

## Un mental ambivalent

*Dans chaque numéro de l'Objectif, vous pouvez découvrir un nouvel aspect de la théorie de l'ennéagramme illustré par un portrait d'un des neuf types de personnalité. Peut-être vous y reconnaîtrez-vous ou comprendrez-vous mieux le fonctionnement d'un de vos proches.*

**A dire vrai, Sébastien n'avait pas vraiment envie de participer à cette séance. En général il supporte mal les discussions qui traînent en longueur et, en plus, il n'était pas du tout motivé par l'idée de préparer une fête. La gaieté de Patrick et de quelques autres, qui profitent de l'occasion pour rigoler, commence à l'insupporter.**

C'est plus fort que lui : la joie exprimée de manière bruyante lui semble forcée et artificielle. Non seulement il a de la peine à se mettre au diapason, mais il a aussi du mal à cacher sa désapprobation. Il regarde ses collègues tour à tour et brasse des pensées critiques.

Patrick (type 7) : un vrai gamin, il dit n'importe quoi pour faire l'intéressant. Gérard (type 3) : ce type n'est pas authentique, tout ce qu'il veut, c'est tirer la couverture à lui. Charles (type 8) : qu'est-ce qu'ils ont tous à avoir peur de lui ? Quant aux femmes, elles ne trouvent pas non plus grâce à ses yeux : il qualifie Geneviève (type 1) de psychorigide, Annie (type 9) de pâte à modeler et Muguette (type 2) de manipulatrice, qui ferait n'importe quoi pour se rendre indispensable !

### Dans la tête

Chez les personnes de type 6, comme chez les 5 et les 7, c'est le centre mental qui domine. Chez les 7, le mental est toujours en éveil, son attention se disperse sur plusieurs objets en même temps et se tourne vers ce qui est nouveau et intéressant. Chez les 5, surnommés justement les Observateurs, le sens de l'observation est très développé et ils ont envie de comprendre encore et encore.

Lorsque le centre mental domine, les capacités d'observation, d'analyse et de réflexion devraient permettre, en mettant les émotions de côté, davantage d'objectivité. Or pour les 6, le centre mental est à la fois une force et un ennemi intérieur.

### Le doute comme un poison

Le mécanisme n'est pas simple : dans la théorie de l'ennéagramme, les trois types placés aux extrémités du triangle - à savoir les 3, les 6 et les 9 - se trouvent au milieu de chacun des centres (cf schéma). Ils ont pour commune caractéristique d'avoir une relation ambivalente avec leur centre préféré et de ne pas toujours l'utiliser à bon escient.

La préoccupation inconsciente des 6 est dirigée vers tout ce qui pourrait constituer un danger potentiel. Or, pour utiliser leur mental de manière sereine et constructive, ils ont besoin de se sentir en sécurité et en confiance.

Sébastien, par exemple, qui est ingénieur, travaille de façon intelligente et intuitive sur des projets de développement durable. Il croit en ce qu'il fait et partage les valeurs de l'entreprise qui l'emploie.

Cependant, lorsque le doute pointe, il lui est difficile de ne pas dériver dans un mélange de craintes et de pensées négatives.

### La conquête de la sérénité

Son entourage trouve qu'il a trop facilement tendance à relever ce qui ne va pas. Il lui échappe parfois des critiques acérées qui font mal. Ce n'est évidemment pas cela qu'il voulait, mais, trop tard, la phrase est partie ! S'il analyse son comportement, il se rend compte qu'il s'agit souvent d'une projection de ses craintes sur les autres.

Si des pensées critiques tournent dans sa tête pendant la séance du groupe de vol à voile, c'est qu'en réalité Sébastien craint que le projet de fête ne marche pas. Il voit en priorité les défauts de ses collègues, ce qui justifie ses craintes.

Prendre conscience que le doute l'habite et identifier clairement ce profond besoin de pouvoir faire confiance est pour un 6 la première étape sur le chemin de la sérénité. Une sorte de lâcher prise qui lui permettra de laisser parler son cœur, s'il arrive à baisser la garde.

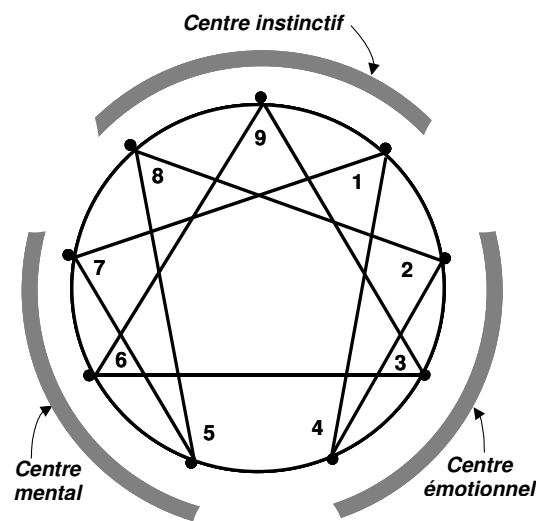
## Pour en savoir plus

Le prochain stage d'introduction à l'ennéagramme aura lieu les 24-25 janvier 2009. D'autres infos se trouvent sur [http://www.moncoach.ch/html/enneagramme\\_stages.html](http://www.moncoach.ch/html/enneagramme_stages.html)

---

### Schéma de l'ennéagramme

Le centre instinctif est prépondérant chez les types 8, 9 et 1, le centre émotionnel chez les 2, 3 et 4 et le centre mental chez les 5, 6 et 7.



---

Dans chaque numéro de l'Objectif, vous pourrez découvrir un nouvel aspect de la théorie de l'ennéagramme illustré par un portrait d'un des neuf types de personnalité. Peut-être vous y reconnaîtrez-vous ou comprendrez-vous mieux le fonctionnement d'un de vos proches.

Pour apporter votre commentaire ou pour obtenir les articles déjà parus sur ce sujet, prenez contact avec [mcfagioli@icefagioli.ch](mailto:mcfagioli@icefagioli.ch) ou écrivez à la rédaction de l'Objectif qui transmettra.