

L'humour au travail

Effets bénéfiques et indésirables du rire au travail

Comme nous le savons et le ressentons, rire est toujours agréable et contribue à notre bien-être. Rabelais, en tant que médecin, fut l'un des premiers à vanter les mérites du rire sur la santé.

Toutefois, au travail, le rire serait source de désinvolture et de déconcentration. Il constituerait un frein à la productivité. Ces craintes renverraient à des **préjugés** d'ordre **culturels et religieux**.

Revenons aux origines du mot travail et à la perception du rire à l'époque médiévale !

L'étymologie latine « tripalium », du terme « travail », fait référence à un instrument de torture composé de trois barres de bois. Le travail serait synonyme de contrainte et même de souffrance.

Au Moyen Âge, la culture judéo-chrétienne dépeint le rire comme une perversion morale. Peut-être parce qu'il se manifeste souvent de façon bruyante, celui-ci est considéré comme grotesque, voire vulgaire.

Et pourtant, doit-on être sérieux pour travailler efficacement ?

La revue Entreprise et carrières¹ a publié les résultats d'une étude internationale sur l'usage et les bienfaits de l'humour.

Parmi les effets les plus positifs, on retrouve **l'affirmation d'un leadership et l'amélioration du moral de l'équipe**. Cette étude menée auprès de 2000 salariés a révélé que l'humour, très imprégné de l'histoire et des traditions, est mobilisé et apprécié dans tous les pays sous différentes formes.

L'humour peut être une arme à double tranchant

« On peut rire de tout, mais pas avec tout le monde² » : cela est encore plus vrai au travail.

La prudence est de mise. Il convient d'apprécier la compatibilité des quatre paramètres suivants : l'environnement, le contexte, le sujet et les personnes témoins du trait d'humour ou du gag.

Pratiquer l'humour au travail nécessite donc une intelligence de situation permettant d'apprécier si le moment est opportun (disponibilité de la personne à rire), si le thème n'est pas en décalage avec le contexte ou l'environnement.

L'humour peut contribuer à désamorcer une situation difficile, créer une cohésion d'équipe, donner envie de travailler et de participer au collectif, renforcer le leadership d'un manager

Cependant, en abuser peut lasser, provoquer un malaise, nuire au fonctionnement collectif, discréditer une personne.

Dans un contexte de qualité de vie au travail,
repensons l'humour comme un outil de bien-être, favorisant la créativité et la productivité !

Pour aller plus loin

- [L'humour en entreprise est-il dangereux ? Surtout quand on est cadre dirigeant](#) Quels sont les sujets à éviter au travail et les différentes formes d'humour : un exemple de classification
- [Oser l'humour dans le travail en équipe : douze suggestions pratiques et humoristiques](#)
- [L'humour au travail : vices & vertus du rire au bureau](#)
- [Le rire, c'est du sérieux : quelle place pour l'humour au travail ?](#)
- [Humour au bureau : Jusqu'où peut-on aller ?](#)
- [L'humour au travail nous rend plus efficaces](#)
- [Enjeux sociologiques d'une analyse de l'humour au travail...](#)
- [Petit traité de l'humour au travail](#) (un ouvrage de David Autissier et Elodie Arnéguy)

1 Entreprise et Carrières, n° 965 du 25 août 2009

2 Citation attribuée à Pierre Desproges