



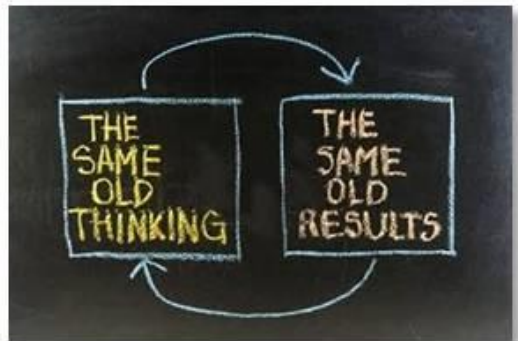
חזרה נצחית ללא עבר, ללא עתיד

מחקר פנומנולוגי –

זכרון, זמן, חוויה ובדידות בפסיכופתולוגיה ובסכיזופרניה

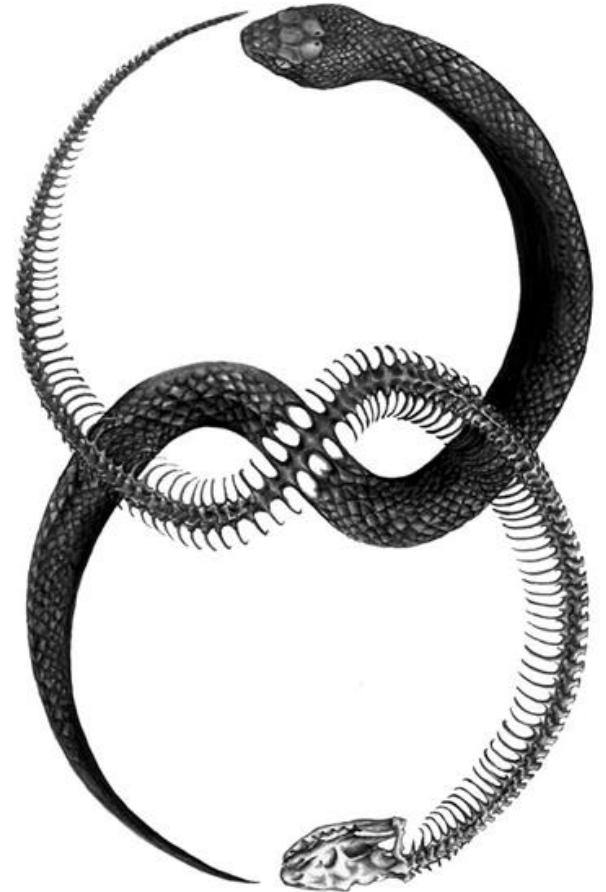
נמרוד תום אורן, דצמבר 2018

www.nimrodtomoren.com/therapy



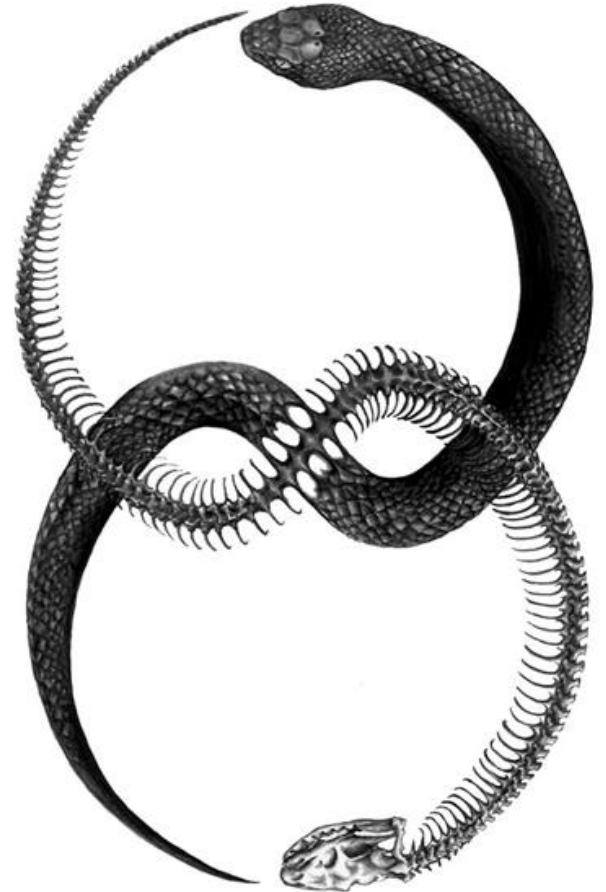


" ואילו באחד הימים או הלילות היה מתגנב איזה דימון בעקבותיך עד לבדידותך המבודדת ביותר, וכה היה אומר לך: **'חיים אלה, אשר אתה חי כעת ואשר חיית עד כה, תהיה נאלץ לחיותם שוב ושוב ופעמים אין-ספור; ושום דבר לא יתחדש בהם, כי אם כל מה שהיה, כל כאב וכל עונג, כל מחשבה וכל אנחה, וכל דבר קטון לאין-שיעור וגדול לאין-מידה, בעל כורחך ישוב וירחש עמך והכול בדיוק באותו הקשר ובאותו סדר – ואף עכביש זה ואור ירח זה אשר בין עפאי העצים, ואף רגע זה עצמו ואני עצמי; שעון החול הנצחי של הקיום מוחזר אחרנית תמיד-תמיד – ועמו יחד גם אתה, פרודת עפר שכמור!**' האם לא היית מתפלש בכעסך, חורק שיניך, ומקלל את הדימון אשר כה דיבר?"





