

السبب في الانفعال

أشرت في عدة مناسبات إلى التقارب الملاحظ بين التعب والانفعال . وإذا نظرنا إلى التعب والانفعال على ضوء النشاط النفسي وجدناهما متشابهين في كونهما اضطراباً للنشاط .

والتعب والانفعال حالتان تلازمان الإنسان في كل وقت . ويجد صعوبة كبرى في التخلص من أحدهما . وظهور التعب والانفعال في حياة الشخص اليومية أمر طبيعي لا بد منه . ولكن الشدوذ يكون في اشتداد ضغط التعب المرهق المتواصل وفي آثار الانفعال المفاجيء . فكلاهما قادر على ترك آثار مرضية تؤذى بالسلوك وتمنع الشخص من القدرة على القيام بأي مجهود منتج .

يؤدي التعب عامة إلى هبوط النشاط النفسي لأن أثره يبدأ بعزل الفص الجبهي الأمامي عن الثاموس thalamus . وتكون هذه أول خطوة نحو تلاشي التكامل في النشاط النفسي . ووظيفة الفص الجبهي الأمامي هي الإشراف على الثاموس وهو مركز السلوك الانفعالي أو بعبارة أصح لا تصدر منه وحده إلا أفعال طائشة غير موجهة ، فتارة تكون قوية وتارة أخرى تكون هابطة بطيئة . ونلاحظ أن سلوك الحيوانات والأطفال تغلب عليه الاضطرابات وعدم التوجيه في الحركة وذلك لأن وظيفة الضبط التي يقوم بها الفص الجبهي ضعيفة ، وأقل تعب يؤثر فيها ويترك السلوك معرضاً لتيارات الثاموس الانفعالية .

وعلينا أن نلاحظ الشخص الذي يصحو من النوم وهو في حالة استعداد لأي انفعال ، فكثيراً ما يتغلب الحزن ويكون الشخص « مبلم » ، وتارة يتغلب الفرح فيكثر الشخص من النكت . وهذا الاختلاف راجع إلى عوامل فسيولوجية إذ

تتأخر القشرة المخية في استرجاع نشاطها . والقشرة المخية هي التي تقوم بالوظائف العليا ، وأهم وظائفها السيطرة على القشرة الثاموسية التي تتحكم في الانفعالات^(١) . يمر الشخص في حالة التعب بحالة شبيهة بهذه الحالة ويكون معرضاً للانفعال لأقل منبه وكثيراً ما تصدر من الشخص المراهق أقوال وأفعال غريبة لا تتفق مع ما عرف عنه وما يتلاءم مع شخصيته ومكانته الاجتماعية . تظهر الاندفاعات في الكلام وفي الأفعال . وعرف عن الشخصيات الكبيرة أنها متفطرسة وقاسية في الكلام والمعاملة ويخشى عامة الناس الدنو منهم خوفاً من التعرض للالهانة .

ويعمل أغلب الناس ذلك السلوك الشاذ بالتكبر الذي يوحيه المركز الاجتماعي لا شك أنه يوجد أشخاص يسلكون سلوكهم الشاذ تحت تأثير التكبر والزهو خصوصاً إن لم يكونوا من فطرتهم ذوي استعداد ملائم يمكنهم من القيام بواجبهم فيظهر هؤلاء أفعالا وأقوالاً يحرصون بها على إثبات استحقاقهم للمنصب الذي يشغلونه ليعوضوا النقص الناشئ من عجزهم في تحمل التعب .

ولكن الأشخاص ذوي الكفاءات العالية الذين يجدون أنفسهم أمام مسؤولية خطيرة فانهم يتحملون أعباءاً شديدة تؤثر في سلوكهم وتعطيه صبغة انفعالية — وينشأ التعب عند الشخصيات الكبيرة من استمرار التفكير في موضوع واحد وأى محاولة لإبعاده عنها تحدث لديه اضطراباً . ونجد من بين هؤلاء رجال الحكم المخاضين الذين يقضون وقتاً طويلاً منكبين على مشروع يشغل كل تفكيرهم ويستهلك كل نشاطهم .

ولو تأملنا هذه الحالة في تاريخ السياسة لوجدنا كثيراً من الأحداث الخطيرة

(١) النوم الأرق أبو مدبد الشافعي النهضة المصرية ١٩٤٤ ص ١٢ .

تنشأ من فعل أو كلمة أحدثها التعب ، والانفعال اللازم له . واستطاعت الكتابة القصصية Colette Yver أن تصور حياة رجل سياسي وسلوكه الانفعالي الناشئ من التعب وبينت ما كان للتعب من تأثير في توجيه أقواله وأفعاله^(١) .

ويمكننا أن نجد في السياسة الحالية وتكون الأحزاب وانقسامها على نفسها ما يؤيد هذه الفكرة . قد ترى الصديقين المتضامنين في سياسة واحدة لمدة طويلة ينفصلان لأتفه الأسباب .

ولذلك يحسن أن ينمزل الشخص وقت الشعور بالتعب حتى لا يتعرض للانفعالات المفاجئة وما يتبعها من جزع في شعور الآخرين . وجمع Dupré في جدول واحد آثار مرض النيووراستانيا النفسى ومرض عصاب الانفعال Psychonévrose émotive . وعصاب التعب . متصل اتصالاً تاماً بالنيووراستانيا . ويظهر ذلك في العلامات الذاتية Subjectifs والعلامات الموضوعية .

ووجه التقارب بين عصاب التعب الظاهري في النيووراستانيا وبين عصاب لانفعال يبدو كبيراً . ويترك كل من التعب الشديد والانفعال المفاجئ القوى آثاراً متشابهة . وهذا أكبر دليل على أن اضطراب النشاط النفسى في حالة التعب شبيه بالاضطراب الذى يظهره الانفعال . وحسب دوپرى Dupré فإن التشابه بين آثار التعب وآثار الانفعال موجود في حالة النيووراستانيا والمصاب الانفعالى سواء كانا فطريين أو مكتسبين أى أن التشابه تابع للحالة ذاتها بقطع النظر عن نوعها وأساسها .

جدول درپری

أعراض ذاتية :

- صداع — ألم العمود الفقري — الشعور بعدم الارتياح .
- دوار — شدة التنبيه الحسي — ضعف في التحديق
- البصري — هبوط وضعف في العمليات الذهنية — عجز في
- المجهود الذهني والمضلي — انعدام قوة المضلات — شعور مؤلم
- بالتعب ، وبالعجز ، وبالتهييج المصبي — نوبات من التهييج والهبوط
- اضطراب المزاج والخلق .

النوراستانیا
النفسية

أعراض موضوعية :

- أرق — اضطراب في الجهاز الهضمي مع الهزال والانقطاع
- عن الأكل — خفقة القلب — هبوط التوتر — ميل إلى نقص
- الحرارة — التعب (يعرف بواسطة جهاز الإرجوجراف ، زمن
- الرجع ، اختبارات الاتجاه) .

