CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

CADET-MAÎTRE

GUIDE PÉDAGOGIQUE

SECTION 2

OCOM C525.02 – RECONNAÎTRE LES COMPORTEMENTS INDIVIDUELS DURANT UNE EXPÉDITION

Durée totale : 90 min

PRÉPARATION

INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à la réalisation de cette trousse d'autoformation sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans la publication A-CR-CCP-705/PG-002, *Norme de qualification et plan du cadet-maître*, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long de la trousse d'autoformation, notamment à la section pour laquelle elles sont requises.

Les trousses d'autoformation sont conçues pour que le cadet les complète de façon indépendante. Davantage de renseignements sur les trousses d'autoformation se trouvent dans l'avant-propos et dans la préface.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant de l'enseigner.

Photocopier la trousse d'autoformation qui se trouve à l'annexe A pour chaque cadet.

Photocopier le corrigé de l'annexe B mais **ne pas** le remettre au cadet.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

L'autoformation a été choisie pour cette leçon parce qu'elle permet au cadet d'examiner avec plus de détail les comportements individuels au cours d'une expédition à son propre rythme d'apprentissage. Le cadet est ainsi encouragé à devenir davantage autonome et indépendant, alors qu'il se concentre sur son propre apprentissage plutôt que sur l'apprentissage dispensé par l'instructeur.

INTRODUCTION

RÉVISION

S.O.

OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, le cadet doit être en mesure de reconnaître les comportements individuels au cours d'une expédition.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-705/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-705-PF-002/A-CR-CCP-705-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

IMPORTANCE

Il est important que les cadets reconnaissent les comportements individuels au cours d'une expédition puisqu'ils seront en contact avec diverses personnes qui auront des désirs et des besoins particuliers. La compréhension des différences entre les personnes permettra à l'instructeur de mieux se pencher sur leurs désirs et leurs besoins et donc d'assurer une meilleure expérience à tous.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-705/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-705-PF-002/A-CR-CCP-705-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

INSTRUCTIONS DE LA TROUSSE D'AUTOFORMATION

OBJECTIFS

L'objectif de cette trousse d'autoformation est de faire en sorte que les cadets reconnaissent les comportements individuels au cours d'une expédition.

RESSOURCES

- la trousse d'autoformation,
- un surligneur, et
- des stylos et des crayons.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Permettre au cadet de travailler dans une classe ou une aire de formation convenable pour remplir la trousse d'autoformation.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Remettre au cadet une copie de la trousse d'autoformation qui se trouve à l'annexe A, un stylo ou un crayon.

2. Allouer 90 minutes au cadet pour remplir la trousse d'autoformation.

3. Fournir de l'aide au cadet au besoin.

4. Ramasser la trousse d'autoformation lorsque le cadet a terminé.

5. Corriger la trousse d'autoformation à l'aide du corrigé de la trousse d'autoformation qui se trouve à l'annexe B.

6. Donner de la rétroaction au cadet et indiquer s'il a ou non réalisé l'objectif de compétence (OCOM).

7. Remettre la trousse d'autoformation complétée au cadet à titre de référence.

8. Inscrire le résultat dans le carnet du cadet dans le dossier d'instruction des cadets dans Forteresse.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La réalisation de la trousse d'autoformation par les cadets servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-705/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-705-PF-002/A-CR-CCP-705-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

OBSERVATIONS FINALES

Il est important que les cadets soient capables de reconnaître les comportements individuels au cours d'une expédition. La compréhension de son propre comportement permettra au cadet de comprendre ses réactions dans diverses situations et de comprendre les réactions, les besoins et les désirs de ses subalternes. Cela lui donnera l'occasion de développer une atmosphère dans laquelle tous se sentent respectés et donc une atmosphère dans laquelle tous peuvent apprendre et croître en tant que personne.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A2-046 B-GA-217-001/PT-001 Ministère de la Défense nationale. (Aucune date). *La survie sous tous les climats*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale**.**

C2-009 ISBN 0-684-85909-2 Harvey, M. (1999). *The national outdoor leadership school's wilderness guide*. New York, New York, Fireside.

C2-150 ISBN 0-89886-502-6 Graham, J. (1997). *Outdoor leadership : Technique, common sense and self-confidence*. Seattle, Washington, The Mountaineers.

C2-152 ISBN 1-898555-09-5 Ogilvie, K. (1993). *Leading and managing groups in the outdoors : Nouvelle édition révisée*. Cumbria, Angleterre, The Institute for Outdoor Learning.

C2-156 0-89815-627-0 Meyer, K. (1994). *How to shit in the woods*. Berkley, Californie, Ten Speed Press.

C2-250 Leemon, D., & Schimelpfenig, T. (2005). *Risk management for outdoor leaders: A practical guide for managing risk through leadership*. Lander, Wyoming, National Outdoor Leadership School.

C2-258 ISBN 0-7872-9308-3 Hunt, J. S. (1990). *Ethical issues in experiential education*. Dubuque, Iowa, Kendall/Hunt Publishing Company.

C2-262 Barnett, H., Deak, J., Howard, J. M., Huisman, C., & Wheeler, M. (2003). *Instructor's guide to managing adolescents in the field*. Garrison, New York, Outward Bound, Inc.

C2-265 HowStuffWorks, Inc. (2009). *How fear works*. Extrait le 27 octobre 2009 du site http://health.howstuffworks.com/human-nature/emotions/other/fear.htm

C2-266 McGivney, A. (1999). Looking at night in a whole new light. *Backpacker, 27*, 42–46, 107–108.

C2-267 Willingham, E. (1999). When panic attacks. *Backpacker, 27*, 27–28.

C2-269 Davis-Berman, J., & Berman, D. (2002). Risk and anxiety in adventure programming. *The Journal of Experiential Education, 25*, 305–310.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-705/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-705-PF-002/A-CR-CCP-705-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

Comportements individuels durant une expédition



Section 1 : DIFFÉRENCES ENTRE LES GARÇONS ET LES FILLES

Section 2 : COMPORTEMENT D'EXPÉDITION

Section 3 : ÉTUDES DE CAS

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-705/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-705-PF-002/A-CR-CCP-705-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

SECTION 1
DIFFÉRENCES ENTRE LES GARÇONS ET LES FILLES

Il existe des différences de base importantes qui différencient les garçons et les filles, et ce autre que les différences physiques évidentes. Cependant, il est toujours important de reconnaître qu'il existe une grande variation dans toute généralisation, et que cela est également vrai pour les genres. Tandis qu'il est pratique de connaître ces différences, le but ultime est de connaître chaque fille et chaque garçon.

La sensibilité et la conscientisation aux besoins des genres et aux différences entre les genres peuvent faire une énorme différence au cours d'une expédition ou d'une expérience en plein air. Les filles sont touchées par certaines situations et les garçons sont touchés par des situations complètement différentes.

La compréhension de certaines différences physiologiques de base permet aux leaders d'offrir aux deux genres une expérience plaisante en plein air. Pensez entre autre aux points suivants :

- Les garçons ont besoin de faire le plein de calories et d'eau plus souvent que les filles parce que leur corps brûle les calories plus rapidement que celui des filles.
- Les filles voudront savoir comment disposer de leurs produits d'hygiène féminine et que l'on sera sensible à leur besoin de confidentialité et leur conscience de soi à ce sujet.
- Il peut être très utile de tenir des groupes de discussions distincts avec les garçons et avec les filles avant de s'aventurer en forêt. Demandez à chaque groupe de discuter de choses comme : Y a-t-il des besoins particuliers aux garçons et particuliers aux filles dont nous devons être au courant ou pour lesquels nous devons être sensibles?



Connaissez vous les différences dans la façon dont les garçons et les filles pensent? ... agissent? ... apprennent?

