

ques individuelles. Un jeune cerveau ne saurait fournir la même somme de travail intellectuel qu'un cerveau rendu à maturité sans subir des troubles nutritifs parfois irréparables. Aussi, chaque cerveau a ses capacités physiologiques qu'il ne faut pas forcer, ses limites de travail qu'il ne convient pas de dépasser. Les expériences des Chadwick, Burgerstein, Sikorski, Giesback, Mosso, Binet et autres, démontrent qu'il convient de fractionner le travail intellectuel selon les capacités propres à chaque âge si non à chaque élève. Ainsi Chadwick a trouvé que l'enfant de 6 à 7 ans n'est capable d'attention soutenue que pendant 15 à 20 minutes; de 10 à 12 ans, 25 minutes; de 12 à 16 ans, 30 minutes. Si on force l'attention au delà des limites physiologiques individuelles il en résulte de la fatigue de l'organe cérébral et le travail effectué dans ces conditions est de moins en moins efficace. Burgerstein, de Vienne, a démontré que le travail intellectuel soutenu pendant $\frac{3}{4}$ d'heure amène de la fatigue chez les enfants de 11 à 12 ans, que la diminution d'attention est surtout prononcée dans le 3^{me} quart d'heure, et que l'attention retrouve son énergie après un repos de 10 à 15 minutes. Mes observations personnelles, soit au milieu de mes élèves pendant les cours, soit parmi des adultes à l'occasion de conférences m'ont démontré que même les adultes ne sauraient prêter une attention soutenue pendant une heure sans ressentir de la fatigue cérébrale et corporelle qui se traduit par des baillements et un besoin impérieux de mouvement. Et cette fatigue cérébrale se fait sentir d'autant plus promptement que le travail intellectuel s'accomplit dans une atmosphère confinée. Aussi, plus les enfants sont jeunes, plus ils ont besoin d'une détente cérébrale fréquente et de mouvement physique. Or, dans un très grand nombre de nos maisons d'éducation les plus jeunes et les plus âgés suivent le même règlement, c'est-à-dire ont les mêmes heures de travail intellectuel et de récréation. Il s'ensuit que, inévitablement du surmenage survient chez quelques élèves. Le surmenage cérébral engendre une nutrition défectueuse, de la faiblesse générale qui met l'organisme en état de réceptivité pour toutes les maladies.

Les conséquences de ce surmenage sont quelquefois irréparables. J'ai vu un élève doué d'une mémoire prodigieuse la perdre