

L'éducation sexuelle sur les réseaux sociaux, entre avantages, risques et dérives

• Eloïse Malcourant • Chargée de missions Sofélia •

Aujourd'hui, Internet et les réseaux sociaux occupent une place importante dans le quotidien de nombreuses·eux jeunes. Près de 60 % des 12 - 19 ans utilisent Instagram et TikTok pour s'informer¹, notamment sur des sujets en lien avec la vie relationnelle, affective et sexuelle (VRAS). Les réseaux sociaux donnent ainsi accès à tout moment à une multitude d'informations permettant de partir à la découverte et à la connaissance de soi : relations, consentement, valeurs, orientation sexuelle, identité de genre, corps, santé reproductive et sexuelle, etc. L'éducation sexuelle à travers les réseaux sociaux présente, d'une part des avantages et, d'autre part, des risques et des dérives. On fait le point.

Entre prise de parole nécessaire et manque de régulation et de vérification des données

Sur des plateformes en ligne consultées par de nombreuses·eux jeunes comme TikTok, Instagram ou encore YouTube, on retrouve des influenceuses·eurs produisant des contenus en lien avec la vie relationnelle, affective et sexuelle (VRAS)². Ces individus sont soit des professionnel·le·s reconnu·e·s dans leur domaine comme des sexologues, des gynécologues ou des psychothérapeutes, soit elles·ils parlent depuis leur expérience personnelle sans formation spécifique. Internet et les réseaux sociaux donnent donc accès à une multiplicité de voix, d'expériences et de vécus comme rarement auparavant. D'une part, cette diversité de vécus permet à chacun·e de se reconnaître et d'appartenir à un groupe. D'autre part, sur les réseaux sociaux les informations ne sont pas systématiquement vérifiées, ce qui complique la tâche des internautes de différencier le vrai du faux. La (quasi) absence de régulation ou l'influence commerciale via des partenariats rémunérés nous poussent à rester critiques et prudent·e·s.

Pour les jeunes, développer des compétences en pensée critique pour pouvoir discerner les sources fiables et naviguer prudemment dans ces espaces en ligne constitue un enjeu essentiel. Il existe des personnes-ressources comme, par exemple, les Centres de Planning familial³ spécialistes en matière de VRAS, qui peuvent accompagner les jeunes et répondre à leurs questions et leurs inquiétudes sur ces sujets.

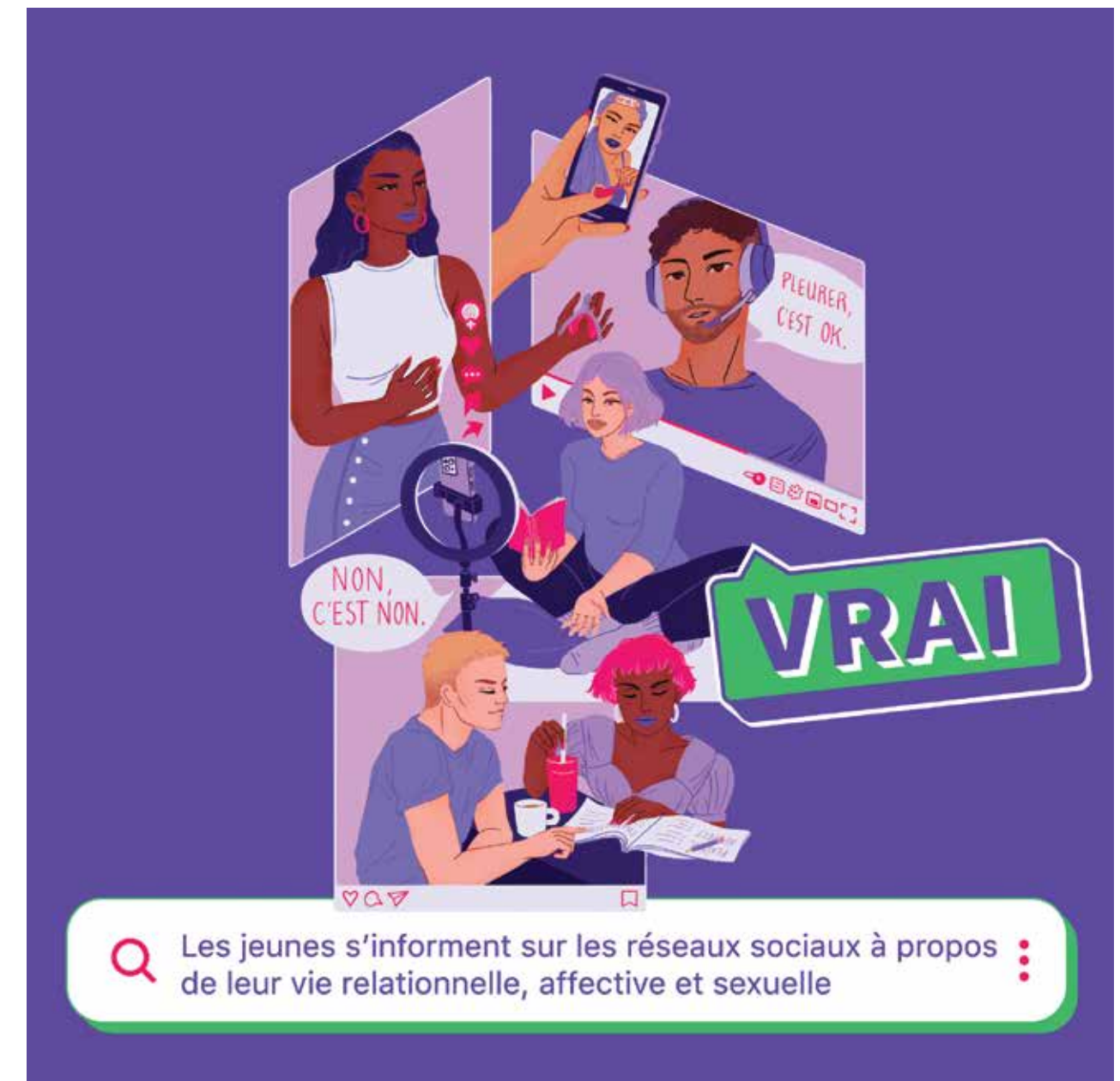
Les intelligences artificielles (IA) génératives, une nouvelle forme de violence sexiste en ligne⁴