الوسوسة
الأصلية
والمكتسبة

أعراض ذاتية :

- سرعة التأثر بشدة الانعكاس في ناحية التنبيه أو الكف
- حالة الخشمية والخيال .
- قلق مستمر حاد ، عام أو محدد في مكان . فكرة ثابتة .
- خوف ، تردد ، أوهام ... الخ
- شكاسة (حدة الغضب والحنق) .
- اضطرابات مختلفة للحياة الجنسية .

عصاب انفعالي
أصلي
ومكتسب

أعراض موضوعية :

- تهيج حسي ، وحركي زيادة في شدة الانعكاس في الحبال المصبية وفي الجلد والحواس بصفة غير عضوية .
- فقدان التوازن الحركي - رعدة - انقباض حشوي .
- رجفة القلب - خفقة القلب ، أمستمة أو متغيرة .
- فقدان التوازن في حركة الأوعية الدموية - احمرار - اصفرار - طفح جلدي .
- اضطراب في وظيفة الغدد - أزمت دورية ، تلقائية أو مسببة لإفراز البول ، العرق ، مادة الأمعاء ، البصاق ، الدموع .
- اضطراب في مفعول الأدوية : الإحساس زائد أو ناقص ، مفعول متناقض بالنسبة للأدوية العصبية ، (اختلاج وعدم استقرار طبي) .

عصاب انفعالي

أصلي

ومكتسب

يبين هذا الجدول التشابه الموجود بين آثار التعب وآثار الانفعال . وأهم ما يلاحظ هو اضطراب النشاط النفسي في كلتا الحالتين ، ويميل دائماً إلى الهبوط في حالات النوراستانيا الناشئة عن التعب ، أما في حالات الانفعال ينشأ اضطراب في النشاط فتارة يزيد وتارة أخرى ينقص .

وخلق مقارنة الانفعال بالتعب ضوءاً جديداً على التكامل النفسي . والتعب فشل بعد المحاولة ، ويميل إلى الوقوف بعد بذل المجهود ، وأما الانفعال يشعر به الشخص أمام موقف جديد يضع عقبات لم يعرفها الشخص ولم يتعود التغلب عليها ، فكان الانفعال فشل قبل حصول الفعل أو نجاح من غير فعل .

وهناك حالات من الانفعالات الدائمة في صورة عواطف — ولم يخطئ العرب إذ أطلقوا على الاضطراب النفسي والحركة الانفعالية اسم العاطفة التي تذكرنا بالماصفة . فالعواطف عواصف والفرق بينهما بسيط ، والشبه كبير . فالأولى تعبت بالأشياء الطبيعية ، والأخرى تقلب كيان الحالات النفسية .

تمر على الإنسان حالات من الهدوء النفسي ، وحالات أخرى كلها اضطراب وعراك تنسيه لذة الهدوء ، وتجعله يعيش في جو غريب يكون مدفوعاً فيه دفعا ، ويفقد كل سلطة على نفسه ويخرج عن إرادته ، وتراه يستغرب أعماله وينكرها ، ولكنه لا يستطيع لها دفعا ولا يقدر على التحكم في ميوله وأفكاره وأفعاله . ويكون في حالة شبيهة بحالة الرجل السابح في بحر تلعب به أمواج قوية ويقوده التيار إلى وجهة لا يريد بها .

وعرف الإنسان من القدم التعب الشديد الذي يحدثه خطر العواطف ، وأدرك ما قد تحدثه من أضرار تؤذي السلوك وتلف الحياة — وحاول العقلاء إيجاد حل لهذه المشكلة وفكروا في وسيلة تقي الإنسان مما يتعرض له من تعب العواطف وتبعد عنه أضراره .

فلم يكن أمام الرواقين غير حل واحد وهو العلاج بالبر ، فقالوا بالابتعاد عن الدنيا والتخلي عن كل ما يمكنه أن يثير الرغبات القوية والتعلقات الشديدة لينزوي الإنسان ويتعود الحرمان حتى تهفو نفسه إلى أشياء يصعب عليه إدراكها ، ويحدث في نفسه ما يحدث من آلام الحرمان ليضحي الإنسان بكل شيء ، ويروض نفسه على تذكر الموت حتى لا يبقى في نفسه اهتزاز ناشئ من الخوف ، واعتبرت هذه المدرسة السعادة في الهدوء النفسي المطلق الناشئ عن رياضة الحرمان . وقد ورثت مدرسة أفلاطون بالإسكندرية وكل المدارس الصوفية هذه المدرسة اليونانية في اتجاهها . ومال الصوفية إلى الابتعاد والحرمان . ولكن هذا الموقف

لم يؤد إلى نتيجة تذكر ، إذ استطاعت العواطف أن تظهر في شكل تعلق الصوفي بحب الله ، واهتزت نفسه اهتزازات قوية أدت به إلى الرقص والتغنى بالشعر . وكل ذلك كان تحت تأثير المواقف النفسية . بل لقد قوى النزاع بين الدين والدنيا عند بعض الأشخاص إلى أن صار أزمات شديدة أحدثت أضراراً نفسية خطيرة . ونذكر من بين هؤلاء القديسة تيريزا . وبعض الأشخاص الذين ذكرهم العلامة ب . جانبيه في كتابه « من القلق إلى التجلي » .

وما أحدثه كبت العواطف من أضرار أحدثته انطلاق النفس واندفاعها في الإقبال على الذات وتلبية الشهوات . ولم يتفطن الناس إلى عمق الملاحظة القيمة التي قالها البوصيري :

والنفس كالطفل إن تهمله شب على حب الرضاع وإن تفطمه ينفطم والمقبل على الذات معرض إلى أعنف العواطف التي تصل به إلى حد الجنون . وأغلب الصدمات النفسية المنتهية بالانتحار أو الجنون تصيب الأشخاص الممرضين لكل العواطف القوية ، دون أن يكون لهم حد يقفون عنده . وعرفت أمريكا أزمات نفسية ألحمة أدت بالمئات إلى المستشفيات العقلية ، وذلك سبب الإقبال الكبير على الذات ، والتعرض إلى العواطف الشديدة ، ومحاولة مسايرتها إلى أقصى حد .

وحُصر الخير والشر وما يقابلهما من راحة وتعب في المرأة . تجد كل الخير وكل الراحة في المرأة كأم وكزوجة هادئة . ويوجد كل الشر وكل التعب في المرأة المتقلبة التي توزع عطفها بين أشخاص يتحاسدون عليه ويتطاحنون . ويحاول كل منهم أن يحصل على أكبر كمية من المال يستولى به على عطف المرأة التي يريد لها . (المال والبنون زينة الحياة الدنيا) وهما بالتالي فتنة هذه الحياة ومصدر كثير من الأتعاب إن أغلب المشاكل التي تعذب النفوس وتؤديها راجعة إلى طمع

الإنسان واسترساله في طلب اللذات والأفكار الغريبة التي يكونها عن الأشياء البعيدة والخارجة عن قدرته .

