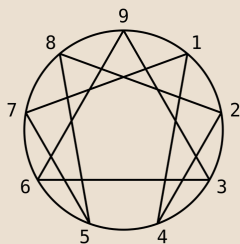


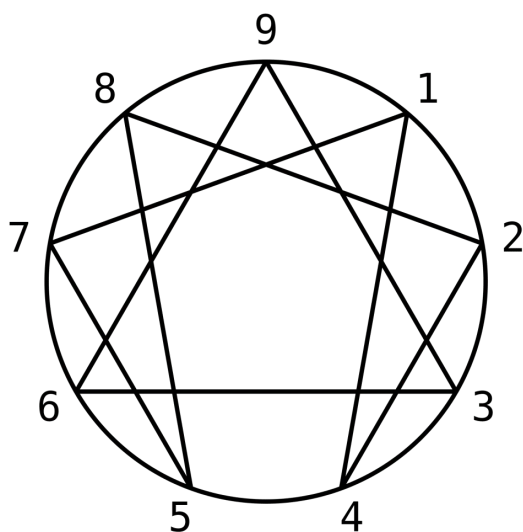
L'Ennéagramme *en deux mots*



Qu'est-ce que l'Ennéagramme?

L'Ennéagramme est un système ancien qui identifie neuf types de personnalité. Neuf stratégies distinctes par lesquelles le psychisme humain construit une vision du monde et interagit avec soi-même et les autres. Bien que chacun porte en lui des traits de tous ces types, il en a généralement un vers lequel il tend naturellement, appelé son type dominant.

Chacun des neuf types fondamentaux de l'Ennéagramme est associé à une peur et un désir essentiels, ainsi qu'à des schémas comportementaux prévisibles en situation de stress ou de sécurité. En utilisant ces peurs et désirs fondamentaux, l'Ennéagramme explique les motivations profondes derrière de nombreux comportements, permettant ainsi une compréhension plus fine du bien-être psychologique de chaque individu et de la variété de ses réactions.



Histoire de l'Ennéagramme

Origines Anciennes :

- L'Ennéagramme trouve ses racines dans des traditions anciennes, notamment dans la philosophie grecque, le soufisme et la psychologie.
- Des concepts similaires à l'Ennéagramme ont été explorés par des penseurs tels que Platon et Aristote, qui ont envisagé des classifications de la nature humaine.

Développement au Moyen Âge :

- Au Moyen Âge, des mystiques arabes et chrétiens ont approfondi l'étude des types de personnalité, intégrant des éléments spirituels et psychologiques.
- L'Ennéagramme commence à se structurer en tant que modèle à la fin du Moyen Âge avec un accent sur le développement spirituel.

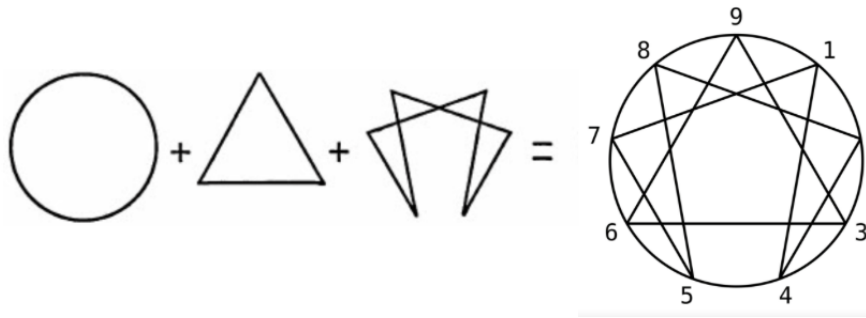
Popularisation Moderne :

- L'Ennéagramme a été popularisé en Europe dans les années 1970 par des étudiants de l'école spirituelle du Fundamentals of Human Nature (FHN) d'**Oscar Ichazo**, psychanalyste et enseignant spirituel bolivien, il a intégré l'Ennéagramme dans ses enseignements pour explorer la psychologie humaine et la transformation personnelle.
- Par la suite, des enseignants comme **Claudio Naranjo** psychologue chilien et d'autres ont popularisé ces concepts en Occident, en les intégrant dans des disciplines telles que la psychologie humaniste, enrichissant ainsi le discours autour de l'Ennéagramme et élargissant son utilisation à divers contextes, y compris la thérapie, le coaching et le développement organisationnel.
- **Don Richard Riso** et **Russ Hudson** deux psychologues américains ont également joué un rôle clé dans la diffusion et la clarification des types, rendant cet outil accessible à un public plus large par le biais de leurs livres et formations.