DÉVELOPPEMENT COGNITIF

La maturation réelle de certaines parties du cerveau ainsi que certaines prédispositions cognitives sont déterminées par le genre et les hormones qui influencent la croissance du système neurologique *in utero* et pendant la vie. Il existe certaines différences claires entre les genres à cette étape. En général, les prédispositions cognitives ou les forces particulières à chaque genre sont illustrées dans le tableau suivant.



Comment apprenez-VOUS?

Il est important de comprendre que les personnes de chaque genre sont capables de faire tout ce qui est énuméré dans le tableau suivant, mais préfèrent souvent ce qui est énuméré pour leur propre genre ou y sont souvent plus habiles.

Il existe également un croisement d'environ 20 p. 100 entre les genres. C'est-à-dire qu'environ 20 p. 100 des filles ont le style de pensée ou d'apprentissage qui est typique aux garçons et qu'environ 20 p. 100 des garçons

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-705/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-705-PF-002/A-CR-CCP-705-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ont le style de pensée ou d'apprentissage particulier aux filles. Cela fait de l'enseignement et de la motivation des tâches complexes.



Dans le tableau suivant, déterminez la prédisposition ou la force qui vous décrit le mieux. Aviez-vous raison pour vos prédictions à savoir la façon dont vous apprenez?

GENRE	PRÉDISPOSITIONS / FORCES	DESCRIPTIONS
Femme	Pensée détaillée	Lorsqu'on donne des indications, les filles se rappellent des détails et les garçons de l'idée en général. Les filles sont meilleures lorsqu'il s'agit de respecter une séquence de tâches tandis que les garçons sont meilleurs à se rendre directement au but.
Homme	Pensée générale ou globale	
Femme	Entendre et écouter	Les filles se souviennent mieux de ce qu'elles entendent et peuvent écouter sans interruptions pendant plus longtemps que la plupart des garçons. Les garçons se souviennent mieux lorsqu'ils voient ou regardent pendant qu'ils écoutent.
Homme	Voir et regarder	
Femme	Langage et parole	Les filles ont plus de facilité avec la parole et sont plus détaillées. Elles aiment exprimer leurs pensées et leurs sentiments et le font souvent avec plus de détails que les garçons. Les garçons aiment mieux faire que parler. Ils aiment mieux voir un instructeur leur montrer comment faire un nœud pendant qu'ils ont la corde dans les mains, plutôt que d'écouter l'instructeur d'abord ou pire encore que de lire les instructions.
Homme	Faire et montrer	



Se creuser les méninges 1 :

Associez les actions suivantes aux bonnes prédispositions ou forces.

Les garçons mettront leur sac à dos plus rapidement dans la camionnette, mais les filles disposeront de tout ce qu'elles ont besoin dès le départ. _____

Si vous récitez une liste de choses à mettre dans le sac à dos, la plupart des filles s'en souviennent. Les garçons se rappellent des premières et dernières choses, mais pas beaucoup de ce qui a été énuméré entre le début et la fin de la liste. S'ils voient les choses qu'ils doivent apporter, ils s'en rappellent mieux. _____

Les filles ne voient pas de problèmes à lire des manuels d'instructions ou à regarder passivement l'instructeur pendant un moment. Les garçons préfèrent assembler et apprendre en faisant.

_____

La principale implication est que des stratégies et des techniques différentes sont généralement plus faciles ou plus confortables pour un groupe plutôt que pour l'autre. Le leader doit donc se servir de plusieurs techniques

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-705/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-705-PF-002/A-CR-CCP-705-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

d’instruction et/ou de motivation pour que les besoins et les préférences deux genres soient satisfaits au même degré.



Se creuser les méninges 2 :

En disposant de ces renseignements, comment approcheriez-vous la tâche d’expliquer à un groupe (composé de garçons et de filles) les articles à apporter en expédition?

Voici quelques conseils pour composer avec ces différences :

- Tentez d’offrir des options pour la même tâche. Les journaux constituent un excellent exemple.
- Lorsque vous demandez aux participants de faire une tâche complexe à plusieurs étapes, il pourrait être utile de diviser les participants en groupe. De cette façon, les personnes qui sont bonnes avec les détails et la pensée séquentielle (souvent les filles) peuvent travailler avec les personnes qui se concentrent plus sur les actions et les essais et erreurs (souvent les garçons) et ensemble, ils peuvent couvrir tous les aspects de la tâche.

DÉVELOPPEMENT ÉMOTIF

Une recherche sur le cerveau démontre que le centre des émotions fonctionne quelque peu différemment chez les hommes et les femmes. Une fois de plus, il existe beaucoup de variations entre les êtres humains, peu importe leur genre.

Tandis que les hommes et les femmes ressentent des émotions positives de façon égale, les femmes ont légèrement plus tendance à ressentir de la crainte et de l'anxiété lorsqu'elles font face à un conflit ou à un défi que les hommes — et parfois cela peut aller jusqu'à quatre fois plus. Les hommes ressentent aussi de la crainte et de l’anxiété, mais à un niveau beaucoup plus inférieur, si bien que les défis et les conflits peuvent causer une réaction d’adrénaline et de testostérone qui se convertit en agressivité, en gestes et parfois en colère.



Selon votre expérience, comment les garçons et les filles réagissent-ils lorsqu’on les taquine?

En termes d'interaction sociale, si une fille se fait taquiner, elle est souvent blessée et elle évite la personne. Si un garçon se fait taquiner, il devient souvent en colère et confronte la personne. Les filles se servent plus souvent du langage pour composer avec leurs émotions; les garçons ont tendance à passer à l’acte. Leurs différences sont souvent difficiles à voir au sein d’un nouveau groupe. Les garçons et les filles peuvent être silencieux au début, lorsqu’ils sont contrariés. Après une certaine période, la colère peut se développer chez les garçons et de l'anxiété et de l’évitement peuvent se développer chez les filles.

Voici quelques conseils pour composer avec ces différences :

- Une émotion extrêmement négative a un effet possiblement contagieux. Dans certaines situations, il est bien de séparer les personnes très émotives, volatiles ou « soupe au lait » dans des groupes différents. Lorsque plus d’une personne de ce type se trouvent dans un groupe, la productivité et la culture générales du groupe peuvent basculer. Pour les émotions positives, l’inverse est vrai : répartissez les richesses

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-705/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-705-PF-002/A-CR-CCP-705-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

en matière de personnes attentives, réfléchies ou pacifiques afin d'assurer un équilibre émotif dans le groupe.

- N'oubliez pas que les filles, et certains garçons, ressentent de plus hauts degrés de crainte pour la même situation, et ce en raison de la génétique. La prise d'une approche étape par étape, « mets simplement ton pied sur cette roche » ou d'une approche de jumelage « Anne le fera avec toi » peut réduire les niveaux élevés de crainte. Une approche logique a peu d'impact ou pas d'impact du tout sur les niveaux élevés de crainte.

DÉVELOPPEMENT SOCIAL

Tous les êtres humains sont des animaux sociaux. Les adolescents se soucient de la façon dont ils sont perçus et acceptés par leurs pairs et même par les adultes. Cela signifie que les mots et les gestes des supérieurs sont des motivateurs et des formateurs puissants du comportement. Les mots et les gestes d'autres adolescents sont peut-être encore plus puissants en terme d'impact sur l'adolescent. Il est à la fois plus difficile et plus facile lorsque la plupart des adolescents d'un groupe ne se connaissent pas. Cela en incite certains à passer à se faire remarquer plus, à la recherche de leur zone de confort. Plus de garçons que de filles ont tendance à faire cela. Cela en incite certains autres à se retirer un peu tandis qu'ils évaluent la situation. Plus de filles que de garçons ont tendance à faire cela. D'un autre côté, puisque personne ne se connaît, chaque personne part à zéro et leur bagage social et leur réputation peuvent être mis de côté, ce qui peut être très libérateur. Pour y arriver, le leader doit profiter rapidement au maximum de l'amalgamation du groupe et de la formation de la culture.