وصدق الرواقيون عندما قالوا ليست الأشياء هي التي تعذبنا ، ولكن أفكارنا عن هذه الأشياء هي مصدر العذاب في النفس . ولذلك ترى الإنسان يزهد في الشيء بعد الحصول عليه ، ويستغرب كيف كانت نفسه في ثورة اشتياق للوصول إلى ذلك الشيء .

وليست السعادة في الركود النفسي المطلق الناتج عن الحرمان ، ولا في الإقبال الشديد على اللذات ، وإنما السعادة الحقة في التوازن الانفعالي والهدوء العاطفي .

وهناك أشخاص يطلقون العنان لمواطفهم وخصوصاً العاطفة الأبوية فيشعرون بتمب كبير لأن عاطفتهم تخلق لهم خوفاً وأوهاما وتدفعهم إلى حصر كل اهتمامهم في نقطة واحدة عوض التنقل بالانتباه والاهتمام من موضوع إلى موضوع آخر . فكل شخص في حاجة إلى أن يطلب التوازن العاطفي حتى لا يتعرض إلى الجفاف العاصفي ، ولا يعرض نفسه إلى المواطف المهلكة .

وقد حاولت عن طريق تهبيط النشاط النفسي ورفع به بواسطة تغيير الإيقاع الوصول إلى إحداث توازن انفعالي وقد كان الإنسان يستعمل الإيقاع المزوج بالألحان الموسيقية ليقضي على الاضطرابات الانفعالية ولا أستطيع أن أعرض الآن نتائج بعض التجارب لأن عددها قليل وغير كاف لإثبات حقيقة علمية .

تعَبُ الحَمَلِ

ترددت كثيراً عند وضع عنوان هذا الفصل . وكنت أفكر في وضع عنوان آخر وهو تعب المرأة . ولسكني ملت إلى الجزء الهام في تعب المرأة وهو التعب المقدس الذي يخضع أمامه كل إنسان . وإن كانت هناك أنواع أخرى من التعب الشديد تختص بها المرأة ولا يعرفها الرجل . وهناك أنواع من التعب شبيهة بتعب الرجل وتتحملها المرأة ولا يتحملها الرجل . وشعرت المرأة بالظلم لأنها لم تجد من الرجل أية مساعدة في بعض الأتعاب التي تتحمل شدتها وحدها .

طبعت المرأة على الحياء والميل إلى إخفاء مشاكلها . ويتعرض كل إنسان إلى الضغط الجنسي في السنوات الأولى من الشباب وفي أشهر المراهقة ، وأعطت الظروف الاجتماعية للرجل نوعاً من الحرية في التصريف الجنسي ، وحرمت المرأة هذه الحرية بحكم طبيعتها وقيمتها الاجتماعية . ولهذا السبب تتعرض المرأة إلى تحمل أتعاب شديدة تأتي من الميل الجنسي ورغبتها الشديدة في التصريف ، ولكن بعض الفتيات يحاولن أن يجدن حلاً غير طبيعي وعرض الأستاذ محمد بك فتتجلى كل المشاكل المتعلقة بهذا الموضوع ، سواء قبل الزواج أو في أثناء الزواج ، ويقول في ذلك :

« وإن عدم توافر عناصر المجموعة الجنسية الكبرى في حياة الزوجين ، قد يؤدي إلى انفصال العنصر أو المركب الناقص منها وكبته ، ثم السعي وراء تحقيقه وتسكلمته خارج الحياة الزوجية ، وهو ما يسمى Segrégation أي « العزل » ، غير أن السكبت إذا لم يكن موفقاً أو غير مقترن بوسائل التصعيد ، فإنه قد يؤدي إلى أعراض عصبية من النوع المعروف بالقلق العصبي Anxiété neurosis المترتب

على عدم إرواء ظمأ الغريزة الجنسية من ناحية من نواحيها الثلاث ، سواء كانت متعلقة بالشهوة الجثمانية أو الحب المعنوي أو العاطفة الوالدية^(١) .

وتكون المرأة في بعض الأحيان شاعرة بالأزمة شعورا واضحا ويعرضها ذلك إلى الخوف من المستقبل ، خصوصا وأن المرأة تتحمل كل شهر تم العادة التي تؤثر على كل كيائها الجسمي والنفسي . وكثيرا ما تحدث العادة حالة نفسية معينة تظهر بالشعور بالضيق والقلق والاضطراب وتمسك المزاج ، ويكون الجسم من جهته في حالة هبوط واضح ، وينشأ عن ذلك كله شعور بالتعب .

وليس هذه الحالة إلا نماذج صغيرة للتعب الكبير الذي تتعرض له كل أم . إن تكوّن الجنين يحدث اضطرابا واضحا في كل شخصية المرأة — وتبدأ أيام الحمل الأولى بتغير في السلوك وتصبح المرأة حساسة تفضى لأدنى سبب وتستد في انفعالاتها — وتكثر حالات الاضطراب في عدم الاستقرار على غاية ، وتشعر بالفراغ والنقص فتطلب أشياء غريبة وذلك ما يسمى بالوحم . والمهم من كل هذا هو حالة الشعور بالتعب الذي يصطحب الضعف والهبوط العام .

وفي الحمل الأول يكون الشعور بالتعب مصحوبا بشعور الخوف مع شيء من عدم الاطمئنان إلى كل ما يجري حولها .

ولا ننسى أن علامات الحمل الأولى تكون مصحوبة أيضا بتغيرات خطيرة في الوظائف الجسمية ، فتشعر المرأة الحامل بصداق ، وتميل إلى القيء ، وكثيرا ما تنقصا فعلا وتنقطع شهية الأكل عندها ويلازمها الأرق .

ودراسة الحالة الجسمية والنفسية والسلوك الاجتماعي عند الحامل تعطينا توضيحا هاما لفكرة التكامل . إن اضطراب الحمل هو اضطراب جسمي ،

(١) علم النفس الجنائي محمد بك فتحى بك القاهرة . مطبعة لجنة التأليف والترجمة والنشر .

ولكننا نراه يسرى بعد ذلك ، إلى النواحي الأخرى التي يقوم عليها التكامل النفسى .

وكثيراً ما تدعو حالة التعب العام عند الحامل إلى أحلام اليقظة . وتقبل المرأة بطبيعتها الحال على أحلام خاصة تتعلق بالمولود الجديد والتساؤل عن جنسه ، فإن كان ذكراً فإنها تتصور حياته كرجل ، وتصبغ عليه الصفات التي كانت تتمناها لزوجها . وإن كانت فتاة فإنها تتصور حياتها كلها حتى تصل إلى الحياة الزوجية . وتحلم لفتاتها أحلاماً طويلة تبصدها عن الحقيقة والواقع .

