

Regard des autres

## **Nos vies sous Instagram : ce nouveau contrôle social que nous nous infligeons après avoir envoyé valdinguer tous ceux qui existaient avant**

Un jeune couple en lune de miel a raconté au New York Times comment leur voyage a été hanté par l'obsession incessante d'obtenir le cliché parfait à poster sur Instagram. Le but d'une telle quête : montrer qu'on a une vie réussie à son entourage. Peut-on voir cette obsession comme une nouvelle contrainte sociale ?

Avec [Dominique Desjeux](#), [Michel Fize](#), [Jean-Paul Mialet](#)

**Atlantico.fr : Comment expliquer le grand écart qui sépare une société majoritairement paysanne en 1945, dans laquelle les valeurs portées à ne pas exposer sa vie privée de celle que nous connaissons où l'injonction du partage de sa vie privée sur les réseaux sociaux devient même oppressante ?**

**Dominique Desjeux :** Dans toutes les sociétés, j'ai pu observer, comme anthropologue, qu'il y avait des objets, des parties du corps ou des moments de la vie que l'on montrait ou que l'on cachait, ou encore d'autres que l'on exposait pour les mettre en valeur.

Au XIXe siècle une femme de la bourgeoisie française ne devait pas sortir « en cheveux », c'est-à-dire sans chapeau, les bras nus et montrer la naissance de sa poitrine. En Chine, encore aujourd'hui, il est plutôt interdit socialement de laisser percevoir les seins, alors que des shorts très courts ne posent pas problème. Au milieu du XXe siècle, dans les grandes entreprises, on pouvait voir des immenses espaces de travail dans lesquels des dizaines voire des centaines de dactylos tapaient à la machine. Le travail était public. Petit à petit il est devenu privé avec le bureau. Aujourd'hui, les « open spaces » renouent avec la pratique du travail collectif et public dans un même espace. Dans les fermes des années 1950, je pense au film *Farbiquede* de Georges Rouquier de 1946, espace public et espace privé n'étaient pas vraiment distingués. Toute la vie quotidienne était organisée autour de la cheminée et de la table pour les repas, sans réelle frontière avec l'activité agricole et d'élevage. Dans certaines fermes, les vaches étaient élevées sous le logement et servaient de chauffages. À la même époque, on retrouve cette intégration du public et du privé dans les quartiers populaires urbains du nord de la France, par exemple.

La séparation entre le public et le privé n'est donc pas une catégorie naturelle.

**Michel Fize :** Cela me rappelle une anecdote personnelle. Récemment sur ma page Facebook j'annonçais la publication de mon livre et une personne s'est scandalisé de voir une publication commerciale rétorquant qu'elle préférerait que je lui parle de ma vie courante. Il y avait une sommation à se dévoiler. Cette anecdote couplée à l'histoire du NYT laisse penser à la théorie de Serge Tisseron qui parle du passage de l'Intimité à celle de l'Extimité. C.-à-d. l'entrée progressive de l'intimité sur la scène publique de la part des intéressés.

On a le sentiment qu'il n'y a pas beaucoup de choses qui ne doivent pas être mises sur la scène publique. Pour le comprendre il faut rappeler que notre société est faite d'individus-roi qui sont aussi -et c'est paradoxal- des individus anonymes qui crèvent de solitude et de manque de reconnaissance. En clair si vous n'êtes pas vu, vous n'existez pas. On comprend mieux alors l'émergence de cette nouvelle contrainte sociale.

**Jean-Paul Mialet :** Mon chat est dans le jardin ce matin d'été. Un oiseau chante, ses oreilles s'agitent. Il interrompt sa toilette et va se poster en rampant dans l'échancrure d'un buisson. Mon chat vit sa vie de chat.

Je suis à Roland Garros. Dans l'arène, la lutte est tendue et le public concentré : seul l'impact des balles troue le silence. Devant moi, un couple se retourne se prend en selfie, avec les joueurs en arrière plan.

Tout est dit : mon chat est acteur de sa vie et le demeure à chaque instant, mes voisins de tennis s'en écartent pour être spectateurs.