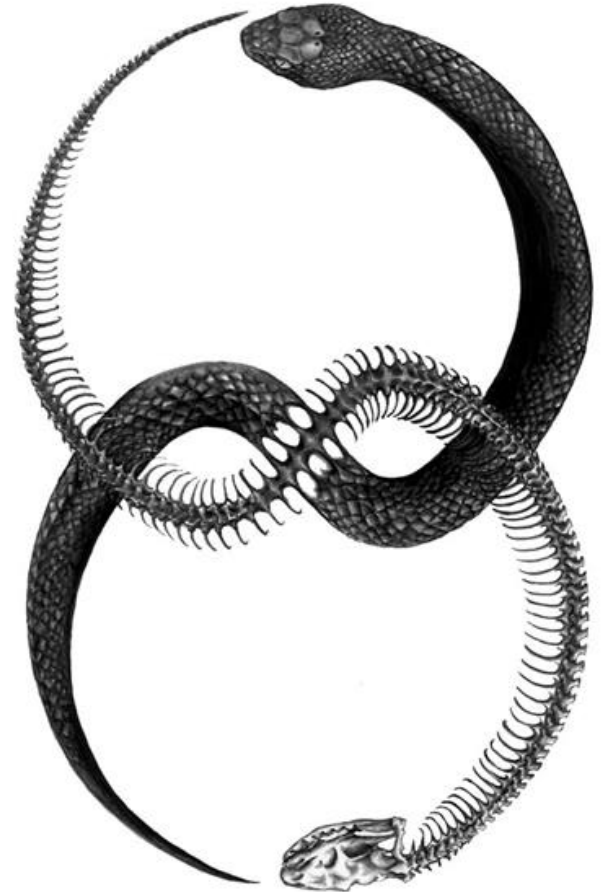
עם השנים, הבחנתי בכך שלמטופלים הקשים ביותר שלי **אין עבר**, או לחילופין שהעבר שלהם חזרתי וקבוע מראש. הם מספרים את אותם סיפורים שוב ושוב, אך ללא תחושה של הזכרות כחוויה-מחדש, ביובש, כאילו מישהו אחר חי אותם. כאשר קורה בחייהם או בטיפול משהו משמעותי, הם שוכחים זאת במהרה, אינם מסוגלים לאחוז במה שהווה. בנוסף, הם **חסרי עתיד**, הם חשים שהם **חיים את אותו יום שוב ושוב** (לעיתים אפילו בפועל), לא מסוגלים לחשוב קדימה או לדמיין שיש להם עתיד שיכול להיות אחרת. תקועים בהווה-אינסופי, הם חיים-ישנים. נמנעה מהם באר העבר לדלות ממנה, ואין להם אופק שהם צועדים לעברו. הם חשים בדידות שהיא מעבר לבדידות, חיים בעולם שכולו תפלות – מנותקים אפילו מכאב הניתוק, **הם שכחו מזמן מה זה אומר להיות מחובר לעולם ולחיות בזמן.**





