

LE PROGRÈS

KENO - LOTO
EUROMILLIONS

BLOC-NOTES
AVIS DE DÉCÈS

PETITES ANNONCES
HIPPISE

CINÉMA
TÉLÉVISION

BOURSE
JEUX - HOROSCOPE

PSYCHOLOGIE [EN PARTENARIAT AVEC PSYCHOLOGIES]

Cinq raisons de rire au bureau

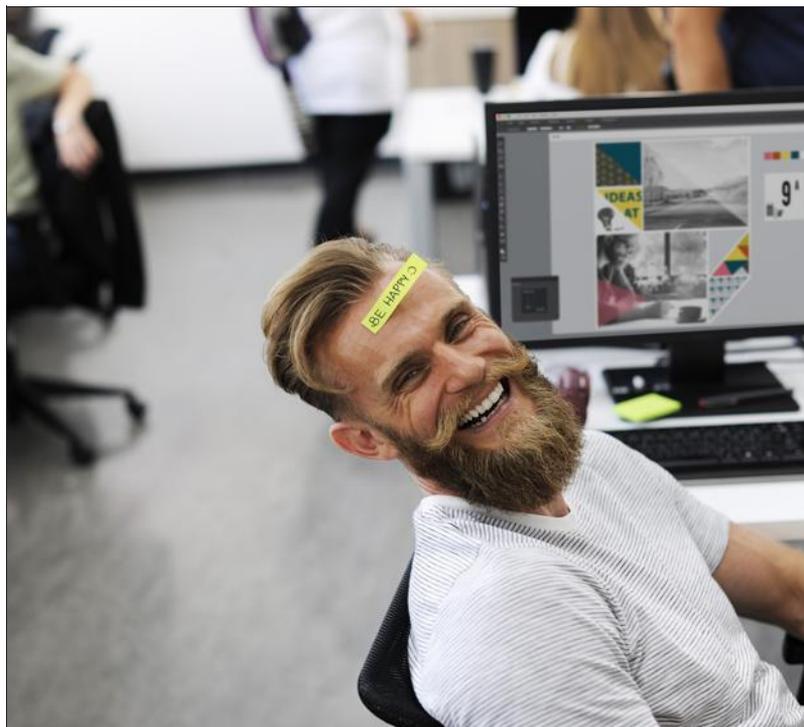
Par peur de perdre toute crédibilité devant leurs managers, peu de salariés s'autorisent l'humour. Maniée avec dextérité, la dérision s'avère pourtant bénéfique pour l'entreprise.

■ Pour faire passer des messages

L'humour peut bouleverser une carrière professionnelle. Galatea, jeune avocate, a commencé sa carrière dans « une ambiance glaciale, avec des associés dépressifs à l'humeur imprévisible ». Le jour où, chez son deuxième employeur, elle a commis une malencontreuse faute d'orthographe dans un dossier important, elle s'attendait au pire. « Mon boss m'a juste dit que c'était drôle », raconte-t-elle, encore étonnée. Car il connaît les vertus pédagogiques de l'humour : « Dans certains cabinets, la moindre erreur se règle par une colère monumentale avec, pour seul résultat, une jeune recrue totalement tétanisée et improdutive pendant des semaines. » L'humour, lui, permet de faire passer le message sans traumatisme ni humiliation.

■ Pour éviter le burn-out

Galatea est, il est vrai, tombée dans un drôle de cabinet d'avocats. Son patron, Frédéric, a poussé son amour du rire jusqu'à se marier à une « rigologue » professionnelle : Corinne Cosserson, fondatrice de l'École internationale du rire. Pas question donc, dans son étude, de voir les mines s'allonger devant les dossiers. Pour faire baisser la pression, il tente toujours « un petit pas de côté. Avec les clients, je force le trait sur la



■ Rire sans objet, sans blague, devient vite contagieux. Photo DR

défense utilisée, ou sur la partie adverse. En interne, nous faisons des jeux de mots », explique-t-il.

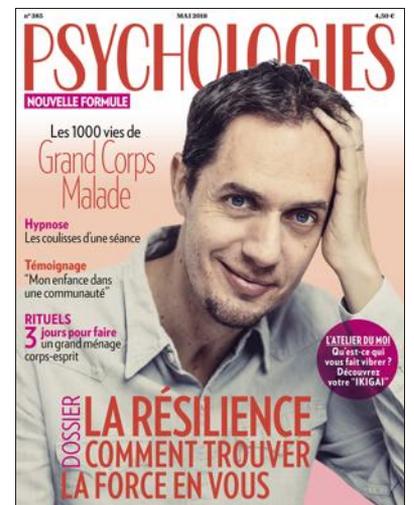
■ Pour lutter contre l'isolement

Difficile de rigoler tout seul. Le rire est partagé, ou n'est pas. « C'est d'ailleurs l'une de ses vertus : il signe l'appartenance à un collectif, fait de valeurs et de repères professionnels communs, de façons d'envisager le travail, le produit, la relation hiérarchique », souligne Julien Pelletier, expert à l'Agence nationale pour l'amélioration des conditions

de travail. Ce n'est pas un détail. Quand les réorganisations laissent le salarié perdu, la persistance de l'humour dans l'équipe rappelle un fait précieux : il n'est pas seul, le collectif existe encore.

