire avancer lesdits enjeux (Bertrand, 2018, p. 235). Plusieurs registres

¹² Les plateformes offrent des possibilités différentes aux féministes en fonction de leur design et de leurs normes. Les militant·e·s font également des choix stratégiques en fonction de la confidentialité et des communautés qu'elles retrouvent sur les différentes plateformes.

seraient particulièrement caractéristiques des féminismes en ligne (Balleys, 2019, p. 128 ; Mendes *et al.*, 2019, p. 87 ; Munro, 2013, p. 23), notamment celui du témoignage, de la confession intime, du conseil militant et des critiques liées à la « *callout culture* », laquelle consiste à « interpellé et dénoncer les auteur[ice]s de propos ou d'actes considérés par l'intervenant[·e] comme sexistes, misogynes, ou encore racistes » (Bertrand, 2018, p. 241).

Les stratégies politiques auxquelles ont recours les féminismes en ligne sont aussi très diversifiées : ces activistes cherchent notamment à mettre des enjeux à l'agenda, à documenter les expériences d'oppression des femmes, à créer des communautés de soutien et des espaces sécuritaires, à développer et faire circuler des contre-discours, à subvertir les normes patriarcales, à provoquer des prises de conscience (individuelles ou collectives), à éduquer, à faire de la sensibilisation ou encore de la mobilisation plus traditionnelle à travers l'adhésion formelle à des groupes, la signature de pétitions ou l'organisation d'événements hors-ligne (Jouët *et al.*, 2017 ; Mendes *et al.*, 2019 ; Robert-Lamy, 2022 ; Schuster, 2013 ; Weil, 2017). Ce répertoire d'actions permet de considérer les féminismes en ligne tantôt comme un moyen pour faire avancer un mouvement hors-ligne, tantôt comme une fin et un mouvement politique en soi (Weil, 2017, p. 81).

Les féminismes en ligne (et l'activisme en ligne de manière plus générale) sont souvent dénigrés comme étant de l'activisme facile ou paresseux (Mendes *et al.*, 2019, p. 160). Toutefois, plusieurs auteurices ont aussi souligné les difficultés du féminisme en ligne : on peut penser aux risques émotionnels et matériels que prennent les femmes qui publient un témoignage d'agression sexuelle en ligne, ou encore au travail que représente la gestion de campagnes, de pages, de groupes féministes en ligne (Mendes *et al.*, 2019 ; Robert-Lamy, 2022).

Les féminismes en ligne et hors-ligne ne sont « pas exclusifs l'un de l'autre et l'on peut conjecturer qu'ils se renforcent mutuellement » (Bertrand, 2018, p. 249). D'ailleurs les activistes elleux-mêmes militent parfois à la fois en ligne et hors-ligne (Schuster, 2017, p. 655). Ainsi, les féminismes en ligne s'inscrivent dans plusieurs types d'activisme plus larges qu'on retrouve aussi hors-ligne, comme l'activisme discursif, l'activisme rhétorique, le micro-activisme ou l'action politique informelle (*casual*) et quotidienne¹³. De même, les féminismes en ligne s'inscrivent dans un rapport de continuité avec les mouvements féministes hors-ligne les ayant précédé, notamment en rendant l'oppression visible ou en donnant les moyens aux femmes de reprendre le contrôle sur leurs narratifs de vie (Dixon, 2014, p. 36 ; Mendes *et al.*, 2019, p. 185). La ressemblance entre certaines pratiques féministes en ligne et les groupes de prise de conscience (*consciousness raising*) des féministes radicales a également été soulignée à plusieurs reprises dans cette littérature (Rogan et Budgeon, 2018, p. 15 ; Weil, 2017, p. 75). Finalement, les pratiques féministes en ligne s'inscrivent dans la tendance de politisation des expériences personnelles illustrée par le célèbre slogan « le privé est politique » (Mendes *et al.*, 2019, p. 17, 143 ; Rogan et Budgeon, 2018, p. 2-3, 15 ; Schuster, 2017).

Toutefois, les auteurices ont aussi souligné des éléments de rupture entre les féminismes en ligne et les mouvements féministes qui les ont précédés. Le Web participatif serait en effet la source d'un

¹³ L'activisme discursif et l'activisme rhétorique désignent des phénomènes similaires (Robert-Lamy, 2022, p. 18-19), où les actions militantes prennent d'abord la forme de discours ou de textes et servent à informer, à exposer les relations de pouvoir, à déconstruire ce qui apparaît naturel et à démontrer les biais des discours sociaux (Shaw, 2012, p. 42, citée dans Mendes *et al.*, 2019, p. 128) ou plus largement à publiciser de « nouveaux paradigmes sociaux à travers lesquels des individus, des collectivités et des institutions interprètent les circonstances sociales et y conçoivent des réponses » (Young, 1997, p. 3, citée dans Robert-Lamy, 2022 p. 18).

Le micro-activisme, l'activisme quotidien et l'activisme informel désignent de leur côté des actions politiques, souvent à petite échelle, qui prennent place en dehors des canaux politiques officiels, notamment dans le quotidien des individus. Voir aussi la revue de la littérature sur l'action politique informelle présentée dans ce mémoire (section 1.2.3) et la définition du concept de « féminisme du quotidien » (section 2.1.2).

nouveau répertoire d'actions (Blandin, 2017, p. 13), qui se situe souvent davantage dans le registre des communications que des luttes sociales, amenant le mouvement à se concentrer davantage sur le changement de mentalité plutôt que sur d'autres objectifs politiques (Jouët *et al.*, 2017, p. 25, 39). Au final, ma recherche s'ancre dans un postulat plutôt nuancé sur ce sujet, et ce à la suite de Weil qui affirme qu'Internet « ne crée pas une césure nette, ne remplace pas certaines actions par d'autres et ne “périme” pas des performances particulières. Il ajoute plutôt de nouvelles tonalités et une plus grande liberté pour les activistes » (Weil, 2017, p. 81-82).

Impacts politiques

Plusieurs auteurices ont souligné les impacts positifs que peuvent avoir les féminismes en ligne. Internet favorise la participation d'un plus grand nombre de personnes aux actions militantes, notamment parce que l'activisme en ligne peut être moins intimidant (Schuster, 2013, p. 9), qu'il permet de dépasser les barrières géographiques (Jouët *et al.*, 2017, p. 49) et qu'il permet une forme d'engagement plus flexible (Schuster, 2013, p. 19) et donc plus accessible, notamment pour les personnes en situation de handicap. De plus, les plateformes numériques sont souvent considérées comme étant faciles d'utilisation, puisqu'elles sont généralement déjà intégrées dans le quotidien des militant·e·s. Internet permet donc de faire entendre davantage de voix marginalisées ainsi que des revendications ou des critiques qui sont exclues des institutions ou des médias traditionnels, en plus d'initier de nouvelles personnes à l'activisme. Un peu comme les groupes de prise de conscience des féministes radicales, le militantisme féministe en ligne permet souvent de faire sens de ses expériences individuelles et de commencer à concevoir une capacité d'agir collective (Mendes *et al.*, 2019, p. 138) — Schuster souligne aussi que c'est souvent à partir de bases féministes bien établies dans le quotidien que les femmes étendent ensuite leur activisme dans d'autres sphères davantage collectives, organisées, voire institutionnalisées (Schuster, 2022,

p. 139). Les féminismes en ligne ont aussi des caractéristiques qui favorisent la rétention des militant·e·s, notamment parce que l'engagement sur Internet crée un effet de groupe important et que les métriques des médias sociaux permettent de mesurer la réussite de certaines initiatives (Jouët *et al.*, 2017, p. 50 ; Robert-Lamy, 2022, p. 161). Les militant·e·s créent également des connections et des solidarités et peuvent se sentir entendu·e·s, vu·e·s, validé·e·s, voire reconnu·e·s et valorisé·e·s (Mendes *et al.*, 2019, p. 4-5). Cela permet le développement d'un sentiment d'appartenance à une communauté politique et le maintien de l'engagement sur le long terme (Mendes *et al.*, 2019, p. 176). Les plateformes numériques sont de surcroît très efficaces au niveau de la mobilisation, notamment parce qu'elles permettent une rapidité de réaction (Munro, 2013, p. 23), ainsi qu'un grand nombre de personnes soient rejointes, parfois même des personnes influentes comme des journalistes, ce qui peut permettre de mettre des enjeux à l'agenda (Jouët *et al.*, 2017, p. 45 ; Mendes *et al.*, 2019 ; Pepin *et al.*, 2023 ; Robert-Lamy, 2022 ; Schuster, 2013, p. 18). Les féminismes en ligne faciliteraient donc la convergence des luttes (Blandin, 2017, p. 11 ; Jouët *et al.*, 2017, p. 44 ; Schuster, 2013, p. 19) et donneraient de la force au mouvement féministe.

Toutefois, certain·e·s ont apporté des bémols quant au réel potentiel politique des féminismes en ligne, soulevant notamment que la plus grande inclusion que permet Internet reste partielle. Plusieurs recherches soulignent que les espaces en ligne ont été conçus pour inclure certains publics et en exclure d'autres (Mendes *et al.*, 2019, p. 38). Les contributions des féministes plus marginalisées, comme les personnes trans et/ou racisées, sont importantes (Clark, 2024 ; Jackson *et al.*, 2020), mais trop souvent marginalisées au sein des féminismes en ligne. Les initiatives plus *mainstream* ou virales sont fréquemment menées par des personnes blanches, jeunes et faisant partie d'une classe sociale moyenne ou aisée. Dans certains cas, cette réalité peut être expliquée par le fait qu'une implication soutenue dans ce genre d'initiatives est facilitée par le fait d'avoir du

temps libre et une certaine sécurité financière (Mendes et al., 2019, p. 79), mais aussi par les biais des algorithmes (Katz, 2020 ; Noble, 2018 ; Bishop et Rigakos, 2024) et des consommateur·ices de contenu.

De nombreux autres facteurs, moins évidents à première vue, jouent aussi un rôle important : la confiance en soi, la résilience émotionnelle, le statut social, la familiarité avec les plateformes utilisées, la présence d'une communauté de support autour de soi, voire d'un réseau féministe facilitent tous la participation aux féminismes en ligne (Mendes *et al.*, 2019). Certain·e·s chercheureuses soulignent aussi la nécessité de bien connaître le vocabulaire féministe : iels relèvent que les féminismes en ligne ont leur propre vocabulaire notamment composé d'abréviations, très utiles sur les plateformes qui limitent le nombre de mots des publications, mais également source de confusion pour les non-initié·e·s (Munro, 2013, p. 25). Cette exigence de familiarité à la fois avec les plateformes et le vocabulaire féministe plus récent participe à ce que les espaces en ligne soient davantage occupés par des féministes plus jeunes. Cela crée une fracture générationnelle avec les féministes plus âgées, les deux groupes évoluant souvent sans se croiser (Schuster, 2013).

Certains milieux en ligne sont aussi particulièrement intransigeants : l'ignorance par rapport à certains enjeux y est mal reçue, ce qui freine la participation de certain·e·s militant·e·s. Les chercheureuses parlent en ce sens d'une culture de la pureté militante qui contrecarre les efforts de mobilisation car elle mène à du découragement et à de l'autocensure (Ranger, 2022 ; Weil, 2017, p. 71-73). La forte présence d'harcèlement est également une barrière d'accès importante. Les mouvements antiféministes profitent eux aussi des avantages qu'offrent Internet et les médias sociaux, qui refusent souvent de modérer le contenu violent : leur présence y est donc très marquée (Clark, 2015, p. 49) et peut décourager certaines féministes de s'impliquer.

Plusieurs auteurices soulignent aussi que certaines actions menées en ligne rejoignent uniquement des personnes déjà convaincues (Robert-Lamy, 2022, p. 83) et que la grande effervescence parfois célébrée peut également finir par diluer les revendications et créer un effet de sursaturation (Clark, 2015, p. 63-64 ; Jouët *et al.*, 2017, p. 52). Sans compter que, comme nous l'avons vu, Internet, reste un endroit dominé par le capitalisme et considéré par certain·e·s comme peu propice à la lutte politique (Robert-Lamy, 2022, p. 23), notamment parce que les activistes en ligne sont constamment exploité·e·s par les plateformes sur lesquelles iels émettent leurs revendications.

Les liens entre les féminismes en ligne et les influences capitalistes et néolibérales sont ainsi de plus en plus considérés dans la littérature (Banet-Weiser, 2018 ; Schuster, 2013). En particulier, les études récentes entourant le *freelance feminism*¹⁴ (Curran-Troop *et al.*, 2024 ; Scharff, 2024) ouvrent de nouvelles questions encore peu explorées par la recherche : comment les nouvelles formes de promotion de soi, de *self-branding* et de précarité participent-elles à structurer les cultures féministes ? De quelles façons les *freelancers* féministes combinent-iels les activités individuelles et promotionnelles avec les politiques féministes collectives ? C'est dans cette ligne de questionnement que se situe ma recherche.

Féminismes en ligne et intimité

Ma recherche porte plus spécifiquement sur les pratiques féministes en ligne abordant l'intimité et la recadrant en des termes plus féministes : la reconstruction de l'intime. L'intimité active un processus d'identification, de rapprochement et de communauté (Balleys, 2019, p. 133), ce qui aiderait les féministes à faire passer leurs messages. Elle permet aussi de mettre de l'avant des émotions « négatives » comme la honte, l'échec, la mélancolie et la déprime et de contrer par-là

¹⁴ Je reviendrai sur le *freelance feminism* lors de l'élaboration de mon cadre conceptuel. Voir section 2.3.2.

l'injonction à la positivité du néolibéralisme¹⁵ (Gras-Velázquez et Maestre-Brotons, 2021, p. 6), notamment à travers la figure de la *Sad Girl* (Thelandersson, 2023)¹⁶. Les médias sociaux, étant des espaces où l'exposition de soi, de son intimité et de ses affects est particulièrement encouragée (Boullier, 2019a, p. 21 ; Granjon et Denouël, 2010 ; Jauréguiberry et Proulx, 2011, p. 114), sont un lieu où se reproduit cette injonction à la positivité, mais sont aussi particulièrement propices aux pratiques visant à la subvertir.

Ces caractéristiques peuvent donc faire de l'intimité une force politique importante pour les féministes en ligne, mais elles peuvent également être cooptées à des fins de *branding* ou de marketing de soi, ou de vente de biens et services (Balleys, 2019, p. 134 ; Gras-Velázquez et Maestre-Brotons, 2021, p. 7-9 ; Reade, 2021). Si l'authenticité joue un rôle crucial dans la capacité des créatrices de contenu à accroître leur visibilité et leur popularité sur les médias sociaux (Reade, 2021), il est également important de se demander ce qui reste caché derrière cette apparente volonté de se montrer « à nu ». Christina Scharff nous rappelle que ce n'est pas tout le monde qui est perçue comme « authentique » ou qui est aimée lorsqu'elle agit « authentiquement » (Scharff, 2024, p. 420). Scharff suggère que la capacité à « produire » de l'authenticité en ligne est liée au genre, à la classe sociale et à la racialisation, donnant en exemple une participante noire qui lui a affirmé « je ne peux pas nécessairement me changer moi-même pour être plus attirante pour les

¹⁵ L'injonction néolibérale à la positivité se traduit par la transformation du bonheur en une norme morale, qui stipule que les « bonnes » personnes sont celles qui sont heureuses ou qui cherchent à le devenir (Ahmed, 2010 ; Rottenberg, 2014). Cette injonction sert à camoufler les oppressions et à renforcer des normes sociales oppressives. En montrant des affects jugés « négatifs », certaines féministes participent donc à la subversion de ces normes. Pour plus de détails sur la définition de l'injonction à la positivité néolibérale, voir la section 2.3.3 de ce mémoire.

¹⁶ La figure de la *Sad Girl* peut être définie comme représentant « une jeune femme qui n'a pas honte de sa vie émotionnelle et qui exprime sans crainte sa douleur à la vue de toutes » (Zoe Alderton citée dans Thelandersson (2023, p. 157) – traduction libre). Elle émerge comme une réaction indirecte à la culture de l'*empowerment* qui demande aux femmes d'être toujours fortes et confiantes, et participe à « reconceptualiser la tristesse des femmes comme forme de protestation » (traduction libre) (Thelandersson, 2023, p. 11).

autres »¹⁷ (Scharff, 2024, p. 420). Josie Reade souligne aussi en ce sens que certaines imperfections physiques restent plus acceptables que d'autres et que les influenceuses choisissent stratégiquement le degré de « négativité » qu'elles afficheront afin de ne pas perdre des abonné·e·s. Reade montre ainsi tout le travail émotionnel et l'autodiscipline qui perdure derrière ces représentations « naturelles » et postule que ces révélations de soi sensibles faites sur Instagram sont régies par des « règles émotionnelles » qui stipulent comment les jeunes femmes doivent se comporter dans un contexte « post féministe », néolibéral et commercial (Reade, 2021, p. 543, 549). Le fait d'accepter et d'accueillir pleinement sa vulnérabilité doit en ce sens participer à un processus qui mène à l'amour de soi, et éventuellement au développement de sa force, de son pouvoir personnel et de sa confiance en soi (Orgad et Gill, 2021, p. 4, 21). En d'autres mots, c'est la sphère intime, la relation que l'on entretient avec son univers intérieur et ses émotions, qui se retrouvent ici soumises aux normes néolibérales.

Le développement personnel, le bien-être et le *selfcare* sont des thématiques omniprésentes dans les itérations néolibérales du féminisme (Banet-Weiser *et al.*, 2020) et elles incarnent bien la tension entre l'individualisation et la politisation au sein de la reconstruction de l'intime. Certain·e·s font valoir que le *selfcare* est capital au sein des mouvements féministes, tout simplement parce que le féminisme a besoin pour exister de féministes en santé, en forme et disponibles (Mendes *et al.*, 2019, p. 95) et que l'estime de soi est nécessaire pour arriver à formuler des critiques féministes, en particulier dans l'espace public (Banet-Weiser, 2018, p. 90). Dans un jeu de miroir fort intéressant, l'engagement politique lui-même est parfois représenté comme une forme de *selfcare* : le fait de sentir qu'on peut changer les choses, de refuser de « ne pas compter »

¹⁷ Cette citation, originellement en anglais, a été librement traduite par l'auteurice de ce mémoire. Il en va de même pour toutes les citations tirées d'un texte en anglais qui suivront.

(*a refusal not to matter*) auraient des impacts positifs sur la santé mentale, alors que l'inaction face aux injustices aurait au contraire un effet négatif sur la santé mentale (Clark, 2015, p. 64 ; Mendes *et al.*, 2019, p. 96). D'autres affirment plutôt que la représentation du développement personnel ou du *selfcare* comme étant des moyens d'action féministes détournerait l'attention des enjeux structurels pour faire de la lutte aux inégalités une responsabilité individuelle¹⁸ (Mendes *et al.*, 2019, p. 95) et participerait à la mise de l'avant de valeurs néolibérales (le développement de soi, la réalisation de soi, l'amélioration de soi dans une visée économique) (Banet-Weiser, 2018 ; Gras-Velázquez et Maestre-Brotons, 2021). Les médias sociaux sont des endroits où le développement personnel et le *selfcare* sont mis en scène et monétisés : non seulement les plateformes profitent des publications faites à ce sujet, mais des industries se présentent également comme soutenant l'estime et la confiance en soi des jeunes filles pour augmenter leurs profits¹⁹. L'intimité devient alors un lieu de production, où il faut s'améliorer constamment en prenant toujours mieux soin de soi, reproduisant les idéaux néolibéraux d'optimisation et de productivité (Banet-Weiser, 2018, p. 77). Ces constats tirés de la littérature vont donc dans le même sens que mon intuition initiale : la façon dont la reconstruction de l'intime met en scène l'intimité, et en particulier le soin de soi, pourrait bel et bien avoir un potentiel politique, mais aussi s'insérer dans un cadre néolibéral dépolitisant.

¹⁸ Les récits mettent par exemple de l'avant la façon dont des individus braves arrivent à surmonter des problèmes systémiques (comme le sexisme, l'homophobie, le racisme) grâce à leur résilience, leur optimisme, leur estime de soi, leur autonomie, leur motivation personnelle et leur intelligence émotionnelle (Gras-Velázquez et Maestre-Brotons, 2021, p. 15). Banet-Weiser explique par exemple que la confiance en soi est représentée au sein du féminisme populaire comme une panacée qui permettrait d'atteindre l'équité salariale, de faire cesser l'exploitation du travail des femmes et de faire éclater le plafond de verre (Banet-Weiser, 2018, p. 93). Ces narratifs donneraient l'impression que notre rôle dans l'ébranlement des relations de pouvoir genrées est de nous transformer nous-mêmes (Banet-Weiser, 2018, p. 128).

¹⁹ On peut penser notamment aux campagnes de Dove pour l'estime de soi (Banet-Weiser, 2018, p. 75-76).

1.2.3 L'action politique informelle

Afin de mieux comprendre le potentiel politique des féminismes en ligne, et plus particulièrement de la reconstruction de l'intime, je me suis intéressée aux théories de l'action politique informelle (Bherer *et al.*, 2023). Ce champ de la science politique examine les actions qui, comme la reconstruction de l'intime, sortent de l'acceptation traditionnelle de l'action politique. Les théories de l'action politique informelle ont entre autres cherché à distinguer ce qui constitue, et ne constitue pas, une action politique. La revue de la littérature permet ainsi de dégager quatre éléments principaux qui devraient être pris en compte pour déterminer le caractère politique d'une action. Tout d'abord, certain·e·s auteurices mettent de l'avant l'intentionnalité : si les participant·e·s à une action expriment une intention politique, alors celle-ci est aussi considérée comme politique (Theocharis et van Deth, 2018 ; van Deth, 2014). Deuxièmement, d'autres auteurices considèrent que des actions sont politiques lorsque de la coordination entre les participant·e·s auxdites actions est nécessaire : Paul Lichterman et Nina Eliasoph ont ainsi proposé une théorisation de l'action civique centrée sur une coordination continue (Lichterman et Eliasoph, 2014, p. 802). Cette approche de l'action politique est plutôt relationnelle, et considère que l'action politique est un lieu où les citoyen·ne·s apprennent la solidarité, l'organisation collective et les façons dont l'action collective peut régler certains problèmes (Lichterman et Eliasoph, 2014, p. 808). Troisièmement, des théoricien·ne·s considèrent l'action politique comme prenant place d'abord et avant tout dans un contexte conflictuel (Bayat, 2010). Finalement, certain·e·s, comme Camille Hamidi, considèrent l'action politique comme prenant bel et bien place dans un contexte conflictuel, mais surtout comme étant orientée vers l'esprit public, généralement défini comme l'invocation de principes de justice, le dévouement à des questions de bien commun ou encore une montée en généralité (Hamidi, 2006, p. 11).

La revue de la littérature nous permet aussi de constater qu'aucun de ces éléments considéré isolément n'est suffisant pour déterminer le caractère politique d'une action. L'intention des personnes est souvent difficile à mesurer parce qu'il n'est pas toujours possible d'avoir accès à cette information (Foden, 2012, p. 148-153). La mesure est aussi souvent biaisée par les choix des chercheuses, qui étudient des actions qu'elles voient déjà comme politiques (Yates, 2015) ou qui interviewent des personnes qu'elles savent déjà très politisées (Barnard, 2011). Mais surtout, plusieurs chercheuses argumentent que les effets d'une action ne sont pas nécessairement reliés aux intentions qui la propulsent, et que des actions effectuées avec une intention politique peuvent n'avoir aucun effet politique, alors qu'au contraire, des actions effectuées sans intention politique peuvent avoir des effets politiques (Carolsfeld et Erikson, 2013 ; Dobernig et Stagl, 2015 ; Scott, 2000).

Quant à la coordination, des chercheuses ont montré que certaines actions peuvent être très bien coordonnées, et même porter sur un sujet politique (comme l'accueil des réfugiés·e·s) mais être vécues sans motivation ou conscience politique (Monforte *et al.*, 2021). Dans ce cas-ci, la coordination ne semble pas suffisante pour qualifier une action de politique, et les auteures proposent donc de distinguer les actions charitables et compassionnelles des actions politiques. Les théories féministes permettent également d'éclairer les failles du simple critère de coordination pour déterminer le caractère politique d'une action. bell hooks nous invite ainsi à différencier la solidarité politique du simple soutien. Elle affirme que la solidarité repose sur une communauté d'intérêts, de croyances et de buts partagés. La solidarité se fonde ainsi sur un engagement continu, alors que le soutien, de son côté, peut n'être qu'occasionnel, et peut être retiré aussi facilement qu'il a été donné (hooks, 2014, p. 67). Elle insiste également sur le danger de rester dans des groupes où les participant·e·s sont semblables et partagent des valeurs similaires, argumentant

plutôt la nécessité d'accepter qu'il puisse y avoir confrontation, affirmant que si les femmes évitent toujours le conflit pour être « en sécurité », nous ne connaissons peut-être jamais un changement révolutionnaire (hooks, 2014, p. 66-67). Toutes les mises en relation ne s'équivalent donc pas sur le plan politique et le fait de considérer la coordination conjointement à l'intention politique et à la conflictualité apparaît essentiel.

Plusieurs auteurices ont également insisté sur le fait que le contexte conflictuel ne peut pas, à lui seul, permettre de déterminer si une action est ou non politique, et qu'il est nécessaire de considérer la nature du conflit et la façon dont celui-ci se construit, proposant de lier cette approche avec celle de l'esprit public (Hamidi, 2006 ; Patsias, 2016). Éric Darras a quant à lui critiqué la notion d'esprit public parce qu'elle pourrait conduire à « surestimer les possibilités d'une conscience, d'un discours, et d'une efficacité politiques offerts aux plus démunis en déniait précisément la réalité de la détention par les membres du champ politique du monopole des instruments de production des problèmes et d'opinions légitimes » (Darras, 1998, p. 9). Autrement dit, considérer qu'une action est politique parce qu'elle comporte une préoccupation pour le bien commun ou qu'elle invoque des principes de justice ne prend pas en compte le fait qu'une action politique devrait être capable de produire des effets, ce qui demande l'instauration d'un certain rapport de force. Ce rapport de pouvoir pourrait par contre être établi par la coordination entre les participant·e·s, qui représente souvent la grande force des mouvements militants traditionnels. Aucun de ces quatre éléments, soit l'intentionnalité, la coordination, le conflit et l'esprit public, n'est donc suffisant en lui-même pour évaluer si une action est politique, mais bien souvent, ils se révèlent complémentaires.

Si les actions politiques informelles peuvent être considérées comme de l'activisme en elles-mêmes, certain·e·s soulignent aussi qu'elles s'inscrivent au sein de pratiques politiques plus larges. Cette perspective rejoint le concept de diversité des tactiques, une approche de l'action politique qui promeut « une cohabitation des répertoires d'action et non leur unification » (Sénac, 2021, p. 191) ainsi qu'une « complémentarité des tactiques entre activistes et collectifs en fonction des spécificités et des capacités de chacun·e. » (Sénac, 2021, p. 264). Il est toutefois essentiel de noter que le concept de diversité des tactiques a d'abord été pensé pour inclure les stratégies d'actions directes qui peuvent inclure des dommages matériels à certains biens — souvent qualifiées de « violentes » par les médias — dans le registre des stratégies politiques légitimes, jusqu'alors dominé par la non-violence (Conway, 2003). Il a ensuite été resignifié, pour parler aussi de l'inclusion de stratégies moins radicales, ou de la nécessité de s'engager pour le changement à la fois à l'intérieur et à l'extérieur des structures. Ce changement de sens est critiqué dans la littérature : Conway (2003) fait remarquer que ce glissement mène à l'exclusion et à la condamnation des actions politiques violentes, ce qui crée une division hiérarchique parmi les activistes et trahit le sens original du terme. D'autres font valoir que le fait de considérer l'action directe comme une forme « plus élevée » d'activisme relève d'une conception genrée qui contribue à ce que les hommes soient vus comme de « meilleurs » activistes que les femmes (Craddock, 2019). Le fait d'élargir la définition du concept de diversité des tactiques serait ainsi une manière de le rendre plus inclusif, non seulement sur le plan du genre, mais aussi pour les personnes pour qui l'action directe est moins accessible, notamment les personnes vivant avec un handicap ou les personnes dont le statut d'immigration précaire amplifie la gravité des conséquences juridiques des actions militantes illégales.

Cette revue de la littérature concernant l'action politique informelle permet donc d'identifier quatre éléments complémentaires pour évaluer le potentiel politique d'une action : l'intentionnalité, la coordination, le conflit et l'esprit public. Elle permet aussi de situer l'action politique informelle à la fois comme une forme d'activisme légitime en elle-même, et comme s'inscrivant dans une stratégie politique plus large de diversité des tactiques.

1.3 Problématique

Les médias sociaux, sur lesquels se déroulent la reconstruction de l'intime, sont donc à la fois un lieu potentiel d'émancipation et d'aliénation. S'ils offrent des possibilités de mobilisation politique inédites pour les activistes, ils sont aussi porteurs de la logique néolibérale et ils exploitent le travail gratuit des militant·e·s. L'exposition de son intimité, encouragée par les médias sociaux, peut de son côté être la source d'une reprise de pouvoir pour les personnes opprimé·e·s, puisqu'elle est associée à la capacité de prendre la parole, de s'exprimer et à un processus de construction positive de son identité. Elle est aussi mobilisée par les féministes en ligne comme une force politique, permettant de remettre en question l'injonction à la positivité néolibérale et de capter l'attention du grand public. Par contre, elle est en même temps parfois vécue comme un impératif de réputation sociale nécessitant une forme d'autodiscipline et générant des insécurités face aux injonctions de performance et de positivité. Elle peut également être cooptée à des fins de *branding* et de marketing de soi, ou même de vente de biens et services, et peut détourner l'attention des enjeux structurels pour faire de la lutte féministe une responsabilité individuelle. Ainsi, la reconstruction de l'intime peut s'inscrire dans un processus d'émancipation féministe et, en même temps, dans un cadre néolibéral dépolitisant. La dépolitisation et l'émancipation sont donc ici les deux faces d'un même phénomène, mais leur articulation est encore mal comprise. Les théories de l'action

politique informelle nous apprennent que déterminer le caractère politique d'une action nécessite la prise en compte de multiples facteurs. Les études sur les féminismes en ligne commencent à considérer leurs interaction avec le néolibéralisme (Banet-Weiser, 2018 ; Curran-Troop *et al.*, 2024 ; Scharff, 2024 ; Schuster, 2013), mais ce champ d'étude reste nouveau. Les études publiées croisant ces questions avec le rapport à l'intime (Rogan et Budgeon, 2018 ; Weil, 2017), à la santé mentale et au bien-être (Thelandersson, 2023) sont peu nombreuses et à ma connaissance, aucune ne s'est déroulée en contexte québécois.

Afin de contribuer à éclairer cette articulation entre féminisme en ligne, intimité et néolibéralisme, je pose donc les questions de recherche suivantes : comment la reconstruction de l'intime sur les médias sociaux possède-t-elle une dimension collective et émancipatrice ? Et au contraire, comment devient-elle source d'individualisation et de dépolitisation des enjeux féministes ?

CHAPITRE 2

CADRE CONCEPTUEL

Afin de pouvoir répondre à ces questions, je construis un cadre conceptuel en trois temps. D'abord, j'explore les concepts issus des théories féministes qui me permettront de comprendre le potentiel émancipateur de la reconstruction de l'intime. Par la suite, je me tourne vers les théories de l'action politique informelle afin de déterminer le caractère politique de la reconstruction de l'intime. Finalement, je m'attarde au néolibéralisme et à son influence sur le féminisme, afin de réfléchir à son potentiel dépolitisant.

2.1 Le potentiel émancipateur de la reconstruction de l'intime : l'apport des théories féministes

Afin de comprendre le potentiel émancipateur de la reconstruction de l'intime, je mobilise un cadre conceptuel basé sur les théories féministes. Dans un premier temps, cette section présente les concepts avec lesquels j'analyse activement mes données, et qui me permettent de mieux comprendre la fonction politique de la reconstruction de l'intime : les discours contre-normatifs et l'*empowerment* des personnes marginalisées. Dans un deuxième temps, cette section explore les concepts utiles pour situer mes observations et les lier aux traditions et aux mouvements féministes plus larges : la politisation du privé, le féminisme du quotidien et la prise de conscience.

2.1.1 La fonction politique de la reconstruction de l'intime : discours contre-normatifs et *empowerment*

Le concept de **discours contre-normatifs** est essentiel pour comprendre la fonction politique que peut remplir la reconstruction de l'intime. Le processus de production et de diffusion de ces discours s'inscrit dans « des arènes discursives parallèles dans lesquelles les membres des groupes sociaux subordonnés élaborent et diffusent des contre-discours, ce qui leur permet de développer

leur propre interprétation de leurs identités, de leurs intérêts et de leurs besoins » (Fraser, 2011, p. 126-127) – ce que la philosophe féministe Nancy Fraser (2011) appelle les contre-publics subalternes, mais qu'on pourrait aussi comparer aux communautés interprétatives analysées par Hélène Breda (2017). Ces espaces de « repli et de regroupement » (Fraser, 2011, p. 128) permettent d'abord la co-construction d'analyses ainsi que la circulation et la démocratisation des savoirs entre membres de la communauté subalterne — ils peuvent par exemple fournir aux personnes marginalisées « des outils conceptuels qui leur permettront d'affûter leur esprit critique et d'apprendre à mieux identifier [les discours opprimants] » (Breda, 2017, p. 102). Les discours contre-normatifs peuvent également prendre la forme de nouvelles représentations alternatives pour les personnes marginalisées. Celles-ci permettent une évolution et une transformation identitaire (Rhanim, 2024, p. 6), une reconfiguration des rôles identitaires (Breda, 2017, p. 105) ainsi que le développement d'une compréhension positive de soi (Fraser, 2011, p. 18). Ces discours peuvent ensuite se diffuser dans un espace plus large que celui du contre-public, en utilisant par exemple la pédagogie comme stratégie politique (Breda, 2017, p. 111) dans le but de faire évoluer les normes sociales à plus large échelle.

L'*empowerment*, de son côté, désigne un processus de reprise de pouvoir par les opprimé·e·s : un pouvoir multidimensionnel qui inclut le « pouvoir de » (qui rend apte à accomplir les choses), le « pouvoir avec » (un pouvoir collectif et politique) et le « pouvoir intérieur » (qui renvoie « à la confiance en soi et à la capacité de se défaire des effets de l'oppression intériorisée ») (Calvès, 2009, p. 739). L'*empowerment* a ainsi une composante plutôt individuelle (le pouvoir intérieur), mais celle-ci est conceptualisée comme indissociable d'une dimension plus collective (le pouvoir avec) — Armelle Weil parle en ce sens du lien entre la revendication « d'un changement social et [l'émergence de] la possibilité de maîtriser sa vie (*empowerment*) » (Weil, 2017, p. 74) dans les

méthodes d'action féministe développées dans les années 70. Il est toutefois essentiel de noter que les discours féministes ayant intégré une perspective néolibérale tendent à reprendre le terme « *empowerment* », mais en en détournant le sens afin d'évacuer complètement la dimension collective et politique, et de se concentrer sur la dimension individuelle et économique²⁰.