בהרצאה זו אני רוצה **להעיר את תשומת ליבנו לנושא הזמן בטיפול – עתיד, עבר, הווה.** תופעה זו, של לחיות "ללא זמן", אופיינית במיוחד במקרים של סכיזופרניה, דכאון, התבודדות ארוכת שנים ו-OCD קשה. בעבודת התזה בתואר השני בפילוסופיה פיתחתי תיאוריה, המבוססת על עבודתם של כותבים כגון Heidegger, Husserl, Endel Tulving, ו-Edward Casey. טענתי היא שהזכרון האפיזודי שלנו – **היכולת שלנו לזכור באופן חויתי רגע מן העבר האישי שלנו** – אחראי גם על יכולתנו לדמיין את עצמנו בעתיד, ולהרגיש נוכחים בהווה. **זוהי יכולת כללית לבוא במגע עם זמן, חלל, ועם עצמי, באופן חויתי.**

בהרצאה אדבר על ההבדל בין חיים חזרתיים, מבוססי תפיסה של עולם שכולו משימות ואובייקטים ברי-שימוש, מול חיים התנסותיים (experiential), עולם אקספרסיבי, מלא אנשים וחוויות. אסביר את הקשר בין תודעה לזכרון, וכיצד עבודת זכרון – הכוללת לא רק הצפת זכרונות אלא גם **בניית סיפור-חיים** ויחס חויתי לכל אובייקט – יכולה ליצוק אנרגיה חדשה לאדם כבוי, וליצור לו עתיד חדש לגמרי.





במהלך כל ההרצאה אציג מקרים מהקליניקה ואשאל:

- כיצד חזרה נצחית מתבטאת בקליניקה?

- מהם הקשיים המיוחדים בטיפול במקרים כאלו?

- מהן התערבויות טיפוליות שיכולות לעזור? אדון במקרים שהצלחתי

לעזור בהם ומקרים שפחות.

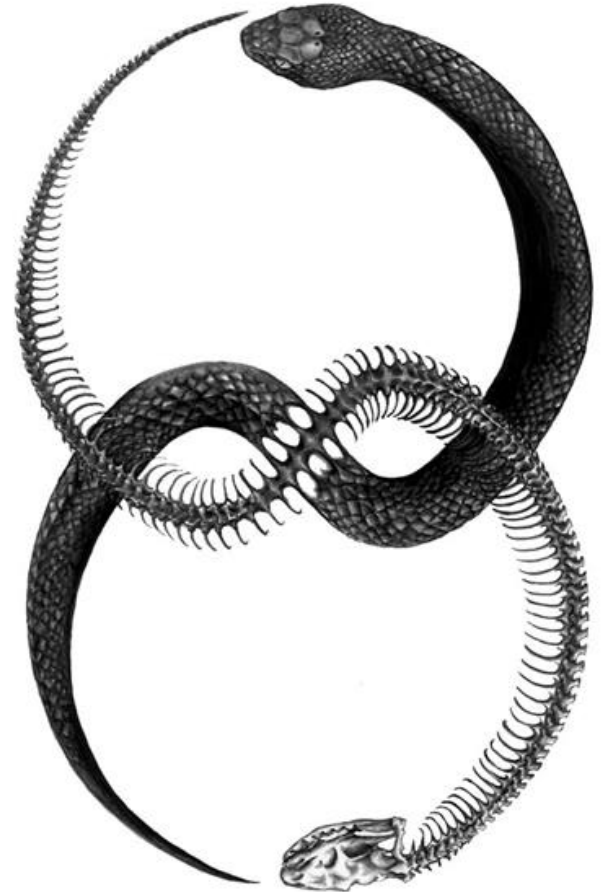
- איך מדגימים לאדם מנותק, שחווה מעט מאוד, שיש עוד בחיים? איך

