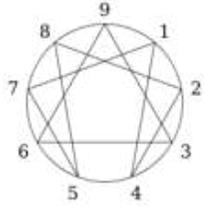


*Cycle d'initiation et de perfectionnement à l'enneagramme*

# Mieux se connaître avec l'enneagramme

***Renforcer ses talents et identifier des voies  
de progrès personnels***



## Mieux se connaître pour mieux ...

- *Se comprendre*
- *Communiquer*
- *Manager*
- *... / ...*



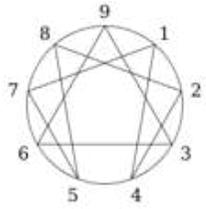
## Mieux comprendre les comportements des autres

- *En travaillant sur soi*
- *En faisant l'expérience de la diversité de points de vue*

## Poursuivre sa propre démarche de développement personnel

- *En mettant en œuvre des actions concrètes d'amélioration dans sa vie*
- *En faisant fonctionner son observateur intérieur*



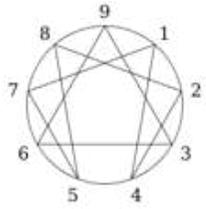


# Observer l'humain: question de prisme

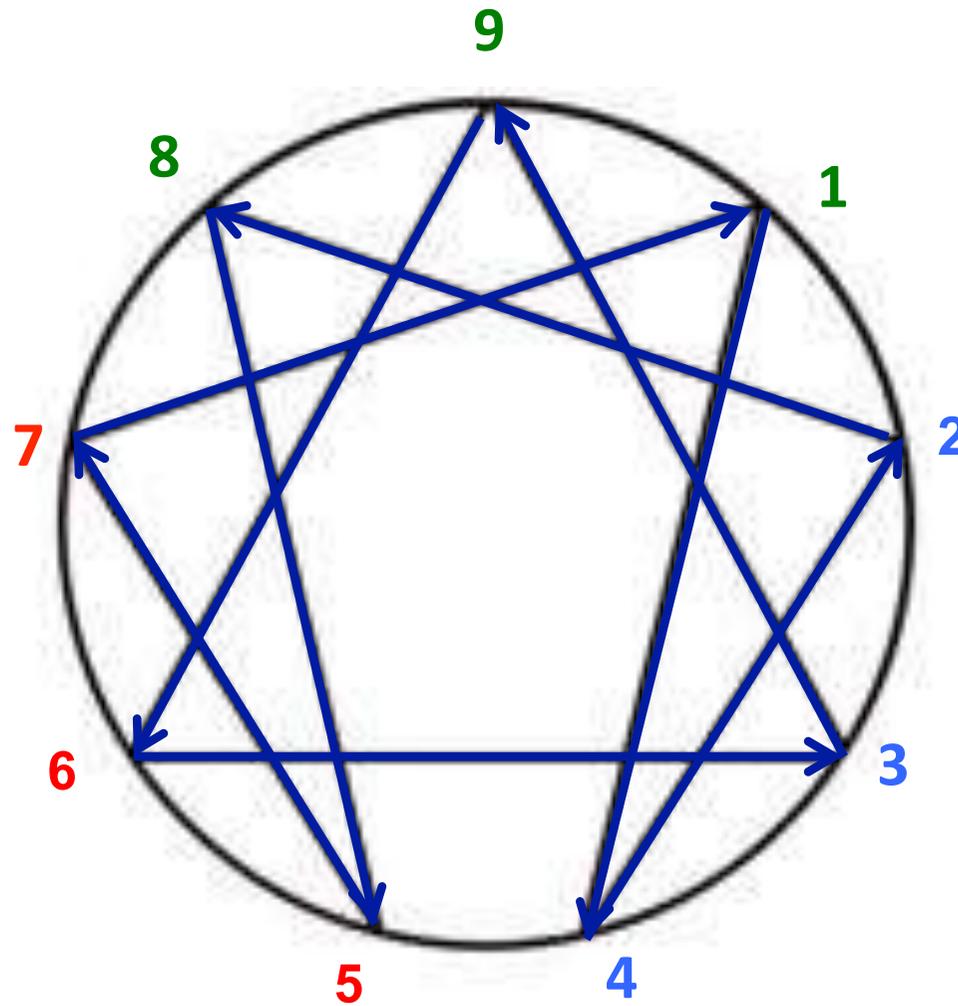


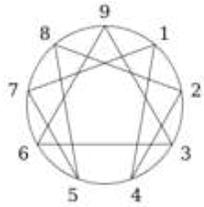
MBTI





# Le symbole

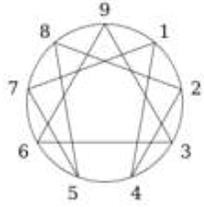




## Aperçu historique

- ✓ Un enseignement de tradition orale qui se développe dans le monde
- ✓ Une pratique millénaire connue dans les sociétés savantes
- ✓ De multiples applications
- ✓ Une référence, Helen Palmer qui le diffuse sans copyright depuis les années 80 dans les organisations
- ✓ Une charte de l'International Enneagram Association (IEA)





# Les 3 centres d'intelligence



- Centre Tête (Mental) ou le besoin de réfléchir avant d'agir
- Bon usage : Planification, prise de conscience, analyse
- Mauvais usage : Cogitation permanente, paralysie causée par un excès d'analyse, projection
- Préoccupation sous-jacente : Peur (Types 5, 6, et 7)
- Problématique : comment gérer ma peur ?

