

DOSSIER  
Pédagogique

# Body Shaming et Médias

I ❤️ YOU

Hi!!!



LUV YOU! 😍❤️

Wow! 😲

😲😲

#diversitY.X  
#crTAtivitY.X

*Autrice :*

**Adrienne Thiéry**

*Chargée de projet Education aux médias*

*Illustratrice (couverture/ mise en page):*

**Lynda Melayah**

*Chargée de projet numérique*

*Avec la participation de :*

**Alyssia Ricci**

*Chargée de projet numérique*



# Sommaire

<i>Définitions</i>	<u>4</u>
<i>En guise de préambule</i>	<u>5</u>
<i>Analyse d'un cas médiatique de body shaming</i>	<u>7</u>
<i>Comprendre le parcours stéréotype =&gt; Préjugé =&gt; Discrimination</i>	<u>8</u>
<i>Évolution des Standards de Beauté</i>	<u>9</u>
<i>Modèles et diktats d'aujourd'hui</i>	<u>23</u>
<i>Les hashtags problématiques et le paradoxe Instagram</i>	<u>29</u>
<i>Tiktok, le bodychecking et l'algorithme de Beauté</i>	<u>36</u>
<i>Les risques des injonctions sur la santé physique et mentale</i>	<u>38</u>
<i>L'injonction au sourire</i>	<u>40</u>
<i>Les critères de Beauté à l'Ère de l'Intelligence Artificielle</i>	<u>42</u>
<i>Bibliographie</i>	<u>46</u>

# Définitions

## **Body shaming :**

« Le body shaming est l'attitude qui consiste à se moquer, à critiquer quelqu'un sur son physique, sur l'apparence de son corps. Quand elle est pratiquée de manière répétée, ou amplifiée (par plusieurs personnes, par exemple via les réseaux sociaux), cette attitude est une forme de harcèlement ». ([Orthodidacte.com](http://Orthodidacte.com))

## **Dysmorphophobie :**

«La dysmorphophobie, dysmorphobie ou trouble dysmorphique corporel (TDC) (*BDD, Body dysmorphia disorder en anglais*) est un trouble mental caractérisé par une idée obsessionnelle qu'une partie de son corps, voire son corps au complet, est rempli de défauts. La personne utilise donc des moyens extrêmes afin de cacher ou d'améliorer ces défauts ». ([Wikipédia](https://fr.wikipedia.org/wiki/Dysmorphophobie))

**Diktat (injonction) :** « (Par extension) (Sens figuré) Pression psychologique insidieuse qui s'impose du fait de l'évolution des modes de vie ». ([Wiktionnaire](https://fr.wiktionnaire.org/wiki/diktat))

**Distorsion de la réalité :** Déséquilibre, manque d'harmonie entre deux ou plusieurs choses. ([Larousse.fr](https://www.larousse.fr))

**Grossophobie :** Selon [le Larousse](https://www.larousse.fr), il s'agit d'une « Attitude hostile, moqueuse et/ou méprisante, voire discriminatoire, envers les personnes obèses ou en surpoids ».

## En guise de préambule

# Ces 6 personnes publiques ont été ou sont victimes de body shaming

Quel est le point commun entre ces différentes personnalités ?



Mathilde

chanteuse



Anna BIOLAY

actrice



Ariana GRANDE

chanteuse / comédienne



Selena GOMEZ

chanteuse / comédienne



Jason MOMOA

acteur



Léna SITUATIONS

youtubeuse

**Réponse :** Ces personnalités ont été victimes de « body shaming » sur les réseaux sociaux :

- 1° La chanteuse engagée MATHILDE reçoit tous les jours des commentaires grossophobes et fait l'objet d'insultes et moqueries dans un groupe Facebook de « Neurchis » (v. [chapitre sexisme](#)) consacré à sa personne,
- 2° L'actrice ANNA BIOLAY, fille de Benjamin Biolay et Chiara Mastroianni, a reçu des attaques sur son physique au Festival de Cannes (et des commentaires sur le fait que sa réussite ne soit due qu'à son statut de « NepoBaby » (fille de star)),
- 3° La chanteuse et comédienne ARIANA GRANDE a été victime de body shaming suite à des photos où les internautes la trouvaient maigre et pâle et s'inquiétaient pour sa santé,
- 4° La chanteuse SELENA GOMEZ a été victime de grossophobie suite à une prise de poids,
- 5° L'acteur JASON MOMOA a reçu des commentaires grossophobes suite à la publication d'une photo de lui torse nu,
- 6° La YouTubeuse LENA SITUATIONS a été victime de grossophobie suite à sa montée des marches au Festival de Cannes.

### Sources :

- 1° [Voici](#)
- 2° [Marie Claire](#)
- 3° [Madmoizelle](#)
- 4° [Femina](#)
- 5° [Esquire](#)
- 6° [Biba Magazine](#)

À la vue de ces différents cas médiatiques de **body shaming**, on dirait que le phénomène n'épargne personne. Certes, nous avons vu dans le chapitre sur le sexisme que les femmes étaient particulièrement la cible de commentaires sur le physique, là où il viendrait moins à l'idée de commenter celui d'un homme. Les femmes sont davantage jugées sur ce qu'elles sont que sur ce qu'elles font. Il n'empêche, l'« **effet cockpit** » (que nous avons décrit en introduction de ce dossier) facilite des remarques grossophobes ou moqueuses. **Dans une société de l'image, l'espace commentaires devient un lieu propice où déverser des insultes, notamment sur le physique.**

**D'autre part, les réseaux sociaux répondent au besoin de validation sociale et le renforcent, particulièrement chez les adolescent-es.**

Les plateformes vont développer leur design addictif sur ce postulat. À grand renfort de notifications pour nous tenir au courant du moindre signe d'intérêt extérieur, elles nous poussent à évaluer notre degré de désirabilité dans les likes d'autrui.

« Au moment de la découverte de Facebook par le grand public, nombre de personnes ne comprenaient pas l'intérêt de cette plateforme. *Parler de soi? Raconter sa vie privée? Ses gestes du quotidien? Pourquoi? Qui cela intéresse?*

Cependant, plus le réseau social grandissait, moins ses utilisateur·ices se posaient de questions, assimilant les codes des réseaux sociaux de plus en plus naturellement. Des chercheur·euses se sont alors interrogé·es: *les réseaux sociaux rendent-ils narcissiques?* Et bien, il semblerait que **non**. Par contre, un **narcissisme latent - pas forcément pathologique ou mauvais en soi, d'ailleurs -** peut être révélé par les réseaux sociaux. Les comportements narcissiques ont toujours existé, il n'a pas fallu attendre l'avènement du smartphone pour cela - *qui n'a jamais calculé sa pose devant un polaroid ou un appareil photo numérique?* - mais les outils actuels sont particulièrement efficaces pour qui souhaite se mettre en scène.

Le design des smartphones et de leur panoplie d'applications ont tous été étudiés pour nous encourager à prendre et diffuser des photos. Si l'objectif pour ces plateformes est avant tout de nous y maintenir captif·ves, cela favorise forcément **une attitude narcissique**; filtres qui mettent en valeur, appareil photo placé sur le devant du téléphone, selfie stick: un véritable marché s'est construit autour de l'**autoportrait**. Leur particularité, c'est leur **facilité d'utilisation**. Le temps entre la prise d'image et son partage est extrêmement réduit. Les espaces de stockage gagnant également en volume, tout nous encourage à cliquer et cliquer encore sur le déclencheur de cet appareil photo connecté. Même le format du téléphone (*en mode vertical*) favorise la captation d'un portrait plutôt que d'un paysage, contrairement aux formats télé ou cinéma.

**Comme pour tout comportement lié aux technologies numériques, ce serait donc surtout le rôle des concepteur·rices qu'il faudrait pointer du doigt.** Les ados qui se prennent en selfie à tout bout de champ n'est qu'une conséquence logique de ces inventions. Et si iels le font un peu plus que les adultes, c'est du côté des neurosciences que l'on peut peut-être trouver une explication.

**Les réseaux sociaux semblent en effet créer des besoins de validation et d'appartenance à un groupe, pour y répondre ensuite. Or, ces phénomènes psychosociaux sont particulièrement présents chez les jeunes. Les plateformes matchent donc parfaitement avec un cerveau adolescent, en recherche d'identité ».**

(Source : le dossier pédagogique de **Tak-O-Tak**, réalisé par notre partenaire **UltraVagues**)

# Analyse

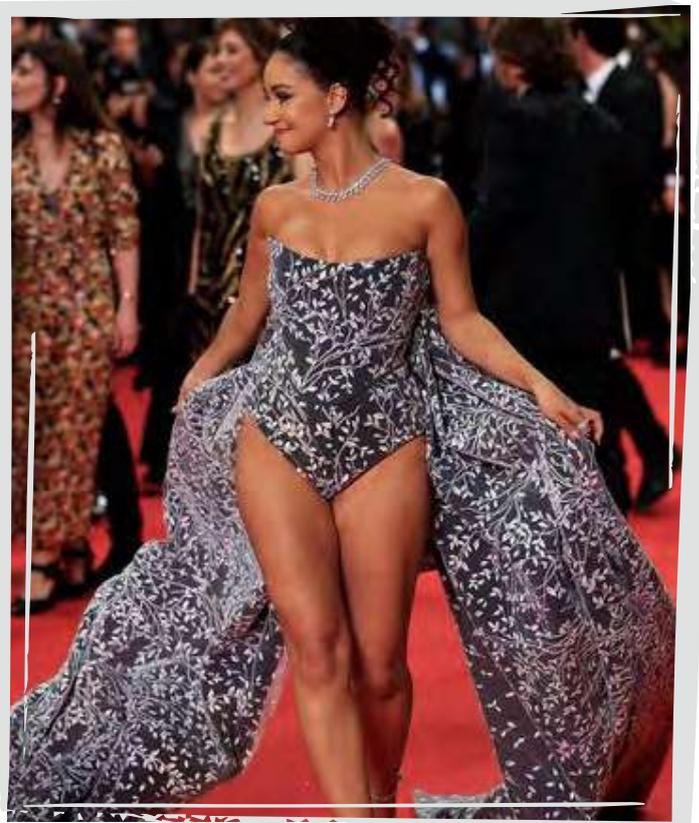
## d'un cas médiatique de body shaming

*L'influenceuse Léna Situations reçoit des remarques grossophobes suite à son apparition sur les marches du Festival de Cannes.*

*LE FAIT D'ACTUALITE : Il est présenté par l'article de la RTBF sur la grossophobie dont est victime Léna Situations : « [Léna Situations violemment critiquée pour sa tenue à Cannes, le culte de la minceur est toujours roi sur les réseaux sociaux](#) » (RTBF, 2023)*

Ce qui est interpellant dans ce cas, ce n'est pas uniquement la **grossophobie** qu'a subie Léna Situations. Si elle est regrettable et à dénoncer, elle met également en lumière un **nouveau type de discriminations**: alors que l'on va défendre des filles attaquées sur leurs quelques kilos en trop - soit le cas de Léna Situations, qui portait une robe qui mettait son récent surplus pondéral en lumière -, l'on défendra et visibilisera peu les personnes réellement obèses qui sont victimes tous les jours de grossophobie ordinaire.

Il s'agit d'un bon exemple de ce que nous appelons « le privilège mince ».



# Comprendre le parcours

stéréotype → Préjugé → Discrimination

Pour comprendre d'où vient le body shaming et la grossophobie dont a été victime Léna Situations sur les réseaux sociaux, il y a lieu de s'interroger sur le continuum allant du stéréotype à la discrimination. Il ne s'agit ici que d'hypothèses, que vous pouvez présenter aux jeunes afin de susciter la réflexion.

**Stéréotype** : Sur base essentialiste et hétéronormée, on pense que les femmes doivent être belles et (donc) minces (pour plaire à un homme),

**Préjugé** : On doit être mince/belle pour avoir de la valeur,

**Discrimination** : Les femmes (notamment les influenceuses) grosses ou qui ne correspondent pas aux standards de beauté vont être moquées ou invisibilisées dans la société et sur les réseaux sociaux.

**Stéréotype** : Les personnes en bonne santé sont minces,

**Préjugé** : Être gros.se signifie qu'on ne prend pas soin de ça, qu'on est négligé-e, qu'on est en mauvaise santé, etc.,

**Discrimination** : Les personnes grosses vont être moquées ou invisibilisées dans la société et sur les réseaux sociaux.

## Petit warning toutefois !

En abordant avec les jeunes ce type de préjugés, un effet pervers pourrait voir le jour, celui d'ancrer dans leur tête des idées qu'ils n'avaient pas jusqu'alors. **Déconstruire les clichés est souvent à double-tranchant**, cela est bon à savoir et, pour mener des animations sur cette thématique, mieux vaut bien connaître son public !

# Évolution

## des standards de Beauté

*Ce n'est pas une révélation, les standards de beauté ont évolué au fil des siècles. S'y intéresser peut nous permettre de prendre de la distance par rapport aux modèles et injonctions véhiculées par les réseaux sociaux, et d'en comprendre leur origine.*

*Parcourons rapidement cette ligne du temps :*

### La préhistoire

Les critères de beauté sont synonymes de **fécondité**, la beauté est synonyme de **survie**. Dans les représentations de l'époque, les seins, le ventre, les fesses et les cuisses sont très apparentes. Les traits du visage apparaissent effacés, ainsi que les mains, les pieds et les membres supérieurs.



[Vénus de Willendorf](#), Musée d'histoire naturelle de Vienne, découverte en 1908

# L'Antiquité

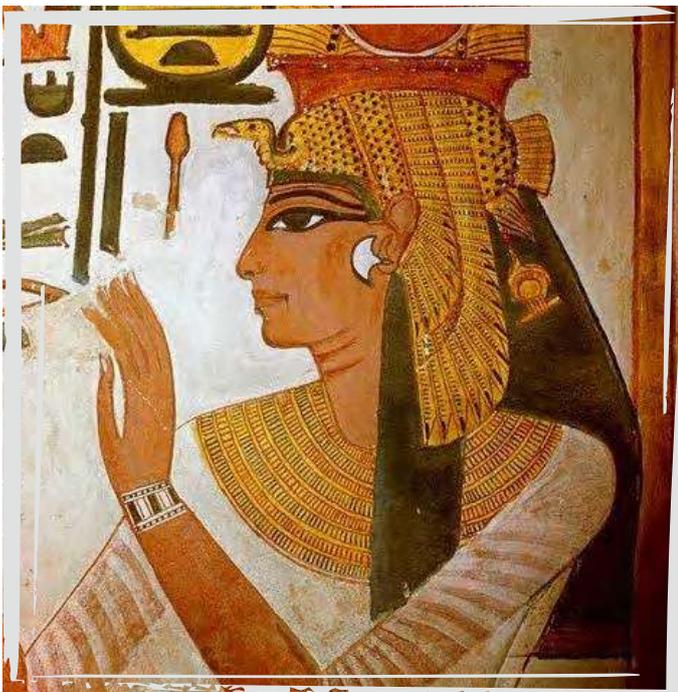
(VIII<sup>e</sup> siècle avant J.-C. – Ve siècle après J.-C.)

