

ADÈLE BRÉAU

Illustré par Mathou

je suis choquée!

de ouf!

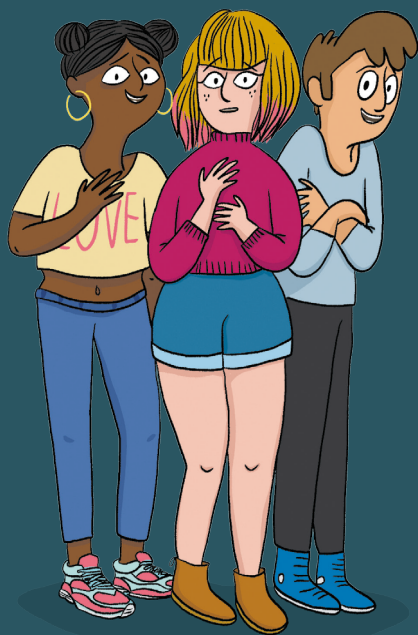
j'avoue!



et **100**  
expressions  
malaisantes  
en mode 2021

« En mode », « malaisante », « JPP », « ghoster », mais aussi « askip »,  
« en PLS », « chech », « poucave », en passant par les inévitables  
« en présentiel », « distanciation », « gênance »...

Dans un monde professionnel chamboulé par le télétravail, les réseaux sociaux, chez les ados, dans les médias et jusque dans nos dîners, certaines expressions devenues incontournables ont envahi notre quotidien. Parfois grotesques, drôles ou étonnantes mais le plus souvent exaspérantes par leur surutilisation, ces expressions sont-elles à bannir définitivement ?



Sept ans après *Je dis ça, je dis rien*,  
Adèle Bréau décortique et analyse  
les 100 tics langagiers émergés  
en 2020 et qui perdurent en 2021,  
revisités pour certains par  
la talentueuse Mathou.

**Adèle Bréau** est journaliste, romancière, blogueuse, twitta (@TheAdele32) et ancienne rédactrice en chef du magazine *ELLE* sur le digital.

**Mathou** est illustratrice et autrice de BD.

16 euros  
Prix TTC France

ISBN : 978-2-36704-279-4



editionsleduc.com

**LE DUC** ↗  
**HUMOUR**

Rayon : Humour

ADÈLE BRÉAU

Illustré par Mathou



et **100**

expressions malaisantes en mode 2021

**LEDUC** ↗  
**HUMOUR**

## DE LA MÊME AUTRICE :

« Je dis ça, j'dis rien »... et 200 autres expressions insupportables !, 2013.

**Leduc Humour est une marque des éditions Leduc.**

Découvrez la totalité du catalogue Leduc et achetez directement  
les ouvrages qui vous intéressent sur le site :

[www.editionsleduc.com](http://www.editionsleduc.com)

Retrouvez toute l'actualité Leduc Humour  
sur les réseaux sociaux



### **Leduc s'engage pour une fabrication écoresponsable !**

« Des livres pour mieux vivre », c'est la devise de notre maison.



Et vivre mieux, c'est vivre en impactant positivement le monde qui nous entoure ! C'est pourquoi nous choisissons nos imprimeurs avec la plus grande attention pour que nos ouvrages soient imprimés sur du papier issu de forêts gérées durablement, et qu'ils parcourent le moins de kilomètres possible avant d'arriver dans vos mains ! Pour en savoir plus, rendez-vous sur notre site.