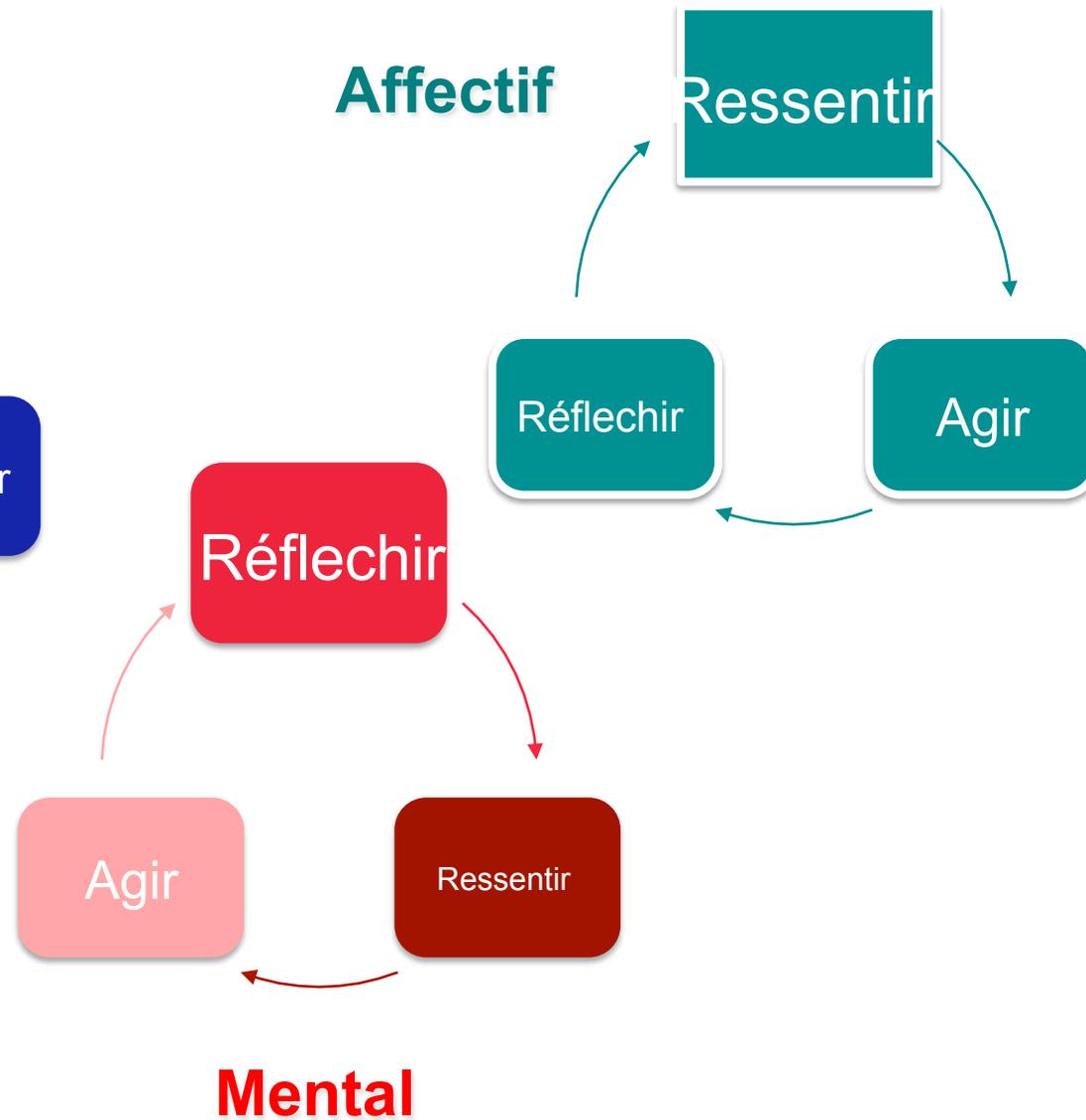
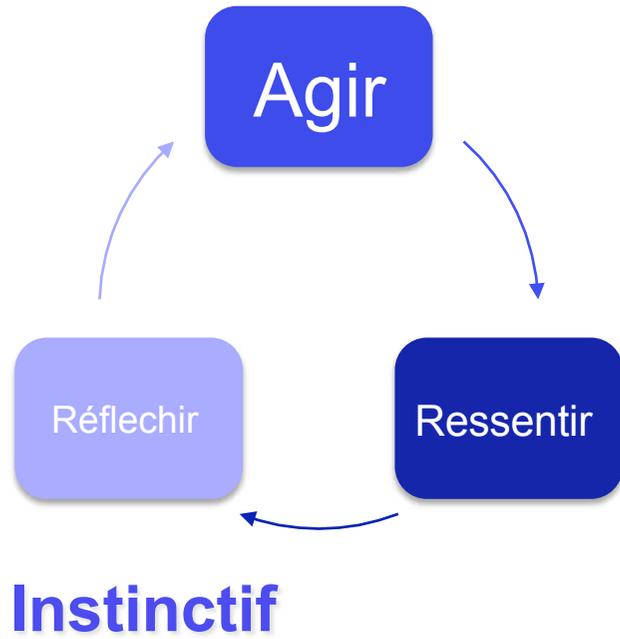
- Centre coeur (Émotionnel) ou le besoin de reconnaissance
- Bon usage : Aptitudes relationnelles, compassion, affection
- Mauvais usage : Hypersensibilité, sécheresse du coeur, manipulation
- Préoccupation sous-jacente : Image, peine, (Types 2, 3, et 4)
- Problématique : qui suis-je ?

