

A la découverte de l'Ennéagramme

L'Ennéagramme est un outil de personnalité qui permet de comprendre ce qui motive l'être humain à agir comme il agit, ce qui le touche, ce qui le fait réagir.

En grec « ennea » signifie 9 et « gramme », dessin ou écrit, il représente donc une étoile à neuf branches pour les 9 types de personnalité.

L'Ennéagramme met en évidence les caractéristiques communes, les visions du monde, les manières de percevoir la réalité des personnes d'une même base.

De tout temps, les hommes vont élaborer des grilles de lecture pour comprendre et observer leurs différences. Malgré les milliers de kilomètres entre certaines cultures du monde et l'absence des moyens de communications actuels, les hommes vont produire des systèmes d'analyse du comportement humain, similaires.

Issu des traditions spirituelles anciennes, réapproprié par la psychologie et la psychiatrie et depuis validé par la communauté scientifique, l'Ennéagramme permet à chacun de mieux comprendre les différentes facettes de sa personnalité et de mieux percevoir celle des autres. Il permet l'évolution personnelle et la compréhension de nos relations.

Comment communiquer plus efficacement ? Comment mes collègues me perçoivent-ils ?
Quelles sont mes forces et mes faiblesses ? Comment optimiser et utiliser mes compétences ?
Comment développer mes capacités de leadership ? Comment devenir un bon négociateur ?

Face aux challenges que réserve la vie et en particulier le domaine professionnel, il est possible de douter, de se questionner sur la valeur de ses compétences.

La force d'un outil tel que l'Ennéagramme est de nous donner des repères pour répondre à ces questionnements. Il permet l'évolution personnelle et la compréhension de nos interactions pour vivre de meilleures relations.

Comprendre les 9 types de personnalités de l'Ennéagramme nous permet de :

- Plus facilement identifier notre mode de fonctionnement, nos motivations, nos blocages ainsi que ceux des autres types
- Mieux comprendre nos réactions face à des situations difficiles
- Éviter les principaux pièges de notre type
- Sortir des mécanismes répétitifs qui peuvent nous plomber « c'est toujours la même chose »

L'Ennéagramme invite à l'ouverture, à la rencontre de soi et des autres. Plus nous comprenons, moins nous rejetons !