**Prépa et correction :** Audrey Peuportier

**Couverture :** Antartik

**Illustrations :** Mathou

**Création graphique et mise en page :** La Fabrique Rouge / Yohann Antier

© 2021, éditions Leduc Humour, une marque des éditions Leduc

10, place des Cinq-Martyrs-du-Lycée- Buffon

75015 Paris — France

ISBN : 978-2-36704-279-4

“**JE SUIS CHOQUÉE !  
DE OUF !  
J’AVOUE !**  
et **100**  
expressions malaisantes  
en mode 2021”

# “SOMMAIRE”

EN MODE	10
BURN OUT / BORE-OUT / BROWN-OUT	11
BUGGER	12
JPP	13
FAKE / FAKE NEWS	14
AU BOUT DE MA VIE	15
LES RÉSEAUX	16
J'AVOUE	18
LA VAGUE	19
DÉTOX	20
TARGET	21
EN PRÉSENTIEL / EN DISTANCIEL	22
HASHTAG	23
EN PLS	24
LA RÉSILIENCE	26
BASHING	27
GHOSTER	28
PITCH	29
DÉCONNEXION	30
LA BIENVEILLANCE	31
DOUDOU	32
MALAISANT	34
UN CHANTIER	35
ZAPPER	36
EFFET WAHOU	37
EN GROS	38
PAS DE SOUCIS	39

BIEN-ÊTRE	40
DISTANCIATION SOCIALE	41
GÉNANCE	42
BREADCRUMBING	44
ASKIP	45
TRANSPARENT	46
WOW	47
DE BASE	48
CLIVANT	49
TROP...	50
BANKABLE	52
GRAVE	53
VERTIGINEUX	54
LE VRAI	55
GOURMAND	56
ÉCOSYSTEME	57
DES CŒURS SUR TOI	58
WEBINAR	60
GESTES BARRIÈRES	61
LOVE BOMBING	62
FEEL-GOOD	63
ÊTRE IMPACTANT	64
CHIPS	65
JE SUIS CHOQUÉE	66
CHEH	68
CANCEL	69
PN / PERVERS NARCISSIQUE	70

# “SOMMAIRE”

PREMIUM	71
BALLEC	72
TRANSITION NUMÉRIQUE	73
DE OUF	74
LE CARE	76
JE VOUS REVIENS	77
BAR À MANGER	78
OK, BOOMER	79
POUCAVE	80
GEL DOUCHE SOLIDE	81
SPOILER	82
C'EST PAS FAUX	84
LE SEUM	85
BULLSHIT JOBS	86
T'AS DEAD ÇA	87
ZONE DE CONFORT	88
REVISITER	90
T'ES PAS PRÊTE	91
FAIRE MATCHER	92
LES GENS	93
RESSERRER LA VIS	94
MILLENNIAL	95
TU HORS DE MA VUE	96
UNIVERS	98
TÉLÉCONSULTATION	99
CLUSTER	100



SENS	101
JUSTE	102
MAGIQUE	103
CONFINEMENT / DÉCONFINEMENT	104
PRENDRE EN OTAGE	106
RACONTER UNE HISTOIRE	107
CLICK AND COLLECT	108
PARTIR SUR	109
PERFORMER	110
SYNERGIE	111
PAS TRÈS COVID	112
INVISIBILISATION	114
DÉSIRABILITÉ	115
CONCERNANT	116
EN FAIT	117
DU COUP	118
DÉSO	120
INSPIRANT	121
EN TRANSVERSE	122
PRESCRIPTEUR	123
BUDGÉTISER	124



**C'ÉTAIT IL Y A HUIT  
ANS. EXASPÉRÉE  
PAR LA MULTITUDE  
D'EXPRESSIONS  
ENTENDUES EN OPEN  
SPACE, JE PUBLIAIS  
UN ARTICLE  
RECENSANT QUELQUES  
DIZAINES D'ENTRE  
ELLES, DONT JE N'AVAIS  
PAS ANTICIPÉ  
LA PORTÉE.**

**A** peine posté sur le Web, il  
générât alors des centaines de  
milliers de partages d'internautes  
trop heureux de dénoncer à leur  
tour, entre colère et autodérision,  
cette propension que nous avons  
tous à adopter certains tics  
verbaux dont nous peinons tant  
à nous défaire une fois intégrés à  
notre vocabulaire.