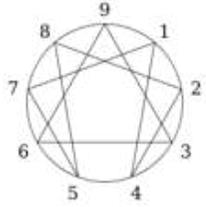


- Centre corps (Instinctif) ou le besoin de faire
- Bon usage : Mouvement, action, savoir instinctif
- Mauvais usage : agir pour agir, inertie, excès
- Préoccupation sous-jacente : contrôle, paresse, colère (Types 8, 9, et 1)
- Problématique : comment survivre ?

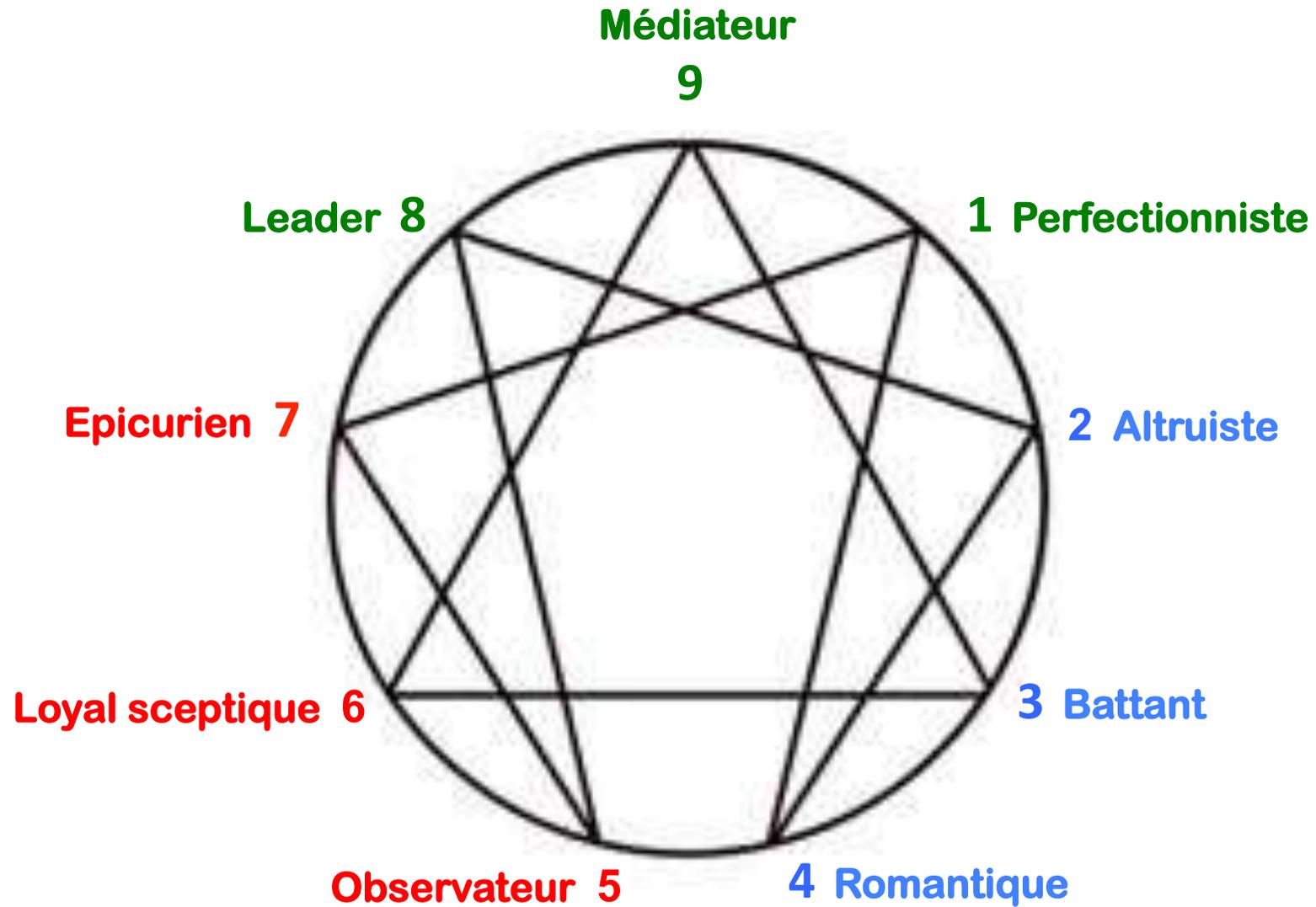


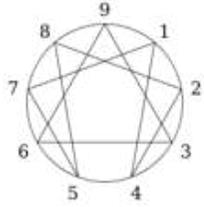
# A chacun son centre préféré





# Les 9 types





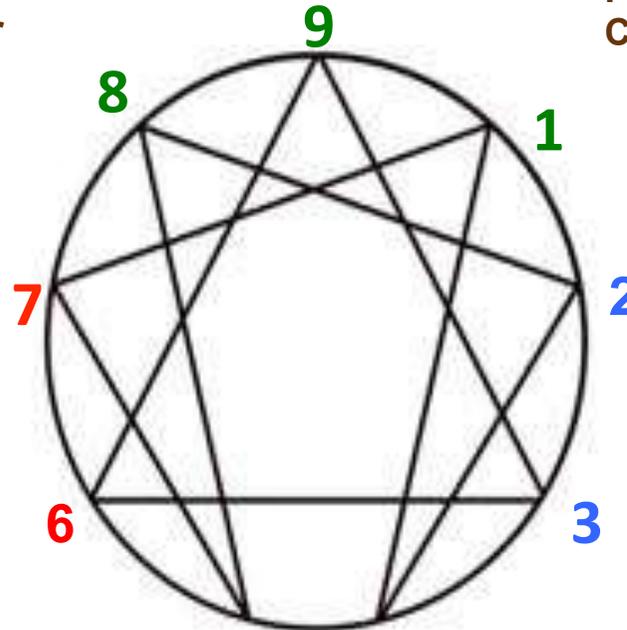
# Les noms les plus courants

**Médiateur · Pacificateur  
Rassembleur. Conciliateur**

**Leader . Patron  
Challenger. Protecteur**

**Perfectionniste · Réformateur  
Croisé · Moraliste**

**Épicurien · Généraliste  
Visionnaire · Connaisseur**



**Altruiste · Samaritain  
Allié · Pygmalion**

**Avocat du diable · Loyaliste  
Investigateur · Sceptique**

**Performeur · Champion  
Star · Battant**

**Observateur · Reclus  
Penseur · Détective**

**Romantique · Artiste  
Esthète · Individualiste**



# Type 1 : le perfectionniste

## 1 - Le perfectionniste



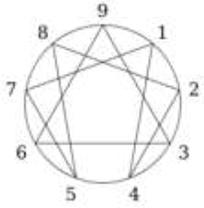
**La diligence**

### Atouts

- Exemplarité
- Ses bat pour obtenir la qualité
- En quête de perfection
- Organisé
- Cohérent
- Perspicace
- Honnête
- Pratique

### Voies de développement

- Réactif
- Exagérément critique
- Se défend si critiqué
- Inconscient de sa colère
- Tatillon
- Cherche à contrôler
- Dogmatique
