

**MIEUX COMPRENDRE
SA PERSONNALITÉ GRÂCE
À L'ENNEAGRAMME**

Laurence Daniélou
Éric Salmon

**MIEUX COMPRENDRE
SA PERSONNALITÉ GRÂCE
À L'ENNÉAGRAMME**

DUNOD
POCHE

Mise en pages : Nord Compo

NOUS NOUS ENGAGEONS EN FAVEUR DE L'ENVIRONNEMENT :



Nos livres sont imprimés sur des papiers certifiés pour réduire notre impact sur l'environnement.



Le format de nos ouvrages est pensé afin d'optimiser l'utilisation du papier.



Depuis plus de 30 ans, nous imprimons 70 % de nos livres en France et 25 % en Europe et nous mettons tout en œuvre pour augmenter cet engagement auprès des imprimeurs français.



Nous limitons l'utilisation du plastique sur nos ouvrages (film sur les couvertures et les livres).

© InterÉditions, 2017, 2020 pour la première édition de poche

© Dunod, 2023 pour la présente édition de poche

11 rue Paul Bert, 92240 Malakoff

www.dunod.com

ISBN 978-2-10-085558-2

Table des matières

Avant-propos.....	7
Introduction	9
Aux sources de l'ennéagramme	13
Histoire et origine de l'ennéagramme.....	13
Principes et fondements théoriques.....	21

Les profils de l'ennéagramme

Profil n° 1 : Le Perfectionniste.....	39
Profil n° 2 : L'Altruiste	49
Profil n° 3 : Le Battant.....	59
Profil n° 4 : Le Romantique	69
Profil n° 5 : L'Observateur	81
Profil n° 6 : Le Loyal.....	93
Profil n° 7 : L'Épicurien.....	105
Profil n° 8 : Le Protecteur.....	117
Profil n° 9 : Le Médiateur.....	129
Synthèse des 9 profils	141

Mieux comprendre sa personnalité...

Les champs d'application de l'ennéagramme 145

L'actualité de l'ennéagramme 146

L'ennéagramme au travail 155

L'ennéagramme dans la vie privée 161

L'ennéagramme : précautions d'emploi
et code d'éthique..... 170

Conclusion 181

Bibliographie 183

Remerciements 185

Avant-propos

Remarques

L'ennéagramme n'utilise que des noms communs, faciles d'accès. Certains termes utilisés plus fréquemment en psychologie que dans le langage courant sont cependant éclaircis ci-dessous.

Dans l'ennéagramme, il est question de neuf différents archétypes. Nous avons fait le choix d'utiliser différentes appellations pour nommer ces neuf repères. Ainsi, les termes *base*, *type et profil* expriment ici la même chose. Nous avons également employé les chiffres de 1 à 9 et les mots Un, Deux, Trois...

Mots clés

- Blessure : moment crucial de la petite enfance où la personnalité se cristallise sur un mécanisme de défense particulièrement adapté au ressenti de l'enfant.
- Dynamique de l'aile : ligne de force secondaire, voisine du profil principal.
- Dynamique des flèches : comportement différent du profil principal, le plus souvent activé dans les situations de stress ou de sécurité.

Mieux comprendre sa personnalité...

- Essence : état d'être, au-delà de la réactivité automatique du type.
- Fixation : focalisation du mental sur ce qu'il veut voir.
- Mode d'attention : localisation de l'attention, différente selon les neuf types.
- Passion : désir violent, penchant irrésistible qui tend à devenir le centre exclusif de la vie psychique.
- Personnalité : ensemble des comportements dont l'unité et la permanence constituent l'individualité, la singularité de chacun.
- Sous-type : subdivision de chaque profil en trois formes (survie, tête-à-tête, social).
- Vertu : dépassement des automatismes émotionnels pour agir de la façon la plus juste dans la situation donnée.

Introduction

À l'école, on nous apprend les lettres, les chiffres, les couleurs. Les sciences naturelles, l'histoire et la géographie. Entre autres. Mais rien sur *comment ça fonctionne à l'intérieur de moi*. Rien sur *pourquoi je me mets en colère, pourquoi la tristesse me tombe dessus, pourquoi je préfère mon frère à ma sœur, pourquoi j'ai du mal à dire certaines choses, pourquoi certaines situations me font peur...*

Eh bien, croyez-nous, ce n'est pas si compliqué d'expliquer comment fonctionnent nos émotions, nos pensées et nos instincts. C'est même assez simple. À condition d'avoir des *repères*.

Avant d'apprendre à différencier les couleurs, vous les voyez mais vous ne pouvez pas les nommer. Donc, vous ne pouvez pas en parler. Vous ne pouvez pas dire : « Woah, regarde la couleur de cette pomme, un mélange de rouge et de vert incroyable. Trop génial ! » Votre ami ne peut essayer de vous comprendre que s'il partage la même connaissance que vous avez des couleurs. Avec des mots pour les différencier.

Même chose avec la musique. Comment évoquer un air de musique qui vous a touché, sans pouvoir nommer sa catégorie : « Un air de musique classique, vivant, léger, genre Vivaldi. » ? Avec des catégories, on peut préciser ce que l'on cherche à dire.