La raison ? Mon chat n'a pas le cerveau d'un être humain. Sa conscience de lui-même n'a pas la complexité de la nôtre ; il ne dispose pas de la représentation de soi. La représentation de soi, qu'autorise entre autres l'extrême développement de nos lobes frontaux, est une force : elle nous permet de nous abstraire d'une situation pour réfléchir sur nous-mêmes. Elle a aussi ses inconvénients : mon chat, par exemple, n'a pas d'angoisses existentielles.

Mais le pire inconvénient est sans doute de sombrer dans la représentation de soi, d'en faire une fin en soi et non un point d'appui pour mener sa vie.

Or cette merveilleuse complexité de notre organisation cérébrale qui nous permet de nous exprimer par la parole, sans nous limiter à quelques miaulements, et de disposer d'une représentation de soi nous a également poussé à assembler des collectivités aussi complexes que nous-mêmes. L'échange ne s'y fait pas que par la parole, mais aussi par des écrits et des objets de toutes sortes. Et comme l'être humain ne se nourrit pas que de souris, il lui faut pour vivre trouver de l'argent, une abstraction intelligente qu'il a inventé pour remplacer des transactions concrètes.

Dans ces cinquante dernières années, des moyens nouveaux sont apparus qui permettent d'échanger des images. Or l'être humain est friand d'image qui captent sans trop d'effort son attention et le font rêver. La société toute entière s'est mise au service de son goût pour les images en lui dévoilant le monde – et aussi l'intimité de tous - sans quitter son canapé. L'être humain est curieux de nature, mais il manifeste un appétit tout particulier pour l'intimité des autres. Bref, les moyens techniques nouveaux ont permis de faire rentrer chacun dans l'immense spectacle du monde. L'ensemble des médias y a participé en chœur.

L'ennui, c'est que cette familiarité avec le monde comme spectacle (un spectacle qui se vend toujours bien) déforme l'esprit qui devient de plus en plus spectateur de la vie... et même de sa propre vie. D'autant que l'individu s'est trouvé, avec les tablettes et les smartphone, en position d'être l'acteur de son propre spectacle... perversité suprême !

Car, quelle vie pour ceux qui s'identifient à un spectacle et veulent s'offrir en spectacle aux autres ?

Les joueurs de tennis jouent ; ils ont un Je – une identité - qui s'exprime dans leur jeu. Même s'ils ont besoin de spectateurs pour donner leur mesure, ils ne pensent pas - en situation - au regard du public. Il peut leur arriver de « faire du spectacle », mais avant tout, ils se livrent à leur jeu et il leur a fallu d'innombrables heures d'entraînement solitaire pour parvenir à ce niveau de champion. C'est cela leur intériorité à eux, cette intériorité qui nous touche : en retour des émotions que nous offre leur jeu d'exception, peaufiné par des années de labeur, nous leurs offrons nos applaudissements.

Mais voilà : comment développer une intériorité dans ce monde d'images, et jouir d'un partage d'intériorité et non plus d'un échange d'image ?

Le bonheur auquel vous faites allusion et auquel notre société aspire tant n'est-il pas d'ailleurs qu'une image ? Une image un peu naïve (les joueurs de tennis qui s'entraînent comme des forcenés sont-ils « heureux » ?) dont le besoin se fait d'autant plus ressentir qu'au fond, gavés d'images et privés de la profondeur de la vraie rencontre – et même éloignés de la rencontre avec nous-mêmes - nous nous sentons isolés et malheureux ?

**Pourquoi le refus des contraintes d'antan, considérées comme contraignantes, ont-elles malgré tout entraîné la création de nouvelles contraintes elle aussi jugée oppressante ?**

**Dominique Desjeux :** Quand on observe l'évolution de la place de l'image, et notamment de la photo et du film depuis 50 ans, on constate que ce qui paraissait un interdit dans les années 1960, en termes d'exposition de la vie privée, est devenu une prescription, une obligation aujourd'hui. Pendant longtemps les photos montraient plutôt des personnages en costumes de premier communiant, en robe de mariée, en vêtement de deuil, c'est-à-dire correspondant à des événements exceptionnels. La vie quotidienne n'était pas absente des photos, mais ce n'était pas l'activité centrale des magasins de photos de centre-ville, par exemple.