2.1.2 L'ancrage de la reconstruction de l'intime dans les traditions féministes : politisation du privé, féminisme du quotidien et prise de conscience

La notion de **politisation du privé**, développée par les féministes radicales, est centrale pour comprendre l'ancrage de la reconstruction de l'intime dans les traditions féministes. Ce concept suggère, d'une part, que ce qui se joue dans la sphère privée a des effets sur la participation des femmes à la sphère publique, en limitant par exemple leur vie professionnelle et leur implication politique et, d'autre part, que la sphère privée est un lieu de reproduction des rapports de pouvoir. Ainsi, énoncer que « le privé est politique » a permis de faire valoir la dimension politique de certains enjeux qui étaient jusqu'alors considérés sur une base purement individuelle, comme la violence conjugale, l'accès à la contraception ou le droit à l'avortement (Bereni et Revillard, 2009 ; Peterson, 1992, p. 45). Se faisant, les militantes ébranlaient aussi la vision même de la vie comme étant séparée en deux sphères distinctes et séparées, le privé et le public : cette division ne serait pas naturelle, mais bien construite et servirait à maintenir les femmes dans un état d'oppression en empêchant leur pleine participation aux affaires publiques et en masquant la domination qui se déroule dans le « privé ».

Comme la reconstruction de l'intime est souvent très imbriquée dans le quotidien et la vie personnelle des militant·e·s, j'utilise aussi le concept de **féminisme du quotidien** (*everyday*

²⁰ C'est notamment un aspect de la critique que développe Banet-Weiser (2018) à propos du féminisme populaire et ce qui explique la prégnance des discours entourant l'importance de développer sa confiance en soi — voir aussi la section 2.3.2 du présent chapitre.

feminism) pour situer son potentiel politique dans les traditions féministes. Le féminisme du quotidien comprend des pratiques plutôt individuelles qui contestent les inégalités de genre dans la vie de tous les jours (Schuster, 2017, p. 648). Il peut ainsi s'incarner dans la création de « bulles féministes » (des cercles sociaux qui permettent de discuter et de se protéger du sexisme), dans l'amélioration de soi (*self-improvement*) pour mieux incarner les valeurs féministes et dans l'éducation des autres, en ayant par exemple des discussions qui remettent en question des idées sexistes avec ses proches (Schuster, 2022, p. 124-130). Dans un contexte en ligne, le féminisme du quotidien s'incarne également dans des pratiques telles que la critique profane d'œuvres culturelles, comme des films et des séries télévisées (Breda, 2017) qui permettent la production et la diffusion de discours contre-normatifs. Dans tous les cas, ces actions politiques ne sont pas nécessairement menées ni par des expert·e·s, ni par des militant·e·s aguerrri·e·s, mais par des gens « ordinaires ». Le féminisme du quotidien est une façon de réagir au sexisme perversif, omniprésent et presque invisible, une forme de sexisme difficilement attaquant à travers l'action politique plus institutionnalisée. Il ne s'agit pas d'une forme de militantisme passive, mais bien active qui requiert une conscience féministe constamment en alerte. Bien sûr, ces pratiques existent depuis longtemps, toutefois le fait de les nommer, d'affirmer leur importance et de reconnaître leur caractère politique est assez nouveau (Schuster, 2017, p. 649).

Un dernier concept pertinent pour expliquer le lien de la reconstruction de l'intime avec les traditions féministes est la **prise de conscience**. Ce concept émerge en fait d'une stratégie militante, les *consciousness raising groups* (ou groupes de prise de conscience). Ces groupes étaient conçus comme un moyen pour engendrer une révolution féministe : les femmes venaient y parler de leurs problèmes « personnels », mais le partage des expériences permettait aux participantes de se rendre compte que ces problèmes étaient en fait politiques (Rosenthal, 1984, p. 309). La stratégie était

donc directement liée à la théorisation entourant la politisation du privé. Inspirées entre autres par l'École de Francfort, les féministes radicales croyaient que la révolution ne serait possible que si on changeait complètement le contexte culturel : l'émancipation était par conséquent institutionnelle, mais aussi psychologique (Rosenthal, 1984, p. 312), d'où l'importance de travailler activement à créer une prise de conscience chez le plus de femmes possible par l'entremise de ces groupes. Les féministes croyaient également, un peu comme Marx, que la prise de conscience provoquait de la colère et de la frustration, qui à leur tour nourriraient une envie de se mettre en action. La dimension d'échange de ces groupes créait aussi des espaces de sociabilité et de solidarité. Ainsi, les groupes de prise de conscience permettraient aux féministes de grossir leurs rangs et de devenir un mouvement « de masse » - une condition préalable à la révolution (Rosenthal, 1984, p. 313).

2.2 Le potentiel émancipateur de la reconstruction de l'intime : l'apport des théories de l'action politique informelle

Afin de déterminer le potentiel politique de la reconstruction de l'intime, il est également essentiel de déterminer son *caractère* politique. Pour ce faire, je mobilise les théories de l'action politique informelle. Comme nous l'avons vu dans la revue de la littérature, aucun des éléments proposés par ce champ de la science politique pour déterminer la nature politique d'une action ne suffit en lui-même, mais bien souvent, ils se révèlent plutôt complémentaires. Je mobilise donc conjointement les quatre principaux éléments mis de l'avant par les théories de l'action politique informelle, tels qu'identifiés dans la littérature, dans mon cadre conceptuel. Ces quatre éléments sont : l'intentionnalité (l'expression par les participant·e·s à une action d'une intention politique) (Theocharis et van Deth, 2018 ; van Deth, 2014), la coordination entre les participant·e·s

(Lichterman et Eliasoph, 2014), la présence d'un conflit (Bayat, 2010) et l'orientation vers l'esprit public (c'est-à-dire l'invocation des questions de bien commun) (Hamidi, 2006, p. 11).

2.3 Le potentiel dépolitisant de la reconstruction de l'intime : la néolibéralisation du féminisme

La reconstruction de l'intime donne lieu à des actions qui sont menées d'abord et avant tout par des individus plutôt que par des groupes, et qui s'adressent à d'autres individus en les invitant le plus souvent à poser des actions individuelles plutôt que collectives pour créer du changement politique. Son potentiel dépolitisant semble donc venir de son rapprochement avec le néolibéralisme. Dans cette section, je commencerai par définir le néolibéralisme et les façons dont il s'intègre aux féminismes, en particulier aux féminismes en ligne, puis je m'attarderai à trois concepts qui me permettront d'éclairer les discours liés à la reconstruction de l'intime, soit l'entrepreneuriat de soi, l'individualisme et l'injonction au bonheur.

2.3.1 Le néolibéralisme : définition

Le terme « néolibéralisme » a été utilisé de multiples façons, à la fois en théorie politique et par des groupes militants : ces différentes utilisations ont néanmoins en commun l'association de cette idéologie avec un ensemble de valeurs économiques comprenant le libre-marché, la dérégulation, la compétition et la faible implication de l'État (Schuster, 2022, p. 30). À la suite de Wendy Brown (2015, p. 115-150), elle-même influencée par les théorisations foucaaldiennes et marxistes du néolibéralisme, je définis ce dernier comme une rationalité politique et un mode de gouvernance. Je comprends ainsi l'objectif du néolibéralisme comme étant la modification et l'influence du comportement des groupes et individus composant la société (Malette, 2006, p. 59). Pour ce faire, celui-ci « se déplace constamment entre la gestion étatique et le fonctionnement interne des individus, qu'il construit normativement et interpelle en tant qu'acteurs

entrepreneuriaux » (Rottenberg, 2014, p. 420). Le néolibéralisme produit donc des subjectivités entrepreneuriales et fait s'appliquer la logique du marché à la manière dont l'individu se conçoit lui-même et conçoit sa propre vie, l'encourageant à constamment travailler sur lui-même, à chercher à faire de son « entreprise de vie » un succès, en devenant toujours plus performant, rationnel, compétitif et autonome. Ce succès est défini en termes économiques, mais pas seulement : l'individu entrepreneur de lui-même est aussi responsable de son éducation, de sa santé et de son bonheur. Afin de se rendre réellement maître de son destin, l'individu devrait donc maximiser la gestion de son existence en se comportant comme une petite entreprise individuelle (Clément, 2020, p. 147, 153 ; Foucault et Senellart, 2008, p. 226 ; Schuster, 2022, p. 31-32). Le néolibéralisme amène dès lors l'individu à se concentrer sur lui-même. Ce focus se manifeste entre autres à travers la discipline, le contrôle de soi et le soin de soi, dans des formes aussi variées que la méditation quotidienne et les techniques de surveillance de masse. Le soin de soi est ici une façon d'augmenter le capital économique de l'individu qui le pratique — et sa capacité à prendre soin de lui-même et à « réussir » sa vie devient une mesure morale (Schuster, 2022, p. 33).

Loin d'être uniquement une question de politiques gouvernementales et d'économie, le néolibéralisme infuse ainsi toutes les sphères du social, y compris la vision du monde et d'eux-mêmes qu'ont les individus, leurs décisions personnelles, leurs attentes sociales, etc. (Schuster, 2022, p. 33). Tous les aspects de l'existence humaine sont configurés en termes économiques et soumis à la logique du marché. Cette perspective holistique a été reprise dans plusieurs analyses féministes du néolibéralisme (Rottenberg, 2014 ; Schuster, 2022) — elle est d'ailleurs en phase avec le postulat féministe sur la nature politique de la sphère privée, et me permettra donc de considérer l'influence du néolibéralisme sur les pratiques liées à la reconstruction de l'intime.

Le néolibéralisme contribue activement à la dépolitisation des mouvements sociaux. D'un point de vue marxiste, le néolibéralisme favorise l'aliénation en transformant les travailleuses en entrepreneuses concurrent·e·s qui ne partagent prétendument aucun intérêt politique mais qui sont individuellement responsables de leur bien-être économique personnel (Schuster, 2022, p. 30 — voir aussi Brown, 2015). Le néolibéralisme a aussi une conception très précise de la liberté : celle-ci doit permettre aux individus d'augmenter leur capital personnel en poursuivant leurs intérêts individuels, et toutes les autres versions du concept de « liberté », y compris celles qui motivent les projets d'émancipation et de justice sociale, sont rejetées et accusées de menacer les droits individuels (principalement économiques) fondamentaux (Schuster, 2022, p. 34). Le néolibéralisme, finalement amène à concevoir les individus comme étant les seuls responsables de leur situation, ce qui efface l'influence des problèmes politiques et structurels les affectant.

Il est toutefois essentiel de se rappeler que si le néolibéralisme est bel et bien une force *structurante* autant dans la sphère publique que privée, il n'est tout de même pas une force *déterminante* — bien que son influence soit considérable, il reste possible d'en être critique et d'y résister (Curran-Troop *et al.*, 2024).

2.3.2 L'intégration des valeurs néolibérales au féminisme

Il existe plusieurs modèles théoriques de la dépolitisation du féminisme à cause de son intégration des valeurs néolibérales, ce que j'appelle la néolibéralisation du féminisme. Dans le cadre de cette recherche, j'en retiens trois : le féminisme néolibéral tel que décrit par Catherine Rottenberg (2014), le féminisme populaire tel que décrit par Sarah Banet-Weiser (2018) et finalement le féminisme *freelance* conceptualisé par Hannah Curran-Troop, Rosalind Gill et Jo Littler (2024).

Le modèle du **féminisme néolibéral** de Rottenberg est un féminisme individualiste, qui évite les questions de justice sociale et collective. Le « sujet féministe » dans ce paradigme, est responsable de son bien-être et de prendre soin de lui-même²¹. On se retrouve face à une subjectivité féministe entrepreneuriale, au sens où celle-ci est orientée vers l'optimisation de ses ressources, à travers les calculs incessants, l'initiative personnelle et l'innovation (Rottenberg, 2014, p. 422). Le féminisme néolibéral encouragerait les femmes à « interioriser la révolution » (Rottenberg, 2014, p. 426), à se transformer elles-mêmes, à prendre confiance en elles et à surmonter leurs « obstacles intérieurs ». Le tout demande une surveillance constante de soi (Rottenberg, 2014, p. 424) qui peut être liée au médium même des médias sociaux où l'exposition constante du sujet au regard des autres peut favoriser l'autosurveillance (Rogan et Budgeon, 2018, p. 6), un peu comme dans le modèle panoptique foucauldien²².

Ainsi, le féminisme néolibéral fait de l'activité politique un projet individuel, voire psychologique. Le changement est conceptualisé en termes intérieurs, affectifs, voire solipsistes. Catherine Rottenberg affirme que ce qui distingue le féminisme néolibéral, c'est le fait qu'il n'y a pas d'orientation au-delà de soi-même. La révolution, en d'autres termes, n'est plus une mobilisation

²¹ À cet effet, le féminisme néolibéral s'insère dans ce que plusieurs autrices féministes appellent la rhétorique du choix. Ce terme décrit à la fois l'importante prévalence de la notion de choix dans les discours féministes, mais également la façon dont elle agit pour évacuer le caractère systémique des oppressions et les présenter comme le résultat de choix faits par les individus, qui seraient donc responsables de leur situation (Baker, 2005, 2008 ; Szczepanik, 2013).

²² Le modèle panoptique est un projet d'architecture carcérale de forme circulaire. Au centre se trouve une tour d'observation, tandis que les prisonnier·ère·s sont tout autour, isolé·e·s. La tour principale est construite de manière à ce que les prisonnier·ère·s ne puissent pas savoir si un·e garde se trouve effectivement dans la tour. L'effet principal du panoptique est donc que les prisonnier·ère·s ont le sentiment d'être toujours observé·e·s et agissent en conséquence en s'auto-disciplinant. Foucault affirme que toute la société est construite sur ce modèle ce qui permet au contrôle de s'exercer de manière cachée, voire internalisée plutôt que seulement coercitive (Foucault, 2014).

de masse, mais une activité intériorisée et individuelle, ce qui la prive ainsi de tout potentiel politique au sens arendtien d'« agir de concert »²³ (Rottenberg, 2014, p. 426).

Sarah Banet-Weiser s'est de son côté intéressée au **féminisme populaire**. Elle le définit comme un féminisme accessible, aimé et admiré par un grand nombre de personnes et qui fait partie d'un écosystème où certains féminismes sont plus visibles que d'autres (Banet-Weiser, 2018, p. 1). Selon son analyse, le féminisme populaire, le plus visible, serait principalement un féminisme qui ne menace pas trop l'ordre établi : il serait restructuré pour s'inclure facilement au système capitaliste et néolibéral en place et encouragerait par exemple la commercialisation, la marchandisation, le carriérisme, le succès économique, l'individualisme et une subjectivité entrepreneuriale. Fondamentalement, c'est un féminisme qui nous distrait des problèmes et des critiques structurelles (Banet-Weiser, 2018, p. 17). En résumé, le féminisme populaire semble à la fois être partout et nulle part : il est populaire, mais pas toujours puissant (Banet-Weiser, 2018, p. 179). Banet-Weiser situe le féminisme populaire dans le contexte de l'économie de la visibilité, où la visibilité n'est plus perçue comme menant à quelque chose d'autre ou comme faisant partie d'une lutte politique, mais plutôt comme contenant l'action politique elle-même (Banet-Weiser, 2018, p. 22-23). Autrement dit : la visibilité devient une fin en soi, comme si le fait de voir ou de consommer le féminisme était la même chose que changer les structures patriarcales (Banet-Weiser, 2018, p. 4). La visibilité change aussi de signification : elle n'est plus agitatrice mais s'insère plutôt dans des modes, des tendances (Banet-Weiser, 2018, p. 24), ce qui dépolitise le féminisme.

²³ Arendt propose en effet de concevoir le pouvoir comme un pouvoir d'agir, un pouvoir en commun : « le pouvoir correspond à l'aptitude de l'homme (*sic*) à agir, et à agir de façon concertée. Le pouvoir n'est jamais une propriété individuelle ; il appartient à un groupe et continue de lui appartenir aussi longtemps que ce groupe n'est pas divisé. » (Hannah Arendt citée par Quelquejeu (2001, p. 516)).

Autant dans le cas du féminisme populaire de Banet-Weiser que du féminisme néolibéral de Rottenberg, l'enjeu n'est pas seulement de questionner l'utilité de ces itérations néolibéralisées du féminisme, mais également de se demander si elles nuisent activement à l'abolition de tous les systèmes d'oppression. En effet, Rottenberg nous explique que le féminisme néolibéral est nécessaire à la reproduction du système démocratique, capitaliste et néolibéral lui-même. Elle argumente que le féminisme néolibéral permet de « domestiquer » le féminisme, d'éviter qu'il souligne les contradictions constitutives de la démocratie libérale et de justifier l'impérialisme (Rottenberg, 2014, p. 433). Banet-Weiser de son côté souligne que, de par la place qu'il occupe, le féminisme populaire invisibiliserait d'autres féminismes et d'autres féministes, souvent au détriment des femmes plus marginalisées (Banet-Weiser, 2018, p. 11-14).

Le **féminisme *freelance***, de son côté, met de l'avant la façon dont « les projets féministes opèrent désormais de plus en plus dans une économie de *gig* ; et comment des modèles de travail entrepreneurial précaire sont utilisés pour faciliter le travail féministe [...] en le soutenant, en le repensant et, potentiellement, en le menaçant. »²⁴ (Curran-Troop *et al.*, 2024, p. 318). Cette inscription du féminisme dans l'économie de *gig* offre notamment aux militant·e·s et travailleuses l'autonomie de faire un travail passionnant, innovant, épanouissant et engageant et de s'accomplir personnellement, mais cela implique également un travail exigeant et souvent non-rémunéré (Curran-Troop *et al.*, 2024) et peut mener à une édulcoration des revendications (Lauri et Lauri, 2024). Bien que des pratiques entrepreneuriales fassent partie du féminisme depuis

²⁴ L'économie de *gig* désigne une configuration économique dans laquelle les travailleuses sont amené·e·s à enchaîner des petits boulots ponctuels et précaires plutôt que d'occuper un poste à temps plein stable. Elle s'inscrit parfaitement dans la logique entrepreneuriale et dans l'idéal de productivité et d'optimisation constante mis de l'avant par le néolibéralisme. Ces « modèles de travail entrepreneurial précaire » comprennent notamment « des partenariats de marque, des plateformes de monétisation telles que Patreon et Substack, ainsi que des offres par abonnement » (Curran-Troop *et al.*, 2024, p. 318).

longtemps, un des éléments constitutifs du féminisme *freelance* est l'incitation à « être entrepreneurial·e à un niveau hautement individualisé et à se créer une marque personnelle » (Curran-Troop *et al.*, 2024, p. 322).

Ces trois modèles (le féminisme néolibéral, le féminisme populaire et le féminisme *freelance*) me fournissent ainsi des éléments me permettant de penser les interactions de la reconstruction de l'intime avec l'idéologie néolibérale.

2.3.3 Néolibéralisme et reconstruction de l'intime : entrepreneuriat de soi, individualisme et injonction au bonheur

Trois aspects de la néolibéralisation des féminismes semblent particulièrement pertinents pour analyser la reconstruction de l'intime : l'entrepreneuriat de soi et de son activisme ; l'individualisme et l'injonction au bonheur. Cette dernière section de mon cadre conceptuel s'attarde à les définir plus en détails.

L'entrepreneuriat de soi et de son activisme comprend deux aspects principaux, l'un sur le plan matériel et l'autre sur le plan subjectif. Bien qu'interreliés, je les sépare ici analytiquement. Sur le plan matériel, l'application de la logique entrepreneuriale à l'activisme féministe se traduit principalement par sa monétisation. À la suite de Christina Scharff (2024), je conceptualise la monétisation de manière large comme référant à l'ensemble des façons de générer un revenu à partir de l'activisme. Cela inclut non seulement la monétisation directe des activités militantes (Scharff, 2024, p. 409), mais aussi l'utilisation de l'activisme comme levier de développement de compétences, dans l'objectif premier d'en tirer des bénéfices professionnels ou d'en faire un tremplin de carrière (Duffy, 2017 ; Mendes *et al.*, 2019, p. 183 ; Scharff, 2024, p. 409). Sur le plan subjectif, la logique entrepreneuriale vient modifier le rapport que les militant·e·s entretiennent

avec leur activisme, et conséquemment, la façon dont iels l’agissent. Cela se traduit notamment par l’adoption de stratégies marketing et de *self-branding*, que l’on peut définir comme « le développement par les individus d’une image publique distinctive dans le but de faire des gains commerciaux et/ou culturels » (Khamis *et al.*, 2017, p. 191). L’objectif avoué du *self-branding* est souvent de devenir (plus) visible ou de maintenir sa visibilité — c’est une stratégie qui s’inscrit en ce sens dans l’économie de la visibilité conceptualisée par Banet-Weiser (2018) et dans l’économie de *gig* qui caractérise le féminisme *freelance*.

L’entrepreneuriat de soi et de son activisme se traduit aussi par l’adoption de pratiques liées au travail aspirationnel, c’est-à-dire un travail accompli dans le but d’en retirer des avantages dans le futur : généralement du capital social, des opportunités de carrière ou de célébrité (Duffy, 2017 ; Mendes *et al.*, 2019, p. 183). Le travail aspirationnel étudié par Duffy (2017), de même que celui lié à la reconstruction de l’intime, représente une forme de travail en ligne et souvent aussi de travail « de femmes »²⁵ (Duffy, 2017, p. 224), et il est en ce sens exploité. Les pratiques liées au *self-branding* et au travail aspirationnel sont par ailleurs susceptibles d’édulcorer les positions politiques des activistes, notamment parce que le fait d’être perçu·e comme « trop politique », « agressif·ve » ou « provoquant·e » peut faire perdre des opportunités (Lauri et Lauri, 2024, p. 469-471). Ces pratiques peuvent également être source de plaisir, de création de sens et d’expression et de réalisation de soi (Curran-Troop *et al.*, 2024, p. 319 ; Duffy, 2017, p. 46-48). Elles ne peuvent ainsi être considérées ni comme intrinsèquement authentiques ou aliénantes, émancipatrices ou oppressantes (Duffy, 2017, p. 79), mais plutôt comme toutes ces choses à la fois.

²⁵ Le travail de femmes serait un travail précaire, illimité, invisible et non-reconnu, réalisé gratuitement et donc exploité ainsi qu’extrêmement demandant en termes de temps et d’énergie. Il comporte aussi une forte dimension immatérielle et affective (Mendes *et al.*, 2019, p. 5, 30, 80-83 ; Robert-Lamy, 2022, p. 41-45, 101-111).

L'**individualisme** est également un concept central pour comprendre le potentiel dépolitisant de la reconstruction de l'intime. Celui-ci peut être défini comme une (sur)valorisation de l'individu, considéré comme la valeur suprême, à laquelle l'ensemble du social devrait se subordonner (Clément, 2020). Il mène donc à prioriser les intérêts individuels plutôt que le bien commun. L'individualisme postule aussi que les individus sont entièrement responsables pour leur situation (Schuster, 2022, p. 32). Dans les discours féministes, cela se traduit notamment par la prédominance de la notion de choix individuels, ce que certaines autrices appellent « “rhétorique”, “idéologie” ou “politique” du choix » (Szczepanik, 2013, p. 61). En ce sens, l'individualisme dissimule les enjeux collectifs et systémiques et empêche le développement d'un esprit public. Il est par conséquent un vecteur important de dépolitisation.

Un dernier concept essentiel pour comprendre le potentiel dépolitisant de la reconstruction de l'intime est l'**injonction au bonheur**. Celle-ci joue un rôle clé dans le fonctionnement de l'idéologie néolibérale et dans la néolibéralisation des féminismes : le bonheur « fait l'objet d'un calcul particulier, fonctionne comme une matrice de normalisation et sert à détourner l'attention des enjeux politiques collectifs » (Rottenberg, 2014, p. 429). Cette injonction étouffe d'abord des émotions « négatives » (comme la tristesse ou la colère) qui nuisent au bon fonctionnement des systèmes hégémoniques (Ruti, 2018). Ensuite, des figures comme celle de la mère de famille ou de l'esclave heureux·se permettent de camoufler les oppressions et de renforcer certaines normes sociales (Ahmed, 2010). Le bonheur devient aussi une norme morale : les bonnes personnes sont heureuses ou du moins, cherchent activement à le devenir (Ahmed, 2010 ; Rottenberg, 2014) et celles qui sont perçues comme déviant de cet objectif sont marginalisées. Cette injonction au bonheur s'inscrit dans une logique individualiste qui responsabilise les individus pour leur situation : dans cette perspective, le bonheur serait accessible à toutes et si une personne est

malheureuse, ce serait par manque d'efforts ou de volonté. Cette conception du bonheur tend à camoufler le fait que des privilèges systémiques, comme la sécurité financière ou un solide réseau de soutien, bien qu'ils ne garantissent pas le bonheur, peuvent néanmoins le favoriser ; et qu'au contraire, les oppressions, sans nous empêcher de ressentir du bonheur, peuvent être des obstacles considérables à notre bien-être. Catherine Rottenberg rappelle ainsi que l'importance accordée à la quête du bonheur « déconstruit toute notion d'inégalité sociale en plaçant la responsabilité du bien-être, ainsi que le fardeau du malheur, une fois de plus, sur les épaules des femmes à titre individuel » (Rottenberg, 2014, p. 431) ; et Sarah Ahmed (2010) que les choses présentées comme menant au bonheur (par exemple la famille nucléaire, une carrière épanouissante, le mariage, le confort matériel et l'équilibre travail-famille) ne sont pas accessibles à toutes.

Dans le cadre du féminisme néolibéral ou populaire, l'injonction au bonheur est principalement canalisée à travers la confiance en soi : c'est elle qui nous garantirait notamment de se sentir bien quand on se regarde dans le miroir et même d'avoir des carrières et des relations interpersonnelles enrichissantes (Banet-Weiser, 2018 ; Orgad et Gill, 2021). Sarah Banet-Weiser affirme que dans le cadre du féminisme populaire, la confiance en soi est « comprise et considérée comme un ensemble de compétences que l'on doit apprendre et maîtriser » (Banet-Weiser, 2018, p. 93) — comme le bonheur, elle est une question d'efforts et de volonté individuelle et participe à camoufler les questions d'ordre systémique.

Il est toutefois essentiel de mentionner que cette injonction au bonheur cohabite avec des systèmes de domination qui construisent et profitent directement du malheur des personnes marginalisées. Le patriarcat par exemple profite de la haine de soi des femmes et le racisme anti-Noir·e·s construit des représentations de l'expérience noire (*Blackness*) centrées sur la violence, le désespoir et la

mort (Lu et Steele, 2019, p. 830). Ainsi, alors que certain·e·s, comme les *sad girls*²⁶ résistent à l'injonction au bonheur en exposant leurs affects « négatifs » (Thelandersson, 2023), d'autres revendiquent leur droit à la joie. On peut penser aux mouvements pour aider les femmes à développer leur estime et amour d'elle-même, ou encore au concept de *Black joy*, donc se revendique notamment l'autrice et militante Brittany Packett : « la joie est une forme de résistance. L'oppression ne laisse pas de place à ton bonheur. Tu lui résistes lorsque tu trouves la joie malgré tout. » (Packett citée dans Lu et Steele (2019, p. 23)). L'idée derrière l'expression de la joie noire est ainsi de représenter les personnes noires comme étant des êtres humains qui font l'expérience de toutes les émotions, comme les blanc·he·s (Lu et Steele, 2019, p. 831-832). Dans les deux cas, il s'agit de résister à l'imposition d'émotions limitantes, à la fois dans notre quotidien et dans les représentations culturelles et médiatiques, par des systèmes dominants et oppressants, pour mettre de l'avant une expérience émotionnelle plus complexe et nuancée.

Ma recherche mobilise ainsi un ensemble de concepts issus des théories féministes — discours contre-normatifs, *empowerment*, politisation du privé, prise de conscience et féminisme du quotidien — auxquels s'ajoutent les notions d'intentionnalité, de coordination, de conflictualité et d'esprit public, tirées des théories de l'action politique informelle, ainsi que les concepts d'entrepreneuriat de soi, d'individualisme et d'injonction au bonheur, provenant des perspectives féministes sur le néolibéralisme. Cet agencement me permet d'appréhender à la fois le potentiel émancipateur et le risque de dépolitisation que peut comporter la reconstruction de l'intime, afin d'en proposer une analyse nuancée. J'associe à ce cadre conceptuel une approche méthodologique

²⁶ Le terme *Sad Girl* renvoie à une figure féminine qui revendique sa vulnérabilité émotionnelle et mobilise l'expression de sa tristesse comme forme de résistance.

qualitative, féministe, et ancrée dans les réalités numériques de mon terrain, que je présente dans le chapitre suivant.

CHAPITRE 3

CADRE MÉTHODOLOGIQUE

Afin de répondre à ma question de recherche, j'ai structuré la méthodologie en deux phases : j'ai d'abord mené une observation en ligne sur Instagram, durant laquelle j'ai également effectué une collecte manuelle de données. Ensuite, dans une perspective de triangulation (Roginsky, 2020) et de densification des données (Latzko-Toth *et al.*, 2020), j'ai invité les personnes dont j'avais observé le compte à participer à un entretien semi-dirigé sur traces (Dubois et Ford, 2015). J'ai finalement retenu quatre cas d'études que j'ai analysé en faisant dialoguer les données récoltées dans les deux phases de la recherche : ces quatre cas sont au cœur de mes analyses et me permettent d'illustrer les nuances qui caractérisent le phénomène de la reconstruction de l'intime.

3.1 Grands principes de la recherche

Avant d'entrer dans les détails du design méthodologique de ma recherche, j'explore les principes généraux qui l'ont guidée à travers trois piliers méthodologiques distincts, mais interreliés : l'ancrage dans les perspectives féministes, l'ancrage dans les approches qualitatives et finalement les particularités méthodologiques liées à mon terrain numérique.

3.1.1 Une recherche féministe

Ma recherche intègre d'abord plusieurs principes de la recherche féministe (Ollivier et Tremblay, 2000 ; Sprague, 2016). Elle s'insère dans un projet scientifique d'élaboration de connaissances, mais aussi dans un projet socio-politique de transformation de la société. En évaluant le potentiel politique de certaines actions militantes, ce mémoire contribue au champ de la science politique se préoccupant des mouvements sociaux, mais offre également des outils de réflexion aux activistes en général et aux féministes en particulier.

Ce cadre méthodologique m'amène à assumer une position épistémologique distincte : je postule que le savoir n'est pas neutre, et que toute connaissance est située (Collins, 1986 ; Haraway, 2007 [1988]). Nous ne pouvons avoir sur le monde que des perspectives partielles et partiales et notre production de savoir est nécessairement influencée par la position sociale que nous occupons, notamment au sein des systèmes d'oppression et de privilège, et par nos expériences de vie personnelles (Millette, 2023).

Il me semble ainsi essentiel de nommer la relation que j'entretiens vis-à-vis mon sujet de recherche. Mon intérêt pour le sujet est d'abord apparu parce que je suis une avide consommatrice de contenu sur les médias sociaux, en particulier sur Instagram. Ayant à la fois un intérêt marqué pour la justice sociale, en particulier pour le féminisme et les enjeux *queer*, ainsi que pour le contenu touchant à la santé mentale, de par mon vécu personnel (avec un trouble anxieux généralisé notamment), j'ai rapidement trouvé des espaces en ligne où ces deux sujets se rencontraient, ce qui m'a beaucoup aidé dans mon cheminement personnel, en plus de me permettre de faire des liens entre ces aspects de ma vie qui me semblaient auparavant isolés. Par la suite, j'ai commencé, à une échelle beaucoup plus petite que les personnes dont j'étudie les comptes dans cette recherche, à créer du contenu — à visibiliser, dans une perspective d'émancipation, mes difficultés liées à la santé mentale sur mon compte Instagram personnel et privé. Plus tard, dans le cadre d'un projet artistique, j'ai aussi lancé une page Instagram publique sur laquelle j'ai élaboré avec une collègue et amie des publications plus informatives, quoique toujours informées par nos expériences personnelles, sur les liens entre santé mentale, bien-être et féminisme. Cet intérêt marqué pour le sujet et cette expérience des « deux côtés de l'écran » de la reconstruction de l'intime, teinte bien sûr ma recherche. Bien que certain·e·s préconisent que les chercheuses entretiennent une certaine distance par rapport à leurs sujets de recherche, ma proximité avec le sujet m'a aidée, tout au long de ma démarche, à

faire des choix éclairés par une connaissance *incarnée* de celui-ci. Je m’inscris ainsi dans une lignée de chercheuses féministes qui valorisent l’engagement de la personne chercheuse dans la recherche (Millette, 2023 ; Ollivier et Tremblay, 2000, p. 45-48).

Par ailleurs, bien qu’en tant que femme bisexuelle j’occupe une position marginalisée dont les expériences peuvent informer mon travail de recherche, ma position sociale est aussi marquée par certains privilèges qui peuvent créer des angles morts, notamment mon identité cisgenre et ma blancheur. Bien qu’il me soit impossible de faire disparaître ces angles morts ou de m’extirper des relations de pouvoir qui conditionnent le contexte de ma recherche, j’ai tenté d’en mitiger les effets. Comme nous le verrons dans le détail lorsque j’aborderai plus précisément le déroulement de mon terrain de recherche (section 3.2 du présent chapitre), j’ai notamment mis en place des stratégies pour diversifier mon corpus afin d’avoir accès à une variété de points de vue et j’ai tenté d’établir une relation basée sur la confiance et l’empathie avec les participant·e·s aux entrevues et les personnes observées.

3.1.2 Une recherche qualitative

Ma recherche est également ancrée dans les approches qualitatives. Celles-ci mettent l’accent sur les interprétations et les nuances ; elles s’attardent aux données récoltées avec un focus intensif et produisent des analyses détaillées sur le processus et le sens (Sprague, 2016, p. 145). Elles sont ainsi généralement considérées comme particulièrement efficaces pour appréhender les intentions, les subjectivités, les expériences, etc. Dans le cas de l’analyse de publications (sur Instagram par exemple), les approches qualitatives me permettent aussi de les saisir dans leur entièreté, plutôt que de considérer les images/vidéos, les mot-clics (*hashtags*) et les légendes (*captions*) séparément (Laestadius, 2017, p. 581). Plus précisément, je me situe dans une perspective de densification des

données, qui propose de « miser sur une compréhension en profondeur du terrain plutôt qu'une représentativité en surface » (Latzko-Toth *et al.*, 2020, p. 184). Le modèle de densification proposé par Latzko-Toth *et al.* (2020) repose sur trois « couches » : la contextualisation des données, c'est-à-dire les circonstances (culturelles, techniques, sociopolitiques, etc.) dans lesquelles la pratique observée se déroule ; la description fine de la pratique, à travers l'engagement actif avec les participant·e·s et les données ; et finalement la signification, c'est-à-dire le sens donné à la pratique par les usager·ère·s.