- Impatient



# Type 2 : l'altruiste

## 2 - L'altruiste



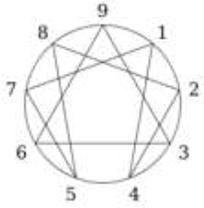
### Le don

### Atouts

- Excellent relationnel
- Empathique
- Encourageant
- Généreux
- Optimiste
- Aimable
- Responsable
- Détecte les besoins des autres
- Motive les autres
- Pratique

### Voies de développement

- Cherche à plaire
- Indirect
- À du mal à dire non
- En colère s'il n'est pas apprécié
- N'a pas conscience de ses propres besoins
- Surinvestit la sphère relationnelle
- Furieux si les autres sont maltraités
- À du mal à faire face
- Fait pour les autres



## Type 3 : le battant

### 3 - Le battant



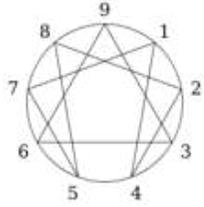
#### La performance

#### Atouts

- Recherche la réussite
- Grande énergie
- Capable de lire son auditoire
- Surmonte les obstacles
- Optimiste
- Entrepreneur
- Confiant
- Obtient des résultats

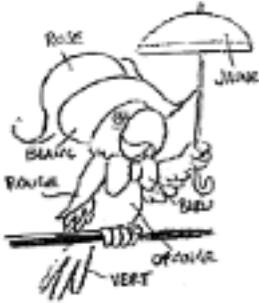
#### Voies de développement

- Trop compétitif
- Pas toujours disponible
- Abrupt
- Cache ses sentiments profonds
- Surchargé, peut avoir du mal à faire face
- A peu de temps pour les relations personnelles
- Impatient avec les émotions
- S'identifie à son image



# Type 4 : le romantique

## 4 - Le romantique



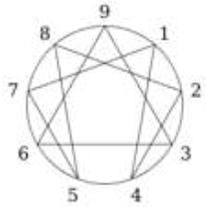
### L'originalité

## Atouts

- Cherche le sens
- Source d'inspiration
- Créatif
- Introspectif
- Expressif
- Intuitif
- Compatissant
- Recherche l'excellence

