

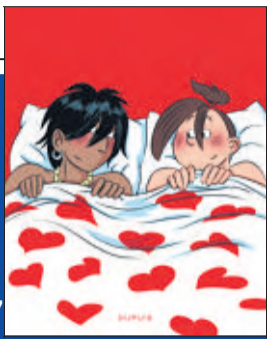
Genève Sammedi



KEystone

BD Tamara conte l'éveil à la sexualité d'une ado avec tact et romantisme.

Page 27



RUES La rue des Alpes offre deux visages: les petits hôtels où l'on monte et les grands où l'on descend. Page 25

MUSIQUE Malade, Keith Jarrett sort «Testament». Son dernier album?

Page 26

Facebook m'a presque sauvé la vie

■ Guéri, **Arnaud Cerutti** explique le rôle capital que ce site a joué pour le sortir d'une grave dépression.

■ Au-delà de cet exemple hors du commun, les usagers louent les nombreuses utilisations des réseaux sociaux.



Postée sur son profil Facebook, cette photo a déclenché l'hospitalisation et le processus de guérison d'Arnaud. (P. FRAUTSCHI)

LE RÉCIT

MARIE PRIEUR

Lorsqu'il s'est agi d'écrire un article sur l'influence que peut avoir un réseau social tel que Facebook dans la vie de ses usagers, on ne pensait pas trouver l'exemple le plus percutant au sein même de la rédaction de la *Tribune de Genève*. C'est pourtant ce qui s'est produit. L'appel a été lancé sur différents «murs» (pages personnelles sur Facebook) et la réponse du journaliste Arnaud Cerutti avait de quoi interpellier: «Facebook m'a pour ainsi dire sauvé la vie», résume le jeune homme de 24 ans.

A l'automne 2008, après différents passages à vide, il tombe dans une grave dépression, accompagnée d'anorexie atypique. «Dès novembre, j'étais à la maison. A partir de ce moment-là, j'avais peur de me voir moi-même, a fortiori, je ne voulais voir personne et surtout ne pas avoir à me raconter.»

Un enfermement qui se prolonge des mois durant. En janvier 2009, répondant à une énième sollicitation, il s'inscrit sur Facebook. «Avant, je trouvais que ça n'avait aucun intérêt.» Les amis s'ajoutent un par un. La famille, les potes du foot, les vieilles connaissances demandent des nouvelles, chat-

tent avec lui. Pendant cette période, il passe environ trois heures par jour et une à deux heures le soir sur Facebook.

«Dans la bulle dans laquelle j'étais, c'était une petite fenêtre vers les autres.» Et d'ajouter: «Avant Facebook, je pensais ne plus avoir d'ami. Quand tu es en dépression, tu te sens comme une merde. Voir que des gens s'intéressaient à moi, cela m'a encouragé à sortir de ce néant.»

Alors qu'il avait auparavant une vie sociale intense, entre son travail, ses amis, ses activités sportives, Arnaud Cerutti est à cette époque déconnecté de la vie réelle. «J'avais 150 à 200 amis sur Facebook alors que je ne voyais personne!» Une vie virtuelle beaucoup plus intense que la vie réelle.

Le 15 avril, consultant son mur, Arnaud choisit de modifier son profil. «Je n'avais que de vieux clichés, j'ai pris une photo avec mon ordi portable et je l'ai postée sur mon profil. A ce moment-là, même si je n'en avais pas conscience, je n'étais plus qu'un squelette avec la peau sur les os.» Cette photo va avoir l'effet d'une bombe. Son frère la transmet à leur père. «On était en froid, je ne le voyais plus depuis deux ou trois mois», raconte-t-il.



Sorti de la galère! Arnaud Cerutti sait que sans l'intervention de sa famille mais aussi d'une énigmatique Mme Inch, il ne serait peut-être pas là pour témoigner aujourd'hui. (PASCAL FRAUTSCHI)

Comprenant la gravité de la situation, son père décide d'agir. Il le dénonce au Conseil de surveillance psychiatrique (CSP). «Un jeudi après-midi, j'étais sur ma terrasse et j'ai reçu un coup de fil. Une voix m'a annoncé que je devais aller dès le lendemain matin voir un psychiatre.» Jugeant que sa vie est en danger, le spécialiste l'envoie directement aux Urgences.

Après cinq jours en unité de transition, il est transféré à l'unité de psychiatrie hospitalière adulte. «C'était le 28 avril à 15 h, se souvient le jeune homme. J'y suis resté enfermé trois mois, dans une chambre avec des chaînes à la fenêtre.»

Privé de télévision, d'ordinateur, de radio, il n'a pas non plus le droit de lire ou d'écrire durant la première semaine. Les contacts avec l'extérieur se limitent aux rendez-vous hebdomadaires d'une heure avec la

famille en présence des médecins et des infirmières.

«Matin, midi, soir, on est dans une analyse perpétuelle de soi-même, de ses problèmes, poursuit Arnaud Cerutti. J'ai toujours voulu me soigner, m'en sortir. Cela a été une épreuve mais j'étais mûr pour entamer le processus de guérison.»

