

Ennéagramme et triades

Dans l'ennéagramme, les triades constituent des grilles de lecture transversales qui permettent de dépasser une approche strictement "par type" pour accéder à des dynamiques plus fondamentales du fonctionnement humain. Les quatre triades présentées ici — centres d'intelligence, styles sociaux, triades harmoniques et relations d'objet — éclairent respectivement l'ancrage de l'énergie psychique, la posture relationnelle, la manière de gérer la difficulté et la qualité du lien à l'autre. Elles offrent ainsi une compréhension intégrée, à la fois comportementale, émotionnelle et psychodynamique. Il est toutefois important de souligner que ces regroupements ne sont pas les seuls possibles : d'autres triades existent ou peuvent être construites selon les écoles et les axes d'analyse (par exemple autour des instincts, des niveaux de développement ou des dynamiques d'intégration).

Triades des centres d'intelligence (ou centres d'énergie)

Elles décrivent le point d'ancrage principal de l'expérience (comment la personne perçoit et réagit au monde).

Centre	Types	Émotion dominante	Enjeu central	Déformation
Instinctif (corps)	8 – 9 – 1	Colère	Autonomie, territoire	Répression / excès de colère
Émotionnel (cœur)	2 – 3 – 4	Honte	Image, valeur personnelle	Adaptation à l'image
Mental (tête)	5 – 6 – 7	Peur	Sécurité, anticipation	Suractivité mentale

Le centre indique où se joue la perte de présence
Le type montre la stratégie compensatoire

Triades de style social (Hornevian)

Elles décrivent la stratégie relationnelle face aux autres

Style	Types	Mouvement	Motivation
Assertif (contre)	3 – 7 – 8	Aller contre	Imposer, avancer
Dépendant (vers)	1 – 2 – 6	Aller vers	Être reconnu, soutenu
Retiré (loin)	4 – 5 – 9	Se retirer	Se protéger, préserver

C'est la triade la plus observable en comportement
Elle éclaire la dynamique en situation de stress relationnel

Triades harmoniques (gestion du conflit / frustration)

Elles montrent comment chacun gère l'insatisfaction et la tension interne

Style	Types	Réaction au conflit	Mécanisme
Positive outlook	2 – 7 – 9	Évite le négatif	Réinterprétation
Compétence	1 – 3 – 5	Rationalise	Contrôle émotionnel
Réactive	4 – 6 – 8	Intensifie	Expression émotionnelle

Triade essentielle en coaching : elle révèle le rapport à la frustration
Donne accès aux mécanismes de défense dominants

Triades de relation d'objet

Elles décrivent le type de lien inconscient à l'autre (et à l'objet primaire)

Relation	Types	Position intérieure	Dynamique
Attachement	3 – 6 – 9	Adaptation	Perte de soi dans la relation
Frustration (idéalisation)	1 – 4 – 7	Insatisfaction	Recherche d'un idéal
Rejet	2 – 5 – 8	Protection	Distance / autosuffisance

Triade très structurante au niveau psychodynamique, elle éclaire :
la relation au manque
la qualité du lien d'attachement
les attentes implicites dans la relation

Lecture transversale

Chaque type appartient à une triade dans chaque dimension, ce qui donne une lecture multi-axes.

Exemple (Type 6) :

- Centre : mental (peur)
- Style social : dépendant
- Harmonique : réactif
- Relation d'objet : attachement

On obtient une personnalité orientée sécurité, cherchant du soutien, amplifiant les tensions, et s'adaptant fortement au lien.

Articulation entre triades

Les triades ne disent pas la même chose :

- Centres → d'où vient l'énergie
- Style social → comment je vais vers l'autre
- Harmonique → comment je gère le conflit
- Relation d'objet → comment je vis le lien en profondeur

Ensemble, elles permettent :

- une lecture structurelle (relation d'objet)
- une lecture comportementale (style social)
- une lecture émotionnelle (centres + harmoniques)

Pour l'accompagnement

En coaching / thérapie :

- Centre → travailler la présence (corps / émotion / mental)
- Harmonique → travailler la régulation émotionnelle
- Style social → travailler la posture relationnelle
- Relation d'objet → travailler l'attachement et les attentes inconscientes

Annexe

Type	Centre d'intelligence	Style social	Triade harmonique	Relation d'objet
1	Instinctif (colère intériorisée)	Dépendant (vers)	Compétence	Frustration (idéalisation)
2	Émotionnel (honte)	Dépendant (vers)	Positive outlook	Rejet
3	Émotionnel (honte)	Assertif (contre)	Compétence	Attachement
4	Émotionnel (honte)	Retiré (loin)	Réactif	Frustration (idéalisation)
5	Mental (peur)	Retiré (loin)	Compétence	Rejet
6	Mental (peur)	Dépendant (vers)	Réactif	Attachement
7	Mental (peur)	Assertif (contre)	Positive outlook	Frustration (idéalisation)
8	Instinctif (colère extériorisée)	Assertif (contre)	Réactif	Rejet
9	Instinctif (colère oubliée)	Retiré (loin)	Positive outlook	Attachement