

# 'HEEL TOF DAT VROUWEN DE MACHT HEBBEN'

**HANNAH STOVE**

Ze zijn jong, creatief en sociale media zijn onmisbaar in hun carrière. Daarmee leggen ze contacten, verdienen ze geld en bewaken ze hun imago. 'Mijn foto's laten een ideaalbeeld van me zien.' Is dat erg? 'De neiging om te vergelijken is bij jongeren sowieso al groot.'

Depressiviteit. Concentratiestoornissen. Een slechter zelfbeeld. Bang zijn om van alles in het leven te missen, oftewel Fomo: fear of missing out. Relatieproblemen. Getreiterd worden door griezelige reaguurders. Wraakporno. Slaapproblemen. Anorexia.

Wie een rondje googelt naar de gevolgen van sociale media, krijgt een hoop narigheid voor zijn kiezen. Vooral kinderen en millennials zouden massaal de negatieve gevolgen van de nieuwe media ervaren. Van recente nieuwskoppen als 'Kinderen voelen zich lelijk door social media' (Metro), en 'Jongeren depressief door Instagram' (RTL Nieuws) kijkt geen mens meer op.

De negatieve geluiden omtrent sociale media en jongeren lieten afgelopen december zelfs de alarmbellen rinkelen bij de reclamemakers van Sire. Met veel bombarie lanceerden zij The good life agency, een nep-

bureau zou later blijken, dat je online imago tegen betaling zou opkrikken in de vorm van likes, volgers of zelfs een gefingeerde one-nightstand. Het doorslaan in het creëren van een perfect beeld is een serieus maatschappelijk probleem aan het worden, zei Siredirecteur Lucy van der Helm toen. Jongeren zouden zich niet zo druk moeten maken om wat anderen van ze denken, en zich niet de hele tijd met anderen moeten vergelijken.

Nou klikken negatieve koppen natuurlijk lekker weg en spreekt een nieuwtijdsziekte als een Whatsappverslaving tot de verbeelding. Maar in de wetenschappelijke wereld is lang niet iedereen overtuigd van al die negatieve eigenschappen die sociale media zouden hebben.

Patti Valkenburg, hoogleraar Media, Jeugd en Samenleving aan de Universiteit van Amsterdam, schreef met Jessica Piotrowski het boek *Plugged in*, dat vorige week uitkwam. Valkenburg en Piotrowski deden een groot literatuuronderzoek naar de zonnige en donkere kanten van media in het leven van kinderen en jongeren. Ze kwamen tot de conclusie dat ze in al die studies naar sociale media weinig aanwijzingen kunnen vinden voor zulke negatieve effecten, zegt Valkenburg.

"Er wordt weleens een negatief effect waargenomen, maar dat is nooit groot. De gevaren gelden alleen voor de jongeren die echt te veel gebruikmaken van sociale media. En dat is maar een kleine groep. Je kunt pech hebben en te maken krijgen met cyberpesten of revenge porn. Dat kan enorme ellende veroorzaken, ik wil echt geen halleluja-verhaal ophangen. Maar ook die gevallen zien we weinig."

Veel van de problemen die soms worden toegeschreven aan sociale media hebben te maken met de gevoeligheid die sommige jongeren daar sowieso al voor hebben, zegt Valkenburg. Wie zich maar blijft vergelijken met anderen en een rotgevoel krijgt omdat die een veel flitsender leven lijken te leiden, zou dat waarschijnlijk ook met een succesvolle vriendin of buurman hebben.

En de meisjes die een verstoord zelfbeeld menen te krijgen van het urenlang turen naar selfies van hippe influencers, zouden waarschijnlijk ook onzeker zijn in een tijdperk waarin ze alleen via de Hitkrant en de Soundmixshow met schoonheidsidealen zouden worden geconfronteerd. Valkenburg: "Die neiging is bij jongeren sowieso al groot. Dat neemt af in de volwassenheid."

### **Ontremmende werking**

Wat betreft de voordelen van sociale media was de oogst na het onderzoek van Valkenburg en Piotrowski dan weer groter. Zo wordt een platform als Facebook vooral gebruikt om vriendschappen te onderhouden of om weer eens af te spreken met een uit het zicht geraakte klasgenoot.

Daarnaast hebben sociale media een ontremmende werking. Dat kan betekenen dat je ineens heel gemene comments gaat schrijven onder een vlog van Enzo Knol, gewoon, omdat je zo'n grafhekel aan hem hebt, maar zorgt er bij veel jongeren ook voor dat ze makkelijker over persoonlijke onderwerpen praten. "Wat jongeren niet in face to face-situaties tegen elkaar zouden zeggen, spreken ze op sociale media wel uit. Vooral jongens durven er veel directer te zijn."

Voor seksuele minderheidsgroepen zijn sociale media de laatste jaren al helemaal een uitkomst gebleken, zegt Valkenburg. "Zij hebben veel

minder kans om in een offline situatie gelijkgestemden tegen te komen. Nu komen ze razendsnel met elkaar in contact."