La nature des questions que je me pose fait en sorte que j'ai besoin d'accéder aux nuances des pratiques, aux sens que leur donnent les individus et aux contextes dans lesquels elles se déroulent. La perspective qualitative, ainsi que la densification des données, sont donc toutes indiquées pour ma recherche. Comme le suggère ce modèle, j'ai récolté différents types de données qui m'ont permis d'obtenir des informations sur les différentes « couches » de la pratique de la reconstruction de l'intime : des notes basées sur mon observation en ligne ; des publications Instagram collectées et analysées manuellement ; et finalement des entretiens semi-dirigés avec des personnes dont la présence en ligne avait préalablement été observée.

Il est néanmoins essentiel de reconnaître les limites de ma démarche : celle-ci ne permettra pas d'arriver à des conclusions généralisables ou de connaître la prévalence de la reconstruction de l'intime, comme j'aurais pu le faire avec une recherche quantitative. Cette recherche s'inscrit dans la catégorie des études qui, comme le décrit Laestadius, cherchent à comprendre des phénomènes spécifiques tels qu'ils existent parmi des sous-populations étroites d'utilisatrice·s plutôt que de faciliter des généralisations à l'ensemble des utilisatrice·s (Laestadius, 2017, p. 581).

3.1.3 Un terrain numérique

Finalement, ma recherche s'étant déroulée en terrain numérique, je dois prendre en compte les particularités des espaces en ligne. Il m'a d'abord semblé primordial d'incorporer dans mon cadre méthodologique le principe selon lequel les sphères en ligne et hors ligne ne sont pas séparées, mais plutôt interreliées (Millette *et al.*, 2020, p. 17). À la suite de Roginsky (2020) j'ai adopté une triangulation des méthodes qui permet d'articuler les espaces en ligne et hors ligne — j'ai d'ailleurs complété l'analyse des données en ligne avec des éléments de leurs contextes de production lorsque cela était possible, à travers les entretiens menés avec les créateurices de contenu. Si les données récoltées en ligne m'ont donné un accès « direct » (Latzko-Toth *et al.*, 2020, p. 183) aux pratiques des militant·e·s de la reconstruction de l'intime, les éléments de contexte m'ont permis de comprendre les postures et attentes des personnes impliquées dans la situation, les contraintes avec lesquelles elles doivent composer et leurs façons d'en faire sens. Malgré que j'aie récolté des données de différentes natures, il s'agit finalement de les faire dialoguer plutôt que de les analyser séparément.

Le contexte numérique de mon terrain amène aussi des enjeux éthiques spécifiques. En effet, les espaces numériques brouillent la division public / privé — ainsi, Latzko-Toth et Pastinelli (2014) suggèrent de changer de paradigme et de réfléchir plutôt en termes de publicité, et des torts que pourrait causer son augmentation. En effet, il y a sur le Web un décalage entre l'accessibilité d'une information et sa visibilité : beaucoup de contenus sont accessibles à toutes, mais en réalité consulté par une poignée de personnes (Latzko-Toth et Pastinelli, 2014, p. 165). Il en découle

que la publicité des contenus médiatiques doit être comprise, non dans les termes d'une simple dichotomie qui opposerait deux statuts (privé ou public), mais plutôt dans les termes d'une gradation. Modalités d'accès, conditions de visibilité et circulation anticipée (en termes de nature et d'étendue du lectorat ou de l'audience) sont les trois dimensions constitutives et interreliées de ce que nous appelons le

degré de publicité des informations médiatisées (Latzko-Toth et Pastinelli, 2014, p. 167)

De plus, les contenus en ligne sont facilement retraçables : il est possible, par exemple, d'utiliser un moteur de recherche pour retrouver l'auteurice d'un contenu. Ces deux considérations, soit la retraçabilité et le degré de publicité des contenus, ont guidé mes choix méthodologiques tout au long de la recherche, en commençant par le choix des comptes à observer, jusqu'à la façon de constituer les cas d'études et de les présenter dans ce mémoire.

3.2 Terrain de recherche

De l'hiver 2021 à l'été 2023, j'ai mené un pré-terrain à partir de mon compte personnel sur les médias sociaux. Ce pré-terrain m'a permis de me familiariser avec le phénomène, de repérer des pages qui s'inscrivent dans la reconstruction de l'intime et d'examiner leurs publications. Ces observations ont informé mes choix tout au long de la recherche, y compris l'élaboration de mon design méthodologique.

3.2.1 Une recherche sur Instagram

Ma recherche s'est concentrée sur Instagram. Cette plateforme est axée « sur le partage d'images, surtout de photos, qui peuvent être améliorées par des filtres intégrés, accompagnées par des mots-clés (*sic*) (*hashtag*) et commentées par autrui » (Piazzesi et Lavoie Mongrain, 2020, p. 137). Instagram a aussi une fonction « *stories* » qui permet de partager des images ou des vidéos, qui expirent après 24 heures. J'ai fait ce choix tout d'abord parce que selon mes observations préliminaires, il s'agit d'un espace où la reconstruction de l'intime se matérialise souvent²⁷ — la

²⁷ Laestadius souligne d'ailleurs qu'Instagram serait un site où s'observent particulièrement, à travers les images, la présentation et l'expression de soi, les communautés en ligne et le quotidien (Laestadius, 2017, p. 576) — des aspects forts importants dans la reconstruction de l'intime.

fonction « *stories* » serait d'ailleurs particulièrement propice pour le partage de moments du quotidien et pour le dévoilement d'une certaine forme d'intimité. Ma revue de la littérature sur le féminisme en ligne a également révélé que la plateforme Instagram avait peu été étudiée, comparativement à d'autres plateformes comme Twitter ou Facebook (Laestadius, 2017, p. 573). De plus, Laestadius souligne 5 caractéristiques (*affordances*) d'Instagram qui en font un bon espace pour la recherche : les données y sont persistantes et le contenu y est visible (notamment puisque de nombreux comptes sont de nature publique), répliquable (la plateforme permet les captures d'écran, ce qui peut faciliter l'analyse), recherchable (par nom d'utilisateur, mot-clés ou localisation) et offre un haut degré d'interprétabilité (Laestadius, 2017, p. 578).

Mon terrain de recherche s'est déroulé en deux temps. Tout d'abord, j'ai observé la reconstruction de l'intime telle qu'elle se présente en ligne. Ensuite, dans une perspective de densification et de triangulation des données, je me suis attardée aux perceptions des personnes derrière la reconstruction de l'intime en les rencontrant hors ligne.

3.2.2 Première phase : observation en ligne et collecte manuelle de données

La première phase s'est donc déroulée directement sur Instagram. Afin de me rendre visible pour les personnes que j'allais observer, j'ai créé un compte spécifiquement dédié à la recherche, comme le suggèrent Blanchard *et al.* (2013, p. 176). J'ai également fait quelques publications sur ce compte, afin de me présenter, de décrire brièvement la recherche et le processus d'observation et de donner aux personnes qui le souhaiteraient un moyen de me contacter et de me poser des questions. J'ai aussi l'intention de publier les informations concernant l'accès au présent mémoire et à d'autres éventuelles publications liées à la recherche, afin qu'elles puissent être consultées par les personnes observées si elles le souhaitent. Outre une préoccupation éthique de transparence, cette façon de

faire a aussi eu l'avantage de me permettre d'avoir accès à un fil d'actualité qui n'est pas « pollué » par des comptes qui n'entretiennent pas de liens avec la reconstruction de l'intime, comme ce serait le cas si j'avais mené l'observation à partir de mon compte personnel.

À partir de ce compte, j'ai suivi 24 pages Instagram qui avaient été identifiées lors de mon pré-terrain informel. La sélection de ces comptes a été influencée par les enjeux éthiques spécifiques aux terrains en ligne. En effet, afin d'éviter de causer du tort aux personnes observées en augmentant le degré de publicité des données recueillies, je n'ai utilisé que des contenus que lea producteurice souhaitait visiblement diffuser largement, comme l'a fait par exemple Balleys (2020). J'ai ainsi exclu les comptes privés et je me suis concentrée sur des comptes publics qui sont suivis par un nombre important de personnes. Les comptes observés avaient ainsi entre 2000 et 550 000 abonné·e·s au moment de l'observation. Les comptes sélectionnés faisaient aussi, dans leurs publications, implicitement ou explicitement référence à une volonté de diffusion large, par exemple en utilisant des mot-clics²⁸ ou en demandant à leurs abonné·e·s d'aimer, de commenter ou de partager leurs publications. Plusieurs Instagrammeureuses avaient aussi des stratégies visant à accueillir de nouveaux·elles abonné·e·s, comme une publication épinglée ou une série de *stories* mises en vedette (un « *highlight* ») où iels se présentent et expliquent le fonctionnement de leur page, ce qui témoigne d'une volonté de rejoindre de nouvelles personnes et d'agrandir leur public. J'ai également exclu les comptes appartenant à des entreprises, puisque je m'intéresse à des initiatives où la ligne entre le militantisme et la néolibéralisation du féminisme est floue, ce qui n'est pas le cas des compte d'entreprises privées, mais j'ai inclus 3 pages gérées par un groupe de personnes. La sélection des comptes a aussi été influencée par une volonté de diversification de

²⁸ Les mot-clics sont en effet une stratégie de mise en visibilité et d'agrégation auprès de certains publics (Rocheleau et Millette, 2015).

mon corpus. Puisque je sais que les algorithmes ont tendance à désavantager les personnes marginalisées, les personnes racisées par exemple (Katz, 2020 ; Noble, 2018), je les ai consciemment cherchées et incluses dans mon corpus. Je n'ai pas pu parler à chaque personne afin de confirmer la manière dont celle-ci s'identifiait, toutefois, sur les 21 comptes individuels qui ont fait partie de l'observation, 5 (soit 24%) s'identifient clairement comme personnes racisées et 10 (soit 48%) comme personnes LGBTQ+ (parmi ces 10, 3 se sont identifiées comme des personnes cisgenres & non-hétérosexuelles ; 6 comme des personnes trans/non-binaires ; et 1 comme une personne queer sans préciser si cela était par rapport à son identité de genre et/ou son orientation sexuelle).

Pendant 25 jours, j'ai consulté quotidiennement le fil d'actualité de mon compte Instagram de recherche. J'ai regardé à la fois les publications et les *stories*. J'ai tenu un journal d'observation me permettant de noter mes observations ainsi que les pistes d'analyse qui me venaient en tête, et j'ai pris des captures d'écran de toutes les publications et *stories* qui me semblaient pertinentes au regard de ma question de recherche. Cette méthode de collecte manuelle m'a permis à la fois de ne pas me limiter et d'inclure dans la collecte de nouvelles pistes que je pourrais découvrir en chemin, mais aussi d'exclure efficacement des données non-pertinentes dès le départ (Latzko-Toth *et al.*, 2017, p. 8). Elle m'a également permis de voir le contenu comme le ferait un·e utilisateurice. C'est notamment une méthode que recommandent Latzko-Toth *et al.* (2017, 2020) dans le cadre de la densification des données.

À ce stade-ci, je n'avais pas encore établi le corpus de publications qui allait faire l'objet d'une analyse de contenu. J'ai attendu de voir qui répondrait à mon appel à participation pour la deuxième

phase de la recherche, soit les entretiens semi-dirigés afin de constituer un corpus qui serait complémentaire aux entretiens.

3.2.3 Deuxième phase : entretiens sur traces

Cette deuxième phase m'a aidé à comprendre la façon dont la reconstruction de l'intime se *vit* afin de compléter, dans une perspective de triangulation et de densification des données, les observations faites dans la première phase qui portaient davantage sur la façon dont la reconstruction de l'intime se *présente*. Cela m'a aussi permis de contextualiser, de complexifier et de valider mes pistes d'analyse développées lors de l'observation en ligne.

Je souhaitais initialement recruter 5 à 10 participant·e·s parmi les 24 personnes dont j'avais observé les comptes. Toutefois, pendant la période d'observation, 4 comptes (dont les 3 comptes collectifs) ont été inactifs et 5 étaient actifs, mais n'ont pas ou peu publié de contenu spécifiquement lié à la reconstruction de l'intime. Cette inclusion de comptes « inutiles » à mon corpus est partiellement dû à des facteurs imprévisibles et hors de mon contrôle (par exemple des personnes qui sont parties en voyage au moment de l'observation et qui n'ont publié que du contenu lié à celui-ci), et partiellement au fait que quelques mois se sont écoulés entre la sélection des comptes lors de l'élaboration de mon projet de recherche (à l'hiver 2023) et le début de la période d'observation (à l'automne 2023). Ce laps de temps a fait en sorte que certains comptes sont devenus inactifs ou ont changé d'orientation.

Après avoir éliminé ces 9 comptes du corpus potentiel, il restait donc 13 comptes. J'ai contacté ces 13 personnes en utilisant, lorsque possible, le moyen de communication qu'ils avaient indiqué préférer sur leur page Instagram (message privé via la plateforme Instagram, courriel ou formulaire de contact sur leur site web). Parmi les 13 personnes, 4 ont accepté de me parler afin que je leur

explique ma démarche. Une personne s'est ensuite désistée par manque de temps, et j'ai donc pu mener 3 entretiens.

Afin de créer mes grilles d'entretien semi-dirigés, je me suis inspirée de la méthode des entrevues sur traces développée par Dubois et Ford (2015). Les entrevues sur traces impliquent la collecte, la visualisation et la discussion des traces²⁹ d'une personne participante avec elle, de manière à ce qu'elle puisse éclairer le contexte et le sens de ces traces (Dubois et Ford, 2015, p. 2072). Les entrevues sur traces permettent une interaction tripartite entre les chercheuses, les traces numériques et les personnes à l'origine de ces traces (Pastinelli *et al.*, 2020, p. 196). Elles font également partie des méthodes suggérées par Latzo-Toth *et al.* (2017) dans une perspective de densification des données. Le recours à des traces permettent de confirmer les descriptions fournies par les participant·e·s et d'éviter les biais d'auto déclaration, et à l'inverse, les descriptions fournies par les participant·e·s permettent de confirmer ou d'infirmer les interprétations des chercheur·euse·s (Dubois et Ford, 2015, p. 2071). De plus, selon Dubois et Ford, la présence des traces dans les entrevues stimulerait la mémoire des participant·e·s et les aidait à réfléchir au sens de leurs actions (Dubois et Ford, 2015, p. 2076, 2083).

J'ai donc sélectionné des publications et des *stories* parmi celles que j'avais récolté manuellement lors de la période d'observation, en fonction de deux critères : leur pertinence vis-à-vis la question de recherche, et les questionnements que ces traces avaient suscités chez moi concernant le contexte et/ou l'intention derrière la publication. En plus de poser des questions générales aux

²⁹ Par « traces », j'entends les données qui témoignent de l'activité d'une personne sur Internet. Cela pourrait être son réseau de contact, les mentions « j'aime » ou les commentaires qu'elle a laissés, etc. Dans le cadre de cette recherche, il s'agissait de publications et de *stories* que la personne avait fait sur sa page Instagram.

participant·e·s sur leur utilisation d'Instagram et leur rapport au féminisme et au politique³⁰, j'ai donc demandé aux participant·e·s de commenter ces publications et *stories*.

3.2.4 Constitution des cas d'études

Étant donné le petit nombre de participant·e·s recruté·e·s pour les entretiens, et la perspective de densification que j'ai décidé d'adopter pour cette recherche, j'ai décidé de centrer mon analyse sur des cas, que je mets en relation avec les constats généraux recueillis lors de la phase d'observation en ligne. Les trois personnes interviewées forment donc les trois premiers cas d'études. Puisque les personnes occupant une posture publique refusent parfois l'anonymat, demandent à être nommées et souhaitent que leurs contributions à la recherche soient publiquement reconnues, comme cela a été le cas dans la recherche de Millette (2013), j'ai donné l'option aux participant·e·s d'accepter le risque d'être reconnaissables par croisement lors de la diffusion des résultats de la recherche, tout en leur assurant que l'anonymat complet était également possible et ne compromettrait par leur participation. Les trois participant·e·s ont choisi d'accepter le risque d'être reconnaissables par croisement, ce qui me permettra d'inclure une description fine de leurs pratiques sur Instagram dans mon analyse.

J'ai également décidé de créer un quatrième cas pour lequel je n'ai pas mené d'entretien. Afin de protéger l'identité de la personne dont le compte a été suivi, mais avec qui il n'a pas été possible de faire un entretien, j'ai choisi de créer un cas composite à partir de comptes qui faisaient partie de l'observation et qui partageaient des similitudes. La fabrication d'un cas composite consiste à « sélectionner des éléments représentatifs d'un ensemble de données et créer un nouvel original qui ne pourra pas être retracé » (Markham, 2012, p. 342). L'exemple composite permet ainsi de

³⁰ Voir la grille d'entretien type dans l'annexe A.

créer une description détaillée d'un « idéal-type » (Markham, 2012, p. 342), de faire ressortir les éléments cruciaux des résultats de la recherche en restant à la fois fidèles aux personnes observées (Markham, 2012, p. 344) et en protégeant leurs identités, en particulier dans un contexte numérique où la nature publique, archivable et traçable du contenu rend les techniques habituelles d'anonymisation inefficaces. Les comptes qui ont été combinés pour créer l'exemple composite ont été choisis parce qu'ils partageaient un certain nombre de caractéristiques, notamment démographiques, et parce que le contenu qu'ils publiaient partageait plusieurs similarités sur le fond et la forme. J'ai aussi choisi des comptes qui se distinguaient des trois personnes que j'ai pu interviewer et qui forment les trois autres cas, en particulier dans le rapport que les personnes entretiennent à Instagram et dans le niveau de politisation féministe et d'intégration des valeurs néolibérales qu'elles semblaient démontrer, afin de représenter la diversité des formes qu'a pris la reconstruction de l'intime dans mes observations. L'analyse de ce quatrième cas sera par contre nécessairement moins dense, puisqu'il ne m'a pas été possible de parler aux personnes derrière les comptes et donc d'avoir accès au sens qu'elles donnent à leurs pratiques.

3.2.5 Analyse des données

Une fois les cas d'études constitués, j'ai mené une analyse de contenu qualitative sur les publications et les verbatims d'entretiens à l'aide du logiciel NVivo. Mon corpus d'analyse comprenait les transcriptions des trois entretiens ainsi que tout ce qui avait été publié par les cinq comptes sélectionnés pour les quatre cas d'études durant la période d'observation et qui était pertinent au regard de mes questions de recherche. J'ai codé en tout 73 publications et 347 *stories*. Bien qu'elles n'aient pas fait partie des données codées, les observations faites dans la première phase du terrain de recherche ont contribué à façonner ma compréhension globale du phénomène et ont donc informé l'analyse.

Cette analyse a pris en compte à la fois l'image publiée, le texte l'accompagnant et les mot-clés comme le suggère Laestadius (2017, p. 581). J'ai toutefois exclu les commentaires de mon analyse afin de limiter la taille du corpus. Mon arbre de codage a été établi en fonction des critères de (dé)politisation des enjeux féministes que j'avais préalablement identifié³¹.

3.3 Portrait des quatre cas d'études

Je commence par brosser un portrait rapide des trois participant·e·s aux entretiens. Afin de protéger leur identité, j'utilise des noms fictifs. Leurs détails biographiques restent toutefois exacts, puisque lorsqu'ils ont tous accepté le risque que les informations qu'ils me donnent permettent qu'ils soient reconnaissables par croisement.

La première participante s'appelle Vanessa. Elle s'identifie comme femme noire et comme personne queer, grosse et neurodivergente. Elle est francophone et habite au Québec, dans une grande ville. La création de contenu via sa page Instagram est son travail à temps plein. Au moment de mon observation, elle avait environ 30 000 abonné·e·s sur sa page Instagram. Elle y partage beaucoup d'images d'elle et de son quotidien, mais parle aussi de santé mentale et d'enjeux politiques liés à la justice sociale. En plus de son entretien, j'ai analysé 16 publications et 118 *stories* de Vanessa.

La deuxième participante s'appelle Judith. Elle s'identifie comme femme cisgenre, noire et hétérosexuelle. Elle est francophone et habite au Québec, en banlieue d'une grande ville. Au moment de mon observation, elle avait environ 100 000 abonné·e·s sur sa page Instagram. Elle se décrit comme une activiste de la pilosité féminine ou *body hair activist*. Elle publie surtout sur sa

³¹ Voir l'arbre de codage dans l'annexe B.

page du contenu lié à l'acceptation et à la normalisation de la pilosité. Elle est également artiste peintre et utilise aussi Instagram pour promouvoir son art, un peu sur la page que j'ai observé mais surtout sur une deuxième page qui est exclusivement dédiée à ses créations. Elle n'a pas d'autre emploi à côté de son art et de la création de contenu. En plus de son entretien, j'ai analysé 17 publications et 17 *stories* de Judith.

La troisième personne participante s'appelle Abigail. Il s'agit d'une personne non-binaire blanche. Iel est canadien·ne anglophone, mais habite présentement sur la côte ouest des États-Unis. Au moment de l'observation, iel avait environ 300 000 abonné·e·s sur sa page Instagram. Iel s'identifie sur son compte comme éducatrice sur les traumatismes (*trauma educator*), auteure et artiste. Son compte est principalement dédié au partage de *memes*³² sur la santé mentale et en particulier sur les traumatismes. Iel se sert aussi d'Instagram pour promouvoir différents services et produits qu'iel offre, par exemple des webinaires sur la santé mentale, des zines, des abonnements à une infolettre, des cartes de tarot, des livres à colorier, etc. La vente de ces services et produits constitue sa source principale de revenus. En plus de son entretien, j'ai analysé 15 publications et 42 *stories* d'Abigail.

Le quatrième cas d'étude est le cas composite. Je l'appellerai Stéphanie. Stéphanie est une femme cisgenre et hétérosexuelle, et elle est maman d'un enfant d'âge primaire. Elle est francophone et habite au Québec, en banlieue d'une grande ville. Elle travaille à temps plein dans un bureau et gère sa page Instagram à côté. Son compte Instagram lui permet d'aborder des thèmes qui lui tiennent à cœur, comme la santé mentale et la pratique du sport dans une perspective de diversité corporelle et de lutte contre la culture des diètes. Sa page représente aussi un revenu d'appoint à

³² Les *memes* peuvent être définis comme des artefacts multimodaux remixés par de nombreux participant·e·s et utilisant la culture populaire, l'humour, la dérision et la parodie pour produire des commentaires publics (Rentschler et Thrift, 2015, p. 331).

son travail à temps plein puisqu'elle y fait des collaborations rémunérées. Au moment de mon observation, elle avait environ 13 000 abonné·e·s sur sa page Instagram. Pour créer le cas de Stéphanie, j'ai codé 25 publications et 170 *stories* provenant de plusieurs comptes Instagram.

Ces quatre cas d'étude seront au centre de mon analyse et structureront mes résultats. En effet, comme nous le verrons dans les chapitres suivants, ils illustrent bien la diversité des positions adoptées par les créateurices de contenu qui participent à la reconstruction de l'intime : d'un engagement féministe radicalement anticapitaliste à la promotion de revendications féministes spécifiques qui évitent de remettre en question l'idéologie néolibérale, en passant par toute la palette de nuances situées entre ces deux extrêmes.

CHAPITRE 4

LE POTENTIEL ÉMANCIPATEUR DE LA RECONSTRUCTION DE L'INTIME

« *Si on voit pas, on peut pas en discuter, on peut pas en parler, on peut pas se questionner* » - Judith

Dans ce chapitre, j'explore le potentiel émancipateur de la reconstruction de l'intime en m'appuyant à la fois sur les contributions des théories féministes et sur celles des théories de l'action politique informelle. Je commence par établir quelques constats généraux qui guideront le reste de mon analyse. Par la suite, j'examine comment les participant·e·s conçoivent leurs pratiques sur Instagram, et en particulier comment iels en conçoivent le caractère politique et féministe. J'analyse ensuite la façon dont les publications présentées sur les comptes participent à la création et la diffusion de discours contre-normatifs, en plus de favoriser l'*empowerment* des personnes marginalisées qui interagissent avec ce type de contenu. Finalement, je considère l'aspect relationnel de la reconstruction de l'intime en observant comment ce phénomène est traversé par la construction de solidarités aussi bien que par l'expression de violences auxquelles les créatrices de contenu doivent résister.

4.1 Constats généraux

Avant d'entrer dans les détails du potentiel émancipateur de la reconstruction de l'intime, il me semble essentiel d'aborder brièvement deux éléments contextuels qui ressortent des analyses : le niveau d'exigence du travail liées à la gestion des pages Instagram, ainsi que la diversité des comptes qui participent à la reconstruction de l'intime. Cette section propose aussi une brève synthèse des principaux thèmes abordés et des registres utilisés sur les comptes que j'ai observés.

4.1.1 Un travail exigeant

D’abord, ma recherche s’inscrit dans une lignée d’autres études qui réfutent les accusations populaires selon lesquelles l’activisme en ligne serait paresseux (certain·e·s parlent par exemple de *slacktivism*) (Dennis, 2019 ; Kwak *et al.*, 2018 ; Madison et Klang, 2020 ; Robert-Lamy, 2022). Mes entretiens en particulier ont démontré que la reconstruction de l’intime est loin d’être une forme d’activisme « facile ». Les trois participant·e·s ont témoigné investir plusieurs heures quotidiennement dans une diversité de tâches liées à la gestion de leur page Instagram que ce soit la création du contenu, la formulation de réponses aux messages et aux commentaires reçus, le travail administratif, etc. Les participant·e·s ont toutes les trois témoigné de phases d’épuisement et d’impacts importants sur leur santé mentale notamment parce que la gestion de leur page Instagram est un travail qui devient rapidement envahissant et entremêlé avec leur temps « personnel »³³. Vanessa par exemple a témoigné qu’elle est constamment en train de prendre des photos pour créer du contenu, même lorsqu’elle est en vacances. Elle m’a aussi dit qu’elle est sans arrêt en train de réfléchir à des idées de publications qu’elle liste un peu partout en format numérique ou papier. Autre observation assez parlante : les trois personnes participantes m’ont fait part d’un désir de quitter Instagram ou de réduire la place que la plateforme prend dans leur vie, mais avoir de la difficulté à le faire³⁴.

Cette difficulté à s’éloigner d’Instagram est causée par plusieurs facteurs : la dépendance financière à la plateforme (le revenu des trois personnes interviewées dépendait en effet entièrement du travail

³³ Comme l’a nommé Charline Robert-Lamy dans son mémoire de maîtrise, le travail de gestion de pages féministes sur les médias sociaux est à la fois illimité, invisible et épuisant — des caractéristiques d’ailleurs proches des tâches de *care* généralement déléguées aux femmes .

³⁴ À noter que ce désir semble s’être amplifié avec le virage idéologique vers la droite de l’entreprise-mère d’Instagram, Meta (Agence France-Presse, 2025 ; Roy-Grenier, 2025). Au moment d’écrire ces lignes, Abigail a notamment annoncé sur son compte sa volonté de migrer vers d’autres espaces numériques. Pour plus de détails, voir la conclusion de ce mémoire.

qu'elles effectuent sur les médias sociaux, en particulier sur Instagram) ; les bénéfices personnels qu'elles retirent de la gestion de leur page (par exemple la création d'une communauté pour laquelle elles ressentent un fort sentiment d'appartenance) ; ou encore le sentiment que le travail qu'elles y effectuent est socialement important et qu'elles ont le devoir de continuer.

4.1.2 Un phénomène diversifié

Les comptes que j'ai observés sont extrêmement diversifiés. J'ai constaté une grande variation sur le plan de la politisation et de l'intégration des valeurs néolibérales entre les différents comptes : dans certains cas, presque aucun enjeu politique ou féministe n'a été abordé en-dehors de celui qui était mis de l'avant dans la présentation du compte. Souvent, il s'agissait d'un enjeu qui ne remettait pas trop profondément en question l'ordre établi et qui pouvait assez facilement être intégré au système capitaliste néolibéral (comme la diversité corporelle ou la confiance en soi (Banet-Weiser, 2018 ; Luck, 2016)). D'autres ont abordé souvent et très ouvertement plusieurs enjeux politiques, prenant des positions plus radicales comme la critique du capitalisme, du colonialisme ou de l'individualisme. De plus, cette diversité ne se manifeste pas seulement entre les comptes, mais aussi entre les différentes publications d'un même compte : il est arrivé fréquemment qu'un compte fasse à la fois des publications qui abordent de front des enjeux politiques et d'autres qui discutent de sujets plus banals. La reconstruction de l'intime apparaît donc comme un phénomène complexe, nuancé qu'il serait possible de conceptualiser sur un continuum allant d'une politisation féministe radicalement anticapitaliste, à l'absence totale d'enjeux politiques, en passant par l'évocation de thèmes féministes qui s'intègrent néanmoins au système néolibéral en place.

4.1.3 Thèmes et registres

Les thèmes abordés par les comptes observés correspondaient à ceux que mon pré-terrain ainsi que la revue de la littérature m'avait permis d'anticiper. Les enjeux de santé mentale, de bien-être et de développement personnel étaient très présents dans les discours que j'ai observés, en particulier ceux entourant l'estime, la confiance et l'amour de soi, un des piliers du féminisme populaire selon Sarah Banet-Weiser (2018 — voir aussi Orgad et Gill, 2021 sur la *confidence culture*). Plusieurs publications mettent aussi de l'avant la nature politique de la sphère privée, une tendance bien documentée dans le féminisme en ligne (Mendes *et al.*, 2019, p. 17, 143 ; Rogan et Budgeon, 2018 ; Schuster, 2017). D'une part, les contenus observés soulignent la façon dont les problèmes « privés », comme les insécurités corporelles, ont en fait une cause politique : « *Society taught us to be afraid and to feel shame about hair that grows on our bodies.* »³⁵ (Judith) ; « Malheureusement, on vit dans un monde qui nous pousse à nous sentir inférieures et à cacher nos défauts (qui sont totalement normaux, en passant) » (Stéphanie, cas composite³⁶). D'autre part, plusieurs publications proposaient des moyens d'agir sur un problème politique qui se déroulaient dans le privé : Vanessa et Judith ont notamment partagé des « affirmations »³⁷, anticapitalistes dans

³⁵ Contrairement aux citations tirées de la littérature scientifique, que je traduis librement, j'ai choisi de garder les citations des participant·e·s qui se sont exprimé·e·s en anglais en ligne ou lors de leur entretien dans leur langue originale afin de m'assurer de transmettre leurs propos le plus authentiquement possible.

³⁶ Stéphanie est un cas composite, c'est-à-dire qu'en me basant sur des comptes Instagram partageant un certain nombre de similarités, j'ai créé un « nouvel original qui ne pourra pas être retracé » (Markham, 2012, p. 342) dans le but de protéger l'identité des personnes observées. Les citations de Stéphanie sont donc fictives, mais basées sur le ton, les thèmes abordés et le style utilisé dans les publications que j'ai observées. Pour plus de détails sur les cas composites et la façon dont celui de Stéphanie a été créé, voir section 3.2.4 de ce mémoire.

³⁷ Les affirmations sont des « déclarations positives qui sont répétées afin de reprogrammer le subconscient. En répétant une affirmation, l'esprit est encouragé à accepter la déclaration comme vraie. Cela peut aider à modifier des pensées limitantes ou contre-productives et les remplacer avec des croyances plus positives et qui favorisent la reprise de pouvoir » (Kadian, 2023). Dans le cas des affirmations pour accepter sa pilosité, ce pourrait être des phrases comme : « le poil sur mes jambes est beau » ou « le poil sur mes aisselles est normal ». Dans le cas des affirmations anticapitalistes, on peut penser à des déclarations comme « ma productivité ne définit pas ma valeur » ou « le repos n'est pas quelque chose que je dois mériter / j'ai le droit de me reposer ».

le premier cas et visant à accepter sa pilosité et améliorer son image corporelle dans le second. Dans le même ordre d'idée, Abigail affirme souvent dans ses textes « *When we heal ourselves, we heal the world that we live in* ». Iel en particulier, ne s'arrêterait pas à démontrer la nature politique du privé, mais déconstruisait aussi de manière plus générale plusieurs rhétoriques binaires ou dichotomiques, un autre élément important de la pensée féministe (Prokhovnik, 2002)³⁸, mais qui est jusqu'ici peu ressorti dans les études sur le féminisme en ligne. Par exemple, Abigail invite ses abonné·e·s à considérer comment des émotions apparemment contradictoires (la tristesse et la gratitude ; l'espoir et le deuil, etc.) peuvent en fait cohabiter en nous.

Parmi les autres enjeux mentionnés, on retrouve sans surprise la diversité corporelle et les traumas, thèmes centraux dans les cas à l'étude, mais aussi l'antiracisme, l'anticolonialisme, la diversité capacitaire³⁹, les enjeux LGBTQIA+ ainsi que des enjeux féministes comme la relation à la maternité et le droit à une sexualité non-oppressive pour les femmes. Le registre des publications se rapprochait souvent de l'authenticité, tel que Josie Reade le décrit dans son étude sur la culture fitness sur Instagram (2021) — les pratiques que décrivait Reade, comme le partage du quotidien, l'adoption d'un ton proche de la confiance pour parler de sujets plus vulnérables ou encore le fait de se montrer sous un jour « réaliste » en affichant ses imperfections ont toutes été retrouvées dans

Cette pratique a aussi été observée par d'autres chercheuses, notamment par Sarah Banet-Weiser (2018, p. 98-100) dans son étude sur le féminisme populaire et par Shani Orgad et Rosalind Gill (2021, p. 1-2) dans leur recherche sur la culture de la confiance (*confidence culture*).

³⁸ La dichotomie public / privé en est un bon exemple (Bereni et Revillard, 2009), mais on peut aussi penser à la dichotomie raison / émotion (Valverde, 1989) ou même à la façon dont les théories *queers* remettent en question l'opposition homme / femme ou sexe / genre (Butler, 1999)

³⁹ Ce terme est utilisé pour nommer « la diversité des personnes s/Sourdes, handicapées, neuroatypiques, fous/folles et malades sous une dénomination commune à l'instar de "diversité sexuelle" » (Poulin, 2022, p. 12). Il peut donc englober plusieurs fronts de luttes qui visent à normaliser les différences entre les humain·e·s sur le plan physique et mental et à créer davantage d'accessibilité, comme l'anti capacitisme, la lutte contre la psychophobie ou encore pour la reconnaissance de la neurodiversité. Voir aussi Leduc *et al.* (2020, p. 5)

la plupart des comptes⁴⁰. L'utilisation de l'humour, qui a été documentée comme une des caractéristiques des mobilisations féministes en ligne par des chercheuses comme Carrie A. Rentschler et Samantha C. Thrift (2015) se retrouve aussi dans les discours liés à la reconstruction de l'intime.