עוזרים לו לצאת מהקליפה, ואפילו לרגע לראות משהו, לגעת במשהו,

לחוות משהו?

- איך עבודת זכרון יכולה לחבר חזרה אל האנשים שסביב? אציג

ואדגים כיצד פיתוח היכולת לזכור מפתח את היכולת לחוות.





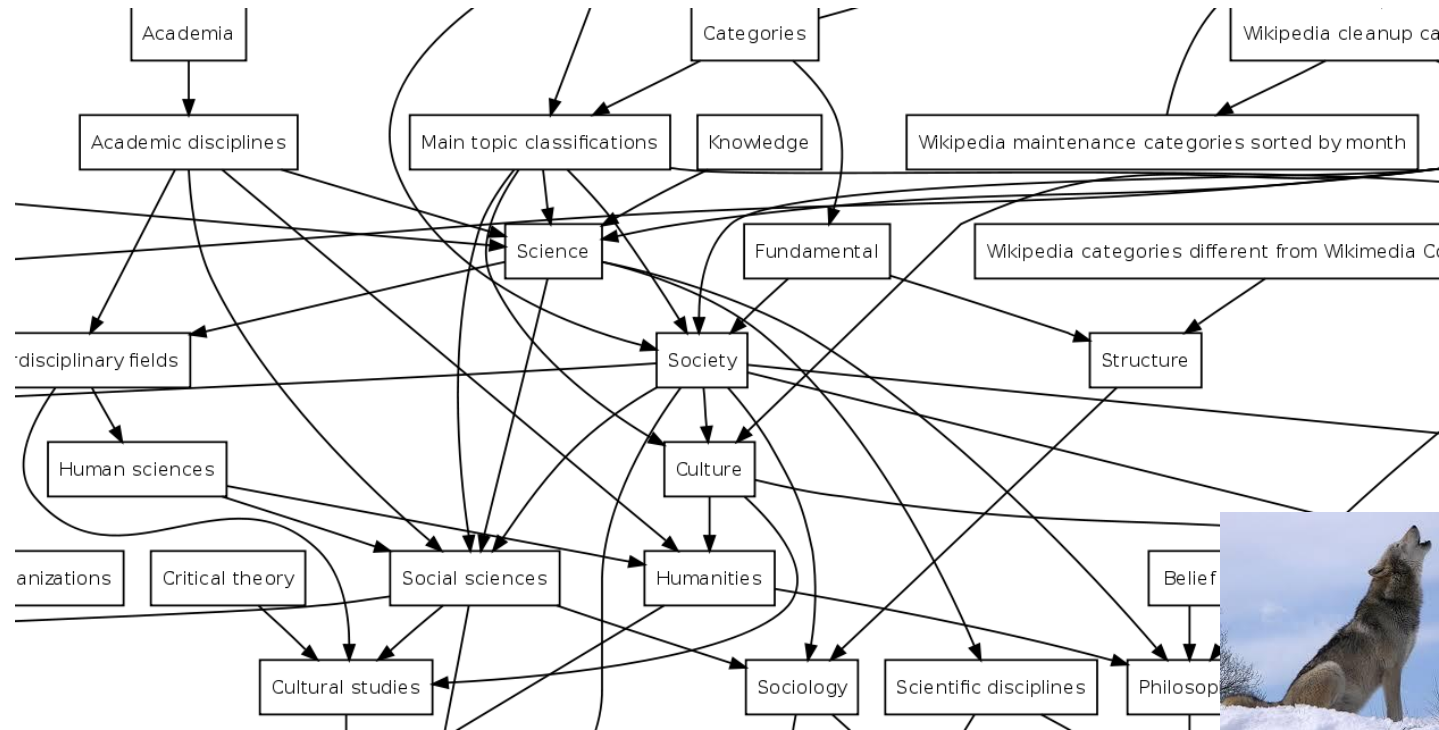
Endel Tulving

1972



זכרון אפיזודי (אוטוביוגרפי)