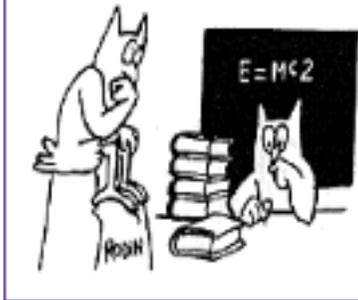
## Voies de développement

- Intense
- Farouche
- Lunatique
- S'ennuie facilement
- Culpabilise
- Accepte mal la critique
- Extrêmement critique envers les autres



# Type 5 : l'observateur

## 5 - L'observateur



### La connaissance

### Atouts

- Analytique
- Perspicace
- Objectif
- Systématique
- Planificateur soigneux
- Excellent dans les crises
- Tenace
- Expert

### Voies de développement

- Renferme
- Distant
- Trop indépendant
- Pas assertif
- Sous-estime l'aspect relationnel
- Retient l'information
- Têtu
- Critique



# Type 6 : le loyal sceptique

## 6 - Le loyal



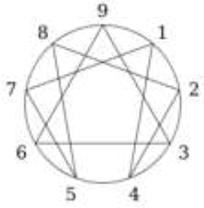
### Le doute

#### Atouts

- Loyal à son entreprise et à ses employés
- Responsable
- Pratique
- Coopératif
- Stratégique
- Esprit vif
- Persévérant
- Anticipe les problèmes

#### Voies de développement

- Soupçonneux
- Inquiet
- Trop accommodant ou trop méfiant
- Déteste l'ambiguïté
- Paralysé par l'activité mentale
- Projette ses idées sur les autres
- Sur la défensive
- Se sent victime



# Type 7 : l'épicurien



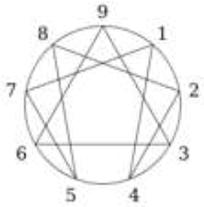
## Les options

### Atouts

- Optimiste
- Enthousiaste
- Curieux
- Imaginatif et créatif
- Multitâche
- Attrayant
- Esprit vif
- Établit des relations entre les éléments disparates

### Voies de développement

- Impulsif
- Distrait
- Rebelle
- Évite les situations pénibles
- Empathie aléatoire
- Réagit mal aux feed back négatifs
- Rationalise les expériences négatives
- Déteste la routine



## Type 8 : le leader

### 8 - Le chef



#### Le challenge

#### Atouts

- Direct
- Sur de lui et autoritaire
- Hautement stratégique
- Surmonte les obstacles
- Énergique
- Protecteur
- Fait avancer les projets
- Favorise la réussite de ses collaborateurs

#### Voies de développement

- Contrôle
- Exigeant
- À des attentes élevées pour lui et pour les autres
- Impatient
- Agace par les choses qui traînent en longueur
- Se sent utilisé si on ne se montre pas à la hauteur de ce qu'il attendait
- Méprise la faiblesse



# Type 9 : le médiateur

## 9 - Le médiateur



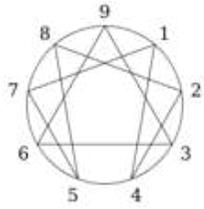
### L'harmonie

### Atouts

- Diplomate
- Construit une vision d'ensemble à partir de détails
- Facile
- Cohérent
- Collabore et inclut
- Établit des relations durables
- Patient
- Soutient les autres

### Voies de développement

- Évite les conflits
- Ne s'affirme pas
- Oublie les priorités
- Remet au lendemain
- Passif/agressif si on fait pression sur lui
- Indécis
- Incertain
- Énergie faible



# Les préoccupations des types

Est-ce qu'on prend bien en compte l'avis de tous, le mien y compris ?

9

Est-ce que tout est sous contrôle dans un souci d'efficacité et de justice ?

8

Qu'est-ce qui est bon, mauvais, correct ou incorrect ?

1

A-t-on besoin de moi ?  
Est-ce qu'on m'aime ?

2

Qu'est-ce qui est excitant ?  
Est-ce que je me sens coincé ?  
Puis-je éviter de souffrir ?

6

Comment puis-je gagner le respect et l'estime de tous ?

3

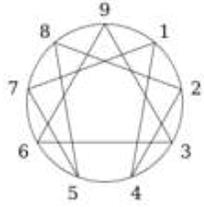
Qu'est-ce qui pourrait mal tourner ? A qui puis-je me fier ?  
Est-ce que je prends la bonne décision ?

5

Puis-je m'exprimer ?  
Vais-je me sentir rejeté ?  
Différent ?

4

Aurai-je la force, le temps et les ressources nécessaires pour faire face à tout ce qu'on me demande ?



# Les paradoxes

Comment nos comportements nous amènent à obtenir le résultat inverse de ce que nous souhaitons

9

Je veux être reconnu et pris au sérieux mais, comme je suis d'une nature facile et que je vais généralement dans le sens de ce que les autres veulent, je finis par avoir l'impression que je ne compte pas.

8

Je veux qu'on m'accepte comme je suis, ce qui signifie avec ma vulnérabilité, mais j'agis avec une telle détermination, de façon tellement indépendante, prenant en charge tout ce qui se présente, que personne ne s' imagine que j' ai aussi besoin d' aide et de soutien.

7

Je veux me sentir bien, un et entier, tout en évitant les difficultés et en m' arrangeant pour créer de multiples possibilités, j' ai du mal à être stable, pleinement heureux et à m' accepter comme je suis.