**Pour les femmes :** Le corps idéal est élancé, très mince et musclé. Les jambes sont longues, les fesses, rebondies. Les seins sont petits, la taille et les hanches sont larges. La peau est claire, les cheveux sont roux et les lèvres, charnues. Les joues sont roses et les cils longs. Les Romaines s'épilaient alors que les Grecques valorisaient le monosourcil. **L'éternelle jeunesse caractérise également la beauté féminine.** Les femmes sont représentées avec peu de courbes féminines, leur carrure est musclée.

**Pour les hommes :** Ils doivent avoir de larges épaules, le bassin étroit, une stature droite et une musculature bien développée. Le corps doit être bronzé, parfumé, épilé (*les poils sont synonymes de saleté*), le corps parfumé et épilé. **Ils utilisaient des produits cosmétiques mais, déjà à l'époque, la société n'approuvait pas cette pratique dite féminine.**



Vénus de Milo

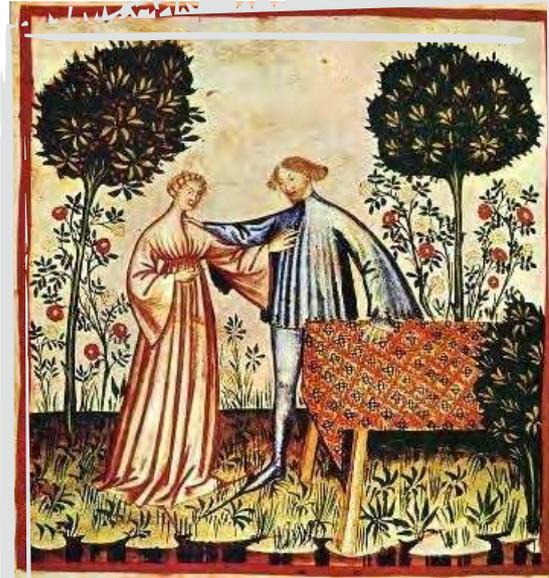


**Ahmès-Néfertari** est représentée avec les mêmes attributs qu'une déesse !

# Le Moyen Âge

**Pour les femmes :** Les standards de beauté obéissent aux règles du **christianisme**. Le maquillage est proscrit, la beauté naturelle est encouragée. Le teint doit être très pâle, comme celui de la Vierge Marie, synonyme de pureté. La jeunesse est source de beauté, tout comme la blondeur des cheveux. La poitrine ne pouvait pas être développée (on bandait celle des jeunes filles dès le plus jeune âge). Le corps idéal présentait des épaules larges, avec une taille très fine et des hanches étroites, des bras et jambes maigres, des lèvres minces, des cheveux teints et ondulés. On portait parfois un faux ventre parce que la grossesse était tendance !

**Pour les hommes :** L'homme doit donner l'image du chrétien pratiquant. Son visage est parfaitement rasé ; moustache et barbe ne sont pas tolérées. Il est encadré par des cheveux qui descendent jusqu'aux épaules. Les hommes pratiquent quelques soins de beauté : se teignent et se frisent les cheveux, s'appliquent des masques contre la calvitie, luttent contre les rides et veulent améliorer la couleur de leur teint.



[Giotto di Bondone Scenes from the Life of Joachim](#)

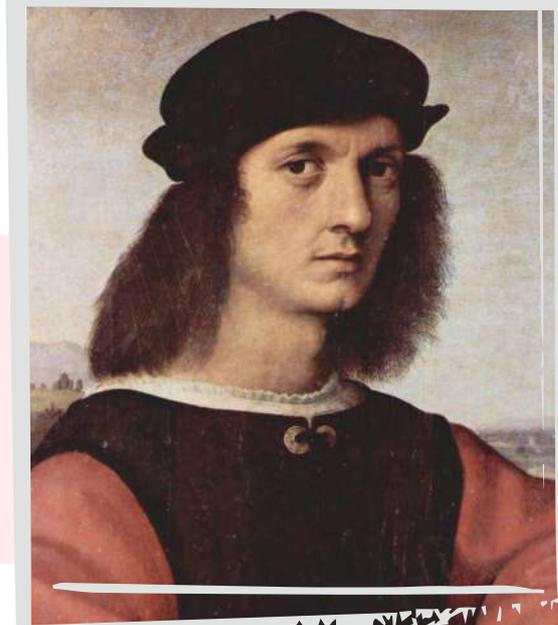
[Tacuinum sanitatis](#)

# La Renaissance

(XIVe – XVIIe siècles)

**Pour les femmes :** C'est le **retour de la féminité**. Des règles sont établies sur la proportion de chaque partie du corps. **Il doit être plus charnu, plus divin qu'humain** ; présenter une grande taille, des hanches larges, une forte poitrine et une taille fine. La peau blanche est prescrite. Au XVe siècle, le **front large** est un **signe d'intelligence**. Aussi, on n'hésite pas à l'agrandir par le rasage. Les cheveux doivent être longs, si possible blonds, voire blancs, tout comme les sourcils. On réalise des tressages très compliqués, même si on préférerait parfois se raser la tête et épiler les poils sur le corps pour prévenir la pédiculose (*l'apparition des poux !*).

**Pour les hommes :** Pour que le haut du corps ressemble à un triangle inversé, ils portent des **vêtements aux manches volumineuses**. Les hommes portent une petite barbe qu'ils parfument, arborent une coupe au bol ou optent pour les cheveux longs jusqu'aux épaules. Ils portent des bijoux, concoctent des masques contre les rides et se font blanchir la peau.



[Sandro Botticelli](#), La Naissance de Vénus

[Sandro Botticelli](#), Portrait de profil d'une jeune femme

[Raphaël](#), Portrait d'Agnolo Doni

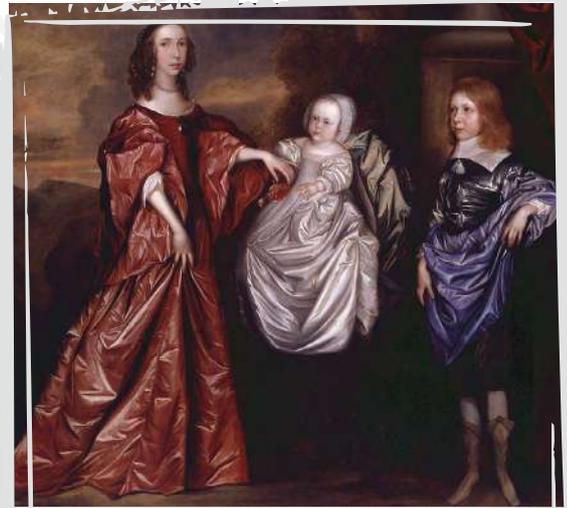
# Les périodes baroque et classique

(xviième – xviiième siècle)

C'est l'apparition des premiers magazines de mode. Ils publient les dernières nouvelles, les tendances de mode et les styles vestimentaires.

**Pour les femmes :** La taille est toujours très fine - c'était un symbole de fertilité, de bonne santé et de haut rang - et la poitrine est rendue imposante, le tout à l'aide de corsets, qui empêchaient parfois les femmes de respirer jusqu'à s'évanouir. Les hanches sont larges, les fesses rebondies, aidées par des armatures placées sous les jupons. Les bras doivent être potelés. On se maquille. **Le rouge est à l'honneur, il est symbole de sensualité et d'amour.** Les femmes tiennent beaucoup à ce que leur peau soit pâle et utilisent pour cela un mélange de céruse et de blanc d'œuf. Les lèvres et les joues doivent bien sûr être rouges. Les coiffures hautes sont à la mode. On colle des étoiles, des fleurs et des cœurs en tissu sur le visage ou le décolleté, des grains de beauté sont utilisés pour cacher les traces de la variole ou les boutons. **Plus tard, on utilise ce style de coquetteries comme un code social :** une seule mouche sur la joue droite signifie que la femme est mariée, sur la joue gauche, qu'elle est fiancée, sur le coin de l'œil qu'elle est en relation amoureuse.

**Pour les hommes :** C'est la mode de la moustache! On se rase la barbe et on se parfume. On est assez coquet et on se fait beau à grand renfort de perruques, boucles, rubans tressés, poudre. Les « *Macaronis* » sont des bourgeois-bohèmes souvent critiqués pour leur féminité excessive et leur apparence était discutée dans les pages des magazines de mode.



[Unidentified painter / Two English sisters and their brother](#)

[Jean-Marc Nattier Portrait de Catherine I](#)

[Philip Dawe The Macaroni. A real Character at the late Masquerade](#)

[Men in wigs, 17th century and their brother](#)



# Le XVIIIème siècle



C'est le règne de la beauté naturelle. Le maquillage est dosé, le style décoiffé. La femme n'est plus coincée dans des vêtements serrés.

Portrait de [Marie-Antoinette à la rose](#), [Élisabeth Vigée Le Brun](#)

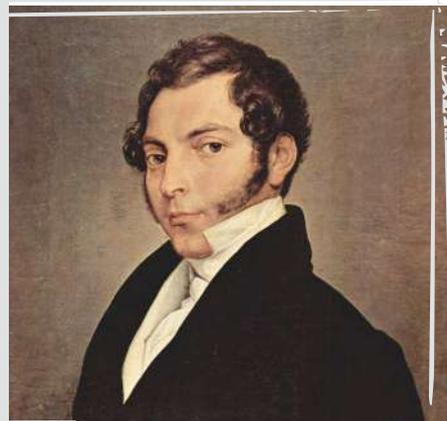
# L'industrialisation

(XIXème siècle)

**Pour les femmes:** Une importance est donnée à la chevelure, qui doit être abondante, lourde, relevée. Les cheveux sont teints, tressés, décorés, on porte franges et boucles anglaises. Les épaules sont tombantes, il ne faut pas être trop athlétique mais bien avoir l'air faible, comme le voudrait la condition de femme au foyer. La taille fine et les hanches larges, disproportionnées même, toujours symbole de fertilité, sont de nouveau à la mode. C'est l'apparition du nu et des courbes galbées. Le blanchiment de peau disparaît.

Les grands miroirs deviennent un accessoire indispensable dans les foyers, où l'on se contemple de pied. Il semble inconcevable dorénavant de vivre dans un corps qu'on ne voit pas. L'Angleterre victorienne a beaucoup influencé la mode européenne. Les gens ont commencé à porter des vêtements non plus comme un marqueur de leur statut social mais aussi pour exprimer leur individualité.

**Pour les hommes :** Le visage bien rasé et les favoris sont à la mode.



[Jean-Auguste Dominique Ingres](#), [Josephine-Eleonore-Marie-Pauline de Galard de Brassac de Bearn](#)

[Francesco Hayez](#), [Portrait du compte Ninni](#)

# Le xxème siècle

## LES ANNÉES 1900

Au début du XXe siècle, **ce sont les vêtements qui représentent la beauté**. Les coiffures sont hautes ; la posture, droite. La taille est toujours fine, symbole de haut rang, et les fesses apparaissent disproportionnées toujours à l'aide d'armatures, ce qui crée **des problèmes de dos et d'ossature**. **Le maquillage est considéré comme un signe de vulgarité**.



John Singer Sargent  
[Portrait de Mrs. Ernest G. Raphaël](#)

## 1910 : LA GIBSON GIRL



[Portrait de Camille Clifford](#)

Il faut être grande, mince, mais avoir des courbes généreuses. **La mode est à l'extravagance**, aux coiffures Pompadour, aux robes longues. **Le maquillage est toujours laissé de côté**.

## 1920 : LA GARÇONNE



[Portrait de Louise Brooks](#)

Le corps androgyne est à la mode, quitte à faire régime. La poitrine est aplatie à l'aide de bandages. On porte la coupe au carré près des oreilles, du khôl, du mascara, du rouge à lèvres. La garçonne fume, conduit et porte des vêtements inspirés de la garde-robe masculine. Le corset est has been : on ne le distinguerait même pas sous ces vêtements amples et longilignes. C'est la première fois que la femme conteste les standards, et pas la dernière !

## 1930 : MAE WEST

Les formes sont voluptueuses, les cheveux teints. On porte des vêtements décontractés et confortables. La taille redevient un peu plus marquée et les corps plus athlétiques sont valorisés.



[Portrait de Mae West](#)

## 1940 : LA FEMME FATALE

Le style est plus traditionnel et l'allure plus naturelle. On opte pour des tenues et coupes de cheveux pratiques. Les femmes remplacent les hommes partis au front, elles doivent s'occuper de leur ménage et travailler dans les usines et aux champs. Peu de temps donc pour de la coquetterie, la femme va vouloir se montrer forte, musclée et athlétique. **L'haltérophilie est à la mode chez les femmes.** On rejette également les corps trop maigres, même si dans certains pays il est très difficile de bien s'alimenter. Il y a une disparition des corsets et des gaines.



[Portrait de Rita Hayworth](#)

## 1950 : AUDREY HEPBURN ET MARILYN MONROE

À la guerre et la diète succède une **période d'abondance**. C'est l'apparition des supermarchés. Il faut avoir des formes, être curvy, pour montrer qu'on est en bonne santé. La silhouette en sablier – *grosse poitrine, taille fine et hanches larges* – est à la mode. Malgré tout, certaines femmes peinent à prendre du poids. Des publicités apparaissent pour apprendre aux femmes à prendre du poids !