Rôle Actuel de l'Ennéagramme:

- **Dans le développement Personnel** : Pour comprendre ses motivations, forces et faiblesses pour améliorer ses relations et atteindre ses objectifs.
- **Dans le monde professionnel**: Dans la gestion des équipes, pour améliorer la communication, la collaboration et la compréhension mutuelle entre les membres d'une équipe.
- **Dans les relations** : Pour développer son empathie, pour mieux comprendre les autres et résoudre les conflits de manière constructive.
- **Dans la croissance Spirituelle** : Pour explorer ses aspects intérieurs pour une introspection plus profonde et une spiritualité plus authentique.
- **Dans le monde éducatif** : L'Ennéagramme est enseigné dans les écoles pour fournir des outils pour améliorer les relations et la compréhension de soi et des autres, pour aider à l'orientation professionnel, pour améliorer les relations familiales.

Les symboles de l'Enneagramme



Le Cercle

- Représente l'unité, l'intégration et l'interconnexion des neuf types. Il symbolise également le fait que chaque type est relié aux autres par une dynamique de croissance et de stress.

Le Triangle (ou Étoile à 3 Pôles)

- Le triangle inscrit dans le cercle représente les points 3, 6 et 9 de l'Ennéagramme. Ces trois points forment un triangle équilatéral et soulignent la dynamique entre ces types, qui partagent des caractéristiques communes au niveau de leur motivation et de leur comportement fondamental.

L'Hexagone

- L'hexagone (ou forme étoilée) qui relie tous les types représente les lignes de connexion entre les types et leurs comportements en situation de stress ou de croissance. Chaque type a deux flèches qui indiquent vers d'autres types, signifiant comment il peut se développer dans des situations favorables ou se désagréger sous pression.

Les ailes

Les numéros qui se trouvent à côté de votre type principal sont appelés « ailes ». Ces ailes peuvent enrichir votre profil en y apportant certaines caractéristiques propres à ces numéros. En général, vous aurez tendance à vous identifier davantage à l'un de ces deux numéros, intégrant ainsi certains traits et comportements associés.

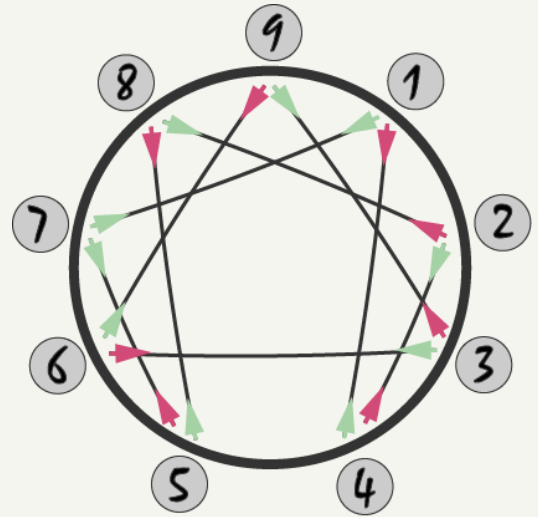
Les ailes peuvent être comparées à une palette de couleurs : si votre type principal est associé à une couleur de base, vos ailes en sont comme des nuances ou des teintes qui viennent l'enrichir. Par exemple, si vous êtes un Type 2, votre couleur de base pourrait être le vert, et les ailes possibles seraient le bleu (Type 1) et le jaune (Type 3). Un 2 avec une aile 1 (2w1) serait alors vert avec une touche de bleu, tandis qu'un 2w3 serait vert avec une touche de jaune. La force de votre aile détermine combien de cette couleur ou nuance vous portez en vous. Ces nuances rendent chaque profil unique, complexe et vibrant.

Les flèches

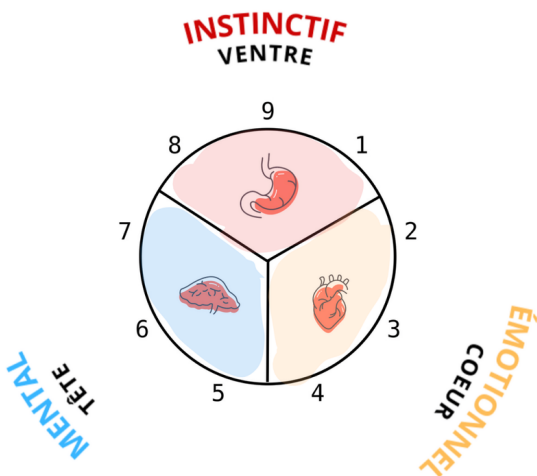
Votre motivation profonde et votre type de base restent constants, mais votre manière de vous comporter peut varier selon que vous soyez en période de stress ou de sécurité. Les numéros situés aux extrémités des flèches sur le diagramme de l'ennéagramme illustrent ces dynamiques.