وفي هذه الفترة تشكو السيدات المشتغلات بالعلم والمفتقرات إلى بذل مجهود فى صورة انتباه وتصير المرأة عاجزة عن القيام بأى عمل ذهنى .

ويحسن ذكر حالات خاصة نادرة عرضت لبعض السيدات ، لقد كانت السيدة (ع . د) متزوجة رجلاً عصبياً ذا أخلاق شرسة فكانت تخشاه كثيراً ولا تطيق معاشرته ، ولكن ظروفها العائلية كانت تفرض عليها الصبر والخضوع وكانت تخشى الطلاق . وعاشت مدة طويلة مترددة فى نفسها بين الحب والكره . واعترفت هذه السيدة بوقوع فى اضطراب كبير مع شعور مستمر بالتعب وانقطعت عنها العادة مدة من الزمن ، واضطربت عمليات الهضم عندها ، وصارت تخشى من فكرة العملية الجنسية ، وقام زوجها يحتج بذلك ليصل إلى طلاقها . ولم يستطع ذكر الأسباب الحقيقية وقال إنه سيطلق لأن زوجته لم تعطه أولاداً . وكانت الزوجة تخشى الطلاق ، وبعد تدخل أقارب الزوج قرر هذا استئصال حقه فى الزواج من امرأة أخرى يمكنها أن تعطيه أولاداً ، ودفعت الغيرة (ع - د) إلى التفكير فى الحمل لتتخلص من هذه الحجة القوية التى تسليح بها زوجها ضدها .

وكانت تقضى أياماً طويلة مستغرقة فى أحلام اليقظة وكلها تدور حول الحمل والولادة ، وبعد مدة من الزمن ظهرت عليها أعراض الحمل فاصفر وجهها ، وقلت

شهيتها ولازمها الشعور بالتعب وجاء القى أيضاً ولم يبق عند الناس شك في حقيقة حملها بعد ما انتفخ بطنها . وقد وصل بها الحال إلى الشعور بألم الوضع وانطلق الماء . وعند ما تأخر الحمل أحضرت هذه السيدة إلى المستشفى وتأكّد الجميع من تحليل البول أنها لم تكن حاملاً حقيقة وإنما كان حملها حملاً كاذباً .

وتكررت هذه الظاهرة وعرف الحمل الكاذب الناتج عن الوهم وشدة التوقع . ومن الصعب على غير الشخص الذي جرب هذه الحالة أن يتصور ما تشعر به المرأة التي علقت آمالاً كبيرة على حمل كاذب . إن الصدمة ناتجة عن الخيبة التي تحدث اضطراباً كبيراً وتعباً شديداً قد يؤدي بالمرأة إلى الجنون . وظهرت أعراض الملائخولية على السيدة بعد ما تبين أن حملها كان حملاً كاذباً ومالت إلى العزلة وقل كلامها وصارت حركاتها بطيئة . ولوحظ أنها في أغلب الأحيان تخاطب نفسها بصوت مرتفع وأصبحت عاجزة عن أي تركيز بحيث أنه أصبح من المتعذر عليها متابعة الكلام .

وعلم الناس ما يمكن للحمل أن يخلفه عند المرأة من آثار في سلوكها ويضطر المجتمع الذي تعيش فيه امرأة حامل أن يراعى شعورها لسرعة تأثرها وكثرة اندفاعها وشدة حساسيتها . وكل ذلك يولد عند المرأة تعرضاً كبيراً للتعب كما أنها تحدث عند الآخرين أنواعاً كثيرة من التعب .

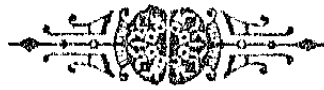
وقد نستطيع أن نذكر في الكلام عن التعب الذي ينشأ عن الوضع ما تتحمله المرأة من آلام وخوف واضطراب . وتدخل عوامل أخرى تعقد الحالة النفسية عند المرأة عند ما يكون الزوج ينتظر جنساً وتأتي بجنس آخر . وكثيراً ما يخفي الطبيب عن الأم جنس طفلها حتى لا تتأثر وتنفعل فيحدث ذلك اضطراباً في صحتها .

ويمكننا أن ندخل في هذا الفصل الإشارة إلى أتماب الأم في تربية طفلها

تعب الرضاعة التي تحدث اضطراباً في توزيع الغذاء بين ما يحتاجه جسم الأم وما يستهلكه الطفل في صورة لبن . ولا تعرف بعض الأمهات تكيف غذاءها ولا تنظيم أوقات رضاعة الطفل فتشعر بالجوع ويلازمها الأرق وعندما تنام تصحو لصراخ ابنها ويحدث ذلك اضطراباً في سلوك الأم ويتغير مزاجها وتصبح ناقمة على زوجها الذي لا يشاركها في تعبها هذا وكثيراً ما يكون ذلك سبباً في خلاف ونزاع يؤدي إلى انفصال . وتحل بعض الأسر هذه المشكلة بجعل الأولاد تحت إشراف صربية ورضعة ويؤثر ذلك في إفرازات اللبن عند الأم والتأثير في إفراز اللبن يؤثر في العاطفة . ولعل الكثيرين من الناس لا يصدقون هذا القول ويستغربون متسائلين كيف تكون العاطفة خاضعة لعمل غدد وما علينا إلا أن نقارن هذا بالميل الجنسي . فنجد أن الإشراف في العمليات الجنسية يعود الغدد التناسلية على إفراز كمية معينة من المنى ويدفع الإفراز إلى التصريف حتماً وإلا أحدث الكبت ضرراً . تأتي الأفكار في حالة شاذة وتدفع الشخص إلى البحث عن وسائل الطعام كما أن المنى يدفع إلى البحث عن المرأة ويدفع إفراز اللبن إلى البحث عن الحنو على الطفل .

واضطراب إفرازات اللبن عند المرأة يعرضها إلى الاضطراب العاطفي فتارة تقبل الأم على ابنها بشغف كبير ويتعرض أحياناً إلى خطر من شدة حبها له ومن ميائها إلى الاتصال به فتقبله في كل جسمه وتمضه وتقبله بقوة قد تؤذيه . ولكنها في أوقات أخرى تشعر بفتور بل كثيراً ما ينقلب حنوها إلى قسوة وعنف . ولا تعرف بعض الأمهات كيف توزع عطفها على طفلها لتصبر وقت بكائه وتمرنه وقت هدوئه . وكل هذه الأخطاء تخلف عند الطفل آثاراً وعادات سيئة تتحمل الأم من بعد أتعابها .