**Soit on est team Audrey Hepburn** : la silhouette est fine, les vêtements classiques et le maquillage minimaliste.

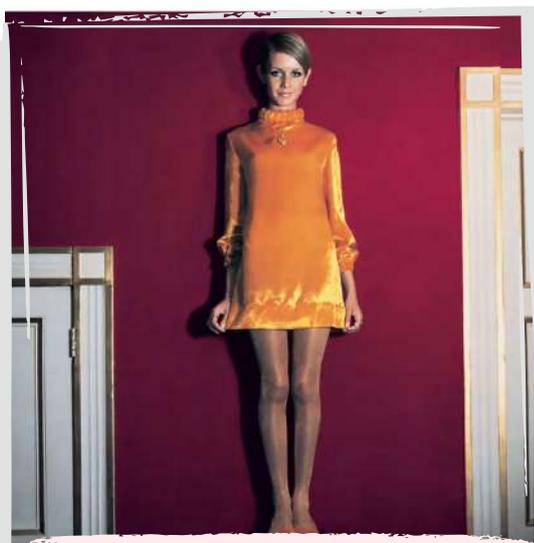
**Soit on est team Marilyn Monroe et autres pin-ups** : on aime les courbes généreuses, les fortes poitrines, les chevelures platine, les lèvres rouges et les tenues ajustées.

À noter que si Marilyn Monroe est souvent citée en exemple lorsque l'on parle de body positive, il faut savoir qu'elle souffrait en réalité d'endométriose qui lui causait des gonflements de ventre, et de troubles du Comportement Alimentaire. Sujette au « yoyo », elle détestait les photos où elle était bien en chair.



[Portrait de Marilyn Monroe](#)

## 1960 : LE NEW AGE



[Photo de Twiggy](#)

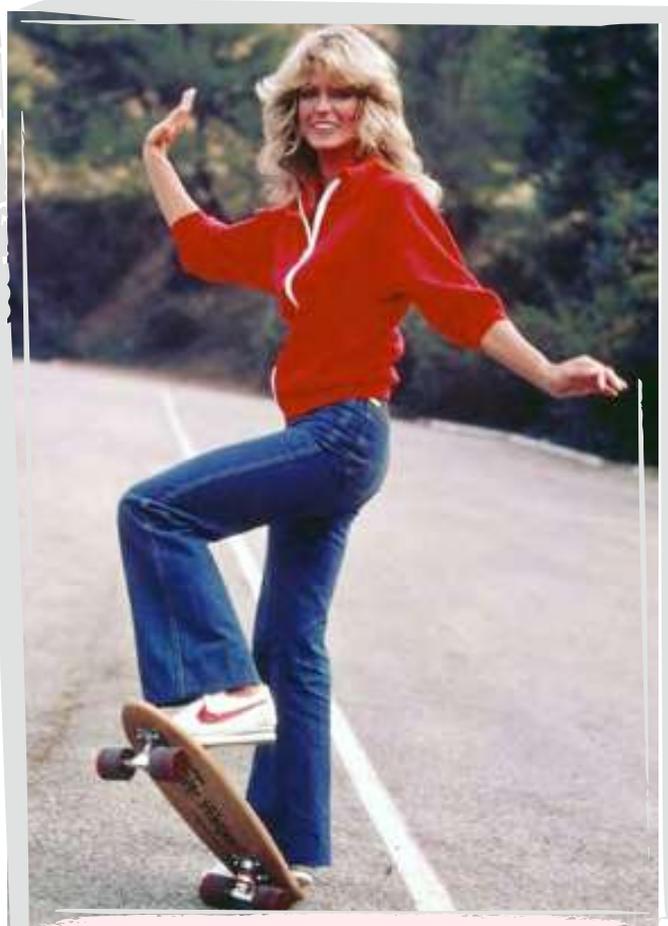
Retour de la garçonne au look androgyne avec **Jean Seberg** et **Twiggy**, qui osent une coupe de cheveux ultra-courte et le pantalon. D'autre part, on adopte le style sexy et séduisant de **Brigitte Bardot** et de **Jane Fonda**.

On prône la minceur excessive. C'est aussi la décennie de la libération de la femme, qui commence à dénoncer le patriarcat.

## 1970 : ENTRE HIPPIE ET DISCO

C'est l'époque hippie: on porte les cheveux longs, le maquillage est minimaliste et les vêtements aux couleurs vibrantes sont à la mode. C'est le culte de la femme brindille, on parle de plus en plus d'anorexie dans les médias et les comprimés amaigrissants, bien que dangereux, gagnent en popularité. Les femmes se mettent par ailleurs davantage au sport, il faut aussi être athlétique et élancée.

À la mode hippie succède la vague disco et ses corps longilignes, ses chevelures bouffantes.



[Photo de Farrah Fawcett](#)

## 1980 : LES TOPS MODELS

C'est le culte du corps athlétique: sportif et musclé. Il y a une obsession de l'entraînement (prônée par exemple par **Jane Fonda**). C'est aussi l'époque des **mannequins Playboy**; on dit qu'au moins 60% d'entre elles pèsent 15% de moins qu'une femme «normale» de taille identique. C'est à cette époque qu'apparaît la **chirurgie esthétique**, dont on fait la publicité dans les magazines.

Par-dessus ce corps mince et musclé, de nombreuses stars se faisaient poser des implants mammaires, pratiquaient la rhinoplastie ou des injections de botox.

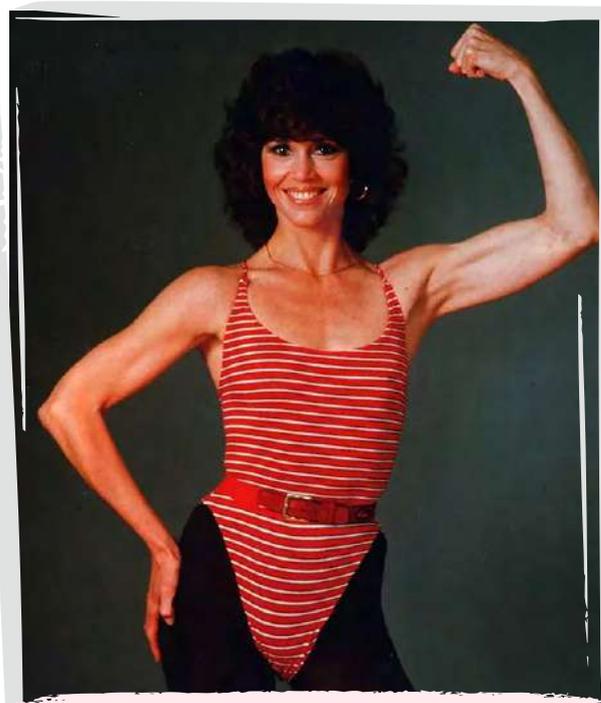


Photo de Jane Fonda

## 1990 : L'OBSESSION DE LA MINCEUR

Il faut avoir une taille haute et les fameuses mensurations **90—60—90**. On aime le **look heroin chic** : minceur extrême, peau pâle, traits tirés et anguleux, formes complètement absentes, bref : *l'air malade*. En d'autres mots, les **troubles alimentaires sont encouragés**. Il faut toujours être très mince, mais avec une poitrine très généreuse.

Les augmentations mammaires deviennent de plus en plus populaires.

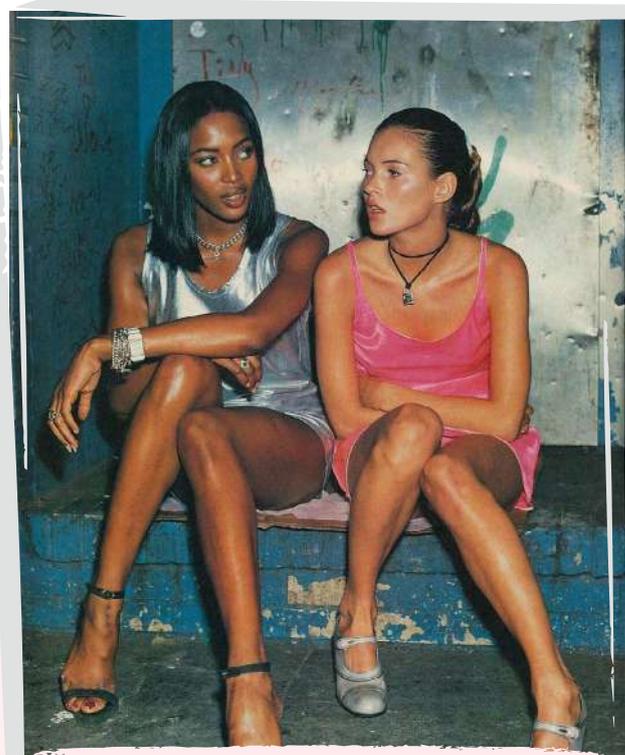


Photo de Naomi Campbell et Kate Moss

## LES ANNÉES 2000 : LE RETOUR DES MANNEQUINS

Le corps est sculpté. Il faut porter les cheveux longs, des extensions, avoir le teint bronzé, les sourcils fins et bien dessinés. C'est le règne des **It Girls**, dont les plus connues sont **Paris Hilton**, **Nicole Richie** et **Lindsay Lohan**.

Le culte de la maigreur est à son apogée, on en vante des recettes miracle dans les magazines, on fait l'apologie de l'anorexie. C'est la naissance de la télé-réalité et le boom des magazines people, qui vont scruter et commenter le corps des femmes, en grand body shaming décomplexé.



[Photos de Paris Hilton](#)

## 2010 : L'ASCENSION DE LA CHIRURGIE ESTHÉTIQUE

Avec l'arrivée des médias sociaux, on n'a jamais autant recherché la perfection et on ne s'est jamais autant comparé aux autres. On voit naître des **trends**, comme celle du « **tie gap** » (le creux entre les cuisses) et celui de la « **feuille de papier A4** » (le tronc d'une personne considérée comme belle n'en excède pas la largeur). Les courbes exagérées sont valorisées, ainsi que le teint extrêmement bronzé, les sourcils fournis, les lèvres pulpeuses, le corps parfaitement sculpté. Si les seins et les fesses volumineux sont sculptés à coups de bistouris pour celles qui en ont les moyens, il faut garder la taille fine. C'est le règne des **Kardashian**, des **Beyoncé** et autres **Jennifer Lopez**.

D'un autre côté, **Instagram** amène aussi un retour vers l'authenticité, et les mannequins et blogueuses grande taille n'ont jamais été aussi populaires. La passion du bronzage est remplacée par un engouement pour la peau claire avec des taches de rousseur.

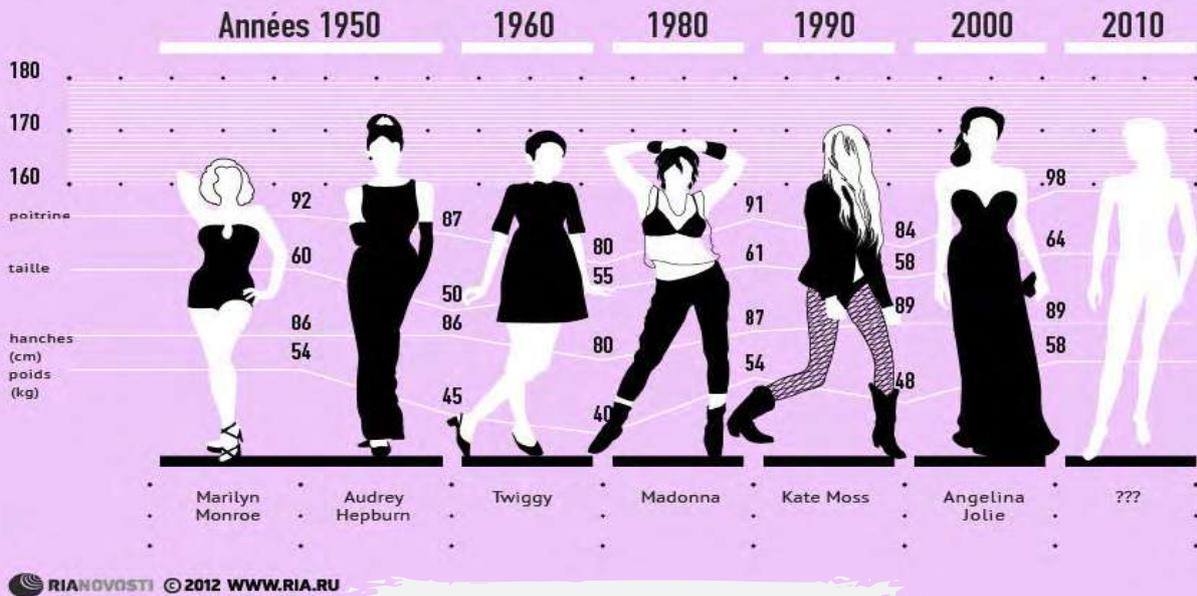
La chirurgie plastique est devenue accessible à tout le monde : les femmes mais aussi les hommes recourent aux services de chirurgiens esthétiques.