■ Pour résister

L'humour se transforme parfois en « rire de combat ». C'est-à-dire en moyen de pression contre un management dont les méthodes sont jugées contre-productives. Caricatures, saynètes, dessins et bons mots sont souvent aussi efficaces qu'un conflit ouvert. Élu du person-



■ En kiosque ce mois-ci.

nel dans un organisme de logement social, Aziz n'hésite jamais à sourire à la table des négociations. « Présentés avec malice, bien des arguments deviennent imparables », assure-t-il. Et, plus quotidiennement, « l'humour permet de libérer la parole, et d'apprendre, si nécessaire, à dire non. C'est indispensable », renchérit Didier Bouche.

■ Pour mieux travailler

C'est prouvé : rire au travail, c'est bon pour la créativité et la productivité. Il y a quelques années, Marco Sampietro, professeur à l'université Bocconi de Milan, a interrogé près de deux mille salariés en Allemagne, États-Unis, Royaume-Uni, Japon et en France, rapportent David Autissier et Élodie Arnéguy. Avec un résultat décoiffant : « L'humour est un support à la performance d'équipe. » Plus détendus, les salariés s'autorisent plus de créativité. Frédéric applique ce principe à la lettre : lorsque l'un de ses collaborateurs bute sur une stratégie de défense, il la met en sketch. « Cela permet de rebondir sur de nouvelles idées ! »

Catherine BERNARD

L'humour au bureau, un besoin vital ?

David Autissier et Élodie Arnéguy, les auteurs de *Petit Traité de l'humour au travail*, le confirment : 96 % des salariés jugent cela « indispensable, très important ou important ». Pourtant, rares sont ceux qui le pratiquent. Et pour cause : rien de plus ridicule qu'une blague qui ne fait rire personne. Ou, pire, provoque la moue condescendante d'un manager peu enclin à de telles familiarités. Pour affirmer son sérieux au travail, faudrait-il sembler sérieux ? « Dans l'inconscient collectif, la figure du commandeur inspire plus le respect que celle du lutin à grelots »,

confirme Patrick Amar, psychologue et directeur général du cabinet de conseil en management Axis Mundi. Résultat : à force de tourner sept fois leur blague dans leur tête, beaucoup finissent par la ravalier.

Attention à l'humour vachard

Pour se lancer, deux solutions. Attendre d'avoir gravi quelques échelons dans la hiérarchie (« Plus on est senior, plus on peut compter sur quelques courtisans toujours prêts à glousser », ironise Patrick Amar). Scruter ses managers : s'ils font grise mine, mieux vaut

rire avec modération et exclusivement entre collègues proches. S'ils sourient aisément, tentez votre chance ! Mais attention aux blagues grivoises ou sexistes, sans parler des fausses bonnes histoires aux lourds relents xénophobes.

Et puis, en France, l'humour est souvent vachard. On préfère ironiser à propos de notre prochain que de nous-même. C'est plus simple, mais moins drôle pour les autres. Et parfois dévastateur : comment se défendre contre une remarque blessante faite « en rigolant » ? Cela peut vite tourner au harcèlement.

« Au travail, le rire doit se faire avec les autres, et non contre », conseille Yasmina Hardi, coach et fondatrice du cabinet HaY coaching.

« Inspirons-nous des Anglo-Saxons », recommande Patrick Amar. « Leur capacité d'autodérision est tout à fait adaptée au monde de l'entreprise. » Se moquer gentiment de soi brise la glace, ne met personne en danger et prouve sa capacité à prendre de la distance. Il sera toujours temps, ensuite, de tourner en dérision le « soi » collectif : sa propre équipe, voire son entreprise.

C. B.

À venir

■ Demain : High-Tech

Maison connectée : quand la réalité rattrape la fiction

■ Mardi : Emploi

Pause parentale : valorisez-la auprès des recruteurs

■ Mercredi : Santé

Dompter sa colère

■ Jeudi :

Le droit et vous

Il faut vérifier la profondeur avant de plonger

■ Vendredi : Automobile

Nissan Leaf : une nouvelle énergie

■ Samedi :

Vie de famille

Quel régime juridique choisir pour un Pacs ?