Sorti fin juillet, il a repris le travail à la TG et ne voit plus la vie de la même façon. «Je ne suis pas millionnaire, mais je suis le plus heureux des hommes.» Quant à Facebook: «C'est devenu un outil pour exprimer cette joie de vivre. Je m'en sers aussi pour fixer des rendez-vous, comme déclencheur d'une vie sociale tout à fait concrète.» A l'image de l'invitation qu'il compte lancer sur le site pour fêter ses 25 ans en fanfare.

Suite en page 22

PUBLICITÉ

Banque Baring Brothers Sturdza & Banque Paris Bertrand Sturdza présentent un

CONCERT unique

Ensemble **Rumi**

Photographies de **Reza**
Un pont entre l'Orient et l'Occident

LOCATION: **fnac**

JEUDI 8 OCTOBRE 09
BÂTIMENT DES FORCES MOTRICES, GENÈVE
EXPOSITION REZA DÈS 10 H. / CONCERT À 20 H.

www.webistan.com - www.ainaworld.org - www.bbbsa.ch

Ce projet est dédié à toutes celles et ceux qui ont consacré leur vie, ou l'ont l'histoire de l'humanité, à l'amour, à la paix et aux valeurs de justice et de liberté.

© Reza/Webistan



Les outils de communication modernes, tel l'iPhone, permettent de rester «connecté» en permanence. (PAOLO BATTISTON)



Plus de 10 000 «amis». Tel est le score actuel de Darius Rochebin. Très utile pour lancer des appels à témoins. (DR)



Stéphane Koch, spécialiste du Web, se sert de son propre profil comme interface de débat et d'informations. (LAURENT GUIRAUD)

Pro ou perso, à chacun son utilisation des réseaux sociaux

«» Suite de la page 21

Trois cents millions de personnes dans le monde utilisent Facebook. Un chiffre qui a connu une progression particulièrement forte cette année, avec une hausse de 100 millions entre avril et septembre. En Suisse, notamment, le succès de ce réseau social ne se dément pas. Quant aux usages, ils sont multiples et variés. Comme le prouvent les témoignages qui ont fait suite à notre appel via Facebook, bien entendu.

«Vos amis sont sur Facebook, vous devez y être!»

STEPHANE KOCH,
SPECIALISTE DU WEB

«J'ai retrouvé des amis de première enfance et je reste en contact avec certains membres de ma famille vivant loin d'ici, précise Charlotte Peccar, Genevoise de 18 ans. Ainsi, on a régulièrement des nouvelles, notamment grâce aux photos, sans forcément avoir à se téléphoner ou à s'écrire.»

Tel est d'ailleurs l'usage le plus fréquent des réseaux sociaux. Stéphane Koch, spécialiste du Web, décrypte leur incroyable succès: «Tout d'abord, il n'y a nul besoin de connaissances spécifiques pour exister sur ces réseaux. De plus, on dispose aujourd'hui d'une bien meilleure connaissance d'Internet qu'auparavant. Enfin, une sorte de pression sociale s'exerce sur les individus. Du type: vos



Parmi tous les réseaux, la suprématie de Facebook est désormais incontestable. (CHRIS BLASER)

amis sont sur Facebook, vous devez y être!»

Et de souligner que via le profil et les informations données sur ce site «naît la notion d'identité numérique. Une sorte de mélange entre ce qu'on est réellement, la manière dont on aimerait être vu et ce que les autres perçoivent de nous.»

Au-delà de l'usage privé qu'en font nombre d'internautes, beaucoup se servent de ce réseau à des fins professionnelles. Tel Nicolas Ruchonnet, qui a

trouvé sur ce site un excellent moyen de promouvoir sa jeune société. Ou encore Vincent Horodate, organisateur d'événements. «L'avantage est que l'on peut toucher beaucoup de personnes. L'une des possibilités est de cibler quelques invités qui ensuite créent le buzz.»

Canal d'information

Ces sites s'avèrent aussi être de formidables canaux de débats publics, d'informations. Les journalistes l'ont bien saisi.

Ainsi, Darius Rochebin lance fréquemment des appels sur son mur pour alimenter le TJ, profitant de son incroyable réseau. Cumulant trois profils (le nombre d'amis étant limité à 5000), le présentateur compte plus de 10 000 amis auxquels s'ajoutent 8000 demandes en attente. «On l'a fait pour la rougeole, l'assurance maladie... Cela marche très bien. Les chercheurs de la TSR ont accès à mon mur et peuvent ainsi faire le tri. Pour le reste, je suis le seul à gérer mon

Facebook, Twitter et les autres...

Ayant chacun leurs spécificités, les réseaux sociaux cartonnent d'un bout à l'autre du globe. Petit tour d'horizon.

■ **Facebook** est l'incontestable numéro un en Suisse et dans le monde. Disponible en 65 langues, ce réseau social compte plus de 300 millions d'utilisateurs actifs.

■ **Twitter** est un outil de micro-blogging. Son principe consiste à répondre à cette question: «Qu'es-tu en train de faire?» Les réponses, appelées tweets, soit «gazouillis», ne doivent pas excéder 140 caractères. Elles peuvent être envoyées via Internet, messagerie instantanée ou SMS.