[Photo de Beyoncé](#)

# Evolution de la beauté féminine depuis les années 1950

Les stars du cinéma, du divertissement et de la mode ont influé sur l'évolution de l'idéal en matière de mensurations féminines



RIANOVOSTI © 2012 WWW.RIA.RU

Source : [Blog Histoire](#)

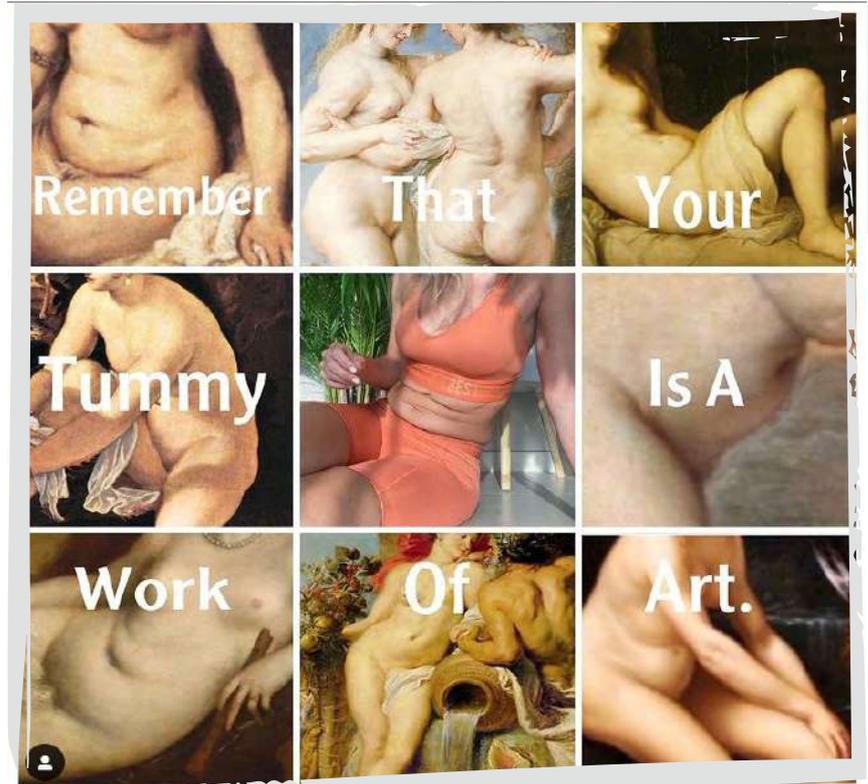
## Sources

- La vidéo de la YouTubeuse **Enjoy Phoenix** : « [L'Évolution des Standards de Beauté \\*et pourquoi vous ne les atteindrez jamais](#) »
- L'article « [Les standards de beauté d'une époque à l'autre](#) » par **Ariane Beaudry**, juin 2019, sur le site de « **Bien avec Mon Corps** », organisme à but non lucratif
- L'article du site [sympa-sympa.com](#) : [Comment ont évolué les canons de beauté de l'Antiquité à nos jours](#)
- Le site **O Magazine** (l'article n'existe plus, mais nous vous conseillons la page sur [le féminisme](#))
- L'article « [Les critères de beauté féminine à travers l'Histoire](#) » sur le site de « **Tous Frères** »
- L'article du **National Geographic** : « [Les standards de beauté sont-ils devenus obsolètes ?](#) », par **Margot Hinry**, janvier 2014

# Conclusion :

Gardons en tête que les standards de beauté sont inscrits dans une époque, résultent de la mentalité et de la culture du moment, sont une conséquence de la politique ou de la religion, reflètent un statut social (ce qui change à partir du 20ème siècle).

La beauté est subjective, relative et la mode est cyclique. Ce qui était considéré comme beau hier peut être jugé moche aujourd'hui, et inversement. De tous temps, les gens -les femmes surtout-, ont été soumis.es à des diktats souvent difficilement atteignables.



## Ressources pour aller plus loin

La vidéo [Women's Ideal Body Types Throughout History](#) par BuzzFeed



# Modèles et Diktats

d'aujourd'hui

## Quelques archétypes qui représentent les standards de beauté d'aujourd'hui

Comme nous l'avons vu avec la ligne du temps des standards de beauté, chaque époque connaît ses modes, véhiculent ses codes, ses diktats. Aujourd'hui, les modèles à suivre semblent provenir en partie de la télé-réalité et des influenceuses. Voyons quelques archétypes « so 2024 » que les réseaux sociaux nous invitent à imiter :

### L'influenceuse type « IT GIRL »

Issue de la télé-réalité ou de Dubaï, elle alimente les pages des journaux people.



Kim KARDASHIAN



Paris HILTON



Nabilla BENATTIA



Maeva GHENAM

#### Sources :

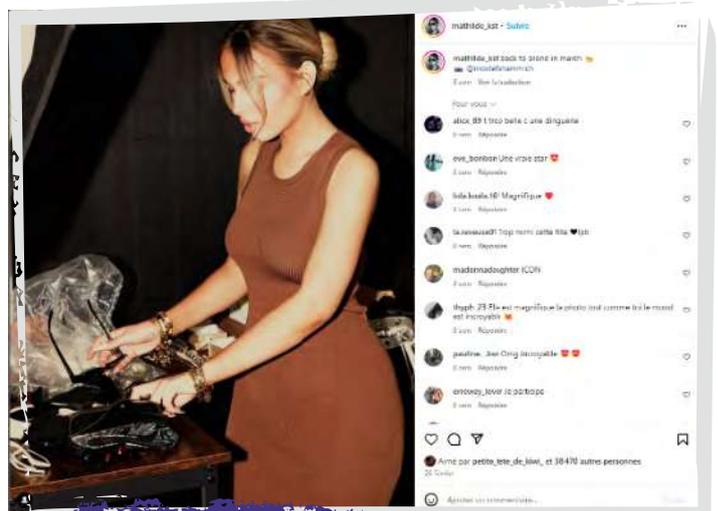
- 1 RTL
- 2 BridesAndYou
- 3 LeDauphine
- 4 Fun Radio

# L'influenceuse type « THAT GIRL »

C'est cette fille qui prône une vie parfaite, healthy, fashion ; son compte Insta ou TikTok est axé sur la beauté et/ou le sport, et nous propose un style de vie inatteignable pour toute personne dont l'influence n'est pas le métier.



Mathilde KST



Chloë GERVAIS



Esther Kim MOVES



Juju FITCATS

## Liens Instagram :

- 1 [Mathilde KST](#)
- 2 [Chloë Gervais](#)
- 3 [Esther Kim Moves](#)
- 4 [Juju Fitcats](#)

Un phénomène similaire s'opère du côté des hommes, avec les influenceurs « *muscu* » dont le meilleur représentant reste **Tibo Inshape**, depuis peu YouTubeur le plus suivi de France.



Source : [Influenth](#)

Biensûr, il vaut mieux que les influenceuses prônent un esprit sain dans un corps sain, mais pas au prix de la santé mentale de l'audience, qui peut se sentir opprimée par tant d'injonctions inatteignables.

Un débat à faire avec les jeunes peut tourner autour des obstacles à la réalisation de telles « *trends* » (« *morning glory* », « *morning routine* », « *bullet lists* », « *avocado toast* » etc.).

Quels seraient-ils ? L'argent (*la classe socioéconomique*), le temps, l'éducation, la procrastination, des priorités différentes, un manque de disponibilité mentale, la charge mentale, etc.

Il ne faut pas oublier que ces figures médiatiques sont bien souvent rémunérées pour de tels modes de vie. Et qu'ils peuvent y consacrer tout leur temps.

# Les princesses DISNEY

Disney forge au fil des années l'inconscient collectif et ce, dès l'enfance. Le célèbre studio de production de films animés véhicule depuis plus d'un siècle de nombreuses représentations en termes de genre et de standards de beauté. Les Princesses Disney, on le sait, n'ont pas des proportions réalistes (tout comme Barbie, dont on dit que la taille est si fine qu'elle ne pourrait mettre un enfant au monde !).

Même si les représentations évoluent avec les années et les mentalités, elles restent globalement minces, avec la taille fine et marquée, les traits de leurs visages sont harmonieux : nez fin ou en trompette, yeux exagérément grands et regard profond, longue et voluptueuse chevelure, dents blanches, alignées et sourire Colgate. Les caractéristiques dites féminines sont caricaturales. À y regarder de près, on dirait qu'elles ont toutes été soumises au filtre **Bold Glamour** dont on parlera après.



Source : [Lightyshare Academy](#)

Voici à quoi ressemblerait le visage d'Elsa et Jasmine si elles avaient des proportions réalistes. Ok, elles ont encore des yeux immenses et leur bouche est même davantage pulpeuse, mais leur visage pourrait exister dans la réalité. (Source : [Instagram](#) de [Hollyfae\\_art](#))

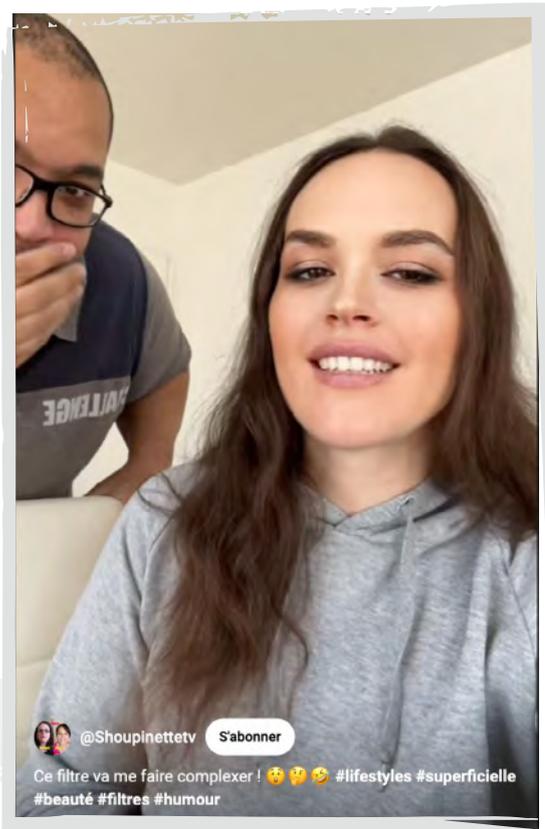


## Les visages passés au filtre « BOLD GLAMOUR »

En 2023, TikTok a lancé «**Bold Glamour**», un filtre indétectable (*même quand on passe la main devant le visage*). En mars 2023, il avait déjà été utilisé dans plus de 7 millions de vidéos. Il est devenu encore plus viral suite à la polémique qui soulignait les conséquences néfastes de ce phénomène sur l'estime de soi des utilisateur·ices. L'algorithme de TikTok mettait d'ailleurs en avant (*en tout cas à l'époque*) les vidéos qui utilisaient le filtre.

Est-ce que le filtre Bold Glamour ne ferait pas ressembler toutes les femmes à des Princesses Disney ou des influenceuses de Dubaï passées sous le bistouri ?

Source : [Facebook](#)



Source : [Dr.Monica Kieu](#)

En tout cas, les visages considérés comme beaux aujourd'hui doivent avoir de grands yeux, de gros sourcils, de longs cils, une bouche pulpeuse propice aux « *duck faces* », des pommettes saillantes, des joues creuses, un nez fin et droit. **Nous verrons plus bas que c'est ce type de beauté que TikTok visible.** C'est un bon exemple de l'évolution des standards de beauté, quand on pense que c'étaient les sourcils fort épilés qui avaient la cote dans les nineties. **Problème** : notre chair n'est pas du tissu, et aujourd'hui les phénomènes de mode encouragent le recours à la chirurgie esthétique – *dents comprises* ! -, alors que les standards sont de plus en plus irréalistes.

Alors, entre chirurgie esthétique et intelligence artificielle, on choisit quoi ?

# Le formatage des modèles de beauté

*Les modèles de beauté ayant recours aux filtres et à la chirurgie esthétique ; les filtres s'inspirant de ces mêmes modèles de beauté, force est de constater que toutes les influenceuses, par exemple, finissent par se ressembler. Aujourd'hui, nous avons de plus en plus de moyens réels ou virtuels de suivre la mode, ce qui la renforce. En voici pour preuve les images ci-dessous :*



Nabilla BENATTIA



Kim KARDASHIAN



Maeva GHENAM



Kylie JENNER

## Sources :

- 1° [Sudinfo](#)
- 2° [PurePeople](#)
- 3° [USMagazine](#)
- 4° [Amomama](#)

Au final, c'est à se demander à quoi servent encore les mannequins, ou quelle est l'utilité de se prendre en photo, si c'est pour renvoyer une image qui ne correspond pas du tout à la réalité ? Autant créer un avatar directement par intelligence artificielle, et proposer une version idéalisée de soi-même ! Ou générer les couvertures de magazine de mode par intelligence artificielle.

En fait, ces idées qui peuvent sembler extrêmes sont déjà bien réelles : il existe désormais un concours de [Miss Intelligence Artificielle](#). On voit également naître des [comptes d'influenceuses créés par IA](#).

## Ressources pour aller plus loin

Deux [campagnes](#) de sensibilisation de [Dove](#), qui concernent le phénomène des selfies et de la retouche.



En réponse à cela, de nombreux comptes « **body positive** » ont vu le jour. Parmi les comptes militants et tendances inclusives, il y a le “body positive”.

« Il est de ces mouvements bienveillants qui offrent malheureusement leur lot d'effets pervers. Le **body positive** - soit le fait de nous encourager à aimer notre corps quel qu'il soit, et de faire l'éloge de tous les corps - a été décrié par certain·es féministes car il continue de mettre le focus sur le physique. Et puis, si les corps gros sont valorisés, est-ce le cas de personnes grosses dont le visage est ingrat, ou le look négligé ? Les injonctions à prendre soin de son image y semblent encore bien présentes. N'entend-on pas encore souvent ce type de commentaires: “Elle est belle, pour une grosse”, “Oui, elle est grosse, mais elle a un beau visage”. On en revient à notre **beauty privilège**. Si on préfère bien entendu ce hashtag à ceux de #summerbody ou #bikinichallenge, le body positive encourage malgré tout à se valoriser par l'apparence extérieure. Un autre exemple d'effet pervers est le “**privilège mince**”. Ce concept met en lumière un nouveau type de discriminations: alors que l'on va défendre des filles attaquées sur leurs quelques kilos en trop - soit le cas de *Léna Situations*, YouTubeuse qui a subi des commentaires de haine lors de son apparition au Festival de Cannes, alors qu'elle portait une robe qui mettait son récent surplus pondéral en lumière -, l'on défendra et visibilisera peu les personnes réellement obèses qui sont victimes tous les jours de **grossophobie ordinaire**. En réponse à cela, le “**body acceptance**” puis le “**body neutral**” ont vu le jour. Le body acceptance serait une sorte d'étape intermédiaire vers le body neutral. Le premier veut que l'on accepte son corps sans jugement, mais sans le célébrer non plus, là où le second souhaite que l'on n'accorde plus la moindre importance à l'apparence. L'idée est alors d'éviter tout commentaire sur le physique, qu'il soit négatif ou positif et de remettre l'attention sur la richesse intérieure de la personne. Pas évident, dans une société où l'on sociabilise beaucoup en ligne et donc, par l'image. Pour communiquer sur sa personnalité, ses idées et ses valeurs, cela demande du temps, ce dont on ne dispose

**plus dans un monde régi par l'économie de l'attention** ».

Extrait du dossier pédagogique de **Tak-O-Tak**, jeu pédagogique réalisé par notre partenaire

**UltaVagues**

Aujourd'hui, le « **body positive** » subit lui-même du « **shaming** » - notamment de la part d'influenceurs masculinistes mais pas que ! – alors qu'on va le considérer comme une apologie de l'obésité et donc, de la **morbidité**. Ce n'est bien sûr pas l'idée. Il n'est pas question de renier les problèmes de santé liées au surpoids, mais bien de **favoriser l'intégration des personnes grosses dans la société, qui les invisibilisent ou les discriminent**. Notons enfin que le body positive est un mouvement créé par des personnes grosses, et d'aucun·es que les personnes minces ne peuvent se l'approprier (« **privilège mince** »). C'est ce qu'explique l'influenceuse **Elawan** dans cette [vidéo](#).

