



RÉSEAUX SOCIAUX : INSTAGRAM

De quoi s'agit-il ?

Instagram est un **outil numérique** qui sert principalement de réseau social visuel. Il permet aux utilisateurs de poster des photos et de courtes vidéos et d'y appliquer des effets, mais également d'interagir avec les publications d'autres personnes par le biais de commentaires et de *likes*. Les utilisateurs d'Instagram peuvent choisir d'avoir un profil privé, et donc d'être visibles uniquement par les personnes qui les suivent et qu'ils ont acceptées, ou public, c'est-à-dire visible par le monde entier. En raison de l'augmentation de l'utilisation des téléphones portables chez les jeunes, Instagram a dépassé Facebook en tant qu'application la plus utilisée par ces derniers.



Comment cela peut-il influencer la santé sexuelle et reproductive des jeunes ?

L'utilisation d'Instagram comme source d'information en matière de santé sexuelle et reproductive peut présenter des avantages et des inconvénients. Voici quelques points à prendre en compte :

- Accès à l'information

Instagram est une plateforme accessible aux adolescents qui leur permet d'obtenir des informations en ce qui concerne la santé sexuelle et reproductive. La plateforme est gratuite, facile à utiliser et est utilisée par leurs pairs, dont la demande pour ce type de contenu augmente. Ils peuvent suivre des comptes d'experts en la matière qui fournissent des contenus éducatifs et fondés sur des données probantes.

- Sensibilisation

Grâce à des publications, des *stories* et des campagnes qui sont partagées d'un simple clic et diffusées facilement, jamais auparavant un réseau social n'avait permis d'attirer plus facilement l'attention sur l'importance de l'éducation à la santé sexuelle et reproductive pour la santé et le bien-être des adolescents.

- Espace sûr pour les questions et les préoccupations

Certains comptes et organisations offrent la possibilité aux utilisateurs d'envoyer des messages directs ou de poser des questions dans les commentaires, ce qui fournit ainsi aux adolescents un espace sûr pour exprimer leurs préoccupations et recevoir des conseils personnalisés en temps réel.



Par ailleurs, cet outil peut présenter des inconvénients :

- Informations erronées et non contextualisées

Certaines publications peuvent propager des mythes ou des conseils non étayés par des preuves scientifiques, car Instagram ne dispose pas d'un mécanisme étendu de vérification des faits. L'espace pour fournir des informations et discuter de sujets est limité, car les publications sont souvent courtes et peuvent donc manquer de détails importants. Cela peut conduire à une compréhension superficielle et incomplète des sujets.

- Absence de protection de la vie privée et exposition à des risques

En participant à des discussions publiques sur Instagram, les adolescents peuvent avoir l'impression que leur vie privée est compromise. En outre, ils peuvent recevoir des commentaires ou des messages non désirés, ainsi que des menaces en ce qui concerne leurs données personnelles, ce qui peut les mettre mal à l'aise ou les angoisser.

- Réalité déformée

Instagram offre aux utilisateurs la possibilité d'utiliser des filtres sur leurs photos pour modifier leurs caractéristiques physiques. En retouchant les images, ils perdent la conscience de leur corps. Le fait de suivre un standard de beauté irréaliste, surtout à l'adolescence, pourrait déclencher des états de dépression et d'anxiété. De plus, la plupart des photos publiées par les influenceurs et les mannequins sont retouchées, ce qui favorise cette distorsion de la réalité.



Comment soutenir les jeunes ?

- Promouvez des profils d'experts que les jeunes peuvent suivre, comme celui de la sexologue Emily L. Depasse (Instagram : Sexeducation) et du Dr Laura McGuire (Instagram : drlauramcguire), qui proposent des modèles de conversations difficiles et offrent des conseils professionnels sur la santé sexuelle et reproductive ;
- Dites aux jeunes de régler les paramètres de leur compte sur « privé », ce qui leur permet de surveiller les utilisateurs qui veulent accéder à leur compte et d'en limiter l'accès. De cette manière, ils peuvent choisir qui voit leurs activités. Ils peuvent ainsi se protéger contre tout vol de contenu et éviter que leurs images et leurs vidéos soient réutilisées.

Phénomènes/outils numériques connexes :

Voir les fiches :

- Réseaux sociaux : YouTube ;
- Cyberharcèlement : Cyberprédation ;
- Dépendance à Internet.



Pour en savoir plus :

- Calvo González, Soraya, and Mónica Parente Fernández. “Educando en igualdad. Instagram como herramienta didáctica para formar en educación sexual a profesionales de la educación.” In *Tecnologías emergentes y estilos de aprendizaje para la enseñanza*, 2020, ISBN 978-84-09-16847-7, págs. 68-78, 68–78. Junta de Andalucía, 2020.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7408970>.
- Sciberras, Ruby, and Claire Tanner. “‘Sex Is so Much More than Penis in Vagina’: Sex Education, Pleasure and Ethical Erotics on Instagram.” *Sex Education*, April 17, 2023, 1–14.
<https://doi.org/10.1080/14681811.2023.2199976>.

