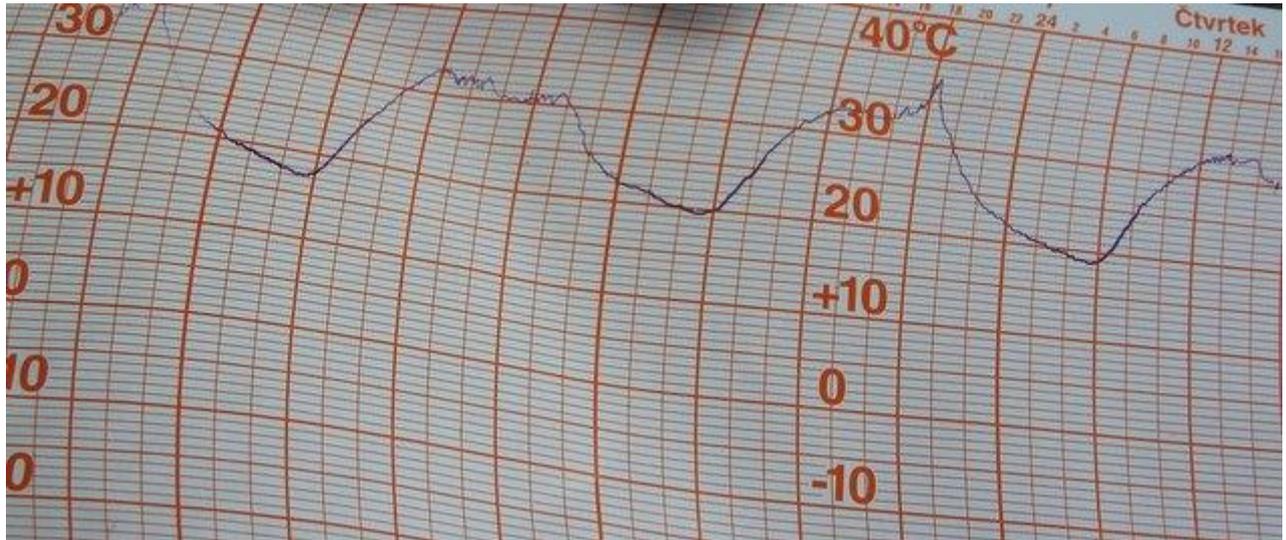


Chicouf, Chiiliic, Bofouf, Aïeouf, ... au travail

Par Olivier Hoeffel le 2 mai 2017



Il y a quelques temps, une de mes connaissances évoque au cours d'une conversation à propos de quelques jours passés avec ses petits-enfants le terme « chicouf ». Après lui avoir fait répéter le mot, et face à son air goguenard, je finis par lui demander ce qu'il entend par là. Et j'apprends ainsi, que probablement comme certains autres grands-parents, ils sont heureux de voir débarquer leurs petits-enfants (CHIC) et que quand vient le moment où les chérubins disparaissent de l'horizon après des moments très animés, un soupir de soulagement (OUF) s'empare d'eux, un soupir qui veut tout dire et qui n'a pas forcément besoin d'être verbalisé. Et vous, votre rapport à votre travail, entre le matin et le soir, entre le lundi matin et le vendredi en fin d'après-midi, ... c'est aussi « Chicouf » ?

Je vous propose plusieurs variations sur le thème et à vous de voir celles qui vous parlent le plus pour vous et vos proches, selon les périodes, les situations, ...

Chicouf

Je me lève de bon matin pour une journée de travail qui s'annonce sympa. Peut-être parce que c'est le programme des réjouissances qui est alléchant; peut-être parce que le soleil a léché mon visage ce matin et me fait voir la vie plus belle. Ou tout simplement, suis-je bien luné ce matin ou conditionné au positif et ma journée promet d'être belle.

En réalité, force est de constater à la fin de la journée de travail, qu'elle n'a pas été aussi agréable que ce que j'espérais. En fait, ce que j'en retiens, c'est qu'elle m'a épuisée. Journée qui ne me laissera pas de souvenir impérissable. Pas de mauvais souvenir non plus. Une journée bien Chicouf qui ne me donnera pas forcément l'envie de démarrer celle du lendemain dans le même état d'esprit.

Chicbof

Lever dans le même état d'esprit mais la journée ne va pas se dérouler vraiment sur la belle dynamique et l'enthousiasme espérés. Une journée « Bof », décevante. Ca arrive, non ?

Chicaie

Il y a pire. Justement celle qu'on espérait sous de bons auspices et qui en réalité va virer sa cuti, où les émotions positives vont faire place aux émotions négatives, où les réussites en vue vont se transformer en échec, où un événement professionnel (voire non professionnel) va casser la belle mécanique de la journée. Pour reprendre la phrase bien connue de La guerre des boutons : « Si j'aurais su, j'aurais pas venu ! ». Le lendemain, ne s'annonce pas des meilleurs.