זכרון סמנטי (מוכלל, עובדתי)

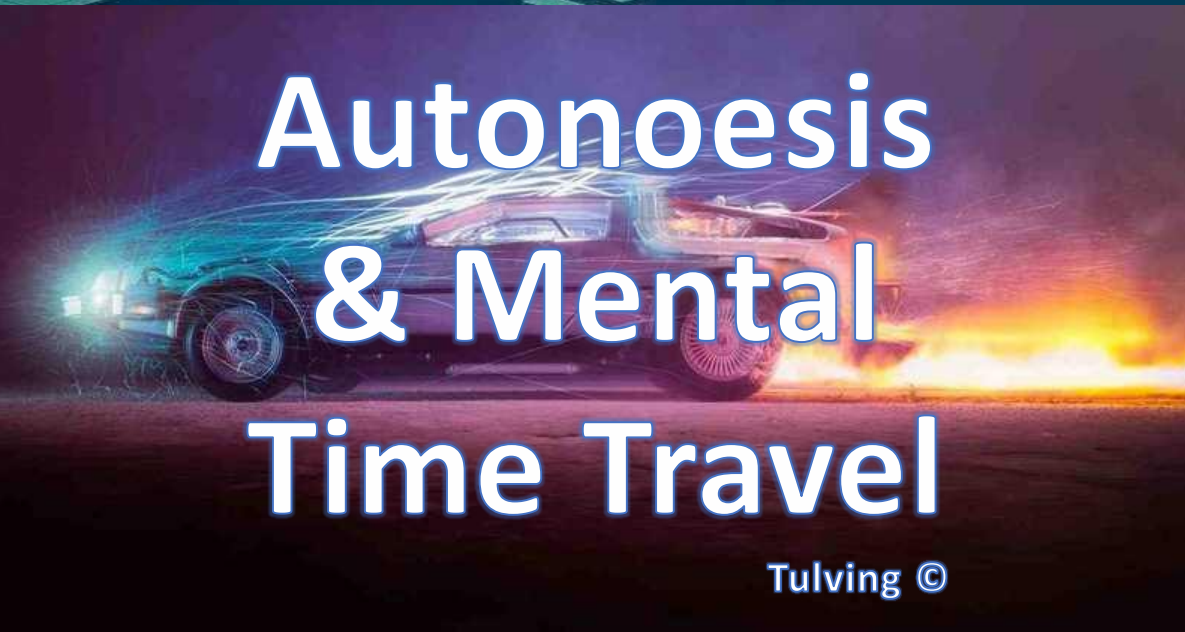




קיום סמנטי



Experientiality היכולת להתנסות



Autonoesis & Mental Time Travel

Tulving ©

חוויתי	עובדתי	
מקורות, תמיכה סיפור חיים	טריוויה ניתוק, גורל	עבר
פתיחות לחוויה כאן ועכשיו	משימה עכשווית הכל ידוע, עובדות	הווה
מסוגלות חזון, מורשת	רשימת מכולת אין חדש תחת השמש	עתיד

5 Existential-Experiential temporalities



איזה זמן חסר לך?