6

Je veux être sûr de moi et faire confiance mais je suis tellement soupçonneux que je finis par projeter mes craintes sur les autres. Je fonce puis freine des quatre fers ce qui suscite la méfiance de mon entourage.

5

Je veux de vrais contacts et vivre pleinement ma vie, mais la plupart de temps, la peur qui m' habite me conduit à me couper de mes émotions à me réfugier dans le monde des idées.

4

Je cherche à établir des relations durables tout en mettant un point d' honneur à montrer que je suis marginal, différent et surtout pas comme tout le monde. J' entretiens des relations de type attraction-répulsion avec ceux qui m' approchent, ce qu' ils trouvent décourageant, voire agaçant.

1

Je veux être considéré et accepté sans la moindre réserve, mais je suis critique à mon égard et doute que l' on puisse m' apprécier. Par ailleurs mes incessants reproches ont tendance à éloigner les autres .

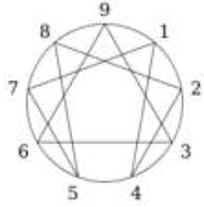
2

Je veux être appréciée et qu' on tienne compte de mes désirs, mais je passe ma vie à essayer de satisfaire les autres et ne sais que rarement ce que je veux.

3

Je veux qu' on me respecte pour ce que je suis et pas pour ce que je fais, alors que j' investis toute mon énergie dans l' atteinte des objectifs que je poursuis et passe ma vie dans le « faire », forgeant ainsi une image que tout le monde prend pour argent comptant.

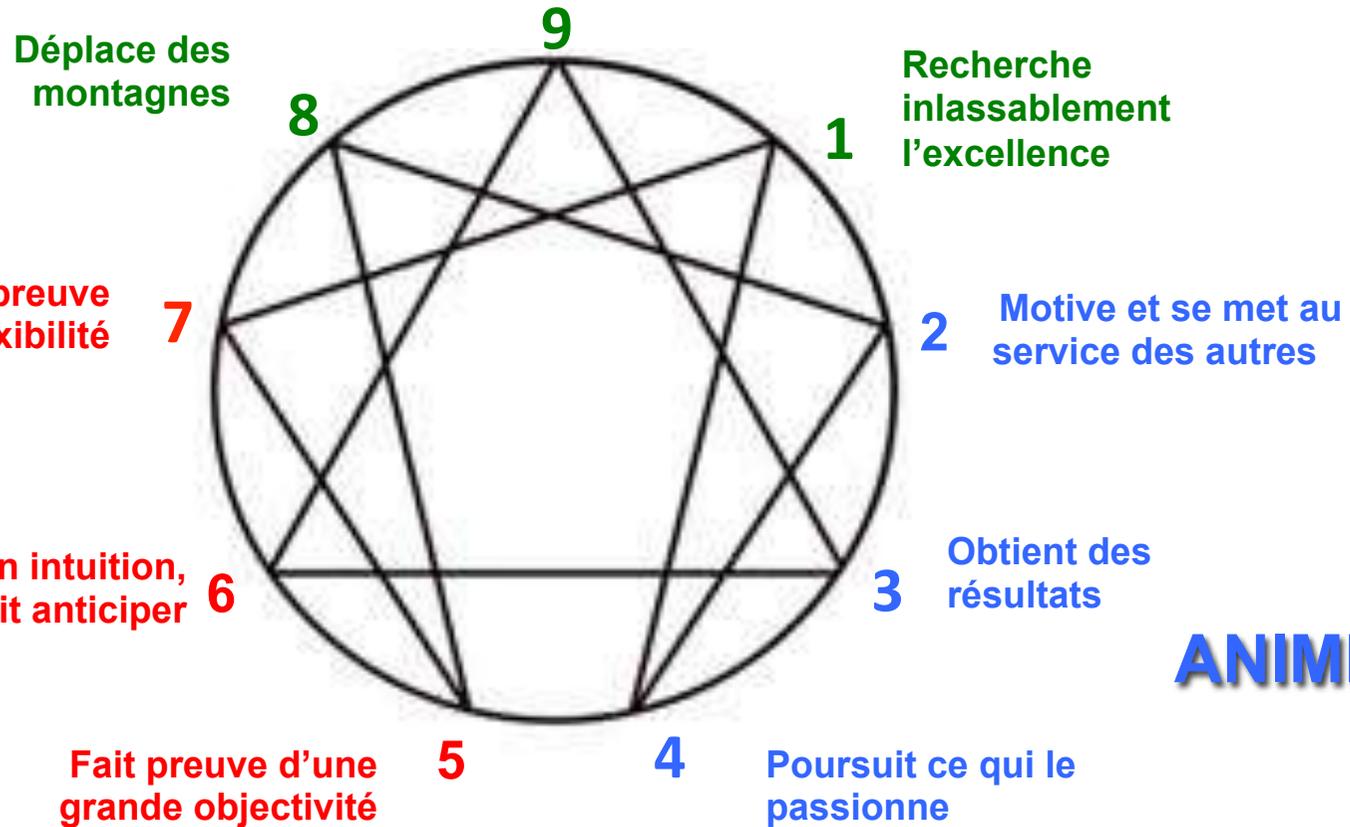




# Les talents des leaders

## RESPONSABILISER

Favorise l'intégration  
et le consensus



## DIRIGER

## ANIMER

### ① **Perfectionniste**

Acceptez ce qui est. Restez serein et renoncez à rendre tout parfait.  
N' accordez pas une trop grande importance aux détails. Ne cherchez pas à tout contrôler.  
Soyez flexible et détendu. Evitez les jugements et les réactions vives.