***Se creuser les méninges 3* :**

À remplir.

(1) Les adolescents se soucient de ce que leurs supérieurs disent, mais ils se soucient davantage de l'opinion de leurs _____.

(2) Comme leader, il est important de créer un(e) bon(ne) _____ afin de s'assurer que le groupe se développe le plus rapidement possible comme équipe.

(3) Lorsqu'ils sont mis dans un nouveau groupe, les adolescents ont tendance à _____ tandis qu'ils évaluent la situation.

Cela étant dit, les filles ont plus tendance à être légèrement plus proches et aiment fonctionner en duos ou en groupes plus que les garçons. Cela se traduit souvent en un apprentissage plus coopératif. Pour les garçons, même s'ils apprécient les choses comme les sports d'équipe, ils sont également très motivés par la compétition et la performance individuelle.

Tous les adolescents ont besoin de sentir qu'ils s'intègrent bien et qu'ils sont perçus comme compétents, capables et « cools ». Une tâche, un endroit où être et quelqu'un avec qui être constituent les besoins sociaux de base. Toute sorte d'isolement social ou d'exclusion sociale doit être traitée immédiatement. On ne peut insister assez sur ce fait : les besoins sociaux des adolescents sont l'essence même de leur existence.

Voici quelques conseils pour composer avec ces différences :

- Au début d'une expédition avec un nouveau groupe, assignez des places à chacun : un endroit où s'asseoir à une réunion, à un repas, etc., mais tout en changeant constamment qui s'assied à côté de qui et qui passe du temps avec qui pendant les quelques premiers jours. Cela réduit les sentiments de « trouver sa place » de se sentir à l'écart.
- L'isolement social est presque toujours la cause de négativité pour la personne et le groupe. L'isolement social s'efface rarement de lui-même. Si vous constatez que de l'isolement social commence à se développer, changez votre tactique et commencez par exemple à assigner des tâches en duos pour remédier quelque peu au problème. De plus, la plupart des personnes en isolement social en devenir

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-705/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-705-PF-002/A-CR-CCP-705-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

font quelque chose pour influencer cette condition. Les conversations en privé au cours desquelles vous aborderez ce sujet directement sont très importantes.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-705/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-705-PF-002/A-CR-CCP-705-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

SECTION 2
COMPORTEMENT D'EXPÉDITION

Le comportement d'expédition comprend les attitudes, les valeurs et les pratiques qui composent la culture et le style d'un groupe et qui déterminent jusqu'à quel point son leadership, son travail d'équipe et sa communication seront efficaces.

En étant en plein air, cela peut faire ressortir le meilleur chez certaines personnes et le pire chez d'autres. Un bon ou mauvais comportement d'expédition détermine la destinée du groupe, de façon plus importante que la force technique et physique. Un comportement d'expédition positif résulte en des voyages amusants, agréables et réussis.



Quels sont les comportements que vous appréciez pendant une expédition?



Quels sont les comportements que vous n'appréciez pas pendant une expédition?

Lorsque les participants sont mis en groupe, ils sont mis dans le « groupe ». Ce qui est différent que de faire partie d'une « équipe » qui elle doit être développée par les leaders. Voici quelques lignes directrices sur la façon de créer une équipe :

- Ne supposez pas que les membres de votre groupe seront en mesure de travailler ensemble sans efforts. Clarifiez d'avance les objectifs, les rôles, les responsabilités et les styles de prise de décisions pour les activités de routine et les situations d'urgence de votre voyage ou de votre cours.
- Tôt au début du voyage, prenez le temps de décrire votre vision du travail d'équipe et du comportement d'expédition; la mission, les objectifs et le style de l'expédition. Cette conversation ouverte doit se poursuivre pendant toute l'expédition.
- Les séances d'information doivent faire partie de la routine régulière du voyage. Avant une activité, lorsqu'un plan change, au début de la journée ou avant un défi, voilà des exemples de moments auxquels tenir des séances d'information.
- Modéliser le comportement auquel vous vous attendez de vos subalternes.
- Créer une atmosphère dans laquelle les cadets se sentent libres de poser des questions, de défendre leurs idées et de partager leurs sentiments. Les participants doivent ressentir que leurs questions, leurs inquiétudes et leurs craintes sont respectées et prises au sérieux.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-705/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-705-PF-002/A-CR-CCP-705-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.



De quelles façons pouvez-vous créer une telle atmosphère?

Vous pouvez créer une telle atmosphère de la façon suivante :

- faites savoir aux membres de votre équipe que vous vous souciez de ce qu'ils pensent en conversant périodiquement avec eux;
- donnez-leur l’autorisation de parler;
- écoutez leurs réponses;
- ne les interrompez pas et ne parlez pas en même temps qu’eux;
- ne donnez pas de réponses sarcastiques ou condescendantes;
- ne pressez pas une discussion et ne donnez pas l’impression qu’ils n’ont rien à contribuer;
- établissez un contact visuel;
- posez les questions suivantes : « Est-ce que je vous donne suffisamment de directives quant à ce que vous devez faire? »;
- dites : « Si quelqu’un n’est pas d'accord, parlez »; et
- soyez conscient que l'on peut méprendre le silence pour un acquiescement.



Pensez à un moment où vous étiez sous la direction d’un leader qui ne créait pas une atmosphère favorable pour le groupe. Selon vous, que faisait de mal cette personne? Comment aurait-elle pu corriger la situation?

PEUR



Quelles situations suscitent de la peur chez vous? Comment réagissez-vous lorsque vous êtes confronté à ce genre de situations?

La peur est une réaction très normale pour les gens qui font face à une urgence qui menace un de leurs besoins.

Chez les humains et les animaux, la peur sert à encourager la survie. Le fait de reconnaître que la peur est une réaction naturelle face à une situation menaçante donne lieu à un comportement productif plutôt qu’à un

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-705/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-705-PF-002/A-CR-CCP-705-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

comportement aléatoire, ce qui augmente grandement les chances de survie. Au cours de l'évolution humaine, les personnes qui ont eu peur des bonnes choses ont survécu pour passer leurs gènes. Au cours de la transmission de leurs gènes, les traits de peur et de réaction à la peur ont été sélectionnés comme bénéfiques à la race.

La façon dont une personne réagit à la peur dépend plus d'eux que de la situation. Ce n'est pas toujours la personne la plus forte physiquement ou constamment optimiste qui compose avec la peur de la façon la plus efficace; les personnes timides ou anxieuses peuvent réagir à la peur d'une façon plus calme et efficace en période de stress, ce qui résulte en une meilleure chance de survie. Il faut reconnaître la peur, vivre avec et si cela est possible, l'utiliser à son avantage.

Les facteurs qui font augmenter la peur sont principalement le sentiment de détresse et le sentiment de désespoir. Parmi les facteurs les plus souvent reconnus comme aidant à réduire ou à contrôler la peur, on trouve :

- avoir confiance en son équipement;
- avoir confiance aux habiletés techniques de son supérieur immédiat; et
- se concentrer sur la tâche à effectuer.

John Leach, psychologue de la survie, a décrit une grande gamme de comportements, liés aux types de personnalités, dont font preuve les personnes lorsqu'elles font face à la mort et aux catastrophes. Il a trouvé que :

- 10 à 15 p. 100 des personnes réagissent rationnellement : elles peuvent raisonner, concevoir un plan, se concentrer.
- 70 p. 100 des personnes sont stupéfaites : elles veulent des ordres ou des instructions, elles sont incapables de planifier ou incapables de s'aider.
- 10 à 15 p. 100 des personnes font preuve d'un comportement inapproprié à la situation : elles crient, pleurent, gèlent et ignorent les instructions.