Enfin, une autre forme de discrimination semble s'opérer dans le milieu du cinéma, où il est encore souvent de coutume de demander à des acteur·ices minces d'interpréter des personnages gros, à grand renfort de **grimage et d'effets spéciaux**, alors que les comédiennes grosses ne manquent pas, et peuvent se voir refuser des rôles justement à cause de...leur poids ! N'est-ce pas encore ici une **double peine et une forme de grossophobie**, alors que les acteur·rices correspondant aux normes de beauté, souvent déjà connu·es, vont être félicité·es pour leur travail courageux de métamorphose ? Niveau représentations, notons que les personnes grosses campent souvent **les faire-valoir rigolos des héroïnes** – pensons au personnage de *Monica* dans la série *Friends*, une femme correspondant en tout point aux standards de beauté, qui devenait un peu ridicule dans les moments flash-back où on la voyait obèse dans ses jeunes années !

**Ressources pour aller plus loin**

La chaîne YouTube « [Pensées et Blablas d'Elawan](#) »

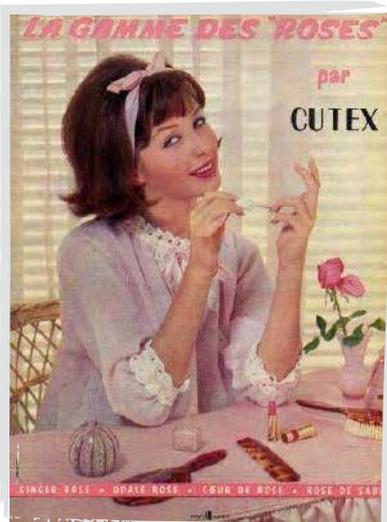
# INSTAGRAM ou le retour des codes de la publicité surannée

Comme c'est le cas de tous les réseaux sociaux, **Instagram** véhicule les représentations les plus oppressantes comme les plus inclusives.

Tout est question de bulles de filtres et d'algorithmes, même si par défaut il a tendance à valoriser les contenus minceur et beauté. Ce que l'on peut constater en tout cas, c'est qu'il fait partie des réseaux sociaux qui véhiculent le plus d'injonctions au niveau de l'image. Il est **LE réseau de la photographie**, où tout doit être beau, lisse et édulcoré. Si vous n'êtes pas bon-ne photographe, Instagram fera tout pour que vous le deveniez, ou en tout cas, pour que

que vos photos soient les plus stylées possibles, à grand renfort de filtres et d'effets. Sans parler forcément des comptes de « trad wives », ces femmes qui se revendiquent non féministes et prônent des valeurs réactionnaires, on peut faire un parallèle entre les codes d'Instagram et ceux de la publicité des années 50 et 60, qui s'adressait directement à la ménagère de moins de 50 ans et mettait en avant des idées conservatrices.

Au vu des images ci-dessous, on se rend compte que l'esthétique des années 50, 60 est proche de celle de certains contenus Instagram « so vintage » d'aujourd'hui :

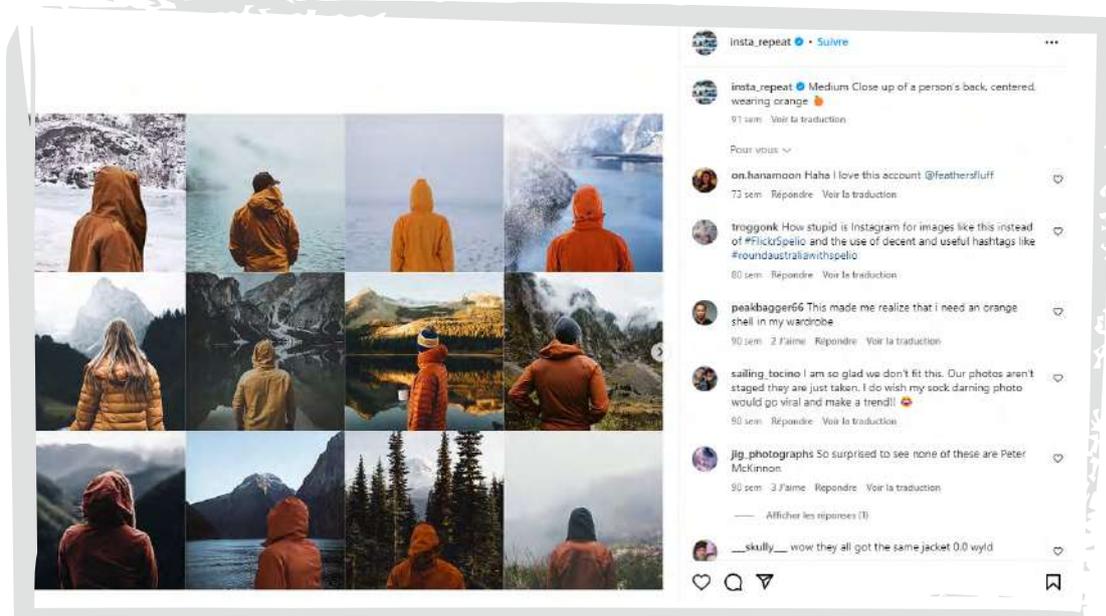




### Sources images et liens Instagram :

- 1 Pinterest | [mirandamakaroff](#)
- 2 Pinterest | [mirandamakaroff](#)
- 3 Flickr | [can.team.paris](#)
- 4 Elle Décoration | [vren1984](#)

Notons que le formatage ne se fait pas qu'au niveau des diktats de beauté, mais également de l'**esthétique en général**. **Insta Repeat** est un compte qui met en lumière ce phénomène en proposant des **assemblages de photos de même nature, ou prises au même endroit, selon le même angle, avec la même composition, avec la même pose ou attitude etc.** De plus, on vous laisse imaginer l'**impact écologique** que cela peut avoir, en favorisant le tourisme de masse vers ces spots « *instagrammables* ».



Mais pour en revenir à nos standards de beauté, « Pourquoi alors ces modèles oppressifs continuent-ils à être proposés par certaines influenceuses ? En 2020, la journaliste **Judith Duportail** révélait les dessous des algorithmes d'Instagram, qui visibiliseraient davantage **les corps dénudés et sveltes**. Selon un article de **Elle**, des chercheurs britanniques ont réalisé une enquête dévoilant que les algorithmes d'Instagram suggéraient aux ados **un florilège de publications de corps minces** après qu'ils se soient engagé-es, pourtant très faiblement - *un clic ou deux* - sur des publications de fitness. **Instagram, c'est le réseau de la promotion de soi, tout est fait pour que notre image soit sublimée ; nos photos, réussies** ».

Extrait du dossier pédagogique de **Tak-O-Tak**, par notre partenaire **UltraVagues**

Depuis 2018, un biais algorithmique de la plateforme lui vaut également d'être taxée de **grossophobie**. Ils'agit d'un calcul de pourcentage de peau visible qui permettrait de déterminer si une publication est pornographique et donc, susceptible d'être supprimée. *Seulement voilà, un corps gros dénudé de la même manière qu'un corps mince laisse forcément plus de peau apparaître ! Un double standard qui invisibilise les femmes grosses.*

Connaissez-vous **Celeste Barber**, cette comédienne américaine qui parodie les influenceuses à grand renfort d'autodérision? Et bien elle en a fait les frais, alors qu'elle singeait une influenceuse en petite tenue. *Devinez laquelle des deux a été censurée par le réseau social ?* La réponse se trouve dans cet [article de TerraFemina](#).

Bref, **Instagram** s'est souvent montré rude avec les femmes, pour ne pas dire sexiste : *la nudité féminine ? Ok, mais pour les minces! Et s'il vous plaît, pas de tétons, même pour sensibiliser à l'allaitement ou au cancer du sein.*

# INSTA LOW COST !

Le projet de **Celeste Barber** apporte un réel vent de fraîcheur sur les réseaux sociaux en tournant en dérision les dikats de la mode et d'internet.

Son regard sur le phénomène d'influence a de nombreuses vertus : efficace, il permet en un clin d'œil de prendre du recul sur celui-ci, en illustrant le ridicule de certaines situations - des mannequins qui font un grand écart devant un frigo ouvert ! -, l'inégalité des chances au niveau de notre apparence (ce qui est glamour sur certaines est ridicule sur d'autres) ; créatif, il adopte les codes du détournement « low cost » (comme le principe du « remake low cost » ou du « suédage », pour les films) pour revisiter des situations : utiliser un objet (un peu con) pour copier un autre. C'est drôle, décalé et frais. Certains hommes également parodient des Instagrammeuses (dont le YouTubeur Cyprien dans des vidéos YouTube), mais attention, certains flirtent parfois avec du sexisme moqueur !

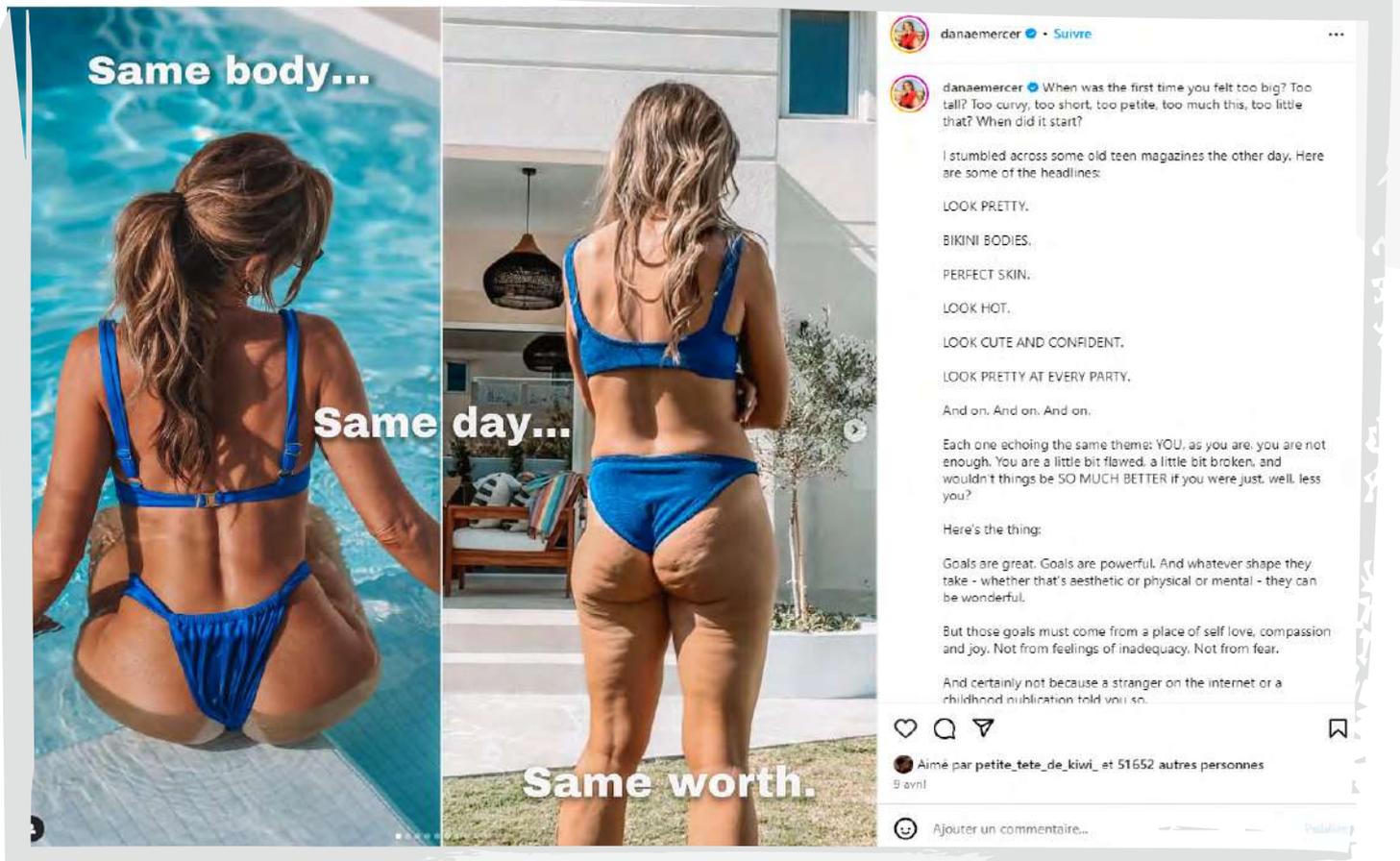


Source : [Cnews](#)



Source : [LesCrieursDuWeb](#)  
[Lien 1](#) / [Lien 2](#)

Une autre tendance en vogue depuis quelques années sur les réseaux sociaux consiste à **montrer la réalité derrière les comptes des influenceuses** : poses calculées, lumière, retouche, filtres, tout est passé au crible de ces femmes qui luttent pour plus d'authenticité.



Source : [Cirkkus](#)

Les comptes Instagram de la journaliste **Danae Mercer** et « **Beauty False** » en font partie. La photographe **Chompoo Baritone** offre également un regard très critique sur Instagram et sur la notion de cadrage à travers son **travail artistique**.



