

Grille d'analyse : Détection des architectures d'influence

Source : Article "Manipulation systémique" | Site : noos.media | Approche : Théorie systémique Palo Alto

Partie A : Scoring détaillé (0-2 par indicateur)

Instructions : Pour chaque indicateur ci-dessous, attribuez un score selon la grille suivante :

- **0** = Absent ou négligeable
- **1** = Présent occasionnellement
- **2** = Présent et structurant (détermine les comportements observés)

#	Indicateur	Score (0-2)	Notes d'observation
1	Contradictions non discutables (double bind) <i>Injonctions opposées + interdit de pointer la contradiction</i>		
2	Choix apparent, issues identiques (pseudo-alternative) <i>On te fait "choisir" mais toutes les portes mènent au même endroit</i>		
3	Urgence imposée systématiquement <i>"Il faut décider maintenant" sans justification réelle</i>		
4	Responsabilités fragmentées <i>Impossible d'identifier qui décide vraiment</i>		
5	Disqualification préventive <i>Tes objections sont invalidées avant d'être formulées ("seuls les X pensent ça")</i>		
6	Moralisation du désaccord <i>Critiquer = faute morale ("tu es contre le progrès")</i>		
7	Déplacement de niveau logique <i>Problème structurel transformé en défaut personnel ("gère ton stress")</i>		
8	Sanctions floues et différées <i>Tu ne sais jamais clairement ce qui sera puni ni quand</i>		
9	Expertise invoquée comme clôture <i>"Les experts ont tranché" sans accès au raisonnement</i>		
10	Alternatives systématiquement invisibles <i>Certaines options ne sont jamais mentionnées</i>		
SCORE TOTAL		/20	

Interprétation du score :

- **0-6** : Influence sociale "normale" (jeu social standard, pas d'intervention spécifique nécessaire)
- **7-12** : Architecture d'influence robuste (prudence recommandée, mettre en place contre-mesures spécifiques)
- **13-20** : Architecture coercitive (envisager contournement, documentation, ou sortie. L'action individuelle seule a peu de prise)

Partie B : Questions d'investigation (selon votre score)

Si score 0-6 : Influence sociale normale

Questions à vous poser :

1. Y a-t-il des **moments spécifiques** où le score monterait (réunions particulières, interlocuteurs spécifiques) ?
2. Est-ce que je confonds **maladresse communicationnelle** avec manipulation intentionnelle ?
3. Mes attentes sont-elles **réalistes** pour ce contexte organisationnel/relationnel ?

Action recommandée : Surveiller l'évolution dans le temps. Refaire le scoring dans 3-6 mois. Pas d'intervention spécifique nécessaire pour le moment.

Si score 7-12 : Architecture d'influence robuste

Questions critiques :

1. **Quel est le coût réel de la conformité ?** (temps perdu, énergie dépensée, compromis sur l'intégrité, impact santé)
2. **Quel est le coût réel de la résistance ?** (répercussions sur la carrière, relations dégradées, sécurité financière)
3. **Qui bénéficie objectivement du maintien de cette structure ?** (suivre l'intérêt économique/politique, pas les intentions déclarées)
4. **Existe-t-il des alliés potentiels** qui subissent la même architecture et avec qui créer un collectif ?
5. **Puis-je documenter de manière factuelle ?** (emails, dates précises, décisions écrites, témoins)

Action recommandée : Mise en place de contre-mesures ciblées (voir Partie C). Documenter par écrit tous les échanges. Chercher des alliés. Évaluer le rapport coût/bénéfice de l'action vs l'acceptation vs la sortie.

Si score 13-20 : Architecture coercitive

Questions de sécurité (prioritaires) :

1. **Suis-je en danger ?** (financier, psychologique, professionnel, physique)
2. **Ai-je des ressources externes mobilisables ?** (avocat, syndicat, thérapeute, médecin du travail, économies financières)
3. **Combien de temps puis-je tenir** si la situation empire avant de pouvoir sortir ?
4. **Quelle est ma stratégie de sortie concrète ?** (emploi alternatif identifié, déménagement possible, rupture envisagée)
5. **Qui peut attester objectivement** de ce que je vis ? (témoins directs, documentation écrite)

Action recommandée : Prioriser la protection et/ou la sortie sur la transformation. Une architecture coercitive (score ≥ 13) se transforme rarement de l'intérieur par l'action individuelle. Les contre-mesures individuelles ont peu de prise face à un rapport de force aussi asymétrique. Stratégies recommandées :

- **Chercher des alliés** (syndicalisation, action collective, médiatisation)
- **Documenter exhaustivement** (préparer un dossier juridique pour action future)
- **Organiser une sortie** (recherche emploi active, construction réseau externe)
- **Accepter temporairement** tout en préparant activement une sortie à moyen terme (3-12 mois)

⚠ **Important :** Si vous êtes dans une architecture coercitive, la lucidité systémique ne garantit pas le pouvoir de changer le système. Elle garantit seulement de ne plus vous duper sur ce qui se joue. Parfois, la meilleure contre-mesure est de **partir**.

Partie C : Scripts d'intervention (par mécanisme détecté)

Mode d'emploi : Identifiez le(s) mécanisme(s) dominant(s) dans votre situation (repérez les items qui ont scoré 2 dans la Partie A), puis appliquez le script correspondant dans les 48h.

Script 1 : Face au double bind (contradictions non discutables)

Situation type : On te dit "sois autonome" ET "ne fais rien sans validation".

Script métacommunicationnel :

"J'observe deux messages différents : [citation exacte message 1] et [citation exacte message 2]. Comment souhaitez-vous que je hiérarchise ces deux demandes quand elles entrent en tension ?"