On espère qu'aucun CAPA n'a à faire face à une situation telle que le décès ou la catastrophe, mais cela donne une idée de ce à quoi il faut se préparer en terme de comportement de groupe dans une telle situation. On a découvert que lorsque cela est possible, une formation préalable en procédures d'urgence (p. ex., chavirement d'un canot ou d'un kayak) peut faire une grande différence pour la façon dont peuvent réagir les personnes.



***Se creuser les méninges 4* :**

Quels sont les deux types principaux facteurs qui augmentent la peur?

VUES ET SONS INCONNUS

Il se passe beaucoup de choses sous le manteau de la noirceur. Des mammifères de toutes les formes et de toutes les tailles se déplacent, chassent, s'accouplent et s'affrontent aussi. Dans diverses régions, des fleurs de cactus éclorent, des serpents se déplacent, des crapauds coassent, des aurores boréales dansent, des

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-705/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-705-PF-002/A-CR-CCP-705-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

loups hurlent et des tortues migrent en masse de la mer vers la terre. Le monde de la noirceur, que nous ignorons si souvent, est un océan d'activité et d'intrigue.

La peur de la noirceur est commune à de nombreuses cultures depuis des milliers d'années. Nos ancêtres anciens ne se trouvaient pas au sommet de la chaîne alimentaire et ne souhaitaient pas servir de collation de soirée, donc ils restaient probablement à l'intérieur.

Les gens s'effraient facilement la nuit. Ils entendent un bruit, ne peuvent pas voir ce qui l'a fait, et donc ont peur. Un petit rongeur qui bouge dans des feuilles peut faire penser à un gros ours.

L'expérience des nombreuses vues, des nombreux sons et des nombreuses odeurs de la nuit peut donner aux gens une perspective différente des activités nocturnes. Être capable de comprendre ce qui se passe la nuit donne aux personnes la chance d'apprécier la complexité des activités qui se déroulent, même à la noirceur.



En termes de vues et de sons inconnus, que ferez-vous à votre prochaine activité en plein air de nuit pour que vos cadets aient une expérience plus positive?

GESTION DES DÉCHETS



Certains cadets sont craintifs lorsqu'il s'agit de leurs « besoins naturels ». Le livre *Comment chier dans les bois* rédigé par Kathleen Meyer est un excellent livre sur le sujet. Il couvre tous les sujets connexes à ce besoin naturel.

Il est important que comme CAPA vous discutiez de cet aspect de la vie en plein air avec votre groupe. Il s'agit d'une fonction naturelle et tous doivent se sentir aussi confortables que possible lorsqu'ils ont à « aller à la toilette ». Il faut discuter des sujets tels que où et comment creuser un trou, quoi faire lorsqu'on ne peut pas creuser un trou, les inquiétudes propres aux femmes seulement (produits d'hygiène féminine et comment ne pas faire pipi sur ses bottes) ou même que faire lorsqu'on n'a pas accès à du papier de toilette.

Comme CAPA, vous devez aborder tous les éléments essentiels pour que tous les membres du groupe se sentent confortables. Il est plutôt malsain de conserver les excréments à l'intérieur du corps, donc assurez-vous que tous les membres du groupe se sentent à l'aise de les expulser!



En termes de gestion des déchets, que ferez-vous à votre prochaine activité en plein air de nuit pour que vos cadets aient une expérience plus positive?

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-705/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-705-PF-002/A-CR-CCP-705-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ANXIÉTÉ



Pensez à des moments importants de votre carrière comme cadet (p. ex., la première session d'instruction, le camp de cadets, la première leçon d'exercice militaire, lorsque vous êtes devenu cadet-cadre, lorsque vous avez fait un échange, une activité de rappel, une expédition, des compétitions, l'enseignement d'une leçon, lorsque vous avez donné des commandements pour un exercice militaire). Comment vous êtes-vous sentis à ces moments-là? Vous rappelez-vous avoir ressenti de l'anxiété? Quand? Comment avez-vous réagi?



Prenez-vous le temps de penser à comment vos subalternes se sentiront lorsqu'ils feront face à de nouvelles expériences? Pensez-vous qu'ils ressentiront la même chose que vous avez ressentie?

L'anxiété fait référence à un état émotif caractérisé par un sens de peur, d'appréhension, parfois d'agitation et souvent de vigilance. Pour beaucoup, elle provoque de nombreux symptômes physiques comme de la sueur, des palpitations cardiaques, des tremblements, de l'hyperventilation ainsi que des serrements et des douleurs à la poitrine. On peut parfois avoir le sentiment accablant de ne pas être en contrôle et le sentiment que le danger, ou même la mort, est imminent.

L'anxiété peut faire en sorte que les participants se renferment et se retirent. Les leaders peuvent constater que des participants qui étaient auparavant actifs se retirent pendant les sessions en groupe, évitent de faire des contacts visuels et semblent vouloir être seuls. Certains peuvent même se retirer au point de ne plus coopérer et de ne plus communiquer. D'un autre côté, l'anxiété peut faire parler et interagir avec excès d'autres participants (p. ex., cela peut également comprendre un discours accéléré et prolixe ainsi que des comportements intrusifs et inappropriés).



Le concept de risque perçu est étroitement lié à l'anxiété. Le niveau de risque ou de défi offert aux participants doit être approprié pour leurs capacités. La création d'une perception de risque pour les programmes de plein air est considérée désirable et souvent essentielle pour constater une croissance et un changement réussis chez les participants. Si les risques perçus au sujet d'une situation sont trop élevés pour un participant, l'impact peut être au mieux contre-productif et au pire dommageable. Il peut s'agir là d'une situation difficile, puisque des leaders aux bonnes intentions peuvent mal juger l'impact sur les participants ou peuvent ne pas être capables d'évaluer le niveau d'anxiété et de menace des participants.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-705/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-705-PF-002/A-CR-CCP-705-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ÉCHEC



Pensez à des situations au cours desquelles vous croyez avoir échoué. Comment vous êtes-vous sentis? Comment avez-vous réagi?

C'est à Thomas Edison (1847-1931) que l'on attribue l'invention de l'ampoule électrique. Quand on lui a demandé au sujet de ses nombreux échecs expérimentaux, il a dit : « Je n'ai pas échoué 700 fois. Je n'ai pas échoué une seule fois. J'ai juste réussi à prouver que ces 700 autres façons de faire ne marcheront pas. Quand j'ai éliminé les idées qui ne fonctionneraient pas, j'aurai trouvé celle qui fonctionne. »



« Beaucoup des échecs de la vie appartiennent à des gens qui n'avaient pas réalisé à quel point ils étaient près de réussir lorsqu'ils ont abandonné. »

- Thomas A. Edison (www.quotationspage.com/quote/1977.html)

La plupart d'entre nous croyons être jugés selon nos succès et nos échecs et qu'il est honteux d'être associés à l'échec. La plupart d'entre-nous craignons l'échec parce que nous ne voulons pas risquer de nous sentir incompétents, inutiles et stupides. Cependant, il est important de contempler l'échec et d'essayer de comprendre pourquoi il est survenu.

On dit souvent que nous abandonnons nos rêves un simple moment avant de les réaliser. La persistance semble être la clé du succès tout comme l'est l'idée claire de ce que nous souhaitons accomplir. N'oubliez pas que lorsque vous décidez d'abandonner, vous abandonnez aussi vos chances de réussir.



