

Ennéagramme et outils d'études de la personnalité

Concepts

Concept	Définition	Origine/Nature	Rôle/Impact	Possibilités de Changement
Image	Représentation que l'on veut donner de soi-même, souvent modulée par des attentes sociales ou des situations spécifiques.	Apprise et façonnée par la société.	Sert à contrôler la perception des autres pour être accepté ou valorisé.	Facilement modifiable selon les contextes, les objectifs, ou le développement personnel.
Persona	Masque social ou rôle que l'on adopte en public, selon Carl Jung, pour répondre aux exigences sociales et relationnelles.	Construction psychologique et culturelle.	Moyen d'interagir avec le monde tout en masquant les aspects profonds de soi.	Modifiable , mais nécessite un travail conscient sur l'authenticité et le renforcement de l'identité réelle.
Tempérament	Base biologique de la personnalité qui reflète les dispositions émotionnelles et comportementales innées (ex. calme, nerveux, colérique).	Génétique et neurologique.	Influence le style de réponse aux stimuli dès l'enfance et constitue un socle stable tout au long de la vie.	Faiblement modifiable , mais peut être tempéré par l'apprentissage, l'expérience et la régulation émotionnelle.
Personnalité	Ensemble complexe des pensées, émotions, comportements et traits uniques à un individu, incluant le tempérament, les valeurs, et l'expérience.	Mélange d'inné et d'acquis (tempérament + expériences de vie).	Détermine la manière dont une personne s'adapte et interagit avec son environnement.	Partiellement modifiable par un travail thérapeutique ou personnel sur certains traits et comportements.
Pulsion instinctive	Force biologique et inconsciente qui pousse une personne à agir pour satisfaire un besoin vital ou une motivation innée (ex. survie, reproduction).	Biologique et inconsciente.	Moteur primaire qui influence le comportement et les désirs fondamentaux.	Peu modifiable , mais peut être régulée ou inhibée par des pratiques conscientes (ex. méditation, self-control).
Caractère	Ensemble des attitudes, valeurs et comportements acquis, souvent associés à une dimension morale ou à des habitudes durables (ex. persévérance, honnêteté).	Principalement acquis (éducation, culture).	Montre comment l'individu intègre les normes sociales et développe une identité unique.	Modifiable avec difficulté , par des changements intentionnels ou un contexte transformateur.
Conscience	Capacité à percevoir, penser et juger, et niveau de connaissance de soi, des autres, et du monde.	Neuropsychologique et évolutive.	Permet l'introspection, la prise de décision éthique, et la réflexion sur ses actions et leurs conséquences.	Améliorable grâce à des pratiques introspectives, éducatives, et spirituelles.
Essence	La partie pure et centrale de l'individu, souvent associée à l'authenticité ou au soi profond, avant l'influence des expériences ou des attentes sociales.	Inné et spirituel (selon certaines approches).	Représente l'authenticité, la vérité de l'être, parfois voilée par la personnalité ou les masques sociaux.	Inaltérable , mais peut être redécouverte par des pratiques de développement personnel ou spirituelles.
Identité	Ensemble des éléments qui définissent un individu dans ses propres yeux et ceux des autres (genre, culture, profession, croyances, etc.).	Sociale, culturelle, psychologique.	Sert à construire une cohérence interne et un sentiment d'appartenance ou d'individualité.	Modifiable par des expériences significatives, une introspection, ou des changements contextuels importants.

