

Le déjeuner de conversation

1. Origine de la méthode

Théodore ZELDIN est un historien, sociologue et philosophe britannique qui s'est intéressé aux évolutions des préoccupations personnelles à travers le temps et selon les civilisations.

Observant que les personnes sont plus promptes à engager des conversations sincères et profondes autour d'un café ou d'un verre, il émet l'hypothèse que les conditions de travail dans le milieu professionnel/associatif seraient meilleures si l'on y pratiquait l'art de la conversation. Selon lui, le travail peut être rendu moins ennuyeux et frustrant si les échanges sont moins superficiels, les attitudes interpersonnelles plus honnêtes.

En 2001, il fonde la société *The Oxford Muse Foundation* dont la vocation est de stimuler le courage et l'inventivité dans la vie personnelle, professionnelle, culturelle. Il écrit de nombreux ouvrages (dont *De la conversation*) et parcourt la planète pour promouvoir sa méthode de « déjeuner de conversation ». Dans ses conférences, il éclaire la façon dont les émotions, la curiosité, les attitudes relationnelles, les peurs etc. ont évolué à travers les siècles.

En 2007, Théodore Zeldin a été nommé à la Commission pour la libération de la croissance française (dite « Commission Attali » du nom de son président, Jacques Attali). Il est également l'auteur d'un roman *Happiness*.

2. Présentation

Le déjeuner de conversation est une invitation à « parler vrai », à engager un échange sincère, à faire tomber les masques sociaux pour aller à la rencontre des autres.

Il se pratique en petits ou grands groupes. Son approche est simple : on va déjeuner en face d'une personne que l'on ne connaît pas et on engage un échange guidé par un « menu » posé sur la table. Dans ce menu, des questions où chacun est invité à répondre sincèrement, à écouter l'autre, à se dévoiler sincèrement pour éprouver le plaisir de la rencontre et de l'authenticité.

3. Processus

3.1. Préparation

L'équipe de facilitation prépare les « **menus de conversation** ». Plusieurs options sont possibles : une liste de questions, des questions par plat. Ces questions sont choisies pour permettre aux personnes de parler d'elles et d'aller au-delà de « banalités ».

Concernant les **conditions matérielles**, prévoir des tables pour 2, 3 ou 4 personnes maximum. Les personnes doivent pouvoir se lever et circuler facilement si le choix du processus est de changer de places au cours du repas. Les menus de conversation sont déposés sur chaque table.

3.2. Mise en route – 5'

Le facilitateur / l'équipe de facilitation introduit le déjeuner de conversation : l'intention/ sens, le processus, les principes (écoute active, sincérité, bienveillance, ouverture).

Puis invite les personnes à aller vers 1 personne que l'on ne connaît pour l'inviter à s'asseoir à une table.

Veiller à ce que chaque personne trouve un « partenaire ».

3.3. Déjeuner – 1 à 2h

Si le déjeuner est composé plusieurs plats (entrée/plat/dessert), le facilitateur peut inviter par une prise de parole ou un jingle musical à changer de partenaire. Dans ce cas, chaque personne prend ses couverts, son assiette et son verre et va s'asseoir à une autre table pour rencontrer une nouvelle personne que l'on ne connaît pas.

- ▶ Attention à laisser suffisamment de temps entre chaque changement pour que les personnes aient eu le temps de s'écouter l'une et l'autre.

Le facilitateur / l'équipe de facilitation circule entre les tables (discrètement) et si besoin stimulent les personnes à engager un échange plus approfondi.

3.4. Cristallisation – 10 à 20'

Selon le temps disponible, le facilitateur peut clore le déjeuner de conversation par un temps de cristallisation :

- Réflexion individuelle (10')
 - ▶ Qu'est que je retiens de cette expérience pour moi ?
 - ▶ Comment ai-je écouté l'autre ? suspendu mon jugement ?
 - ▶ Quels sentiments ai-je ressentis en écoutant l'autre ? en parlant de moi ?
 - ▶ Que puis-je faire à l'avenir pour engager des conversations sincères avec les autres ?
- Partage dans la salle (10') : demander à quelques volontaires de témoigner de leur expérience.

4. Intérêts pour l'Intelligence Collective

Le déjeuner de conversation est souvent une expérience marquante ! Il permet en peu de temps d'offrir des conditions pour prendre conscience de nos compétences d'écoute, de partage. Une manière originale et conviviale pour ouvrir les représentations, ressentir le plaisir de la relation, éprouver nos comportements sociaux d'inclusion et d'ouverture (chers à W. Schutz).

A l'heure où le temps s'accélère, où la multiplicité des moyens de communication prônent des échanges courts, instantanés laissant peu de place à la profondeur du lien, le déjeuner de conversation nous offre la possibilité de « ralentir », de se connecter à notre humanité.