En termes d'effets de génération, on voit bien que la plupart des nouvelles générations, celle qui a entre 20 et 30 ans, et en dessous, aujourd'hui, a été habituée dès le plus jeune âge à être photographiés, être filmés, à voir son intimité exposée dans les cercles familiaux et amicaux. Cela veut dire que les limites du privé ne sont plus les mêmes qu'il y a 50 ans. Cela ne veut pas dire qu'il n'y a plus de code, bien au contraire. Les photos envoyées par Internet sont choisies en fonction de l'effet qu'elles auront sur le groupe de pairs. Des photos avec des grimaces ou des photos sur des moments où l'alcool coule à flots ne sont plus des interdits. Le nu reste encore un interdit, ce qui ne veut pas dire qu'il n'y a pas de transgression.

Il faut juste rappeler qu'il n'y a pas de société sans contrôle social. Que la liberté totale n'existe jamais sauf dans l'imaginaire. La norme individualiste est paradoxalement une norme sociale, collective, extrêmement contraignante pour l'individu. Les sociétés ne sont pas individualistes en pratique, elles ne le sont qu'en valeur c'est-à-dire dans le monde de ce qui paraît souhaitable. Les sociétés chinoises sont peu individualistes en valeur comparée aux sociétés occidentales. Cependant dans ces deux sociétés le contrôle social par les technologies est tout aussi puissant. Ce qui varie, et ce n'est pas négligeable, c'est que ce contrôle social technologique est en partie régulé par des institutions démocratiques dans les pays occidentaux.

**Michel Fize :** Nous sommes dans des sociétés très différentes. Les contraintes sociales, les valeurs ne sont plus les mêmes. Il y avait une vraie distinction entre la sphère privée et la sphère publique. Tout s'est publicisé aujourd'hui. L'émergence des réseaux sociaux a aggravé le problème et ont contribué à faire évoluer la société d'une société bienveillante vers une société malveillante.

Nous sommes dans une dictature de la reconnaissance aujourd'hui et cela n'épargne pas la sphère politique évidemment.

**Jean-Paul Mialet :** La validation par autrui intervient dès les premières années – le regard de nos parents accompagne nos premiers pas dans la vie - et si nous nous en émancipons, nous ne lui échappons jamais entièrement. Que nous le voulions ou non, l'enfer, c'est peut-être les autres, mais sans les autres, c'est l'enfer ! Il y a toujours au fond de nous cette ambiguïté qui tend à faire des autres nos maîtres et voudrait, pour nous protéger, nous assurer la maîtrise des autres. L'identité est ainsi le chemin de cette construction jamais achevée de soi-même qui ne doit ni oublier autrui, ni se noyer dans autrui – un chemin de crête qui nécessite un profond ancrage intérieur pour ne pas verser dans l'un ou l'autre de ces abîmes. Or, où est, dans un monde d'image, cet ancrage intérieur ?

Dans ce nouveau monde, que constate-t-on ? Chacun se montre fasciné par l'image des autres, auquel il tente, par contrecoup, d'imposer sa propre image. Ces tatouages à la mode aujourd'hui n'en seraient-ils d'ailleurs pas une belle illustration ? Ne déclarent-ils pas : « Je t'assène mon image, l'image que j'ai choisie et fait dessiner à la surface de moi-même ». Forme ultime de l'expression identitaire : soi-même est devenu une surface... Et l'identité une lutte de surface dans laquelle l'expression de soi par le langage, la pensée, le travail intérieur – le travail de l'ombre - a de moins en moins sa place.

## **Quels sont les mécanismes sociaux qui accélèrent aujourd'hui cet Instagramisation du monde ?**

**Dominique Desjeux :** Tous ces exemples montrent que la distinction entre public et privé, entre ce qui est montré de l'intime ou ce qui en est caché, varie en fonction de l'histoire, des diversités culturelles à travers le monde, des effets de génération, de classes sociales, de genre hétéro ou homo ou de cycle de vie.