4.2 « C'est les gens qui ont rendu mon activisme politique » : perceptions du caractère politique de la reconstruction de l'intime

La question du sens que les créateurices de contenu donnent à leurs pratiques touche à deux éléments utilisés par les théories de l'action politique informelle pour déterminer le caractère politique d'une action : l'expression d'une intention politique par les acteurices (Theocharis et van Deth, 2018 ; van Deth, 2014) et une orientation vers l'esprit public (Hamidi, 2006), qu'on peut définir comme une montée en généralité et l'invocation de principes de justice et/ou de bien commun.

La relation que les personnes interviewées entretiennent avec le concept d'action politique semble parfois floue et ambiguë. Le meilleur exemple est peut-être le cas de Judith. Elle s'affiche très clairement sur son Instagram comme une activiste (plus précisément comme une *body hair activist*) et elle s'est identifiée comme telle dès le début de notre entretien. Elle n'hésite pas non plus à qualifier son contenu de « féministe ». En tant qu'activiste, son rôle est selon elle de créer une représentation positive, de créer des conversations et de normaliser la pilosité féminine afin de créer un véritable choix pour les femmes — bref de participer à la transformation des normes sociales. Elle m'a aussi expliqué que, pour elle, son travail sur Instagram a un impact social si

⁴⁰ Une exception notable est le compte de Judith, qui ne publie que du contenu davantage « travaillé ». Elle utilise d'ailleurs beaucoup moins la fonction *stories* qui se prête davantage au contenu plus « brut » (*raw*) que les publications.

important qu'elle se sente une responsabilité de continuer pour ne pas « abandonner » ses abonné·e·s.

Elle me confie :

Il y a même des femmes qui sont plus vieilles que moi qui me disaient « Ah j'aurais aimé voir ça quand j'étais jeune ! J'aurais aimé voir des images comme ça, ça m'aurait tellement aidé ». Pis je sais qu'il y a des jeunes qui me voient aussi, que mes images les aident, et donc je me sens comme si je peux pas les abandonner.

Ces deux derniers éléments soutiennent la démonstration d'un esprit public fort, et une association avec un certain vocabulaire politique (comme le mot « activiste »). Elle se distancie néanmoins de la politisation de ses actions : « Pour moi, c'est pas politique ; pour moi, c'est "je me suis assumée" ». Elle affirme plutôt que leur caractère politique est déterminé par le contexte et la perception des autres. Sa vision oscille entre l'attribution active du caractère politique d'une action par les individus qui le reçoivent, avec des phrases comme « c'est les gens qui ont rendu mon projet ou mon activisme politique », ou encore l'omniprésence d'un contexte systémique d'oppression qui rend toute initiative qui lui résiste politique :

En termes du contexte, oui c'est politique. Mais ça veut pas dire qu'initialement c'était politique. Mais ça l'est devenu. Parce que si on regarde le contexte, c'est sûr qu'en tant que femmes on est toujours en train... ils sont toujours en train de nous dire qu'est-ce qui est approprié, qu'est-ce qui est pas approprié.

Judith semble donc avoir conscience que le fait de vivre dans un système qui opprime les femmes, qu'elle nomme comme un contexte où le comportement des femmes est sans cesse soumis à des tentatives de contrôle, est *intrinsèquement* politique. Elle continue toutefois de se distancier en concluant que son projet est politique « pour les autres », mais pas pour elle.

Tout en assumant pleinement que sa création de contenu est guidée par une intention politique, Vanessa accorde également une importance centrale au contexte. Lorsque je lui ai demandé de

décrire ce qu'elle fait sur Instagram, elle m'a dit qu'elle partageait du contenu « que les gens diraient politisé ». Lorsque je lui ai demandé de développer sur ce choix de mots, elle m'explique :

V⁴¹ : Bin moi je considère que tout est politique (*rires*). Fait que même si je fais juste publier une photo de ma tenue du jour, c'est politique, parce que mon corps en soi est politique, est politisé en tout cas.

A : Fait qu'en fait c'est pas le contenu... ?

V : C'est pas le contenu en soi qui est particulièrement politisé. C'est juste... peut-être le contexte, pis le contexte c'est qu'il y a pas grand monde avec une plateforme comme la mienne qui partage ce type de contenu-là.

Selon Vanessa, c'est donc le fait de se trouver dans un système où certaines personnes sont opprimées et marginalisées qui rend son contenu politique. Elle n'hésite pas non plus à nommer son contenu comme étant « féministe », non seulement parce qu'elle est « une femme qui prend de la place et qui prend parole », mais aussi parce qu'elle lutte pour les personnes marginalisées en général, notamment « les personnes qui sont racisées, les personnes qui sont dans un corps hors-normes, les personnes qui vivent avec des handicaps ».

À la fin de l'entretien, je demande à Vanessa ce qui fait qu'une action est politique à son avis, et elle répond :

V : L'intention derrière. L'intention pis la réflexion. Ouais. Ouais, je pense que c'est juste de savoir que chaque action, mettons qui est pas juste en accord avec moi-même, qui impacte d'autres personnes, a un pouvoir quelconque. Fait que... ouais c'est vraiment juste la réflexion pis l'intention derrière ça.

A : Pis est-ce que ce que tu fais sur Instagram ça s'inscrit dans ce spectre des actions politiques ?

⁴¹ J'utilise la première lettre du prénom de la personne interviewée ainsi que la première lettre de mon prénom (Audrey), afin de simplifier la lecture des citations où deux personnes parlent.

V : Oui, définitivement parce que je prends le temps d'y penser, pis je le fais avec intention, pis je le sais que ça impacte d'autres personnes.

Les propos de Vanessa montrent donc une intention politique claire, au contraire de Judith, en plus d'un esprit public (« je le sais que ça impacte d'autres personnes »). Elle représente la nature politique de ses actions comme étant double : elle met de prime abord l'accent sur la nature politique du contexte dans lequel ses actions se déroulent (« C'est pas le contenu en soi qui est particulièrement politisé. C'est juste... peut-être le contexte »), mais elle souligne aussi, à la fin de l'entretien, l'intention et les réflexions qui émanent d'elle et qui politisent ses actions (« je prends le temps d'y penser, pis je le fais avec intention »).

Abigail partage l'avis de Vanessa selon lequel tout est politique. Lorsque je lui ai demandé si sa page Instagram était politique, iel m'a non seulement dit que « *everything is political* » mais aussi : « *I don't know how to exist outside of politics* ». Iel affirme avoir toujours parlé des traumas et des relations comme d'un enjeu politique, et cherché avec ses *memes* à permettre aux gens qui les voient de se sentir soutenus et validés, tout en les faisant réfléchir et peut-être adopter de nouvelles perspectives. Iel admet que dans certaines de ses publications, l'aspect politique est moins évident.

À ce sujet, iel m'explique :

Sometimes we have to kind of like, I like the metaphor of like the Trojan Horse, we have to like Trojan Horse in the radical politics. So you know, I do, I want people to come for the cute soft memes about trauma and healing and then I hope they stay for the more radical political like content.

Même si certains contenus sont en apparence moins politiques, ils font néanmoins partie pour Abigail d'une stratégie politique plus large qui vise à attirer de nouvelles personnes et les introduire à ces idées politiques « radicales ». Cette stratégie utilisée par Abigail nous rappelle qu'il est essentiel de considérer les comptes dans leur ensemble plutôt que d'analyser des publications isolément.

Pour ce qui est de Stéphanie, je n'ai pas pu lui parler et je connais donc beaucoup moins ses intentions. Sur les publications que j'ai analysées, on retrouve très peu de traces d'intention politique, mis à part le fait qu'elle s'identifie comme faisant partie de mouvements collectifs comme le *body positivity*⁴², le *Health at Every Size (HAES)* et l'*anti-diet culture*, allant parfois jusqu'à se représenter comme une « combattante » contre la grossophobie. Stéphanie avait aussi la volonté d'aider les personnes qui, comme elle, souffrent ou ont souffert de dépression et de dysmorphie, démontrant une certaine forme de préoccupation pour le bien commun.

En conclusion, j'ai observé des signes d'esprit public dans mes quatre cas d'études, ainsi que des signes indiquant une potentielle intention politique, comme l'identification à des mouvements politiques ou au qualificatif d'activiste, mais cette intention politique était parfois plus difficile à assumer. Plutôt que de revendiquer leur choix de politiser leurs actions, certaines participantes ont davantage mis de l'avant le rôle que joue le contexte dans lequel elles évoluent. Il serait impossible de connaître avec certitude les raisons de cette distanciation vis-à-vis du politique, toutefois il est possible de proposer certaines pistes d'interprétations : la définition du politique mise de l'avant dans l'espace public plutôt restreinte et centrée sur les interactions avec l'État ; l'association de l'espace politique au masculin (Bereni et Revillard, 2009 ; Pateman, 2004) ; ou encore la volonté de se distancier d'un rôle qui n'est pas choisi, mais plutôt imposé. Comme nous le verrons dans la section suivante, Vanessa a notamment exprimé qu'il y a une dissonance entre ce qu'elle souhaite faire sur Instagram et la manière dont son contenu est reçu par ses abonné·e·s. Son intention initiale était de partager et documenter son expérience, un peu comme dans un journal « pas intime, mais

⁴² Même si Stéphanie s'associe ouvertement au mouvement *body positive*, ce mouvement est loin de faire l'unanimité parmi les personnes participant à la reconstruction de l'intime. Vanessa notamment a partagé dans ses *stories* une publication critiquant ce mouvement et m'a expliqué en entretien qu'elle a décidé il y a quelques années de s'éloigner de ce mouvement qui selon elle a perdu de sa force politique en devenant trop *mainstream* (voir p. 99 pour plus de détails).

visuel »⁴³ et de rejoindre des personnes grosses et noires, comme elle. Or, sa plateforme lui permet surtout de rejoindre des personnes blanches et minces, et donc plus privilégiées, qui perçoivent, selon Vanessa, sa plateforme comme un façon de s'éduquer sur son expérience en tant que personne marginalisée⁴⁴.

4.3 Discours féministe

Après avoir analysé la perception qu'ont les participant·e·s du caractère politique de leurs pratiques sur Instagram, j'examine dans cette section les stratégies ou idées féministes qui émergent dans leurs publications. Je me penche d'abord sur la production et la diffusion de discours contre-normatifs et de représentation, puis j'analyse comment ils participent à une certaine forme d'*empowerment* à la fois pour les personnes qui consomment le contenu lié à la reconstruction de l'intime, mais aussi pour ceux qui le créent.

4.3.1 Discours contre-normatifs

Les pages Instagram étudiées participent tout d'abord à un processus d'émancipation féministe en contribuant à la création et à la diffusion de discours contre-normatifs. Ces discours adoptent parfois un ton argumentatif ou éducatif afin de déconstruire les idées dominantes. J'ai pu observer quelques publications de ce type ; très souvent il s'agissait de publications faites par d'autres personnes et qui étaient repartagées dans les *stories*. Certains *memes* d'Abigail avaient aussi parfois cette fonction, même s'ils prenaient un ton plus humoristique ou inspirant pour faire passer leur

⁴³ Cette citation de Vanessa n'est pas sans faire penser au concept d'extimité mis de l'avant par Serge Tisseron (2011) et qui se définit comme « le processus par lequel des fragments du soi intime sont proposés au regard d'autrui afin d'être validés » (Tisseron, 2011, p. 84), un processus « inséparable du désir de se rencontrer soi-même à travers l'autre » (Tisseron, 2011, p. 85).

⁴⁴ Le fait de rejoindre majoritairement des personnes qui ne partagent pas sa réalité amène aussi son lot de violences dans la vie de Vanessa. Nous l'aborderons plus en détails dans le reste de ce chapitre (p.76 et p.88-89).

message. Le *meme* ci-bas, où Abigail remet en question le narratif individualiste selon lequel nous pouvons exister de manière indépendante les un·e·s des autres, en est un bon exemple :



Figure 1 - *meme* publié sur le compte d'Abigail. Capture d'écran prise par la chercheuse le 25 septembre 2023.

Dans mes observations, les discours contre-normatifs ont toutefois majoritairement pris la forme de la création de nouvelles représentations alternatives. Dans ces cas-ci, plutôt que de déconstruire certaines idées avec des arguments qui se situent sur un plan davantage intellectuel, les créateurices de contenu utilisent leur propre corps ou comportements pour montrer un exemple qui diverge de la norme dominante. La diversité corporelle et la lutte contre les standards de beauté patriarcaux est un thème pour lequel le rôle de la représentation s'est avéré central lors de mon observation et de mes entretiens. Stéphanie, par exemple, publie souvent des photos sur Instagram où on peut voir ses bourrelets ou ses vergetures — elle publie aussi souvent des photos où on la voit « au naturel », c'est-à-dire qu'elle n'est pas coiffée, pas maquillée et qu'elle ne semble pas tenter de prendre une pose ou d'avoir une expression faciale qui l'avantagerait. Ces photos sont souvent accompagnées

d'une description où Stéphanie rappelle que ce qu'on voit sur les médias sociaux ce n'est pas « la vraie vie », par exemple : « La réalité, c'est que derrière chaque photo Instagram super *cute*, la fille s'est probablement réveillée en mode "café, *please*", cernée, couettée et le pyjama tout croche ! »⁴⁵.

Vanessa et Judith ont également directement nommé cette intention de créer un contre-narratif dans leurs entretiens. Elles traitent respectivement sur leur compte de grossophobie et de pilosité féminine, des sujets pour lesquels la création de représentation est centrale. Vanessa m'en parle dans l'extrait suivant : « En publiant une photo ou une vidéo de moi qui s'habille et qui montre ma tenue du jour, c'est une façon de dire que mon corps existe, qu'il mérite de prendre de la place [...] c'est directement lié à la libération des personnes grosses ».

Judith a aussi mentionné la création de représentation comme faisant partie de son rôle en tant que *body hair activist* parce que « si on voit pas, on peut pas en discuter, on peut pas en parler, on peut pas se questionner ». La représentation est donc, pour elle, une condition pour faire changer les choses. Elle m'explique que, selon elle, la représentation aide avant tout les personnes qui ressemblent à cette nouvelle image à se sentir moins seules et à prendre confiance en elles. Mais elle constate aussi que la représentation permet d'ouvrir des conversations chez des personnes qui ne se sentent pas de prime abord concernées : elle donne en exemple une femme qui lui avait confié « qu'elle trouvait [mes publications] intéressantes, parce qu'elle a jamais questionné pourquoi elle trouvait [la pilosité] inconfortable sur le corps [d'une] femme mais pas sur le corps d'un homme ».

⁴⁵ Dans cet exemple de publication, on voit bien que cette représentation permet de créer une aura d'authenticité : en montrant ses imperfections, Stéphanie se distancie des créateurices de contenu qui publient des images mises en scène et déconnectées de la réalité. Reade (2021) a documenté que ces démonstrations d'authenticité ont un effet positif sur la popularité des créateurices de contenu, notamment parce que cela permet aux abonné·e·s de se sentir plus proches d'e·l·s. Les participant·e·s n'ont pas mentionné cette intention, mais l'authenticité et la proximité sont partie intégrante de la culture liée à la plateforme.

Cette représentation participe donc à la création de discours qui remettent en question les normes patriarcales et qui contribuent à un éveil de la conscience féministe chez certaines personnes.

Judith semble généralement vivre cette situation positivement, mais Vanessa vit parfois ce rôle d'éducation comme un rôle qui lui est imposé :

J'ai commencé à faire ça pour des gens qui me ressemblent. Parce que je manquais de représentation fait que je voulais être cette représentation. Mais le contexte au Québec fait en sorte que y a beaucoup plus de personnes blanches, on dirait, qui ont accès à mon compte et qui me suivent. Fait que pour eux qui *relatent* pas du tout à mon expérience j'imagine que c'est enregistré comme de l'éducation sur « c'est quoi être une grosse femme noire au Québec ». Mais moi, c'est juste genre je suis moi-même, pis je veux pas nécessairement expliquer aux gens ce que je vis parce que de toute façon c'est pas compris.

Bien que ce travail de sensibilisation puisse être essentiel au développement d'une société plus juste et égalitaire, il peut aussi être vécu comme un fardeau qui s'ajoute à l'oppression déjà vécue — l'éducation des personnes privilégiées à propos des oppressions vécues représente en effet une forme de travail émotionnel (Hochschild, 1979), et d'exploitation épistémique (Berenstain, 2016). Sans compter que ce travail de représentation qu'iels font en ligne se poursuit d'une certaine façon hors ligne. Il est parfois très intentionnel, comme lorsque Judith représente des femmes poilues dans ses créations artistiques, ou seulement lié au fait qu'elles continuent d'exister dans leur corps noir et/ou gros et/ou poilu lorsqu'elles ferment Instagram. Judith abonde dans ce sens lorsqu'elle répond à ma question sur ses activités politiques hors ligne : « je suis dans le monde, je porte des *outfits* où on voit mes poils ».

Malgré les difficultés associées à ce rôle d'éducation, Vanessa semble aussi l'endosser pleinement à d'autres moments. À propos d'une *story* qu'elle a fait sur l'anticapitalisme et que nous regardons ensemble lors de l'entretien, elle me dit :

Quand je peux, je *repost* des trucs comme ça [sur l'anticapitalisme] juste pour *shaker* les gens un petit peu pis *hopefully* continuer à avoir des... ou peut-être juste commencer même une conversation avec eux-mêmes parce qu'on se remet pas en question. [...] Pis publier ce type de contenu-là, *hopefully* les gens prennent le temps de le lire, d'essayer de le comprendre, pis de réfléchir à ça.

Cette tâche d'éducation semble donc être parfois souhaitée et parfois imposée. Bien que Vanessa n'ait pas développé sur ce qui faisait la différence entre ces deux occurrences, une piste émerge : dans un cas, l'éducation repose sur une expérience personnelle, vécue et vulnérabilisante — sa réalité de femme grosse et noire. Dans l'autre cas, l'éducation concerne des enjeux plus généraux, moins intimes, comme l'anticapitalisme. Ce deuxième cas de figure pourrait être perçu comme moins vulnérabilisant et moins exposant, d'autant plus que le système d'oppression en question (le capitalisme) ne touche pas seulement Vanessa, mais aussi probablement la grande majorité de ses abonné·e·s. Par ailleurs, il est plus facile de choisir les moments où l'on parle de capitalisme, alors que Vanessa incarne en permanence sa réalité de femme grosse et noire. Le travail éducatif effectué dans un temps choisi et délimité est donc peut-être moins vécu comme un fardeau que celui qui s'impose de manière continue, sans qu'elle ne l'ait activement choisi.

L'exemple de l'éducation sur l'anticapitalisme nous permet aussi de constater que le rôle de la représentation dépasse les enjeux de diversité corporelle. Vanessa affirme « incarner » ces valeurs sur Instagram, notamment en se montrant régulièrement en train de se reposer et d'être improductive. Stéphanie se présente aussi régulièrement comme un « modèle » d'une personne qui a réussi à guérir de ses troubles de santé mentale, comme en témoigne ce texte qu'elle a partagé en publication :

Je me souviens du moment où j'ai réalisé que quelque chose n'allait pas. J'étais épuisée, vidée de toute énergie. J'oubliais de manger : je perdais du poids et on me complimentait, mais c'était tout sauf une victoire. J'étais étrangère à mon corps. Heureusement, un proche m'a orientée vers les bonnes personnes, et j'ai commencé à être accompagnée. Aujourd'hui, je suis fière d'être complètement guérie de ma

dépression. Quelle que soit la difficulté que tu affrontes aujourd'hui, ou ce que l'avenir te réserve, rappelle-toi que tu peux guérir. Tu as la force en toi.⁴⁶

Abigail, de son côté, tente de créer de la représentation en termes de comportements ou de valeurs qu'elle juge essentiel dans la création d'un monde plus juste. Elle m'a par exemple confié que sur son compte « *I'm trying to model being messy and I'm like you know trying to model growth and compassion and curiosity and values that I think are like super important to like every [political] movement* ».

La création et la diffusion de discours contre-normatifs et de nouvelles représentations alternatives, à la fois sur le plan de la diversité corporelle, mais aussi des comportements et des valeurs, est donc un élément essentiel de l'émancipation féministe que permet la reconstruction de l'intime. Ces discours et représentations permettent non seulement aux personnes concernées de se sentir moins seule et de prendre confiance en elles, mais ils peuvent aussi provoquer des prises de conscience politiques et féministes chez les personnes qui consomment le contenu. Ce rôle d'éducation populaire peut être très valorisant pour les créatrices de contenu, mais certain·e·s comme Vanessa peuvent aussi parfois le ressentir davantage comme un fardeau, semblable à l'exploitation épistémique (Berenstain, 2016). Ce type d'exploitation se produit en effet lorsque des personnes privilégiées contraignent des personnes marginalisées à les éduquer sur la nature de l'oppression qu'elles subissent. Il s'agit d'une forme d'oppression épistémique, caractérisée par un travail cognitif et émotionnel imposé, non reconnu, non rémunéré et éprouvant émotionnellement, en plus de participer à centrer les besoins des groupes dominants (Berenstain, 2016, p. 570).

⁴⁶ Cet extrait, bien qu'il participe à la création d'une représentation positive et potentiellement porteuse d'espoir pour les personnes atteintes de problèmes de santé mentale, est aussi porteur de valeurs néolibérales. On retrouve ici un bon exemple de responsabilisation des individus pour leur situation, à travers l'idée que la force individuelle est suffisante pour surmonter ses problèmes. Pour plus de détails sur cette analyse, voir la section 5.2.

4.3.2 *Empowerment*

Le potentiel émancipateur de la reconstruction de l'intime vient également de sa promotion d'une certaine forme de reprise de pouvoir, ou d'*empowerment*⁴⁷(Calvès, 2009), à la fois pour les personnes qui consomment le contenu, mais aussi pour celles qui le créent.

La citation de Stéphanie qui concluait la dernière section est à cet effet un bon exemple : en se présentant comme un modèle, Stéphanie semble vouloir inspirer ses abonné·e·s ou du moins leur donner confiance qu'ils sont capables d'agir et d'avoir un impact sur leur propre vie. De façon générale, Stéphanie accorde une grande place à la promotion de l'*empowerment* de ses abonné·e·s dans son discours. Elle fait souvent la promotion de l'activité physique, qui a joué un grand rôle dans son parcours de guérison de sa dépression et qui l'a aidée à se réappropriier son corps après des épisodes dysmorphiques. Elle se garde toutefois bien d'être prescriptive et rappelle toujours à ses abonné·e·s qu'ils sont les mieux placé·e·s pour savoir ce dont leur corps a besoin. Stéphanie décentre ainsi l'expertise qui pourrait lui être reconnue de par son statut d'« influenceuse » et incite plutôt ses abonné·e·s à reconnaître la valeur de leurs savoirs à propos d'eux-mêmes et à apprendre à s'écouter et à se faire confiance, des éléments essentiels à toute reprise de pouvoir.

Cette volonté d'aider les personnes abonnées dans leur parcours de reprise de pouvoir sur leur vie face aux systèmes oppressifs ne s'est pas seulement exprimée sur le compte de Stéphanie, mais aussi dans les publications des trois participant·e·s aux entrevues, souvent sous la forme de conseils ou d'outils à appliquer dans leur vie : on peut penser aux affirmations positives qu'a présentées Judith, ou encore à Vanessa dont les *post-therapy treats* sont devenus très populaires.

⁴⁷ L'*empowerment* est par ailleurs souvent repris dans une perspective individualiste et néolibérale. Je discute davantage de cet enjeu dans le chapitre suivant, section 5.3.

Vanessa se montre en effet souvent sur son Instagram en train de s'offrir une petite récompense après avoir fait quelque chose de difficile, mais bon pour elle, comme aller en thérapie ou chez le dentiste. Elle m'a d'ailleurs confié que plusieurs abonné·e·s lui ont dit qu'ils ont commencé à faire de même pour s'aider à entreprendre des démarches difficiles visant à prendre soin d'elles-mêmes. Abigail de son côté, utilise son compte pour transmettre des savoirs sur la santé mentale, en particulier sur les traumatismes et leur nature politique. Pour iel, ces savoirs ont été cruciaux dans sa démarche personnelle d'*empowerment* :

understanding my trauma as political shifted so much for me. I was like "oh, I'm not broken, the world is broken!" Like (laughing) "oh I don't have to see myself in all of these negative ways because of how my brain has adapted to what I've had to live through". It actually like empowered me.

L'*empowerment* n'est ainsi pas seulement transmis des créatrices de contenu vers les abonné·e·s, mais est aussi vécu par les créatrices de contenu elles-mêmes à travers leur pratique sur Instagram. Vanessa a notamment nommé qu'il s'agit d'un espace où elle peut « prendre de la place » et « prendre parole » ; Judith a affirmé avoir commencé sa page Instagram pour « se libérer » et apprendre à assumer publiquement sa pilosité ; et Abigail, ne se serait pas cru capable de faire des *memes* et a pris confiance en iel en apprenant directement sur sa page Instagram⁴⁸. Stéphanie n'a pas pu témoigner de comment sa pratique sur Instagram la fait se *sentir*, toutefois, elle raconte dans ses publications son histoire de problèmes de santé mentale et elle semble ainsi

⁴⁸ Comme Abigail me l'a raconté en entretien, sa page Instagram servait d'abord à faire la promotion d'un blog, qui n'est plus actif aujourd'hui, et qui traitait des intersections de la mode, du féminisme et des émotions (*fashion, feminism and feelings*). Par la suite, iel a commencé à partager ce qu'iel écrivait et à produire davantage d'infographies éducatives sur les traumatismes et la guérison, afin de démocratiser les savoirs qu'iel avait eu l'occasion d'acquérir à l'université. Ce n'est que plus tard, lorsque la production d'infographies a commencé à devenir trop énergivore et chronophage, qu'iel s'est tourné vers le format des *memes*. Cette orientation de sa page est donc assez récente (deux ans environ).

se la réapproprier et créer une image positive d'elle-même, comme une « combattante victorieuse contre la dépression ».

4.4 La reconstruction de l'intime : un phénomène relationnel

Dans cette dernière section, je m'attarde aux différentes façons dont les pages Instagram des participant·e·s à ma recherche sont des espaces où se créent des relations interpersonnelles, sociales et politiques. J'analyserai d'abord les solidarités, puis les violences qui s'y déploient.

4.4.1 Solidarités

Les pages Instagram que j'ai observées sont le lieu de créations de solidarités, à la fois entre les créateurices de contenu et avec leurs abonné·e·s. Ces liens sont une des raisons principales que m'ont évoquées les participant·e·s aux entrevues pour lesquelles iels apprécient le travail qu'iels effectuent sur Instagram. La création de solidarités révèle également la dimension politique de la reconstruction de l'intime, la coordination étant un critère central dans les théories de l'action politique informelle (Lichterman et Eliasoph, 2014). Ces liens de solidarité participent aussi à la création d'une culture de communauté qui, dans certains cas, s'oppose à la culture individualiste néolibérale.

Observons d'abord les façons dont se créent les solidarités entre les créateurices de contenu. La première, et peut-être la plus évidente, est la collaboration sur des projets ou des publications : j'en ai observé des traces dans les quatre cas à l'étude. Le cas le plus commun est une publication que deux ou plusieurs personnes créent et partagent ensemble sur leurs comptes respectifs, mais j'ai aussi observé des collaborations sur des projets de plus grande envergure, comme des balados ou même l'écriture d'un livre. Ces échanges semblent souvent se faire sur une base réciproque, dans un contexte où, par exemple, deux personnes gagnent de la visibilité en s'associant avec l'autre.

Un autre cas de figure souvent observé est celui où une personne va mettre de l'avant le travail d'une autre et l'aider à gagner en visibilité : cela peut se faire très simplement à travers des mentions « j'aime », des commentaires, ou en repartageant la publication d'une personne dans ses *stories*, parfois accompagné d'un commentaire positif ou encourageant. Parfois, un·e créateurice de contenu va directement partager le profil d'un·e autre sur son compte en encourageant explicitement ses abonné·e·s à aller découvrir ou suivre son compte. Stéphanie notamment a déjà partagé plusieurs comptes qu'elle trouve inspirants dans ses *stories*.

Abigail avait toutefois une façon différente de s'engager dans des relations de collaboration avec d'autres créateurices de contenu : iel invite régulièrement des personnes à faire des « *takeovers* », c'est-à-dire à prendre le contrôle de son compte Instagram et à l'animer pour une journée. Généralement, cette animation du compte commence par une publication de *memes* créés par la personne qui fait le *takeover*, puis se poursuit en *stories*, où la personne se présente et répond aux questions des abonné·e·s, qui tournent généralement autour de son vécu et/ou de son expertise. Pour Abigail, les *takeovers* sont une façon de diversifier son contenu et d'y apporter de nouvelles perspectives, mais aussi de faire profiter d'autres personnes du capital social qu'iel a accumulé sur la plateforme. Non seulement les *takeovers* permettent aux personnes qui y participent de se faire connaître et d'augmenter leur nombre d'abonné·e·s, mais Abigail leur offre aussi du mentorat, sous la forme d'outils et de rétroaction afin de les aider à créer leurs *memes* et leur présentation. Cette façon de faire s'oppose directement à la mentalité capitaliste de compétition individuelle qui valorise le fait « d'investir » ses énergies en soi-même et qui décourage l'entraide à moins qu'elle ne nous permette d'obtenir quelque chose de valeur au moins égale en échange, ce qui n'est pas le cas ici.

Autre façon de faire intéressante dont Abigail m'a parlé : iel et d'autres créateurices de contenu échangent des conseils sur la façon d'utiliser la plateforme. Il est bien documenté que les normes entourant l'algorithme, la visibilité et même la censure des publications sont plutôt floues (Cotter, 2023 ; Petre *et al.*, 2019) et tendent à désavantager certains types de contenu, notamment ceux qui montrent des corps féminins et/ou hors normes (Bishop et Rigakos, 2024 ; Olszanowski, 2014) ou encore les contenus politiques (Beaulieu-Kratchanov, 2024 ; Instagram, 2024)⁴⁹. C'est aussi quelque chose que les trois participant·e·s à mes entretiens ont relevé : certaines de leurs publications deviennent très populaires, alors que d'autres, qui leur semblent similaires, ne récoltent que très peu d'attention. La « recette » pour faire une bonne publication et obtenir de la visibilité, un élément crucial pour leur travail, reste donc mystérieuse. Abigail m'explique que la solidarité entre les créateurices de contenu est un élément essentiel pour naviguer ce contexte : « *None of us really knows how to use this platform and so much of like how we learn to use it is kind of like a whisper network, like you know, sharing amongst each other what we've learned about the algorithm* ». Encore une fois, plutôt que de garder les informations pour soi dans le but de mieux faire face à ses « compétiteurices », Abigail choisit de les voir comme des allié·e·s et de valoriser l'entraide et la solidarité.

La solidarité s'établit aussi entre les créateurices de contenu et leurs abonné·e·s. Ces liens se forment de différentes façons, dont le niveau d'engagement varie. À un niveau d'engagement plus bas, on peut penser à des échanges en commentaires, en *stories* ou en messages privés, que certaines

⁴⁹ À l'hiver 2024, Instagram a introduit une nouvelle fonctionnalité permettant de restreindre le contenu jugé « politique », défini comme « susceptible de mentionner des gouvernements, des élections, ou des enjeux sociaux qui affectent un groupe de gens ou la société en général » (Beaulieu-Kratchanov, 2024). Cette option est activée par défaut, et leurs utilisatriceuses doivent la désactiver manuellement dans leurs paramètres pour retrouver du contenu « politique » dans leur fil d'actualité. Elle n'était pas encore en vigueur au moment de mon observation, mais elle l'était lors de mes entretiens et les participant·e·s, en particulier Abigail, me l'ont mentionnée.

personnes encouragent fortement. Stéphanie par exemple écrit : « Merci de me lire et de m'écrire, que vous m'envoyiez un long témoignage ou juste un petit émoji, j'apprécie tous vos messages ! ». Les comptes observés ont parfois partagé des questions posées ou des demandes d'aide formulées par les abonné·e·s afin de permettre à la communauté d'y répondre.

Ce type de lien peut se poursuivre hors ligne : Vanessa témoigne notamment qu'il lui arrive de croiser des abonné·e·s dans la rue ou au restaurant et de s'arrêter pour avoir de courtes discussions avec elleux. À un niveau d'engagement plus organisé, on retrouve des pratiques comme la création et l'animation de groupes. Stéphanie et Abigail animent par exemple des groupes d'entraide ou des webinaires payants qui permettent autant aux personnes qui s'y inscrivent d'apprendre et de s'approprier des outils d'*empowerment* pour les aider avec leur image corporelle et/ou leur santé mentale que de créer des liens avec les autres personnes participantes. Les groupes d'entraide sur l'image corporelle de Stéphanie par exemple sont des endroits non-mixtes où les participantes peuvent partager leurs fiertés et les moments plus difficiles, en étant encadrées par son expertise professionnelle. Les webinaires qu'animent Abigail sont pour toutes, mais servent des objectifs similaires, traitant généralement de la façon dont on peut naviguer les relations et l'intimité lorsqu'on a un historique de traumatismes.

Ces démonstrations de solidarité nous montrent que le critère de coordination proposé par les théories de l'action politique informelle (Lichterman et Eliasoph, 2014) s'applique bel et bien au cas de la reconstruction de l'intime. Bien que ces liens se tissent dans un contexte capitaliste, comme des groupes payants, il n'en reste pas moins qu'ils sont portés par une volonté collective de résistance. Il est toutefois essentiel d'émettre quelques bémols : la création de relations en

particulier avec les abonné·e·s demande une certaine dose de travail émotionnel (Hochschild, 1979)

qui dépasse parfois les capacités des créateurices de contenu, comme en témoigne ici Judith :

[Mes abonné·e·s] me traitent comme si je suis une psychologue, une thérapeute, je suis comme *I don't have this degree and I don't have enough energy to give to everybody* là [...]. Des fois ils me posaient des questions comme : « comment je peux être plus confiante, je pense qu'à cause de mes poils je peux pas avoir un chum ». Donc moi, je leur disais « va regarder mon vidéo sur YouTube, j'ai un vidéo sur comment avoir plus de confiance en soi » [...]. Des fois, j'ai juste arrêté de leur répondre parce que c'est beaucoup trop là.

