

# Miroir des réseaux, que dis-tu sur moi?

La récente étude JAMES indique que «89% des jeunes ont un profil en ligne» et que «78% se rendent sur les réseaux sociaux tous les jours». De plus, le désir d'obtenir des *likes* pour leurs *selfies* est particulièrement marqué chez les filles. Les garçons y sont aussi sensibles.

Eva Saro et équipe, fondation images et société

fondation images et société

Lors d'un atelier «Star retouchée» organisé durant un camp d'hiver en montagne, trois garçons ne parvenaient pas à se concentrer sur la séance de portraits entre camarades. C'est pourtant un moment qui les absorbe d'habitude encore davantage que la partie «retouche selon les codes du masculin et du féminin des médias». La classe a commencé à les taquiner, tout en m'expliquant que ce trio ne pouvait plus vivre sans vérifier à tout moment le nombre de *like* récoltés par les images d'eux qu'ils avaient postées.

Pro Juventute témoigne que «l'estime de soi et l'apparence sont des thèmes importants lors des consultations de jeunes» qui téléphonent plusieurs fois par jour au 147 à ce sujet. Par ailleurs, une de leurs enquêtes représentatives «confirme que les images de corps parfaits véhiculées (par les médias) exercent une forte pression psychologique, qui peut être accentuée par les médias sociaux». Or, «52% des jeunes indiquent qu'ils se comparent sur Facebook, 41% sur internet en général, 37% sur Instagram et seulement 28% à la télévision, 20% dans les magazines, 12% dans les journaux».

Selon quels codes nous mettons-nous le plus souvent en scène? Dans nos ateliers, le constat se répète depuis de nombreuses années. Malgré nos invites à créer des portraits autant souriants que sérieux, en variant l'angle de l'appareil photo, les garçons se photographient souvent en contre-plongée – avec des attitudes imposantes –, les filles essaient volontiers la plongée avec un air tout gentil. Bien sûr, chacun déclare ne pas être influencé par les modèles des médias...

Portrait, autoportrait ou *selfie*, quels sont les enjeux pour nous? L'artiste qui s'implique dans un autoportrait – peint ou photographié – interroge son enveloppe charnelle, son devenir. L'introspection prend place dans un processus de dialogue entre intérieur et extérieur, entre visible et invisible. Le résultat peut être torturé. Les *selfies* participent davantage d'une façon de (se) rappeler qu'on y était. On fige un instant comme pour prolonger un présent que nous peinons à vivre sur le moment, et nous cherchons à multiplier l'expérience furtive, en partageant la preuve par l'image.



Le «réflexe *selfie*» nous pousse parfois à nous photographier même lors d'un enterrement, dans l'intimité, ou quand nous nous trouvons témoin d'une agression ou d'un accident. Nous cherchons sans doute aussi à apprivoiser ce regard extérieur sur nous-mêmes.

L'historien d'art John Berger tout comme le sociologue Erving Goffman rappellent, chacun à sa façon, que le plus souvent, les hommes regardent et les femmes (se) voient à travers le regard des hommes qu'elles ont intériorisé. Toutefois, entourés de miroirs et de *smartphones*, nous sommes de plus en plus nombreux à dépendre du regard des autres au point de nous voir avec un regard aliéné. C'est ainsi que nous perdons le contact avec notre être pour nous focaliser sur le paraître. Se vivre de l'intérieur est pourtant essentiel et se

comparer constamment à des modèles médias impossibles – ou à des collègues mis en scène – nuit gravement à notre santé, en troublant l'estime et l'image de soi.

En novembre dernier, une jeune blogueuse australienne a secoué les réseaux sociaux en racontant l'envers du décor de ses *selfies* «parfaits». Sa démarche dénonce la superficialité et la malhonnêteté des clichés mis en ligne par les «stars du net», qui ne correspondent pas à ce qu'elle appelle «la vraie vie». Outre la mise en scène des photos et le parrainage par les marques, elle explique le mal-être qu'elle ressentait à être «accro aux

réseaux sociaux, à l'approbation des autres, aux statuts, et à son apparence physique».

«Le respect dans un monde numérique» est la thématique de la Semaine des médias qui se tient du 7 au 11 mars 2016. L'occasion pour les élèves de différents âges d'interroger leurs pratiques en matière de *selfie* ou d'avatar. Au-delà de la dimension jouissive de la mascarade, comment nous mettons-nous en scène et selon quels canons esthétiques intériorisés? Jusqu'où aller au quotidien? Se modifier constamment pour ressembler à une célébrité ou se tourner vers des soins qui révèlent le meilleur de soi? •

### Sources

Dessin tiré de <http://vidberg.blog.lemonde.fr/2010/03/12/facebook-a-lecole/>

«A 19 ans, ce mannequin dévoile la vérité cachée derrière ses photos *Instagram*», *Nouvel Obs*, 3.11.2015

Un test pour l'estime de soi: [www.ciao.ch/f/estime\\_de\\_soi/infos/21b6a0f0bb4011df90eadfa10c9bb08cb08c/5-2-apprendre\\_a\\_s-accepter/](http://www.ciao.ch/f/estime_de_soi/infos/21b6a0f0bb4011df90eadfa10c9bb08cb08c/5-2-apprendre_a_s-accepter/)

Deux fiches pour la Semaine des médias avec les études citées dans cet article: [www.e-media.ch/documents/showFile.asp?ID=7714](http://www.e-media.ch/documents/showFile.asp?ID=7714) pour la fiche destinée au primaire et [www.e-media.ch/documents/showFile.asp?ID=7715](http://www.e-media.ch/documents/showFile.asp?ID=7715) pour le CO et PO (rev. formulation)

**La fondation images et société** organise des ateliers de décod'image en soutien aux objectifs du PER, en particulier dans les domaines MITIC, FG, CT. Le but est de multiplier les éclairages sur les images médias pour mieux cerner leur impact sur nous à tout âge et renforcer notre espace de choix. Des personnes de l'éducation et de la santé peuvent également être formées à notre approche. Voir [www.imagesetsociete.org](http://www.imagesetsociete.org)