Quelques mois plus tard, paraissait aux éditions Leduc un recueil recensant ces mots de l'époque d'alors, dont quelques-uns sont restés quand d'autres ont disparu, laissant la place à une pléiade de nouveaux ovnis linguistiques nés des nombreux bouleversements sociétaux - politiques, pop ou sanitaires - apparus depuis. Ces nouvelles locutions feel-good, prescriptrices ou carrément malaisantes, les voici consignées dans ce nouvel opus en mode 2021, revisitées pour certaines par la talentueuse Mathou, experte ès coup de crayon juste magique et effet wahou qui dead ça. Cent expressions trop concernantes pour boomers ou génération alpha, sans gestes barrières, mais beaucoup de bienveillance. Franchement, vous êtes pas prêts... •

# EN MODE

## COMME DANS

« J’ai trop la pêche aujourd’hui.  
Chuis **en mode** machine de guerre. »

L’homme (et la femme)-machine n’en finissent plus de squatter nos tics langagiers. Greffés à nos ordis et smartphones devenus des prolongements de nous-mêmes (tu préfères ne plus jamais avoir de main gauche ou de smartphone ? Avouez, vous avez réfléchi sérieusement plus de deux secondes), nous employons de plus en plus fréquemment un vocable paradoxalement déshumanisé pour qualifier nos émotions ou modes de vie les plus divers. En mode « lover », « vénère » ou « *Top Chef* » : grâce à cette béquille humanoïde, on arrive à brosser en trois mots notre condition bien mieux qu’avec de longs et élégants discours empreints de ressenti. Et c’est bien ce qui fait le plus peur...

# BURN OUT BORE-OUT BROWN-OUT

## COMME DANS

- **Entre le goûter d'anniv du petit à organiser, ma réu client à préparer, les vacances à caler et ma belle-mère qui débarque, ch'te jure, je sais même plus par quoi commencer.**
- **Tu serais pas en burn out ?**
- **Qui ça, moi ?**

**N**é sur nos cruels lieux de travail, le « burn out », véritable maladie professionnelle, atteint les salariés véritablement noyés sous un flot de tâches, d'e-mails et d'obligations qui finissent par les ensevelir. Fatigue constante, vision floue de l'amas immonde de tout ce qu'on a à accomplir, stress à son comble, le burn out finit mal, en général. De façon plus soft, la noyade propathologique a débarqué dans notre langage courant, employée de façon souvent impropre ou du moins excessive (Votre mec : « Hein ? Vider le lave-vaisselle ? Tu veux que je fasse un burn out ? ») à mesure que de nouveaux virus mutants envahissaient l'open space. À savoir, le bore-out (dépression pro-suscitée par une mission vide où l'ennuie tue) ou le brown-out (désengagement total pour une tâche jugée vaine et inutile). *Leave les salariés alone.* •

# “BUGGER”

## COMME DANS

- **Mais c'est pas cette semaine que tu devais faire le grand rangement de ta chambre ?**
- **Mais Maman, tu bugges complètement, c'est la semaine prochaine.**
- **Ah...**

**A**

À croire que notre rêve ultime est bien de devenir ces fameux androids dont le futur devient de plus en plus crédible (coucou Elon Musk). Nos oublis, nos dérapages, nos coups de folie, toutes ces sorties de route à l'explication souvent sinueuse et complexe sont balayées d'un revers de souris. Un bug du système, voilà donc ce qui justifierait la plupart de nos comportements déviant du programme initialement installé. Simple et rassurant. Ouais, sauf que Maman avait noté la date du rangement prévisionnel sur un petit carnet papier old school, et que c'était bien aujourd'hui. Alors, qu'est-ce qu'il dit, le développeur ? •



## COMME DANS

**« Vous vous êtes même pas aperçus que j’ai paumé  
ma gourmette en or, que j’ai raccourci ma frange,  
vous l’avez même pas vu ! #JPP »**

