

**Zeitschrift:** Bulletin pédagogique : organe de la Société fribourgeoise d'éducation et du Musée pédagogique  
**Herausgeber:** Société fribourgeoise d'éducation  
**Band:** 52 (1923)  
**Heft:** 10  
  
**Rubrik:** La formation du caractère [suite]

### **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:** 07.01.2026

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

# BULLETIN

## PÉDAGOGIQUE

Organe de la Société fribourgeoise d'éducation

ET DU MUSÉE PÉDAGOGIQUE

---

Abonnement pour la Suisse : 5 fr. ; par la poste : 20 ct. en plus. — Pour l'étranger : 7 fr. —  
Le numéro : 30 ct. — Annonces : 45 ct. la ligne de 12 cm. — Rabais pour les annonces répétées.

---

Tout ce qui concerne la Rédaction doit être adressé à la Rédaction du *Bulletin pédagogique*, Ecole normale, Hauterive-Posieux, près Fribourg. Les articles à insérer dans le N° du 1<sup>er</sup> doivent lui parvenir avant le 18 du mois précédent, et ceux qui sont destinés au N° du 15, avant le 3 du même mois.

Pour les abonnements ou changements d'adresse et les annonces, écrire à *M. L. Brasey*, secrétaire scolaire, Ecole du Bourg, Varis, Fribourg,

*Le Bulletin pédagogique et le Faisceau mutualiste paraissent le 1<sup>er</sup> et le 15 de chaque mois, à l'exception des mois de juillet, d'août, de septembre et d'octobre, où ils ne paraissent qu'une fois. On fait paraître, chaque année, dans un ordre proportionnel, 15 numéros du Bulletin et 5 du Faisceau.*

---

**SOMMAIRE.** — La Formation du Caractère. — Assemblée de la fédération des maîtres de gymnastique. — Cours de Vacances de l'Université de Fribourg. — Recettes pour assurer le bonheur. — Bibliographie. — Chronique scolaire. — Communications diverses.

---

## La Formation du Caractère

### L'Habitude

**Définition et division.** — 1. L'habitude est une *disposition stable, acquise par la répétition des mêmes actes ou la continuation d'un même état, d'une même influence.*

2. L'habitude acquise à la suite d'actes répétés est *active* : écrire, se lever tôt, se dominer dans l'emportement, être obéissant, avoir de la décision. — L'habitude acquise à la suite d'un état subi est *passive* ; on l'appelle souvent *accoutumance* ; on s'accoutume au froid, au chaud, à telles odeurs, à l'alcool, à la paresse, à l'influence de telle personne, etc.

Selon leur objet, les habitudes se divisent en *physiques* (patiner), *intellectuelles* (calculer), *morales* (s'emporter ou se dominer), *sociales* (être poli), *religieuses* (prier). Le *vice* est une habitude contraire à quelque prescription de la loi morale. La *vertu* est une habitude conforme à la loi morale.

**Effets de l'habitude.** — 1. L'habitude *fortifie* et souvent *modifie* les organes. Le bras du forgeron devient très fort ; le biceps devient très gros et dur ; la main se remplit de callosités.

2. L'habitude *facilite* les actes et crée des *habiletés*. Elle donne aux fonctions physiques ou psychiques facilité, précision, rapidité, dans l'exécution des actes : virtuosité du pianiste, calcul du commis de banque, art d'organiser une leçon chez l'instituteur expérimenté ; l'homme généreux donne volontiers ; le compatissant sait trouver les formules qui consolent et relèvent.

3. L'habitude crée des *besoins*, des *nécessités*. En cela surtout « l'habitude est une seconde nature », car elle suscite des inclinations parfois plus violentes que celles qui sont innées (passion de l'alcool). Pour qui a l'habitude de se lever tôt, d'être net, d'être franc, de travailler, c'est un malaise de devoir rester au lit, de se trouver dans la malpropreté, d'avoir à farder la vérité, de demeurer inactif.

4. Elle *diminue la conscience intellectuelle* ; on fait automatiquement, sans y penser, sans y prêter même attention, ce dont on a l'habitude (routine).

5. Elle *diminue le plaisir ou le déplaisir*. Le fumeur en arrive à ne plus trouver de goût à son tabac, l'ivrogne à son alcool, l'impur à sa débauche, sans que cependant le besoin en soit diminué, — et c'est le châtiment des mauvaises habitudes d'être rivé à son vice et d'en avoir horreur. Par ailleurs, on s'endurcit à la souffrance, comme on ressent de moins en moins ce qu'il y a de pénible dans tel acte de vertu, dans tel sacrifice.

