

**Zeitschrift:** Annuaire de l'instruction publique en Suisse  
**Band:** 24 (1933)

**Artikel:** Hygiène scolaire  
**Autor:** Henchoz, L.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-112056>

#### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 09.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Hygiène scolaire.

Depuis quelques années, on parle d'*hygiène mentale*. Il est un peu étonnant de voir, aujourd'hui seulement, intervenir cette subdivision de l'hygiène. Mais on le comprend sans peine. L'hygiène corporelle dont on s'occupait avec une compréhension très large, avant la guerre, impliquait nécessairement des règles de conduite mettant en action les facultés supérieures de l'individu. Maintenant il faut se spécialiser, c'est à dire déterminer, avec toute la précision voulue, le champ de certaines investigations. Il y a une hygiène du cœur, une hygiène de l'estomac ; il doit y avoir aussi une hygiène du cerveau.

Qu'entend-on par hygiène mentale ? Voici la définition qu'en donne M. le Dr Repond, une autorité de premier plan en la matière :

« Les tâches de l'hygiène mentale seront, dans l'avenir surtout, de nature préventive. Elle n'est pas destinée au fond à ceux qui sont déjà malades, si ce n'est pour parer à l'aggravation de leurs troubles, rompre les cercles vicieux qui résultent d'attitudes faussées car, nécessairement, un symptôme en appelle un autre par réaction. L'hygiène mentale veut fortifier l'équilibre psychique, en prévenant d'une part la formation de réactions habituelles nuisibles au développement harmonieux de l'individu, en facilitant l'établissement d'habitudes utiles, de réactions adéquates aux circonstances mouvantes de la réalité. Pour le moment, encore au début de sa carrière, qui s'annonce féconde, l'hygiène mentale ne peut entièrement séparer ses tâches de celles de la thérapeutique mentale. Bien des difficultés de principe et de méthode se présentent encore, dont nous ne pouvons dire comment nous pourrons les résoudre. »

A quoi en est-on dans ce domaine, pour les écoles en particulier ?

En 1910, la Société suisse de Neurologie entendit un rapport de M. le Dr E. Thomas, médecin-inspecteur des écoles de Genève, faisant suite à une enquête sur l'Enseignement de l'Hygiène du système nerveux dans les écoles secondaires de notre pays. Dans les trois cantons romands, la question se présentait comme suit :

*Genève.* — Le Collège, dans sa section pédagogique, où se trouvent les élèves-régents, a un enseignement d'hygiène générale pour lequel il est prévu une heure par semaine pendant toute l'année. La rubrique Hygiène scolaire permet de faire de fréquentes incursions dans le domaine des soins à donner aux fonctions psychiques. Une série de leçons de psychothérapie préventive ont été mentionnées dans le programme. A l'Université a été introduit un enseignement expérimental de psychologie appliquée à la pédagogie.

*Neuchâtel.* — A l'Ecole supérieure des jeunes filles de la Ville de Neuchâtel, il est donné quelques leçons sur l'hygiène du système nerveux, en rapport avec les sujets spéciaux de l'alcoolisme et du surmenage. Dans la dernière année, on traite incidemment la question des maladies mentales et leur prophylaxie.

A l'Ecole normale pour instituteurs, à Neuchâtel, sans consacrer un chapitre spécial à l'hygiène du système nerveux, on traite, à différentes reprises, du développement de l'enfant, de sa psychologie, des enfants anormaux, etc.

A La Chaux-de-Fonds et au Locle, on s'en tient au programme général édicté pour tout le canton ; l'anatomie et la physiologie du système nerveux y sont traitées comme les autres fonctions du corps humain. Il est fait mention du surmenage et des moyens d'y remédier.