UNE EXCELLENTE FAÇON D'ÉCHOUER

Si nous regardons autour de nous, nous voyons de nombreux exemples d'échecs qui ont maintenant une grande valeur dans notre vie. En 1938, Roy Plunkett, chimiste-chercheur chez DuPont Laboratories, « est tombé » sur le Téflon®, un revêtement de surface dont les applications varient maintenant de l'industrie de l'aérospatiale à la cuisine.

Voici d'autres exemples d'« échecs » devenus produits héros :

- la dynamite,
- le Velcro®,
- le cellophane, et
- les papiers Post-it®.

La concentration sur le passé et l'inquiétude au sujet de la façon dont les choses ont tourné ne représente pas un usage productif de votre énergie créative. Vous ne pouvez pas changer le passé. Pensez à ce que vous feriez différemment la prochaine fois. En sachant où vous vous êtes trompé, vous pouvez éviter activement la même situation la prochaine fois.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-705/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-705-PF-002/A-CR-CCP-705-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

Voici certaines choses à éviter lorsque vous faites face à l'échec :

Vous craignez d'avoir l'air stupide. L'échec signifie souvent que nous exposons nos vulnérabilités et que nous nous sentons un peu stupide. Toutefois, si vous cessez d'essayer de nouvelles choses, vous n'échouerez pas, mais vous ne réussirez pas non plus. Rappelez-vous comment vous vous êtes senti après avoir pris un risque et que cela a porté fruits.

Vous le « prenez personnel ». L'échec ne vous définit pas. Personne d'entre nous ne fait tout bien tout le temps, mais cela ne veut pas dire que nous ne sommes pas des êtres humains accomplis.

Vous vous concentrez sur l'échec. Si vous vous concentrez sur l'échec, il surgit dans votre subconscient à titre de but et vous vous retrouvez à créer les conditions qui le favoriseront. Pour éviter cette situation, disciplinez-vous à vous concentrer sur le résultat positif pour que votre succès, et non pas votre échec, se manifeste.

Vous ne changerez pas votre approche. Si votre approche ne fonctionne pas, essayez autre chose.

Vous perdez patience. Nous cherchons parfois des raccourcis ou des compromis lorsque nous sommes incapables d'atteindre nos objectifs. Ne réduisez pas vos objectifs en réponse à votre impatience. Si vous souhaitez vraiment réaliser un objectif, ayez-le toujours en tête et rappelez-vous que vous aurez besoin de discipline, de dévouement et de détermination.



Dans la liste des réactions à éviter lorsque vous faites face à l'échec, **surlignez** celles que vous devez améliorer et **cochez** celles que vous avez observées chez certains de vos cadets. Pensez à comment vous pourriez aider ces cadets à mieux composer avec l'échec.



« Le succès est l'habileté de passer d'un échec à un autre sans perdre l'enthousiasme. »

- Sir Winston Churchill (www.quotationspage.com/quote/2087.html)

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-705/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-705-PF-002/A-CR-CCP-705-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

SECTION 3
ÉTUDES DE CAS

DÉCEPTION

Mise en situation : *Des étudiants sur cours expérientiel en forêt ont de la difficulté à apprendre les principes fondamentaux de secourisme d'urgence. Ils ne prennent pas les leçons au sérieux et voulaient plutôt faire de l'escalade en disant que les premiers soins ne sont pas très importants ou encore difficiles à apprendre. L'instructeur du groupe demande à l'instructeur adjoint de se faufiler dans le bois et de feindre un accident grave. On a utilisé des dispositifs cosmétiques pour donner à la blessure l'apparence d'un accident réel. À l'écoute de ses cris, les étudiants la rejoignent et sont confrontés à une scène de trauma qui choque de nombreux membres du groupe et les empêche de réagir. Quelques minutes plus tard, les étudiants réalisent que l'accident est une mise en scène. Les instructeurs conduisent une séance de rétroaction au sujet de l'importance des premiers soins et plusieurs membres du groupe expriment leur appréciation envers l'accident mis en scène. Un membre du groupe est extrêmement contrariée d'avoir été déçue par les instructeurs*.



Que pensez-vous de cette approche?

La mise en situation présente une question d'éthique en matière d'éducation expérientielle qui mérite l'attention des leaders : l'utilisation de la déception comme outil d'apprentissage. Lorsqu'on déçoit une personne ou un groupe de personnes, cela signifie qu'on l'induit en erreur et qu'on lui fait croire que quelque chose est vraie quand elle ne l'est pas.

Voici une déception : Supposons que le cadet Pagé est extrêmement fâché contre le cadet Rose, qu'il veut se battre avec le cadet Rose et qu'il demande où trouver le cadet Rose. Supposons que vous le trompez sur le lieu où il se trouve. Il est clairement dans son intérêt exprimé de le trouver.



Comment vous sentez-vous par rapport au fait d'avoir trompé le cadet Pagé?

D'un côté, votre geste de tromperie viole l'intérêt du cadet Pagé à trouver le cadet Rose. Cependant, vous pourriez lui répondre que vous ne l'avez pas trompé pour le blesser, mais plutôt pour le protéger et l'empêcher de faire quelque chose qui irait à l'encontre de son intérêt lorsqu'il ne sera plus en colère.

À partir de l'exemple précédent, on peut défendre que le leader en milieu sauvage agissait de façon décevante dans le seul but de réaliser des objectifs pédagogiques.

On trouve de nombreux arguments au sujet de l'usage de la déception dans l'éducation expérientielle. Voici quelques questions qui vous permettront de vous faire une opinion au sujet de cette question d'éthique :

- Est-il justifié de décevoir vos subalternes afin de réaliser de bons buts éducatifs?
- Et si cette personne pense que ce qui est dans son meilleur intérêt ne l'est pas en réalité? Et si quelqu'un veut quelque chose de différent de ce dont il a besoin?

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-705/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-705-PF-002/A-CR-CCP-705-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

- Si la relation étudiant-enseignant est basée sur la confiance, comment un étudiant peut-il être certain que l'enseignant ne continuera pas de le décevoir de façon continue?

Sissela Bok (*Ethical Issues in Experiential Education*, p. 59) offre des critères pour tester si un geste de déception est justifié. Parmi ces critères, elle propose que la personne qui se sert de déception se demande si elle ferait objectif au geste si celui-ci lui était destiné.



Décrivez une situation où vous ou un instructeur avez usé de déception comme outil éducatif. Qu'avez-vous ressenti?

SECRET

Mise en situation : *Des étudiants sur cours expérientiel en forêt planifient leur dernier parcours d'expédition. Les cartes topographiques sont étalées et le groupe s'est mis d'accord au sujet d'un itinéraire provisoire. Avant de partir en expédition, les étudiants doivent faire approuver le parcours par leurs instructeurs. L'instructeur en chef étudie l'itinéraire proposé et remarque que les étudiants se retrouveront à marcher dans un marécage infesté de moustiques pendant une bonne période de temps. L'instructeur se garde de le leur mentionner et approuve le parcours. À la fin de l'expédition, les étudiants confrontent l'instructeur avec colère et lui demandent pourquoi il ne les a pas mis au courant du marécage. L'instructeur leur répond qu'il ne leur a pas divulgué l'information afin qu'ils subissent les conséquences de leur itinéraire et que s'ils leur avaient parlé du marécage, ils auraient probablement manqué une expérience d'apprentissage de grande valeur*.



Que pensez-vous de cette approche?

La question de secret en éducation expérientielle est étroitement liée à la question de déception, mais diffère légèrement. Tandis que l'on trompe de façon délibérée pour faire penser à des personnes que quelque chose est vraie lorsqu'elle est fausse, lorsqu'on garde un secret cela signifie que l'on ne divulgue pas de l'information et non pas qu'on déforme de l'information. La déception est un geste actif de par sa nature tandis que le secret est un geste passif de par sa nature.

