

Instagram i la maternitat perfecta

«Imatges que ens venen molt vinculades a la maternitat, però que no s'assemblen gens ni mica, a la nostra maternitat»



Instagram | Adrià Costa

Vinc a descobrir-vos (per si algú encara no ho sabia) que Instagram és la xarxa social per excel·lència de la maternitat. Ho és per diversos motius, però n'hi ha tres de molt importants.

El primer és molt físic: la seva accessibilitat. Amb una sola mà, ho pots tenir tot, i això és clau durant la criança. Per exemple: durant la lactància materna, pots tenir la criatura enganxada al pit i amb una sola mà navegar per tot l'univers instagramer. I repartir *likes* allà on vulguis. Mentre arrossegues el cotxet amb una sola mà, pots tenir l'altra enganxada al mòbil per xafardejar aquella etiqueta de receptes sense sucre que potser mai cuinaràs. En els dos casos el dit gros és la clau de navegació de la xarxa.

El segon motiu és de continguts: hi ha molts perfils i continguts especialitzats. M'atreviria a dir que es tracta d'un univers infinit de perfils que ens poden informar (o desinformar) d'absolutament tot el que volem saber, i també, d'allò que no volíem saber. Fins hi tot d'allò que ni sabíem que volíem saber.

El tercer és el seu format: en moments de criança la capacitat de llegir textos llargs justeja. Les neurones després de mal dormir estan foses, i les interrupcions són constants. La lectura en diagonal d'Instagram i el format visual, són perfectes per aquesta etapa. Però feta la llei, feta la trampa.

Quins són els perills de la xarxa instagramer?

El primer i més important, és la falsa realitat que mostra: la d'una maternitat perfecta. Instagram és ple de cases amb moltes criatures amb un ordre i decoració que semblen extrems de revistes de tendències de la llar. Habitacions infantils d'un nivell de *cuquisme* allunyat de la nostra jungla familiar. Criatures amb una indumentària que semblen de porcellana i que no s'embrutin cada dia de la vida. Al cap i a la fi, imatges que ens vénen molt vinculades a la maternitat però que no s'assemblen gens ni mica, a la nostra maternitat. I això pot provocar frustracions, malestars i comparacions odioses i destructives.

Òbviament també molts usuaris que no són així. N'hi ha que ens poden fer pixar de riure parlant de paternar, que ens poden ajudar a crear comunitat, que ens donaran informacions superútils i interessants, que ens agraden perquè ens hi sentim identificades? existeixen i en són molts, però cal ser selectius.

Un altre dels perills és que se'ns generin i multipliquin les falses necessitats. És un terreny on la publicitat ha entrat amb força i estem constantment rebent informacions de productes que ens salvaran la vida. És obvi, però cal que ens ho recordem sovint. Uiii! També hi ha informació molt útil, però hem de ser curosos. Així que busquem-ne solucions.

Consells per a una navegació sana. Avui aniré de senyora que ho sap tot i us donaré uns quants consells per navegar sanament a la xarxa social de fotografies i vídeos:

Feu unfollow a tots aquells comptes que per vosaltres, siguin tòxics. No vol dir que ho siguin per tothom, però si a vosaltres el que hi veieu us provoca comparacions indesitjables amb la vostra realitat i no sou capaços de veure que tot està passat per filtres cuquis, feu un click i deixeu de seguir.

No us creeu falses necessitats: recordeu que molt sovint el que estan publicant els comptes amb més seguidors són anuncis de productes que possiblement, a la vida real, no són tan útils. A la vida Instagram, sembla que sí. La majoria de nosaltres, vivim a la vida real.

Deixeu de participar i marejar a la gent normal del vostre entorn mencionant-los en concursos que els hi són ben bé igual.

Seguiu aquells comptes que us facin riure, que us posin de bon humor, que us descobreixin coses realment útils, que reflexionin sobre allò que us interessa.