En vert, le point de sécurité de votre type indique vers quel numéro votre personnalité se tourne lorsque vous vous sentez en sécurité et en bonne santé. C'est à ce moment-là que vous puisez votre énergie et vos ressources. La flèche pointant vers ce numéro montre la voie vers un état de sérénité.

À l'inverse, en rouge, le point de stress correspond au numéro que votre personnalité adopte sous pression ou en période de difficulté. La flèche qui en part indique la direction vers laquelle vous pouvez vous retrouver lorsque vous traversez des moments de tension ou de défi.



Les trois centres d'intelligence



Les trois centres d'intelligence de l'Ennéagramme sont essentiels pour comprendre comment les individus perçoivent le monde et réagissent à leur environnement.

Chaque centre informe les **préférences de communication**, de **résolution de problèmes** et d'**engagement relationnel**.

En prenant conscience de notre **centre dominant**, nous pouvons mieux comprendre nos comportements et ceux des autres.

Le but est un cheminement vers un **équilibre** entre les trois centres.

Types Centrés sur la Pensée (Tête)

Type 5 – L'Observateur

Ils analysent, questionnent et rassemblent des informations pour comprendre le monde. Lorsqu'ils prennent une décision, ils se réfèrent à leur raisonnement, leur logique et leur connaissance. Leur but est d'atteindre la certitude ou la maîtrise, souvent en évaluant toutes les options possibles.

– **Mécanisme en jeu** : Ils utilisent leur capacité d'analyse pour réduire l'incertitude, en se retirant parfois dans leur monde intérieur pour réfléchir en profondeur avant d'agir.

Type 6 – Le Sceptique Loyal

Ils évaluent les risques, anticipent les problèmes et recherchent la sécurité. Lorsqu'ils doivent décider, ils font appel à leur vigilance, leur prudence et leur souci de sécurité. Leur processus mental consiste à peser les dangers et à anticiper les éventuelles conséquences.

– **Mécanisme en jeu** : Leur cerveau tourne autour de la recherche de sécurité, en vérifiant la fiabilité des options et en se préparant mentalement à toute éventualité.

Type 7 – L'Épicurien

Ils envisagent des possibilités, recherchent l'innovation et privilégient la nouveauté. Leur processus décisionnel est basé sur leur désir d'expériences agréables, de liberté et d'optimisme. Ils analysent rapidement plusieurs options pour maximiser le plaisir.

– **Mécanisme en jeu** : Leur pensée est tournée vers l'enthousiasme, la recherche de nouvelles aventures et l'évitement de la douleur ou de la stagnation.

Types Centrés sur les Émotions (Coeur)

Type 2 – Le Donneur

Ils prennent des décisions en se basant sur leurs sentiments et leur besoin d'être aimés ou appréciés. Leur choix est souvent guidé par leur désir de faire plaisir et de renforcer leurs liens avec les autres.

– **Mécanisme en jeu** : Leur cœur influence leur décision par leur besoin d'harmonie relationnelle et leur empathie.

Type 3 – Le Performeur

Ils évaluent leur succès, leur image et leur reconnaissance sociale. Lorsqu'ils décident, ils cherchent à atteindre leurs objectifs pour être valorisés et reconnus. Leur émotion dominante est souvent celle de la motivation à réussir.

– **Mécanisme en jeu** : Leur choix est souvent orienté vers l'image qu'ils veulent projeter et la validation extérieure.

Type 4 – Le Romantique

Ils s'appuient sur leur vie intérieure, leurs sentiments profonds et leur besoin d'authenticité. Leur décision est guidée par leur ressenti, leur besoin d'expression de leur individualité et leur recherche de sens.

– **Mécanisme en jeu** : Leur processus mental est influencé par leur sensibilité et leur quête d'authenticité émotionnelle.

Types Centrés sur l'Instinct (Corps-Ventre)

Type 8 – Le Protecteur

Ils agissent rapidement, avec confiance et détermination. Lorsqu'ils prennent une décision, ils se fient à leur instinct, leur force intérieure et leur besoin de contrôle pour assurer leur autonomie ou celle des autres.

– **Mécanisme en jeu** : Leur corps et leur instinct leur donnent une impression de force et de contrôle, ce qui facilite la prise de décision en situation d'urgence ou de défi.