Mieux comprendre sa personnalité...

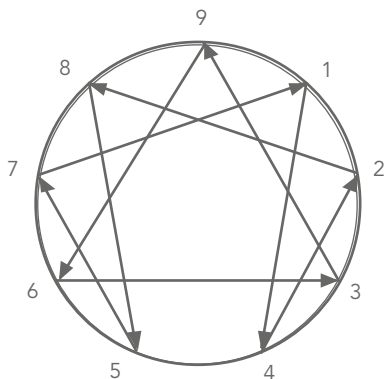
L'ennéagramme, aussi, propose des catégories. C'est un outil qui propose des repères sur la nature humaine, sur *comment ça fonctionne à l'intérieur de moi*. Et qui permet donc de mieux se connaître et comprendre ses proches. Alors, on peut déceler quand une émotion monte et la raison pour laquelle elle arrive. On peut acquérir des clés pour améliorer sa vie de couple, l'éducation des enfants ou encore sa vie professionnelle.

Qu'est-ce que cela change dans nos vies ? Tout et rien.

Quel est l'intérêt d'acquérir des repères pour pouvoir répondre à la question : « Qui suis-je ? » ?

À vous de voir...

Le mot ennéagramme vient du grec *ennea*, neuf et *gramma*, figure ou dessin. L'ennéagramme est donc, au sens littéral, une figure en base neuf, comme on dirait pentagramme pour une figure en base cinq ou hexagramme pour une figure en base six.



Ce livre propose de vous faire découvrir l'ennéagramme :

- un outil clair, pratique, accessible à tous ;
- un outil qui donne des repères sur la personnalité ;
- un outil pour mieux se connaître et comprendre les autres.

Aux sources de l'ennéagramme

Histoire et origine de l'ennéagramme

Vous trouverez dans ce chapitre les réponses aux questions suivantes :

- Y a-t-il eu d'autres grilles de lecture de la personnalité ?
- Comment l'ennéagramme est-il né ?
- Qui en ont été les fondateurs ?
- Quels sont ses objectifs ?
- Quels sont les avantages et inconvénients de l'ennéagramme ?

Autres temps, autres grilles

Hippocrate

Célèbre médecin grec vivant au IV^e siècle avant Jésus-Christ, Hippocrate avait créé sa propre grille de personnalité.

Tout simplement parce que cela l'aidait dans son travail, il avait répertorié la nature humaine en quatre catégories : le bilieux, le colérique, le lymphatique, le nerveux.

Mieux comprendre sa personnalité...

Il avait trouvé une relation entre le *caractère* d'une personne, sa façon principale de se relier au monde, et les maladies qu'elle risquait de développer. Pour lui, il n'y avait aucun mal à proposer des repères sur la personnalité, tant que l'on respectait son interlocuteur.

André Le Senne

André Le Senne (1882-1954) est un philosophe français. Métaphysicien et psychologue, il appartient au courant spiritualiste. Il est resté célèbre pour son traité de caractérologie.

Il définit le caractère comme « l'ensemble des dispositions qui forme le squelette mental de l'homme ».

Il définit huit modèles principaux : le nerveux, le sentimental, le colérique, le passionné, le sanguin, le flegmatique, l'amorphe, l'apathique.

Lui aussi insiste sur le fait que le caractère n'empêche pas chaque être humain d'avoir son libre arbitre et d'être capable, à chaque instant, de choisir comment agir sur le monde extérieur.

La typologie de Le Senne sert de base à la graphologie.

Origines de l'ennéagramme

Comme les deux typologies d'Hippocrate et de Le Senne, l'ennéagramme est un modèle qui propose des repères sur la nature humaine.

La figure de l'ennéagramme sert de support à l'étude de neuf profils de personnalité.

Aux sources de l'ennéagramme

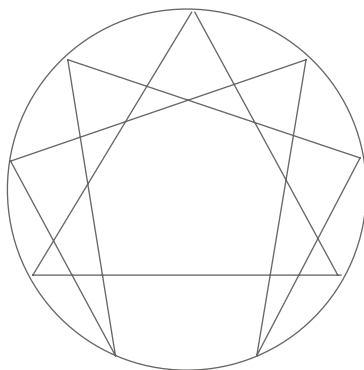
Aujourd'hui, le mot ennéagramme évoque plutôt cette grille de lecture plutôt que le diagramme lui-même.

L'ennéagramme : combinaison d'une figure et d'une typologie

Le dessin lui-même est très ancien. Il remonte au moins à l'Antiquité grecque.

L'ennéagramme a beaucoup voyagé en Occident jusqu'au milieu du xx^e siècle. La typologie des neuf profils de personnalité est en relation avec les passions des Pères du désert, moines chrétiens du iv^e siècle après Jésus-Christ.

Au nombre de neuf, ces passions sont les ancêtres des péchés capitaux : la colère, l'orgueil, la vanité, l'envie, l'avarice, le doute, la gourmandise, la luxure, la paresse.



L'ennéagramme