Toute la question de secret se complique par les différentes façons selon lesquelles le secret se manifeste. Par exemple, dans l'exemple, on s'est servi du secret comme outil d'apprentissage dans le but que les étudiants en arrivent à apprendre ce qu'ils ne savaient pas avant. Comme autre exemple, mentionnons le fait d'avoir assuré à quelqu'un que vous tiendriez une conversation secrète et confidentielle.

Les enseignants utilisent parfois l'ignorance de la part des étudiants. Il est commun de trouver des leaders de plein air se servir de l'ignorance des étudiants comme grande alliée pour le processus d'apprentissage.

Dans le dialogue « Ménon », Socrate décrit son processus d'enseignement de la géométrie à un garçon ignorant :

Socrate : Au début, le garçon ne savait pas [...]. Tout comme il ne le sait d'ailleurs pas maintenant, mais lorsqu'il pensait savoir et qu'il a répondu sans hésiter, comme cela était de mise - il n'a laissé aucune perplexité. Cependant, maintenant il se sent perplexe (confus). Non seulement il ne sait pas la réponse, il ne pense même

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-705/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-705-PF-002/A-CR-CCP-705-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

pas qu'il la sait. N'est-il pas dans une meilleure position maintenant relativement à ce qu'il ne savait pas? Donc en le rendant perplexe, lui avons-nous nuit?



Selon vous, quelle est la meilleure situation :

Quelqu'un qui n'est pas perplexe parce qu'il n'a pas réalisé qu'il ne savait pas.

Quelqu'un qui est perplexe parce qu'il réalise qu'il ne sait pas.

Socrate : ***Supposez-vous donc qu'il aurait essayé de chercher et d'apprendre ce qu'il pensait savoir, même s'il ne le savait pas, avant d'avoir été rendu perplexe, de s'être rendu compte de son ignorance et d'avoir ressenti le désir de savoir?***



Réfléchissez au commentaire de Socrate en caractères gras.

Socrate n'a pas tenté d'éliminer l'ignorance du serviteur aussi rapidement que possible grâce à une leçon rapide. Socrate appelle la tentative de faire réaliser à quelqu'un qu'il fait preuve d'ignorance le « processus d'engourdissement ». Socrate a dit « Lorsque nous poussons un étudiant vers la perplexité plutôt que de l'informer tout simplement, nous lui cachons nos connaissances jusqu'à ce qu'il soit prêt à les savoir ». En d'autres mots, on pourrait dire que la perplexité est une condition nécessaire pour que l'approche expérientielle se produise.

Le motif derrière la tenue du secret semble vital ici. Le leader doit se servir d'un secret pour arriver à une bonne fin. Malheureusement, certains leaders retiennent de l'information afin d'avoir le gros bout du bâton face à leurs cadets. On peut facilement dire que cet usage de secret est immoral, parce que le secret est gardé non pas pour rendre l'enseignement plus efficace, mais plutôt pour élever la faible estime de soi du leader.



Décrivez une situation pour laquelle selon vous le secret a été utilisé de la **bonne façon**.



Décrivez une situation pour laquelle selon vous le secret a été utilisé de façon **inappropriée**.

La question de secret et la promesse de tenir des secrets deviennent intéressante du point de vue de l'éthique lorsque la promesse de tenir un secret implique un danger possible ou probable envers d'autres. Une façon d'approcher cette question consiste à faire une distinction entre faire une promesse de secret que l'on peut garder et faire une promesse de secret que l'on ne peut pas garder. Par exemple, lorsque les cadets lui

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-705/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-705-PF-002/A-CR-CCP-705-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

demandent de garder le secret, le leader dispose d'une alternative à la simple réponse par oui ou non. Il pourrait dire aux cadets qu'il ne tiendra le secret que si le secret ne nuit pas à d'autres.

PRÉOCCUPATIONS ENVIRONNEMENTALES

Mise en situation 1 : *Sammy est un cadet de première année. Pendant un exercice d'entraînement en campagne de plus d'une nuit, Sammy a un accident et souille son pantalon et son sac de couchage. Il pleure en expliquant la situation à son officier. Il demande s'il peut se laver dans le ruisseau. En réalisant que de satisfaire au souhait de Sammy ferait en sorte que des déchets humains entreraient dans le ruisseau, l'officier fait face à un dilemme éthique. Doit-il respecter le souhait de Sammy ou doit-il respecter les règles d'impact minimum et refuser la demande de Sammy*.



Que feriez-vous à la place de l'officier?

Le sujet d'éthique environnementale est tellement large et complexe que l'on ne peut tout le couvrir ici. Il semble que le problème auquel on fait face ici constitue un conflit entre une valeur environnementale et une valeur humaine. Ce problème est dirigé aux personnes qui sont déjà convaincues de la valeur de pratiques environnementales solides, mais qui font néanmoins face à des conflits de valeurs entre des préoccupations humaines et des préoccupations environnementales.

On peut se ranger derrière trois positions :

1. L'instructeur dit qu'il n'est jamais acceptable de polluer un ruisseau, même juste un peu.

2. L'instructeur peut se ranger du côté opposé et raisonner à l'effet qu'étant donné les bonnes conséquences pour Sammy et les conséquences négatives mineures pour la pureté du ruisseau, que la bonne chose à faire est de satisfaire au souhait de Sammy.

3. L'instructeur peut tenter de déterminer le degré de dommage et d'avantage potentiels pour Sammy et les autres personnes (p. ex., les fermiers qui utilisent l'eau du ruisseau) et agir en conséquence. L'intérêt de Sammy pourrait très bien perdre au profil de l'intérêt des autres personnes avec cette option.

Pour éviter des situations de la sorte, les leaders pourraient déterminer d'avance la façon dont ils réagiront et informer les participants de ces décisions, afin qu'ils se préparent en conséquence.

Ces cas demandent à ce que les leaders se servent de leur jugement pour prendre une décision. Pour être rationnel, le jugement doit se faire avec la compréhension claire de ce que sont probablement les degrés d'avantage et d'impact. Le leader ne peut pas savoir clairement quels sont les avantages dont bénéficiera Sammy après s'être lavé dans le ruisseau, mais il peut certainement en avoir une idée. La même chose est valide pour les impacts sur l'environnement.

Le jugement doit se faire en pesant les valeurs conflictuelles et les avantages possibles pour les cadets et l'impact potentiel sur un environnement qui a de la valeur pour d'autres gens (et non pas sur la scène) et qui sera moindrement affecté.

BÉNÉFICE POUR UNE PERSONNE C. BÉNÉFICE POUR UN GROUPE

Mise en situation : *Cindy est une jeune fille de 17 ans qui suit un cours d'expédition de 23 jours. Elle se trouve dans un groupe avec neuf autres étudiants qui proviennent de différents endroits au Canada. Dès le début du programme, Cindy a des problèmes avec l'aspect physique du cours étant donné qu'elle fait beaucoup d'embonpoint. Elle ne peut pas marcher pendant très longtemps avec un sac à dos sans devenir*

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-705/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-705-PF-002/A-CR-CCP-705-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

complètement exténuée. Au fur et à mesure qu'avance le cours, le groupe trouve des façons d'aider Cindy, comme la répartition de sa charge avec les autres membres plus forts du groupe. Quand Cindy est d'abord arrivée pour le cours, elle avait une attitude terrible. Elle était opposante et en voulait aux autres étudiants en raison de leurs habiletés. Au fil du temps, son attitude s'est grandement améliorée et elle commence à faire preuve d'importants signes de croissance psychologique et interpersonnelle. Elle devient un membre accepté du groupe.

Sandra et Rachel sont dans le même groupe que Cindy. Elles étaient toutes les deux athlètes au secondaire et au collège et toutes les deux sont en bonne forme physique. Elles n'ont jamais toutes les deux eu à composer avec de la grande peur ni à pousser leurs limites au maximum et c'est pourquoi elles ont pris le cours d'expédition.