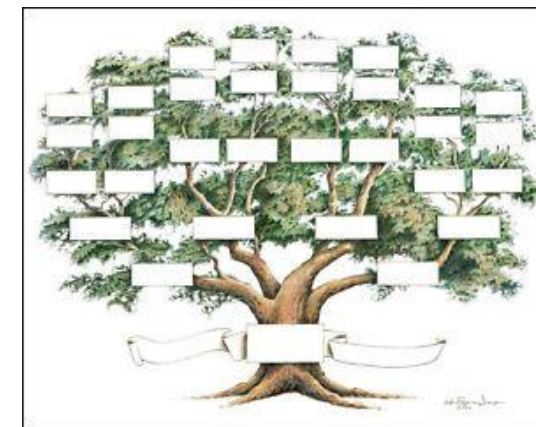
I wasn't

I was

I am

I will be

I will not be



אני קיים הווה ומתהווה לאורך זמן

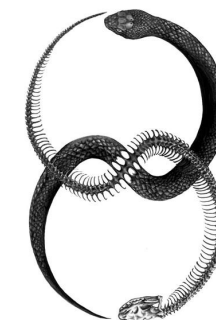
SAME SHIT different day



חזרה נצחית - איך זה נראה?



- מיעוט בעיסוק רפלקטיבי (contemplation)
למשל: הרהור, חזון, סיכום חוויה, נוסטלגיה
- התנגדות למשפטים הבאים:
 - "אני מושפע מעברי"
 - "אני קיים ושולט במעשי בהווה"
 - "משהו שונה מהרגיל קרה היום/אתמול/מחר"
 - "אני מורכב ולא ידוע"
 - "אני שולט בעתידי"
- החזרתיות והשטחיות יוצרת תסכול אצל המטפל





עבר

אבל
(אזכרה)