Il est facile de dater un individu comme au carbone 14 avec ces trois innocentes lettres. Pour les plus de 35 ans, JPP c’est un footeux simple et sympathique qui a fait les belles heures de l’OM et des *Guignols de l’info* à une époque antédiluvienne où même Internet n’existait pas (tu me charries !). Pour les autres, les flemmards du langage made in après 2000, ça veut simplement dire « j’en peux plus ». À tel point qu’on réduit au minimum le fait même de l’exprimer. #JPP de ces boomers qui citent *La Boum* l’air de rien. CQFD (hein ?). •

# “FAKE / FAKE NEWS”

## COMME DANS

- **Tu sais que Donald Trump assure avoir inventé l'expression « fake news » ?**
- **Fake news ! Elle existe depuis les années 90 ! Quel fake, ce mec.**

**S**elon le Collins, l'utilisation de l'expression « fake news » si chère à l'homme orange aurait bondit de 365 % depuis 2016. Pourtant, n'en déplaise à celui qui s'en prétend l'inventeur, le terme existe bel et bien depuis des décennies, désignant une info mensongère délibérément diffusée au plus grand nombre à des fins souvent politiques. Si les bougons des anglicismes ont bien tenté de remplacer la fake news par le très honnête « infox » (fusion de « information » et « intox »), la fake a pris un pouvoir sur la langue (et le reste) qu'elle n'est pas près de lâcher. Et si les fake news fleurissent sur les réseaux sociaux, diffusées, partagées et validées souvent bien mieux que des vraies infos (notre cerveau préférant croire une fake news par « précaution », comme une résurgence de ces temps anciens où un simple bruit dans les buissons pouvait témoigner de la présence d'un prédateur, ce dont il valait mieux se convaincre histoire de décamper rapidos), le terme a vagabondé ailleurs. Un gros mytho qui se la raconte ? On dit qu'il est « tellement fake » ! Une boucle bouclée autour de l'ex-président à l'index toujours pointé. •



# “ AU BOUT DE MA VIE ”

## COMME DANS

- **Je viens de courir vingt-cinq minutes, je suis au bout de ma vie !**
- **Ma pauvre, je comprends grave.**

**T**oujours dans l'excès et la métaphore mortuaire, l'individu épuisé du XXI<sup>e</sup> siècle n'en finit plus de manquer mourir pour un tout ou pour un rien. Un grosse session boulot, un coup de fil qui dure, les enfants qui crient, une journée compliquée ? Il n'en faut souvent pas davantage pour ressentir cette impression d'agonie proche, d'existence parvenue à son terme, de vie qui, tel un rouleau d'essuie-tout, ne sera bientôt plus que ce petit cylindre en carton central vidé de sa fonction première. « Enfin une expression française ! », vous réjouissez-vous. En vrai, on est quand même bien plus souvent « au bout de sa life »... •

# LES RÉSEAUX

## COMME DANS

- **Le pauvre, il s'est fait complètement démolir sur les réseaux !**
- **Les réseaux de quoi ?**
- **Bah... les réseaux ! Les réseaux sociaux.**

**B**ouc émissaire d'une société qui part à vau-l'eau, les réseaux sociaux n'en finissent plus de subir l'ire et les critiques de l'ensemble de leurs utilisateurs pourtant complètement accros. Facebook, Twitter et Instagram en première ligne, TikTok, LinkedIn, Snapchat, WhatsApp, Skype, Messenger et consorts sur le deuxième front, tous ces outils, du réel réseau social au simple vecteur de communication avec autrui ont finalement été jetés de manière indistincte dans le grand sac des « réseaux », ces lieux infernaux où l'on se fait insulter et canceler à tous les coins de clic. Pourtant, s'il est vrai que leur utilisation n'est pas anodine (en ce qui concerne ceux qui nous mettent publiquement en contact avec des inconnus), il conviendrait cependant de faire la part du bien et du mal et, surtout, de démêler tous ces fils pas forcément compatibles les uns avec les autres car non, « les réseaux », ça n'est pas un immense entrelacs de flux de malfaiteurs discrètement associés pour faire chuter le monde et les réputations. Enfin, pas que... •