



Les clés de l'habitat participatif

Mes expériences du vivre-ensemble

Audrey GICQUEL

Illustré par Thierry Delisle

Co-fondatrice et habitante de l'habitat participatif "les Choux Lents" aux abords de Lyon, Audrey Gicquel partage son expérience et son expertise, et nous donne les clés pour bien réussir notre projet de vivre-ensemble.

Il arrive que certains projets d'habitat participatif ne soient pas à la hauteur des attentes des groupes, ce qui est dommageable au vu des difficultés qu'ils ont dû surmonter pour en arriver là...

Partant de ce constat, Audrey Gicquel, qui vit depuis 8 ans en habitat participatif, nous livre un propos juste, étayé, dynamique et incarné, inspiré de ses rencontres et son quotidien. Pour elle, un habitat participatif n'est pas seulement la construction d'un habitat mais aussi celui d'un collectif. La technique (montage juridique et financier, suivi du projet immobilier, etc.), bien qu'indispensable et complexe à appréhender, ne doit pas être la seule préoccupation. C'est le facteur humain qui est essentiel à toutes les étapes du projet, depuis la création du groupe, jusqu'au vivre-ensemble : la manière de communiquer, de prendre des décisions, de transformer les tensions mais également de créer des liens invisibles entre les personnes, le « NOUS » du groupe.

Elle partage avec nous ses ingrédients de la réussite d'un projet ainsi que des éléments pour comprendre le contexte français, la dynamique des groupes, le vocabulaire immobilier et les différents montages juridiques. Avec de très nombreux retours d'expérience, déroulés d'animations, jeux, méthodologies et facilitations graphiques qui synthétisent et illustrent, ce livre est un formidable manuel pratique.



AUDREY GICQUEL, ingénierie INSA, a longtemps travaillé dans le domaine des énergies renouvelables. En 2011, après un an de voyage, elle initie un projet d'habitat participatif. Elle se forme alors à de nombreuses techniques : sociocratie, Communication Non Violente, permaculture, gouvernance partagée... Elle se passionne pour l'intelligence collective. En 2012, les Choux Lents voient le jour à 20km au nord de Lyon. En 2018, elle rejoint Benjamin Pont au sein d'Habitat & Partage pour faciliter l'émergence d'habitats participatifs en région lyonnaise.

MOTS CLÉS

habitat participatif, témoignages, communication bienveillante, gouvernance partagée, coopérative d'habitant, vivre ensemble

En librairie le 10 mars 2020

Collection : Société civile
14 x 22 cm - 248 pages - 19,90 €



9 782364 291430

CONTACT PRESSE : Marion Ducasse - presse@yvesmichel.org - 04 92 65 10 63

DÉLÉGUÉE COMMERCIALE: Fanny Rey - commercial@souffledor.fr - 04 92 65 52 21

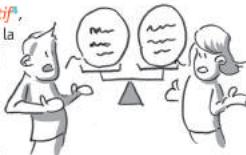
L'INTELLIGENCE D'UN GROUPE

Une étude publiée en 2010 par l'American Association for the Advancement of Science⁷ montre que l'intelligence d'un groupe est mesurable. Il n'est pas égal à la somme des QI (Quotient Intellectuel) de ses membres mais, de manière assez surprenante, se trouve corrélé au nombre de femmes dans le groupe. Surprenant!

Cela s'explique par le fait que le QI des groupes soit lié à :

- La "sensibilité sociale" ou autrement dit la manière de lire l'état d'âme d'une personne dans ses yeux. En général, les femmes réussissent mieux ce test que les hommes.
- L'égalité du temps de parole : la capacité à intervenir « chacun à son tour ». Or, les hommes parlent plus que les femmes en public.

Dans son ouvrage *Super collectif*, Émile Servan-Schreiber apporte la conclusion suivante : « Il ressort de toutes ces analyses que la composante la plus essentielle du QI collectif n'est pas la somme des QI individuels, mais l'intelligence émotionnelle des membres du groupe, telle qu'elle s'exprime par leur capacité d'écoute, d'empathie et de respect des contributions des autres. La qualité de la communication entre les cerveaux compte plus que la puissance des cerveaux eux-mêmes ».



Cette étude prouve la pertinence des deux pieds du tabouret : communication bienveillante et gouvernance partagée. Cela fait également écho à l'importance de choisir des cohabitants dotés

⁷ <http://www.blog.axiopole.info/wp-content/uploads/2013/05/Quotient-intelligence-collective.pdf>

⁸ Servan-Schreiber Émile, 2018, *Super collectif – la nouvelle puissance de nos*

157

158

de maturité affective et d'estime d'eux, comme le conseille Diana Leafé Christian. Dans « maturité affective », j'entends une certaine « sensibilité sociale » définie précédemment et une capacité à comprendre et exprimer ses émotions.