Vooraf via Instagram en YouTube wordt bovendien heel wat geld binnengeharkt. Influencers kunnen duizenden euro's per foto of video vangen door een gesponsorde tandenbleekbehandeling te ondergaan of een spijkerbroek te dragen.

En het zijn vooral vrouwen die de dienst uitmaken in die wereld. Zakenblad Forbes maakt elke drie maanden een top dertig van de best presterende influencers, en weegt daarvoor zaken als het aantal volgers, het bereik en het aantal lucratieve deals. Die lijst wordt overwegend bevolkt door vrouwen; in die van april waren 24 van de 30 insta-celebrity's van het vrouwelijk geslacht. Het Britse marketingbureau Influencer meldde vorige maand bovendien dat vrouwen gemiddeld 35 procent meer kunnen rekenen dan hun mannelijke collega's voor hetzelfde werk.

### **Van een andere kant**

Ook in het Amsterdamse creatieve wereldje weten vrouwen op professioneel gebied handig gebruik te maken van de mogelijkheden die sociale media bieden. De Vlaamse fotograaf Sophie van der Perre, die tien jaar in Amsterdam woont, heeft een grote vriendinnengroep met actrices, regisseurs en modellen. Van der Perre ziet hoe belangrijk Instagram, Facebook en YouTube zijn geworden om jezelf in the picture te zetten, contact te leggen met potentiële opdrachtgevers of mensen uit dezelfde business te ontmoeten.

Met boezemvriend Martijn Nekoui wijdde ze een fotoproject aan die vriendinnen. Van der Perre: "Ik wilde ze graag eens van een andere kant laten zien, door ze uit hun comfortzone te halen. Daarom fotografeerde ik ze in hun slaapkamer, zonder dure kleding of veel make-up,

en met een analoge camera waarop de foto niet even kan worden goedgekeurd. Daar voelde niet iedereen zich even comfortabel bij."

## **De tentoonstelling Amsterdamed Girls is tot 1 juli te zien in X Bank, Spuistraat 172**

### **'ZE VRAGEN BIJ EEN CASTING HOEVEEL VOLGERS JE HEBT'**

#### **Anine van Velzen (22), model:**

"Ik werk nu vier jaar fulltime als model, maar merk vooral de laatste tijd dat sociale media heel belangrijk zijn geworden in de mode-industrie. Klanten kijken of mijn look en persoonlijkheid ze aanspreekt. Mijn agentschap stimuleert me daarom om naast foto's van mezelf ook regelmatig dingen te delen die ik tof vind, bijvoorbeeld kunst, muziek of kleding. En ik hoor inderdaad vaak dat ik geboekt ben omdat ze wat ik op Instagram doe cool vinden. De jonge modellen die daar wat hulp bij nodig hebben, kunnen zelfs op een soort Instagramles bij het bureau.

Ik heb er wel moeite mee als onder mijn foto's wordt geschreven dat ik zo perfect ben. De foto's die ik plaats, laten een ideaalbeeld van me zien; en er zit veel werk in. Dat besef ik ook als ik naar foto's van andere vrouwen kijk.

Het enige vervelende aspect is dat je als model ook kunt worden afgerekend op je online prestaties. Sommige merken vragen bij een casting hoeveel volgers je hebt en baseren daarop hun keuze.

Je kunt qua uiterlijk nog zo goed bij het merk passen, met driehonderd volgers is de kans dat je wordt geboekt erg klein."

### **'HET WAS HET BEGIN VAN MIJN CARRIÈRE'**

**Olivia Lonsdale (22), actrice:**

"Ik speelde twee jaar geleden in de clip van Drank & drugs, het nummer van Lil' Kleine en Ronnie Flex. Door YouTube is dat filmpje razendsnel verspreid en werd ik ineens bekend. In die zin hebben sociale media een grote rol in mijn leven gespeeld, want het was het begin van mijn carrière. Maar nu gebruik ik ze alleen nog maar voor de lol. Er wordt veel geklaagd over sociale media, maar ik zie het als iets leuks en gezelligs. Ik houd van fotografie en plaats graag impulsieve, spontane foto's. Als ik naar mijn Instagramprofiel kijk word ik blij, het is eigenlijk een fotoalbum waar ik lekker doorheen kan bladeren. En dat moet vooral zo blijven.

Merken benaderen me zeker een aantal keer per week voor samenwerkingen, maar ik laat me alleen af en toe sponsoren door Nike, omdat ik dat echt een vet merk vind. Ik zou er wel betaald voor kunnen krijgen, maar dat wil ik niet. Soms is het bijna niet meer te zien of bloggers iets dragen omdat ze het écht mooi vinden of omdat ze er geld voor krijgen. Dat past niet bij mij."