### ② **Altruiste**

Apprenez à identifier vos besoins. Prenez soin de vous au lieu de vouloir satisfaire les désirs des autres.  
Sachez trouver en vous les fondements de l'estime de soi. Evitez de dépendre des réactions d' autrui.  
Accordez une juste place à l'autonomie et à la dépendance dans votre vie relationnelle.

### ③ **Battant**

Acceptez de plonger au plus profond de vous pour explorez vos pensées, vos émotions afin de gagner en authenticité.  
Allez dans le sens de la vie au lieu d' essayer d'agir sur elle.  
Sachez faire la différence entre être et faire.  
Accordez de l'importance à ce que vous êtes, au lieu de survaloriser ce que vous faites.

### ④ **Romantique**

Sachez faire preuve d' objectivité et de sensibilité afin de trouver l'équilibre du cœur et de l'esprit.  
Reconnaissez votre propre valeur sans vous comparer aux autres.  
Apprenez à porter votre attention simultanément sur vous et les autres.

### ⑤ **Observateur**

Apprenez à éprouver vos émotions au moment même où elles surgissent, au lieu de vous en détacher.  
Acceptez de vous livrer davantage, de dire ce que vous pensez, d'exprimer vos émotions et de partager vos expériences.  
Participez pleinement aux évènements au lieu de vous cantonner à la périphérie des choses.

### ⑥ **Loyal sceptique**

Apprenez à faire la différence intuition et projection, produit de votre imagination.  
Faites confiance à votre autorité intérieure plutôt que de rechercher la certitude et le sens des choses à l'extérieur.  
Ayez confiance en vous et en votre prochain pour faire face aux évènements de la vie.

Source / Ginger Lapid Bogda

### ⑦ **Epicurien**

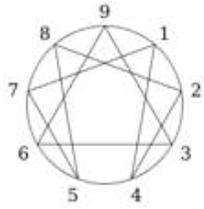
Soyez capable, à volonté de stabiliser votre attention tant sur le plan mental qu'émotionnel ou physique.  
Sachez vous montrer authentiquement empathique en toute circonstance.  
Acceptez et intégrez la réalité de la souffrance aussi bien que celle du plaisir.

### ⑧ **Leader**

Accueillez la vulnérabilité enfouie au fond de vous.  
Encouragez l'autonomie de ceux qui vous entourent et laissez les prendre la situation en main.  
Tenez compte de l'avis d'autrui au lieu de décider unilatéralement et d'agir dans la foulée.