*Vaud.* — Les classes dites supérieures (jeunes filles de 14 à 16 ans) des écoles primaires ont des leçons sur l'hygiène de l'enfance. Au gymnase de première année (élèves filles de 14 à 15 ans), sous le titre de physiologie, sont mentionnés : l'étude du système nerveux, le sommeil, les rêves, l'hypnotisme ! En outre un cours d'hygiène générale et de travail intellectuel est donné par un professeur spécialiste.

Le rapporteur ne parlait pas des écoles primaires où, selon lui, un tel enseignement n'avait pas sa raison d'être. « Le simple bon sens, disait-il, suffit pour nous en empêcher. »

Mais il citait cette affirmation du Dr Ladame, de Paris : « Les conditions de la vie ont évolué plus rapidement que ne peut le faire l'organisme humain ; celui-ci n'est pas encore adapté aux nouvelles conditions de milieu dont il est pourtant le créateur. »

Combien cela est-il plus vrai à l'heure actuelle ! Et fait-on vraiment davantage qu'il y a vingt-cinq ans pour enrayer les psychonévroses, à part quelques établissements spéciaux pour les neurasthéniques et les névropathes ? On peut en douter.

Dans le premier fascicule de cette année, de la *Revue suisse d'Hygiène*, nous lisons la résolution ci-après, adoptée par la Section

pédagogique du Cours romand d'Hygiène mentale qui a eu lieu à Lausanne, en octobre 1932. Elle a été signée par M. le Dr Bersot.

« Afin de favoriser une bonne application de l'hygiène mentale dans la jeunesse, il est recommandé :

1. De faciliter l'éducation dans la famille :

- a) par des conseils d'éducation familiale ;
- b) par la création de places de jeux à proximité du logement familial, etc.

2. De rendre plus efficace encore l'éducation par l'école :

- a) par la diminution du nombre des élèves dans les grandes classes ;
- b) par un meilleur groupement des élèves en classes homogènes (classes de développement, classes pour arriérés, etc.) ;
- c) par la création d'écoles en plein air pour enfants neuro-physiologiquement faibles, etc.

3. De créer des Services médico-pédagogiques pour le dépistage, l'étude et le traitement des enfants difficiles.

Il serait utile d'examiner jusqu'à quel point se justifient ces desiderata, et de quelle façon une réalisation peut intervenir à bref délai, car ici encore on peut bien dire : « Rien n'est fait, tant qu'il reste quelque chose à faire ». La théorie n'est rien, si l'application pleine et entière ne se fait pas.

Ce serait fort à propos de mettre en lumière les exigences d'une éducation des facultés mentales dans le sens spirituel, et non seulement scientifique. Il faudrait disposer pour cela d'un nombre de pages suffisant.

Tous les instituteurs doivent être des psychologues ; cela ne veut pas dire que tous seront des psychistes. Il faut pour cela des aptitudes spéciales et tout à fait personnelles, sans qu'elles touchent à la magie ou à la sorcellerie.

Il y aurait encore beaucoup à dire des influences qui s'opposent à une réelle hygiène mentale. Elles sont d'ordre intérieur, impulsions de l'être intime, et d'ordre extérieur, venant du milieu. « Il a une singulière mentalité », dit-on parfois d'un individu. Cette expression s'applique aussi à des communautés ou groupements régionaux. Recherche-t-on toujours les causes de pareils états de conscience ?

Bornons-nous à indiquer quelques-unes des entraves à un travail progressif d'éducation mentale :

1. Une alimentation « malmenée par les habitudes, les usages contemporains » a dit un ingénieur français qui s'est occupé des

questions mentales. Pourtant un régime favorable à une réelle maîtrise psychique peut être aisément déterminé : le tout est de s'y conformer.

2. Une hygiène corporelle insuffisante, et aussi des exercices physiques, ou un entraînement dans ce sens, de nature à contre-carrer les fonctions des organes essentiels.