**'HET BESTE VISITEKAARTJE DAT ER BESTAAT'**

**Lara Verheijden (25), fotograaf en filmmaker:**

"Sociale media spelen zeker een grote rol in mijn leven. Instagram is alsof ik mijn eigen tijdschriftje heb.

Het is ontzettend makkelijk om contact te maken met creatieven in andere landen. Ik deed in september een shoot voor een modeontwerper en vond binnen twee dagen alle modellen via Instagram.

Ik volg niet zoveel mensen, vooral geen andere fotografen en filmmakers uit de Amsterdamse scene. Dan ga ik toch denken: waarom zit die-

gene wel in New York en ik niet? Wat is dat voor stomme shoot? Waarom liken mensen dit? Ik heb geen zin om door mijn feed te scrollen en me te ergeren of kut te voelen, dus sommige mensen ontvolg of ontwijk ik.

Sociale media kunnen best vermoeiend zijn. Ik ben er zeker een paar uur per dag mee bezig. Maar ze kunnen ook ontzettend leuk en stimulerend zijn, ze geven me de mogelijkheid de dingen te doen die ik vet vind. Door Instagram heb ik binnenkort een show in de Amsterdamse galerie Gabriel Rolt, met alleen mijn Instafoto's. Sociale media zijn het beste visitekaartje dat er bestaat."

## **'VROUWEN HEBBEN ONLINE DE TOUWTJES IN HANDEN'**

### **Yokaw Pat (32), foodblogger en visagist:**

"Sinds ik mijn werk als foodblogger en visagist plaats, weten artdirectors, redacteuren van modebladen en anderen uit de creatieve industrie me goed te vinden. Ik vind het prettig dat ik nu word gevraagd vanwege mijn stijl, niet omdat ik gewoon een van de vele visagisten of bloggers in een dozijn ben. Daardoor hoef ik geen opdrachten meer te doen die ik niet leuk vind. Vogue heeft mij er zelfs ontdekt en daar blog ik nu tweewekelijks. Het modemerkt & Other Stories vroeg me recepten te maken. Ik heb een nieuwe markt aangeboord. Via Instagram heb ik veel kunstenaars en creatieven gevonden die dezelfde esthetiek nastreven als ik.

Wat ik vooral heel tof vind, is dat vrouwen er de macht hebben. Sterke vrouwen zoals Anna Nooshin hebben het helemaal gemaakt, ook nog door de steun van hun meestal vrouwelijke volgers. Zij hebben online de touwtjes in handen."

## **'SOMS WORD IK ER WEL ONZEKER DOOR'**

### **Anna Nooshin (30), online influencer:**

"Ik kan nu zeven jaar rondkomen als influencer. Omdat de foto's en filmpjes die ik op Instagram en YouTube plaats mijn werk zijn, besteed ik daar een groot deel van mijn dag aan. Ik vind dat waarschijnlijk als een van de weinigen niet vervelend; ik geniet ontzettend van mijn werk en het wordt beter als ik er veel tijd in stop.

Als ik met geliefden ben, heb ik geen moeite om mijn telefoon weg te leggen. Ik gebruik sociale media ook veel voor mijn plezier; ik krijg inspiratie van de posts van anderen, bekijk graag interieurs en vind het vooral te gek dat ik er zoveel mensen door ontmoet. Als ik in het buitenland ben en zin heb om nieuwe mensen te leren kennen, kan dat zoveel makkelijker.

Wel kan ik soms onzeker worden doordat ik mezelf vergelijk met anderen. De laatste tijd lukt het me beter om niet te vaak naar anderen te kijken. Ik vind de mogelijkheden van sociale media te gek. Maar je moet het allemaal ook met een korrel zout nemen."

## **'IK BESLIS WAT ER VAN MIJ WORDT GEZIEN'**

### **Gaite Jansen (25), actrice:**

"Ik ben veel meer bezig met sociale media dan ik ooit had gedacht, omdat ik ze ben gaan zien als een onderdeel van mijn vak. Net als foto-shoots, interviews, de rode loper en het bekend zijn. Het wordt me niet gevraagd, maar ik weet dat producenten het fijn vinden dat ik een film zo kan promoten. Wat ik vooral prettig vind aan sociale media is dat ik er de baas ben. Ik kan helemaal beslissen wat er van mij wordt gezien.



Ik merk wel dat sociale media invloed kunnen hebben op mijn gevoel. Als ik me eenzaam voel en ik op Instagram kijk, kan dat gevoel nog groter worden omdat het lijkt alsof de rest het wel fantastisch heeft. Ik weet wel dat Instagram één groot filter is, maar toch gebeurt het soms. Andersom ook: ik heb laatst een foto van mezelf uit een fotoshoot gepost omdat ik een slechte dag had. De reacties en likes maakten me vrolijk, en een beetje zelfverzekerder. Ik heb er later wel heel hard om gelachen met een vriendin, dat mijn brein kennelijk zo werkt."