لو تدخل علم النفس فى التربية الأولى كما تدخل فى تربية التلاميذ المدرسى لو فرنا على الأمهات كثيراً من الأتعاب وخلصنا الأطفال من كثير من الآلام والمآهات وصلة الأم بالابن تظل قوية مدى الزمن وأى محاولة للابتعاد والانفصال قد يحدث اضطراباً شديداً . وقد اضطرب تفكير والدتى بعد فراقى وفقدت أصول المنطق السليم ومالت إلى الهذيان واضطرب بعد أربع سنوات من فراقى توازن جسمها البيولوجى لتذهب ضحية انفعال بسيط أثار أشجانها الناشئة عن حنين الأم لرؤية ابنها .



آثار النفس في العمل الإنساني

١ - الرؤى النفسية للعمل الإنساني :

إن موضوع علم النفس ، حسب كلاپاريد ، هو السلوك كما أن موضوع علم الحياة هو التكيف . وأصبحت البحوث النفسية الحديثة تتجه إلى دراسة السلوك والحركة عند الإنسان واتصالها بالوسط الخارجي ، وتغلبيهما على المشاكل التي يتطلب حلها مجهوداً ذهنياً أو مجهوداً عضلياً . وصار علم النفس سلاحاً قوياً تستعمله الأمم لتنمية نشاطها ورفع نسبة الإنتاج مع الاقتصاد في المجهود وتفادي آثار التعب . لقد أصبح علم النفس يخدم العمال باكتشافه الطرق الكاملة لإتقان أى عمل بأقل مجهود ممكن ، ولكي يحتفظ الإنسان بقيمته الإنسانية وصحته الجسمية والعقلية .

وتكون نوع خاص لعلم النفس سمي بعلم النفس الفنى Psychotechnique أو علم النفس الصناعى Psychologie industrielle واتسع الإنتاج في هذا الفرع وألفت كتب عديدة ، وأنشئت مجلات في مختلف اللغات تعالج كلها بتخصص عميق موضوع العمل الإنساني وأسسها النفسية ودرجة التعب في مختلف الأعمال . وإذ يقوم كل علم على قوانين فإن أهم قوانين علم النفس الفنى هي قانون تنظيم الحركة وقانون اقتصاد المجهود ، وقانون التعب وقانون الاهتمام المهني intérêt professionnel وقانون تقسيم العمل .

وايست فكرة هذه القوانين جديدة كل الجدة بل حاول الإنسان في كل العصور الاستفادة من بعضها بطريقة عملية لا تقوم على نظرية واضحة . وما التجاء

الإنسان إلى الآلات إلا تطبيق لبعض الحقائق التي استطاع العلم أن يميزها وأن يعبر عنها . ولنأخذ مثلاً من « الشادوف » وهو مستعمل في مصر من زمن قديم : فإنه يدل على محاولة الاقتصاد في الحركة والاقتصاد في الجهود اتقاء للتعب ورغبة في زيادة الإنتاج كنقل أكبر كمية من الماء من مستوى إلى مستوى آخر دون الطلوع والنزول بالجسم كله وحمل الأواني الثقيلة . وكان هذا تطبيقاً لما يسمى بقانون الرافعة الذي يفصل بين قوتين « القوة » و « المقاومة » وجعل الأولى تتغلب على الثانية .

نخطو باختراع كل آلة خطوة واسعة نحو علم النفس الفنى لأن كل آلة تقوم على قانون من قوانين هذا العلم أهمها اقتصاد الجهود بتقليل الحركة في الزمان والمكان للتقليل من آثار التعب غير أن علم النفس الفنى يركز اهتمامه في الإنسان محاولاً فهم حظ كل فرد واستعداداته ويساعد علم النفس الفردى Psychologie individuelle على توجيه كل شخص إلى العمل الملائم له وأصبح للتوجيه المهني دخل كبير في إتقان العمل . لأن الشخص الذي يعالج موضوعاً قريباً من استعداداته يستطيع النجاح ويسهل الاهتمام تعلم الحركات الضرورية ويساعد كل ذلك على التكيف السريع .

٢ — الأسس البيولوجية للعمل الإنساني :

وكان الاعتقاد بانفصال الجهود الذهنية عن الجهود العضلية من الأخطاء الشائعة قبل تقدم علم النفس التجريبي وما تفرع عنه من علم النفس الفنى . وكانت بعض المدارس تعتبر الألعاب الرياضية فرصة لراحة الذهن . ولكن تجارب « موسو » الإيطالي أثبتت أن هذه الفكرة خاطئة . وظهرت الصلة وثيقة بين الجهودين

واستطعت تحت إشراف أستاذى الدكتور يوسف مراد أن أحصل على نتائج ناطقة من تجارب أجريت فى معمل علم النفس بكلية الآداب : يمكننا أن نرى بسهولة أثر القيام بعملية ذهنية رياضية على العمل العضلى الذى كان الشخص المجرب عليه يقوم به وأجريت هذه التجربة على الدكتور صبرى جرجس إذ قام بعمل عضلى محصور فى الأصبع الوسطى فى جهاز الإرجوجراف ergographe إلى أن ظهرت عليه علامات التعب أهمها انخفاض الخطوط الدالة على عجز فى سحب ثقل معين حسب دقات مترنوم . وعندئذ طلب منه أن يقوم بعملية رياضية ذهنية . فبعد وقوف قصير استطاع أن يسحب الثقل بقوة أكبر . وبعد ذلك ظهر نقص ظاهر فى القوة العضلية ووقف مدة قليلة بعد انتهائه ليسحب سحباً أقوى من آخر سحب قبل الشروع فى معالجة العملية الذهنية .

لا يمكن إذن أن نفصل بين العمل الذهنى والعمل العضلى ، ولا يوجد عمل من غير انتباه إرادى مهما كان العمل قائماً على عادات . فالعمل هو أفعال موجهة نحو غاية للتغلب على المقاومة وإحداث التغيير . ولا يوجد عمل بآتم معنى الكلمة إن لم يكن الشخص حاضراً بكل شخصيته ، وإن لم تشارك كل قواه الذهنية والجسمية فى عمله . ومنهج علم النفس التكاملى يساعدنا مساعدة فعالة فى هذا الميدان . وباتجاهنا إلى العوامل البيولوجية النفسية والعوامل النفسية والعوامل النفسية والعوامل الاجتماعية نستطيع أن نكون فكرة واضحة عن العمل الإنسانى وصلته بالتعب .

