

ENNÉAGRAMME ET ACCOMPAGNEMENT : ACCOMPAGNÉ DE TYPE 7

Le 7 est bien souvent un accompagné très difficile. Il est déconnecté de ses problèmes et en plus est un expert pour échapper à toute tentative de le remettre en contact avec eux. Il peut chercher à séduire l'accompagnant, ou au contraire à se laisser séduire par lui.

Le 7 est difficile à cadrer, son esprit allant d'une idée à l'autre. S'il n'est pas dans une démarche de développement personnel, il est inutile de le confronter à sa souffrance. Il évite les confrontations émotionnelles négatives, et se sert de la rationalisation pour ne pas y accéder. Dans ce cadre s'il n'y a pas de résultat concret très rapidement, il a tendance à partir.

S'il est dans une démarche de développement personnel, l'accompagnant va l'aider à faire taire son centre mental pour entrer en contact avec sa souffrance. Il est préférable dans un premier temps que les moments d'accompagnement soient brefs pour ne pas l'effaroucher ; le 7 a peur de l'autre et peur de sa souffrance, et le contact avec ses émotions négatives peut l'épuiser rapidement. Le 7 est un spécialiste de l'amnésie pour oublier sa souffrance.

Il a besoin de se sentir aimé et en complicité pour être en confiance et ainsi être aidé.

L'accompagnant prendra garde à ne pas se laisser entraîner dans les fantaisies du 7 et fixera des limites, mais si celles-ci sont trop dures il risque d'y avoir perte de la relation.

L'idée que l'ego limite sa liberté motive le 7 au développement personnel.

Conseils de développement pour le type 7

- Observer son attitude dans les relations aux autres, lister et modifier les croyances qui en découlent, ainsi que celles relatives à la peur des autres et la perte de la liberté (cf. [stage "Ennéagramme : Néti néti"](#))
- Le sentiment de contentement, voire de supériorité, affiché cache le plus souvent une insécurité intérieure. Travailler l'estime de soi.
- Apprendre à dire merci, et aussi à s'excuser.
- Demander de l'aide.
- Pratiquer les exercices de rappel de soi aide à la concentration et calme le mental (cf. [stage "Ennéagramme : Essence"](#)).
- Le 7 est le champion de l'amnésie. Tenir un journal et un agenda.
- Pratiquer l'exploration des positions perceptuelles pour découvrir la position Autre.
- Dans les moments de rationalisation, se reconnecter à l'importance de la relation.
- Pour déstructurer l'ego, pratiquer les exercices de Quantum Psychology® (cf. [stage "Ennéagramme : Éveil"](#)), notamment ceux sur les hallucinations pour revenir au concret.
- Faire le traitement de la dépendance, de la séparation et de l'anxiété à propos des fiertés (cf. [stage "Ennéagramme : Libération"](#)).
- Repérer et observer la compulsion d'éviter à tout prix la souffrance, le mécanisme de défense de rationalisation, la passion d'intempérance, la fixation de planification, et changer son attitude corporelle (cf. [stage "Ennéagramme : Centres"](#)).
- Centre mental tourné vers l'intérieur, le travail du 7 s'oriente vers l'extérieur : se tourner vers les autres.