

אירוע טראומטי תחת ההשפעה של חומרים משני תודעה

אתיה שנל וגילעד דגן

מלחמת חרבות ברזל והמסיבה בנובה

בשבעה לאוקטובר 2023 נערכו מספר מסיבות 'טבע' כשהמוכרת והגדולה בניהן הייתה בפסטיבל ה-'נובה' ברעים. במסיבות מסוג זה מבליים רבים נמצאים תחת השפעה של חומרים פסיכואקטיביים אשר יכולים להגביר את עוצמתן של חוויות רגשיות ופיזיולוגיות. בהקשר זה, מאחר ובמסיבות מסוג זה מועד הזריחה נחשב עבור מבליים רבים לרגע השיא של אפשרויות חדשות, תקווה ליום חדש ואחדות רוחנית – הם מנסים לתזמן את שיא חווית ההשפעה של החומרים לשעת הזריחה. תקיפת המחבלים בשבעה לאוקטובר בשעת הזריחה, לזוטה בקריסת המרחב הבטוח ופגיעה ברגע השיא שחווי המבליים, אשר נאלצו לברוח על חייהם בעוד חלקם תחת ההשפעה של חומרים משני תודעה.

חומרים משני תודעה

חומרים משני תודעה (פסיכדליים) הם חומרים פסיכואקטיביים, אשר משמשים לעתים קרובות למטרות טרנספורמטיביות, רוחניות ומרפאות בתרבויות שונות (Thomas et al., 2017). חומרים פסיכדליים מתחלקים לחומרים טבעיים כמו פסילוציבין, DMT ומסקלין לצד חומרים סינתטיים כמו LSD ('אסיד'), MDMA ו-קטמין (Carhart-Harris et al., 2017).

לחומרים משני תודעה מגוון רחב מאוד של השפעות, המשתנות מחומר לחומר, ממשמש למשתמש ובין חוויה לחוויה. החומרים הפסיכדליים יכולים להוביל לשינויים עמוקים בתודעה ולהשפיע באופן משמעותי ועמוק על תפיסת העצמי של האדם (Erritzoe et al., 2018). ניתן לסווג את ההשפעות של חומרים משני תודעה לחוויות פיזיולוגיות, חוויות תפיסתיות (עיוותים של מרחב וזמן, חווית עצמי, חווית אחדות), חוויות חושיות (עיוותי שמיעה, עיוותים ויזואליים, חוויות סומטיות), חוויות רגשיות (הרחבה והעמקה של המנעד הרגשי והיכולת לחוות אותו) וחוויות מנטאליות (מורכבות ופתיחות של מחשבה, חוויות רוחניות, תובנות, זיכרונות, ריכוז וכו').



על פי רוב, הגורמים העיקריים המשפיעים על עוצמת האפקט ועל אופי החוויה הפסיכדלית הם המינון של החומר, הרגישות האישית אליו, חוויות קודמות (Carhart-Harris et al., 2016), ומה שמכונה ה"סט" וה-"סטינג" (set and setting) (Leary, 1970) שבהם האדם נוטל את החומר. ה-"סט" מתייחס למרחב הפנימי, להתכווננות, ול-"מיינד סט" (mind-set) שאיתו מגיע האדם לחוויה הפסיכדלית, וה-"הסטינג" (setting) הינו המרחב הפיזי שבו האדם צורך את החומר (לרבות סביבה אנושית והיבטים חושיים כמו תאורה ורעש/צליל). אחד האפקטים הפסיכדליים החשובים ביותר הוא העצמה והגברה של תכני התודעה שנקלטים במוחנו (ובכללן רגשות, תחושות, צלילים, מחשבות). במילים אחרות, חומרים פסיכדליים משמשים כמגבר לחוויות פנימיות וחיצונית ולכן לסביבה לא בטוחה ("הסט והסטינג") כפי שחוו המבלים בעת תקיפת המחבלים, יכולה להיות השפעה מוגברת על החוויה. אפקט ההגברה וההעצמה של החוויות הפסיכדליות, עשוי להסביר מדוע חוויה של מתקפת טרור יכולה להיות מטלטלת יותר תחת ההשפעה של חומרים פסיכדליים.