Chiiiiic

Heureusement, il y a aussi où les journées sont vraiment à la hauteur du bon niveau qu'on avait espéré ou du conditionnement positif réalisé. Il est alors important de mettre nos capacités d'appréciation en fonctionnement pour engranger les émotions positives, les bons souvenirs qui pourront consolider notre confiance en nous, dans les autres, dans le collectif, dans le travail, dans la vie. En notant le probable côté contagieux de ce Chiiiiic sur nos autres sphères de vie. (Le Chicaïe pouvant de son côté faire contagion en négatif).

Booooooof

Ce matin est un matin comme un autre, c'est à dire où il n'est pas question d'attendre quelque chose de particulier, ni en positif, ni en négatif. Le but de la journée étant de jouer le jeu qui contribuera – sans plus – à la rémunération qui sera perçue à la fin du mois.

Je vous l'avais dit que cette journée allait être « bof ». Je vous le confirme : elle a bien été « bof » de bout en bout. Vous imaginez bien quel devrait être la tonalité du lendemain !

Bofaïe

Il y a des matins où l'on se dit que la journée de travail va être de couleur maussade. En fait, pas du tout : elle va être tout simplement exécrable. Une journée où l'ensemble des problèmes qu'on pourrait rencontrer à l'occasion d'une journée de travail décident de se donner rdv le même jour. A la fin de la journée, vous vous retrouvez comme un fakir sur un tapis de clous, qui, se relevant, aurait tous les clous qui seraient restés plantés dans le dos. Et pour le lendemain, vous vous demandez si le record de la pire des journées ne pourrait pas sauter.

Bofchic

Heureusement, le maussade reflète quelques fois simplement la couleur de notre humeur au lever, mais assez rapidement l'enchaînement des événements de la journée et nos interactions avec des personnes chaleureuses vont vite faire oublier cette humeur chagrine. Nous terminons la journée dans une belle sérénité, la joie du travail bien fait et du devoir accompli.

Aïeouf

Avis de tempête : la journée va être rude. Vous auriez pu vous faire porter pale, mais bon vous avez décidé d'assumer, et donc c'est parti pour une journée de galère.

La fin de la journée arrive et force est de constater que oui, ça a été une galère, et heureusement qu'elle se termine ... et en même temps, il y a un truc qui vous fait dire que ça aurait pu être pire et que vous ne vous en êtes pas trop mal sorti.

Aïebof

La journée était partie pour être une galère, mais finalement, on ne va pas dire que ça a été du plaisir, mais finalement c'est moins mal que prévu. Vous avez peut-être une pointe de soulagement, mais la vérité c'est que c'est bien une journée à oublier bien vite.

Aiiiiie

Quelques fois, on se dit qu'on est peut-être pessimiste, ou alors, on vous renvoie l'image que vous être pessimiste. Sauf que là, honnêtement, ça a bien été réellement la galère. Et vous ne sortez certainement pas soulagé à la fin de cette journée de travail parce que demain, c'est sûrement reparti pour un tour ! Mais qu'allait-il faire dans cette galère, et va-t-il en sortir un jour ?

Aïechic

C'était parti pour la galère et vous terminez en hors-bord. Les mauvais esprits ou particulièrement clairvoyants vous diront « tu vois, quand on te dit que tu es pessimiste », ce qui vous gâchera peut-être un peu la fête. Parce

que c'est la fête : renverser la tendance de manière aussi éblouissante, c'est bon pour le moral. Demain, ce serait bien que la journée soit plus calme !

Et la QVT dans tout ça ?

Un bon niveau de Qualité de Vie au Travail (QVT) ne s'assimile pas à un long fleuve tranquille. Aucun métier, aucune organisation n'est exempte de situations de difficultés, d'aléas, de tensions relationnelles, ...

Une vie au travail remplie de journées « Chiiiiic », ça n'existe pas. Pour certaines journées, c'est quelquefois même notre humeur qui fera la différence dans le succès de la journée et non la situation professionnelle objective.

Même si on peut se rapprocher d'un haut niveau de QVT, en réalité, chacune et chacun de nous a ses propres aspirations par rapport à la vie au travail, sa propre hiérarchisation d'aspirations qui nous font ressentir une forme d'ambivalence et de contraste entre les dimensions qui nous apportent satisfaction et celles qui nous apportent frustration, déception, insatisfaction, ...

Je renvoie à mon article [Quel sens donner à la QVT ?](#)

Ce qui fera probablement un bon niveau de QVT, c'est la récurrence des journées qui terminent par « chic » et aussi celles qui commencent par « chic », sans trop de perturbation et des perturbations pas trop longues.

Par contre, si les « aïe » sont trop fréquents ou trop intenses, gare aux RPS ! A l'instar du stress, le « aïe » n'est pas négatif et anormal en soi. C'est sa chronicité qui est dangereuse.

Si le « bof » est trop présent, gare à la démotivation, au bore out (c'est-à-dire cette sensation récurrente d'ennui au travail).

Que votre journée puisse s'achever en « chic » !