**Rôle de l'habitude.** — 1. L'habitude *économise notre énergie* et ménage nos forces, en facilitant les actes, en diminuant les résistances. Si nous devons exécuter toutes nos décisions avec le maximum de l'effort, nous serions bien vite épuisés ; personne n'aurait l'énergie de persévérer.

2. Elle est une condition du *progrès*, en ce qu'elle nous épargne les recommencements perpétuels, stabilise et rend définitif ce que nous avons acquis ; nous pouvons donc nous appuyer sur cet acquis pour avancer d'un pas dans une aptitude, une science, une vertu. C'est l'effort qui est la cause du progrès ; l'habitude capitalise les résultats de l'effort.

3. Elle est une condition d'*unité* et de *continuité* dans notre vie. Grâce à elle, nous ne varions pas à chaque instant, nous gardons notre physionomie morale. Nous progressons sans doute, mais en général dans la même ligne de conduite ; une fois cette ligne adoptée et devenue habituelle, il faut un événement grave pour nous en faire sortir (conversion ou perversion).

4. Enfin, grâce à l'habitude, nous nous *adaptons* aux nécessités de l'existence (climat, milieu, nation, classe sociale, situation familiale, etc.), spécialement aux qualités professionnelles ou morales que réclament notre état, notre situation, nos obligations.

**Formation de l'habitude.** — 1. L'habitude est *en germe dans le premier acte* agi, dès la première influence subie. La répétition ne fait que développer la disposition initiale et lui donner sa stabilité. La maxime : « Une fois n'est pas coutume » est pernicieuse et fausse, parce que l'habitude a commencé lors de cette première défaillance et parfois l'effet en domine toute une vie (alcool, mensonge, vol, impureté).

2. La formation de l'habitude obéit à trois lois essentielles. Première loi : *L'habitude se contracte d'autant plus facilement qu'elle correspond mieux à une inclination innée ou congénitale.* Le contraire n'est pas moins vrai : *Une habitude s'acquiert d'autant plus difficilement qu'elle contrarie quelque inclination,* et spécialement les inclinations sensibles. Combien promptement contractées sont les habitudes de colère, de caprice, de sensualité, parce que nous y sommes fortement inclinés ; quels efforts, par contre, n'exige pas l'habitude de se lever tôt, d'obéir exactement, de se dominer et de se renoncer.

L'habitude ne crée aucune fonction nouvelle ; elle s'insère sur une fonction naturelle soit pour en faciliter le jeu (marcher, tenir adroitement un outil), ou la spécialiser (jouer du piano), ou l'adapter à un nouveau mode d'agir (patiner).

*Conclusions pédagogiques :* a) Faire prendre aux enfants les habitudes et les vertus conformes à leur tempérament, à leur naturel, exploiter diversement les ressources des caractères originels divers. b) Quant à ce qui ne leur est pas naturel, exiger d'eux qu'ils corrigent ce qui est fautive morale, ce qui est susceptible de faire souffrir leur entourage, ce qui peut être un obstacle à l'exercice de leur profession et à l'accomplissement de leur devoir. Les personnalités généreuses, énergiques, seules arrivent à des résultats marqués dans le développement de vertus en dehors de leurs dispositions innées ; à vouloir trop exiger du commun, on risque de n'en rien obtenir et de décourager. c) Demander aux divers individus des résultats proportionnés à leurs ressources, plus aux uns, moins aux autres, selon leurs capacités. Mais nous avons tous en nous plus de richesses que nous le soupçonnons ; nous sommes paresseux à les faire sortir, à les mettre en valeur. N'oublions pas que ce que nous ne pouvons obtenir par notre seul effort, est possible quand cet effort est rendu efficace par la grâce divine.

Deuxième loi : *L'habitude s'acquiert d'autant plus facilement qu'on y consacre un effort plus attentif et plus réfléchi.* Quand l'acte est pénible, la volonté rencontre de la résistance. Plus énergiquement cette résistance est vaincue, plus l'acquisition de l'habitude est rapide et parfaite. Elle dépend donc du bon vouloir de celui qui la contracte. Mais il importe que l'effort ne soit pas gaspillé ; il doit appuyer au point précis de la résistance, afin de le briser plus sûrement ; c'est pourquoi l'intelligence doit guider la volonté, par l'attention et la réflexion, dans l'exécution de l'acte et l'application diligente

de l'effort. Si nos progrès sont lents, en science ou en vertu, n'est-ce point parce que nous ne nous y sommes jamais mis sérieusement, énergiquement, parce que nous nous sommes éparpillés, parce que nous nous sommes attachés à des détails, à des « à côté », et non à l'essentiel.