وأمانا طريق مضمون للوصول إلى فهم العمل وهو المقارنة بحيث أننا ندرس العمل عند أشخاص مختلفين فى المقدرة على القيام بعمل ما . وإذا تتبعنا مراحل عمل نستطيع إدراك أجزائه من غير أن نكون فى حاجة إلى التحليل والتجزىء . وأحسن طريقة لتتبع مراحل عمل هى تصوير العمل كله سينمائياً . واستطاع

Dr. P R Bizé أن يدرس الحركة في الجسم كله عند ما يقوم الشخص بعمل يتطلب حركات اليدين . فموض أن يضع نقطاً مضاءة على مفاصل اليد والذراع وحدهما وضع بيزي Bizé^(١) عدة نقط مضاءة في مختلف أعضاء الجسم يلتقط الشريط السينمائي حركات الجسم كلها في أثناء عمل الشخص . وترينا هذه الطريقة التكامل الجسمي عند القيام بأي عمل مهما بدا لنا مركزاً في ناحية من نواحي الجسم . والدراسة المقارنة لحركات أشخاص متفاوتين في إتقان العمل توضح لنا المراحل التي تختارها الأفعال الإرادية لتصير أفعالاً عادية . وكيف تصير الحركات متصلة لتكوّن وحدة نسميها العمل . وأهم نقطة نلاحظها في اتجاه الجسم عند العامل المتمرن هي دلائل التضامن المؤدى إلى الارتياح بحيث أن الجسم يكون متمكناً من توازنه متغلباً على الموقف الخارجي ، ويساعد على تأدية الحركة بسهولة كبيرة ليكون الشخص متمكناً من أعضائه متحكماً في كل جسمه ؛ وتكون الحركة مركزة تركيزاً محكماً بحيث أن الآلية تظهر كاملة وما الآلية إلا اندماج حركات مختلفة في نظام واحد .

٣ — عامل الإرادة في العمل :

ليس النشاط النفسي غير الصراع بين الجسم والبيئة الخارجية ، ولا يكون الصراع مؤدياً إلى التغلب إلا إذا شارك الجسم كله في الفعل مهما بدا العمل مركزاً ومحصوراً في ناحية خاصة من الجسم فالجسم كله يعمل ، ولا يمكننا أن نحصر العمل في منطقة معينة من الجسم ، ولهذا نستطيع أن نقول إن كل أفعال

P R Bizé : Analyse de quelques composants de l'acte manuel (١)
Le Travail humain, Tome 7 1939 p 273

العمل إرادية لأن الإرادة اشتراك الجسم كله لبذل مجهود . لهذا السبب نلاقى في كل قيام بعمل جديد مشقة جسمية ونشعر بتعب كبير ؛ ويتطلب هذا العمل وقتاً طويلاً ليصير القيام به سهلاً . ولا ننسى أن كل عمل جديد يتطلب عدة عادات قديمة نتعاسها منذ الصغر فإن تقدم المحاكاة عند الإنسان وبالخصوص تقدم التكوين الإرادى للأفعال ، يرجع إذن إلى تطور المناهج وتطور الطرق الفنية التي هي عادات كوسيلة تسهل الاكتسابات العالية . ففي الطفولة الأولى تكتسب عادات الحركة الإرادية لمختلف أجزاء الجسم ولليد وأعضاء الخلق على الخصوص وتتدخل العادات الأولى (عادات اليد) من بعد ، في استعمال الأشياء والآلات ، ويسهل هذا الاستعمال بدوره اكتساب عادات فنية جديدة ، مثل الصناعة fabrication والرسم ... الخ^(١) .

وهكذا فإن كل الأفعال الجديدة ترمى إلى ترابط يصبح بكثرة التمرين لا شعورياً أى تحاول الأفعال أن تصير عادات . ولا شك أن انقلاب الأفعال الجديدة من إرادية إلى عادية هو عمل « جسمى - نفسى » ولا يمكن لأى عمل أن يكون خالياً من العوامل النفسية لأن أهم ما فى العمل هو الاتجاه الذى يعطى لأجزاء العمل وحدتها وترابطها . ويتملم الإنسان على الخصوص تحقيق معنى الفعل الذى يأخذ عن الآخرين أو يكونه من نفسه ، ولهذا يقال صراراً إن المادة تتكون من أفعال إرادية وتصير شيئاً فشيئاً لا إرادية^(٢) . كما أن النموذج حسب جيوم Guillaume نفسه يساعدنا على التحليل والتركيب .

العمل إذن سلسلة طويلة من الأفعال يحاول الشخص أن يصل بها إلى التغلب على موقف خارجى ، فيكون الشخص فى حاجة إلى نشاط ذهنى ظاهر

(١) P, Guillaume : La formation des habitudes Paris Alcan p 72

(٢) نفس المرجع ص ٧٠ .

أو ضمنى يقوم به هذه الأفعال . ومهما كان العمل آلياً فيكون الشخص في حاجة إلى انتباه يظهر عليه أقل تغير في الموقف الخارجى وأقل صعوبة تعترض سير الأفعال وتربطها والعمل المادى يرتكز على انفعال أكبر . وتكون الغاية ، فى الغالب ، قريبة تلبى حاجة سريعة ، ويمكن أن نقول إن الفعل المادى الذى لا يلقى الشخص صعوبة فى القيام به يكون نتيجة النزوع الطبيعى للجسم ليلبى حاجاته . وليرجع إلى توازنه الطبيعى . وأما العمل وهو الفعل الذى يحاول الشخص أن يحقق به غرضاً بعيداً أو يتغلب به على صعوبة فإنه يقوم على الإرادة . ولذلك يكون العمل شاقاً ويتطلب مجهوداً أكبر ويشعر الشخص أثناء القيام به أنه يقاوم وأن كل خطوة تؤدي به إلى التعب الذهني والتعب العضلي . وقيل إن تمود القيام بحركات يقضى على التعب ولكن التمود إن كان ينقص التعب فهو لا يتلفه وقيام الشخص بأى عمل عضلي أو ذهني يحدث تعباً ، وقد يتمود الشخص تحمل هذا التعب وقت العمل ولا يشعر به إلا فى آخر العمل .

٤ -- التعب فى علم النفس :

وتساعدنا هذه النظرية التكاملية للإنسان على فهم التعب وهو موضوع مهم فى دراسة النشاط الإنسانى ؛ فعوامل التعب لا يمكن أن تحصر فى الناحية الفسيولوجية وحدها لأننا نلاحظ أن الشخص قد يتعب من عمل لا يتطلب مجهوداً فسيولوجياً كبيراً ويرهق ذلك العمل الجسم ويستنفد كل القوى . كما أن أشخاصاً قد يستمرون فى عملهم ويعرضون جسمهم للضرر دون أن يشعروا بتعب . وذلك لأن الغاية التى يقدر أن قيمتها قد تدفعهم إلى العمل . فالعامل النفسى يتلف الشعور بالتعب ، وقد تكون هذه الغاية قائمة على تقدير الغير له أو إرضائه لشخص معين ، ولا بد من معرفة أسباب التعب وتتطلب الحركة المعقدة تكيفاً دقيقاً وتتطلب مجهوداً جسمياً أقوى

ولكن الحركة الآلية البسيطة قد تحدث سأمًا ويعوق هذا السأم الشخص عن الاستمرار في العمل ، فيحتاج إلى تغيير الحالات الشعورية بوسائل أخرى مثل الغذاء أو حركات الأعضاء بحيث يكون الجسم كله متبعاً لإيقاع الحركة البسيطة .