Les IA génératives permettent à n'importe qui de produire des contenus de façon autonome⁵. Elles sont très accessibles, parfois même gratuites. Ces outils constituent pour certain·e·s une véritable révolution en matière de création de contenus. Cependant, ils peuvent aussi être utilisés de manière malveillante en répandant de fausses informations et de fausses images. À ce sujet, l'exemple des *deepfakes* est très parlant. Il s'agit de « la création d'images ou de vidéos réalistes, mais complètement truquées, d'une personne » grâce à l'IA⁶.

1 jeune sur 5 a déjà vu un *deepfake*, principalement sur les réseaux sociaux⁷. 98 % des *deepfakes* sont utilisés dans le cadre d'image à caractère sexuel et 99 % des personnes représentées sont des femmes⁸. Le sexisme de notre société patriarcale se reflète donc aussi dans l'usage de ces nouvelles technologies. Informer les jeunes de l'existence de ces *deepfakes*, via notamment les animations EVRAS, leur permettra de prendre conscience de l'ampleur du phénomène et de les accompagner à mieux lutter contre.

Face à ces images truquées, certain·e·s peuvent changer leurs pratiques sur Internet comme changer de pseudo, fermer leurs comptes, s'autocensurer, etc. Or, rappelons qu'avoir accès à l'espace public numérique est un droit fondamental. L'espace public numérique doit rester un lieu d'expression et d'émancipation⁹!

- 1 Chiffres issus de l'enquête belge #Génération2024 : L'enquête — Generation 2024
- 2 Pour en savoir plus : <https://tinyurl.com/2uyw8adt>.
- 3 Pour les coordonnées de tous les Centres de Planning familial situés à Bruxelles et en Wallonie : www.monplanningfamilial.be
- 4 Pour plus d'informations sur le sujet, consultez le projet de Sofélia « Relations, Sexualités, Identités : Décodons l'EVRAS à l'heure du numérique », 2024, Relations, sexualités, identités : <https://tinyurl.com/4n3d5ubz>.
- 5 GRANDE ÉCOLE DU NUMÉRIQUE, « Qu'est-ce que l'IA (Intelligence Artificielle) générative ? », <https://tinyurl.com/2cn4rcnh>.
- 6 GIACOMETTI Mona et al., Les deepnudes parmi les jeunes belges : les chiffres, le marché, l'impact, IEFH, Bruxelles, 2024, p.11, <https://tinyurl.com/y5tv4aed>.
- 7 Ibid.
- 8 Ibid.
- 9 Sofélia, Guide pratique contre le harcèlement sexiste en ligne, 2020, <https://www.sofelia.be/product/guide-pratique-contre-le-harcèlement-sexiste-en-ligne/>



Les jeunes s'informent sur les réseaux sociaux à propos de leur vie relationnelle, affective et sexuelle