

<Titre> Les habitudes

<Titre> En vol libre faut avoir des habitudes ou se battre contre elles ?

Cet article trouve son origine dans une réflexion entre biplaceurs. En hiver, on change un peu ses habitudes. On a des skis aux pieds, des vêtements plus encombrants, on doit faire attention aux « grattons » de neiges qui s'emmêlent dans les suspentes, aux casques qui glissent jusqu'en bas du décolage, aux passagers mal à l'aise sur la neige et la glace. Bref le contexte n'est pas le même qu'en été.

Personnellement, il m'arrive régulièrement en début de saison d'hiver de décoller avec un élévateur torsadé ou un frein mal libéré. Rien de dangereux, mais une preuve que quelque chose a changé... Mais quoi ?

Mon protocole de préparation ! J'ai l'habitude de me préparer de telle manière et lorsque je change ces habitudes, je prends des risques.

En fait les choses sont un peu plus compliquées que ça. Il convient d'acquérir de bonnes habitudes pendant l'apprentissage, de ne pas en prendre de mauvaise pendant sa pratique et d'essayer d'améliorer lentement ses habitudes au cours des vols. Et les habitudes, bonnes ou mauvaises commence à partir du moment où on prépare son vol et pas uniquement sur l'ère de décolage.

Pas simple, mais pas inaccessible !

<Titre> « L'habitude de ne pas penser est celle que l'on prend le plus aisément, et que l'on perd le plus difficilement. »

De Hypolite de Livry

Automatiser les bons gestes est la première étape. Une des plus importante aussi. Il faut donc systématiser sa check-list, la mentaliser. Faire toujours les mêmes gestes. Et pour savoir si on est dans le vrai ou pas, il y a plusieurs moyens.

- Se remettre systématiquement en question lorsqu'un événement imprévu arrive et faire en sorte que ça n'arrive plus
- En observant les autres pilotes, qu'ils soient plus ou moins expérimenté que vous. Vous avez peut-être oublié une étape
- Profiter d'un stage, d'un retour en école (même ou surtout en SIV) pour faire analyser votre check-list par le moniteur
- Organisez une réflexion au sein de votre club et observez à plusieurs la check-list de chacun des participant.

Mais quoi qu'il arrive, la règle du « 1 changement à la fois » DOIT s'appliquer dans la modification d'une check-list.

<Titre> « Les bonnes habitudes sont beaucoup plus faciles à perdre que les mauvaises. »

de Somerset Maugham

C'est par une remise en question permanente que l'on reste en sécurité. Les bonnes habitudes se perdent principalement par flemme, comme gagner du temps, gagner des pas, gagner des étapes. Ce n'est pas forcément mauvais de changer ses habitudes, à condition que ce changement soit un choix réfléchi et non un acte qui arrive par habitude d'habitude !

Mais nous sommes tous comme ça. C'est humain. La seule manière d'être certain de ne pas changer ses bonnes habitudes est de s'observer régulièrement. De se dire un peu régulièrement « je vais verbaliser ma préparation et mon décolage ». Et si vous avez peur d'être ridicule, faites-le dans votre tête.

Comme pour l'étape d'avant, chaque événement inattendu doit être analysé avec le plus grand sérieux. Que ce soit un tour de sellette inhabituel, un tour de frein, une clé dans le suspentage, un casque pas attaché, ... Tout doit faire l'objet d'une réflexion pour trouver l'origine de cet imprévu et tout doit-être mis en œuvre pour y remédier à l'avenir.

<Titre> « Une vie simple passe par de petites habitudes qui visent à simplifier l'existence plutôt qu'à la remplir. »

de Alexandre Jollien

C'est peut-être le point le plus important. Avec le temps, on a confiance dans nos habitudes, dans notre protocole. Mais notre pratique évolue. Il est donc important de faire évoluer nos protocoles en même temps. Un décollage dans du vent ne se gère pas de la même manière qu'un décollage sans vent. Idem en changeant de voile ou de sellette, ...

Là encore il est important d'analyser chaque étape et d'en ajouter en fonction de l'évolution des éléments inconnus ou moins connus, comme le monde, le vent, la pente, un matériel différent de l'habitude, ...

Mais plus on va pratiquer dans des conditions compliquées (pour éviter le mot extrême) et variées, plus il est important de prendre de bonnes habitudes.

N'oubliez jamais qu'une mauvaise habitude se perd difficilement !

Et un protocole est une méthode qui doit-être adaptable à TOUS les types de vols. Que ce soit un vol biplace, un vol solo sur site un vol rando, ... Il faut que le protocole fonctionne toujours !

<Titre> Pour conclusion

Je pense qu'il est bon d'avoir des habitudes en vol libre. Pour autant qu'elles soient bonnes ! Et on ne pourra savoir qu'elles sont bonnes qu'en vérifiant que les différentes phases du vol se déroulent bien et en demandant à un moniteur ou aux membres de notre club d'analyser nos habitudes.

Une chose est certaine. Nous avons tous des habitudes. On ne peut donc pas aller contre elles. Il est donc préférable d'organiser au mieux nos habitudes et de ne JAMAIS lâcher notre attention sur celle-ci.

La plupart des erreurs, incidents ou accidents au décollage sont dues à des protocoles (check-list) mal construites ou mal appliquées. Alors au travail ! Point par point, réfléchissez sur vos habitudes. Organisez une réunion de club, parlez-en entre pilotes, ...

Ecrit par Laurent Van Hille