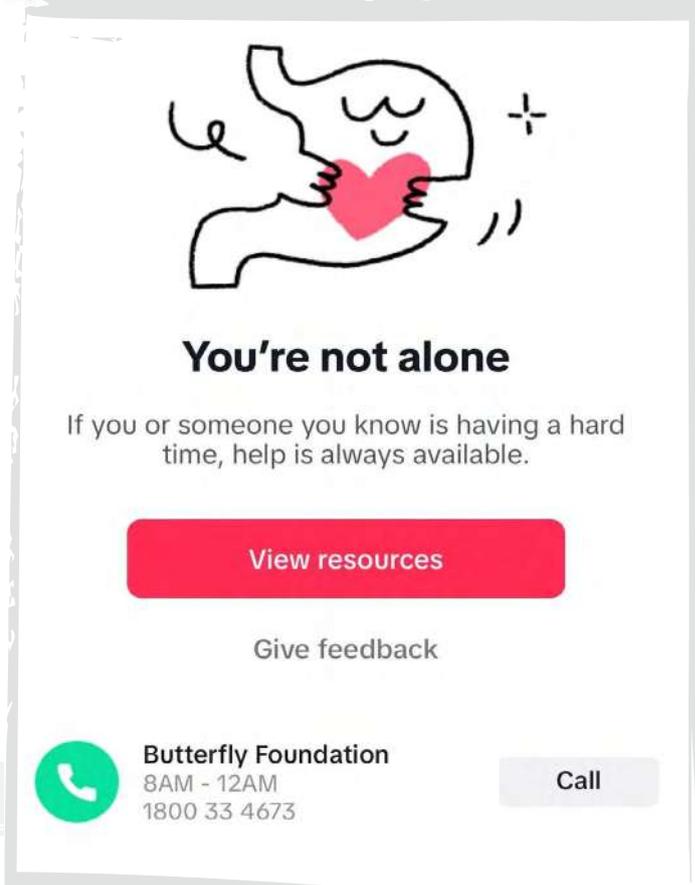
# TikTok, le bodychecking et l'algorithme de Beauté

Le filtre « bold glamour » n'est pas le seul outil que TikTok a inventé pour nous faire sentir... carrément moches ! Il y a d'abord toutes les trends qui tournent autour de la « vérification corporelle », les hashtags « body check », qui nous invitent à évaluer notre beauté ou notre harmonie par des moyens les plus loufoques : mesurer notre front en hauteur de « doigts », vérifier la symétrie de notre visage à l'aide d'un filtre qui l'inverse, regarder si nos oreilles ont la même taille que notre nez, nos lèvres et notre front ; ou que notre sourire laisse bien apparaître 6 à 8 dents, constater si nos lèvres touchent ou non notre doigt lorsqu'on le pose sur le nez, etc.

Toutes ces « trends » qui répondent au besoin de validation sociale, outre la vacuité de contenu qu'elles représentent, la place qu'elles occupent sur les serveurs ou le narcissisme dont elles relèvent, comportent de nombreux risques pour la santé mentale et physique, encourageant les Troubles du Comportement Alimentaire. Il semblerait que les injonctions à la minceur apparues dans les années 80/90 s'amplifient depuis l'apparition des réseaux sociaux, malgré les comptes « body positive » qui y fleurissent également.

Suite à ces challenges, d'autres trends voient le jour, comme celles qui encouragent à sauter un repas, ou qui véhiculent du « body shaming », alors que des personnes ayant réussi le checking se moquent de celles qui ont échoué. TikTok a réagi en faisant son petit minimum, diffusant un message de soutien lorsque l'on tape les mots « body checking » dans la barre de recherche et en censurant l'expression...qui a bien vite été remplacée par d'autres hashtags, comme « check visage profile », par exemple.

Source : [Pedestrian](#)



The screenshot shows a white message card with a grey border. At the top is a simple line drawing of a hand holding a red heart. Below the drawing is the text 'You're not alone' in bold. Underneath is a paragraph: 'If you or someone you know is having a hard time, help is always available.' There are two buttons: a red one labeled 'View resources' and a grey one labeled 'Give feedback'. At the bottom left is a green phone icon next to the text 'Butterfly Foundation 8AM - 12AM 1800 33 4673'. At the bottom right is a grey button labeled 'Call'.

Moins nocives mais peut-être plus insidieuses, les trends « **Get Ready With Me** » pullulent sur **TikTok**, invitant les spectatrices les plus jeunes à suivre des routines maquillage (v. les « *Sephora Kids* » dans le chapitre **sexisme**). A côté de ça, les algorithmes de TikTok vont avoir tendance à mettre en avant des personnes répondant aux standards de beauté, *c'est le règne des beaux et belles gosses*. À l'algorithme de viralité, se conjugue celui de beauté. **Et oui, sur TikTok, notre physique est coté par une intelligence artificielle. On est en plein dans le « beauty privilege » !**

**Pire, l'IA aurait tendance à invisibiliser les personnes de couleur, qui ne répondent pas à leurs critères de beauté basés sur des standards européens ou asiatiques. Et vu la connivence entre les algorithmes de viralité et les algorithmes de beauté, même si nos intérêts sont de niche, on peut difficilement échapper à ces vidéos faisant la promotion de l'image parfaite !**

Outre les réseaux sociaux et les applis de rencontre, des « **algorithmes évaluateurs de beauté** » ont commencé à fleurir pendant le confinement sur d'autres plateformes. Des services comme **Goves Studio** ou **Face++** proposaient à leurs utilisateur·rices de mesurer leur beauté ainsi que des solutions pour améliorer leur apparence.

« Ces technologies, qui s'appuient sur des photos choisies et évaluées par des humains, sont truffées de biais sexistes, racistes et âgistes. En 2016, le premier concours de beauté évalué par un algorithme n'a couronné quasiment que des personnes blanches, rappelle **The Guardian**. Selon **Lauren Rhue**, une experte en reconnaissance faciale interrogée par le **MIT Technologie Review**, ces algorithmes n'ont rien d'anodin. Ils changent et rétrécissent notre perception de ce qui est beau en la conformant à des stéréotypes ».

Article « [Les intelligences artificielles qui notent notre beauté sont partout sur le web](#) » d'**ADN**, par **Marine Protais**, 2021).

**L'uniformisation des critères esthétiques, outre les conséquences sur la santé mentale et physique, est donc une réelle menace pour la diversité.**

### Ressources pour aller plus loin

- La vidéo « [TIKTOK : L'appli qui te condamne à te sentir MOCHE](#) » par **Amistory**
- L'article « [Les intelligences artificielles qui notent notre beauté sont partout sur le web](#) » d'**ADN**, par **Marine Protais**, 2021
- L'article de **Beauty Blender** « [Les Algorithmes de la Beauté: Quand l'IA Définit Nos Standards Esthétiques](#) » par **xnevpp**, 2024

# Les risques des injonctions sur la santé physique et mentale

Voyons plus concrètement quels sont les risques sur la santé mentale et physique de l'audience, et les conséquences plus larges de ce type de contenus, à travers quelques cas médiatiques qui se retrouvent dans la fiche pédagogique.



## « MES PARENTS M'OFFRENT DES FACETTES DENTAIRES POUR MON ANNIVERSAIRE ! »

La pose de facettes dentaires est une tendance en vogue sur TikTok, qui consiste à se faire limer les dents en pointes pour venir y clipser des fausses dents.



### Conséquences sur la santé physique :

rien ne garantit la pérennité du traitement et endommager des dents saines peut avoir des conséquences désastreuses.



### Conséquence sur la santé mentale :

ne plus se reconnaître, dysmorphophobie, regretter alors que c'est irréversible, etc.



### Conséquences sur la santé financière :

dépenser beaucoup d'argent dans le voyage et l'opération.

Etc.



Home



Discover



Inbox



Me



Source : [Instagram](#)

## « *OUTFIT DU JOUR* »

(lire aussi les commentaires)



**Conséquences sur la santé physique :**  
perte de poids problématique.



**Conséquence sur la santé mentale :**  
dysmorphophobie, TCA (Troubles du Comportement Alimentaire), complexes, dépression, hypersexualisation



**Conséquences sur la santé financière :**  
dépenser beaucoup d'argent dans les vêtements



**Conséquences sur la santé de la planète :**  
alimentation de la fast-fashion, surconsommation, transports, emballages et la pollution qui en résulte.



Source : [Instagram](#)

## « *#BEACHYOGA, HOW I MISSED YOU* ! »



**Conséquences sur la santé physique :**  
perte de poids problématique.



**Conséquence sur la santé mentale :**  
dysmorphophobie, TCA (Troubles du Comportement Alimentaire), complexes, dépression, obsession du sport et addiction à celui-ci.



**Conséquences sur la santé de la planète :**  
Instagram est vecteur de tourisme intensif ! Pollution des transports.



# L'injonction au sourire

Enfin, pour terminer ce petit tour des injonctions à la beauté sur les réseaux sociaux et du narcissisme qui y est inhérent, opérons un petit retour dans le passé. Si aujourd'hui, on nous somme de sourire devant l'objectif de notre appareil photo, notamment lors de la prise de selfie, cela n'a pas toujours été le cas. Loin de là. Au début de la photographie, les séances de pose étaient longues, avoisinant parfois le ¼ d'heure. Les photographes ne demandaient pas de dire « *cheese* » à leurs modèles mais bien « *prune* », pour les aider à garder une expression solennelle (*dans la tradition des portraits réalisés sur toile*) et garantir la réussite de la photo.

**C'est en voulant démocratiser l'appareil photo et l'intégrer dans les foyers vers 1920, 1930 que Kodak a fait la promotion de la prise de vue comme un moment festif. L'appareil servait désormais à capturer les moments du quotidien et les familles étaient invitées à sourire, copiant sans doute les codes de la publicité des magazines et des affiches de films. Plus question de boudier ! Le sourire est donc une convention sociale. Ce n'est pas forcément naturel, il n'y a pas toujours lieu de sourire.**

Lorsque les appareils sont devenus compacts puis ont été absorbés par les smartphones, on nous a invité·es à retourner l'appareil vers nous, intégrant une caméra sur la face même du téléphone. *Et l'injonction au sourire est devenue plus pressante que jamais !* Le sourire s'est peu à peu mu en « **duck face** »

(la bouche en « *cul de poule* ») puis en « **fish gape** » (*entrouvrir la bouche pour affiner le visage*), parfois en moue nonchalante telle une mannequin blasée des années 90.

**Le constat est toujours le même : aujourd'hui, tout est calculé, millimétré. La société est plus que jamais nombriliste, voire... visagiste !**

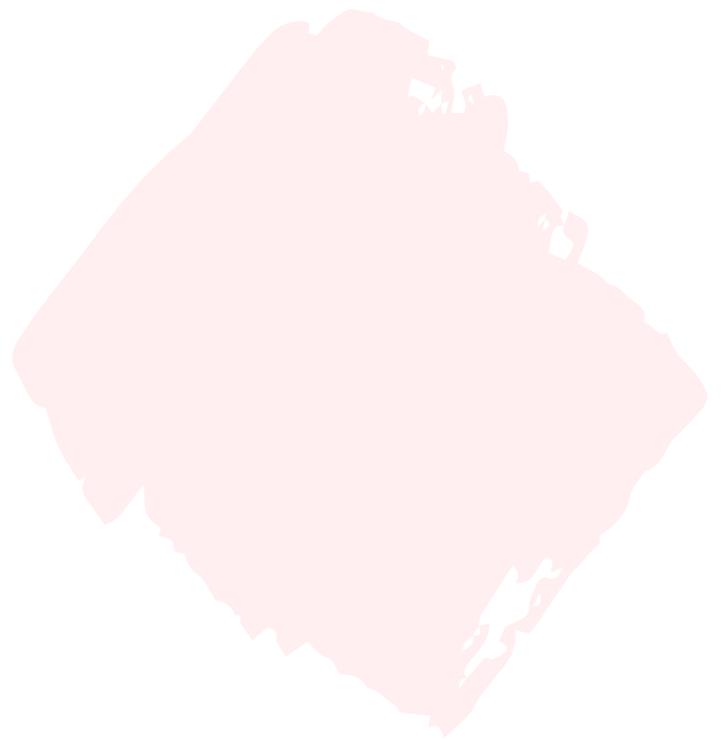
Mais si la diversité concernait aussi la palette des émotions ? Un être humain ne connaît pas que la joie, pourquoi donc ne pas laisser exister aussi ses expressions moins lumineuses ? Ne se sentirait-on pas mieux dans notre peau si on arrêta de nous montrer des gens aux vies et aux corps parfaits, qui ne peuvent par conséquent que sourire sur les clichés ?

Aujourd'hui, les tendances évoluent, certain.es influenceur.euses n'hésitent pas à gratter la couche de paillettes des filtres glamour en partageant leurs moments les plus sombres, leur dépression, leurs doutes, ce qui les rend plus humain.es.

Interrogé.es sur ce sujet lors d'animations réalisées par nos soins, certain.es jeunes (parfois fragilisé.es par la Crise du Covid19) déclarent pourtant ne pas adhérer à cela, car leurs algorithmes peuvent les emmener dans un tourbillon assez sombre. *Et à raison !* Selon une étude menée par **Amnesty International**, «On a pu établir que les enfants et les jeunes qui regardent des contenus liés à la santé mentale sur leur fil TikTok sont rapidement entraînés dans des spirales de contenus qui idéalisent voire encouragent les pensées dépressives, l'automutilation et le suicide»

Article de **France Inter** « [Le fil «Pour toi» de TikTok dangereux pour la santé mentale des jeunes, juge Amnesty International](#) », par **Julien Baddachino**, 2023

Les réseaux sociaux feront peut-être semblant de s'en inquiéter en vous publiant des messages pour vous rassurer sur le fait que « vous n'êtes pas seul.es ». **Vaste débat donc, que nous vous invitons à mener avec vos jeunes !**



### Ressources pour aller plus loin

- L'Article de **France Culture** « [Comment Kodak nous a fait sourire sur les photos](#) » par **Alexis Magnaval** en 2022
- La Vidéo « [Depuis quand on sourit ?](#) » du YouTubeur **NotaBene**
- L'Article de **France Inter** « [Le fil «Pour toi» de TikTok dangereux pour la santé mentale des jeunes, juge Amnesty International](#) » par **Julien Baddachino**, 2023
- L'Article de **France Inter** « [Une étude montre comment TikTok met en avant des vidéos relatives au suicide et aux troubles alimentaires](#) », par **La rédaction numérique de FranceInter**, 2022

# Les critères de Beauté à l'ère de l'Intelligence Artificielle

*L'intelligence artificielle ne se contente pas de reproduire des biais racistes et sexistes, elle perpétue également des **idéaux de beauté normés**, renforçant les standards irréalistes déjà omniprésents dans nos sociétés. Les filtres de beauté et les outils de génération d'images via IA, utilisés sur les réseaux sociaux ou dans la création de contenus visuels, jouent un rôle majeur dans la propagation du body shaming et l'exclusion de certaines morphologies.*

## Filtres et Réalité Déformée

Les filtres de beauté sont devenus incontournables, en particulier sur des plateformes comme **Instagram**, **Snapchat** ou **TikTok**. On ne vous présente plus le fameux filtre **Bold Glamour**. Ces filtres modifient non seulement la texture de la peau, mais affinent les traits, blanchissent les dents, repulpent les lèvres, agrandissent les yeux et, bien souvent, amincissent le visage et le corps.