Type 9 – Le Médiateur

Ils cherchent à maintenir l'harmonie et évitent les conflits. Lorsqu'ils doivent décider, ils se tournent vers leur désir de paix intérieure et leur capacité à voir plusieurs côtés d'un problème. Leur corps et leur intuition jouent un rôle dans leur tendance à privilégier la fluidité et la consensus.

– **Mécanisme en jeu** : Leur corps leur donne un sens de calme et d'équilibre, leur permettant de retarder ou d'éviter la confrontation.

Type 1 – Le Perfectionniste

Ils prennent des décisions basées sur leur sens de la justice, la responsabilité et leur désir de faire ce qui est correct. Leur corps et leur instinct leur donnent une sensation de devoir et d'obligation à agir de manière responsable.

– **Mécanisme en jeu** : Leur corps leur transmet un sens du devoir et de la discipline, orientant leur choix vers la conformité à leurs idéaux.

Les neuf types de l'Ennéagramme

Ennéagramme : Le Type 1 – Le Perfectionniste

Le Type 1, souvent appelé le Perfectionniste, est une personne centrée sur l'intégrité personnelle et l'autocontrôle. Ce sont des personnes responsables, honnêtes, et profondément soucieuses de moralité. Ils ont une vision claire du bien et du mal, et cherchent à agir avec intégrité. Leur souci du détail et leur rigueur leur donnent souvent des standards très élevés, ce qui peut les rendre critiques, rigides, voire perfectionnistes.

Leur regard se porte principalement sur ce qui doit être corrigé ou amélioré, avec une forte volonté de faire ce qui est juste.



Centre dominant : le centre instinctif.

Mots importants : perfection, intégrité, éthique, règles, amélioration, responsabilité, justice, discipline, ordre, idéal... Ces termes expriment le désir du type 1 de s'améliorer constamment et d'adhérer à des principes élevés.

Motivations principales : Le type 1 est motivé par le besoin d'être bon, de faire ce qui est juste et de vivre selon des normes élevées. Les Perfectionnistes cherchent à corriger les erreurs et à améliorer le monde qui les entoure, souvent en mettant l'accent sur la moralité et la responsabilité personnelle.

Vision du monde/désir : « Le monde est imparfait. » Le type 1 perçoit le monde comme un lieu où l'amélioration est nécessaire, et il désire contribuer à cette amélioration par des actions précises et éthiques. Ils aspirent à un ordre et une structure, convaincus que cela conduit à un comportement juste et efficace.

Peur : le Un a peur de mal faire, de faire des erreurs ou de ne pas atteindre ses idéaux.

5 questions clés pour se tester :

- Quand vous faites une tâche, ressentez-vous un besoin fort qu'elle soit faite parfaitement ?
- Êtes-vous souvent critique envers vous-même ou les autres quand quelque chose ne va pas comme prévu ?
- Avez-vous tendance à suivre strictement des règles ou des principes, même dans des situations informelles ?
- Ressentez-vous une forte envie d'améliorer ou de corriger ce qui vous semble imparfait ?
- Est-ce que la peur de commettre des erreurs vous pousse à être très organisé et rigoureux ?

Ennéagramme : Le Type 2 – Le Donneur

Les deux sont des personnes chaleureuses, empathiques et très attentives aux autres. Leur priorité est de créer des liens, d'aider et de soutenir. Ils ont un talent naturel pour percevoir les besoins et les sentiments d'autrui, et ils aiment se rendre utiles. Cependant, ils rencontrent souvent des difficultés à se concentrer sur eux-mêmes, à reconnaître leurs propres besoins. Leur croissance passe par l'apprentissage à établir des limites, à valoriser leur propre estime, et à ne pas dépendre uniquement de l'approbation extérieure.



Centre dominant : le centre émotionnel.

Mots importants : amour, aide, soutien, sollicitude, donner, empathie, attention aux autres, altruisme, relation, acceptation. Ces mots reflètent les valeurs fondamentales du Deux.

Motivations principales : Le Deux désire être aimé et reconnu pour sa capacité à aider et à soutenir les autres. Il cherche à établir des liens profonds et significatifs, se dévouant souvent aux besoins des autres pour se sentir utile et apprécié. Sa motivation centrale est de donner, car il croit que son affirmation de soi passe par ses contributions aux autres.

Vision du monde/désir : « Les autres ont besoin de moi. » Le Deux voit le monde comme un lieu où chaque personne mérite amour et soutien. Il aspire à créer des relations harmonieuses et à faire en sorte que ceux qui l'entourent se sentent valorisés et compris.

