

---

# Rapport présenté le 18 janvier 1962 sur la fatigue des écoliers français dans le système scolaire actuel. Recherche de ses causes et des remèdes possibles.

**Numéro d'inventaire** : 2010.06520

**Auteur(s)** : Robert Debré

Daniel Douady

**Type de document** : livre

**Éditeur** : Institut Pédagogique National

**Imprimeur** : Imprimerie nationale

**Date de création** : 1962

**Description** : Brochure agrafée. Couv. papier imprimée.

**Mesures** : hauteur : 270 mm ; largeur : 202 mm

**Notes** : La p. de titre comporte également : "Ministère de l'éducation nationale. Conseil de la recherche pédagogique".

**Mots-clés** : Etudes, statistiques, enquêtes relatives au système éducatif

Morale (y compris morale corporelle : hygiène)

**Filière** : École primaire élémentaire

**Niveau** : Élémentaire

**Autres descriptions** : Langue : Français

Nombre de pages : 31

Sommaire : Sommaire en début d'ouvrage

MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION NATIONALE  
CONSEIL DE LA RECHERCHE PÉDAGOGIQUE

---

RAPPORT

présenté le 18 janvier 1962

SUR

LA FATIGUE DES ÉCOLIERS FRANÇAIS

DANS LE

SYSTÈME SCOLAIRE ACTUEL

---

Recherche de ses causes et des remèdes possibles

PAR

le Professeur Robert DEBRÉ

Membre de l'Institut  
Président du Comité consultatif national d'hygiène  
scolaire et universitaire

ET

le Docteur Daniel DOUADY

Directeur honoraire et Conseiller Technique  
au Ministère de l'Éducation Nationale

---

PUBLICATION DE L'INSTITUT PÉDAGOGIQUE NATIONAL



## IV. - LES MANIFESTATIONS DE LA FATIGUE SCOLAIRE

### SYMPTOMES CLASSIQUES

Il est traditionnel de décrire les symptômes de l'état de fatigue excessive chez l'élève en y comprenant :

- *des troubles de l'état général* : amaigrissement, teint pâle, perte d'appétit, insomnie, atonie musculaire (attitudes cyphotiques entre autres). La plupart de ces symptômes sont liés à des états psycho-somatiques. Parfois on observe, au lieu d'anorexie, de la boulimie. A noter qu'il existe aussi parfois des troubles sphinctériens (persistance d'énurésie à l'âge scolaire) ;
- *une résistance insuffisante aux affections proprement dites* : gripes, angines, etc. On a évoqué aussi une plus grande facilité à contracter les maladies éruptives de cet âge ; cela semble douteux. Par contre il existe un allongement de la période de convalescence normale après une maladie aiguë ;
- *des troubles de l'attention, de la mémoire ou des troubles du caractère et de l'émotivité*, ainsi que des *phénomènes moteurs* : tics, grimaces, bégaiement, turbulence ou au contraire apathie.

### CRITIQUE DE CETTE SYMPTOMATOLOGIE

Il n'est aucun des symptômes cliniques qui ne doive être passé au crible de la critique : la pâleur, les traits tirés peuvent déceler des états pathologiques tout différents ; la peau mince et peu colorée peut provenir d'une constitution innée que rien ne changera. Le terme d'anémie, tant invoqué, peut ne pas résister à un simple examen de sang ; la maigreur, hantise des mères françaises, peut marquer un tempérament fort sain ; l'appétit, ou son contraire, peuvent être liés à des éléments très divers, surtout psychiques ; quant au sommeil et à l'insomnie, on commence à en concevoir toute la complexité. La diminution des activités de jeu, avec flânerie, rêverie, peut avoir une raison d'ordre émotif très bien cachée. Bien souvent c'est par ignorance ou par paresse d'esprit des observateurs que ces divers troubles seront imputés au trop fameux « surmenage ».

### IMPORTANCE DU DIAGNOSTIC DIFFÉRENTIEL

Le médecin scolaire n'oubliera jamais qu'avant de se lancer dans des explications psycho-somatiques il faut qu'il soit irréprochable dans le somatique tout court. Il ne doit pas prendre le risque de méconnaître une maladie organique à son début.