■ **LinkedIn** est quant à lui un réseau professionnel. Il compte 46 millions de membres dans plus de 200 pays. «Notre mission est de connecter les pro-

fessionnels du monde entier pour booster leur succès», résumant les inventeurs du concept.

■ Avec **MySpace**, ce sont les artistes qui entrent en scène. Ces derniers se sont appropriés cette plate-forme car elle offre la possibilité non seulement de personnaliser sa page d'accueil mais aussi et surtout de poster des musiques. Résultat, ce site de partage de photos, de blogs et de multiples centres d'intérêt et devenu un outil de communication idéal pour les musiciens, DJ, chanteurs...

■ **Skyrock.com**, anciennement Skyblog, a toujours beaucoup de succès dans son pays d'origine, la France. Permettant de créer un blog, d'ajouter un profil et d'échanger des messages, il est surtout apprécié par un public jeune. **MP**

profil.» Même s'il met très peu d'éléments véritablement personnels, comme la majorité des *facebookers*, Darius Rochebin avoue «ne pas faire de distinction entre cet usage professionnel et un usage plus personnel du site. Ainsi, Facebook m'a permis de retrouver toute une partie de ma famille d'origine iranienne qui vit aux Etats-Unis.»

David Sadigh, jeune entrepreneur, spécialiste du marketing sur le Net, utilise lui aussi ces réseaux à titre privé et pro: «Je suis l'exemple parfait de ce qu'il ne faudrait pas faire. Parfois, il m'arrive tout de même de mettre des filtres sur certaines

photos vraiment personnelles comme celle d'une soirée ou de mon mariage.»

Un mélange des genres qui peut s'avérer problématique. «On assiste à une confusion des contextes et des sphères, précise Sami Coll, sociologue. Dans la vie réelle, nos relations sont de diverses natures: amicales, amoureuses, familiales, professionnelles, etc. On ne joue pas le même rôle au travail, avec ses amis, etc. Il y a même souvent des tensions et des contradictions entre ces différents facettes. Or, sur cette plate-forme virtuelle, tout est mélangé.»

Marie Prieur

TÉMOINS ET ACTEURS DE L'HISTOIRE

«Se distinguer»

En tant que sociologue, Sami Coll, de l'Université de Genève, travaille sur l'hypothèse que Facebook s'inscrit dans une dynamique de distinction sociale. «Sur ce site, on se rend visible pour affirmer son rang dans la hiérarchie sociale.» En montrant sa longue liste d'amis épanouis ou en racontant ses dernières vacances branchées, l'usager se positionne. «Il s'agit d'une forme plus ou moins consciente de valorisation de soi, on se compare aux autres, on se situe, et surtout on juge», précise Sami Coll. De plus, en recherchant des informations sur les autres, en consultant leur profil, leur mur, on construit sa propre identité. «Le fait de se comparer ainsi aux autres, phéno-



Sami Coll, assistant et docteur en sociologie à l'Université de Genève. (DR)

mène qui existe dans la vie réelle, se reporte naturellement sur Facebook et participe au processus de construction de son identité.» (mp)

Cyberaddiction

Le lien avec le Net et notamment avec les réseaux sociaux peut devenir maladif. Selon Gabriel Thorens, médecin psychiatre, chef de clinique au service d'addictologie des Hôpitaux universitaires de Genève, si la plupart des usagers ont un usage modéré de l'outil, le potentiel addictif est néanmoins présent. «Comme toutes les addictions, elle se traduit par la perte de contrôle, la poursuite du comportement en question malgré les conséquences négatives ou encore la consommation non plus par plaisir mais par automatisme.» Parmi ses patients, Gabriel Thorens a soigné un homme dépendant des sites de rencontre, mais encore aucun «accro» de Facebook. Dernière



Gabriel Thorens, chef de clinique au service d'addictologie des HUG. (DR)

mise en garde du médecin: «La phobie sociale, terme médical pour la timidité, peut renforcer l'addiction.» Gare dans ce cas à l'isolement. (mp)

«Un outil génial»

«Michel Chevolet à la radio!» ou «Michel Chevolet résout des problèmes!» Le mur de l'animateur de Léman Bleu fourmille d'infos et de photos. «J'ai craqué le 1er novembre 2007. Aujourd'hui, j'ai 3300 amis et je trouve que c'est un outil de communication génial.» Et qui lui a apporté de belles surprises. «Le 15 novembre, j'ai reçu via Facebook un mail de mon demi-frère que je ne connaissais pas et qui vit aux Etats-Unis. On a ainsi pu se rencontrer au Nouvel-An en Uruguay.» Pratique pour lancer des invitations ou promouvoir ses émissions, Facebook l'a aussi embarqué dans une drôle d'aventure. «Quelqu'un avait posté une vidéo de moi en train de chanter. Les commen-



Michel Chevolet, journaliste et animateur radio et télé. (P. FRAUTSCHI)

taires, pas toujours sympas, se sont déchaînés. Un producteur a pris ma défense et a fait le pari de me faire enregistrer un single. Il sortira à Noël.» (mp)