Peur : Il craint de ne pas être aimé ou d'être considéré comme inutile.

5 questions clés pour se tester :

- Aimez-vous souvent aider ou prendre soin des autres, même si cela vous demande du temps ou de l'énergie ?
- Ressentez-vous un besoin profond d'être aimé ou apprécié par votre entourage ?
- Avez-vous tendance à mettre les besoins des autres avant les vôtres, parfois au détriment de vous-même ?
- Est-ce que vous vous sentez souvent responsable du bonheur ou du bien-être de ceux qui vous entourent ?
- Avez-vous du mal à dire non quand quelqu'un demande votre aide ?

Ennéagramme : Le Type 3 – Le Performeur

Les trois sont des individus dynamiques, ambitieux, et très orientés vers la réussite. Leur énergie est souvent concentrée sur l'atteinte d'objectifs, la performance et la reconnaissance sociale. Ils savent s'adapter facilement à leur environnement, en jouant sur leur image pour plaire et réussir. Leur défi est de rester connectés à leur véritable moi intérieur, en évitant de se perdre dans la recherche de succès ou d'approbation extérieure. Leur croissance consiste à cultiver leur authenticité et à apprendre à valoriser leur valeur intrinsèque.



Centre dominant : le centre émotionnel.

Mots importants : succès, efficacité, image, reconnaissance, ambition, performance, compétitivité, autonomie, valeur personnelle, accomplissement. Ces termes caractérisent les aspirations et la mentalité du Trois.

Motivations principales : Le Trois désire être reconnu pour ses réalisations et aspire à atteindre des niveaux élevés de succès. Il est motivé par un besoin d'être perçu comme compétent et efficace, et il cherche à exceller dans tout ce qu'il entreprend. Pour le Trois, l'accomplissement personnel est souvent lié à son image sociale et à la manière dont il est perçu par les autres.

Vision du monde/désir : « La réussite est la clé de la valeur personnelle. » Le Trois voit le monde comme un espace où l'accomplissement et la performance déterminent la valeur et la reconnaissance. Il cherche à se distinguer par ses réalisations et à inspirer les autres par son succès.

Peur : La peur principale du Trois est l'échec et l'inadéquation.

5 questions clés pour se tester :

- Appréciez-vous être reconnu ou admiré pour vos réalisations ?
- Avez-vous tendance à vous concentrer beaucoup sur votre image ou votre succès ?
- Ressentez-vous une pression interne pour réussir et atteindre des objectifs élevés ?
- Êtes-vous parfois préoccupé par votre réputation ou votre statut social ?
- Avez-vous une forte motivation à atteindre l'excellence dans ce que vous faites ?

Ennéagramme : Le Type 4 – Le Romantique

Les quatre sont sensibles, artistiques et en quête de profondeur. Leur vécu émotionnel est intense, souvent teinté de mélancolie ou de sentiment de manque. Ils recherchent un sens profond dans leurs relations, leur travail ou leur créativité. Ils ont souvent une grande capacité à exprimer des émotions universelles à travers l'art, la musique ou la poésie. Leur croissance consiste à accueillir toutes leurs émotions, même la tristesse ou la jalousie, en développant l'acceptation et la paix intérieure. Leur authenticité est essentielle pour leur épanouissement.



Centre dominant : le centre émotionnel.

Mots importants : individualité, authenticité, profondeur, expression, émotions, esthétique, mélancolie, quête d'identité, singularité, connexion. Ces mots capturent l'essence des aspirations et des préoccupations du Quatre.

Motivations principales : Le Quatre désire être unique et authentique. Il cherche à se comprendre lui-même et à exprimer ses émotions de manière profonde. Les Quatre cherchent à trouver leur propre identité et à se distinguer par leur originalité. Ils sont motivés par un besoin de comprendre leurs propres émotions et celles des autres, ainsi que par une recherche de connexion significative.

Vision du monde/désir : « Je suis unique et je ressens les choses profondément. » Le Quatre voit le monde comme un endroit riche en émotions, où chaque expérience doit être vécue intensément. Il cherche à trouver sa place dans ce monde tout en honorant sa propre individualité.

Peur : La peur principale du Quatre est l'absence d'identité, de ne pas être compris ou accepté pour ce qu'il est vraiment.