Judith ignore donc parfois les messages, mais elle fait aussi en d'autres occasions un effort pour donner une réponse d'une façon qui respecte ses limites et qui permet de maintenir une distance entre elle et l'abonné·e qui l'a sollicitée. Elle mentionne ici qu'elle réfère les personnes à ses vidéos, mais elle se sert aussi parfois des questions posées par ses abonné·e·s pour créer du nouveau contenu : « Je dis toujours aux gens, si vous avez des questions, posez-les sur mes *stories*, comme ça je peux faire une vidéo pour tout le monde. Parce que c'est sûr, que vous êtes pas la seule qui a cette question-là ! ». Cette façon de faire semble permettre à la personne d'avoir une réponse à sa question tout en rendant le travail de Judith plus « rentable », mais aussi plus visible, et donc utile à un plus grand nombre de gens.

Ce genre d'interaction que vit Judith peut être qualifié de « parasociales », soit des « connexions socio-émotionnelles que les gens développent avec des figures médiatiques comme des célébrités ou des personnages de fiction. Elles reflètent les relations hors ligne de plusieurs façons même si la perception d'intimité qu'ont les individus avec les figures médiatiques n'est pas réciproque » (Hoffner et Bond, 2022, p. 1). Le contexte des médias sociaux accélère et intensifie la formation de relations parasociales parce qu'il nous permet d'interagir avec les figures publiques et d'entrer plus régulièrement et avec une plus grande perception d'authenticité dans leur vie. Les abonné·e·s

de Judith ont ainsi l'impression d'être très proches d'elle et iels lui parlent comme à une amie proche, ou à « une psychologue, une thérapeute », alors que Judith, de son côté, ne les connaît pas.

Abigail reçoit aussi régulièrement, comme Judith, des messages privés de personnes qui souhaitent avoir des conseils gratuitement ou qui lui racontent leurs traumatismes sans lui demander son consentement. D'autres personnes lui écrivent aussi pour lui demander d'adapter son contenu à leurs préférences. En entretien, iel s'est montré très critique de ce genre d'interactions et m'a expliqué qu'elles ne contribuent pas à la formation d'un esprit de solidarité et de communauté qui s'oppose à l'individualisme, mais sont plutôt un reflet de l'exploitation capitaliste :

There is this real interesting culture of entitlement that exists where people expect things from you [...]. And I'm just like... guys ! These are just free memes ! [...] We do not have a relationship, and you are consuming for free and so it's very extractive, and very capitalist to be upset with me for not giving you what it is you want when you're not paying for anything.

La reconstruction de l'intime est donc un phénomène à travers lequel se construisent de nombreux liens de solidarités, d'abord entre les créatrices de contenu. Même si iels gèrent leurs pages individuellement, iels collaborent sur des publications ou des projets, s'encouragent mutuellement, s'offrent du mentorat ou s'entraident dans le but de comprendre le fonctionnement « caché » de la plateforme. Des liens se créent aussi avec les créatrices et leurs abonné·e·s, notamment dans des échanges de messages ou de commentaires, mais aussi dans des groupes d'entraides ou des webinaires plus formels. Ces relations complexes et variées peuvent participer à la création d'une culture émancipatrice qui combat l'individualisme, mais prennent parfois aussi la forme de relations parasociales (Hoffner et Bond, 2022) qui recréent des dynamiques d'exploitation capitaliste.

4.4.2 Violences et résistances

La reconstruction de l'intime sur Instagram n'est pas seulement un espace où se créent des solidarités, mais aussi où se perpétuent des violences découlant des systèmes d'oppression et visant à faire taire les personnes marginalisées qui remettent en question le *statu quo*. Ces violences sont le fait d'individus, mais sont parfois aussi perpétrées par la plateforme Instagram elle-même notamment à travers ses politiques de censure.

Les trois personnes que j'ai interviewées ont toutes témoigné avoir vécu des instances de violence en ligne liées à leur page Instagram. Vanessa et Judith ont toutes deux rapporté recevoir régulièrement des messages ou des commentaires racistes et misogynes sur leur plateforme, auxquels s'ajoutent, dans le cas de Vanessa, des commentaires grossophobes. Elles ont aussi toutes les deux vécu du harcèlement de la part d'hommes qui auraient souhaité entretenir avec elles des relations sexuelles ou amoureuses. Abigail, pour sa part, m'a confié avoir été victime d'une campagne d'annulation (*cancelation*) durant laquelle un groupe de personnes l'a accusé de nombreux torts, notamment d'être « *a cult leader, a grifter [and a] serial abuser* ». Ces personnes affirmaient notamment qu'il faisait semblant d'être pauvre pour récolter de l'argent pour ses projets et qu'il volait le travail de personnes racisées pour son propre bénéfice, mais ont refusé de lui donner des preuves. Le groupe demandait à Abigail de « *deplatform* » (se retirer de la plateforme), ce qui lui aurait fait perdre la majeure partie de ses revenus et la harcelait, surveillait ses médias sociaux, tentait de découvrir des détails de sa vie privée et contactait ses proches ou ses abonné·e·s pour leur demander de se désolidariser d'il.

Dans les trois cas, la violence a eu des impacts psychologiques importants (Vanessa a notamment eu besoin de l'aide d'une psychothérapeute pour y faire face). Dans le cas d'Abigail, elle a aussi

causé une baisse importante de ses abonné·e·s, ce qui a un impact direct sur ses possibilités de revenus financiers qui dépendent directement de la vente en ligne de ses produits et services.

Dans le cas de Stéphanie, elle n'a pas parlé de violences vécues sur son compte. Cela ne veut pas dire qu'elle n'en vit pas, elle pourrait les garder cachées, notamment parce que démontrer trop de négativité pourrait nuire à l'image de sa page (comme c'était le cas pour certaines influenceuses dans la recherche de Reade (2021, p. 549)). Il se pourrait aussi qu'elle vive moins de violences que les trois personnes que j'ai interviewées, notamment parce qu'elle occupe une position plus privilégiée (elle est blanche, cisgenre et hétérosexuelle), mais aussi parce que parmi les quatre cas que j'étudie, c'est elle qui a le plus petit nombre d'abonné·e·s et que la violence en ligne est plus prégnante pour les personnes plus connues (Mendes *et al.*, 2019, p. 89). Vanessa et Judith ont notamment témoigné avoir reçu davantage de violence lorsque leur visibilité sur les médias sociaux a commencé à augmenter. Bien qu'une augmentation de la visibilité puisse leur permettre de négocier plus de contrats de meilleure qualité, celle-ci fait aussi en sorte que davantage de personnes pas nécessairement alignées avec leurs valeurs ont accès à leurs comptes. Dans le cas de Vanessa, cette augmentation de sa visibilité s'est déroulée dans le cadre de la montée du mouvement *Black Lives Matter* en juin 2020 après le meurtre de Georges Floyd (Taylor, 2021). La popularité du mouvement *Black Lives Matter* avait, selon Vanessa, poussé des influenceuses blanc·he·s bien intentionné·e·s à recommander son compte à leurs abonné·e·s afin de les aider à « s'éduquer » sur les réalités noires. L'augmentation de la violence était directement liée, dans le cas de Vanessa, à une augmentation du labeur émotionnel et épistémique qu'on lui demandait.

La violence auxquelles les personnes participant à la reconstruction de l'intime font face fait écho au premier constat que j'ai établi dans ce chapitre, soit le fait que la reconstruction de l'intime est

un travail exigeant. En effet, pour faire face à cette violence, les participant·e·s aux entretiens ont témoigné employer diverses stratégies qui demandent du temps, un investissement financier ainsi que de la charge mentale et émotionnelle. Cela peut inclure des gestes pour réduire la violence reçue, comme le fait d'éviter certaines plateformes ou de bloquer les personnes qui laissent des commentaires violents ; des gestes qui visent la régulation émotionnelle face à cette violence, comme le fait de faire appel à son réseau de support personnel ou encore d'aller en thérapie ; et finalement, dans certains cas, des gestes pour répondre à cette violence, comme ça a été le cas pour Abigail qui a mis en place un petit comité qu'elle a nommé « *accountability pod* » (groupe de responsabilisation) pour l'aider à faire face aux accusations reçues lors de la campagne d'annulation menée contre elle. Elle reconnaissait qu'il était possible qu'elle ait fait des erreurs et ait causé du tort, et souhaitait prendre responsabilité et offrir réparation⁵⁰. Ce groupe rassemblait notamment des personnes racisées qu'Abigail a rémunéré pour leur travail. Elle a aussi mis en ligne un formulaire anonyme permettant aux gens de lui faire des commentaires, en plus de rédiger une déclaration publique détaillant sa position et d'avoir d'innombrables conversations privées visant à expliquer la situation à son entourage.

La violence vécue par les participant·e·s fait aussi écho au critère de « situation conflictuelle » mis de l'avant par certain·e·s théoricien·ne·s de l'action politique informelle (Bayat, 2010). En effet, même si Vanessa et Judith m'ont dit éviter de répondre aux commentaires violents qu'elles reçoivent, ces messages témoignent néanmoins d'une hostilité à l'égard de leurs propos en ligne, illustrant le climat de confrontation qui entoure leurs discours. Vanessa m'a dit à ce sujet que la

⁵⁰ Elle n'a toutefois reçu que des accusations infondées ou si vagues qu'il lui était impossible d'y répondre concrètement. Abigail a aussi offert au groupe qui la dénonçait de payer pour des rencontres avec un·e médiatrice, ce qui a été refusé. Cette impasse a mis fin à sa démarche. Elle ne m'a pas mentionné en entretien avoir maintenu l'*accountability pod* et le formulaire anonyme sur le long terme : il semble qu'il s'agissait d'une pratique ponctuelle, mise en place spécifiquement pour cette instance de dénonciation, qui s'est révélée impossible à résoudre.

violence venait selon elle d'une opposition « à ce que je dis ou comment je le dis peut-être ou le fait que je dise des choses point », me donnant comme exemple la fois où elle a parlé sur sa plateforme d'un livre intitulé « Le racisme est un problème de blancs » (Eddo-Lodge et Mazoyer, 2018). Plusieurs recherches mettent aussi de l'avant le fait que les violences en ligne s'inscrivent dans un effort global pour faire taire les femmes et les personnes marginalisées qui dénoncent leurs oppressions et remettent en question le *statu quo* (Banet-Weiser, 2018, p. 70 ; Ging, 2023). En ce sens, Abigail reçoit souvent des commentaires qui lui reprochent de politiser les traumas ou les relations interpersonnelles.

Ces attaques s'inscrivent dans ce que Ging (2023, p. 213) décrit comme des pratiques de silenciation : elles visent à intimider, à disqualifier et à empêcher l'expression des voix dissidentes. En plus de faire face à ces tentatives de silenciation venant d'individus, les participant·e·s à ma recherche ont aussi témoigné devoir composer avec la censure exercée par la plateforme Instagram elle-même. Vanessa a constaté que certaines de ses publications se font retirer, notamment lorsqu'on voit certaines parties de son corps (comme sa poitrine et ce, même si les mamelons sont cachés). Judith ne vit pas ce genre de censure : elle croit que c'est parce qu'elle est mince et que l'algorithme est grossophobe. Elle me raconte : « une femme grosse s'était publiée un peu nue, mais elle cachait ses mamelons. Pis Instagram l'avait censurée. Mais il y a beaucoup de femmes qui sont minces qui *postent* des photos comme ça et qui se font pas censurer. »⁵¹. La censure est

⁵¹ Cette observation sur la grossophobie de l'algorithme a aussi été faite par Bishop et Rigakos (2024) dans leur recherche sur le *body size activism*. Iels rapportent que des personnes haut placées chez Facebook (qui appartient à Meta, compagnie également propriétaire d'Instagram depuis 2012) ont avoué en 2019 utiliser des robots pour analyser les photos sur leur site et pour détecter notamment le « pourcentage de peau dévoilée » (Bishop et Rigakos, 2024, p. 92). Comme le soulignent les auteurices : « Si une personne mince publie une image d'elle portant une camisole et des shorts, elle montrera moins de peau qu'une personne grosse portant la même tenue. En fait, si le robot détecte seulement la peau et la forme du corps, une personne mince, pourrait très facilement publier des photos d'elle presque nue et ne pas être censurée [au contraire d'une personne grosse] » (Bishop et Rigakos, 2024, p. 93). Cette fonction de l'algorithme discrimine donc bel et bien les personnes grosses, comme le souligne Judith.

parfois beaucoup plus subtile : Abigail a par exemple remarquer que ses *stories* et ses publications plus politiques (comme celles qui traitent de racisme ou de colonialisme) sont beaucoup moins vues que les autres⁵². Iel croit que c'est parce que les algorithmes d'Instagram sont programmés pour mettre de l'avant le contenu « non-politisé », une tendance qui semble s'être confirmée alors qu'Instagram a intégré au courant de l'hiver 2024 une modalité qui permet aux utilisateurices de cacher le contenu politique, défini par la plateforme comme portant sur le gouvernement les élections et les « sujets sociaux » (Instagram, 2024), de leur fil d'actualité. Cette modalité est par ailleurs activée par défaut et il faut la désactiver manuellement si l'on souhaite voir du contenu politique (Beaulieu-Kratchanov, 2024). La violence fait ainsi partie intégrante de la réalité des créateurices de contenu qui participent à la reconstruction de l'intime. Elle rend leur travail plus exigeant, mais elle est aussi politique puisqu'elle contribue au passage sous silence certaines de leurs idées et revendications.

4.5 Conclusion

Dans ce chapitre, j'ai examiné le potentiel politique et émancipateur qui émane de la reconstruction de l'intime. Après avoir constaté qu'il s'agit d'un travail exigeant et d'un phénomène extrêmement diversifié, j'ai analysé le sens que donnaient les créateurices de contenu à leurs pratiques, la façon dont celles-ci participent à la création et à la diffusion de discours contre-normatifs et de nouvelles représentations alternatives, contribuent à l'*empowerment* des personnes marginalisées et à la création de solidarités, mais aussi la façon dont elles sont la cible de violences. Cette analyse permet

⁵² C'est ce qu'on appelle le *shadowbanning* ou *stealth banning*. Il s'agit d'une pratique utilisée par les plateformes de médias sociaux pour « limiter la visibilité du contenu de certain·e·s usager·ère·s sans les avertir. Cela signifie que l'utilisateur·ère voit toujours ce qu'il a publié, mais pas les autres, ce qui complexifie le gain d'abonné·e·s, le maintien de l'engagement ou la diffusion d'un message » (Bishop et Rigakos, 2024, p. 3). Le *shadow banning* se fait souvent via un algorithme, programmé pour détecter par exemple des mots-clés (Bishop et Rigakos, 2024, p. 10). Instagram nie officiellement avoir recours au *shadow banning*, mais de nombreux·euses créateurices de contenu témoignent comme Abigail en faire l'expérience (Cotter, 2023).

de constater que tous les critères relatifs aux théories de l'action politique informelle, soit l'intention politique, l'esprit public, la coordination et le contexte conflictuel, étaient présents dans les comptes que j'ai observés.

Mes résultats démontrent également que la reconstruction de l'intime est redevable à plusieurs traditions féministes de résistance, notamment à travers la diffusion de discours contre-normatifs et l'*empowerment* des personnes marginalisées. Ces pratiques rappellent les groupes de prise de conscience (Rosenthal, 1984), puisqu'elles mettent de l'avant la nature politique des expériences privées (Rosenthal, 1984, p. 309) et favorisent, comme nous l'avons vu, l'éveil d'une conscience politique et féministe et la création de solidarités. La reconstruction de l'intime se rapproche également en ce sens du féminisme du quotidien (Schuster, 2017) : elle consiste en effet, comme le décrit Schuster, en une pratique individuelle qui remet en question les inégalités dans la vie de tous les jours (Schuster, 2017, p. 648). La reconstruction de l'intime reprend également les trois composantes principales que Schuster avait identifié comme parties intégrantes du féminisme du quotidien (Schuster, 2022, p. 124-130), soit la création de « bulles féministes » (pensons aux groupes d'entraide de Stéphanie ou encore aux réseaux informels dont me parlait Abigail) ; l'amélioration de soi (*self-improvement*) pour mieux incarner les valeurs féministes (comme les pratiques d'affirmations pour se défaire de l'oppression intériorisée ou les changements de comportements et de valeurs que modèlent les créateurices de contenu) ; et finalement l'éducation des autres (une composante centrale des discours contre-normatifs étudiés).

La reconstruction de l'intime n'est toutefois pas seulement émancipatrice : il s'y reproduit parfois, même entre des personnes bien intentionnées, des dynamiques extractivistes qui rapprochent la reconstruction de l'intime de la culture néolibérale. Le prochain chapitre sera ainsi consacré à

l'exploration du potentiel dépolitisant de la reconstruction de l'intime et à ses intersections avec le néolibéralisme.

CHAPITRE 5

INTÉGRATION OU RÉSISTANCE : LE RAPPORT DE LA RECONSTRUCTION DE L'INTIME AVEC L'IDÉOLOGIE NÉOLIBÉRALE

« Faut dismantler les systèmes oppressifs qui sont mis en place là. C'est pas... c'est pas avec mes photos en lingerie sur Instagram que ça va changer réellement t'sé » - Vanessa

Après avoir étudié le potentiel émancipateur de la reconstruction de l'intime et ses liens avec l'action politique et les théories féministes, je me penche maintenant sur son potentiel dépolitisant et ses liens avec l'idéologie néolibérale. Je m'appuierai sur trois axes principaux : l'entrepreneuriat de soi et de son activisme ; l'individualisme ; et enfin l'injonction au bonheur. Pour chacun de ces trois pôles, mes résultats montrent que la reconstruction de l'intime oscille constamment entre intégration du néolibéralisme et résistance active contre cette idéologie.

5.1 Entrepreneuriat de soi

Le néolibéralisme est reconnu pour son application de la logique entrepreneuriale à toutes les sphères de la vie, y compris à la vie privée et au quotidien des individus (Clément, 2020 ; Rottenberg, 2014 ; Schuster, 2022). La reconstruction de l'intime n'y échappe pas : les participant·e·s ont toutes, à divers degrés, monétisé leur activisme. Cette commercialisation permet aux militant·e·s de vivre de leur travail politique et de s'y investir davantage en termes de temps et d'énergie. Par contre, elle peut aussi avoir des conséquences néfastes : elle peut les placer dans des situations de travail précaires et exploitantes, et même édulcorer leurs revendications. Les participant·e·s à ma recherche intègrent toutefois cette logique entrepreneuriale avec un regard critique et tentent de mitiger ses impacts négatifs.

5.1.1 *Self-branding* et commercialisation de son activisme

Dans mes quatre cas d'études, la page Instagram représente pour les participant·e·s une source de revenus. Sauf dans le cas de Stéphanie (cas composite⁵³), qui a un travail temps plein et à qui le compte Instagram fournit un revenu d'appoint, leur page constitue leur source de revenus principale, voire leur seule source de revenus. Les participant·e·s monétisent leur page Instagram de différentes façons : à travers des partenariats rémunérés avec des entreprises et des organismes à but non lucratif, qui peuvent prendre la forme de création de contenu rémunérée ou de partage de liens affiliés ; la vente de leurs propres produits et services ; ou l'utilisation de leur page comme un espace de promotion qui leur permet d'obtenir d'autres opportunités de carrière.

Pour toutes les personnes participantes sauf Abigail, les partenariats rémunérés avec des entreprises ou des organismes à but non lucratif représente le principal moyen de monétisation de leur page Instagram. La forme la plus courante de partenariat que j'ai observé est la création de contenu rémunérée : dans ce cas de figure, l'organisation engage un·e créateurice de contenu (parfois à travers une agence de publicité ou de marketing) pour qu'iel fasse la promotion, sur son compte, de leur(s) produit(s) ou service(s). Elle envoie généralement des consignes, des messages clés à inclure dans le contenu et demandera à la personne créatrice de leur faire parvenir un plan détaillé du contenu promotionnel qu'elle prévoit créer.

J'ai aussi observé un deuxième type de partenariat : le partage de liens affiliés. Dans ce cas-ci, les créateurices de contenu gagnent une commission sur les ventes du produit ou du service lorsque leurs abonné·e·s utilisent leur lien ou code promotionnel pour l'acheter. Il arrive que l'utilisation

⁵³ Stéphanie est un cas composite créé à des fins d'anonymisation. Pour plus de détails méthodologiques, voir section 3.2.4.

du lien ou du code permette aussi aux abonné·e·s de bénéficier d'un rabais sur leur achat. J'ai surtout observé cette pratique sur le compte de Stéphanie qui, contrairement aux trois autres participant·e·s, se sert de son compte Instagram uniquement comme revenu d'appoint. Ce n'est pas étonnant puisque la rémunération par commission varie davantage que celle résultant d'un contrat de création de contenu, dont le taux est généralement fixe peu importe les retombées en termes de ventes⁵⁴.

Abigail est la seule personne qui ne fait pas de partenariat rémunéré : iel m'a expliqué son choix en me faisant part de certaines préoccupations éthiques, notamment par rapport aux valeurs (diversité corporelle, inclusion des personnes LGBTQ+, liens avec le sionisme, etc.) de l'entreprise dont iel ferait la promotion. Iel a tout de même mentionné vouloir trouver une façon de concilier ses valeurs avec ce type de partenariat dans le futur parce que ce serait une façon « facile » pour iel de faire davantage d'argent. Cette préoccupation éthique semble partagée par toutes les participant·e·s, mais à divers degrés : Stéphanie a par exemple des liens affiliés avec l'entreprise Amazon, hautement critiquée notamment pour son impact néfaste sur l'environnement (Agence France-Presse, 2020), pour ses positions antisyndicales (Thomas, 2020) ainsi que pour les mauvaises conditions de travail de ses employé·e·s (Drury, 2019)⁵⁵.

Fait intéressant, j'ai aussi observé de la promotion de produits et services qui n'est en apparence pas rémunérée, comme le fait de recommander un livre ou encore d'indiquer la marque d'un vêtement ou le magasin où il a été acheté. Les participant·e·s aux entrevues ne m'ont pas mentionné

⁵⁴ Ceci dit, les créateurices de contenu doivent souvent fournir les statistiques qu'iels obtiennent en termes d'engagement avec le contenu promotionnel qu'iels publient : le succès de leurs publications peut donc déterminer leur capacité à obtenir des contrats satisfaisants à la fois sur le plan de la qualité et de la quantité dans le futur.

⁵⁵ Puisque Stéphanie est un cas composite qui n'a pas participé aux entretiens, il est impossible de connaître sa position par rapport à Amazon et les raisons qui l'ont poussée à avoir des liens affiliés avec cette entreprise.

cette pratique et n'ont donc pas explicité leurs intentions. Cette promotion non-rémunérée pourrait simplement être motivée par le désir de partager des produits ou services qui ont été appréciés avec leur communauté d'abonné·e·s ; mais il pourrait aussi s'agir d'une forme de travail aspirationnel (Duffy, 2017), au sens où le fait de produire ce genre de contenu pourrait les aider à obtenir, plus tard, un partenariat avec l'entreprise ou l'organisme.

Les personnes participantes, à l'exception de Vanessa, vendent aussi directement des produits et des services sur leur compte. Abigail est la personne qui utilise le plus cette forme de monétisation de son contenu parmi mes quatre cas d'études. La plupart de ses revenus viennent des inscriptions à ses webinaires, ateliers et groupes d'entraide qui s'adressent généralement aux personnes qui ont vécu des traumatismes et qui souhaitent développer leurs capacités émotionnelles et relationnelles. Iel tient par exemple des webinaires sur la résolution de conflits, la mise en place de limites personnelles, l'appriivoisement de sa honte, ainsi qu'un groupe d'entraide sur l'intimité et les traumas. Abigail est aussi auteurice et vend des zines ainsi que des abonnements payants à une infolettre où iel partage des extraits de ses écrits. Abigail vend également quelques produits dérivés de ses *memes* et de son écriture, notamment un livre à colorier, des autocollants et des cartes de tarot, qui sont tous présentés comme s'inscrivant dans une démarche de guérison personnelle. Stéphanie anime elle aussi des groupes d'entraide payants, en plus de faire de la création de contenu rémunérée, et Judith vend des impressions de ses œuvres. J'ai aussi observé certain·e·s créateurices de contenu qui utilisent leur réseau sur Instagram pour vendre des objets usagés dont iels ne se servent plus⁵⁶.

⁵⁶ Cette pratique est commune sur les médias sociaux, en particulier sur Facebook avec la fonction « *marketplace* », et ce même pour les personnes qui en font une utilisation personnelle. Toutefois, la position de créateurice de contenu offre une visibilité accrue qui peut faciliter la vente.

Finalement, la page Instagram sert aussi de carte de visite pour obtenir d'autres types de contrats qui se déroulent parfois hors ligne : les quatre participant·e·s ont notamment été engagé·e·s pour participer à des balados, donner des conférences, faire du mannequinat ou même pour de la gestion de communauté pour d'autres pages Instagram. C'est aussi via Instagram que Judith fait la promotion de son art et qu'elle peut obtenir des opportunités, par exemple pour participer à des expositions. Abigail offre aussi un service de consultation pour des individus, des groupes ou des entreprises « *centered around how to be trauma-informed, how to be queer and trans inclusive, how to make [their] offerings accessible financially* ».

5.1.2 Les risques de la commercialisation de l'activisme

Cette monétisation de l'activisme semble tendre vers une intégration de celui-ci dans le système capitaliste néolibéral : le fait de se présenter comme activiste devient une stratégie marketing pour se vendre et obtenir des opportunités de rémunération. Judith par exemple a témoigné être devenue populaire sur les médias sociaux et avoir commencé à obtenir un nombre significatif de collaborations lorsqu'elle a commencé à se présenter comme activiste. Elle a aussi essayé dans le passé de se distancier du contenu politique, mais a commencé à perdre des abonné·e·s, alors elle a décidé d'y revenir et considère maintenant qu'il s'agit de sa « niche ». Son activisme est ainsi un élément clé dans la façon dont elle se promeut :

si je veux travailler avec un *brand*, la façon que je vais le dire c'est *I'm a body hair activist, you know, I help normalize female body hair, I help women feel more comfortable in their bodies*, donc c'est comme... la façon que j'*advertise*, s'ils sont intéressés par le *women empowerment* ou comme genre le féminisme, c'est sûr qu'ils vont [accepter].

Stéphanie fait aussi partie d'une agence dédiée aux créateurices de contenu où elle se présente comme prônant notamment la diversité corporelle et l'inclusion.

Lorsque l'activisme sert ainsi de carte de visite professionnelle, il peut être difficile de maintenir certaines prises de positions jugées « radicales ». Vanessa a d'ailleurs constaté que la réappropriation du mouvement *body positive* par les influenceuses et les compagnies l'a vidé de son sens politique et, surtout, a marginalisé en son sein les personnes opprimées qui sont à l'origine de ce mouvement :

À la base c'est un mouvement qui a été commencé par des personnes qui sont en situation d'handicap, des personnes qui sont grosses, des personnes qui sont *queers* et surtout des personnes noires. Pis maintenant si tu cliques sur le *#bodypositive* sur les réseaux sociaux, tu vas sûrement voir des personnes qui te ressemblent t'sé [faisant référence à la chercheuse, Audrey, une femme blanche et de corpulence moyenne, sans handicap visible]. Fait que je me sens pas... je me sens pu représentée par ce mouvement-là, non seulement par les gens qui font partie ou qui disent qui font partie du mouvement, mais aussi par les marques qui se sont réappropriées ça pis qui en font du marketing t'sé.

Les positions politiques jugées « radicales » peuvent aussi coûter aux créatrices de contenu une partie de leurs revenus. Certaines recherches démontrent que le fait d'être perçue comme « trop politique », « agressive » ou « provoquante » peut faire perdre des opportunités professionnelles aux entrepreneuses féministes (Lauri et Lauri, 2024, p. 469-471). Récemment, une influenceuse québécoise a aussi rapporté sur le Web avoir perdu un contrat à cause de l'affichage public de son soutien à la cause palestinienne (Podcast Sexe Oral, 2024). Aucun·e participant·e n'a témoigné avoir vécu une telle situation. En général, iels ont dit tenter de se détacher des attentes que leurs abonné·e·s pourraient avoir envers elleux, mais il n'est pas exclu qu'une telle éventualité puisse influencer, même inconsciemment, la manière dont iels se présentent en ligne. Les exigences de la plateforme et la possibilité de « rentabiliser » les publications pour obtenir un meilleur taux d'engagement⁵⁷ font d'ailleurs clairement partie des préoccupations exprimées pendant les entretiens. Abigail, par exemple, témoigne :

⁵⁷ L'engagement sur les médias sociaux désigne « le processus de communication et d'interaction entre une entité (marque, entreprise, influenceur[euse], etc.) et sa communauté en ligne » (Qualtrics, 2025). L'engagement comprend

In the past, like when we had the Black Lives Matter uprising, I had tried sharing like memes and posts written by other people on my grid⁵⁸ and those got way less engagement so you know, and I've seen a lot of people doing that obviously with what's happening with Palestine and I think that's amazing and also I know that on my end that actually doesn't results in great engagement and I'm kind of just like well, what's the purpose ? Like, there are other ways I can share this that will have the same reach .

Bien qu'Abigail n'ait pas arrêté de parler d'un sujet à cause d'un manque d'engagement, il reste clair que la visibilité potentielle est un facteur de décision important quand vient le temps de décider quoi publier et sous quel format, tout comme l'a souligné Judith lorsqu'elle m'a dit avoir repris ses publications à teneur plus activiste lorsqu'elle a vu son nombre d'abonné·e·s descendre.

Lors de mon observation, plusieurs stratégies ont été mobilisées afin d'augmenter la visibilité des publications : les créateurices de contenu utilisent par exemple des mot-clics⁵⁹, repartagent d'anciennes publications et incitent leurs abonné·e·s à interagir avec leur contenu (parfois sous la forme d'une demande directe ou encore sous la forme d'une question posée à laquelle on invite à répondre en commentaire). Ce résultat n'est pas étonnant : la visibilité est en effet essentielle à la rémunération des participant·e·s à ma recherche. Comme dans le féminisme populaire (Banet-Weiser, 2018), elle est aussi un objectif politique important pour iels, notamment à travers la création de nouvelles représentations alternatives. Le risque d'éducloration des prises de position politiques existe donc bel et bien, mais il est plus nuancé que ce que j'avais anticipé. La commercialisation de l'activisme ne mène pas seulement à la déradicalisation : elle est aussi parfois

différents types d'interactions, par exemple : le nombre de clics sur une publications, le nombre de mentions « j'aime », le nombre de commentaires, le nombre de partages, le nombre de personnes ayant enregistré la publication, la croissance du taux d'abonnement à une page, etc. Lorsqu'on compare ces chiffres avec la portée (*reach*) d'une publication (c'est-à-dire le nombre de personnes l'ayant vu), on peut alors mesurer le taux d'engagement.

⁵⁸ Le *grid* ou grille Instagram désigne la section du profil Instagram où l'on peut voir toutes les publications que la personne a faite.

⁵⁹ Voir Rocheleau et Millette (2015) sur le rôle des mot-clics dans la mise en visibilité et l'agrégation des contenus auprès de certains publics.

un moteur de politisation du contenu, comme cela a été le cas pour Judith. D'autres participant·e·s, comme Vanessa, ont montré qu'ils étaient conscient·e·s du risque d'édulcoration lié à la monétisation et adoptent face à celui-ci une posture critique.

Outre cette possible édulcoration des prises de position politiques, la commercialisation de l'activisme met aussi les activistes dans des situations de travail exploitantes et/ou précaires. Pour atteindre un niveau de visibilité satisfaisant avec leurs publications, les créateurices de contenu doivent publier de manière fréquente : Judith par exemple m'a confié publier du contenu 5 ou 6 jours par semaine, et sentir qu'elle doit « toujours » avoir de nouvelles idées. En plus de produire une grande quantité de contenu, les participant·e·s à ma recherche ont témoigné qu'ils essaient de comprendre l'algorithme et d'adapter leurs publications en fonction des exigences de celui-ci, malgré qu'il soit extrêmement difficile de savoir quel facteur permet à une publication plutôt qu'à une autre de devenir virale. Ce travail prend donc un temps considérable. Ce rythme de travail intensif se reflète dans certaines publications ou *stories* où les créateurices de contenu abordent leur quotidien. C'est particulièrement flagrant dans le cas de Stéphanie, qui en plus de gérer sa page Instagram, a un travail à temps plein et s'occupe d'un jeune enfant. Elle se lève tôt, parle fréquemment de sa fatigue et partage de longues listes de ses activités quotidiennes.

Une autre dimension peut venir s'ajouter à ce contexte d'exploitation lorsque les créateurices de contenu font appel à des agences d'artistes pour gérer leurs contrats. Une personne participante⁶⁰ m'a par exemple témoigné avoir été représentée par une agence qui prend une commission représentant près du quart de sa rémunération, en plus de la contraindre, en vertu de la nature de

⁶⁰ Étant donné la nature plus délicate de ce témoignage, j'ai exceptionnellement choisi de l'anonymiser. En effet, la personne qui a tenu ces propos en entretien n'a pas souhaité élaborer, mais semblait craindre des répercussions professionnelles si les critiques de l'agence qu'elle formulait étaient retracées jusqu'à elle.

son contrat, à continuer à leur remettre ladite commission pour les contrats obtenus à travers l'agence même si elle choisissait de la quitter. Le fait d'être représentée par l'agence doublait aussi le délai nécessaire pour qu'elle obtienne sa rémunération. Elle m'a dit s'être sentie « comme un produit » et ne pas avoir été représentée à sa juste valeur.

Malgré tout, cette commercialisation de l'activisme a aussi ses avantages : elle permet notamment aux personnes de se concentrer davantage sur leur travail de production et de diffusion de discours contre-normatifs en ligne. Judith, par exemple, m'a confié que ce sont ses collaborations rémunérées qui lui ont permis d'arrêter de travailler dans des boutiques pour combler ses besoins de base et de se concentrer uniquement sur son art et sur la création de contenu. Comme le souligne aussi Thelandersson à propos des comptes Instagram observés dans le cadre de sa recherche sur la figure de la *sad girl* dans les médias : « certaines des [*sad girls*] les plus populaires ont essayé de transformer leur communauté d'abonné·e·s en projets financièrement rentables, mais leurs politiques de gauche et anticapitalistes [inscrivaient leurs aspirations économiques dans une logique de survie et d'indépendance, plutôt que d'accumulation] » (Thelandersson, 2023, p. 176).