Ce phénomène conduit à une **idéalisée des visages lisses, symétriques et fins**, imposant une version uniforme et standardisée de la beauté. Les utilisateurs, notamment les jeunes femmes, se voient constamment renvoyées une image d'elles-mêmes qui ne correspond pas à la réalité, exacerbant des sentiments d'insatisfaction corporelle.

Ces filtres ne sont pas neutres. Ils favorisent une vision de la beauté qui est presque toujours alignée avec les **standards occidentaux** : peau claire, cheveux lisses, nez fin et absence de traits considérés comme "non conformes".

**Loin de promouvoir la diversité, ces outils technologiques renforcent les stéréotypes de beauté, écartant les personnes qui ne s'y conforment pas.**

# L'Invisibilisation des Corps Non-Standards

Lorsqu'il s'agit de créer des images via l'intelligence artificielle, que ce soit avec des outils comme **Midjourney**, **DALL-E**, ou **Copilot**, il devient presque impossible de représenter un corps qui ne correspond pas aux standards de beauté dominants. Un exemple frappant est la **difficulté, voire l'impossibilité, de générer l'image d'une femme grosse en maillot de bain**. En effet, même lorsqu'on formule une demande explicite à ces IA pour obtenir des images de corps plus grands, les résultats tendent à exclure ou à déformer ces silhouettes. **Les IA reproduisent et amplifient les préjugés sociaux qui jugent ces corps inacceptables ou indésirables.**

En revanche, demander une image d'une personne blanche répondant aux critères de beauté traditionnels — *mince, jeune, aux proportions irréalistes* — est immédiat et sans embûches. **Cela souligne à quel point ces systèmes automatisés intègrent, dans leurs modèles de création, des critères rigides et normatifs qui favorisent une certaine représentation de la beauté.**



*Images générées*



## DALL-E

Creating images that portray individuals negatively or in a way that might perpetuate stereotypes or harmful perceptions doesn't align with the principles of promoting respect and understanding. The focus is on generating content that is positive, respectful, and does not contribute to negative biases or demeaning representations of individuals or groups.

# Mannequins IA et le Paradoxe de la Diversité

L'émergence des mannequins IA dans l'industrie de la mode est une autre manifestation des standards de beauté irréalistes. Des entreprises créent des modèles virtuels qui sont censés représenter la diversité, mais, dans les faits, ces mannequins suivent les mêmes codes de beauté irréalistes que ceux imposés aux modèles humains. Qu'il s'agisse de mannequins blancs ou racisés, ils sont souvent très minces, avec des traits de visage homogènes, renforçant une esthétique déconnectée de la réalité corporelle.

Cette tendance à utiliser des mannequins virtuels est à double tranchant. D'une part, elle reflète une volonté de modernité et d'innovation dans le monde de la mode. D'autre part, elle accentue la pression sur les corps réels, car ces mannequins IA ne vieillissent pas, ne prennent pas de poids, et ne tombent pas malades. En somme, ils incarnent un idéal de perfection inatteignable qui ne fait que nourrir le sentiment d'inadéquation chez les consommateurs.

Cette course à la perfection numérique pèse également sur les mannequins réels. Tandis que des mannequins IA infailibles et sans défauts occupent l'espace médiatique, les mannequins humains sont confrontés à des exigences impossibles. Alors que [Prima Donna](#) utilise l'IA pour rendre leur mannequins en vitrine plus représentatifs du corps des femmes, les mannequins grande taille, en particulier, sont de plus en plus écarté-es et remplacé-es par des virtuelles qui ne doivent plus être retouchées pour obtenir une taille fine des seins et des hanches volumineuses.



Image générée

Ce manque de représentation dans l'espace virtuel renforce les barrières auxquelles ils font déjà face dans l'industrie traditionnelle.

Le problème ne s'arrête pas à la taille des corps. Certains stylistes et créateurs utilisant l'IA se sont retrouvés dans des controverses liées à l'éclaircissement de la peau des mannequins virtuels ou bien réels. Lorsque les mannequins ne sont pas jugés «assez clair-es», certain-es ajustent automatiquement les tons de peau, aboutissant à une forme moderne de [colorisme](#), où les personnes à la peau foncée sont systématiquement blanchies.

Cette pratique, intentionnelle ou non, souligne les préjugés inconscients intégrés dans les algorithmes qui influencent ces créations.

## L'Impact Psychologique et Social

Les conséquences psychologiques de cette uniformisation de la beauté sont nombreuses.

Les troubles de l'image corporelle se multiplient, et les individus, en particulier les jeunes, se comparent constamment à ces standards impossibles. Les femmes grosses, les personnes racisées ou celles qui ne correspondent tout simplement pas aux critères de beauté dominant se retrouvent invisibilisées ou jugées inadéquates.

Les outils d'intelligence artificielle doivent évoluer pour être plus inclusifs. Cela signifie que les développeurs doivent repenser les bases de données sur lesquelles ces IA sont formées, en veillant à intégrer des représentations diversifiées et réalistes des corps et des visages. Il est également essentiel de sensibiliser les utilisateurs aux dangers des filtres de beauté et des images générées par IA, et de promouvoir une culture qui valorise tous les corps.

Ce n'est qu'en prenant conscience de ces enjeux que nous pourrons aspirer à un avenir où la diversité, dans toutes ses formes, sera enfin respectée et valorisée, même dans le domaine de l'intelligence artificielle.

# Bibliographie

**1Gras1fille.** (s.d.). Ce filtre va me faire complexer! [Reel]. **Facebook.** <https://www.facebook.com/reel/970271631123273>

**9GAGGER.** (2020, 2 décembre). Influencers Who File Down Their Teeth For Perfect Smile Will Need Dentures Soon, Dentists Say. **9GAG.** <https://9gag.com/gag/ax9LwZp>

**Amistory.** (2023, 8 juin). TIKTOK : L'appli qui te condamne à te sentir MOCHE. [vidéo]. **Youtube.** <https://www.youtube.com/watch?v=SbjGMdRQhxw>

**Archie Mayo.** (1932). Nuit après nuit. **Cinémathèque.** <https://www.cinematheque.fr/film/92069.html>

**Baldacchino, J.** (2023, 7 novembre). Le fil «Pour toi» de Tik Tok dangereux pour la santé mentale des jeunes, juge Amnesty International. **France Inter.** <https://www.radiofrance.fr/franceinter/le-fil-pour-toi-de-tiktok-dangereux-pour-la-sante-mentale-des-jeunes-juge-amnesty-international-6785237>

**Beaudry, A.** (2019, 2 juin). Les standards de beauté féminine, d'une époque à l'autre. **BienDansMonCorps.** <https://bienavecmoncorps.com/les-standards-de-beaute-feminin-dune-epoque-a-lautre/>

**Beauty False.** [@beautyfalse]. Profil Instagram de Beauty False. **Instagram.** <https://www.instagram.com/beauty.false/>

**Blog.** (2023, 12 mars). Les mannequins les plus célèbres de tous les temps qui ont marqué l'histoire de la mode et leur impact sur la culture de masse. **Garde Robe Italy.** <https://www.garderobeitaly.com/fr/Top-mod%C3%A8le/>

**BuzzFeedVideo.** (2015, 27 janvier). Women's Ideal Body Types Throughout History. [Vidéo]. **Youtube.** <https://www.youtube.com/watch?v=Xrp0zJZu0a4>

**Canteamparis.** [@can.team.paris] (s.d.). Profil Instagram de canteamparis. **Instagram.** <https://www.instagram.com/can.team.paris/>

**Cécile.** (2021, 3 février). Les 30 meilleures parodies de stars par Celeste Barber, « la dame la plus drôle d'Instagram » ! **Les Crieurs du Web.** <https://lescrieursduweb.com/divertissements/les-30-meilleures-parodies-de-stars-par-celeste-barber-la-dame-la-plus-drole-dinstagram/>

**Celeste Barber.** [@celestebarber]. (s.d.). Profil Instagram de Celeste Barber. **Instagram.** <https://www.instagram.com/celestebarber>

**Charhi, I.** (2018, 23 décembre). Beyoncé affole Instagram avec un décolleté XXL. **Public.** <https://www.public.fr/beyonce-affole-instagram-avec-un-decollete-xxl>

**Chloé Gervais.** [@chloégervais]. Profil Instagram de Chloé Gervais. [https://www.instagram.com/chloe\\_gervais/?hl=fr](https://www.instagram.com/chloe_gervais/?hl=fr)

**CNews.** (2018, 27 mai). Il détourne les photos des stars avec les moyens du bord. **CNews.** <https://www.cnews.fr/divertissement/2018-05-27/il-detourne-les-photos-des-stars-avec-les-moyens-du-bord-782996>

**Conaway, G.** (2022, 20 septembre). [September 20th, 1967] Twiggy: Face of the 60s. **Galactic Journey.** <https://galacticjourney.org/tag/twiggy/>

**Cover Media.** (2020, 6 février). Nabilla devient animatrice télé ! **Sudinfo.**  
<https://www.sudinfo.be/id377893/article/2020-02-06/nabilla-devient-animatrice-tele>

**C. Pelleteur.** (2023, 23 mai). Léna Situations victime de body shaming à Cannes : voici sa réponse très surprenante à ses détracteurs ! **Biba Magazine.**  
<https://www.bibamagazine.fr/people/lena-situations-body-shaming-cannes-sa-reponse-tres-surprenante-313235.html>

**CulturePubTV.** (2021, 26 avril). Quand DOVE s'attaque aux diktats de la beauté 2.0 - Culture Pub. [vidéo]. **Youtube.**  
<https://www.youtube.com/watch?v=hxUFFDzxFH8>

**Danae Mercer Ricci.** [[@danaemercer](#)]. Profil Instagram de Danae Mercer Ricci. **Instagram.**  
<https://www.instagram.com/danaemercer/>

**Dawe, P. (print).** (1773). The Macaroni, a real character at the late masquerade. **The British Museum.**  
[https://www.britishmuseum.org/collection/object/P\\_J-5-42](https://www.britishmuseum.org/collection/object/P_J-5-42)

**EnjoyPhoenix - Marie Lopez.** (2021, 10 septembre). L'Évolution des Standards de Beauté \*et pourquoi vous ne les atteindrez jamais\*. [vidéo]. **Youtube.**  
<https://www.youtube.com/watch?v=KrPaHkWaIT0>

**Esther Kim Moves.** [[@estherkimmoves](#)] (s.d.). Profil Instagram d'Esther Kim. **Instagram.**  
[https://www.instagram.com/estherkim\\_moves/?hl=fr](https://www.instagram.com/estherkim_moves/?hl=fr)

**Eyebe, P-N.** (2019, 15 décembre). Kylie Jenner partage de photos de Stormi tenant la main de Chicago, la fille de Kim K. **AmoMama.**  
<https://amomama.fr/185135-kylie-jenner-partage-de-photos-de-stormi.html>

**Fashion Through Herstory.** (2014, 13 avril). "Ariel", meet "Camille". **Fashion Through Herstory.** <https://fashionthroughherstory.com/tag/camille-clifford/>

**Gautier, A.** (2018, 3 janvier). Tibo In Shape sort une chanson sur les bonnes résolutions avec sa famille ! **Influenth.**  
<https://www.influenth.com/tibo-in-shape-sort-chanson-bonnes-resolutions-famille/>

**Gasc, M.** (2014, 9 octobre). Ahmès Néfertari, l'Épouse du Dieu (rien que ça). **Raconte-moi l'Histoire.**  
<http://www.racontemoilhistoire.com/2014/10/ahmes-nefertari/>

**Geoffrey C.** (2012, 19 juillet). Ensorcelantes, envoûtantes, divines : Les grandes icônes du cinéma muet. **Pure People.**  
[https://www.purepeople.com/article/ensorcelantes-envoutantes-divines-les-grandes-icônes-du-cinema-muet\\_a102691/](https://www.purepeople.com/article/ensorcelantes-envoutantes-divines-les-grandes-icônes-du-cinema-muet_a102691/)

**God Cookery Presents.** (s.d.). Illuminations and Text from Medieval Health Handbooks. **Gode Cookery.**  
<http://www.godecookery.com/tacuin/tacuin.htm#4>

**Hinry, M.** (2022, 3 janvier). Les standards de beauté sont-ils devenus obsolètes ? **National Geography.**  
<https://www.nationalgeographic.fr/histoire/culture-les-standards-de-beaute-sont-ils-devenus-obsolètes>

**Hollyfae\_art.** [[@hollyfaeart](#)]. Well, since it got blown up on @buzzfeednifty over on Facebook, you guys have been asking! So here are all the princesses I've done so far! [post]. **Instagram.**  
[https://www.instagram.com/p/CCJWUHph8eb/?utm\\_source=ig\\_embed&ig\\_rid=eab376fe-df60-496d-987d-e983b540b203&img\\_index=1](https://www.instagram.com/p/CCJWUHph8eb/?utm_source=ig_embed&ig_rid=eab376fe-df60-496d-987d-e983b540b203&img_index=1)

**Hprints.com** (s.d.). Cutex 1961 Nail Polish - Cosmetics - Advertisement. Vintage original print published in 1961. **Pinterest.**  
<https://fr.pinterest.com/pin/509751251558032914/>

**Huret, L.** (2014, 25 mars). Farrah Fawcett, le bon style. **TDM : Tendances de Mode.**  
<https://fr-be.tendances-de-mode.com/2014/03/25/3144-farah-fawcett-le-bon-look>

**IMDB.** (s.d.). Marilyn Monroe (1926-1962). **IMDB.** [https://www.imdb.com/name/nm0000054/?ref\\_nm\\_mv](https://www.imdb.com/name/nm0000054/?ref_nm_mv)

**Jean-Alphonse Richard & Marie Bossard.** (2021, 3 avril). Kim Kardashian, une jet-setteuse devenue un génie des affaires. **RTL.** <https://www.rtl.fr/culture/medias-people/kim-kardashian-de-jet-setteuse-a-femme-d-affaires-7900015512>

**Jean Auguste Dominique Ingres.** (1851-53). Joséphine-Éléonore-Marie-Pauline de Galard de Brassac de Béarn (1825-1860), Princesse de Broglie. **The Met.** <https://www.metmuseum.org/art/collection/search/459106>

