

■ DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

Quelle est votre personnalité ?

■ Mieux se connaître permet de mieux communiquer avec les autres et éviter les conflits.

Éclairage Solange Berger

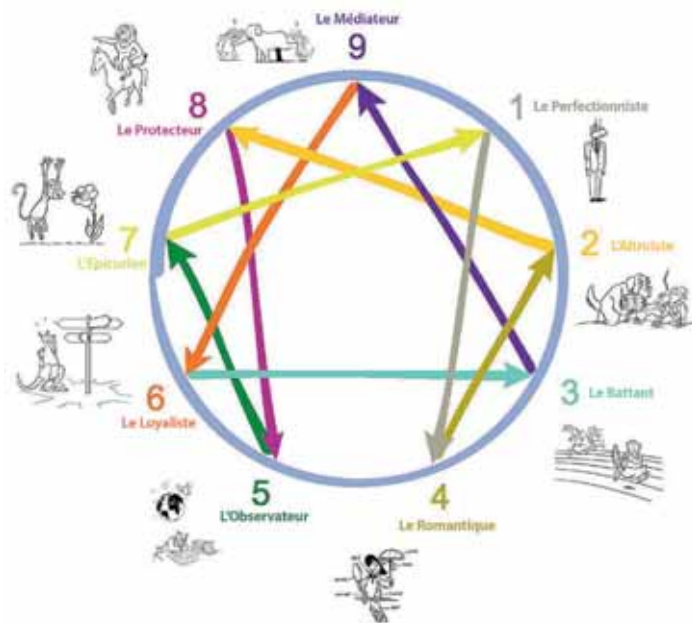
Êtes-vous plutôt perfectionniste, romantique, altruiste ou battant ? L'ennéagramme propose de vous en dire plus. Ce modèle structure la personnalité humaine à partir de neuf différents types de fonctionnement relatifs aux directions de trois centres d'intelligence (mental, émotionnel et instinctif) que nous possédons tous. Son histoire remonte à plusieurs siècles, avec des racines ancrées dans les traditions spirituelles. C'est le mystique arménien Georges Gurdjieff qui l'aurait introduit en Occident au début du XX^e siècle.

Personnel et professionnel

Aujourd'hui, l'ennéagramme, qui vient du grec *ennea gramma*, figure à 9 points, constitue un outil d'analyse de la personnalité utilisé tant dans le monde professionnel que personnel. "C'est un outil d'approche de soi pour aller chercher la paix intérieure. En fonction de notre hérité, de notre éducation et de notre environnement socio-culturel, chacun est unique et a un camp de base qui correspond à un des neuf types de fonctionnement. Le connaître permet de mettre des mots sur la façon dont on fonctionne pour comprendre comment on interagit avec les autres", explique Rachel Vandendooren, coach certifiée à l'ennéagramme depuis 12 ans et fondatrice de Tête-Cœur-Corps, qui organise une formation sur cet outil (1).

Dans le monde professionnel, l'ennéagramme est un "puissant outil de management", indique Rachel Vandendooren qui reprend cinq avantages. Le premier est la compréhension accrue des personnalités. "L'ennéagramme permet de mieux comprendre les différents types de personnalité au sein des équipes. En identifiant les motivations et les comportements de chacun, il est possible de favoriser une meilleure communication et une collaboration harmonieuse."

Autre avantage: une gestion des conflits améliorée. "Grâce à l'ennéagramme, on est en mesure d'anticiper et de gérer les conflits de manière plus



L'ennéagramme se veut un outil simple et clair qui se base sur neuf personnalités.

efficace. En comprenant les sources de tension entre les différents types de personnalité, on peut mettre en place des stratégies de résolution adaptées."

Le développement des compétences est aussi pointé par Rachel Vandendooren. L'ennéagramme permet de mettre en lumière les forces de chaque individu, ce qui est important pour mettre de la conscience et capitaliser dessus et implanter des plans de formation personnalisés.

Un quatrième avantage est lié au leadership éclairé. "En utilisant l'ennéagramme, un manager peut développer ses compétences en leadership en comprenant mieux les motivations et les besoins de ses collaborateurs."

Enfin, l'ennéagramme permet une cohésion d'équipe renforcée, en favorisant la compréhension mutuelle et la communication.

D'autres outils

"L'ennéagramme est clair, simple et efficace", assure encore la coach. Il existe d'autres outils d'analyse de la personnalité. "Par exemple, le MBTI

(Myers-Briggs Type Indicator) offre une classification basée sur des préférences cognitives, utile pour identifier des traits de personnalité. Cependant, il peut être limité dans la compréhension des motivations profondes et nécessite une certaine maturité. La théorie des couleurs de personnalité peut être, elle, efficace pour simplifier les

"En identifiant les comportements de chacun, il est possible de favoriser une meilleure communication."

Rachel Vandendooren
Coach

interactions, mais elle manque de profondeur dans la compréhension des individus", estime Rachel Vandendooren.

L'outil est cependant encore peu utilisé chez nous. "En France, il est de plus en plus répandu. En Belgique, nous sommes encore un peu frileux..."

→ 1) En collaboration avec Eric Salmon, qui enseigne l'ennéagramme depuis plus de trente ans à Paris, Rachel Vandendooren organise une initiation à cet outil qui aura lieu près de Liège les 25, 26 et 27 janvier. Les deux premiers jours seront des journées d'initiation. La dernière est une journée de panel où sont conviées toutes les personnes intéressées par l'ennéagramme. Rens. : <https://www.tetecoeurcorps.be/>

En pratique

Neuf personnalités

Portraits. "Si chacun d'entre nous est unique au monde, cela ne nous empêche pas de partager une même structure de caractère", souligne-t-on sur le site Internet du Centre d'études de l'ennéagramme (CEE). Ce centre de formation et de certification est aussi un réseau de consultants proposant des interventions de cohésion d'équipe intra-entreprises. Il décrit les neuf personnalités.

1. Le Perfectionniste est organisé, méthodique, respectueux des règles, des structures et de la hiérarchie. Il considère qu'il n'y a qu'une seule bonne façon de faire les choses.

2. L'Altruiste est une personne qui a soif d'être aimée, douée pour déceler ce dont l'autre a besoin. Adaptable au point de s'oublier, elle voit le monde comme un ensemble de personnes à secourir.

3. Le Battant est quelqu'un de dynamique, de fier de ses réussites, efficace dans ce qu'il entend. Il est à la fois soucieux de l'atteinte de ses objectifs et de l'image qu'il renvoie.

4. Le Romantique est une personne originale qui revendique le fait d'être unique, différente, à part. Sensible, elle accorde beaucoup d'importance à l'expression des émotions, tant les siennes que celles des autres.

5. L'Observateur est indépendant, soucieux de son espace vital. Il privilégie la réflexion à l'action et son mental est très actif.

6. Le Loyal est quelqu'un de fidèle, de prudent, souvent en proie au doute. Il a une imagination débordante et anticipe souvent pour mieux se préparer au pire.

7. L'Épicurien est joyeux, optimiste et s'enthousiasme pour la nouveauté. Dynamique, il planifie de nombreux projets qu'il ne mènera pas forcément tous au bout.

8. Le Protecteur est une personne sûre d'elle-même, directe, entière et combative. Elle se caractérise par une forte présence qui intimide parfois.

9. Le Médiateur est paisible, à l'écoute des autres, recherchant l'harmonie. Diplomate dans l'âme, il essaye d'éviter les conflits et la confrontation.

ERIC SALMON