



L'ENNEAGRAMME ENVOLUTIF

*au delà de l'enneagramme,
une approche intégrée de la relation humaine*

Publié sur *L'enneagramme évolutif* (<https://www.enneagramme-envolutif.com>)

[Accueil](#) > [Accueil](#) > [Pour découvrir l'enneagramme](#) > [Les 9 mécanismes](#) > Mécanisme 3



Mécanisme enneagramme 3

Soumis par Jean-Philippe VIDAL le mar, 05/28/2013 - 13:12



La base 3 étant dans le centre émotionnel, nous avons ici affaire à des individus ayant tendance à agir « portés par l'émotion », à prendre des décisions sur des coups de coeur. Ici, l'orientation mixte intérieur/extérieur de la problématique du centre se traduit par une utilisation du centre émotionnel dans des situations où l'un des deux autres centres serait un outil plus adaptée.

Ainsi, le centre émotionnel est régulièrement mobilisé dans des situations concernant le centre mental ; idem dans les situations qui requièrent de faire appel au centre instinctif.

Cette « sur-exploitation » du centre émotionnel pourrait être perçue de l'extérieur comme une tendance de l'individu « à trop en faire ». Toute action entreprise semblant lui tenir plus « à coeur » qu'à d'autres. Il s'agit en fait d'une frénésie de contact intense simultanément avec le monde extérieur et le monde intérieur (nous sommes ici dans le centre émotionnel, rappelons-le).

Se pose ici un enjeu de production (consistant à montrer ce que l'on fait) plus qu'un enjeu de présence (consistant à être). On comprendra dès lors pourquoi les personnes fonctionnant sur les mécanismes de Base 3 peuvent avoir **du mal à établir des relations profondes avec les autres ainsi qu'avec elles-mêmes**. La croyance inconsciente qui alimente ce mécanisme est que **le monde nous récompense pour ce que nous faisons et non pour ce que nous sommes**.

Il y a donc une difficulté à contacter « l'Être ». Ce qui fait qu'à la question « *qui suis-je ?* » s'imposera la réponse « *je suis ce que je produis* ». La logique qui en découle est implacable : si je suis ce que je fais, et que je rate ce que je fais, alors je rate ce que je suis. **Pour « Être », il faut donc que je réussisse ce que j'entreprends**.

Dans cette base, la peur qui nous hante est celle d'être sans valeur. Le désir inconscient sera de se faire valoir par le biais de ses actions. On observe ici une confusion caractéristique en base 3 entre la notion d'avoir la reconnaissance d'autrui pour ce que l'on fait et celle d'être aimé pour ce que l'on est.

La compulsion associée consiste donc à éviter à tout prix **les échecs**, car, dans ce mécanisme, si ce que je fais échoue, c'est moi qui échoue. L'échec n'est pas une option.

Alimentée par le centre émotionnel, la problématique en Base 3 tourne autour du « comment être aimé ». Mais la croyance « je suis ce que je fais » a pour conséquence de créer une confusion entre chercher à être aimé et chercher à être admiré. L'individu mû par ce mécanisme sera tenté d'adopter en toute circonstance une attitude de séduction, ce qui à force entraîne la manifestation de la passion associée à la base 3 : **le mensonge**.

Précisions ici qu'il ne s'agit pas nécessairement d'un mensonge vis à vis des autres mais prioritairement d'un mensonge à soi-même, censé répondre aux questions telles que « qui-suis-je ? », « comment est-ce que je me sens ? », « qu'y a-t-il vraiment à l'intérieur de moi ? ».

Le concept de « mensonge » peut être défini comme le fait de présenter les choses sous le meilleur jour possible. Par exemple : « *Maman, j'ai eu 10 sur 20 au contrôle de maths. Mais attention, c'est la deuxième meilleure note* ».

A force, une personne de Base 3 très ancrée dans sa compulsion ne sait pas vraiment qui elle est, et va avoir tendance à jouer des rôles. Le mécanisme de défense, appelé « **identification** », consiste à se faire piéger par ses propres rôles. En cas d'inactivité, une angoisse du vide s'installe, il est donc indispensable de faire quelque chose pour se sentir Être.

Comme pendant à la passion de mensonge, on trouvera la vertu de Vérité, d'**authenticité**. C'est cette authenticité qui me permettra de faire la part des choses entre ce je suis et ce que je fais.

La fixation mentale du mécanisme 3 est la **vanité**, le « j'en fais tellement ! » qui consiste à s'envoyer à soi-même des signes de reconnaissances positifs sur ce que l'on produit plutôt que ce pour ce que l'on est. L'idée supérieure qui rétablira l'équilibre est l'Espérance, cette conviction qui consiste à accepter qu'il n'est pas forcément nécessaire de se démener et de produire sans cesse pour que les choses arrivent.

Au niveau comportemental, on pourra reconnaître des attitudes exprimant le besoin de « compter les points », de comparer sa performance à celle des autres. On sera attentif à ce qui permet de distinguer « le gagnant » du « perdant », le « meilleur » du « moins bon » etc... Ce mécanisme permettra de s'évaluer en référence à l'extérieur.

A ce titre, il est aussi intéressant de constater que tout ce qui fait appel au cadre de référence interne est susceptible d'être problématique. A titre d'exemple : il sera difficile d'acheter un produit sans demander leur avis aux autres, comme il sera difficile de donner son avis en premier dans une discussion.