5 questions clés pour se tester :

- Ressentez-vous souvent le besoin d'exprimer votre individualité ou votre créativité ?
- Avez-vous tendance à vous sentir différent ou en décalage par rapport aux autres ?
- Êtes-vous sensible aux émotions, à la fois les vôtres et celles des autres ?
- Avez-vous souvent le sentiment d'avoir une identité ou une expérience intérieure profonde à partager ?
- Ressentez-vous parfois une tristesse ou une mélancolie qui vous pousse à vous recentrer sur vous-même ?

Ennéagramme : Le Type 5 – L'Observateur

Les cinqs sont des penseurs, des chercheurs ou des experts techniques. Leur vision du monde est analytique, et ils valorisent la connaissance, l'autonomie et la vie intérieure. Leur tendance à se retirer ou à accumuler des ressources ou des informations leur permet de préserver leur liberté, mais peut aussi entraîner un isolement social. Leur croissance consiste à oser entrer en relation avec les autres, à partager leurs émotions et à participer pleinement à la vie sans se couper de leurs sentiments.



Centre dominant : le centre mental.

Mots importants : connaissance, compréhension, observation, retrait, indépendance, compétence, analyse, autonomie, questionnement, spécialisation... Ces termes soulignent le désir du type 5 d'accumuler des informations et de se retirer pour réfléchir et comprendre le monde qui l'entoure.

Motivations principales : Le type 5 désire profondément acquérir des connaissances et compétences pour se sentir en sécurité et compétent. Il cherche à comprendre le monde et à l'analyser pour éviter la vulnérabilité et la dépendance. L'Investigateur aspire à être reconnu pour son intelligence et sa capacité à réfléchir de manière critique, souhaitant aussi préserver son indépendance et son espace personnel.

Vision du monde/désir : « Le monde est complexe et déconcertant. » Le type 5 voit le monde comme rempli de mystères et d'inconnues, et il veut explorer, comprendre et maîtriser ces éléments.

Peur : Le type 5 a peur de ne pas avoir assez de ressources, d'être submergé par ses émotions ou d'être incapable de faire face aux exigences du monde.

5 questions clés pour se tester :

- Aimez-vous collecter des connaissances ou des informations pour mieux comprendre le monde ?
- Avez-vous tendance à vous retirer ou à vous isoler pour réfléchir ou vous ressourcer ?
- Ressentez-vous souvent le besoin de maîtriser votre environnement ou de vous sentir compétent ?
- Êtes-vous à l'aise avec la solitude et la réflexion profonde ?
- Avez-vous une réserve naturelle dans vos interactions sociales ou émotionnelles ?

Ennéagramme : Le Type 6 – Le Sceptique Loyal

Les Six sont des personnes vigilantes, soucieuses de sécurité et de fidélité. Elles utilisent leur perception et leur intelligence pour évaluer leur environnement, anticiper les problèmes, et protéger leur groupe ou leur famille. Leur défi est de faire confiance, à eux-mêmes comme aux autres, sans tomber dans la suspicion ou l'anxiété chronique. Leur croissance consiste à renforcer leur foi en la vie, à dépasser la peur, et à oser agir avec courage même en étant incertains.



Centre dominant : le centre mental.

Mots importants : sécurité, loyauté, confiance, soutien, groupe, engagement, responsabilité, vigilance, préparation, anxiété... Ces termes reflètent le désir du type 6 d'évoluer dans un environnement sûr et prévisible, tout en établissant des relations solides avec les autres.

Motivations principales : Le type 6 cherche activement la sécurité et la stabilité, tant sur le plan émotionnel que matériel. Les Loyalistes cherchent à anticiper les risques et les dangers, ce qui les amène souvent à poser des questions, à douter et à rechercher des conseils auprès des autres.

Vision du monde/désir : « Le monde est incertain et potentiellement dangereux. » Le type 6 perçoit le monde comme rempli de menaces et d'incertitudes et cherche à établir des systèmes de soutien et de protection pour naviguer dans ces défis.

Peur : Le type 6 a peur de l'instabilité, de l'abandon et de l'isolement.

5 questions clés pour se tester :

- Avez-vous souvent des doutes ou des inquiétudes concernant l'avenir ou la sécurité ?
- Ressentez-vous le besoin d'avoir des garanties ou un soutien solide dans vos décisions ?
- Êtes-vous fidèle à vos proches ou à vos principes, même en cas de conflit ?
- Avez-vous tendance à anticiper les problèmes pour mieux vous préparer ?
- Ressentez-vous souvent une tension entre votre besoin de sécurité et votre désir d'indépendance ?