✗ Ne pas faire : "C'est contradictoire !" (attaque frontale, met en défense)

✓ Faire : Pointer la tension comme un problème à résoudre ensemble, pas comme une accusation.

Script 2 : Face à la pseudo-alternative (choix illusoire)

Situation type : "Tu préfères être évalué sur les résultats ou sur l'engagement ?"

Script de recréation d'option :

"Je remarque que ces deux critères ne sont pas opposés. Puis-je proposer qu'on me juge sur [critère C qui sort du faux dilemme] ?"

Ou (si refus attendu) :

"Ces deux options mènent au même résultat pour moi. Y a-t-il une troisième voie possible ?"

Effet : Casse la fausse alternative en la nommant explicitement.

Script 3 : Face au recadrage asymétrique (cadre imposé)

Situation type : "Le vrai sujet c'est la modernisation, pas vos états d'âme."

Script de remontée au niveau métá :

"Je note que vous définissez le cadre du débat. Pouvons-nous d'abord nous accorder sur comment nous allons décider de ce qui est 'le vrai sujet' ?"

Alternative :

"Qui décide de ce qu'est 'le vrai sujet' et selon quels critères ?"

Effet : Force l'explicitation du pouvoir de cadrage (qui décide du cadre lui-même).

Script 4 : Face à l'induction progressive (pied-dans-la-porte)

Situation type : "C'est juste une petite exception, comme la dernière fois."

Script de rupture d'engagement :

"Je réalise qu'en acceptant ces 'petites exceptions', j'ai créé une règle non-écrite. Je préfère qu'on clarifie maintenant : quelle est la règle réelle ?"

Ou (préventif) :

"Avant d'accepter cette exception, j'aimerais qu'on définisse si c'est exceptionnel ou si ça deviendra la norme."

Effet : Casse la dynamique d'engagement cumulatif en forçant l'explicitation.

Script 5 : Face à la disqualification préventive

Situation type : "Seuls les complotistes posent ce genre de questions."

Script de neutralisation :

"Je comprends votre réserve. Ma question porte sur [reformulation factuelle, sans charge émotionnelle]. Pouvez-vous y répondre indépendamment de qui la pose habituellement ?"

Alternative (si contexte le permet) :

"Si cette question est illégitime, pouvez-vous définir les critères d'une question légitime ?"

Effet : Sépare la question (contenu) de l'étiquette sociale (relation).

Script 6 : Face à l'urgence artificielle

Situation type : "Il faut décider aujourd'hui sinon on perd tout."

Script de reconfiguration temporelle :

"Je peux vous donner une réponse aujourd'hui avec un taux d'erreur élevé, ou une réponse mardi avec un taux d'erreur faible. Quel risque préférez-vous prendre ?"

Alternative :

"Qu'est-ce qui se passe exactement si on décide lundi au lieu d'aujourd'hui ? Je veux comprendre la contrainte réelle."

Effet : Rend visible l'arbitraire de l'urgence en demandant explicitation.

Script 7 : Face au déplacement de niveau logique

Situation type : "Si tu n'y arrives pas, c'est que tu gères mal ton stress."

Script de redescente au niveau structurel :

"Je note que vous déplacez la question de l'organisation vers ma psychologie. Revenons aux faits : [description factuelle du problème structurel]. Comment l'organisation compte traiter ce point ?"

Effet : Refuse la psychologisation, maintient fermement le niveau structurel.

Script 8 : Face à la fragmentation des responsabilités

Situation type : "C'est la procédure / le système / le siège qui décide."

Script de remontée à la source :

"Je comprends. Qui exactement au siège / dans le système est la personne que je peux contacter pour discuter de cette décision ?"

Si réponse évasive :

"Si personne n'est identifiable, comment cette décision peut-elle être contestée ou amendée ?"

Effet : Force la re-personnalisation de la décision.

Script 9 : Face à l'expertise indiscutable

Situation type : "Les experts ont tranché, c'est validé scientifiquement."

Script d'accès au raisonnement :

"Parfait. Pouvez-vous me transmettre l'étude ou le raisonnement expert pour que je comprenne la conclusion ?"

Si refus :

"Si le raisonnement ne peut pas être partagé, sur quelle base puis-je évaluer sa pertinence pour ma situation ?"

Effet : Transforme l'autorité invoquée en argument démontrable (ou révèle que c'est du pouvoir brut).

Partie D : Checklist de suivi post-intervention

Après avoir appliqué un script, observez les réactions dans les 48h :

- La tension monte** (mais le sujet est enfin posé) → *Bon signe. L'architecture réagit, ce qui confirme que vous avez touché un point structurel.*
- On vous disqualifie personnellement** ("tu es agressif", "tu compliques tout") → *Signe que vous avez effectivement*

touché un mécanisme structurel. La disqualification vise à vous faire taire sans traiter le fond.

□ **On évite systématiquement la question** → L'architecture se protège. Maintenir la pression calmement en reformulant à intervalles réguliers.

□ **On répond factuellement** → Rare mais excellent signe. Possibilité réelle de transformation de la relation/structure.

□ **On vous sanctionne indirectement** (retrait d'un dossier, mise à l'écart, rumeurs) → Architecture coercitive confirmée. Envisager sérieusement la sortie ou la protection juridique/collective.

Règle d'or : Une architecture d'influence ne se transforme jamais du premier coup. C'est un **processus itératif** : vous posez des limites, vous observez les réactions, vous ajustez. Si après 3-4 tentatives espacées rien ne bouge structurellement, le problème n'est pas votre script — c'est que l'architecture est plus forte que ce que vous pouvez affronter seul.e. Dans ce cas : chercher des alliés (syndicalisation, collectif) ou préparer une sortie.