נוסטלגיה

הזכרות
ביחד

הווה

מסע
הרפתקאה

חגיגה

פליאה

עתיד

חתונה

התבגרות

מורשת

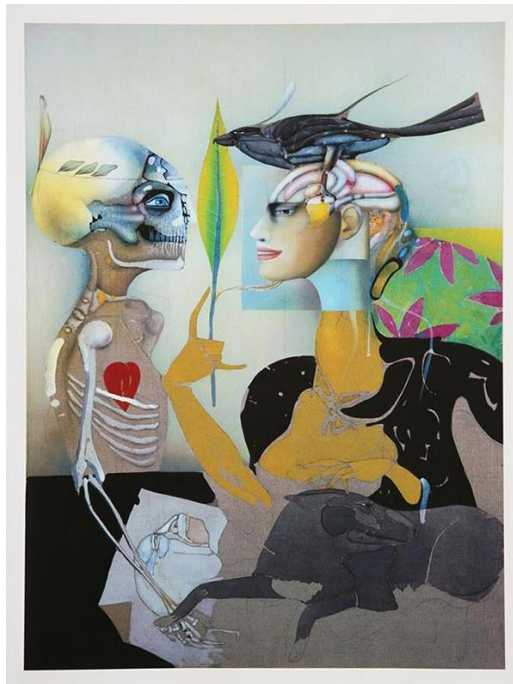
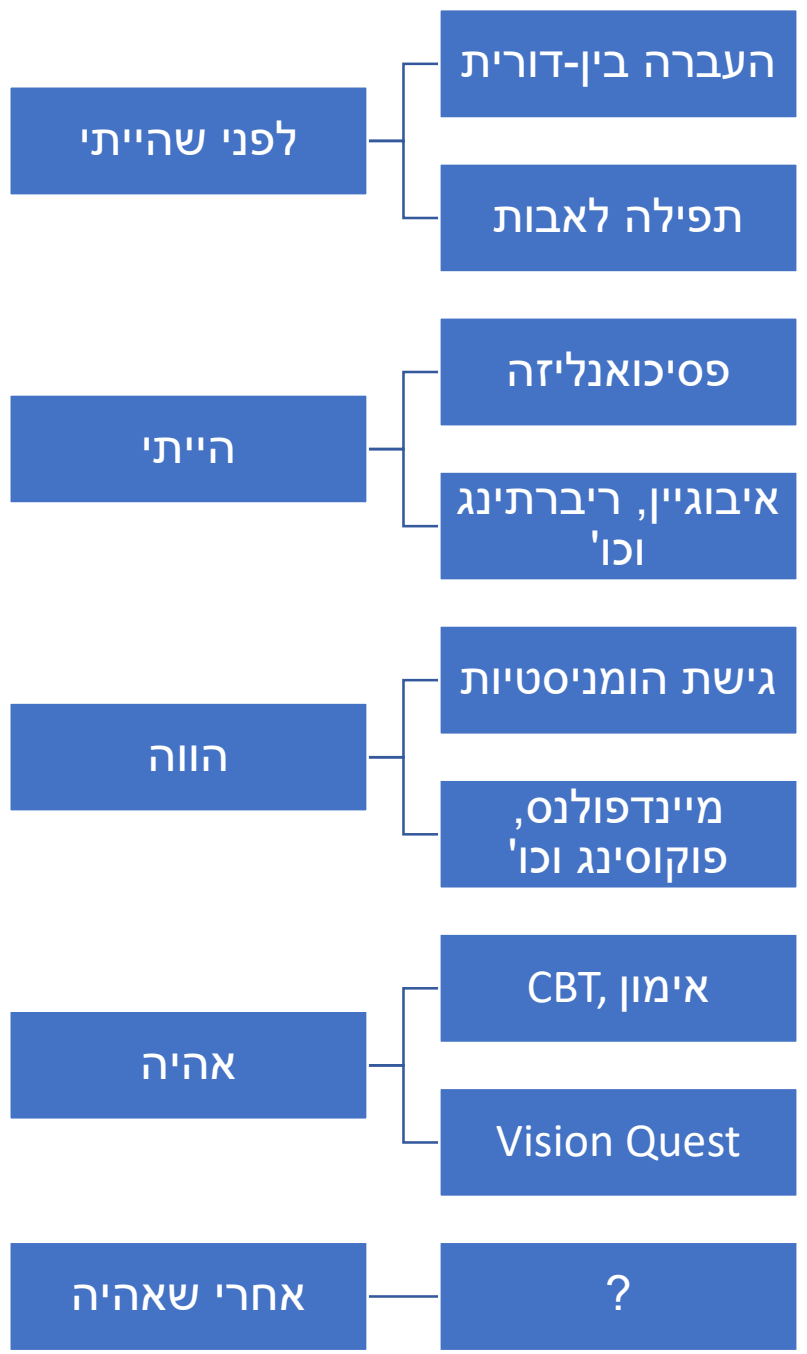
Meta-analyses and reviews on cognitive disorders in schizophrenia have shown that **the most robust and common cognitive deficits are found in episodic memory and executive functions. More complex memory domains, such as autobiographical memory (AM), are also impaired in schizophrenia...**

for this reason, we propose that defective memories of personal past events should be regarded as a major cognitive impairment in this illness. (2)

They showed a specific impairment in the recall of autobiographical events and facts in early adulthood, around the time of onset of their illness. (3)

All the studies converge to show a significant impairment of the critical feature of episodic memory: conscious recollection. (4)







רפרנסים



- (1) “Memory and Experience”, Nimrod Tom Oren master’s thesis in Philosophy, Tel-Aviv University, 2018
- (2) Berna, F., Potheegadoo, J., Aouadi, I., Ricarte, J. J., Allé, M. C., Coutelle, R., Boyer, L., Cuervo-Lombard, C. V., ... Danion, J. M. (2015). A Meta-Analysis of Autobiographical Memory Studies in Schizophrenia Spectrum Disorder. *Schizophrenia bulletin*, 42(1), 56-66.
- (3) Hamish J. McLeod , Nikki Wood & Chris R. Brewin (2006) Autobiographical memory deficits in schizophrenia, *Cognition and Emotion*, 20:3-4, 536-547
- (4) Jean-Marie Danion et al, Functional Mechanisms of Episodic Memory Impairment in Schizophrenia, *The Canadian Journal of Psychiatry*, Vol 52, No 11, November 2007