Ennéagramme : Le Type 7 – L'Epicurien

Les sept sont des esprits libres, optimistes et curieux. Leur énergie déborde, et ils aiment explorer de nombreux domaines, profiter de la vie, et éviter la douleur ou l'ennui. Leur enthousiasme est contagieux, mais leur difficulté est de rester concentrés et engagés sur la durée. Leur croissance consiste à apprendre à vivre le moment présent, à accepter la souffrance et à faire face à leurs responsabilités avec sérieux.



Centre dominant : le centre mental.

Mots importants : plaisir, aventure, diversité, options, optimisme, enthousiasme, stimulation, curiosité, évasion, imprévisibilité... Ces termes soulignent le désir du type 7 de vivre pleinement et d'explorer les différentes expériences que la vie a à offrir.

Motivations principales : Le type 7 cherche à éviter la douleur et la contrainte en se concentrant sur les plaisirs et les opportunités d'expériences nouvelles. Il est motivé par un besoin de challenge, d'excitation et de variété. Les Épicuriens aiment élargir leurs horizons et s'engager dans de nouvelles aventures pour échapper à la monotonie et à la routine.

Vision du monde/désir : « La vie est remplie de possibilités et je veux en profiter. » Le type 7 voit le monde comme une source infinie d'opportunités et de plaisirs. Ils aspirent à explorer toutes les joies et les expériences qu'il peut offrir.

Peur : Le type 7 a peur de la souffrance, de l'ennui et de l'engagement qui pourrait le contraindre.

5 questions clés pour se tester :

- Aimez-vous planifier ou rechercher constamment de nouvelles expériences ou aventures ?
- Ressentez-vous une peur de manquer quelque chose ou de s'ennuyer ?
- Avez-vous tendance à privilégier le plaisir ou la distraction pour éviter la douleur ou l'ennui ?
- Êtes-vous souvent enthousiaste ou optimiste face à l'avenir ?
- Avez-vous du mal à rester concentré ou à finir ce que vous avez commencé ?

Ennéagramme : Le Type 8 – Le Protecteur

Les Huits sont des leaders naturels, assertifs, énergétiques et protecteurs. Leur force est leur puissance, leur courage, leur franchise. Ils aiment prendre le contrôle, défendre la justice, et faire face aux injustices. Leur défi est de modérer leur impulsivité, leur colère, et d'apprendre à faire confiance et à coopérer. Leur croissance passe par la vulnérabilité et l'ouverture du cœur.



Centre dominant : le centre instinctif.

Mots importants : pouvoir, contrôle, autonomie, force, justice, défi, indépendance, protection, défiance, loyauté... Ces termes mettent en lumière le désir du type 8 d'affirmer son pouvoir et d'exercer un contrôle sur son environnement tout en protégeant les plus vulnérables.

Motivations principales : Le type 8 est motivé par un besoin de se sentir fort et autonome. Il cherche à affirmer sa présence et son autorité à travers la prise de décisions et l'affrontement des défis. Les Protecteurs veulent être en contrôle de leur vie et de celle des autres, et se battent pour la justice et la vérité, souvent en défendant ceux qui sont opprimés ou ciblés.

Vision du monde/désir : « Le monde est un endroit où seuls les forts survivent. » Le type 8 perçoit le monde comme un combat constant pour l'affirmation et la survie. Il valorise la force, la franchise et la capacité à défendre ses convictions.

Peur : Le type 8 craint de perdre le contrôle, d'être vulnérable ou d'être dominé.

5 questions clés pour se tester :

- Aimez-vous prendre le contrôle ou diriger dans des situations de groupe ?
- Ressentez-vous une forte volonté de défendre ou de protéger ceux qui sont faibles ou vulnérables ?
- Avez-vous tendance à être direct ou franc, parfois à l'excès ?
- Ressentez-vous une aversion pour la faiblesse ou la vulnérabilité ?
- Avez-vous une grande énergie pour poursuivre vos objectifs ou défendre vos convictions ?

Ennéagramme : Le Type 9 – Le Médiateur

Les neuf sont des personnes équilibrées, conciliantes, en quête d'harmonie intérieure. Leur difficulté principale est la paresse ou l'indécision, qui les amènent à éviter les conflits ou à perdre de vue leurs propres priorités. Leur croissance consiste à se reconnecter à eux-mêmes, à prendre des initiatives, et à affirmer leur voix dans leur environnement.



Centre dominant : le centre instinctif.

Mots importants : paix, harmonie, unité, confort, tranquillité, acceptation, adaptabilité, évasion, consensus, facilité... Ces termes soulignent le désir du type 9 d'éviter les conflits et de maintenir une atmosphère sereine et harmonieuse dans ses relations et son environnement.