Comme les personnes qu'a observées Thelandersson, les quatre participant·e·s ne sont pas à la recherche d'une accumulation de profits ou de capital, mais simplement d'un moyen de subvenir à leurs besoins qui correspond à leurs intérêts, à leurs compétences et à leurs valeurs. Ainsi, l'incorporation de leur activisme dans une certaine forme de commercialisation et de marketing n'est pas nécessairement quelque chose qu'ils font de gaieté de cœur, mais par manque d'alternatives efficaces pour gagner leur vie en faisant le même genre de travail. Abigail me confie à ce sujet que « *That's not joyful at all actually! You know, having to use [Instagram] to like hustle and sell products is like the more icky part of it, but it is also just the world that we live in, where*

this is, you know, how people promote themselves these days ». Comme Abigail le décrit ici, les créateurices de contenu que j'ai observé·e·s doivent trouver des manières de subsister à l'intérieur du capitalisme, ce qui les oblige à faire des compromis. Iels tentent néanmoins de composer avec ces contradictions, en cherchant des façons d'atténuer la dissonance entre leurs valeurs anticapitalistes et leurs pratiques de promotion et de vente.

5.1.3 Résister aux impacts négatifs de la commercialisation

Ainsi, les participant·e·s à ma recherche mettent en place différentes stratégies de résistance pour pallier le fait qu'iels doivent se conformer à cette pratique de promotion qu'iels n'apprécient pas. Les personnes participantes tentent notamment de résister aux exigences de productivité du capitalisme néolibéral en limitant leurs heures de travail. Cette pratique semble avoir à la fois un objectif individuel (préserver leur santé mentale), mais aussi collectif au sens où iels affichent cette résistance publiquement, faisant circuler, comme nous l'avons vu dans le chapitre précédent, des représentations d'un rythme de vie contre-normatif. Non seulement les participant·e·s se montrent en train de se reposer, mais iels montrent aussi qu'iels n'arrivent pas à faire toutes leurs tâches. Par exemple Vanessa et Stéphanie ont montré leur maison sale, brisant l'illusion que les personnalités publiques sont « parfaites » et déconstruisant l'idée selon laquelle il faudrait avoir fini toutes nos tâches pour « mériter » de se reposer. Les participant·e·s ont aussi toutes témoignés tenter de prendre de la distance avec certaines « bonnes pratiques » supposées augmenter la visibilité des publications parce que celles-ci leur causent trop de stress ou augmentent démesurément leur charge de travail.

Les participant·e·s ont aussi nommé certains critères utilisés pour déterminer l'acceptation d'une collaboration rémunérée. Certains de ces critères sont plus personnels : par exemple Judith et

Vanessa ont toutes les deux mentionné ne pas accepter de promouvoir des produits qu'elles n'aiment pas utiliser. D'autres visent à se protéger de violences systémiques : Judith a par exemple arrêté ses collaborations avec des entreprises de lingerie pour éviter d'être victime de harcèlement sexuel en ligne. Enfin, certains relèvent d'une adéquation des valeurs : vouloir représenter des marques qui soutiennent la diversité ethnoculturelle, l'*empowerment* des femmes ou, depuis l'intensification du génocide des Palestien·ne·s qui a débuté en octobre 2023, refuser de collaborer avec des marques qui entretiennent des liens avec Israël par exemple. Abigail a aussi mentionné qu'iel considérerait le type de lien établi lorsqu'une entreprise lea contacte pour une collaboration :

Either I don't respond because it's just like a form email that is in no way personal to me, and I'm like, I'm sorry, but collaboration for me is about relationship and if you're just sending me a form email... Also sometimes it's like, they are just so off about me like I'll get misgendered or they'll just talk about my work in a way where I'm like, you don't actually really understand the work that I do.

Les créateurices de contenu que j'ai observé·e·s ont aussi à cœur de maintenir une certaine transparence en identifiant clairement que le contenu qu'iels produisent qui est rémunéré, ce qui permet aux personnes consommant le contenu de porter un regard différent, potentiellement plus critique, sur les choses que la personne qu'iels suivent a été payée pour dire. Cette façon de faire est aussi une façon d'activer certains liens de solidarité : par exemple, il m'est arrivé de voir une créatrice de contenu dire en *story* qu'elle avait besoin qu'une publication rémunérée fonctionne bien et demander à ses abonné·e·s d'aller interagir avec la publication pour la soutenir.

Les participant·e·s tentent aussi de rendre leurs produits et services accessibles, et d'exemplifier, à travers leur modèle de vente, une certaine redistribution des richesses. Abigail est la personne pour qui cette pratique semble la plus développée. Iel a par exemple mentionné qu'iel offre des places gratuites pour les personnes racisées dans ses webinaires, non seulement pour pratiquer la

redistribution des richesses, mais aussi pour offrir une forme de réparations⁶¹. Tous les services que vend Abigail sont aussi offerts sur une échelle de prix, ce qui permet aux gens de choisir le prix qu'ils paieront en fonction de leurs revenus. Iel m'a expliqué que :

the folks who pay higher help to balance out the folks who are paying lower and that's like a way that I also want to model wealth redistribution. Like you are paying more because you have more access to wealth and financial stability and we should be supporting those who have less access.

Dans certaines publications, j'ai aussi observé des dénonciations explicites du capitalisme : on peut penser aux affirmations anticapitalistes que Vanessa a partagé et dont j'ai discuté dans le chapitre précédent, ou encore à Judith qui dénonce parfois dans ses publications le rôle que jouent les compagnies et les médias dans les insécurités corporelles des femmes. En entretien, elle me dit: « c'est vraiment cet aspect de vouloir faire en sorte que les femmes soient obsédées avec quelque chose qu'elles devraient pas être *insecure about* pour vendre un produit [qui va soi-disant régler le problème] ». Même Stéphanie, qui avait moins tendance à prendre position politiquement et qui semble avoir des critères moins restreints pour ses collaborations (elle travaille notamment avec Amazon), a republié un message anticapitaliste dans ses *stories*. On pouvait y lire : « Prendre une journée juste pour se détendre est souvent perçu comme une perte de temps. C'est tellement déprimant. Le capitalisme nous a convaincus que simplement exister ne suffit pas. ».

Ce genre de pratiques mitige les rapports qu'entretient la reconstruction de l'intime avec l'idéologie néolibérale. Quand il est question de l'entrepreneuriat de soi et de son activisme, il est ainsi crucial de distinguer des pratiques dont l'objectif est de permettre aux activistes de subvenir à leurs besoins

⁶¹ Appliqué dans le contexte de l'antiracisme et de la lutte décoloniale, le concept de « réparations » est l'idée que l'État (et dans ce cas-ci, un individu appartenant à un groupe dominant) devrait compenser pour le mal qui a été fait aux personnes racisées et/ou colonisées. Des exemples de réparations pourraient être le retour des terres ou des propriétés qui ont été volées, ou encore une redistribution des richesses pour compenser le travail effectué gratuitement lors de l'esclavage (Boxill et Corlett, 2024).

tout en demeurant accessibles pour le public, et les pratiques qui cherchent à maximiser les profits sans égard aux conséquences d'exclusion que cela peut engendrer. Les pratiques observées sont bien sûr nuancées, mais se situent en général davantage dans la première catégorie. Comme nous le verrons dans les sections suivantes, certaines valeurs néolibérales ont toutefois été intégrées dans le contenu que j'ai observé, à commencer par l'individualisme.

5.2 Individualisme

La reconstruction de l'intime intègre une part d'individualisme en mettant de l'avant les façons dont les individus peuvent améliorer leurs situations personnelles. Toutefois, dans certains cas, elle arrive à résister à cette logique à travers des discours contre-normatifs valorisant l'interconnexion et le pouvoir d'action collectif.

Les publications observées intègrent parfois des idées néolibérales et individualistes, en particulier lorsqu'il est question de trouver des moyens individuels pour surmonter les effets des oppressions systémiques. Nous avons vu dans le chapitre précédent que cette façon de faire peut avoir des effets émancipateurs, parce qu'elle permet de déconstruire une oppression intériorisée et de reprendre du pouvoir sur sa vie ; toutefois, le point de vue émancipateur selon lequel il est possible de retrouver son agentivité face aux systèmes d'oppression mute parfois vers une responsabilisation des individus pour leur situation. C'est l'idée selon laquelle, s'il est *possible* de retrouver du pouvoir et de modifier nos schèmes de pensées, alors les personnes qui sont toujours aux prises avec l'oppression internalisée sont *responsables* (voire *coupables*) de cette situation. Les questions d'ordre systémique se retrouvent invisibilisées ou minimisées, et s'en sortir devient une question de choix et de volonté. Ces idées correspondent à ce que plusieurs autrices féministes nomment la « “rhétorique”, “idéologie” ou “politique” du choix » (Szczepanik, 2013, p. 61). Celle-ci

s'accompagnerait en effet d'une logique de responsabilisation individuelle qui mène à occulter le rôle que jouent les systèmes d'oppression dans la situation des personnes marginalisées, pour plutôt expliquer des situations de violence ou d'injustice comme étant le résultat de choix individuels (Baker, 2005, 2008 ; Szczepanik, 2013, p. 61-65). La rhétorique du choix individuel occulte que tous les choix ne sont pas valorisés et légitimes de la même manière, et que tous les individus n'ont pas accès aux mêmes opportunités. Elle peut également participer aux discours post-féministes (Gill, 2007 ; Hall et Rodriguez, 2003) qui présentent le féminisme comme ayant accompli ses objectifs et étant maintenant inutile (Szczepanik, 2013, p. 62-65).

Cette rhétorique n'est pas reprise dans toutes les publications observées. Certaines adoptent même une position explicitement critique à son égard. Même dans les cas où il était significativement présent, ce discours responsabilisant n'était pas non plus intégré sans être remis en question. Judith, par exemple, reconnaît explicitement à maintes reprises dans ses publications le rôle des systèmes d'oppression dans l'inconfort des femmes vis-à-vis de leur pilosité, mais, d'un autre côté, met de l'avant son histoire personnelle comme un modèle de réussite individuelle⁶² dans le but d'inspirer ses abonné·e·s à améliorer leur image corporelle et leur estime personnelle : « *If I can do it, you can* » leur affirme-t-elle. Judith explique en effet que des pratiques comme les affirmations positives ainsi que l'exploration vestimentaire lui ont permis d'apprendre à accepter sa pilosité — en théorie, elle reconnaît la nature systémique du problème, mais en pratique, elle incite ses

⁶² Ce n'est pas sans faire penser à l'étude de Gras-Velázquez and Maestre-Brotons (2021) sur la subjectivité gaie sur Instagram. Les auteurs ont observé des publications dans lesquels des hommes homosexuels ayant réussi à se libérer de l'homophobie « incarnent l'archétype parfait du brave héros qui a pu surmonter un problème vital – l'homophobie – à travers la résilience, l'optimisme, l'estime de soi, l'autonomie, l'individualisme, la motivation personnelle, l'intelligence émotionnelle et d'autres valeurs de la supposée psychologie positive ou de la science du bonheur » (Gras-Velázquez et Maestre-Brotons, 2021, p. 15).

abonné·e·s à surmonter ce problème grâce à leurs qualités personnelles, comme leur force de caractère, leur courage, leur discipline.

Cette dualité entre reconnaissance des causes systémiques et mise de l'avant d'un narratif néolibéral de choix et de réussite individuelle grâce à la volonté est ainsi parfaitement représentée par une publication comme « *society taught us to be afraid and to feel shame about hair that grows on our bodies. You don't need to and you can choose to find yourself beautiful* ». Stéphanie se présente elle aussi comme un modèle de réussite inspirant, en racontant comment elle a réussi à se guérir de sa dépression et, dans la même foulée, à améliorer son estime d'elle-même et son image corporelle. Elle affirme par exemple :

Quand j'ai décidé de me relever et de sortir de la dépression, j'ai dû investir énormément d'efforts dans ma réflexion et mes émotions. Ce cheminement intérieur a été semé d'embûches et particulièrement éprouvant. Mais, peu à peu, en transformant ce qui se passait en moi, tout a commencé à se réorganiser autour de moi, à l'extérieur. Alors toi aussi, peu importe les défis que tu affrontes, rappelle-toi que la lumière naît de ton espace intérieur.

Encore une fois, on retrouve une rhétorique qui se rapproche de l'idée néolibérale selon laquelle « si on veut, on peut », ce qui sous-entend qu'une personne qui n'arriverait pas à trouver « la lumière » n'y a pas mis assez d'efforts ou de volonté.

Vanessa et Abigail ont exprimé des opinions plus critiques de ce type de discours, à la fois dans mes entretiens, mais aussi dans leurs publications sur Instagram elles-mêmes : on peut penser au *meme* d'Abigail partagé dans le chapitre précédent (figure 1). En entretien, iel commente :

The US⁶³ has done an incredible job at promoting this like myth of the individual, this idea that we can just pull ourselves up by the bootstraps and you know needing other people is a sign of weakness and I think on the other hand of that, or connected to that is that people kind of see it as you're independent or you're codependent. And people

⁶³ Abigail parle des États-Unis car c'est là qu'iel habite, mais l'idéologie néolibérale est omniprésente dans les sociétés occidentales en général, y compris au Canada.

just aren't really aware that there's like another option called interdependence. Like we literally are hardwired for connection, it is necessary for our survival as human beings.

Vanessa explique aussi qu'elle croit que le changement social ne peut pas passer uniquement par les individus :

C'est vraiment *cute* là se réveiller pis se faire des affirmations le matin, mais faut *dismantle* les systèmes oppressifs qui sont mis en place là. C'est pas... c'est pas avec mes photos en lingerie sur Instagram que ça va changer réellement t'sé. C'est au niveau des gens qui font les lois, qui ont l'argent pour changer genre la manière dont les corps sont représentés dans les médias.

Cela n'empêche pas Vanessa ou Abigail de partager de temps en temps des publications qui présentent leur cheminement personnel, mais sans appel explicite à les prendre comme modèles. Iels partagent aussi des invitations à changer sa façon de penser, mais les notions de choix ou de responsabilité sont moins mises de l'avant. Plutôt que de dire par exemple « *You can choose to find yourself beautiful* » (publication de Judith), on peut lire dans une publication que Vanessa a repartagé en *story* « *You are allowed to love your body* ». Une distinction importante sépare ces deux expressions. « Faire le choix de s'aimer » suggère une responsabilité individuelle, impliquant que l'amour de soi dépend d'une décision personnelle; l'absence de cet amour s'interprète alors comme un échec personnel. Au contraire, « avoir la permission de s'aimer » déplace cette dynamique en accordant à la personne le droit d'explorer l'amour de soi sans la contrainte de devoir y parvenir, ce qui ouvre davantage l'espace à la reconnaissance des obstacles systémiques qui entravent ce processus, réduisant la pression et la potentielle culpabilité. De la même façon, on peut voir dans une *story* d'Abigail des pistes pour repenser nos relations avec nos émotions difficiles, sans impératifs ou suggestion qu'il suffit de « choisir » de changer sa perspective pour accepter ses émotions.

5.3 Injonction au bonheur

La reconstruction de l'intime se soumet parfois à l'injonction néolibérale au bonheur, notamment en présentant les « bonnes féministes » comme étant celles qui sont arrivées à s'aimer et à avoir confiance en elles. Toutefois, d'autres créateurices de contenu résistent à cette norme en exposant leur vulnérabilité et leurs affects négatifs, dans la même mouvance que la culture *sad girl* (Thelandersson, 2023). D'autres résistent plutôt à cette injonction en montrant que le bonheur peut se trouver à travers des éléments dévalorisés par la culture dominante, comme son appartenance à la communauté noire.

Le bonheur est parfois représenté, conformément à la norme néolibérale, comme l'horizon à atteindre dans les publications que j'ai observées. Sur le compte de Stéphanie, par exemple, on peut lire sur une photo d'elle, souriante : « les arbres ne grandissent pas en un jour, prends le temps de laisser tes racines s'épanouir ». Dans la description de la photo, elle poursuit : « les arbres ne sont pas majestueux du jour au lendemain. Ton cheminement peut être long, mais il faut se concentrer sur une feuille après l'autre, une racine à la fois. Continue à avancer ! Tu es un bel arbre en pleine croissance ». Le bonheur est ici représenté comme une destination à laquelle toutes sont censé·e·s aspirer, mais surtout comme une question de persévérance, d'effort et de volonté personnelle.

Nous avons vu dans la section précédente que Judith présente souvent le fait de s'aimer et de se trouver belle comme un choix. Cette invitation qu'elle lance à ses abonné·e·s de développer leur estime et leur amour de soi semble aussi s'insérer dans cette injonction au bonheur. Elle représente le fait de s'aimer comme quelque chose d'important, voire d'essentiel (« *It's important to look at yourself, to see every little detail and to think of it as beautiful and unique [...]. That is the most*

powerful thing ») ; elle utilise des formulations à l’impératif (« *Be fearless and empowered !* ») et fait usage du verbe « devoir » (« *your body hair shouldn’t stop you from wearing the prettiest dresses and feeling beautiful* »). Ce type de formulations ajoute une composante morale au fait de s’aimer et de se trouver belle — comme dans l’injonction néolibérale au bonheur, les « bonnes personnes » sont celles qui se défont de la peur, de la honte et qui sont heureuses, en harmonie avec leur corps.

En plus des démonstrations de bonheur, les données d’observation révèlent des expositions d’affects plus « négatifs », où les créateurices de contenu dévoilent leur vulnérabilité. Thelandersson (2023) avait d’ailleurs souligné dans sa recherche sur la figure de la *sad girl* dans les médias que l’exposition d’affects négatifs peut être une façon de résister à l’imposition du bonheur comme norme morale par la société néolibérale. Stéphanie par exemple, partage souvent les difficultés qu’elle vit avec son enfant au quotidien. De même, Abigail explique en entretien que ses *memes* tentent de contrer une culture qui « *sucks at holding space for “negative feelings” : sadness, grief, anger, rage, shame, anxiety, fear... like we’re just told to stuff all of that down* ».

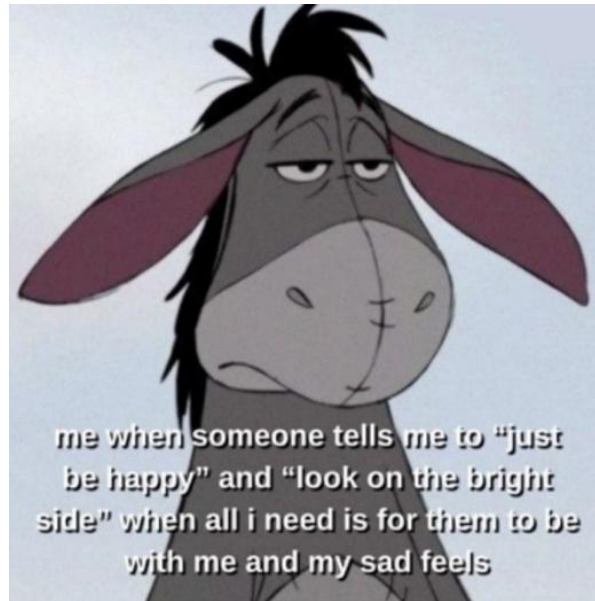


Figure 2 - meme publié sur le compte d'Abigail. Capture d'écran prise par la chercheuse le 16 septembre 2023.

Dans la description du *meme* ci-haut (figure 2), on peut lire :

This morning, I woke up holding my partner's Eeyore stuffie and felt inspired to make some memes with my fav Winnie the Pooh character.

After a lifetime of feeling like there was no space for my sadness and that I needed to be happy and positive in order to be loved, Eeyore helps me remember that there is space for all of my feelings.

Il convient toutefois de rappeler que l'exposition de sa vulnérabilité et plus particulièrement de ses affects négatifs peut mener à un *backlash* important non seulement en termes de l'intensification du harcèlement en ligne reçu (Duffy *et al.*, 2024)⁶⁴, mais aussi sur le plan de sa popularité sur la plateforme. Josie Reade (2021) a ainsi documenté le fait que les influenceuses *fitness* sur Instagram se montrent vulnérables et authentiques, oui, mais respectent également certaines balises afin de

⁶⁴ Ça a été le cas récemment de l'autrice et militante Eli San, qui a publié un essai, *Cet exécration corps* (San, 2023) dans lequel, « ne s'identifiant pas au discours positif sur la diversité corporelle et l'acceptation de soi » et affirmant que « pour elle, célébrer ce corps qu'elle n'accepte pas n'est qu'une obligation de plus. Et ne pas y parvenir fait s'installer en elle un grand sentiment de culpabilité » (Simard, 2023), elle choisit plutôt d'exprimer sans tabou toute la haine qu'elle ressent vis-à-vis de son corps. Le livre a été très mal reçu dans la communauté féministe et Eli San a été qualifiée de « grossophobe » et de « pas vraiment féministe » (Simard, 2023).

ne pas exposer « trop » de négativité et potentiellement perdre des abonné·e·s. Les cas étudiés par Thelandersson (2023) mêlent d'ailleurs souvent l'humour à l'exposition de leur tristesse (notamment grâce aux *memes*) et j'ai observé cette même tendance chez certain·e·s participant·e·s, comme Stéphanie qui rit d'elle-même lorsqu'elle se réveille en mauvais état ou qui met à profit des tendances comiques pour dénoncer la grossophobie, en mettant en scène une conversation entre le culte de la minceur et l'acceptation corporelle.

La joie est parfois aussi utilisée comme outil de résistance, en particulier lorsqu'elle est associée à des réalités dévalorisées par la culture dominante. Vanessa se revendique par exemple explicitement de la *Black joy* (joie noire). Au moment de mon observation, la mention « *fat liberation + Black joy* » était lisible dans sa bio Instagram⁶⁵. Comme les utilisatrices noire·e·s qu'ont observé·e·s Lu et Steele dans leur recherche sur les manifestations de *Black joy* en ligne, Vanessa se montre souvent en train de se reposer, de vivre et d'apprécier des moments heureux et de se trouver belle, contrant ainsi les représentations dominantes des personnes noires centrées sur la violence, le désespoir et la mort (Lu et Steele, 2019, p. 830).

Les représentations émancipatrices des affects, qu'ils soient « positifs » ou « négatifs », ont ainsi en commun de s'éloigner des représentations normatives et alignées avec le néolibéralisme du bonheur. La résistance peut ainsi prendre la forme d'une opposition à l'injonction au bonheur néolibérale en exposant son malheur, comme le font Abigail et les *sad girls* (Thelandersson, 2023) ; ou d'une résistance aux narratifs qui enferment les personnes marginalisées dans des états malheureux, en montrant publiquement sa joie. Les représentations des affects qui adhèrent plutôt

⁶⁵ L'association entre la *Black joy* et une autre lutte de libération semble d'ailleurs pointer vers une conception politique et émancipatrice de ce mouvement.

à l'injonction au bonheur néolibérale sont au contraire plutôt normatives. On peut penser à Stéphanie qui présente la « négativité » comme quelque chose qu'on devrait oublier le plus rapidement possible : « Je te souhaite d'oublier le négatif aussi facilement et aussi vite que tu oublies l'endroit où tu as laissé tes clés » peut-on lire dans une publication qu'elle a repartagé en *story*. Ces représentations mettent aussi en leur centre la notion de « choix », responsabilisant les individus pour leur bonheur (ou leur malheur), comme Judith qui présente le fait de s'aimer et de s'accepter comme une simple décision que nous avons toutes la possibilité de prendre. Cette distinction vient ainsi réaffirmer la différence établie dans la section précédente entre le fait de dire « *You can choose to [or you should] find yourself beautiful* », comme Judith, et « *You are allowed to love your body* » (publication repartagée en *story* par Vanessa).

5.4 Conclusion

Qu'il soit question d'entrepreneuriat de soi et de son activisme, d'individualisme ou d'injonction au bonheur, la reconstruction de l'intime intègre certains aspects de l'idéologie néolibérale tout en rejetant d'autres à différents moments. Toutes les participant·e·s monétisent leur page Instagram et certain·e·s utilisent leur activisme comme une stratégie marketing afin de se vendre et d'obtenir plus d'opportunités ; mais certain·e·s vivent cette commercialisation comme un passage obligé désagréable pour gagner leur vie, et iels tentent de s'en distancier à travers diverses stratégies, comme la valorisation d'un rythme de vie lent et de modèles d'affaires basés sur la redistribution des richesses. Les publications s'inscrivant dans la reconstruction de l'intime responsabilisent aussi parfois les individus pour leur situation et camouflent les injustices systémiques, mais d'autres résistent aussi activement à ce genre de discours individualistes. Finalement, certain·e·s créateurices de contenu adhèrent à l'injonction néolibérale au bonheur, en représentant ce dernier comme l'horizon à atteindre et comme une responsabilité individuelle.

D'autres choisissent plutôt d'exposer leurs affects négatifs dans le but de les normaliser, ou de montrer que la joie peut se trouver dans des espaces dévalorisés par la culture dominante.

Dans le prochain et dernier chapitre de ce mémoire, je propose de faire le point sur ces résultats en les discutant plus en profondeur. Je cherche à identifier les facteurs qui favorisent soit le développement d'un discours émancipateur, soit un rapprochement avec les valeurs néolibérales dans les pratiques que j'ai observées. Je réfléchis également à la place de la reconstruction de l'intime dans la lutte féministe en m'appuyant sur les perspectives critiques de la pureté militante (Ranger, 2022) et sur le concept de diversité des tactiques (Sénac, 2021).

CHAPITRE 6

DISCUSSION : QUEL POTENTIEL POLITIQUE ?

« Activism, you know, is happening on a small scale all the time »
- Abigail

Dans les deux chapitres précédents, j'ai exploré tour à tour le potentiel émancipateur, puis le potentiel dépolitisant de la reconstruction de l'intime. Mes analyses ont montré que la reconstruction de l'intime remplit les quatre critères établis par les théories de l'action politique informelle afin de déterminer la nature politique d'une action, soit l'intentionnalité (Theocharis et van Deth, 2018 ; van Deth, 2014), la coordination entre les participant·e·s (Lichterman et Eliasoph, 2014), la présence d'un conflit (Bayat, 2010) et l'orientation vers l'esprit public (Hamidi, 2006). Les participant·e·s à ma recherche ont toutes démontré une vive préoccupation pour le bien commun, ainsi qu'une intention politique, bien que celle-ci était parfois difficile à assumer. La reconstruction de l'intime est aussi un phénomène où se déploient plusieurs formes de solidarités, à la fois entre les créateurices de contenu et avec leurs abonné·e·s. Elle s'inscrit également dans un contexte conflictuel, comme en témoignent les différentes formes de violences dont sont victimes les créateurices de contenu. La reconstruction de l'intime participe aussi à la diffusion de discours contre-normatifs, à la diversification des représentations disponibles sur le Web et à une reprise de pouvoir à la fois pour les créateurices de contenu et pour leurs abonné·e·s. En ce sens, elle est redevable à plusieurs traditions féministes de résistance, comme la politisation du privé, la prise de conscience et le féminisme du quotidien.

Toutefois, mes résultats montrent aussi que la reconstruction de l'intime a intégré certaines valeurs de l'idéologie néolibérale — parfois sans remise en question, et d'autres fois avec, au contraire, un regard critique. Toutes les participant·e·s à ma recherche ont monétisé leur page Instagram, et

certain·e·s utilisent même leur activisme comme une stratégie marketing afin d'obtenir plus d'opportunités professionnelles. Dans certains cas, cette commercialisation est toutefois vécue comme une nécessité inconfortable, et les participant·e·s tentent de mitiger ses effets négatifs en valorisant un rythme de travail plus lent et des modèles d'affaires basés sur la redistribution des richesses. Les publications s'inscrivant dans la reconstruction de l'intime reproduisent parfois des discours individualistes, notamment en responsabilisant les individus pour leur situation et en invisibilisant les injustices systémiques. D'autres publications résistent par contre activement à ces idées. Finalement, certain·e·s créateurices de contenu essaient d'inspirer leurs abonné·e·s à « prendre leur bonheur entre leurs mains », et participent ce faisant à l'injonction néolibérale au bonheur. Toutefois, d'autres choisissent plutôt d'exposer leurs affects négatifs dans le but de les normaliser, et montrent une joie qui s'exprime autrement qu'à travers les idéaux néolibéraux.

Dans ce dernier chapitre, je discute plus en détail ces résultats et développe une réflexion sur les points permettant de répondre à mes questions de recherche : comment la reconstruction de l'intime sur les médias sociaux possède-t-elle une dimension collective et émancipatrice ? Et au contraire, comment devient-elle source d'individualisation et de dépolitisation des enjeux féministes ? J'analyse plus en profondeur le rôle que jouent la monétisation des pratiques et des trajectoires militantes des participant·e·s à ma recherche dans le développement d'un discours émancipateur et/ou le rapprochement avec les valeurs néolibérales. Je réfléchis ensuite à la place de la reconstruction de l'intime dans la militance féministe en m'appuyant sur les perspectives critiques de la pureté militante (Ranger, 2022) et sur le concept de diversité des tactiques (Sénac, 2021).

6.1 Facteurs de (dé)politisation de la reconstruction de l'intime

Cette première section examine les facteurs qui favorisent l'actualisation du potentiel émancipateur et féministe de la reconstruction de l'intime et ceux qui, au contraire, la rapproche des valeurs néolibérales. Je me penche d'abord sur la question des différents rapports à la monétisation qu'entretiennent les participant·e·s à ma recherche, puis sur l'influence qu'a la trajectoire militante d'une personne sur le type de discours et de pratiques qu'elle met en place en ligne.

6.1.1 Rapport des participant·e·s à la monétisation

Le problème de la monétisation du militantisme n'est pas nouveau, ni spécifique à la position des participant·e·s à ma recherche en tant que *freelancers* féministes (Curran-Troop *et al.*, 2024). En effet les travailleuses communautaires, politicien·ne·s et même les chercheuses féministes voient toutes la portée de leur travail militant rémunéré limitée à cause du cadre institutionnel dans lequel iels travaillent (Meier et Paternotte, 2017 ; Pagé et Pepin, 2025 ; Sprague, 2016). Toutefois, le contexte de travail des créatrices de contenu crée des limites supplémentaires, ou du moins de nature différente. Tout d'abord, la position de travailleuse autonome et/ou d'entrepreneuse place les créatrices de contenu dans une position financière davantage précaire. Ayant peu de sécurité d'emploi, comparativement aux travailleuses salariées, leur revenu dépend davantage de leur capacité à s'autopromouvoir et à se construire une image de marque personnelle (*self-branding*) (Curran-Troop *et al.*, 2024, p. 320). Les contrats des créatrices de contenu sont constamment à renouveler, ce qui fait en sorte qu'iels doivent être à l'affût de potentielles opportunités et qu'iels doivent constamment (re)prouver leur valeur. Le fait que leur travail se déroule sur une plateforme en ligne, comme Instagram, participe aussi à leur précarisation. Les créatrices de contenu opèrent dans une économie de la visibilité (Banet-Weiser, 2018) où l'impact de leurs actions militantes, tout comme leurs possibilités de revenus, dépendent

directement de leur capacité à se faire voir — et la visibilité qu’iels acquièrent dépend non seulement de la qualité de leur travail, mais aussi de la façon dont celui-ci répond (ou pas) aux exigences opaques de la plateforme.

La dépendance financière, en particulier dans une situation de précarisation économique, comme c’est le cas pour les créateurices de contenu, est représentée dans la littérature comme un facteur influant négativement sur la politisation du contenu (Lauri et Lauri, 2024, p. 469-471). Or, le rapport à la monétisation expérimenté par les participant·e·s à ma recherche était beaucoup plus complexe. Vanessa, Abigail et Judith m’ont toutes les trois témoigné qu’iels tentent de se distancier de l’impératif de visibilité dont parle Banet-Weiser (2018). Dans le cas d’Abigail et Vanessa en particulier, cette distanciation semble les aider à ne pas (trop) édulcorer leur contenu. Trois éléments jouent un rôle important dans cette capacité de distanciation : leur perception du caractère opaque de l’algorithme (plus celui-ci est perçu comme impossible à déchiffrer, plus les participant·e·s semblent capables de s’en détacher) ; l’importance que les participant·e·s accordent au respect de leurs valeurs ; et leur souci de préserver un rythme de vie sain, voire délibérément lent.

Malgré ces efforts, il leur était impossible de se détacher complètement de l’impératif de visibilité, et celui-ci était bien présent, en filigrane, dans leur discours : la possibilité qu’un type de publication leur apporte (ou pas) de la visibilité était en effet pris en compte dans les choix dont iels m’ont fait part. Cela ne menait toutefois pas nécessairement à une dépolitisation du contenu : Abigail a par exemple modifié sa *façon* de parler de certains enjeux et m’a confié transformer

l'orthographe de certains mots ciblés par l'algorithme, les remplacer par des émojis⁶⁶ ou encore choisir stratégiquement quel contenu publier dans ses *stories* plutôt que dans son *feed*. Judith quant à elle, a constaté qu'elle perdait des abonné·e·s lorsqu'elle publiait du contenu plus dépolitisé (où elle parlait de maquillage ou de mode sans mettre sa pilosité de l'avant, par exemple), et être donc retournée vers des publications plus militantes. Dans son cas, le souci de visibilité et de monétiser son contenu l'a donc amenée à rester davantage politisée.

Outre le souci de visibilité, on pourrait aussi penser que le modèle de monétisation mis en place par les créateurices de contenu a une influence sur leur niveau de politisation. Par exemple, en suivant le constat mis de l'avant par la littérature comme quoi la dépendance financière influe négativement sur la politisation du contenu, on pourrait penser que les personnes qui ont le plus d'indépendance dans leur travail sur Instagram seraient les plus politisées, ou adopteraient les prises de position les plus radicales. C'est bel et bien le cas pour Abigail. Le fait de vendre ses propres produits et services semble l'aider à atténuer l'influence du néolibéralisme sur ses pratiques. Cela lui donne en effet le plein contrôle sur les valeurs mises de l'avant par ce qu'il promet, que ce soit dans le contenu de ses produits et services ou encore dans la façon dont ils sont vendus : rappelons-nous qu'Abigail offre des places gratuites dans ses webinaires pour les personnes racisées et qu'il vend l'ensemble de ses produits et services sur une échelle de prix visant à modéliser une forme de redistribution des richesses. Toutefois, dans le cas de Stéphanie (cas composite⁶⁷), l'indépendance financière ne semblait pas avoir d'incidence sur la radicalité de ses

⁶⁶ Il s'agit d'une forme « d'algospeak » (Steen *et al.*, 2023), qui consiste à substituer ou à altérer des mots dans le but de déjouer la censure algorithmique. Par exemple, dans les publications d'Abigail, le mot « Palestine » pouvait être remplacé par l'emoji de melon d'eau ou orthographié avec certaines lettres remplacées par des symboles (« P@lestine »). J'ai aussi observé sur d'autres comptes l'orthographe « segs » remplacer le mot « sex ».

⁶⁷ Stéphanie est un cas composite créé à des fins d'anonymisation. Pour plus de détails méthodologiques, voir section 3.2.4.

prises de position. Il s'agissait en effet de la participante dépendant le moins financièrement de ses activités sur la plateforme, puisqu'elle était la seule à avoir une autre source de revenu principale que son travail sur Instagram. Cela ne s'est toutefois pas traduit par une plus grande radicalité ou politisation de son discours, ni un plus grand détachement par rapport aux valeurs néolibérales.