On ne devrait pas porter le diagnostic d'un état de malmenage sans avoir éliminé avec certitude :

- *les maladies somatiques* : tuberculose, affections digestives, parasitoses, maladies endocriniennes. C'est dire l'intérêt majeur des examens de sang, des épreuves à la tuberculine, des examens aux rayons X, des dosages hormonaux ;
- *les maladies psychiques constitutionnelles*, parfois héréditaires (par exemple un état mélancolique ou une constitution particulièrement excitable et hypomane). Une bonne connaissance de la fratrie et des parents peut être révélatrice et très utile à cet égard ;
- *les insuffisances intellectuelles et sensorielles*. C'est le rôle du bon médecin scolaire, travaillant en étroite liaison avec l'instituteur, de mettre en évidence, comme cause véritable d'un état qui paraissait dû au malmenage, un niveau d'intelligence inadapté à la classe, une dyslexie, un état d'agnosie verbale ou tout simplement un trouble méconnu de la vue ou de l'ouïe.

### AVANT LA RECHERCHE DES CAUSES

Une remarque encore, à propos de la symptomatologie : ce sont peut-être les *modifications de caractère* qui sont les symptômes les moins trompeurs en matière de fatigue scolaire, alors que les parents, et même les instituteurs, auraient tendance à leur attribuer d'autres motifs : mauvaise volonté, conflits personnels. Beaucoup d'élèves dont l'organisme est malmené réagissent par l'agressivité, avec colère et désobéissance, ou par des taquineries et farces méchantes ; d'autres réagissent par la tristesse. On devrait pouvoir analyser soigneusement les causes profondes de tels comportements, mais il faut bien dire que l'on n'aurait jamais assez de psychologues pour sonder toutes les « mauvaises têtes » de la population de nos écoles...

Retenons que la traduction « clinique » de l'état de surmenage est souvent très loin de ce que l'on attendait. Observons aussi que celui qui veut remonter aux causes se trouve le plus souvent confronté avec des données d'*inter-psychologie* touchant aux camarades, aux maîtres, aux parents.

Notons enfin ceci, à propos de ce genre d'enquête : ni les symptômes médicaux, ni les signes « pédagogiques » de la fatigue ne sont très précis ni très fidèles ; il faut donc l'expérience des bons instituteurs et des médecins scolaires pour affirmer que tel enfant est en état de fatigue excessive. La tendance des familles, soutenues parfois par leur médecin, est, comme nous l'avons dit plus haut, d'incriminer le « surmenage » et les programmes. Ce qui entraîne souvent, par contrecoup, une réaction de défense des enseignants, qui incriminent la paresse de l'enfant et la faiblesse des parents. Ainsi se déclenche, soit à propos d'un cas individuel, soit



sur un plan général, un regrettable « procès en responsabilité », alors qu'il faudrait, par une action conjointe, faire une analyse bien objective de la situation.

#### POUR DES MENSURATIONS DES PHENOMENES DE FATIGUE SCOLAIRE

On aimerait disposer, dans cette matière, de données chiffrables. Il n'en existe pas beaucoup à l'heure actuelle, mais il n'est pas dit que dans quelques années, la physiologie ne se présentera pas avec tout un arsenal de mesures et de tests.

Actuellement il existe, à la fois, des phénomènes purement qualitatifs, comme la vivacité et l'acuité du regard, le caractère plus ou moins brillant de l'œil, l'aspect des traits du visage, ou encore certains actes caractéristiques : bâillements automatiques, chute de la paupière, etc. Mais il existe aussi quelques éléments chiffrables, qui tendent généralement à mesurer des vitesses de réaction du système nerveux, ou à détecter de fausses réponses.

Ces mesures portent sur les nerfs moteurs, les réflexes, la sensibilité au courant électrique ; elles portent aussi sur les hautes sphères du système nerveux, les capacités réactionnelles vis-à-vis de toute une série de stimuli. On ne peut s'étendre dans ce domaine qui a été l'objet d'études très approfondies, notamment à propos du contrôle physiologique des aviateurs.

Nous n'entrerons pas non plus, faute de compétences particulières, dans le détail des tests psychologiques d'ordre pédagogique (mesure de l'attention, évocation des mots) ou de tendance analytique (interprétation de dessins athématiques) qui peuvent trouver leur application dans un examen du sujet présumé fatigué. Cet examen est, on le voit, un « carrefour » où pédagogues, psychologues et médecins font converger leurs techniques respectives.