3. Des délassements pouvant paraître bienfaisants et contribuant cependant à engourdir l'intelligence, laissant même pénétrer dans l'esprit des impressions malsaines. La lecture, qu'on se le dise, peut être dangereuse. Les journaux quotidiens, a-t-on déclaré, doivent être considérés comme les lectures les plus harassantes pour le mental. Ils sont le reflet de toutes les mauvaises passions. « C'est un véritable bourbier psychique » affirme l'auteur cité plus haut<sup>1</sup>. En France certainement ; chez nous heureusement, à part quelques cas exceptionnels<sup>2</sup>, on ne peut pas souscrire à un tel jugement et adresser un reproche aussi cinglant aux journalistes. Mais que l'on fasse une enquête serrée dans les kiosques, dans certains cabinets de lecture, sur les bancs des bouquinistes, et l'on devra convenir que les mauvaises lectures font plus que jamais florès.

4. Les conversations licencieuses, le sarcasme, la plaisanterie grossière, la moquerie sont des déformations d'esprit des plus néfastes. « Elles joignent l'apparence d'intellectualité, d'esprit, comme on dit si improprement, à la tendance la plus destructive, la plus rétrograde. »

Loin de nous cependant la pensée de condamner en bloc les bons mots, les traits d'esprit, l'humour bien placé, tout ce qui donne à la vie un tour enjoué, qui épanouit les physionomies, laisse une impression bienfaisante. Arrière les grincheux et les colporteurs de trivialités.

Il est malheureux que, sans le vouloir, on risque parfois d'être le grincheux de quelqu'un. C'est en musique seulement, et encore, que l'on peut parler d'harmonie parfaite. Mais ceux qui ont beaucoup à se reprocher sont les premiers à accuser.

5. Le cinéma, flanqué aujourd'hui de la radio avec ses émissions si souvent quelconques et son perroquetage agaçant, sont des anesthésiques des intelligences. La science technique, aujourd'hui plus que jamais, paralyse les esprits pour que l'on puisse mieux asservir les corps.

<sup>1</sup> A. CAILLET. *Traitemen t mental*. Vigot, frères, éditeurs, Paris.

<sup>2</sup> La récente décision prise par la Direction de Police du canton du Valais montre qu'il y aurait d'énergiques mesures à prendre, ailleurs aussi.

6. Le féminisme morbide, une autre caractéristique de notre époque, — ne pas confondre avec ce qu'il peut y avoir de légitime dans ce mouvement —, à part certaines exceptions heureuses, tend bien plutôt à dissocier la famille, à entraver, sinon à fausser l'œuvre d'éducation qui devrait s'y accomplir.

Nous terminons par deux citations. La première est tirée d'un travail de M. le Dr Raymond de Saussure, publié il y a deux ans.

« Il faut réaliser que l'humanité déploie, aujourd'hui, au maximum, le 20 % de ses forces, qu'une bonne hygiène mentale pourrait quadrupler ce rendement et que les conséquences sociales d'une telle transformation sont fabuleuses. Si l'on songe à ce que l'homme est arrivé à produire en n'utilisant qu'une maigre partie de ses ressources, on peut reprendre espoir dans l'avenir, en songeant à ce qu'il pourrait être le jour où il se sera débarrassé de toutes ses mauvaises habitudes de penser et de sentir. »

La seconde est tirée d'une des dernières « Lettres du milieu du Monde » de Pierre Deslandes.

« Autant qu'il est permis à l'homme d'aboutir à la dignité de « l'homme complet », Termier fut cet homme. Ce double don, le sens du divin et le sens du mystère, sans lesquels « l'homme » ne s'accomplira jamais, il les possédait au degré suprême. Mais ces dons, qui égareraient une intelligence médiocre, il les fit valoir par une magnifique rectitude de l'esprit, un sens extrême de l'exactitude, qui est la conscience de la science, une touchante humilité, qui n'était pas une attitude, et dans ses relations humaines, par la bienveillance que donne toujours une foi éclairée. Poète, non point rêveur, bienveillant, non point dupe. »

L. HENCHOZ,  
*ancien inspecteur.*