Les frontières en sont mouvantes. Elles sont sans cesse reconstituées en fonction des technologies de la mise en scène de soi. Elles varient suivant les époques, avec la peinture et l'autoportrait à partir du XIV<sup>e</sup> siècle en Europe, la photo au XIX<sup>e</sup> siècle, les technologies digitales depuis la fin du XX<sup>e</sup> siècle.

L'autoportrait était exceptionnel. La photo était réservée à certaines occasions, voire à certains personnages, même si depuis 150 ans certains photographes, comme Charles Marville (1813-1879), Eugène Atget (1857-1927), Robert Doisneau (1912-1994) Raymond Depardon (1942) nous ont permis de pénétrer dans l'intimité des espaces domestiques populaires, agricoles ou bourgeois. Il y a 20 ans en Chine il y avait très peu de photos dans les logements. Il n'était pas habituel d'exposer sa vie intime et encore moins son émotion en public. Aujourd'hui en Chine comme en France, au Brésil comme aux États-Unis, les photos sont omniprésentes. [Le « selfie »](#), une combinaison de technologies digitales fait de réseaux

sociaux numériques, de téléphone mobile et d'applications numérique comme Instagram ou snapshot en est une des pratiques les plus représentatives. On est passé de l'image de soi hors du temps à la photo instantanée, de la durée à l'éphémère.

Par rapport aux étapes du cycle de vie, Serge Tisseron a montré en 2002 l'importance qu'avait l'exposition de l'intimité, ce qu'il appelle « l'extimité », dans la construction identitaire au moment de l'adolescence. Exposer son intimité permet de se confronter aux autres et par là de construire son identité. Les nouvelles technologies digitales ont favorisé l'expression de la vie privée propre à l'adolescence tout en l'élargissant aux autres cycles de la vie adulte. Cet élargissement s'explique pour une part avec une autre évolution, celle du rapport à l'émotion. Les sociétés occidentales acceptent aujourd'hui plus facilement que l'on exprime ses émotions en public, c'est-à-dire son intimité.

Mais cette injonction à exprimer son intimité, sa vie privée, conduit à une « tyrannie de l'intimité », comme l'écrivait Richard Sennett en 1995. Cette nouvelle contrainte sociale est le signe de l'entrée dans une société qui valorise de plus en plus le narcissisme, comme l'avait montré Christopher Lash en 1979. Le marketing publicitaire qui prend son essor à partir des années 1980 participe de cette « émotionnalisation » de la vie publique. Une des conséquences inattendues de la libération de l'émotion est qu'elle favorise la montée des leaders politiques populistes, de droite et de gauche, dont le charisme s'appuie principalement sur la peur, la dénonciation émotionnelle du « système » et de façon significative le sentiment d'être invisible.

Cela veut dire qu'un des grands moteurs de « l'Instagramisation » de la société tient à la montée d'une nouvelle norme sociale qui valorise l'individu, le « c'est mon droit », l'instant présent, l'instantanéité, l'écoute de soi, ce qui en soi ne pose pas problème, sauf si cela empêche de prendre en compte les dimensions collectives, les contraintes sociales, économiques et institutionnelles qui fondent toute vie en société.

**Jean-Paul Mialet :** Je crois avoir déjà largement répondu à cette question dans mes deux développements précédents. L'« instagramisation » du monde est un aboutissement de la spectacularisation de notre existence, qui ne se conçoit que dans une mise en image. Elle nous enferme dans un rapport collectif à l'image devenu totalitaire, obsédant, qui nous arrache à la profondeur des rapports avec nous-mêmes et notre monde. Ce monde est un monde consternant d'image sans ombre qui ne peut être qu'uniforme puisque le singulier ne se vit que dans la profondeur d'un dialogue intérieur. Vous parlez de mimétisme : je parlerai plutôt d'étourdissement. Et cet étourdissement qui nous distrait si fortement en un premier temps mène aussi à l'ennui et au malaise puisqu'une véritable expression de soi n'y a jamais sa place. L'agitation de surface ne suffit pas à combler notre aspiration à vivre : il lui manque un sens que nous sommes seuls à pouvoir donner.