وتفيد دراسة التنبؤ وأسبابه فائدة كبيرة في إظهار الطرق لخفض كمية الآفات والحوادث accidents ولا يمكن لهذا الموضوع أن يفهم إلا إذا راعينا التضامن الموجود بين الميادين الثلاث للنشاط الإنساني وهي الناحية الفسيولوجية والناحية الاجتماعية والناحية النفسية . أما الناحية الأولى فإنها تظهر في صورة مرض العامل وضعف جسمه الذي يجعله غير قادر على التغلب على الموقف الخارجى ، فيكون المرض سبباً في وقوع الحوادث . وهذا المرض قد لا ينحصر في ضعف الحالة المتوقف عليها العمل فقط ولكن قد يكون راجعاً إلى ضعف الجسم عامة وشعور الشخص بانفكاك في العضلات يؤدي إلى عدم الضبط والدقة في العمل فتسكون الحركة مضطربة غير مترابطة ويكون الفعل بطيئاً غير متكيف مع الخارج ، فتقع الحادثة .

وأوضح جيوم العامل الاجتماعى في فهم العمل ، وقال إن العمل المكون من أفعال في شكل أنموذج يؤخذ بالتقليد عن الآخرين . وللعوامل الاجتماعية أهمية كبرى في سير العمل حتى عند العمال الذين صارت الأفعال عادات ثابتة عندهم ، فوجود العامل في عدد معين من العمال الآخرين وعلاقته بهم كلها عوامل تؤثر تأثيراً كبيراً على سير العمل . وقد أصبحت بعض المبادئ الحزبية محركاً كبيراً إما لدفع العمال إلى العمل وإما لتأخيرهم عن العمل . وقد اتضح العامل الاجتماعى في السنتين الأخيرتين إذ كثرت الاضطرابات في مختلف نواحي العلم . وأصبحت فكرة التضامن بين العمال سلاحاً قوياً بعيد المدى قد يصل إلى تغيير الحكومات . وتظهر صلة الفعل بالعوامل الاجتماعية في بعض الاضطرابات التي

تأتى من صلة الشخص بالآخرين . قد تتكون عند الشخص فكرة ثابتة عن سوء نية الناس نحوه . وشخص آخر تضغط عليه انفعالاته نحو أشخاص آخرين فتكثر لديه حركات طائشة ويصبح غير صالح لأى عمل ويكون من الخطر على حياته تكليفه بأى عمل يتطلب دقة مثل مراقبة آلة كبيرة . لأن هذا الشخص ولو كان قادراً على القيام بجزء من العمل فإنه يكون ممرضاً للتعب بسرعة كبيرة ، ولا يمكنه أن يستمر فى بذل أى مجهود مدة طويلة .

وقد يرجع الحادث إلى الضعف النفسى كتمسك فكرة ثابتة أو قلق يحدث تشتت الانتباه ، فيكون الشخص ممرضاً إلى الشرود الذهني ويقطع ذلك صلة الشخص بالخارج وينقص التكيف فيحصل الضرر . كما أن العامل قد يكون متوهماً أنه مظلوم وأنه لا يأخذ معدل تعبه فيتمدد الإفساد أو يبحث عن المرض لكي يفر من العمل . وتؤدي هذه الحالة إلى وقوع حوادث كثيرة خصوصاً إذا كان يعلم أن الحادثة التى تصادفه وقت العمل تعفيه من العمل ، مع أخذ الأجر والتعويض .

وقد قسموا العوامل المؤدية إلى الحادثة إلى قسمين :

- ١ — عوامل خارجية راجعة إلى الآلة .
- ٢ — عوامل شخصية ترجع إلى ذات الشخص فى جسمه وفى نفسه .

وأرى أن هذا التقسيم صورى ، لأن المشكلة فى علم النفس الفنى هى تغلب الشخص على الموقف الخارجى . وقد نمر عن هذا التغلب بقولنا إن العمل كفاح الشخص مع الخارج . وهذا الكفاح يبدأ حسب النمو جسمياً عضلياً ثم ينتهى ذهنياً كما هو السير الطبيعى لكل تكوين سيكولوجى . إذ يبدأ الطفل التفكير بالمرحلة العملية ثم ينتهى إلى مرحلة التفكير الرضى . وليست الآلات إلا وسائل تغلب التفكير الرضى على التفكير العملى ، فيستعمل الشخص فكره ليققل ما أمكن من

الحركات والمجهود العضلي . واستعمال الآلات يدل دلالة واضحة على درجة النضوج العقلي وما علينا إلا أن نرى سلوك السنغال في غرب إفريقيا ، الذين يستعملون آلات النقل ذات العجلة الواحدة ، فهم يحملونها على الرأس بعد ملئها عوض دفعها أو جرّها على الأرض . فاستعمال آلة الجحر يتطلب مراعاة السير في طريق معين وهو الطريق المعبّد كما يتطلب أيضاً توازناً معيناً لتوجيه الآلة فنجد العوامل الذهنية تزيد كما أن الآلات الحديثة في المصانع الكبرى كلها توفر مجهوداً عضلياً على حساب مجهود ذهني .

وقد يكون التعب راجعاً إلى نقص في الذكاء . فيشعر الشخص بصعوبة فهم الموقف الخارجي . وقدمت دراسة كوهلر Kohler على القردة ، ودراسات A-Rey على الأطفال خدمة كبرى في هذا الميدان واستطاعت N Kohts أن تدرس الأفعال عند القردة في استعمال الآلات فوجدت أن بعض الأفعال تتطلب عشرين حركة للأصابع من حيث الشكل ، وست حركات مختلفة من حيث الاتجاه وثلاث حركات من حيث القوة ودراسة موقف الطفل من الآلات ، وطريقة حله للمشاكل الخارجية التي تتطلب عملاً دقيقاً ساعدت مساعدة كبرى على الوصول إلى التمييز بين البساطة والتركيب في الفعل . ونرى من هنا أن علم النفس المقارن يساعدنا على معرفة طرق استغلال المجهود الإنساني . وأهم شيء نستطيع استخراجه من هذه الدراسة هو أهمية عامل الذكاء . وقالت كوهتس Kohts إن التجربة الأولى في أثناء العمل بآلات بسيطة هي التي تتطلب أطول مدة من الزمن ، ولكن عند ما يقتضي الأمر استعمال مجموعات من الآلات المركبة فلا تتطلب التجربة مدة أطول . فالصعوبات الكبرى في الحالة الأولى تقوم في أول العمل على فهم دور الآلة .