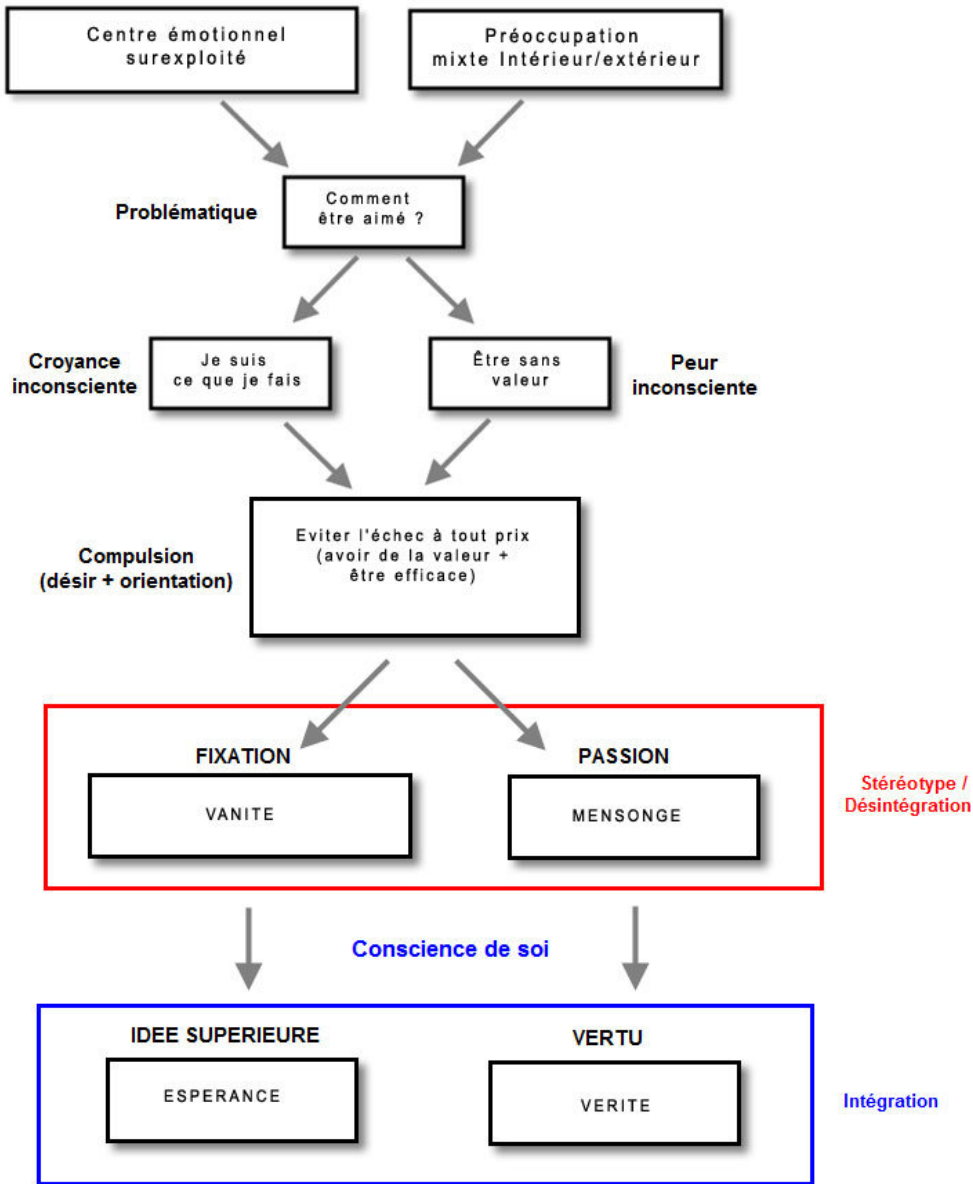
En général, les personnes fortement ancrées dans leur compulsion 3 sont des **travailleurs acharnés**. La caricature serait celle du Golden Boy américain à l'agenda et au carnet d'adresses bien rempli, se souciant peu de ce qui ne concerne pas directement sa performance. Ayant toujours à la bouche le typique « je n'ai pas le temps », il sera multi-tâche mais toujours dans un souci d'efficacité : « je téléphone à un collaborateur et en même temps je rédige un e-mail sur un autre sujet ». Inutile de préciser qu'en général l'expression de la base 3 se traduit par un rythme très rapide ; pas le temps de souffler !

Et, toujours sur le mode de l'archétype, le souci d'image sera omni-présent. Ce que l'on possède reflète nos succès et donc qui nous sommes : voiture puissante, propriété imposante, femme et enfants parfaits en tout, diplômes avec mention "très bien", médailles, trophées, équipement hi-tech dernier cri... La société actuelle nous invite suffisamment bien à afficher notre réussite, on n'a que l'embarras du choix !

Intégration et Désintégration

Intégration : l'apport des caractéristiques positive du 6 l'aide à devenir plus « collectif », à prendre en compte les attentes du groupe et à considérer les normes et conventions en place en dehors de son intérêt personnel.

Désintégration : l'apport des caractéristiques négatives du 9 l'amène à ralentir son rythme, jusqu'à se désengager. Il continue à remplir son agenda, mais de tâches sans intérêt ni impact, il s'enferme dans la routine en attendant que l'orage passe. Ne pas s'impliquer devient la meilleure façon de ne pas échouer.



Nicolas DEPETRIS & Jean-Philippe VIDAL
 Novembre 2010

© 2010 - EnVOLUTION

Niveau:
 Débutant
Objectif:
 Découvrir

URL source (Obtenu le 05/30/2018 - 22:02): <https://www.enneagramme-envolutif.com/documents/articles-decouverte-enneagramme-type3.html>