Au jour 15 du cours, le groupe doit monter une grosse montagne enneigée. Le jour qui précède la montée, les instructeurs rassemblent le groupe et lui expliquent que la montée sera difficile, mais que beaucoup d'autres groupes y sont parvenus avec succès. Pendant la discussion, plusieurs membres du groupe, avec le leadership de Sandra et de Rachel, demandent à Cindy si elle considérerait rester au campement de base pendant la montée, puisqu'il semble clair qu'elle ne pourra pas arriver à monter. L'instructeur fait remarquer qu'en raison de la sécurité, si une personne doit rebrousser chemin tout le groupe doit alors rebrousser chemin. Une longue discussion a alors lieu et le groupe ne parvient pas à obtenir consensus. Le groupe est même divisé à savoir si Cindy doit tenter la montée, Cindy pour sa part disant très clairement qu'elle souhaite tenter la montée. Les membres du groupe demandent donc à l'instructeur de prendre la décision et lui indiquent qu'ils la respecteront.



Comment approcheriez-vous cette situation?

Le conflit de valeur entre Cindy, Rachel et Sandra et le reste du groupe constitue un conflit typique entre les avantages pour une personne et les avantages pour un groupe auquel font souvent face les leaders.

Dans le cas de Cindy et du groupe, l'instructeur pourrait tenter de résoudre le conflit de façon psychologique en essayant de montrer aux membres du groupe que le vrai test de leurs limites serait leur habileté à s'adapter aux limites de Cindy.

L'instructeur pourrait tenter de changer la façon dont les gens perçoivent la situation. Par exemple :

- Il pourrait faire en sorte que les étudiantes croient que le vrai test est en fait qu'elles apprennent à retarder ou nier leur propre sensation de gratification pour apprendre la leçon difficile de compassion envers Cindy.
- Il pourrait faire en sorte que Cindy croit que ce qu'elle devait vraiment faire était d'apprendre la leçon de compassion de la part de ses compagnes de classe qui ont déjà beaucoup sacrifié pour elle. Il pourrait faire réaliser à Cindy que ses croyances au sujet de ce qui est dans son meilleur intérêt sont fausses.

En effet, cela sera pratique, mais les choses ne se produisent pas toujours de cette façon. Supposons que personne ne veuille changer d'avis. Supposons aussi que ce que Cindy croit être dans son meilleur intérêt est en fait dans son meilleur intérêt et **qu'aucun niveau d'habileté de persuasion de la part de l'instructeur ne résoudra ces conflits de valeur**. C'est là que la question d'éthique se présente.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-705/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-705-PF-002/A-CR-CCP-705-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

Il existe plusieurs façons de contempler la situation :

- Maximiser le plus grand bienfait pour le plus grand nombre de personnes (concept utilitaire en éthique). Cela pourrait justifier de demande à Cindy de rester au campement de base pour permettre au reste du groupe de réaliser la montée.
- Prendre les personnes ayant les plus grandes habiletés et s'assurer qu'elles se rendent aussi loin que possible afin de profiter au maximum de l'expérience. En permettant aux personnes les plus capables de réaliser un degré élevé de bénéfice, tout le monde profite des grandes contributions de ces personnes.
- Poser le problème comme question d'équité. Cela signifierait de répondre à des questions telles que : Étant donné tous les sacrifices faits par le groupe pour Cindy, est-il juste de permettre à Cindy de tenter de monter en sachant que sa participation empêcherait probablement toute autre étudiante de réussir la montée? De la même façon, est-il juste de refuser le souhait de Cindy simplement parce que les autres réclament leur dû?

Pour composer avec la question d'équité, on peut l'aborder dès que les étudiantes arrivent au programme. Lorsque des étudiantes débutent un programme et acceptent de fonctionner conformément aux règles, elles sont tenues de respecter ces règles.

Par exemple, une personne qui se joint à une équipe de football est tenue de respecter les règles. Si pendant une partie, cette personne laisse tomber le ballon et regarde l'arbitre avec un regard de pitié pour ravoir le ballon (et affirme que leur estime de soi en dépend), personne ne douterait de l'équité de la situation. Les règles sont les règles. Il ne serait pas raisonnable que cette personne ait de nouveau le ballon.

On pourrait se servir du même processus de raisonnement pour Cindy. Si le but du programme est de permettre aux étudiantes de tester leurs limites physiques, il serait donc injuste pour le reste du groupe de l'empêcher d'accéder aux mêmes défis dont Cindy a exclusivement profité. D'un autre côté, si le but du programme est de faire en sorte que tous les membres du groupe tentent au moins toutes les activités, alors Cindy aurait l'occasion de tenter de monter.

Comme on l'a d'abord formulé, le conflit entre Cindy et le groupe a été présenté sans référence à des règles acceptées. Personne n'a accepté de règle et donc personne ne sait quel principe moral devrait la guider pour résoudre le conflit.

Cela souligne la nécessité qu'ont les leaders en éducation en plein air de passer considérablement de temps à formuler les buts de leurs programmes.



Se creuser les méninges 5 **:**

Un groupe de 20 cadets fait un parcours sur cordes élevées **dans le but de faire du développement personnel**. Le groupe dispose de 200 minutes (moyenne de 10 minutes par personne) pour faire le parcours. Si un cadet a une peur extrême et qu'il se trouve sur le parcours depuis plus de 20 minutes, comment doit réagir l'instructeur?

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-705/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-705-PF-002/A-CR-CCP-705-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.



***Se creuser les méninges 6* :**

Un groupe de 20 cadets fait un parcours sur cordes élevées dans le **but de s'amuser et d'essayer le parcours**. Le groupe dispose de 200 minutes (moyenne de 10 minutes par personne) pour faire le parcours. Si un cadet a une peur extrême et qu'il se trouve sur le parcours depuis plus de 20 minutes, comment doit réagir l'instructeur?

En général, cette question est extrêmement complexe. Les jugements faits par les leaders doivent être basés sur une certaine norme d'équité et de justice. Les leaders doivent aussi être prêts à offrir des arguments rationnels pour appuyer leurs décisions.



On prend régulièrement des décisions toutes aussi difficiles à votre corps de cadets. Pensez à ce que VOUS feriez :

On a donné cinq cent dollars à votre corps de cadets. Vous pouvez investir la somme dans de nombreux secteurs différents. L'équipe de biathlon a besoin de skis, l'équipement sportif a besoin d'être quelque peu renouvelé, la musique a besoin de 2 glockenspiels et d'une caisse claire et finalement l'officier d'administration a besoin d'un nouvel ordinateur et d'une nouvelle imprimante. Comment décidez-vous?

Vous planifiez une expédition pour les cadets seniors. Quel niveau de difficulté offrirez-vous aux cadets pour la partie randonnée en montagne? Stimulante pour certains ou stimulante pour tous (en sachant que certains cadets ne pourront pas se rendre jusqu'au bout)?



Félicitations, vous avez achevé votre trousse d'autoformation pour l'OCOM C525.02 (Reconnaître les comportements individuels au cours d'une expédition). Faites l'exercice suivant et rendez-la trousse terminée à l'officier d'instruction / officier du niveau qui consignera que vous l'avez terminée dans votre carnet de cadet-maître.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-705/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-705-PF-002/A-CR-CCP-705-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

EXERCICE FINAL

Nom du cadet : _____ Date : _____

1. Comment peut-on réduire la peur? Comment pouvez-vous aider les cadets qui ont peur lorsqu'ils sont en plein air?

2. Décrivez les concepts suivants et la façon dont on les utilise ou comment ils influencent l'éducation expérientielle.

   a. Secret :

   b. Préoccupations environnementales :

   c. Bénéfice pour une personne c. Bénéfice pour un groupe :

3. Décrivez la situation qui vous a enseigné la plus grande leçon et pourquoi.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-705/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-705-PF-002/A-CR-CCP-705-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

CORRIGÉ POUR LES EXERCICES SE CREUSER LES MÉNINGES



***Se creuser les méninges* 1 :**

Associez les actions suivantes aux bonnes prédispositions ou forces.