وأما في الحالة الثانية ، فإن الصعوبة الكبرى ترجع إلى العوامل العارضة من

تعب وشروء الذهن ونسيان تسلسل الحواجز^(١) .

وقد لاحظت كوهتس أن القرد إما أنه يقوم بعمل كله نشاط وإما أنه يرتاح ويبذل كل ما في وسعه من قواه من أول العمل عندما يكون جسمه متراحاً وأن اضطراب النجاح يبدأ يظهر في وسط العمل وآخره . ونستطيع تتبع صلة الانتباه بالعمل وتظهر هذه الصلة قوية عند القردة فإننا نلاحظ أن أقل شروء للذهن يؤدي إلى تعطل العمل وتأخر حل المشكلة (كوهتس ٤٣٤) وزيادة على ذلك نجد القرد في محاولته الحركية مقيداً بمحدود دائرة الانتباه ونجد القرد يتأخر في تعلم الحركة وفي القيام بعمل جديد ، لأنه لا يرى النتائج الطبيعية لأفعاله ... ويكون القرد بهذا عاجزاً عن القيام بعمل حقيق لأن كل عمل يقتضي معرفة غاية معينة يرمى إليها الشخص . فلا بد من أن يكون اتجاه سابق يوجه الحركة وهذا الاتجاه يكون قادراً على التغلب على الحركة فهو اتجاه ذهني وتنفيذ عضلي في نفس الوقت . فالعمل قائم إذن على الانتباه الإرادي .

٥ — الانتباه الإرادي في علم النفس الفنى :

وقد تعمق لاهي J M Lahy في بحث علاقة الانتباه الموزع وأثره على التعلم ومدة الاستجابة^(٢) وليس موضوع علم النفس الفنى غير دراسة الصلة بين الانتباه والآلية وطرق الانتقال من أحدهما إلى الآخر . ويؤكد لاهي Lahy أن حالات الانتباه هي أقوى مظهر لتآزر النشاط العصبي وإن كنا الآن لا نستطيع أن نوضح طبيعة هذا التآزر (Lahy 131) ، ولذلك يتكلم عن الانتباه الموزع الذي يظهر في أنواع مختلفة في الجسم ، وقد يظهر أيضاً في التركيز الذهني في

(١) N, Kohts Les attitudes motrices adaptatives du singe inférieur (١)

J, de Psy 1930 P 421

J, M, Lahy Le travail humain Tome VI 1938 p 139 L attention diffusée (٢)

الوقت الذى يظهر فيه كمجهود عضلى . وقد بين Ch, F, Harding فى بحثه عن سلوك العمال الصناعيين أن التغيرات الكبرى الموجودة فى الإنتاج راجعة إلى كمية العمل ودرجة التعب والراحة . وقد لاحظ ويات Wyatt 1923 أن للأجزة آثاراً كبرى على الإنتاج ووقف ويات Wyatt 1920 على التغيرات الفردية فى إنتاج العمال فى أنواع مختلفة للعمل ليحدد فى أى نوع من العمل يكون العنصر الإنسانى أكثر أهمية ولا شك أن العنصر الإنسانى هو العامل الذاتى أو الانتباه الذى يظهر فى المجهود ذهنى والمجهود العضلى . ولذلك لاحظ أن وجود شخصية بارزة من بين العمال يؤثر على العمال الآخرين تأثيراً كبيراً ونلاحظ أن هذا التأثير يظهر على الخصوص فى العمال الذين يكونون بجواره ، وتكون النتيجة أن هؤلاء لا يستطيعون أن يواصلوا عملهم بدقة من أثر شروود الذهن .

ونستنتج مما تقدم أن علم النفس الفنى يدرس العمل الإنسانى وخاصة الصراع بين المجهود « النفسى - جسمى » وبين الوسط الطبيعى للوصول إلى التكيف والتغلب على كل المقاومات وليصل الإنسان إلى نتائج تفيد فى حياته . وقد انتهى كوهنيس إلى أن العمل لا يوجد إلا عند الإنسان . ولكن المقصود من العمل هنا هو العمل بمعناه الضيق وهو الحركات المنظمة الموجهة توجيهاً دقيقاً . ولكن العمل يوجد لدى كل الحيوانات ، فكلها تعمل لأنها كلها تكافح لتعيش ، والعمل هو ما يصحبه التعب وما يحتاج القائم به إلى راحة بعد مدة من العمل ليستعيد نشاطه وليس من الضروري أن يكون العمل مكوناً من حركات إذ نجد نوعاً من العمل لا يقوم على الحركة ، وهو العمل « الستاتيكي » إذ يقتضى أنواعاً من العمل الثابت مثل مد الذراع مدة طويلة من الزمان من غير حركة ، فلا شك أن هذا العمل أصعب من أنواع العمل الحركى ، لأن الشخص يشعر بتعب أكبر فى مدة قصيرة . والعمل الستاتيكي قصير وإنتاجه ضئيل (١) .

نرى بعد هذا أن الحقائق النفسية تلقى لنا ضوءاً على سير النشاط الطبيعي عند الإنسان فلا يمكن استغلال المجهود الإنساني دون إرهاق العامل إلا إذا تساهلنا بالحقائق العلمية لاختيار العامل للعمل الملائم لاستمداده « النفسى - جسمى » ومواهبه الطبيعية الفطرية . وقد أثبت علم النفس التجريبي أن الأفراد يختلفون اختلافاً كبيراً فيما يختص بالإقبال على أنواع العمل المختلفة . وذلك راجع إلى أن استمداد الأشخاص من ناحية التعب يختلف كل الاختلاف .

والتجارب التي أجريت على الأشخاص عند قيامهم بعمل الإصبع الوسطى كحمل ثقل معين حسب إيقاع معين بينت فروقاً واضحة . وطريقة التعب تظهر عند نفس الشخص بنفس الطريقة مهما كان الثقل الذى يحمله الشخص لإظهار التعب ومهما كانت الوسيلة ، لأننا نجد أنفسنا نسير حسب نفس المنحنى الذى يعطيه الجهاز : رسام الحركة dynamographie الذى يستخدم كل عضلات اليد والذراع (رسم ٦) وإن كان هناك شيء يحدث فرقاً ، فهو الإيقاع الذى يسير عليه الشخص فى عمله سواء كان ذلك فى رسم الممثل المركز فى إصبعه أو العام فى اليد والجسم كله وذلك لأن الإيقاع يعطى للشخص فرص استرجاع القوى .

وهكذا نرى تجريبياً أهمية تجزيء العمل ونرى أيضاً أن لكل شخص اتجاهها خاصاً فى بذل مجهوده ، وهذا الاتجاه متلائم مع طبيعته وخلقه وتكامل شخصيته ، فلا يمكننا أن ندرس العمل وحده عند الإنسان من حيث تركيبه الجسمى العضلى ، فلا بد إذن من أن تكون دراسة العمل قائمة على أسس نفسية .