

# Ennéagramme et Big Five

## deux cartographies complémentaires de la personnalité

(Un certain nombre d'idées de recherche sont proposées dans cet article qui seraient intéressantes d'approfondir)

### Introduction : structure vs traits

L'enneagramme et le modèle des Big Five (ou modèle OCEAN) décrivent tous deux la personnalité, mais ils reposent sur des logiques fondamentalement différentes :

L'enneagramme décrit une structure motivationnelle inconsciente (peur fondamentale, désir, stratégie d'adaptation).

Les Big Five décrivent des traits observables sur des dimensions continues.

On pourrait résumer ainsi : L'enneagramme explique pourquoi vous êtes comme vous êtes. Les Big Five décrivent comment cela se manifeste.

Les articuler permet une lecture beaucoup plus fine, notamment en coaching, recrutement ou développement personnel.

### Rappel synthétique des Big Five

Les 5 dimensions principales sont :

Ouverture à l'expérience (Openness) : curiosité, imagination, créativité

Conscienciosité (Conscientiousness) : organisation, rigueur, autodiscipline

Extraversion (Extraversion) : énergie sociale, assertivité

Agréabilité (Agreeableness) : empathie, coopération

Neuroticisme (Neuroticism) : sensibilité au stress, instabilité émotionnelle

Chaque dimension est un continuum, et non une catégorie.

### Correspondances globales : tendances par type

Il est essentiel de comprendre qu'il ne s'agit pas d'équivalences fixes, mais de tendances probabilistes.

#### Type 1 – Le Perfectionniste

Conscienciosité : très élevée

Neuroticisme : modéré à élevé (tension interne)

Agréabilité : variable (souvent conditionnelle)

Ouverture : modérée

Extraversion : variable

rigueur morale → haut contrôle → corrélé à la conscienciosité

#### Type 2 – L'Altruiste

Agréabilité : élevée

Extraversion : élevée

Neuroticisme : modéré (dépendance relationnelle)

Conscienciosité : variable

Ouverture : modérée

orientation vers l'autre → forte sociabilité + désir de plaire

### **Type 3 – Le Battant**

Extraversion : élevée

Conscienciosité : élevée

Neuroticisme : faible (image maîtrisée)

Agréabilité : stratégique

Ouverture : variable

adaptation + efficacité → profil souvent “performant” dans les Big Five

### **Type 4 – Le Créatif**

Ouverture : très élevée

Neuroticisme : élevé

Extraversion : variable (souvent introverti socialement)

Agréabilité : sélective

Conscienciosité : variable

intensité émotionnelle + sens esthétique

### **Type 5 – L’Observateur**

Ouverture : élevée

Extraversion : faible

Agréabilité : faible à modérée

Conscienciosité : variable

Neuroticisme : modéré

retrait + cognition → profil introverti et analytique

### **Type 6 – Le Loyal**

Neuroticisme : élevé

Agréabilité : élevée (phobique) ou variable (contre-phobique)

Conscienciosité : élevée

Extraversion : variable

Ouverture : modérée

vigilance + anticipation du danger

### **Type 7 – L’Épicurien**

Extraversion : très élevée

Ouverture : élevée

Neuroticisme : faible (évitement de la douleur)

Conscienciosité : faible à modérée

Agréabilité : élevée

recherche de plaisir → énergie, dispersion

### **Type 8 – Le Protecteur**

Extraversion : élevée

Agréabilité : faible

Neuroticisme : faible (faible peur consciente)

Conscienciosité : modérée

Ouverture : variable

👉 Lecture : assertivité + dominance

### **Type 9 – Le Médiateur**

Agréabilité : très élevée

Neuroticisme : faible (anesthésie émotionnelle)

Extraversion : faible à modérée

Conscienciosité : faible à modérée

Ouverture : modérée

harmonie + évitement du conflit

## **Ce que les Big Five apportent à l'ennéagramme**

### **Différencier des profils au sein d'un même type**

Deux types 4 peuvent être très différents :

4 avec forte extraversion → expressif, artistique visible

4 introverti → monde intérieur riche mais discret

Les Big Five permettent de nuancer les sous-types et les styles.

### **Sortir du déterminisme typologique**

L'ennéagramme peut parfois être utilisé de manière rigide ("je suis comme ça").

Les Big Five introduisent :

de la plasticité, des gradients, une approche plus scientifique et mesurable

### **Observer les effets du développement**

Un travail de croissance en ennéagramme peut se traduire par :

baisse du neuroticisme

hausse de la conscienciosité consciente (vs compulsive)

augmentation de l'agréabilité authentique

Les Big Five deviennent alors un outil d'évaluation du changement.

## **Ce que l'ennéagramme apporte aux Big Five**

### **Une profondeur explicative**

Les Big Five décrivent mais n'expliquent pas :

Pourquoi une personne est-elle peu agréable ?

Pourquoi une autre est-elle très consciencieuse ?

L'ennéagramme répond :

peur du conflit (9), besoin de contrôle moral (1), stratégie de dominance (8)

### **Une lecture dynamique**

Les Big Five sont statiques.

