

On ne transige pas avec les principes

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 reconnaitrez-vous ou comprendrez-vous mieux le fonctionnement d'un de vos proches.

Perfectionniste, un peu maniaque, Geneviève (infirmière en pédiatrie et type 1) voit ses relations de travail se détériorer à force de vouloir tout faire parfaitement et exiger la même perfection de ses collègues. Elle craint de perdre son emploi à nouveau...

Au bout du fil, la voix a quelque chose de net et tendu. La manière de se présenter, très polie, laisse deviner une femme soucieuse de donner l'impression d'être "quelqu'un de bien". Le ton est ferme, mais l'angoisse est perceptible.

"Bonjour Madame, je m'appelle Geneviève. J'espère que je ne vous dérange pas. J'ai lu votre article sur l'ennéagramme et je voudrais savoir si vous pourriez m'aider à comprendre ce qui se passe en moi et à éviter de perdre encore une fois mon travail."

Rendez-vous est pris pour le surlendemain. Au premier contact, la poignée de main confirme l'impression ressentie au téléphone : mon interlocutrice est une femme de principes, qui a l'habitude de se contrôler. Elle m'explique ce qui l'amène : infirmière en pédiatrie, elle a perdu plusieurs fois son travail dans les dix dernières années; et là, dans la clinique où elle est depuis six mois, elle a l'impression d'être de plus en plus mise à l'écart.

"Elle en fait trop!"

Elle cite un exemple : ses collègues sortent volontiers ensemble le soir, mais ils ne l'invitent plus à les accompagner. Dans le service, on se moque d'elle lorsqu'on la voit prendre les consignes de propreté tellement au sérieux. Elle en fait un peu trop! Pour sa part, Geneviève admet être un peu maniaque, mais elle estime qu'en pédiatrie on ne doit pas transiger avec l'hygiène et la propreté. Elle prend donc sur elle de faire chaque jour le tour des locaux pour vérifier les détails, remettre chaque chose à sa place et noter tout ce qu'il faudrait améliorer.

Bien qu'elle s'efforce de leur parler aimablement, les autres se rebiffent devant ses critiques, la trouvant rigide et intransigeante. Elles se sont d'ailleurs plaintes auprès du responsable, qui l'a convoquée et l'a priée de faire des efforts pour s'intégrer.

Submergée par les émotions

Geneviève a l'envie de bien faire. De type 1 sur l'ennéagramme (les 1 sont surnommés "les perfectionnistes"), elle est habituée à faire des efforts. Il lui semblerait normal que les autres acceptent aussi de corriger leurs défauts. Il est clair que si elle continue à fonder ses relations avec ses collègues sur le jugement et la critique, la situation ne pourra qu'empirer. D'autant plus que l'accumulation des contrariétés et des frustrations - et tout dernièrement le spectre du licenciement - l'ont amenée au point 4 de l'ennéagramme, qui est son point de stress, dans lequel elle est submergée par les émotions, avec le risque de dramatiser. Lorsque les émotions prennent le dessus, le 1 a bien de la peine à réfléchir et à retrouver la sérénité.

Une chouette collègue

Il lui faudra prendre conscience qu'elle est remplie de colère et qu'elle ne sait pas l'exprimer autrement qu'en paroles vives et blessantes. Si elle arrive à prendre du recul, elle comprendra combien cette colère gâche ses relations avec les autres. En comprenant et en acceptant le point de vue des autres (ils ne sont pas perfectionnistes comme elle, mais ont d'autres précieuses qualités), elle sera moins exigeante.

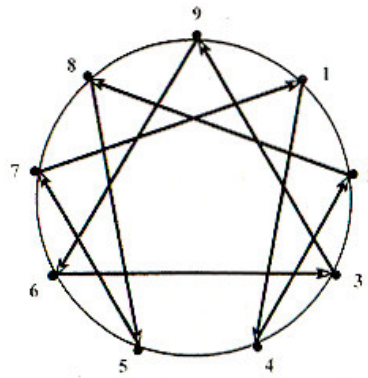
Arrivera-t-elle à se soucier un peu moins de ce qui est bien ou pas bien, à se concentrer sur l'important, à relâcher le contrôle et l'effort? A lâcher prise en somme?

Cela permettrait aux autres de voir que, s'il y a certes en elle de la rigueur, qui est souvent bien nécessaire, il y a aussi de l'optimisme et beaucoup d'idéal : Geneviève ne serait plus désormais vue comme une donneuse de leçons mais comme une "chouette" collègue, toujours prête à donner un coup de main, et sur qui on peut compter.

Schéma de l'ennéagramme

Le schéma de l'ennéagramme présente neuf points – représentant les neuf types – répartis sur un cercle. Chacun d'eux est relié à deux autres points qui désignent les types de personnalité adoptés en cas de stress (dans le sens de la flèche) ou en situation de sécurité (dans le sens inverse de la flèche).

Pour l'essentiel, la personne de type 1 est préoccupée de bien faire, elle est perfectionniste et fiable. Sous stress, soit lorsque trop de choses ne sont pas faites correctement, le 1 passe au point 4, où il est perturbé par trop d'émotions.



Pour en savoir plus

Des stages "Ennéagramme : comprendre sa personnalité" sont régulièrement organisés à Lausanne. Ils ont lieu un samedi et dimanche. Coût : Fr. 300.- (couple Fr. 500.-).

Pour les dates, consulter : <http://www.icefagioli.ch/html/agenda.html>

Inscriptions et renseignements :

mcfagioli@icefagioli.ch ou tél. 079 210 52 65.

D'autres infos sur l'ennéagramme se trouvent sur www.moncoach.ch.