Troisième loi : *L'habitude s'enracine d'autant plus fortement que les actes sont plus répétés.* Une habitude se renforce par l'exercice ; elle demande donc un certain temps pour se stabiliser. Le nombre des répétitions dépend de la difficulté de l'acte, de la résistance qu'il rencontre en nous. Un acte auquel nous sommes inclinés n'exigera que peu de répétitions pour devenir habituel. Un acte qui nous est dur réclamera des années d'exercice, toute une vie, pour devenir d'une facilité relative ; encore cette habitude demeurera-t-elle fragile.

3. Quant aux habitudes passives, elles dépendent : *a)* de la durée de l'influence subie ; *b)* de la « pression » que celle-ci exerce sur nous, et *c)* de la complicité que rencontre cette influence dans notre corps et notre âme (lectures, camarades, milieu, opinion, etc.).

**Disparition de l'habitude.** — 1. Les habitudes s'affaiblissent et disparaissent lorsque cessent d'agir les causes qui les ont provoquées, donc : *a)* *désuétude* : l'acte n'est plus répété (prière), l'influence ne s'exerce plus (changement de milieu) ; *b)* *destruction* directe : nous refusons de satisfaire aux inclinations qu'elles ont créées, moyennant un acte énergique de la volonté ; la révolte est d'abord violente et l'appétit exige impérieusement satisfaction ; mais le besoin ne tarde pas à s'affaiblir, si l'on ne transige pas ; cette méthode est dangereuse, parce que le jeune homme est souvent surpris et vaincu par la violence de la révolte et le malaise douloureux de l'insatisfaction ; *c)* *remplacement* : l'habitude doit céder à une habitude contraire, ou du moins différente, utilisant les mêmes fonctions physiques ou psychiques ; on guérit un vice en cultivant une vertu contraire ; on combat une passion mauvaise en y substituant une passion bonne, un sentiment, une activité, de nature équivalente.

2. Plus une habitude a longuement régné, plus elle a créé en nous de l'inclination profonde, excité de vives émotions, plus elle a imprégné profondément nos organes (tabac, alcool, impureté), plus aussi elle résiste aux tentatives d'éviction et répugne à disparaître.

**Education de l'habitude.** — 1. L'habitude sert grandement l'éducation. Autant les mauvaises habitudes sont ennemies de la volonté, autant les bonnes habitudes sont des auxiliaires précieux. Plus nombreux seront les actes accomplis sans effort épuisant, plus nous aurons d'énergie disponible au service de notre volonté et de notre liberté. Il faut donc faire prendre à l'enfant le plus d'habitudes utiles possibles.

2. Les habitudes qu'on doit lui faire prendre sont celles qui lui serviront à réaliser sa vie conformément à sa conviction fondamentale. Il faut, grâce à elles, créer en lui l'inclination, le besoin, de vivre con-



formément à cette conviction, assurer à sa conduite la stabilité, la continuité, le progrès, dans le sens de la doctrine de vie choisie, voulue.

3. L'habitude bonne est toujours pénible, parce qu'elle coûte à notre nature inclinée au mal. Elle ne se prend que moyennant une intervention énergique de la volonté ; celle de l'éducateur d'abord, qui impose la suite des actes à l'enfant, trop jeune encore pour les vouloir de lui-même ; celle de l'élève lui-même ensuite, qui accepte généreusement ce qu'on demande de lui, qui y collabore d'un vouloir de plus en plus personnel. Les demi-mesures, les décisions chancelantes, les tergiversations, que ce soit chez l'éducateur, que ce soit chez l'éduqué, n'aboutissent à rien de stable. Toute défaite, non seulement retarde la constitution de l'habitude, mais compromet le profit des victoires et des acquisitions antérieures. Tout arrêt même est un recul, car un acte non répété tombe promptement en désuétude. La continuité des actes est une condition essentielle du succès.