Ces résultats n'invalident pas les constats de la littérature sur le rapport entre politisation des discours et monétisation : dans certains cas, le fait de ne pas dépendre de partenariats avec des tierces parties, et le fait d'arriver à se distancier mentalement de l'impératif de visibilité semble bel et bien jouer un rôle positif dans la politisation du contenu publié. De plus, à cause de la nature de mes questions de recherche, mon échantillon ne comprenait que des personnes dont le discours était minimalement politisé. Ma recherche ne peut donc pas rendre compte de possibles cas où des créatrices de contenu auraient carrément cessé de publier du contenu politique et féministe à cause de pressions financières. Cela ne signifie pas que ces cas n'existent pas. Néanmoins, mon étude montre que les corrélations simples où la monétisation mènerait automatiquement à une dépolitisation des contenus publiés ne tiennent pas. Mes analyses mettent plutôt de l'avant un rapport complexe et réfléchi à la monétisation, où la volonté d'être visible est parfois un incitatif à publier du contenu politisé, et où l'indépendance financière ne garantit pas à elle seule la tenue de discours plus radicaux. Ainsi, le rapport à la monétisation est trop nuancé pour qu'il soit possible de conclure à une échelle de politisation fondée uniquement sur le degré de dépendance financière. Il ne s'agit donc pas d'un facteur suffisant pour expliquer la place que prend l'émancipation féministe, ou les valeurs néolibérales, dans le discours des participant·e·s à ma recherche. Un autre élément semble jouer un rôle plus déterminant : la trajectoire militante individuelle des créatrices de contenu.

6.1.2 Trajectoires militantes individuelles

La trajectoire militante individuelle est ainsi apparue dans mes résultats comme un facteur important pour favoriser l'actualisation du potentiel émancipateur et féministe de la reconstruction de l'intime, ou au contraire son rapprochement avec les valeurs néolibérales.

Dans plusieurs cas, le travail sur Instagram constitue en lui-même un vecteur de politisation. Judith par exemple, ne se considérait pas comme une activiste avant de commencer à publier des photos d'elle avec ses poils. C'est en fait précisément la publicisation de son expérience en tant que femme avec une forte pilosité qui lui a fait réaliser le caractère politique de son travail. Vanessa m'a aussi dit avoir été « radicalisée » par son expérience de la pandémie de COVID-19 en 2020 : « j'ai comme *catché* pendant la pandémie, même si je l'ai toujours ressenti, j'ai découvert que ma vision du monde était anticapitaliste », et ce environ 2 ou 3 ans après avoir commencé la création de contenu rémunérée.

Malgré ce rôle que joue Instagram dans leur parcours militant, le fait de développer des convictions ainsi qu'une pratique politique collective en-dehors de leur travail sur Instagram, voire hors ligne, semble avoir un impact significatif sur le niveau de politisation du contenu partagé par les participant·e·s à ma recherche. Les deux personnes qui tenaient les propos politiques les plus assumés, soit Abigail et Vanessa, ont témoigné entretenir ce type de pratiques. Avant de se lancer dans la création de *memes* et la vente de produits et services sur Instagram, Abigail a en effet mené des études supérieures à l'université en adoptant des perspectives critiques et a participé à l'organisation d'événements de partage artistique hors ligne destinés aux membres de la diversité capacitaire. Iel a aussi tenu pendant quelques années un blogue féministe. Vanessa, quant à elle, a mentionné prendre part à une diversité de pratiques politiques collectives qui traversent les espaces

en ligne et hors ligne, notamment la participation à des manifestations, le *boycott* et la signature de pétitions. *A contrario*, Stéphanie et Judith avaient des propos plus modérés et n'ont pas mentionné en entretien ou donné à voir sur leur compte ce type d'activisme.

La trajectoire militante individuelle, en ligne et hors ligne, apparaît donc comme un facteur essentiel à prendre en compte dans l'évaluation du potentiel politique des actions liées à la reconstruction de l'intime en ligne.

6.2 La place de la reconstruction de l'intime dans le militantisme féministe

Au vu de mes résultats, il est légitime de se demander quelle place la reconstruction de l'intime en ligne peut occuper au sein du militantisme féministe. Dans certains cas, le potentiel émancipateur de la reconstruction de l'intime est limité par l'intégration de valeurs néolibérales, en particulier lorsque la personne a peu ou pas d'expériences militantes collectives hors lignes.

Cette intégration ne prend pas nécessairement la forme d'une défense explicite, et donc nécessairement volontaire, des idées néolibérales. Au contraire, c'est plutôt une intégration subtile et possiblement inconsciente, perceptible à travers l'adoption de stratégies de *branding* ainsi que de discours marqués par la responsabilisation individuelle et une injonction morale au bonheur, que j'ai observé dans ma recherche. Autrement dit, les participant·e·s semblent avoir, à différents niveaux, intériorisé le néolibéralisme, ce qui affecte nécessairement leurs discours et leurs façons de faire sans qu'ils s'en rendent toujours compte. Or, l'idéologie néolibérale est hégémonique au sein des sociétés occidentales (Brown, 2015 ; Schuster, 2022), en particulier nord-américaines. Les plateformes en ligne comme Instagram sont également construites sur des bases néolibérales. Dans ce contexte, demander à quiconque de ne rien intégrer du néolibéralisme semble irréaliste. Comme le souligne la chercheuse Christina Scharff, qui s'intéresse elle aussi aux féminismes en ligne :

« une telle posture supposerait qu’il est possible pour les activistes de se sortir ou de supplanter en quelque sorte de puissantes constellations socio-économiques et psychiques comme le néolibéralisme » (Scharff, 2024, p. 421).

Il me semble donc essentiel de se doter d’outils conceptuels pour penser la place et l’utilité de la reconstruction de l’intime au sein de la plus large constellation du militantisme féministe, sans ignorer les réelles limites et risques politiques associés à ce genre de pratiques. Pour ce faire, deux avenues me semblent essentielles à explorer : les perspectives critiques sur la pureté militante (Ranger, 2022) et le concept de diversité des tactiques (Sénac, 2021).

6.2.1 Sortir de l’idéal de pureté militante

La culture de la pureté militante perpétue l’idée selon laquelle en tant que féministes ou activistes, nos actions doivent être, en tout temps, parfaitement alignées à nos valeurs, même si nous vivons dans un système qui nous incite, voire nous force à en déroger. Certain·e·s, comme Carla Bergman et Nick Montgomery dans leur essai sur la joie militante (2021) parlent, dans la même lignée, de radicalisme rigide. Blondeau et Guay synthétisent la définition du radicalisme rigide proposée par Bergman et Montgomery comme un « ensemble d’attitudes centrées sur la compétition symbolique entre militant·e·s, la peur de ne pas être assez “radical·e” et une tendance au perfectionnisme [... qui] mène à un essoufflement des capacités collectives d’émancipation » (Blondeau et Guay, 2023, p. 467). Autrement dit, chercher une forme d’activisme « parfaite » et donc inatteignable finit par paralyser les efforts de mobilisation. C’est d’ailleurs ce que rapportent plusieurs chercheuses féministes — Armelle Weil a observé dans son étude sur l’engagement féministe en ligne (2017) une certaine quête de perfection militante, notamment par rapport à l’utilisation d’un vocabulaire non-oppressif, l’adoption d’une perspective intersectionnelle ainsi que la labellisation

des propos. Toutes les participant·e·s à son étude ont avoué « s'autocensurer ou ne pas participer autant qu'[iels] le désireraient en raison de [cette] dynamique » (Weil, 2017, p. 72). De la même façon, Camille Ranger parle dans son mémoire sur l'(in)hospitalité des groupes féministes progressistes québécois sur Facebook (2022) d'un idéal de pureté morale ou politique qui aurait pour résultat de « démobiliser des militant.es féministes ou de décourager l'engagement militant en (re)produisant le “bon féminisme” comme un idéal normatif auquel il faudrait parfaitement correspondre » (Ranger, 2022, p. 66). Cela amène d'ailleurs certaines féministes, comme l'autrice féministe noire Roxane Gay, à revendiquer une posture de « mauvaise féministe » (*bad feminist*) (Gay, 2014).

Une question se pose également à savoir qui peut aspirer à cet idéal de « l'activiste parfait·e », ou dans notre cas, de féministe en ligne détaché·e du néolibéralisme. Il est par exemple beaucoup plus facile d'avoir un regard critique sur ces questions lorsqu'on a appris, à l'université par exemple, ce qu'*est* le néolibéralisme et comment il se déploie. Myriam Bahaffou nous rappelle aussi qu'il est plus facile de se distancier des idéaux du capitalisme lorsqu'on a « grandi sans manquer de rien » et que nous avons un « soutien familial, économique et social » qui permet de le vivre comme une « expérience » (Bahaffou, 2022, p. 19-20). L'activiste « parfait·e » semble donc bénéficier d'un certain privilège de classe. Lea participant·e à avoir adopté, à la fois en entretien et dans les publications analysées, la posture de remise en question du néolibéralisme la plus radicale (Abigail) n'était pas nécessairement dans une posture financière plus avantageuse que les autres, mais iel était lea seul·e à avoir fait des études aux cycles supérieurs, dans lesquelles iel a entre autres exploré des perspectives critiques.

Cet idéal normatif mène aussi parfois à une dynamique de hiérarchisation et de compétition du militantisme où chacun·e tente de prouver qu'iel est lea meilleur·e féministe ou l'activiste lea plus

radical·e (Ranger, 2022, p. 74-75). Cette dynamique n'est pas sans rappeler les valeurs néolibérales de discipline et de productivité et peut rapidement créer un climat toxique de surveillance de soi et de performance, que Camille Ranger appelle les « Olympiques du militantisme » (2022, p. 74). Comme le souligne Myriam Bahaffou, l'idéal de pureté militante n'est pas non sans plus sans rappeler le colonialisme, puisqu'il « nous place tou[s]tes sur une échelle qui neutralise nos différences sociales et nos vécus en reproduisant des schémas d'évangélisation qui rappellent douloureusement les pratiques coloniales » (Bahaffou, 2022, p. 60). Cet idéal repose en effet sur l'idée qu'il n'existe qu'une seule manière de militer qui soit moralement valable. Dans ce cadre, certain·e·s activistes se posent en autorités détentrices du savoir politique « légitime » et se chargent de corriger ou d'éduquer les autres. Bahaffou compare ces dynamiques aux missions évangélistes coloniales visant à ramener les colonisé·e·s « sur *le* droit chemin ».

Il semble ainsi essentiel de d'intégrer une perspective critique sur l'idéal de pureté militante lorsque nous analysons des actions au potentiel politique complexe, comme la reconstruction de l'intime. Cette approche permet à la fois de contextualiser nos données de recherche, mais aussi de réfléchir à notre démarche en tant que chercheuses : plutôt que de chercher à discréditer ou à décourager certaines pratiques, il s'agit ainsi plutôt de favoriser une réflexion critique qui permet aux militant·e·s de faire des choix éclairés et de potentiellement améliorer leurs actions.

6.2.2 Sur la complémentarité des différentes formes d'activisme

S'éloigner de l'idéal de pureté militante ne revient toutefois pas à affirmer que toutes les pratiques s'équivalent : il serait illusoire de soutenir que tous les types d'activismes que j'ai observés ont un potentiel politique égal. Certain·e·s participant·e·s traitaient sur leurs comptes d'enjeux nombreux, y compris d'anticapitalisme et de lutte contre l'idéologie néolibérale, et prenaient à cet égard des

positions de critiques radicales ; d'autres, en revanche, parlaient uniquement d'enjeux plus consensuels et qui, parallèlement, leur servait à se distinguer sur la plateforme et à se créer une « image de marque ». Il reste donc essentiel, sans *condamner* les pratiques que j'ai pu observer, de les *critiquer* et d'en faire ressortir les risques et les limites : c'était d'ailleurs l'objet du chapitre précédent.

Ces risques et limites, loin d'émaner uniquement de mon regard de chercheuse, ont également été soulignés à plusieurs reprises par les participant·e·s elleux-mêmes, comme mentionné dans le chapitre précédent. Ces instances de critiques témoignent d'une conscience des effets négatifs du capitalisme et du néolibéralisme, mais aussi du fait que la reconstruction de l'intime, bien qu'elle ait ses forces et son utilité, n'est pas non plus *suffisante en elle-même* pour créer un changement social réel et durable. C'est ce qu'on retrouve lorsque Vanessa dit par exemple qu'il ne suffit pas de « faire des affirmations le matin » et de publier « des photos en lingerie », mais qu'il est également essentiel de changer les lois et la représentation dans les médias de masse, et ultimement de démanteler les systèmes oppressifs.

Ce genre d'affirmation se distingue des instances du féminisme populaire que dénonce Banet-Weiser, dans lesquelles la visibilité « absorbe — plutôt que d'énergiser ou de mobiliser — l'engagement politique » (Banet-Weiser, 2018, p. 100). Banet-Weiser critique ainsi des pratiques qui considèrent la visibilité comme une fin en soi, plutôt que comme un moyen pour faire avancer une cause politique plus large. Vanessa et Abigail, en particulier, reconnaissent certes l'importance de la visibilité et accordent une place importante à d'autres éléments du féminisme populaire, comme la confiance en soi, mais iels ne s'y arrêtent pas. Iels sont en mesure de nommer les limites de leurs pratiques, tout comme le fait qu'elles s'intègrent dans une lutte politique plus large. Banet-

Weiser critique également la façon dont le focus sur la visibilité « absorbe » le temps et l'énergie des militant·e·s qui ont alors moins de temps à donner à d'autres moyens d'action. Or, dans les cas que j'ai étudiés, le temps et l'énergie accordés au compte Instagram n'était pas nécessairement du temps qui aurait été autrement accordé à un autre type d'action militante, mais plutôt à un emploi « alimentaire ». À titre d'exemple, Judith travaillait dans une boutique de *fast fashion* à côté de son travail d'artiste, avant de quitter cet emploi pour se concentrer à la création de contenu.

Vanessa et Abigail concevaient leur activisme comme s'inscrivant dans une large « constellation » d'initiatives politiques. Cette conception semblait d'ailleurs directement liée à leurs trajectoires individuelles, comme cela a été mentionné dans la section précédente. Vanessa partage sur son compte Instagram des pétitions à signer, des manifestations ou d'autres événements organisés par des groupes politiques auxquels elle invitait ses abonné·e·s à participer, comme des initiatives de levées de fonds ou de *care* collectif. Elle se sert ainsi de sa plateforme pour mobiliser ses abonné·e·s et leur montrer de multiples façons de s'engager politiquement. Abigail, de son côté, me disait en entrevue :

activism can look like making a meal for your friend that went to the protest. Activism looks like having a hard conversation with a family member. Activism, you know, is happening on a small scale all the time. [...] You're [making change in the world] when you write your book, when you paint, when you're in the classroom teaching.

S'il n'est pas suffisant *en soi* de partager des photos ou des affirmations sur les médias sociaux, cela reste néanmoins pour les participant·e·s à ma recherche une forme d'activisme utile, en particulier lorsqu'elle est combinée à d'autres types d'initiatives politiques. Cette combinaison peut se faire à une échelle individuelle : Vanessa par exemple a témoigné agir politiquement à la fois dans sa vie privée, sur son compte Instagram et en participant à des initiatives militantes plus « traditionnelles » comme les pétitions et les manifestations. On peut aussi comprendre cette

complémentarité sur une échelle collective, où chacun·e contribue à la lutte en fonction de ses talents et de ses capacités. C'est ce qu'on retrouve dans ce que disait Abigail ci-haut : certaines personnes seraient ainsi en mesure de participer aux manifestations, d'autres peuvent les soutenir et prendre soin d'elleux, en leur préparant des repas par exemple ; certaines personnes savent écrire ou peindre, d'autres savent enseigner ou faire de l'action directe — et toutes ces personnes participent à la lutte politique.

On peut voir dans cette façon d'appréhender l'activisme une forme de diversité des tactiques. Cette approche de l'action politique remet en question les perspectives hégémoniques de l'activisme et promeut « une cohabitation des répertoires d'action et non leur unification » (Sénac, 2021, p. 191)⁶⁸. L'avancement des causes sociales reposerait dans cette perspective sur une « complémentarité des tactiques entre activistes et collectifs en fonction des spécificités et des capacités de chacun·e. » (Sénac, 2021, p. 264), ce qui permettrait par ailleurs de « réhabiliter une participation citoyenne de tou·te·s et chacun·e à la vie démocratique » (Sénac, 2021, p. 264). En effet, plus le champ des possibles de l'action politique s'élargit, plus nombreux·euses sont ceux qui peuvent y participer, et plus cette participation peut s'inscrire dans le long terme. S'il peut être possible à un moment de notre vie de faire des actions directes ou d'aller régulièrement manifester, un changement dans nos capacités physiques et/ou mentales, que ce soit lié au développement d'une maladie chronique ou d'un épuisement militant par exemple, peut nous empêcher de continuer le même genre d'implication. La diversité des tactiques permet donc ainsi non seulement de penser la

⁶⁸ Je mobilise ici l'interprétation de Sénac de « diversité des tactiques », qui appartient à une transformation de sens de ce concept critiquée dans la littérature (Conway, 2003 — voir aussi la p. 27 de ce mémoire). Si j'ai fait ce choix parce qu'il reste le concept le plus approprié pour rendre compte de la complémentarité des différentes tactiques et de leur nécessaire cohabitation, je tiens aussi à reconnaître les risques qui accompagnent ce glissement de sens. Il demeure primordial de reconnaître le rôle essentiel que jouent les tactiques illégales et/ou considérées comme « violentes » par les médias au sein des luttes politiques.

complémentarité des actions de différentes personnes, mais aussi l'évolution de l'implication d'une même personne au courant de sa vie.

6.3 Conclusion

En conclusion, mes résultats pointent vers une relation complexe entre monétisation et politisation du contenu en ligne, et nous invite à porter une attention particulière à la trajectoire militante individuelle des personnes y participant afin d'évaluer son potentiel politique. Il semble aussi essentiel d'abandonner l'idéal d'une forme d'activisme « pure », « totale » ou « parfaite », afin de prendre conscience des risques et limites qui accompagnent la reconstruction de l'intime, sans pour autant la condamner ou la rejeter entièrement. Au contraire, ces critiques peuvent nous permettre de concevoir, comme Abigail ou Vanessa, la reconstruction de l'intime comme participant à une vaste constellation d'initiatives politiques qui ne trouvent leur véritable pouvoir que lorsqu'elles coexistent et se complètent. Les analyses que j'ai développées dans ce chapitre permettent ainsi de formuler des réponses à mes questions de recherche, que j'élabore dans la conclusion générale du mémoire.

CONCLUSION

Dans ce mémoire, je me suis intéressée au potentiel politique de la reconstruction de l'intime et aux rapports qu'elle entretient avec le néolibéralisme. Plus précisément, j'ai posé les questions de recherches suivantes : comment la reconstruction de l'intime sur les médias sociaux possède-t-elle une dimension collective et émancipatrice ? Et au contraire, comment devient-elle source d'individualisation et de dépolitisation des enjeux féministes ?

Pour répondre à ces questions, mes résultats ont démontré, en premier lieu, que la reconstruction de l'intime est un phénomène très diversifié. Le niveau de politisation et d'intégration des valeurs néolibérales varie énormément entre les comptes, et parfois même entre les publications d'un même compte. Il est néanmoins indéniable que la reconstruction de l'intime possède une dimension collective et émancipatrice à plusieurs niveaux. Tout d'abord, elle participe à la production et à la diffusion de discours féministes contre-normatifs, qui favorisent l'émergence de nouvelles représentations alternatives sur le Web ainsi qu'une reprise de pouvoir à la fois pour les créateurices et les consommateurices de contenu. Ensuite, la reconstruction de l'intime permet la construction de fortes solidarités féministes qui traversent parfois les sphères en ligne et hors ligne. Elle résiste aussi activement aux tentatives de silenciation, que celles-ci viennent d'individus, de groupes organisés ou même d'institutions comme la plateforme Instagram elle-même. Finalement, mes participant·e·s ont témoigné en entretien d'une forte préoccupation pour le bien commun et d'une intention politique, bien qu'elle soit parfois difficile à assumer.

Les résultats démontrent aussi que la reconstruction de l'intime sur Instagram devient parfois une source d'individualisation et de dépolitisation des enjeux féministes. Mes participant·e·s n'adoptent pas une posture volontairement et explicitement néolibérale, mais certaines de leurs

publications et de leurs discours montrent une intégration subtile et possiblement inconsciente de ces valeurs. La commercialisation de leur page, l'adoption de stratégies liées aux *self-branding*, la recherche de visibilité sur la plateforme ainsi que la diffusion de discours individualistes et liés à l'injonction au bonheur participent tous de cette intégration. Il est toutefois essentiel de distinguer les pratiques que j'ai observées, qui permettent aux participant·e·s à ma recherche de subvenir à leurs besoins de base à travers un travail qui correspond à leurs valeurs, leurs champs d'intérêts et leurs compétences, des pratiques qui visent l'accumulation de capital et la maximisation des profits. Les participant·e·s à ma recherche cherchent aussi à résister à la néolibéralisation de leurs pratiques, et ce en déconstruisant les discours individualistes ou liés à l'injonction au bonheur, en posant leurs limites et en adoptant un rythme de vie plus lent ou encore en mettant en place des modèles d'affaires basés sur l'offre de réparations aux personnes victimes du racisme et du colonialisme et sur la redistribution des richesses.

Finalement, et à la lueur de mes observations et de mes entretiens, il semble que le lien entre monétisation et dépolitisation est loin d'être automatique. Le rapport à la monétisation des participant·e·s à ma recherche s'avère complexe, parfois même favorable à la politisation, et ne peut à lui seul expliquer le degré de radicalité des discours. Le facteur qui participe le plus au développement d'un discours émancipateur ou au contraire dépolitisant, semble plutôt être la trajectoire militante personnelle. Le fait d'avoir une pratique militante en ligne ou hors ligne en-dehors de la gestion de la page Instagram tend ainsi à favoriser la tenue de discours émancipateurs plus élaborés et plus radicaux dans les publications.

Ces résultats ont ainsi plusieurs implications sur le plan scientifique. D'abord, ils réaffirment le fait que l'activisme est ligne, loin d'être de l'activisme paresseux, est un travail exigeant et porteur

d'un potentiel politique réel (Dennis, 2019 ; Kwak *et al.*, 2018 ; Madison et Klang, 2020 ; Robert-Lamy, 2022). Ma recherche souligne ainsi l'importance, lorsque nous étudions les mouvements sociaux, de s'intéresser aussi aux pratiques plus informelles, voire aux pratiques privées et individuelles. Elle nous rappelle également qu'il est essentiel de sortir de la culture de la pureté militante (Ranger, 2022). Comme chercheuses engagé·e·s et féministes, il est essentiel de ne pas reproduire dans nos travaux le modèle de l'activiste « idéal » — non seulement parce que celui-ci est irréaliste et nuit activement à la mobilisation, mais aussi parce qu'il participe aux logiques néolibérales et coloniales de compétition et de hiérarchisation que nous cherchons à dénoncer. S'il est essentiel d'offrir des perspectives critiques aux militant·e·s, il est tout aussi essentiel d'éviter les postures moralisantes et/ou de condamnation. Ce faisant, plutôt que de hiérarchiser les pratiques, nous pouvons souligner leurs forces et leurs limites, ainsi que les façons dont elles se complètent dans une perspective de diversité des tactiques (Sénac, 2021).

Ma recherche, de par son caractère qualitatif et exploratoire, ne pouvait évidemment pas couvrir de manière représentative toutes les façons dont la reconstruction de l'intime sur Instagram participe d'une émancipation féministe et d'une dépolitisation néolibérale. Elle a toutefois permis une analyse en profondeur des nuances entourant chacun des cas à l'étude, et elle ouvre la voie à des recherches complémentaires. Des études à plus large échelle pourraient être particulièrement enrichissantes : elles pourraient par exemple permettre de mesurer la place de la reconstruction de l'intime dans la militance féministe en ligne ou la prévalence des différentes pratiques et discours qui la caractérisent. Ma recherche s'est également concentrée sur les perspectives des personnes qui créent du contenu largement publicisé. Afin d'évaluer plus en profondeur l'impact politique de la reconstruction de l'intime, il pourrait être intéressant de s'inspirer des études de la réception (Cavalcante *et al.*, 2017) afin d'explorer les perspectives des personnes qui consomment ce type

de contenu et d'évaluer l'influence que cette consommation a sur leur quotidien, leur conscience politique et leur militantisme.

Il pourrait aussi être pertinent de mener des recherches permettant de creuser certains résultats abordés dans ce mémoire. J'ai par exemple identifié la trajectoire militante individuelle comme étant un facteur important dans la tenue de discours émancipateurs. Or, ce sujet n'était pas au cœur des entretiens, ni des observations que j'ai menées. Il pourrait conséquemment être intéressant de mener une recherche se concentrant sur cet aspect, afin d'identifier différents types de trajectoires militantes et les façons dont celles-ci influencent les pratiques en ligne. Mes résultats pointent aussi vers l'importance de réfléchir aux outils conceptuels dont nous disposons pour comprendre ces formes d'engagement politique en ligne. Malgré la reconnaissance grandissante du caractère ambigu, ambivalent, voire paradoxal des phénomènes militants en ligne comme la reconstruction de l'intime (Curran-Troop *et al.*, 2024 ; Proulx, 2020 ; Scharff, 2024), nous réfléchissons encore souvent en termes binaires, opposant par exemple l'émancipation à la dépolitisation. Mes résultats, comme ceux d'autres chercheuses travaillant sur des sujets similaires (Curran-Troop *et al.*, 2024 ; Scharff, 2024), pointent vers l'importance de développer des théories qui nous permettent de s'éloigner des idéaux de pureté militante et de penser la coexistence de ces caractéristiques plutôt que leur opposition.

Finalement, les recherches futures devraient considérer la vitesse avec laquelle les phénomènes en ligne évoluent. Au moment d'écrire ces lignes, Meta, la compagnie mère d'Instagram, est en train d'effectuer un virement idéologique vers la droite, s'alignant ainsi avec les politiques du président états-unien, Donald Trump. L'entreprise a ainsi annoncé mettre fin à ses programmes d'équité, diversité et inclusion (EDI). Elle a également mis fin à son programme de vérification des faits par

des organisations indépendantes aux États-Unis (Agence France-Presse, 2025). Meta a aussi modifié sa politique sur les discours haineux, permettant notamment les « allégations de maladie mentale ou d'anormalité lorsqu'elles sont fondées sur le genre ou l'orientation sexuelle » (Roy-Grenier, 2025). Ces nouvelles changent la donne et complexifient certainement le travail militant féministe sur les plateformes détenues par Meta, comme Instagram et Facebook. Il ne s'agit en effet plus seulement de participer à enrichir une plateforme capitaliste et polarisante, mais aussi ouvertement anti-féministe et anti-*queer*. Si les participant·e·s à ma recherche avaient mentionné un désir de se distancier ou de se retirer éventuellement d'Instagram, ce désir semble s'être amplifié avec ce virage idéologique de la plateforme : Abigail a notamment annoncé sur son compte sa volonté de migrer vers d'autres espaces numériques, dont Substack, une plateforme sur laquelle les auteurices et créateurices peuvent « publier leur travail et gagner de l'argent grâce à des abonnements payants » (Substack, s. d.) où iel aimerait partager ses *memes*. Il semble donc extrêmement pertinent pour les recherches futures de se pencher que le rapport que les créateurices de contenu entretiennent avec la plateforme sur laquelle iels travaillent, qu'iels continuent d'utiliser Meta ou migrent vers d'autres espaces.

ANNEXE A
GRILLE D'ENTRETIEN TYPE

Partie 1 : utilisation générale d'Instagram

1. Pour commencer, peux-tu me parler un peu de ta page Instagram ? Résume-moi ce que tu y fais, le genre de contenu que tu publies.
 - a. Pourquoi as-tu une page Instagram ? Qu'est-ce qui te motive ? Qu'est-ce qui est important pour toi là-dedans ?
 - b. Qu'est-ce que ça t'apporte à toi personnellement de tenir cette page ?
 - c. Est-ce que tu penses que ta page Instagram apporte une ou des contribution(s) à la société ? Si oui, la(les)quelle(s) ?
 - d. Est-ce que tu estimes que ce que tu fais sur Instagram est féministe ? Pourquoi ? En quoi est-ce féministe / en quoi n'est-ce pas féministe ?
2. Est-ce qu'Instagram est la seule plateforme que tu utilises pour faire les choses dont tu m'as parlées ? Ou est-ce que tu fais ça aussi sur d'autres plateformes en ligne, ou dans des espaces hors ligne ?
3. Est-ce que ça fait longtemps que tu as cette page-là ? Est-ce que l'utilisation que tu en fais a beaucoup changé depuis ou est-ce que c'est assez stable ?
4. Parle-moi un peu de ce que ça demande de gérer ta page Instagram.
 - a. Quelles tâches est-ce que tu dois accomplir ?
 - b. Comment est-ce que tu t'y prends pour accomplir ces tâches (ex : est-ce que tu organises tes publications ou tu y vas plutôt au fur et à mesure comme tu le sens) ?
 - c. Est-ce que tu prends en compte le fonctionnement d'Instagram quand tu crées du contenu ? De quelle façon ?

- d. Est-ce que tu prends en compte les attentes de tes abonné·e·s quand tu crées du contenu ? De quelle façon ?
5. Est-ce que ta page Instagram te sert à faire de l'argent ? De quelle manière ?
6. Fais-tu des collaborations rémunérées ? Si oui, comment les choisis-tu ?
 - a. Est-ce que tu vends des produits ou des services ? Quels sont-ils ? Est-ce que, pour toi, ça a été un questionnement ou ça a été naturel de les vendre sur Instagram ?
 - b. Est-ce que tu reçois des dons de la part de tes abonné·e·s ? Pourquoi as-tu choisi de permettre cette possibilité ?
 - c. Est-ce que ta page Instagram est ta principale source de revenus ?
7. Est-ce que tu es la seule personne à gérer ta page Instagram ? Sinon, qui d'autre est impliqué·e et comment ça se passe ?
8. Est-ce que tu as des liens avec d'autres créateurices de contenu ? Peux-tu m'en parler ?
9. À quoi ressemblent tes liens avec tes abonné.e.s ?
10. Est-ce que tu as vécu des situations problématiques liées à ta page Instagram ?
 - a. Est-ce qu'il y a de l'opposition face au contenu que tu proposes ?
 - b. Est-ce que tu as vécu des situations conflictuelles ou même violentes ?
 - c. Est-ce que tu as vécu des situations de censure de la part d'Instagram ?
 - d. Comment réagis-tu à ce genre de situations ?
11. Est-ce qu'au contraire tu as eu des réactions ou vécu des interactions positives liées à ta page Instagram ?

Partie 2 : co-analyse des publications

Pour chaque participant·e, j'ai sélectionné entre 3 et 10 publications. Pour chaque publication, je posais les questions de base suivantes :

1. Est-ce que tu peux me parler un peu de cette publication-là ?
2. C'est quoi le message que tu voulais passer, qu'est-ce qui t'a poussé à la faire ?
3. Qu'est-ce qu'elle veut dire pour toi ?

Je demandais aussi parfois aux participant-e-s d'élaborer sur un aspect de la publication que j'avais trouvé particulièrement pertinent pour répondre à mes questions de recherche.

Partie 3 : conclusion

1. Est-ce que les publications que je t'ai montrées te semblent bien représenter ta page ?

Pourquoi ?

2. Est-ce qu'il y a des choses qu'on a pas abordées dont tu voudrais parler ?
3. Est-ce que tu penses que ce que tu fais sur Instagram contribue à la lutte féministe ?

Comment ?

4. Et comment définirais-tu une action « politique » ? Est-ce que ce que tu fais sur Instagram s'inscrit là-dedans ? Et est-ce que ça s'applique pour tout ce que tu fais sur Instagram ou seulement une partie ? Pourquoi ?

ANNEXE B
ARBRE DE CODAGE

| Codes |
|---|
| Action politique informelle |
| Esprit public |
| Intention politique |
| Présence de coordination |
| Présence d'un conflit |
| Opposition face au contenu proposé |
| Violences & oppression en ligne |
| Dépolitisation néolibérale |
| Aliénation, déconnexion de ses émotions |
| Injonction au bonheur |
| Commercialisation et marchandisation |
| Collaborations rémunérées |
| Promotion non-rémunérée |
| Vente de produits et services |
| Discipline, contrôle, surveillance de soi |

Codes

Entreprenariat de soi

Hustle culture

Marketing de soi

Travail aspirationnel

Valorisation de la compétition, du carriérisme

Vocabulaire relié à l'investissement, la rentabilité, la productivité

Individualisme

Responsabilisation des individus pour leur situation

Valorisation de l'autonomie et de l'indépendance

Reproduction du capitalisme cognitif

Stéréotypes

Visibilité comme fin

Émancipation féministe

Autres enjeux féministes

Justice reproductive et sexualité

Maternité

Reconnaissance du travail invisible

Codes

Valorisation du féminin

Violences et culture du viol

Contenu lié à des causes politiques connexes

Anti-capitalisme

Critique de la visibilité comme fin

Déconstruction des valeurs et mythes néolibéraux

Bonheur & force individuelle comme norme

Culte de la productivité

Individualisme

Interconnexion entre les humain.e.s

Scarcity mindset

Dénonciation commodification & cooptation des mouvements

Dénonciation exploitation

Normalisation vie imparfaite

Ralentissement du mode de vie

Esthétique *slow living*

Syndicalisme

Codes

Anti-colonialisme

Dénonciation du génocide en Palestine

Anti-racisme

Black Joy

Immigration

Diversité corporelle

Imperfections (peau, traits, âge, etc)

Lutte contre la grossophobie

Poils corporels

Diversité capacitaire

Enjeux queer & LGBTQ+

Lutte contre les logiques carcérales

Protection de l'environnement

Discussion autour d'enjeux stratégiques liés aux luttes politiques

Culture militante toxique

Politique identitaire vs analyse de classe

Déconstruction des rhétoriques binaires

Codes

Empowerment

Discours contre-normatif, distanciation d'avec le patriarcat

Outils pour reprendre du contrôle sur sa vie

Prises de paroles (par soi pour soi)

Féminisme du quotidien

Amélioration de soi pour mieux incarner les valeurs féministes

Bulles féministes

Circulation et démocratisation des savoirs

Éducation féministe de ses proches

Politisation du privé

Causes politiques aux problèmes privés

Solutions privées aux problèmes politiques

Prise de conscience

Création d'un esprit de sororité & de communauté

Échange de conseils

Entraide financière

Éveil de la conscience féministe

Codes

Partage de ses expériences

Rôle de la représentation

Registres

Incarnations hors ligne

Intime

Confidences

Partage du quotidien, authenticité

Politique

Don à des organismes

Informations sur l'actualité

Manifestations

Pétitions

Thèmes liés à l'intimité

Croissance personnelle

Acceptation de ses émotions et de ses besoins

Amour et estime de soi ; confiance en soi

Rapport aux autres

Codes

Respect de ses limites

Se défaire du perfectionnisme

Santé mentale

Enfant - adolescent intérieur

Guérison des traumas

Styles d'attachement

Thérapie

Troubles santé mentale

Anxiété

Dépression

TCA

TOC

Soin de soi & repos

Joies quotidiennes

Pleine conscience

Spiritualité

Astrologie

Codes

Lien au divin ou à une « force » plus grande que soi

Religion

ANNEXE C

UTILISATION DE L'INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

Je reconnais avoir utilisé ChatGPT (<https://chat.openai.com/>) à plusieurs reprises lors de la rédaction de ce mémoire, entre août 2024 et avril 2025. Les requêtes ont touché la reformulation de certaines phrases, la recherche de synonymes ou la traduction de l'anglais au français de certaines citations. J'ai toujours modifié les textes que ChatGPT m'a proposé.