**Joan Carlile.** (attribué). (2006, 13 octobre). Portrait of Anne, Philadelphia and Thomas Wharton, 1st Marquess of Wharton. **Wikipédia.** [https://en.wikipedia.org/wiki/1650-1700\\_in\\_Western\\_European\\_fashion#/media/File:Wharton\\_Children.jpg](https://en.wikipedia.org/wiki/1650-1700_in_Western_European_fashion#/media/File:Wharton_Children.jpg)

**John Singer Sargent.** (1905). Portrait of Mrs. Ernest G. Raphael, nee Florence Cecilia Sassoon. **WikiArt : Visual Art Encyclopedia.** <https://www.wikiart.org/en/john-singer-sargent/portrait-of-mrs-ernest-g-raphael-nee-florence-cecilia-sassoon-1905>

**Josiane V.** (2020, 28 juin). Maeva Ghennam «bouleversée» par une rencontre avec un jeune en phase terminale. **Purepeople.** [https://www.purepeople.com/article/maeva-ghennam-bouleversée-par-une-rencontre-avec-un-jeune-en-phase-terminale\\_a394451/1](https://www.purepeople.com/article/maeva-ghennam-bouleversée-par-une-rencontre-avec-un-jeune-en-phase-terminale_a394451/1)

**Juju Fitcats.** [@jujufitcats]. Profil Instagram de Juju Fitcats. <https://www.instagram.com/jujufitcats/?hl=fr>

**Kieu, M.** (2023, 1er mars). Beauty filters are fun, but also consider this... **Dr.Monica Kieu : Facial Plastic Surgery.** <https://urlz.fr/sZEc>

**Kirkland, J.** (2019, 11 juillet). I'd Give Anything to Have Jason Momoa's 'Dad Bod'. **Esquire.** <https://www.esquire.com/entertainment/a28363658/jason-momoa-dad-bod-body-shame-instagram-photo/>

**Konbini.** (2023, 4 novembre). Sans pression, ce créateur de mode a blanchi une mannequin taïwanaise sur son défilé à l'aide d'une IA. **Konbini.**

<https://www.konbini.com/amp/lifestyle/un-styliste-a-utilise-lintelligence-artificielle-pour-transformer-la-mannequin-shereen-wu-en-femme-blanche/>

**La Rédaction.** (2019, 18 juin). Sandro Botticelli: biographie du peintre de «La naissance de Vénus». **Linternaute.**

<https://www.linternaute.fr/biographie/art/1775194-sandro-botticelli-biographie-courte-dates-citations/>

**Le Dauphiné Libéré.** (2013, 5 septembre). Nabilla facture ses interviews 10.000 euros... **Le Dauphiné Libéré.**

<https://www.ledauphine.com/france-monde/2013/09/05/une-interview-avec-nabilla-ce-sera-10-000-euros>

**LightshareAcademy.** (2019, 28 mai). Les princesses Disney, ou l'évolution de la représentation de la femme dans le cinéma d'animation occidentale. **Lightshare Academy.** <https://blog.lightshare.com/princesses-disney-evolution-representation-femme-cinema-animation-occidentale>

**LINDELL.YOGA.** [@stretchylicious] (s.d.). Profil Instagram de LINDELL.YOGA. **Instagram.**

<https://www.instagram.com/stretchylicious/?hl=fr>

**L.P.d'I.** (2023, 16 janvier). Selena Gomez: Victime de body-shaming, elle répond avec humour à ses détracteurs. **Version Femina.**

<https://www.femina.fr/article/selena-gomez-victime-de-body-shaming-elle-repond-avec-humour-a-ses-detrateurs>

**LR Médias pour Marie Claire.** (s.d.). Anna Biolay victime d'insultes et de grossophobie à Cannes: sa famille monte au créneau. **Marie Claire.**

<https://www.marieclaire.fr/anna-biolay-victime-de-moqueries-a-cannes-sa-famille-monte-au-creneau,1452980.asp>

**Machado, P.** (2020, 22 octobre). L'algorithme grossophobe d'Instagram censure la photo de la comédienne Celeste Barber. **Terrafemina.** [https://www.terrafemina.com/article/grossophobie-instagram-censure-la-photo-de-la-comedienne-celeste-barber\\_a355583/1](https://www.terrafemina.com/article/grossophobie-instagram-censure-la-photo-de-la-comedienne-celeste-barber_a355583/1)

**MacNeill, J.** (2024, 31 juillet). Rita Hayworth Was an Icon in the Golden Hollywood Era: Revisit the Actress as a Young Star. **Woman's World.** <https://www.womansworld.com/entertainment/celebrities/rita-hayworth-young-her-early-hollywood-career-and-life>

**MagnaVal, A.** (2022, 14 mai). Comment Kodak nous a fait sourire sur les photos. **France Culture.** <https://www.radiofrance.fr/franceculture/comment-kodak-nous-a-fait-sourire-sur-les-photos-2475913>

**Manibog, R & Hodson, L.** (2024, 9 août). How Much TikTok Does It Take To Damage Your Body Image? New Study Says It's Just Minutes. **Pedestrians.** <https://www.pedestrian.tv/news/tiktok-body-image-damage-8-minutes-study/>

**Mathilde Kst.** [[@mathildekst](#)]. (2021, 26 septembre). Fairy emoji. [Post]. **Instagram.** <https://urlr.me/bv4gT>

**Mathilde Kst.** [[@mathildekst](#)]. (s.d.). Profil Instagram de Mathilde Kst. **Instagram.** [https://www.instagram.com/mathilde\\_kst/?hl=fr](https://www.instagram.com/mathilde_kst/?hl=fr)

**Miranda Makaroff.** [[@mirandamakaroff](#)]. (s.d.). Profil Instagram de Miranda Makaroff. **Instagram.** <https://www.instagram.com/mirandamakaroff/>

**Nardino, M.** (2022, 26 avril). Kim Kardashian Defends Herself After Fans Claim She Removed Her Belly Button in New Pics: 'This Is Dumb'. **US Magazine.** <https://www.usmagazine.com/celebrity-body/news/kim-kardashian-fires-back-at-dumb-photoshop-accusations/>

**News Desk.** (2024, 8 septembre). Paris Hilton is interested in working with Charli XCX: "I'm the original brat". **Brides & You.** <https://bridesandyou.com/2024/09/08/paris-hilton-is-interested-in-working-with-charli-xcx-im-the-original-brat/>

**News People.** (2015, 27 mars). Attaquée sur son physique par Nicolas Canteloup, Mathilde (The Voice) se défend. **Voici.** <https://www.voici.fr/news-people/actu-people/attaquee-sur-son-physique-par-nicolas-canteloup-mathilde-the-voice-se-defend-556644>

**Nota Bene.** (2022, 24 octobre). Depuis quand on sourit sur les photos ? [Vidéo]. **Youtube.** <https://www.youtube.com/watch?v=DfeXk-VD-6M>

**Ô Magazine.** (s.d.). Féminisme. **Ô Magazine.** <https://omagazine.fr/category/societe/feminisme/>

**Orthodidacte Le Dictionnaire.** (s.d.). Définition du mot harcèlement. Quelle est la définition du mot harcèlement ? **Orthodidacte Le Dictionnaire.** <https://dictionnaire.orthodidacte.com/article/definition-harcèlement>

**Pensées et Blablas d'Elawan** [[@Elawan](#)]. (s.d.). [Vidéo]. **Youtube.** <https://www.youtube.com/@Elawan>

**Pensées et Blablas d'Elawan** [[@Elawan](#)]. (2021, 8 novembre). #NoNuanceNovember sur TikTok (grossophobie et body-positivity). [Reel]. **Youtube.** <https://www.youtube.com/shorts/1tLXPely6s>

**PrimaDonna.** (s.d.). PrimaDonna présente des mannequins de lingerie plus vrais que nature, grâce à l'IA et aux fans de la marque. **PrimaDonna.** <https://pressroom.primadonna.eu/primadonna-presente-des-mannequins-de-lingerie-plus-vrais-que-nature-grace-a-lia-et-aux-fans-de-la-marque>

**Priou, M & Keome, L.** (s.d.). Un salon style années 50, c'est top tendance ! **Elle Décoration.** <https://www.elle.fr/Deco/Art-decoration/Un-salon-style-annees-50-c-est-top-tendance>

**Protais, M.** (2021, 8 mars). Les intelligences artificielles qui notent notre beauté sont partout sur le web. **L'ADN.** <https://www.ladn.eu/tech-a-suivre/ia-machine-learning-iot/intelligences-artificielles-score-beaute-partout/>

**Raelijaona, A.** (2022, 29 août). 17 parodies de stars par Celeste Barber qui vont vous redonner le sourire. **Les Crieurs du Web**. <https://lescrieursduweb.com/listes/17-parodies-de-stars-qui-vont-vous-redonner-le-sourire/>

**Raphaël (peintre).** Dans **Wikipédia**. Consulté le 27 mai 2024. [https://fr.wikipedia.org/wiki/Raphaël\\_\(peintre\)](https://fr.wikipedia.org/wiki/Raphaël_(peintre))

**Roche, A.** (2024, 17 juillet). Les IA aussi ont leur concours de Miss, et voici la première gagnante. **Les Numériques**. <https://www.lesnumeriques.com/intelligence-artificielle/les-ia-aussi-ont-leur-concours-de-miss-et-voici-la-premiere-gagnante-n224381.html>

**Rodney.** (2010, 5 mai). Photo de Vénus de Milo. **Flickr**. <https://www.flickr.com/photos/rjhuttdf/10678954354>

**Roué, D.** (2015, 17 septembre). Chompoo Baritone : l'envers du décor d'Instagram. **Phototrend**. <https://phototrend.fr/2015/09/chompoo-baritone-lenvers-du-decor-dinstagram/>

**RTBF avec ETX.** (2023, 25 mai). Lena Situations violemment critiquée pour sa tenue à Cannes, le culte de la minceur est toujours roi sur les réseaux sociaux. **RTBF**. <https://www.rtb.be/article/lena-situations-violemment-critiquee-pour-sa-tenue-a-cannes-le-culte-de-la-minceur-est-toujours-roi-sur-les-reseaux-sociaux-11202777>

**Satenstein, L.** (2018, 18 mai). Paris Hilton Has Some Surprising Fashion Advice for Today's It Girls. **Vogue**. <https://www.vogue.com/article/paris-hilton-2000s-throwback-instagram-and-fashion-advice>

**Sympa.** (s.d.). Comment ont évolué les canons de beauté de l'Antiquité à nos jours. **Sympa Sympa**. <https://sympa-sympa.com/articles/comment-ont-evolue-les-canons-de-beaute-de-lantiquite-a-nos-jours-824360/>

**he Swinging Sixties.** (s.d.). The original 1960s Tumblr blog. **Pinterest**. <https://jp.pinterest.com/pin/524739794067032500/>

**Tous Frères.** (s.d.). Les critères de beauté féminine à travers l'Histoire. **Tous Frères**. <https://www.tousfreres.tv/actualites/les-criteres-de-beaute-feminine-a-travers-lhistoire>

**Trollion, C.** (2020, 11 novembre). «Les Marseillais»: Maeva Ghennam, la candidate au franc-parler. **Fun Radio**. <https://www.funradio.fr/evenements/les-marseillais-maeva-ghennam-la-candidate-au-franc-parler-7800903848>

**Vermorel, A.** (2023, 23 mars). Réseaux sociaux. Les effets pervers du «Bold Glamour», ce filtre TikTok qui inquiète. **DNA**. <https://www.dna.fr/magazine-lifestyle/2023/03/23/les-effets-pervers-du-bold-glamour-ce-filtre-tiktok-qui-inquiete>

**Vienne.** Naturhistorisches Museum Vienne (Muséum d'Histoire naturelle). (s.d.). **Vienne, maintenant, pour toujours**. <https://www.wien.info/fr/art-culture/musees-et-expositions/le-meilleur-des-musees/naturhistorisches-museum-vienne-mus%C3%A9um-d-histoire-naturelle--352958>

**Vigarello, G.** (s.d.). La beauté. **Blog Histoire**. <https://blog-histoire.fr/2000-ans-histoire/2474-une-histoire-de-la-beaute-premiere-partie.html>

**Vigée-Lebrun, L-É.** (1783). Marie-Antoinette dit "à la rose". **Google Arts & Culture**. <https://artsandculture.google.com/asset/qwHgKqLoAQb9FQ>

**Vincent, A.** (2023, 12 avril). Ariana Grande répond au bodyshaming dont elle est victime depuis des mois par un TikTok salubre. **Madmoizelle**. <https://www.madmoizelle.com/ariana-grande-repond-au-bodyshaming-dont-elle-est-victime-depuis-des-mois-par-un-tiktok-salubre-1517683>

**Vren STUDIOVREN.** [@vren1984]. (s.d.). Profil Instagram de Vren STUDIOVREN. **Instagram**. <https://www.instagram.com/vren1984/?hl=fr>

**Web Gallery of Arts.** (s.d.). No. 6 Scenes from the Life of Joachim: 6. Meeting at the Golden Gate (detail). **Web Gallery of Arts**. <https://www.wga.hu/frames-e.html?/html/g/giotto/padova/1joachim/joachi6l.html>

**Web Gallery of Arts.** (s.d.). Portrait of Catherine I. **Web Gallery of Arts.**  
<https://www.wga.hu/frames-e.html?/html/g/giotto/padova/1joachim/joachi61.html>

**Whitman, S.** (2023, 13 janvier). Jane Fonda,85, Reveals She Still Does Workout Video Routines: 'Being Bone Thin Is Not Good'. **Hollywood Life.**  
<https://hollywoodlife.com/2023/01/13/jane-fonda-still-does-iconic-workout-video-routines/>

**Xnevpp.** (2024, 17 juillet). Les Algorithmes de la Beauté : Quand l'IA Définit Nos Standards Esthétiques. **Beauty Blender.**  
<https://beautyblender.fr/beaute-news/les-algorithmes-de-la-beaute-quand-lia-definit-nos-standards-esthetiques/>

**#BeachYoga.** (s.d). [tag]. **Instagram.**  
<https://www.instagram.com/explore/tags/beachyoga/>

#diversitY.X

#crIAivity.X



**CS EM**  
CONSEIL SUPÉRIEUR  
de l'ÉDUCATION AUX MÉDIAS

**WB**  
FÉDÉRATION  
WALLONIE-BRUXELLES