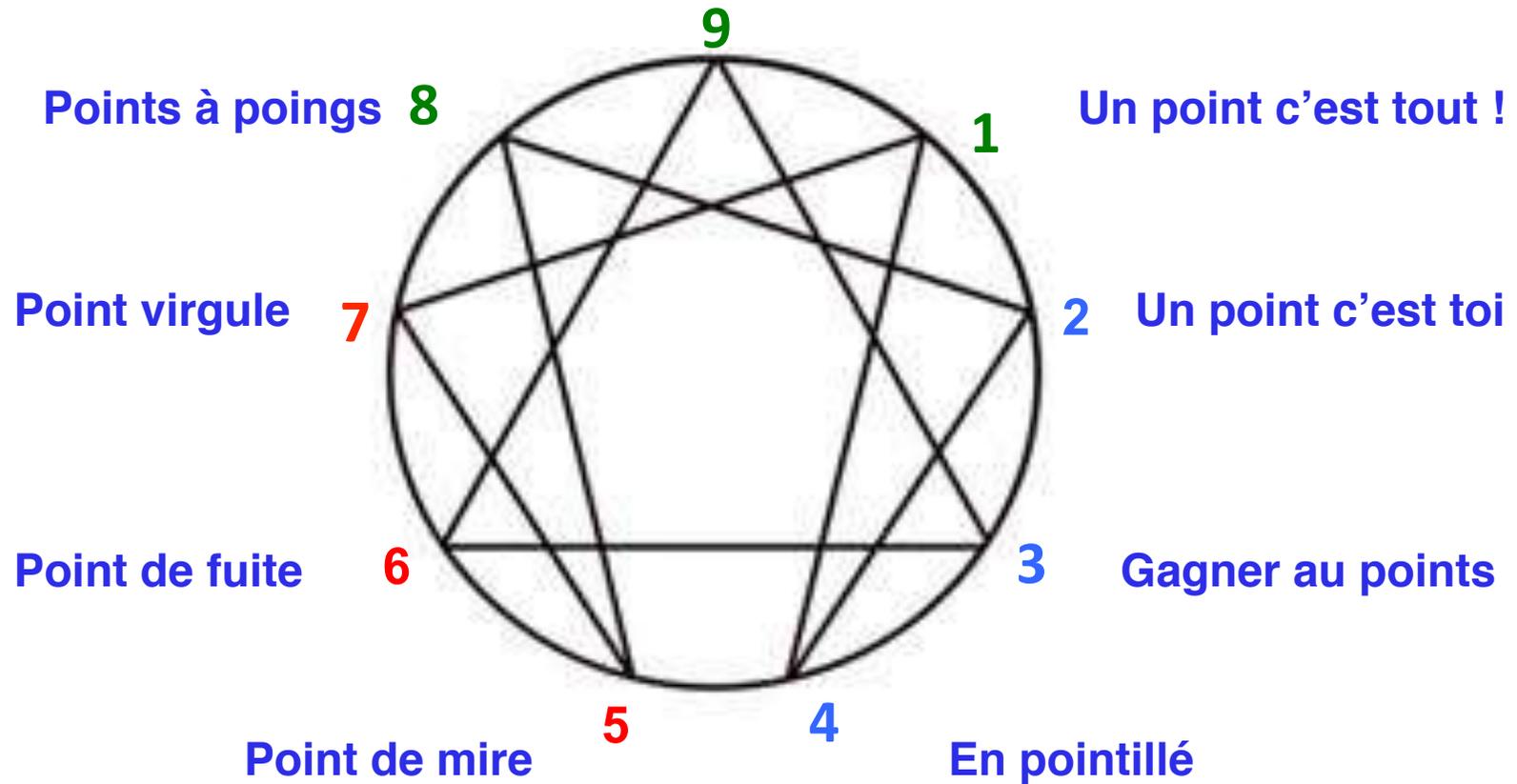
### ⑨ **Médiateur**

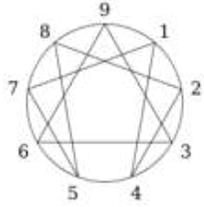
Donnez votre avis, exprimez vos besoins et vos préférences, quitte à être en désaccord avec les autres.  
Soyez actif et affirmez vous au lieu de sombrer dans la passivité comme si vous manquez d'énergie.  
Apprenez à faire face aux conflits en sachant que résoudre les différents rapproche les protagonistes



# Ennea ...points

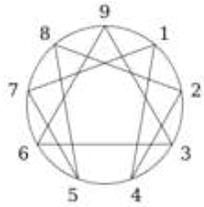
Trois petits points ...



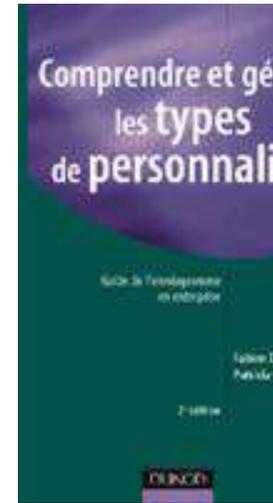


# Préalables

1. On ne **change pas de type de personnalité** principal.
2. Les descriptions des types de personnalités sont **universelles**  
S'appliquent aussi bien aux personnes des deux sexes sur tous les continents
3. Tout ce qui apparaît dans la description de votre type principal **ne s'applique pas à vous à chaque instant** :  
Vous fluctuez constamment parmi les traits des niveaux épanouis, moyens et pathologiques qui constituent votre personnalité.
4. L'ennéagramme utilise des **numéros** pour désigner chacun des types afin de **rester neutre** et d'éviter un jugement de valeur :  
Ils impliquent un large spectre d'attitudes et de comportements de chaque type, sans connotation positive ou négative.
5. L'**ordre** numérique des types est sans signification:  
Un nombre plus grand n'est pas mieux qu'un nombre plus petit, et il n'est pas préférable d'être un Neuf parce que neuf est le nombre le plus élevé
6. Aucun type n'est foncièrement **meilleur ou pire** qu'un autre.  
Alors que chaque type de personnalité a un ensemble unique de traits positifs et négatifs, certains types apparaissent comme préférables à d'autres dans un contexte culturel particulier. De plus, pour une raison ou pour une autre, vous pouvez ne pas être satisfait d'un type particulier. Vous pouvez penser que votre type est « handicapé » d'une certaine manière. L'idéal est de devenir le meilleur de vous-même, pas d'imiter les qualités d'un autre type.



# Biblio/webographie



## Test

<http://www.enneagramme-envolutif.com/formation-enneagramme-test.html>

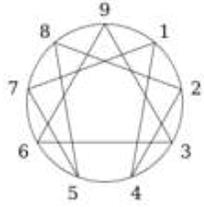
<http://www.promouvoir-enneagramme.com/index.php?rubrique=2935>

## Sites

<http://www.enneagramme.com/>

<http://www.promouvoir-enneagramme.com/index.php?rubrique=2892>

<http://www.davinciblog.com/science/>



**« Nul savoir, si étendu qu'il soit, ne permet d'atteindre à la plénitude de la sagesse, sans la connaissance de soi-même. »**

**Bernard de Clairvaux**

**« Celui qui se sera étudié lui-même sera bien avancé dans la connaissance des autres ».**

**Denis Diderot**