4. Les habitudes sont prises avec beaucoup de facilité pendant l'enfance ; il faut donc les imposer le plus tôt possible. Ce qu'il est très facile d'obtenir à 3 ans, le sera moins à 7, moins encore à 14 et plus du tout à 18 ans. Comme l'enfant prend fatalement des habitudes, par le fait même qu'il vit, il lui est plus facile d'en prendre de bonnes dès le premier âge que d'avoir à en changer plus tard, alors que les habitudes antérieures, déjà fixées, ont créé un vrai besoin et doivent donc être détruites par la violence. D'autre part, ce sont les habitudes prises dès l'enfance qui sont le plus stables et le plus impérieuses.

Que l'on veuille donc à ne pas laisser prendre à l'enfant de mauvaises habitudes, à l'obliger, dès l'âge le plus tendre, à contracter le commencement des habitudes qui devront gouverner toute sa vie. Il importe d'assurer le succès des premiers efforts. Un échec initial décourage. L'éducateur ne doit donc demander que ce qu'il est en mesure d'obtenir ; mais il doit l'obtenir à tout prix. Toute infraction, toute exception sont à proscrire avec rigueur. A chaque chute, c'est l'histoire du peloton de fil qu'on laisse échapper, et il s'en défait plus de tours que l'on en a roulé.

5. Il faut utiliser toutes les occasions d'agir et de faire agir dans le sens de l'habitude que l'on veut acquérir. La volonté de l'enfant doit être entraînée à consentir à des sacrifices, sinon elle ne saura ni collaborer avec l'éducateur dans l'exercice de la vertu, ni se vaincre quand surviendront des tentations un peu fortes.

6. L'homme sans convictions ni habitudes fixes vit dans une indécision perpétuelle, délibère sur tout, remet tout en question, hésite, varie et se contredit. La personnalité forte au contraire affermit sa conviction, stabilise sa conduite, soutient sa volonté, au moyen d'habitudes. Aussi bien, loin de rester dans une routine immobile, il s'appuie sur ce que ces habitudes ont d'acquis et de fixe pour réaliser de nouveaux progrès dans le sens de sa conviction. Il ne

suffit donc pas, on le voit, de donner à l'enfant de bonnes habitudes ; ce n'est là qu'une partie de l'éducation ; il faut de plus lui communiquer une conviction vivante qui le pousse à l'initiative, à l'effort continu, au perfectionnement intellectuel et moral.

7. L'entraînement de l'habitude peut suffire à remplir les menues obligations quotidiennes. Lorsque surviennent des obstacles, des tentations, simplement quelque lassitude, ou lorsque de nouveaux besoins réclament des efforts nouveaux, l'habitude ne suffit plus ; la volonté doit intervenir. La formation du caractère comporte donc encore l'éducation de la volonté.

---

## ASSEMBLÉE

DE LA

### Fédération cantonale fribourgeoise des maîtres de gymnastique

LE 12 MAI 1923

---

L'assemblée annuelle de la Fédération cantonale fribourgeoise des maîtres de gymnastique eut lieu à la Brasserie Peyer, à Fribourg, à 10 heures.

Elle fut présidée par M. Pauly, secrétaire-caissier, en l'absence de M. Morel, président, qui donne sa démission. M. Crausaz, inspecteur, et M. Bugnon se font excuser. M. Fürst et M. Sterroz demandent leur démission.

M. Pauly donne lecture du protocole de la dernière assemblée qui est adopté sans observations.

Les comptes se clôturent de nouveau par un déficit. M. Wicht propose, pour le combler, l'organisation d'une tombola. Son idée est adoptée.

M. Pauly propose de faire payer l'abonnement à la revue *l'Education physique* par les membres individuellement.

M. Dénervaud propose de surseoir à toute décision à ce sujet jusqu'au vu du résultat de la tombola.

Cette dernière manière de voir est adoptée.

On passe à la revision des statuts.

A l'art. 3, M. Pauly propose de remplacer « d'associations d'arrondissements ou de cercles » par « des sections d'arrondissements ». M. Wicht appuie la revision proposée qui est adoptée.

Au même article, les mots « porteurs d'un brevet les autorisant à enseigner dans le canton » sont remplacés par « et les maîtres de gymnastique ».

Pour ce qui concerne l'art. 14, M. Piller propose de réduire l'effectif des membres du Comité à 3 et déclare se démettre de sa charge. M. Dénervaud appuie la réduction proposée qui est adoptée.

Une adjonction est faite à l'art. 16 : Il veille à l'organisation des sections dans les arrondissements.

La commission technique prévue à l'art. 20 est réduite à 3 membres et la commission vérificatrice des comptes à 2 (art. 25).

M. Pauly est élu président.