Masque	Rôle temporaire ou camouflage utilisé pour cacher des sentiments, intentions, ou failles dans des situations spécifiques.	Psychologique et contextuel.	Protège l'individu ou favorise des interactions superficielles selon des besoins sociaux immédiats.	Facilement modifiable selon les circonstances ou les besoins émotionnels.
Ombre (concept de Jung)	Aspects inconscients de la personnalité, souvent négatifs ou reniés, mais parfois porteurs d'énergie et de potentiel inexploités.	Inconscient, psychologique.	Influence les comportements et les réactions de façon inconsciente, souvent source de tension ou d'inspiration.	Explorable et intégrable par un travail d'introspection ou thérapeutique.
Soi idéal	Vision ou représentation de ce que l'on aspire à être, influencée par des objectifs personnels, des normes culturelles ou des désirs inconscients.	Psychologique et culturel.	Sert de motivation, mais peut aussi générer un sentiment d'insuffisance ou de tension intérieure.	Modifiable en ajustant les aspirations pour plus de réalisme ou d'harmonie avec le soi véritable.
Soi authentique	La part de l'identité en accord avec les valeurs profondes et le ressenti réel de l'individu.	Psychologique et spirituel.	Aide à exprimer sa vraie nature et favorise un bien-être durable.	Accessibilité renforcée avec la pratique de l'introspection ou un travail sur la congruence interne.
Instinct	Réflexes et réponses automatiques pour la survie, hérités biologiquement.	Biologique et inconscient.	Protège et guide les réponses primaires pour des actions rapides.	Peu modifiable , mais peut être inhibé ou conditionné.
Valeurs	Principes fondamentaux et croyances qui orientent les choix, priorités, et comportements.	Culturel, éducatif, et parfois inné.	Influence les décisions, les relations et la façon dont on trouve un sens à la vie.	Modifiables , mais nécessitent un processus long et souvent délibéré.
Émotions	Réponses affectives complexes à des stimuli internes ou externes, liées à l'expérience individuelle et collective.	Psychologique et biologique.	Régulent les interactions et motivent des actions ou réactions.	Partiellement modifiables , via des approches comme la régulation émotionnelle ou des thérapies comportementales.
Mental supérieur	Partie de l'esprit liée à des idées abstraites, à l'éthique ou à la vision globale de la vie.	Intellectuel et spirituel.	Favorise la réflexion, la vision à long terme et l'accès à des pensées transcendantes.	Améliorable avec des pratiques intellectuelles, spirituelles, et des expériences de vie significatives.

Outils/ Modèles

Outil / Modèle	Ce qu'il mesure	Usages principaux	Forces	Limites
Ennéagramme	Motivations profondes, stratégies d'adaptation, mécanismes inconscients	Coaching individuel/pro, développement identitaire, leadership, supervision	Profond, dynamique, évolutif, riche en sens	Demande expertise pour interprétation, parfois flou sans formation
MBTI (Myers-Briggs)	Types psychologiques (4 axes : E-I, S-N, T-F, J-P)	Orientation carrière, équipes, communication	Facile à comprendre, populaire, structurant	Limité en prédiction comportementale, validité scientifique discutée
Big Five (OCEAN)	Traits de personnalité (Ouverture, Conscienciosité, Extraversion, Agréabilité, Neuroticisme)	Recrutement, recherche, psychométrie	Forte validité scientifique, dimensions larges	Moins narratif, peut manquer de sens intuitif pour clients
DISC	Styles de comportement (Dominance, Influence, Stabilité, Conformité)	Communication, dynamique d'équipe, leadership	Simple, opérationnel, orienté action	Pas de profondeur motivationnelle, statique
16PF (Cattell)	16 traits de personnalité	Psychologie clinique, orientation pro, recherche	Complet, nuance des traits	Long à administrer, nécessite interprétation experte
StrengthsFinder (CliftonStrengths)	Talents dominants (34 thèmes)	Développement des forces, performance pro	Positif, actionnable, centré sur les talents	Pas centré sur motivations profondes, pas diagnostique clinique
HEXACO	Traits (Honnêteté-Humilité, Emotionalité, Extraversion, etc.)	Psychologie, recherche, développement	Approche robuste scientifiquement, intègre l'altruisme	Moins connu en milieu pro/entreprise
TAT (Thematic Apperception Test)	Motivations implicites, besoins psychologiques	Psychologie clinique, dynamique inconsciente	Profond, riche, projectif	Lourdeur d'interprétation, nécessite expertise clinique
Motivators / RIASEC	Intérêts professionnels (6 types : R, I, A, S, E, C)	Orientation carrière, choix d'étude	Clair, actionnable, bon lien pro/métier	Ne mesure pas personnalité profonde
Flow-Rhythm / Process Communication	Types psychologiques + besoins psychologiques	Communication, coaching, gestion du stress	Utile en dynamique d'équipe, communication	Moins exploré en profondeur motivationnelle
CliftonStrengths Assessment	Talents naturels dominants	Coaching de performance, leadership	Focus sur contribution positive	Pas un profil complet de personnalité
Analyse transactionnelle (OK/KO, états du moi)	Modes de fonctionnement relationnel	Coaching, thérapie, communication	Approche narrative et structurée	Plus conceptuelle que profil standardisé