Ennéagramme Type 1

Ce sont des personnes qui sont engagées, observatrices, consciencieuses et persévérantes. Elles sont dans la recherche de la perfection. Leur apparence est soignée ; Elles donnent l'impression d'être « propres » et droites. Elles sont dans le contrôle et notamment du temps : elles détestent les imprévus et être prises en défaut : elles sont les as de l'organisation spatiale et temporelle, de la structuration, de la planification. Elles aiment l'ordre. Elles ont besoin de beaucoup d'informations et de maitriser leur sujet pour prendre une décision ou démarrer une tâche. Elles aiment être respectées, et donner des conseils avisés.

Ce type de personnalité a le sens des responsabilités et de ce qui est correct/incorrect. Ils aiment que leur avis soit pris en compte et être flattés. Ils sont à cheval sur « la bonne méthode » / « faire comme il faut », la franchise, la droiture, et l'attention aux détails. Ils cherchent à presque tout perfectionner.

Leur opinion et leur jugement est une valeur très importante pour eux, et ils observent et comprennent le monde par ce filtre.

Ils évitent à tout prix de se mettre en contact avec leur propre colère, la réprime, ce qui génère du ressentiment, et un mécanisme de défense singulier : ils réagissent différemment par rapport à ce qui est attendu d'eux. Pourtant leur colère prend tout même prendre forme : en irritabilité.

Ce sont des personnes exigeantes, et qui n'ont pas l'impression de l'être, tant ils sont plus durs avec eux-mêmes qu'avec les autres.

Enfant, il a souvent eu l'impression qu'on attendait beaucoup de lui, et a été forcé à devenir un « bon petit parfait ». Les attentes étant souvent irréalisables : cela provoquait de la colère. Régulièrement, il obéit inconsciemment aux injonctions menottantes de l'éducation : soit parfait, soit fort, dépêche-toi.

Communication : bon communiquant aimant les longs exposés détaillés, ou les débats passionnés. Ce sont des personnes très sociables et qui ont du répondant, voire du piquant.

Sous stress : se focalise sur ce qui ne va pas. Il veut changer les autres avec acharnement. Il peut imposer ses croyances, et part en croisade quitte à causer sa propre perte. Il veut absolument avoir raison, pour être au-delà des critiques. Il se sent frustré face aux personnes ne partageant pas ses convictions. Sous stress intense, n'écoute plus, il licencie les autres.

Blessure souvent observée : rejet.

Conseil : exprimer/ communiquer ce qui les contrarie pour ne pas accumuler de la rancœur et faire éclater vindicativement leur ressentiment. Le type un doit évoluer vers la patience, la tolérance et la nuance ; il doit apprendre à se montrer ouvert aux opinions des autres et réaliste.

Besoin vital : être reconnu pour la qualité de son travail, sa contribution, ses opinions.