L'ennéagramme introduit :

des désintégrations / intégrations

des niveaux de développement

des mécanismes de défense

## Une dimension transformationnelle

L'ennéagramme n'est pas seulement descriptif : il propose un chemin de transformation.

## Tableau de synthèse

Type	O	C	E	A	N
1	→	↑↑	→	→	↑
2	→	→	↑	↑↑	→
3	→	↑↑	↑	→	↓
4	↑↑	→	→	→	↑↑
5	↑	→	↓	→	→
6	→	↑	→	↑	↑↑
7	↑	↓	↑↑	↑	↓
8	→	→	↑	↓	↓
9	→	↓	→	↑↑	↓

## Limites et précautions

Pas de correspondance stricte

→ un type n'est jamais réductible à un profil Big Five

Influence culturelle et contextuelle

→ les traits peuvent varier selon l'environnement

Confusion possible entre comportement et motivation

→ deux personnes peuvent avoir le même score Big Five pour des raisons différentes

## Applications concrètes

### En coaching

Croiser type ennéagramme + profil Big Five

Identifier : motivations profondes

styles comportementaux

zones de développement

### En management

Adapter le style de communication :

type 8 + faible agréabilité → besoin de confrontation directe

type 2 + forte agréabilité → attention aux limites

## **En développement personnel**

Travailler : le *pourquoi* (ennéagramme)

le *comment* (Big Five)

## **Pour conclure : une véritable “stéréoscopie” de la personnalité**

L'ennéagramme et les Big Five ne s'opposent pas : ils se complètent.

L'un est une carte intérieure des motivations

L'autre une mesure extérieure des comportements

En les combinant, on obtient une vision à la fois : profonde - nuancée - opérationnelle

# Annexes

## Croisement entre l'Ennéagramme et les 30 facettes du Big Five

### Rappel : les 30 facettes des Big Five

Chaque dimension comprend 6 facettes :

- \* **Ouverture (O)** : imagination, intérêts artistiques, émotions, aventure, intellect, libéralisme
- \* **Conscienciosité (C)** : auto-efficacité, ordre, sens du devoir, recherche de réussite, autodiscipline, prudence
- \* **Extraversion (E)** : chaleur, grégarité, assertivité, activité, recherche d'excitation, émotions positives
- \* **Agréabilité (A)** : confiance, moralité, altruisme, coopération, modestie, sympathie
- \* **Neuroticisme (N)** : anxiété, colère, dépression, timidité, impulsivité, vulnérabilité

**Proposition d'un tableau détaillé par type** (il serait intéressant de faire une recherche statistique pour ce tableau)

Type	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Imagination	↓	→	→	↑↑	↑	→	↑↑	→	→
Artistique	→	↑	→	↑↑	→	→	↑	↓	→
Émotions (O)	↓	↑	↓	↑↑	↓	↑	↓	↓	↓
Aventure	↓	→	↑	→	↓	↓/↑	↑↑	↑	↓
Intellect	↑	→	→	↑	↑↑	↑	↑	→	→
Libéralisme	↓	↑	→	↑	↑	→	↑↑	↑	→
Auto-eff.	↑	→	↑↑	→	↑	→	↑	↑↑	↓
Ordre	↑↑	→	↑	↓	→	↑	↓↓	→	↓
Devoir	↑↑	↑	↑	→	→	↑↑	↓	→	→
Réussite	↑	→	↑↑	→	→	↑	→	↑	↓
Auto-discip.	↑↑	→	↑	↓	↑	↑	↓↓	↑	↓
Prudence	↑	→	↑	↓	↑↑	↑↑	↓	↓	→
Chaleur	→	↑↑	↑	→	↓	↑	↑	→	↑
Grégarité	↓	↑↑	↑	↓	↓↓	↑	↑↑	↑	→
Assertivité	→	→	↑↑	→	↓	→	↑	↑↑	↓↓
Activité	↑	↑	↑↑	↓	↓	↑	↑↑	↑	↓
Excitation	↓	↑	↑	↑	↓	→	↑↑	↑	↓
Émotions +	↓	↑↑	↑	→	↓	→	↑↑	↑	↑
Confiance	↓	↑	→	↓	↓	↓	↑	↓	↑↑
Moralité	↑↑	↑	→	→	→	↑	→	→	↑
Altruisme	↑	↑↑	→	↑	→	↑	↑	↑	↑
Coopération	→	↑	↑	→	↓	↑↑	→	↓	↑↑
Modestie	↑	↓	↓↓	→	↑	↑	↓	↓↓	↑↑
Sympathie	→	↑↑	↑	↑	→	↑	↑	→	↑↑
Anxiété	↑	→	↓	↑↑	↑	↑↑	↓	↓↓	↓
Colère	↑	↑	→	↑	↓	↑	↓	↑↑	↓↓
Dépression	→	→	↓	↑↑	→	↑	↓↓	↓	→
Timidité	→	↓	↓↓	↑	↑	↑	↓↓	↓↓	↑
Impulsivité	↓	→	→	↑	↓↓	→	↑↑	↑	↓
Vulnérabilité	↑	↑	↓	↑↑	↑	↑↑	↓	↓↓	→