Les recherches sur l'intelligence collective montrent également l'intérêt de la mixité sociale, ethnique ou intergénérationnelle. En effet, une étude montre que des individus qui semblent similaires vont facilement se faire confiance de premier abord et cela a tendance à « endormir » l'esprit critique. « Au prix de quelques frictions supplémentaires, la diversité ethnique favorise l'indépendance d'esprit... et par conséquent l'intelligence collective ». Un argument de poids en défaveur des projets qui se montent « entre potes ».

Cette analyse peut alimenter le choix du mode de gouvernance. De mon expérience, la sociocratie rassemble bien les facteurs qui favorisent l'intelligence collective : l'expression et l'écoute de chacun, la prise en compte des ressentis et de la diversité de ses membres (culturelle, ethnique, générationnelle). Il s'agit donc d'un choix stratégique pour exploiter le plein potentiel d'un groupe.

LE GROUPE COMME RÉVÉLATEUR DE MON CHEMINEMENT PERSONNEL

1. L'effet miroir

J'aime comparer l'habitat participatif à l'arrivée d'un enfant. Avec l'arrivée de ma fille, j'ai très vite découvert à quel point mon rôle de parent me permettait de travailler sur moi en continu. Pourquoi quand ma fille s'oppose, dort mal, tape ou boude,



je sens des nœuds dans le ventre ou une colère démesurée ? Des rencontres, des lectures et une démarche de connaissance de moi m'ont permis de mettre en lumière l'« effet miroir » que l'autre, en l'occurrence ma fille, me renvoie. Les réactions émotionnelles que je peux vivre témoignent des blessures passées, d'une certaine éducation et d'influences socioculturelles.

Mais qu'est-ce que l'effet miroir ? Parfois, lorsque j'accuse quelqu'un de quelque chose, cette même personne m'accuse de la même chose. Voilà l'effet miroir : nous décelons chez l'autre des aspects qui nous dérangent car c'est un point que nous avons à travailler chez nous. Dans un habitat participatif, on retrouve le même phénomène... avec de nombreuses personnes et au quotidien. C'est une véritable galerie des Glaces !

159

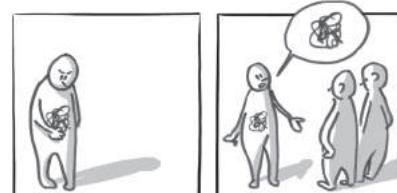
160

1. Prendre conscience de soi

Je constate qu'il y a quelque chose qui ne va pas dans ma relation à l'autre. Je fais une pause pour regarder en moi. Je sens que je suis touchée émotionnellement et je l'assume. Puis je tente de comprendre ce qui est en train de se jouer. Comme je sais qu'une émotion n'est pas là par hasard, qu'elle dit quelque chose sur moi, alors je prends le temps de l'analyser et de la comprendre intérieurement. C'est la phase de prise de conscience, d'authenticité de moi à moi.

2. Le révéler aux autres

Je décide de ce que je vais dévoiler aux autres : la part que je juge utile de dire et ce que je garde dans mon jardin secret. Il s'agit alors de la phase de dévoilement de moi à l'autre. S'exprimer avec authenticité est ici la clé. Plusieurs niveaux de vérités existent, à nous de voir jusqu'où nous souhaitons aller. En apportant de la lumière sur ce qui se joue en moi, le groupe va avoir des réactions d'empathie et va chercher des solutions, prenant en compte le besoin qui n'est pas nourri. L'authenticité conduit à l'attention, au soutien réciproque et à la coopération. Si elle est associée à une bonne écoute, la situation de blocage va peu à peu se dégripper.



2. La rigidité relationnelle

Au sein du collectif, face à des divergences d'opinions, je me sens parfois sereine, et je réussis à m'adapter avec agilité. Des différents avis naît une belle créativité et j'en sors grandi dans mon estime de moi. Et puis, parfois, je réagis mal. Je sens du stress, une montée d'émotion et mon comportement devient rigide. En général, je cherche des coupables en dehors de moi, ce qui agrave le blocage.

William Schutz, psychologue américain des années 1970, a réfléchi à la manière de cultiver la compatibilité entre les humains⁹. Pour lui, le manque de collaboration entre des individus ne vient pas d'une divergence d'avis, mais de « rigidités relationnelles ». Il voit un lien direct entre ces rigidités relationnelles et une faible estime de soi. Elles résultent de la peur d'être ignoré, humilié, rejeté, ce qui fait naître des sentiments inconscients d'être insignifiant, incompétent, pas digne d'être aimé. Voici des préconisations pour surmonter les rigidités :

⁹ Schutz William, 2006, *L'Élément humain*, Malakoff, InterEditions, coll.

Dans un collectif où la confiance règne, il sera plus aisément de se dévoiler, et réciproquement, le fait de se dévoiler va créer de la confiance. Ainsi, en travaillant sur cet équilibre émotion/authenticité/dévoilement, je gagne sur tous les plans : j'apprends