Les garçons mettront leur sac à dos plus rapidement dans la camionnette, mais les filles disposeront de tout ce qu'elles ont besoin dès le départ. Pensée détaillée / Pensée générale ou globale

Si vous récitez une liste de choses à mettre dans le sac à dos, la plupart des filles s'en souviendront. Les garçons se rappelleront des premières et dernières choses, mais pas beaucoup de ce qui a été énuméré entre le début et la fin de la liste. S'ils voient les choses qu'ils doivent apporter, ils s'en rappelleront mieux. Entendre et écouter / voir et regarder

Les filles ne voient pas de problèmes à lire des manuels pour monter des choses ou à regarder passivement l'instructeur pendant un moment. Les garçons préfèrent assembler et apprendre en faisant. Langage et parole / faire et montrer



***Se creuser les méninges* 2 :**

En disposant de ces renseignements, comment approcheriez-vous la tâche d'expliquer à un groupe (composé de garçons et de filles) les articles à apporter en expédition?

Pendant l'explication des articles à apporter en expédition, le leader pourrait montrer chaque article tout en disant son nom, ainsi que distribuer une liste de vérification. Cela tient compte des forces de la plupart des filles qui sont d'écouter et d'entendre ainsi que des forces de la plupart des garçons qui sont de voir et de regarder. Cela donne aussi une stratégie de secours pour les personnes qui oublient les détails ou qui sont facilement distraites.



***Se creuser les méninges* 3 :**

À remplir.

(1) Les adolescents se soucient de ce que leurs supérieurs disent, mais ils se soucient davantage de l'opinion de leurs pairs.

(2) Comme leader, il est important de créer une bonne atmosphère afin de s'assurer que le groupe se développe le plus rapidement possible comme équipe.

(3) Lorsqu'ils sont mis dans un nouveau groupe, les adolescents ont tendance à se replier sur eux-mêmes tandis qu'ils évaluent la situation.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-705/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-705-PF-002/A-CR-CCP-705-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.



***Se creuser les méninges* 4 :**

Quels sont les deux types principaux facteurs qui augmentent la peur?

Les facteurs qui font augmenter la peur sont principalement le sentiment de détresse et le sentiment de désespoir.



***Se creuser les méninges 5* :**

Un groupe de 20 cadets fait un parcours sur cordes élevées **dans le but de faire du développement personnel**. Le groupe dispose de 200 minutes (moyenne de 10 minutes par personne) pour faire le parcours. Si un cadet a une peur extrême et qu'il se trouve sur le parcours depuis plus de 20 minutes, comment doit réagir l'instructeur?

L'activité comme moyen implique que l'activité même sert de véhicule pour un autre but. L'activité en soi n'est pas le point de mire. Dans ce cas-ci, le parcours de cordes élevées sert de moyen pour la croissance et le développement humains. L'objectif du parcours est d'offrir une occasion où les groupes peuvent apprendre des leçons de confiance, de cohésion de groupe, de conquête des peurs et de volonté accrue à prendre des risques calculés. Si un cadet en particulier prend beaucoup de temps pour réaliser le parcours, en raison d'une peur extrême, les autres cadets sont forcés d'attendre et parfois d'abandonner sans pouvoir même tenter le parcours. Dans cette mise en situation, on peut défendre que la plupart des participants puisse atteindre la plupart des objectifs pédagogiques sans que tous les participants réalisent ou tentent de réaliser le parcours. Le cadet qui compose lentement avec sa peur sur le parcours apprend la leçon de courage et les personnes qui attendent plus bas apprennent les leçons de patience et de compassion. Il s'agit-là d'une situation où le leader doit souligner les leçons apprises au cours de la situation et amener les cadets à réaliser ce qui s'est produit.



***Se creuser les méninges 6* :**

Un groupe de 20 cadets fait un parcours sur cordes élevées dans le **but de s'amuser et d'essayer le parcours**. Le groupe dispose de 200 minutes (moyenne de 10 minutes par personne) pour faire le parcours. Si un cadet a une peur extrême et qu'il se trouve sur le parcours depuis plus de 20 minutes, comment doit réagir l'instructeur?

L'activité comme but signifie que de faire l'activité (ou au moins tenter de la faire) est primordial et que l'activité fournit sa propre fin. Ce groupe ne fait un parcours sur cordes élevées que dans le but de s'amuser et d'avoir une aventure, et non pas parce qu'il veut atteindre des buts de croissance personnelle. Avec des groupes de la sorte, l'instructeur qui fait face à un cadet lent doit évaluer différemment la situation. Dans ce cas, pour être juste, il faut donner l'occasion à chaque participant de tenter le parcours. L'accès au parcours est le but ultime, l'instructeur doit donc approcher la situation en tenant compte du but.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-705/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-705-PF-002/A-CR-CCP-705-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

CORRIGÉ DE L'EXERCICE FINAL

Nom du cadet : _____ Date : _____

1. Comment peut-on réduire la peur? Comment pouvez-vous aider les cadets qui ont peur lorsqu'ils sont en plein air?
Les personnes contrôlent mieux la peur lorsqu'elles :

- ont confiance en leur équipement;
- ont confiance aux habiletés techniques de leur supérieur immédiat; et
- se concentrent sur la tâche à effectuer.

Pour diminuer le niveau de peur chez leurs participants, le leader peut faire plusieurs choses, dont voici des exemples (**d'autres réponses peuvent aussi êtres bonnes**) :

- obtenir la confiance de leur subalternes (en agissant de façon sécuritaire, en les tenant informés, en restant calme);
- expliquer en détails les situations ou les choses qui peuvent créer la peur (comme les bruis, les sons, la gestion des déchets);
- offrant de la formation pour les cas d'urgence (p. ex., exercices d'évacuation en cas d'incendie, évacuations, exercices de chavirage).

2. Décrivez les concepts suivants et la façon dont on les utilise ou comment ils influencent l'éducation expérientielle.

a. Secret :
Tandis que l'on déçoit de façon délibérée pour faire penser à des personnes que quelque chose est vraie lorsqu'elle est fausse, lorsqu'on garde un secret cela signifie que l'on ne divulgue pas de l'information et non pas qu'on déforme de l'information. La déception est un geste actif de par sa nature tandis que le secret est un geste passif de par sa nature. Le fait de faire en sorte que les étudiants apprennent quelque chose qu'ils ne savaient pas avant peut servir comme outil d'instruction, comme outil de communication ou comme façon de retenir de l'information apprise au sujet de quelqu'un pendant un cours.

b. Préoccupations environnementales :
La question de préoccupations environnementale survient lorsqu'une valeur environnementale est en conflit avec une valeur humaine. On peut illustrer cette situation en donnant l'exemple du besoin de faire un feu, de se laver dans un ruisseau ou de suivre un parcours hors sentier en raison d'une urgence. (On pourrait citer d'autres exemples.)

c. Bénéfice pour une personne c. Bénéfice pour un groupe :
Cette question survient lorsque l'avantage pour une personne est différent de l'avantage pour le reste du groupe. Ce conflit survient par exemple, en raison de différents niveau d'habileté physique, d'habileté technique ou de peur. **(D'autres réponses peuvent aussi êtres bonnes.)**

3. Décrivez la situation qui vous a enseigné la plus grande leçon et pourquoi.
Plusieurs réponses possibles.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-705/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-705-PF-002/A-CR-CCP-705-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.