Type	Nom	Logique	Signature
1	Perfectionniste	contrôle interne + idéal moral	tension entre contrôle moral et irritation interne
2	Altruiste	obtenir l'amour par le don	surinvestissement relationnel + besoin de reconnaissance
3	Battant	valeur = réussite / image	efficacité + adaptation + déconnexion émotionnelle
4	Créatif	identité par l'intensité émotionnelle	hypersensibilité + quête d'authenticité
5	Observateur	préserver ses ressources en se retirant	retrait + surinvestissement cognitif
6	Loyal	sécuriser face à l'incertitude	vigilance + loyauté + ambivalence
7	Épicurien	éviter la douleur par la stimulation	expansion + évitement de la souffrance
8	Protecteur	se protéger par la puissance	intensité + dominance + refus de vulnérabilité
9	Médiateur	maintenir la paix en s'oubliant	harmonie + inertie + effacement de soi

## Clés d'utilisation en coaching

Lire les écarts internes

Exemple :

Type 1 + émotions basses + colère haute → refoulement émotionnel

Type 7 + impulsivité haute + prudence basse → risque de dispersion

Identifier les axes de développement

Axe	Lecture croisée
Régulation émotionnelle	Neuroticisme (facettes)
Passage à l'action	Conscienciosité (autodiscipline)
Qualité relationnelle	Agréabilité (confiance + coopération)
Expansion	Extraversion + Ouverture

Repérer les paradoxes typologiques

Exemples :

Type 8 avec forte agréabilité → leader protecteur vs dominant dur

Type 5 extraverti → profil atypique mais explicable (socialisation apprise)

Type 2 faible chaleur → stratégie d'aide plus contrôlée

Ce tableau : n'est pas un test

n'est pas prédictive individuellement

mais un outil de modélisation clinique et pédagogique

## Axes de développement

Dimension	Travail typique
Impulsivité	Types 7, 8 → ralentir, intégrer la frustration
Vulnérabilité	Types 8, 3 → reconnecter au ressenti
Autodiscipline	Types 7, 9 → structurer l'action
Confiance	Types 6, 5 → sécuriser sans surcontrôle

# Outil diagnostique

## Essai de questionnaire mettant en lien le Big Five et l'Ennéagramme

### Principe du calcul :

Chaque type a un profil cible sur les 5 dimensions :

↑ = 5                      → = 3                      ↓ = 1

On compare ensuite avec les scores réels (1-5)

### D'où le tableau des profils :

Type	O	C	E	A	N
1	3	5	3	3	4
2	3	3	4	5	3
3	3	5	5	3	2
4	5	2	2	3	5
5	4	3	1	2	3
6	3	4	3	4	5
7	5	2	5	4	2
8	3	3	5	2	2
9	3	2	2	5	2

Répondre ensuite au questionnaire

Dimension	Facette	Score (1-5)	Moyenne
Ouverture	Imagination : "J'ai une vie intérieure riche et imaginative"		
	Artistique : "Je suis sensible à l'esthétique"		
	Émotions : "Je ressens mes émotions intensément"		
	Aventure : "J'aime sortir de ma zone de confort"		
	Intellect : "J'aime réfléchir à des idées complexes"		
	Libéralisme : "Je remets facilement en question les normes"		
Conscienciosité	Auto-efficacité : "Je me sens capable d'atteindre mes objectifs"		
	Ordre : "J'aime que les choses soient organisées"		
	Devoir : "Je me sens responsable de faire ce qui est juste"		
	Réussite : "La réussite est importante pour moi"		
	Autodiscipline : "Je vais au bout de ce que je commence"		
	Prudence : "Je réfléchis avant d'agir"		
Extraversion	Chaleur : "Je suis naturellement chaleureux avec les autres"		
	Grégarité : "J'aime être entouré"		
	Assertivité : "Je prends facilement la parole"		
	Activité : "J'ai un rythme de vie soutenu"		
	Excitation : "Je recherche les sensations fortes"		
	Émotions positives : "Je ressens souvent de la joie"		
Agréabilité	Confiance : "Je fais facilement confiance"		
	Moralité : "L'honnêteté est centrale pour moi"		
	Altruisme : "J'aime aider les autres"		
	Coopération : "Je préfère l'harmonie au conflit"		
	Modestie : "Je n'aime pas me mettre en avant"		
	Sympathie : "Je suis touché par la souffrance des autres"		
Neuroticisme	Anxiété : "Je m'inquiète facilement"		
	Colère : "Je me mets facilement en colère"		
	Dépression : "Je me sens souvent triste"		
	Timidité : "Je suis inhibé socialement"		
	Impulsivité : "J'agis parfois sans réfléchir"		
	Vulnérabilité : "Je me sens dépassé par les événements"		

Ennéagramme	
Type	Score
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	

On peut également associer à chaque sous-type, certaines des réponses aux 30 facettes :

Sous-Types	Score
SP Self Préservation	
SO Social	
SX Sexuel	