Motivations principales : Le type 9 est motivé par le besoin de créer et de préserver la paix. Il aspire à vivre en harmonie avec les autres, cherchant à éviter les tensions et les conflits qui perturbent sa tranquillité. Les Médiateurs ont souvent une approche conciliatrice, cherchant à rassembler les différentes parties pour trouver des solutions communes.

Vision du monde/désir : « Je souhaite que tout le monde soit en paix et que les divergences soient résolues. » Le type 9 perçoit le monde comme un lieu où les conflits peuvent être préjudiciables, et il désire un environnement où les gens se s'entendent et coexistent harmonieusement.

Peur : Le type 9 craint le conflit, la séparation et le désaccord.

5 questions clés pour se tester :

- Aimez-vous maintenir la paix et l'harmonie dans vos relations ?
- Avez-vous tendance à éviter les conflits ou à vous faire discret pour ne pas déranger ?
- Ressentez-vous souvent le besoin de faire plaisir aux autres pour éviter la confrontation ?
- Avez-vous du mal à exprimer vos propres besoins ou opinions lorsqu'ils diffèrent de ceux des autres ?
- Vous sentez-vous souvent en retrait ou en retrait par rapport à votre environnement ?

Les différentes “couches” de compréhension de soi en Ennéagramme

On compare souvent l'Ennéagramme à un oignon, car il possède plusieurs couches de compréhension de soi qui doivent être déployées pour atteindre son centre, c'est-à-dire son essence profonde. Chaque couche représente un niveau de connaissance, de conscience ou d'expression du soi, allant de la surface jusqu'à la partie la plus intime et authentique.

Imaginons que vous soyez un ennéatype 4. Voici les différentes couches que cet ennéatype pourrait explorer et découvrir sur lui-même :



- **Le type de base** : c'est l'identification principale — ici, le type 4, avec ses motivations, peurs et désirs fondamentaux.
- **Le centre (mental, émotionnel, instinctif)** : le centre d'intelligence du 4 est émotionnelle.
- **Les ailes (aile 3 ou 5)** : ce sont les traits complémentaires qui enrichissent le profil du type 4, apportant nuances et variations dans la personnalité.
- **Les flèches (directions de croissance et de stress)** : elles indiquent comment le 4 peut évoluer vers d'autres types dans certaines situations. La flèche de croissance (vers le 1) et celle de stress (vers le 6) offrent des clés pour le développement personnel.
- **Les sous-types** : Un sous-type est une façon différente pour une même personne d'exprimer son type de base, selon son environnement ou sa façon de se manifester. Il existe généralement trois types de sous-types :
Par exemple, un type 4 peut être un 4 romantique (sous-type tête à tête), un 4 créatif (sous-type social) ou un 4 individualiste (sous-type survie).

- **Les niveaux d'intégration** : ils montrent le degré de maturité ou de conscience du type, allant de la pathologie à l'authenticité.
- **Les motivations et croyances limitantes** : ce sont les schémas profonds qui orientent le comportement du 4.
- **La connexion à l'essence** : À ce stade, la personne a dépassé ses conditionnements et ses ego pour accéder à une conscience profonde de soi. Elle se connecte à son vrai moi, à sa nature authentique, au-delà des schémas limitants. C'est le moment où l'individu incarne son être essentiel, en harmonie avec sa véritable identité.

L'essence de soi se révèle souvent lors d'un développement personnel profond. La personne dépasse son ego, ses masques et ses conditionnements pour se reconnecter à son vrai moi. Cela se produit généralement par un travail introspectif, la pleine conscience ou un chemin spirituel. C'est un processus progressif, mais certains parlent d'un « éveil » ou d'une « réalisation » intérieure comme d'un instant clé.

Prêt(e) à sortir de votre zone de confort et à vivre la vie que vous méritez vraiment ?

Je suis là pour vous accompagner à révéler votre véritable nature grâce à l'Ennéagramme. Avec une approche sincère, bienveillante et authentique, je vous aide à faire la différence, à oser changer et à investir en vous, pour un changement qui vient du cœur.

Vous méritez de vous sentir aligné(e), épanoui(e) et confiant(e). Il est temps de franchir le pas et de commencer votre belle transformation.

La première étape vers votre nouvelle vie est à portée de main. Contactez-moi, je serai heureuse de vous accompagner sur ce chemin.



Eva 

 +34 619 777 237
 evacoachdevie.com
 eva.coachdevie