J'ai également utilisé ChatGPT (<https://chat.openai.com/>) pour obtenir des suggestions de pseudonymes à accorder à mes participant·e·s pour protéger leur identité et pour créer les exemples lié au cas composite (Stéphanie) présenté dans ce mémoire. À cette fin, j'ai donné à ChatGPT des extraits de publications publiques venant des comptes qui ont servi à créer le cas de Stéphanie et je lui ai demandé de les reformuler, de modifier les métaphores utilisées ou de me proposer des situations similaires à celles qui étaient évoquées afin de respecter l'essence des publications tout en m'assurant qu'elles ne soient pas retraçables. J'ai toujours modifié les textes que ChatGPT m'a proposé.

BIBLIOGRAPHIE

- Agence France-Presse. (2020, 28 janvier). Amazon défiée publiquement sur sa politique environnementale. *Le Devoir*. <https://www.ledevoir.com/economie/571661/amazon-defiee-publiquement-sur-sa-politique-environnementale>
- Agence France-Presse. (2025, 11 janvier). Meta met fin à ses programmes de diversité, égalité et inclusion. *Radio-Canada*. <https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/2131978/meta-diversite-egalite-inclusion-dei-zuckerberg-trump>
- Ahmed, S. (2010). *The Promise of Happiness*. Duke University Press.
- Auray, N. (2010). Le web participatif et le tournant néolibéral : des communautés aux solidarités. Dans F. Millerand, S. Proulx et J. Rueff, *Web social: Mutation de la communication* (p. 33-50). Les Presses de l'Université du Québec.
- Badouard, R. (2013). Les mobilisations de clavier : le lien hypertexte comme ressource des actions collectives en ligne. *Réseaux*, 181(5), 87-117. <https://doi.org/10.3917/res.181.0087>
- Bahaffou, M. (2022). *Des paillettes sur le compost: écoféminismes au quotidien*. Le Passager clandestin.
- Baker, J. L. (2005). *The Politics of Choice: Difficult Freedoms for Young Women in Late Modernity* [Thèse, James Cook University]. <https://doi.org/10.25903/q9d9-sf74>
- Baker, J. L. (2008). The Ideology of Choice. Overstating Progress and Hiding Injustice in the Lives of Young Women: Findings from a Study in North Queensland, Australia. *Women's Studies International Forum*, 31(1), 53-64. <https://doi.org/10.1016/j.wsif.2007.11.001>
- Balleys, C. (2019). L'intimité militante sur Youtube : la visibilité médiatique au service de la libération sexuelle. *Questions de communication*, 1(35), 125-136. <https://doi.org/10.4000/questionsdecommunication.19109>
- Balleys, C. (2020). L'observation des représentations adolescentes de l'intimité : enquête sur YouTube. Dans M. Millette, F. Millerand, D. Myles et G. Latzko-Toth (dir.), *Méthodes de recherche en contexte numérique: une orientation qualitative* (p. 165-178). Les Presses de l'Université de Montréal.
- Banet-Weiser, S. (2018). *Empowered: Popular Feminism and Popular Misogyny*. Duke University Press.
- Banet-Weiser, S., Gill, R. et Rottenberg, C. (2020). Postfeminism, Popular Feminism and Neoliberal Feminism? Sarah Banet-Weiser, Rosalind Gill and Catherine Rottenberg in Conversation. *Feminist Theory*, 21(1), 3-24. <https://doi.org/10.1177/1464700119842555>

- Barnard, A. V. (2011). « Waving the Banana » at Capitalism: Political Theater and Social Movement Strategy Among New York's « Freegan » Dumpster Divers. *Ethnography*, 12(4), 419-444.
- Bayat, A. (2010). *Life as Politics: How Ordinary People Change the Middle East*. Stanford University Press.
- Beaulieu-Kratchanov, L. (2024, 9 avril). Quels sont les impacts de la censure politique sur Instagram? *Pivot*. <https://pivot.quebec/2024/04/09/quels-sont-les-impacts-de-la-censure-politique-sur-instagram/>
- Bereni, L. et Revillard, A. (2009). La dichotomie « public-privé » à l'épreuve des critiques féministes : de la théorie à l'action politique. Dans P. Muller et R. Sénac-Slawinski, *Genre et action publique : la frontière public-privé en question* (p. 27-55). L'Harmattan.
- Berenstain, N. (2016). Epistemic Exploitation. *Ergo, an Open Access Journal of Philosophy*, 3(22), 569-590. <https://doi.org/10.3998/ergo.12405314.0003.022>
- Bergman, C. et Montgomery, N. (2021). *Joie militante: construire des luttes en prise avec leurs mondes* (J. Rousseau, trad.). Éditions du commun.
- Bertrand, D. (2018). L'essor du féminisme en ligne. Symptôme de l'émergence d'une quatrième vague féministe ? *Réseaux*, 208-209(2-3), 232-257. <https://doi.org/10.3917/res.208.0229>
- Bherer, L., Dufour, P. et Montambeault, F. (2023). What Is Informal Participation? *International Journal of Politics, Culture, and Society*, 36(1), 1-16. <https://doi.org/10.1007/s10767-022-09440-z>
- Bishop, W. R. et Rigakos, B. N. (2024). *Liberating Fat Bodies: Social Media Censorship and Body Size Activism*. Palgrave Macmillan. <https://doi.org/10.1007/978-3-031-63890-9>
- Blanchard, G., Gavras, S. et Wojcik, S. (2013). Analyser la participation politique en ligne : des traces numériques aux pratiques sociales. Dans *Manuel d'analyse du web en Sciences Humaines et Sociales* (p. 166-186). Armand Colin. <https://doi.org/10.3917/arco.barat.2013.01.0166>
- Blandin, C. (2017). Le web : de nouvelles pratiques militantes dans l'histoire du féminisme ? *Réseaux*, 201(1), 9-17. <https://doi.org/10.3917/res.201.0009>
- Blondeau, J. et Guay, E. (2023). Compte-rendu. Joie militante. Construire des luttes en prise avec leurs mondes, Carla Bergman et Nick Montgomery, traduit de l'anglais par Juliette Rousseau, Rennes, Éditions du commun, 2021, 272 p. *Nouvelles perspectives en sciences sociales*, 19(1), 463-468. <https://doi.org/10.7202/1110063ar>
- Boullier, D. (2019a). De la « révolution numérique » à l'amplification. Dans *Sociologie du numérique* (p. 11-31). Armand Colin.

- Boullier, D. (2019b). Histoires du numérique. Dans *Sociologie du numérique* (p. 33-101). Armand Colin.
- Boullier, D. (2019c). Sociologie des usages. Dans *Sociologie du numérique* (p. 102-132). Armand Colin.
- Boxill, B. et Corlett, J. A. (2024). Black Reparations. Dans E. N. Zalta et U. Nodelman (dir.), *The Stanford Encyclopedia of Philosophy* (Summer 2024). Stanford University Press. <https://plato.stanford.edu/archives/sum2024/entries/black-reparations/>
- Breda, H. (2017). La critique féministe profane en ligne de films et de séries télévisées. *Réseaux*, 201(1), 87-114. <https://doi.org/10.3917/res.201.0087>
- Brown, W. (2015). *Undoing the Demos: Neoliberalism's Stealth Revolution*. Zone Books. <https://doi.org/10.2307/j.ctt17kk9p8>
- Butler, J. (1999). *Gender Trouble*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203902752>
- Calvès, A.-E. (2009). « Empowerment » : généalogie d'un concept clé du discours contemporain sur le développement. *Revue Tiers Monde*, 200(4), 735-749. <https://doi.org/10.3917/rtm.200.0735>
- Cardon, D. (2008). Le design de la visibilité. Un essai de cartographie du web 2.0. *Réseaux*, 26(152), 93-137. <https://doi.org/10.3166/reseaux.152.93-137>
- Carolsfeld, A. et Erikson, S. (2013). Beyond Desperation: Motivations for Dumpster™ Diving for Food in Vancouver. *Food and Foodways*, 21(4), 245-266. <https://doi.org/10.1080/07409710.2013.849997>
- Carré, D. et Panico, R. (2012). L'«affichage de soi» comme puissance d'agir : contrôle social et enjeux éthiques à l'heure de l'hyperconnectivité. Dans S. Proulx, M. Milette et L. Heaton, *Médias sociaux: Enjeux pour la communication* (p. 61-80). Les Presses de l'Université du Québec.
- Cavalcante, A., Press, A. et Sender, K. (2017). Feminist Reception Studies in a Post-Audience Age: Returning to Audiences and Everyday Life. *Feminist Media Studies*, 17(1), 1-13. <https://doi.org/10.1080/14680777.2017.1261822>
- Clark, C. (2015). *#TrendingFeminism: The Impact of Digital Feminist Activism* [Mémoire, George Washington University].
- Clark, M. D. (2024). *We Tried to Tell Y'all: Black Twitter and the Rise of Digital Counternarratives*. Oxford University Press.

- Clément, J. (2020). La fabrique des subjectivités en contexte néolibéral : la fiction de l'individu entrepreneur de lui-même face au sujet de la psychanalyse: *Cahiers de psychologie clinique*, n° 55(2), 143-163. <https://doi.org/10.3917/cpc.055.0143>
- Collins, P. H. (1986). Learning from the Outsider Within: The Sociological Significance of Black Feminist Thought. *Social Problems*, 33(6), s14-s32. <https://doi.org/10.2307/800672>
- Conway, J. (2003). Civil Resistance and the Diversity of Tactics in the Anti-Globalization Movement: Problems of Violence, Silence, and Solidarity in Activist Politics. *Osgoode Hall Law Journal*, 41(2), 505-530. <https://doi.org/10.60082/2817-5069.1424>
- Cotter, K. (2023). "Shadowbanning Is Not a Thing": Black Box Gaslighting and the Power to Independently Know and Credibly Critique Algorithms. *Information, Communication & Society*, 26(6), 1226-1243. <https://doi.org/10.1080/1369118X.2021.1994624>
- Craddock, E. (2019). Doing 'Enough' of the 'Right' Thing: The Gendered Dimension of the 'Ideal Activist' Identity and Its Negative Emotional Consequences. *Social Movement Studies*, 18(2), 137-153. <https://doi.org/10.1080/14742837.2018.1555457>
- Cunningham, S. et Craig, D. (2021). *Creator Culture: An Introduction to Global Social Media Entertainment*. NYU Press.
- Curran-Troop, H., Gill, R. et Littler, J. (2024). What Is 'Freelance Feminism'? *European Journal of Cultural Studies*, 27(3), 317-332. <https://doi.org/10.1177/13675494241240804>
- Darras, É. (1998). Pour une lecture réaliste des formes non conventionnelles d'action politique. Dans Centre universitaire de recherches administratives et politiques de Picardie, *La politique ailleurs* (p. 5-31). Presses universitaires de France.
- Dennis, J. (2019). *Beyond Slacktivism: Political Participation on Social Media*. Palgrave Macmillan. <https://doi.org/10.1007/978-3-030-00844-4>
- Dixon, K. (2014). Feminist Online Identity: Analyzing the Presence of Hashtag Feminism. *Journal of Arts and Humanities*, 3(7), 34-40. <https://doi.org/10.18533/journal.v3i7.509>
- Dobernig, K. et Stagl, S. (2015). Growing a Lifestyle Movement? Exploring Identity-Work and Lifestyle Politics in Urban Food Cultivation. *International Journal of Consumer Studies*, 39(5), 452-458. <https://doi.org/10.1111/ijcs.12222>
- Dosekun, S. (2024). Beyond 'Reifying Whiteness' in Feminist Media Studies. *European Journal of Cultural Studies*, 27(2), 295-308. <https://doi.org/10.1177/13675494231216918>
- Drury, C. (2019, 19 juillet). Amazon Workers 'Forced to Urinate in Plastic Bottles Because They Cannot Go to Toilet on Shift'. *The Independent, News*. <https://www.independent.co.uk/news/uk/home-news/amazon-protests-workers-urinate-plastic-bottles-no-toilet-breaks-milton-keynes-jeff-bezos-a9012351.html>

- Dubois, E. et Ford, H. (2015). Qualitative Political Communication| Trace Interviews: An Actor-Centered Approach. *International Journal of Communication*, 9, 2067-2091.
- Duffy, B. E. (2017). *(Not) Getting Paid to Do What You Love: Gender, Social Media, and Aspirational Work*. Yale University Press.
- Duffy, B. E., Ononye, A. et Sawey, M. (2024). The Politics of Vulnerability in the Influencer Economy. *European Journal of Cultural Studies*, 27(3), 352-370.
<https://doi.org/10.1177/13675494231212346>
- Eddo-Lodge, R. et Mazoyer, R. (2018). *Le racisme est un problème de Blancs*. Éditions Autrement.
- Foden, M. (2012). Everyday Consumption Practices as a Site for Activism? Exploring the Motivations of Grassroots Reuse Groups. *People Place and Policy Online*, 6(3), 148-163.
<https://doi.org/10.3351/ppp.0006.0003.0004>
- Foucault, M. (2014). *Surveiller et punir : naissance de la prison*. Gallimard.
- Foucault, M. et Senellart, M. (2008). *The Birth of Biopolitics: Lectures at the Collège de France, 1978-79*. Palgrave Macmillan.
- Fraser, N. (2011). Repenser l'espace public : une contribution à la critique de la démocratie réellement existante. Dans *Qu'est-ce que la justice sociale ? Reconnaissance et redistribution* (p. 107-144). La Découverte.
- Gay, R. (2014). *Bad Feminist: Essays*. HarperCollins Publishers.
- Gill, R. (2007). Postfeminist Media Culture: Elements of a Sensibility. *European Journal of Cultural Studies*, 10(2), 147-166. <https://doi.org/10.1177/1367549407075898>
- Ging, D. (2023). Digital Culture, Online Misogyny, and Gender-based Violence. Dans *The Handbook of Gender, Communication, and Women's Human Rights* (p. 213-227). John Wiley & Sons, Ltd. <https://doi.org/10.1002/9781119800729.ch13>
- Granjon, F. et Denouël, J. (2010). Exposition de soi et reconnaissance de singularités subjectives sur les sites de réseaux sociaux. *Sociologie*, 1(1), 25-43.
<https://doi.org/10.3917/socio.001.0025>
- Gras-Velázquez, A. et Maestre-Brotons, A. (2021). Spanish Gay Male Subjectivity, Body, Intimacy, and Affect on Instagram. *Sexualities*, 0(0), 1-23.
<https://doi.org/10.1177/13634607211031418>
- Hall, E. J. et Rodriguez, M. S. (2003). The Myth of Postfeminism. *Gender & Society*, 17(6), 878-902. <https://doi.org/10.1177/0891243203257639>

- Hamidi, C. (2006). Éléments pour une approche interactionniste de la politisation: Engagement associatif et rapport au politique dans des associations locales issues de l'immigration. *Revue française de science politique*, 56(1), 5-25. <https://doi.org/10.3917/rfsp.561.0005>
- Haraway, D. (2007 [1988]). Savoirs situés: la question de la science dans le féminisme et le privilège de la perspective partielle. Dans *Manifeste cyborg et autres essais. Sciences, fictions, féminismes* (p. 107-143). Exils.
- Hochschild, A. R. (1979). Emotion Work, Feeling Rules, and Social Structure. *American Journal of Sociology*, 85(3), 551-575.
- Hoffner, C. A. et Bond, B. J. (2022). Parasocial Relationships, Social Media, & Well-Being. *Current Opinion in Psychology*, 45, 101306. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2022.101306>
- hooks, bell. (2014). Sisterhood: Political Solidarity Among Women. Dans *Feminist Theory* (3^e éd., p. 43-67). Routledge.
- Instagram. (2024). *À propos du contrôle du contenu politique sur Instagram | Pages d'aide Instagram*. <https://help.instagram.com/339680465107440>
- Jackson, S. J., Bailey, M., Foucault Welles, B. et Lauren, G. (2020). *#HashtagActivism: Networks of Race and Gender Justice*. MIT Press.
- Jauréguiberry, F. et Proulx, S. (2011). *Usages et enjeux des technologies de communication*. Érés.
- Jouët, J., Niemeyer, K. et Pavard, B. (2017). Faire des vagues: Les mobilisations féministes en ligne. *Réseaux*, n° 201(1), 21-57. <https://doi.org/10.3917/res.201.0019>
- Kadian, A. (2023). The Use of Positive Affirmations in Increasing Self- Esteem. *International Journal for Multidisciplinary Research*, 5(4), 1-10.
- Katz, Y. (2020). *Artificial Whiteness: Politics and Ideology in Artificial Intelligence*. Columbia University Press.
- Khamis, S., Ang, L. et Welling, R. (2017). Self-Branding, 'Micro-Celebrity' and the Rise of Social Media Influencers. *Celebrity Studies*, 8(2), 191-208. <https://doi.org/10.1080/19392397.2016.1218292>
- Kim, J. B. et Schalk, S. (2021). Reclaiming the Radical Politics of Self-Care: A Crip-of-Color Critique. *South Atlantic Quarterly*, 120(2), 325-342. <https://doi.org/10.1215/00382876-8916074>
- Kwak, N., Lane, D. S., Weeks, B. E., Kim, D. H., Lee, S. S. et Bachleda, S. (2018). Perceptions of Social Media for Politics: Testing the Slacktivism Hypothesis. *Human Communication Research*, 44(2), 197-221. <https://doi.org/10.1093/hcr/hqx008>

- Laestadius, L. (2017). Instagram. Dans *The SAGE Handbook of Social Media Research Methods* (p. 573-592). Sage. <https://doi.org/10.4135/9781473983847>
- Latzko-Toth, G., Bonneau, C. et Millette, M. (2017). Small Data, Thick Data: Thickening Strategies for Trace-based Social Media Research. Dans *The SAGE Handbook of Social Media Research Methods* (p. 199-214). SAGE Publications Ltd. <https://doi.org/10.4135/9781473983847>
- Latzko-Toth, G., Bonneau, C. et Millette, M. (2020). La densification des données : Revaloriser la recherche qualitative à l'ère des données massives. Dans M. Millette, F. Millerand, D. Myles et G. Latzko-Toth (dir.), *Méthodes de recherche en contexte numérique: une orientation qualitative* (p. 181-194). Les Presses de l'Université de Montréal.
- Latzko-Toth, G. et Pastinelli, M. (2014). Par-delà la dichotomie public/privé : la mise en visibilité des pratiques numériques et ses enjeux éthiques. *tic&société*, 7(2), 149-175. <https://doi.org/10.4000/ticetsociete.1591>
- Lauri, J. et Lauri, M. (2024). Selling Feminist Stories: Popular Feminism, Authenticity and Happiness. *European Journal of Cultural Studies*, 27(3), 457-473. <https://doi.org/10.1177/13675494221137371>
- Leduc, V., Boukala, M., Rouleau, J., Louw, A., McAskill, A., Thérout, C., Heussaff, S., Grenier, L., Bernier, M., Bouscatier, S., Marcelli, É., Parent, L., Saunders, D., Tembeck, T., Angrignon-Girouard, O. et Grimard, C. (2020). *GLOSSAIRE - Les pratiques artistiques des personnes sourdes et handicapées au Canada*. Conseil des arts du Canada. <https://conseildesarts.ca/recherche/repertoire-des-recherches/2021/02/arts-sourds-et-handicapes>
- Lichterman, P. et Eliasoph, N. (2014). Civic Action. *American Journal of Sociology*, 120(3), 798-863. <https://doi.org/10.1086/679189>
- Lorde, A. (1988). *A Burst of Light: Essays*. Firebrand Books.
- Lu, J. H. et Steele, C. K. (2019). 'Joy Is Resistance': Cross-Platform Resilience and (re)invention of Black Oral Culture Online. *Information, Communication & Society*, 22(6), 823-837. <https://doi.org/10.1080/1369118X.2019.1575449>
- Luck, E. (2016). Commodity Feminism and Its Body: The Appropriation and Capitalization of Body Positivity through Advertising. *Liberated Arts: A Journal for Undergraduate Research*, 2(1), 1-9.
- Madison, N. et Klang, M. (2020). The Case for Digital Activism: Refuting the Fallacies of Slacktivism. *Journal of Digital Social Research*, 2(2), 28-47. <https://doi.org/10.33621/jdsr.v2i2.25>
- Malette, S. (2006). *La gouvernementalité chez Michel Foucault* [Mémoire, Université Laval].

- Markham, A. (2012). Fabrication as Ethical Practice: Qualitative Inquiry in Ambiguous Internet Contexts. *Information, Communication & Society*, 15(3), 334-353.
<https://doi.org/10.1080/1369118X.2011.641993>
- Meier, P. et Paternotte, D. (2017). *La professionnalisation des luttes pour l'égalité : genre et féminisme*. Academia-Bruylant.
- Mendes, K., Ringrose, J. et Keller, J. (2019). *Digital Feminist Activism: Girls and Women Fight Back Against Rape Culture*. Oxford University Press.
- Millerand, F., Proulx, S. et Rueff, J. (2010). Introduction. Dans *Web social : mutation de la communication* (p. 2-11). Les Presses de l'Université du Québec.
- Millette, M. (2013). Pratiques transplateformes et convergence dans les usages des médias sociaux. *Communication et organisation*, (43), 47-58.
<https://doi.org/10.4000/communicationorganisation.4116>
- Millette, M. (2023). Théorie et méthodologie féministes pour la recherche en contexte numérique. *Communication. Information médias théories pratiques*, 40(2), 1-22.
<https://doi.org/10.4000/communication.17969>
- Millette, M., Millerand, F., Myles, D. et Latzko-Toth, G. (2020). Introduction. Dans M. Millette, F. Millerand, D. Myles et G. Latzko-Toth (dir.), *Méthodes de recherche en contexte numérique: une orientation qualitative* (p. 15-22). Les Presses de l'Université de Montréal.
- Monforte, P., Maestri, G. et d'Halluin, E. (2021). 'It's Like Having One More Family Member': Private Hospitality, Affective Responsibility and Intimate Boundaries Within Refugee Hosting Networks. *Journal of Sociology*, 57(3), 674-689.
<https://doi.org/10.1177/1440783321991679>
- Munro, E. (2013). Feminism: A Fourth Wave? *Political Insight*, 4(2), 22-25.
<https://doi.org/10.1111/2041-9066.12021>
- Noble, S. U. (2018). *Algorithms of Oppression: How Search Engines Reinforce Racism*. NYU Press. <https://doi.org/10.2307/j.ctt1pwt9w5>
- Ollivier, M. et Tremblay, M. (2000). *Questionnements féministes et méthodologie de la recherche*. L'Harmattan.
- Olszanowski, M. (2014). Feminist Self-Imaging and Instagram: Tactics of Circumventing Sensorship. *Visual Communication Quarterly*, 21(2), 83-95.
<https://doi.org/10.1080/15551393.2014.928154>
- Orgad, S. et Gill, R. (2021). *Confidence Culture*. Duke University Press.

- Pagé, G. et Pepin, A. (2025). La démocratie et les femmes au Québec et au Canada. Dans A.-G. Gagnon, F. Mathieu et P. May (dir.), *La politique québécoise et canadienne* (3e édition, p. 345-378). Presses de l'Université du Québec.
- Pastinelli, M., Latzko-Toth, G., Labrecque, K. et Gallant, N. (2020). La visite commentée : documenter les pratiques numériques par l'entretien sur traces. Dans M. Millette, F. Millerand, D. Myles et G. Latzko-Toth (dir.), *Méthodes de recherche en contexte numérique: une orientation qualitative* (p. 195-210). Les Presses de l'Université de Montréal.
- Pateman. (2004). Le contrat social entre frères. Dans F. Collin et P. Deutscher, *Repenser le politique: l'apport du féminisme* (p. 19-52). Campagne première.
- Patsias, C. (2016). *Une chronique de la démocratie ordinaire: les comités de citoyens au Québec et en France*. Les Presses de l'Université de Montréal.
- Pepin, A., Pagé, G. et Paris, C. (2023). Les mobilisations pour les garderies et Ma Place Au Travail : un renouveau du féminisme libéral en ligne. Dans P. Dufour, L. Bherer et G. Pagé, *Québec en mouvements : continuité et renouvellement des pratiques militantes* (p. 163-181). Les Presses de l'Université de Montréal.
- Peterson, V. S. (1992). Security and Sovereign States : What is at Stake in Taking Feminism Seriously? Dans *Gendered States : Feminist (Re)Visions of International Relations Theory* (p. 31-64). Lynne Rienner.
- Petre, C., Duffy, B. E. et Hund, E. (2019). "Gaming the System": Platform Paternalism and the Politics of Algorithmic Visibility. *Social Media + Society*, 5(4), 1-12.
<https://doi.org/10.1177/2056305119879995>
- Piazzesi, C. et Lavoie Mongrain, C. (2020). Selfies de femmes, négociation normative et production de culture visuelle sur Instagram et Facebook. *Recherches féministes*, 33(1), 135-151. <https://doi.org/10.7202/1071246ar>
- Podcast Sexe Oral [@sexeoral.podcast] (2024, 8 juillet). *Moment du dernier Q&A en direct*. [Vidéo]. Instagram.
<https://www.instagram.com/reel/C9LffPQJKEe/?igsh=MTdoeDZzZnRsOGI%3D>
- Poulin, M.-A. (2022). *Hack neuroqueer pour parvenir à mes fins: rechercher et créer de l'émancipation crip* [Thèse, Université de Montréal].
- Prokhovnik, R. (2002). *Rational Woman: A Feminist Critique of Dichotomy*. Routledge.
<https://doi.org/10.4324/9780203024485>
- Proulx, S. (2020). *La participation numérique: une injonction paradoxale*. Mines ParisTech-PSL.
- Proulx, S., Millette, M. et Heaton, L. (2012). Introduction. Dans *Médias sociaux: Enjeux pour la communication* (p. 1-8). Les Presses de l'Université du Québec.

- Proulx, S. et Millerand, F. (2010). Le web social, au carrefour de multiples questionnements. Dans F. Millerand, S. Proulx et J. Rueff, *Web social : mutation de la communication* (p. 14-30). Les Presses de l'Université du Québec.
- Qualtrics. (2025). *Engagement réseaux sociaux : définition et guide*. Qualtrics. <https://www.qualtrics.com/fr/gestion-de-l-experience/client/engagement-reseaux-sociaux/>
- Quelquejeu, B. (2001). La nature du pouvoir selon Hannah Arendt: Du « pouvoir-sur » au « pouvoir-en-commun ». *Revue des sciences philosophiques et théologiques*, 85(3), 511-527. <https://doi.org/10.3917/rspt.853.0511>
- Ranger, C. (2022). *De l'(in)hospitalité des groupes féministes progressistes québécois sur Facebook : entre pluralité et conformisme* [Mémoire, Université du Québec à Montréal]. <https://archipel.uqam.ca/17163/>
- Reade, J. (2021). Keeping It Raw on the 'Gram: Authenticity, Relatability and Digital Intimacy in Fitness Cultures on Instagram. *New Media & Society*, 23(3), 535-553. <https://doi.org/10.1177/1461444819891699>
- Rentschler, C. A. et Thrift, S. C. (2015). Doing Feminism in the Network: Networked Laughter and the 'Binders Full of Women' Meme. *Feminist Theory*, 16(3), 329-359. <https://doi.org/10.1177/1464700115604136>
- Rhanim, A. S. (2024). *Explorer l'influence de la série The L Word sur les identités et les communautés lesbiennes francophones à Montréal* [Mémoire, Université du Québec à Montréal]. <https://archipel.uqam.ca/18025/1/M18684.pdf>
- Robert-Lamy, C. (2022). « C'est confus, mais c'est parce qu'il y a beaucoup d'émotions » ; témoignages du militantisme féministe sur Facebook [Mémoire, Université du Québec à Montréal]. <https://archipel.uqam.ca/14921/>
- Rocheleau, S. et Millette, M. (2015). Meta-Hashtag and Tag Co-occurrence: From Organization to Politics in the French Canadian Twittersphere. Dans N. Rambukkana (dir.), *Hashtag Publics: The Power and Politics of Discursive Networks*. Peter Lang.
- Rogan, F. et Budgeon, S. (2018). The Personal is Political: Assessing Feminist Fundamentals in the Digital Age. *Social Sciences*, 7(8), 1-19. <https://doi.org/10.3390/socsci7080132>
- Roginsky, S. (2020). Les terrains de recherche en ligne et hors-ligne : proposition pour une triangulation des méthodes. Dans M. Millette, F. Millerand, D. Myles et G. Latzko-Toth (dir.), *Méthodes de recherche en contexte numérique: une orientation qualitative* (p. 119-136). Les Presses de l'Université de Montréal.
- Rosenthal, N. B. (1984). Consciousness Raising: From Revolution to Re-Evaluation. *Psychology of Women Quarterly*, 8(4), 309-326. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.1984.tb00639.x>
- Rottenberg, C. (2014). The Rise of Neoliberal Feminism. *Cultural Studies*, 28(3), 418-437. <https://doi.org/10.1080/09502386.2013.857361>

- Roy-Grenier, K. (2025, 14 janvier). Règles Meta et communautés LGBTQ+: La voie est libre pour les discours haineux. *La Presse*, Opinions. <https://www.lapresse.ca/dialogue/opinions/2025-01-14/regles-meta-et-communautes-lgbtq/la-voie-est-libre-pour-les-discours-haineux.php>
- Ruti, M. (2018). *Penis Envy and Other Bad Feelings: The Emotional Costs of Everyday Life*. Columbia University Press.
- San, E. (2023). *Cet exécration corps : dissection de la grossophobie internalisée*. Remue-Ménage.
- Scharff, C. (2024). Feminist Activists Discuss Practices of Monetisation: Digital Feminist Activism, Neoliberalism and Subjectivity. *European Journal of Cultural Studies*, 27(3), 408-423. <https://doi.org/10.1177/13675494231188224>
- Schuster, J. (2013). Invisible Feminists? Social Media and Young Women's Political Participation. *Political Science*, 65(1), 8-24. <https://doi.org/10.1177/0032318713486474>
- Schuster, J. (2017). Why the Personal Remained Political: Comparing Second and Third Wave Perspectives on Everyday Feminism. *Social Movement Studies*, 16(6), 647-659. <https://doi.org/10.1080/14742837.2017.1285223>
- Schuster, J. (2022). *Neoliberalism and its Impact on the Women's Movement in Aotearoa-New Zealand: Where Have All the Feminists Gone?* Palgrave Macmillan.
- Scott, J. C. (2000). *Weapons of the Weak: Everyday Forms of Peasant Resistance*. Yale University Press.
- Sénac, R. (2021). *Radicales et fluides : les mobilisations contemporaines*. Presses de Sciences Po.
- Simard, V. (2023, 13 mars). Eli San: La rage au corps. *La Presse*, Société. <https://www.lapresse.ca/societe/2023-03-13/eli-san/la-rage-au-corps.php>
- Shaw, F. (2012). The Politics of Blogs: Theories of Discursive Activism Online. *Media International Australia*, 142(1), 41-49. <https://doi.org/10.1177/1329878X1214200106>
- Sprague, J. (2016). *Feminist Methodologies for Critical Researchers: Bridging Differences* (Second edition). Rowman & Littlefield.
- Steen, E., Yurechko, K. et Klug, D. (2023). You Can (Not) Say What You Want: Using Algospeak to Contest and Evade Algorithmic Content Moderation on TikTok. *Social Media + Society*, 9(3), 1-17. <https://doi.org/10.1177/20563051231194586>
- Substack. (s. d.). *Substack - A New Economic Engine for Culture*. Récupéré le 25 février 2025 de <https://substack.com/about-i>
- Szczepanik, G. (2013). *La mobilisation de la notion de choix dans les discours et débats féministes contemporains : une analyse de blogues féministes* [Thèse, Université du Québec à Montréal].

- Taylor, D. B. (2021, 5 novembre). George Floyd Protests: A Timeline. *The New York Times*, U.S. <https://www.nytimes.com/article/george-floyd-protests-timeline.html>
- Thelandersson, F. (2023). *21st Century Media and Female Mental Health: Profitable Vulnerability and Sad Girl Culture* (1st ed.). Palgrave Macmillan.
- Theocharis, Y. et van Deth, J. W. (2018). The Continuous Expansion of Citizen Participation: A New Taxonomy. *European Political Science Review*, 10(1), 139-163. <https://doi.org/10.1017/S1755773916000230>
- Thomas, J. (2020, 18 septembre). Quand Amazon voulait recruter des « analystes en renseignements » pour éviter la syndicalisation. https://www.lemonde.fr/emploi/article/2020/09/18/quand-amazon-recrutait-des-analystes-en-renseignements-pour-eviter-la-syndicalisation_6052669_1698637.html
- Tisseron, S. (2011). Intimité et extimité. *Communications*, 88(1), 83-91. <https://doi.org/10.3917/commu.088.0083>
- Valverde, M. (1989). L'hétérosexualité : un territoire contesté. Dans *Sexe, pouvoir et plaisir* (p. 53-84). Éditions du Remue-ménage.
- van Deth, J. W. (2014). A Conceptual Map of Political Participation. *Acta Politica*, 49(3), 349-367. <https://doi.org/10.1057/ap.2014.6>
- Weil, A. (2017). Vers un militantisme virtuel ? Pratiques et engagement féministe sur Internet. *Nouvelles Questions Féministes*, 36(2), 66-84. <https://doi.org/10.3917/nqf.362.0066>
- Yates, L. (2015). Everyday Politics, Social Practices and Movement Networks: Daily Life in Barcelona's Social Centres. *The British Journal of Sociology*, 66(2), 236-258. <https://doi.org/10.1111/1468-4446.12101>
- Young, S. (1997). *Changing the Wor(l)d: Discourse, Politics, and the Feminist Movement*. New York : Routledge.