Indiquons seulement à propos des tests psychologiques, qu'un travail récent d'un médecin scolaire français, le Dr. Vieillard, analyse divers travaux soviétiques sur la « fatigue récupérable » et la « fatigue maladie ». Ces travaux sont évidemment menés selon la doctrine pavlovienne et avec un grand luxe de mesures portant sur les réflexes conditionnés (1).

Notons enfin qu'un séminaire est prévu par le Centre International de l'Enfance sur l'étude scientifique du « surmenage scolaire » et qu'une enquête préalable est actuellement en cours dans de nombreux établissements scolaires (2).

#### FATIGUE RECUPERABLE ET DEPASSEMENT DES LIMITES. LE CARACTERE INDIVIDUEL DU SEUIL DE FATIGUE

Quel que soit, ici ou là, le degré d'avancement de ces études, on s'accorde pour considérer qu'en matière de travail intellectuel il existe une fatigue

« normale » après laquelle la récupération des facultés s'obtient par les moyens de l'alternance d'activités, de la marche ou de tout autre exercice physique modéré, ou par le sommeil. La fatigue, à ce degré, est inséparable de tout effort et de tout progrès et ne doit donc pas être épargnée aux élèves : on n'a rien sans peine.

Au delà de cette fatigue récupérable, ou physiologique, se situe la fatigue pathologique qui exige, pour se réparer, des circonstances exceptionnelles (repos complet à la campagne, par exemple) et peut s'accompagner de symptômes physiques et psychiques qui posent des problèmes de santé et qui font dire que l'organisme est malmené.

Si l'on considère (et c'est probablement le cas le plus fréquent chez nos écoliers) qu'avant d'atteindre cette dernière fatigue, le sujet a traversé d'abord la zone de fatigue physiologique, il s'agira, pour les experts, de définir les critères qui délimitent ces deux secteurs. Ils devront mettre au point, dans le domaine de la physiologie pathologique, des tests précis jalonnant la frontière et permettant de distinguer, entre les altérations de l'attention, de la mémoire, etc., celles qui sont légères, passagères, réparables, et celles qui marquent une dégradation.

Peut-être existe-t-il aussi des cas où l'organisme et le psychisme de l'enfant, sous l'influence de certaines agressions internes d'ordre émotionnel, se trouveront envahis par des troubles à type de fatigue pathologique et difficilement récupérable, sans que l'on ait pu noter une phase préalable de fatigue « physiologique ».

Mais même dans le domaine de la succession régulière de la phase de fatigue récupérable à celle de la fatigue dégradante, les difficultés sont grandes aussi du fait que le seuil de cette dernière est éminemment individuel.

Tout instituteur, tout professeur le sait bien, ainsi que les mères de famille qui, parmi leurs enfants, connaissent celui qui peut fournir tel effort, qui ne pourrait pas être exigé de son frère ou de sa sœur.

#### LES « MOMENTS COLLECTIFS » DE LA FATIGUE SCOLAIRE

Pour rassurer ceux qui craindraient qu'une analyse trop subtile n'arrive à affecter, à chacun des éléments de l'état de fatigue, une cause individuelle (constitution, hérédité, conflits de la petite enfance, situation morale du moment présent, etc.), rappelons qu'il existe tout de même des preuves que la fatigue scolaire existe « en soi ». Il est très simple, en effet, de constater que toute une classe, toute une école se trouve en état de fatigue dans certaines circonstances, par exemple à la fin d'un long trimestre. A ce moment, c'est chaque enfant, ou presque, qui éprouvera quelques-uns des symptômes ci-dessus décrits. Un exemple en est la fatigue du lundi matin quand le dimanche a été surchargé par des activités sportives ou encore le mauvais rendement scolaire du mercredi après-midi et du samedi, qui peut montrer que chacune des demi-semaines est elle-même trop chargée en travail intellectuel.

(1) « Aménagement des horaires scolaires en fonction de la fatigabilité de l'enfant. Travaux de l'Ecole Pavlovienne », par le Dr. Vieillard : Troisième congrès international d'Hygiène scolaire et universitaire 1959, Doin, éditeur, Paris.

(2) Ce séminaire aura lieu, courant 1962, à Paris, au château de Longchamp, siège du C.I.E. Il sera présidé par le Pr. Piaget de Genève ; l'enquête préalable est menée par Mme Gratiot-Alphandéry.