אירוע טראומטי תחת ההשפעה של חומרים פסיכדליים

אירוע טראומטי תחת ההשפעה של חומרים משני תודעה יכול להוביל להתמודדויות שונות. מחד, החוויה המועצמת וחיידוד החושים הנלווים אליה יכולה להגביר את תחושת המיקוד והיכולת לתגובה מהירה יותר. בנוסף, ניתוק מהקונקרטיות של האימה איפשר, אולי, להימנע מהפעלת מנגנונים הישרדותיים של ניתוק, מה שעשוי היה לסייע לשורדים בהימלטות או במציאת מחבוא. מאידך, יתכן כי המעבר ממצבי אופוריה והתעלות למצב של אימה מוחלטת, העצים את תחושות האימה של השורדים ושל קורבנות הטבח ויצר השפעה הפוכה - קושי להגיב, קיפאון ואף שיתוק. ולבסוף, חלק מהשורדים ניצלו בעזרת חברים שמילטו אותם מזירת הטרור, אך עקב השימוש בחומרים פסיכואקטיביים איבדו את היכולת לעקוב אחרי המתרחש ולהבין אותו. במובן זה הם היו נוכחים בטרומה והושפעו ממנה, אך לאחריה התקשו להרכיב סיפור קוהרנטי שיסביר את מה שקרה להם.

המלצות לאנשי מקצוע

■ **יצירת מרחב לא שיפוטי** - חשוב ליצור מרחב נעים ומקבל ולתת לגיטימציה לדבר על השימוש בחומרים משני תודעה במהלך המסיבה שהתרחשה בשבעה לאוקטובר. מוצע לתקף את כל מרכיבי החוויה של משתתפי המסיבה לרבות חלקי החוויה שהושפעו מנטילת חומרים פסיכדליים. ייתכן ועבור חלק מהשורדים, ההשפעה של החומרים הפסיכדליים נתפסת כאמצעי שעזר להישרדות.



- **אינטגרציה פסיכדלית** - האינטגרציה נדרשת לאחר כל חוויה פסיכדלית. תפקיד המטפל הוא לסייע למטופל להחזיק את רצף החיים (לפני, תוך כדי ואחרי החוויה הפסיכדלית), לאחר כל חוויה פסיכדלית וביתר שאת כשהחוויה הפסיכדלית נחווית כטראומטית. כדאי להפנות לטיפול עם מטפל מוסמך על מנת לעבד את החוויה הטראומטית, כאשר ההמלצה היא להפנות למטפלים שמכירים עבודה עם חומרים משני תודעה.
- **הבניה מחדש של הנרטיב** - בעוד שהשפעת החומרים הפסיכדליים מהווים חלק מהסיפור, היכולת לצאת מהסיטואציה היא של האדם עצמו, וחשוב לעשות חיבור לכוחות הטמונים בהם עם ובלי קשר לחומרים הפסיכדליים. במילים אחרות, כדאי לנסות לתת תוקף להיבטים בחוויה שמעוצבים מההשפעות הפסיכדליות אך לא על חשבון ה-'עצמיות' של האדם בתוך הסיטואציה.

***הכותבים, אתיה שנל וגילעד דגן הנם דוקטורנטים בבית הספר לעבודה סוציאלית, בהנחיית פרופ' רחל דקל וד"ר עדי ברק ופרופ' נחמי באום (בהתאמה).**

מקורות

Carhart-Harris, Robin L., Bolstridge, M., Rucker, J., Day, C. M. J., Erritzoe, D., Kaelen, M., Bloomfield, M., Rickard, J. A., Forbes, B., Feilding, A., Taylor, D., Pilling, S., Curran, V. H., & Nutt, D. J. (2016). Psilocybin with psychological support for treatment-resistant depression: An open-label feasibility study. *The Lancet Psychiatry*, 3(7), 619–627. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(16\)30065-7](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(16)30065-7)

Carhart-Harris, R. L., Erritzoe, D., Haijen, E. C. H. M., Kaelen, M., & Watts, R. (2017). Psychedelics and connectedness. *Psychopharmacology*, 235, 547-550. <https://doi.org/10.1007/s00213-017-4701-y>

Erritzoe, D., Roseman, L., Nour, M. M., MacLean, K., Kaelen, M., Nutt, D. J., & Carhart-Harris, R. L. (2018) Effects of psilocybin therapy on personality structure. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 138(5), 368-378. <https://doi.org/10.1111/acps.12904>

Leary, T. (1970). The religious experience: Its production and interpretation. *Journal of Psychoactive Drugs*, 3(1), 76–86. <https://doi.org/10.1080/02791072.1970.10471364>

Thomas, K., Malcolm, B., & Lastra, D. (2017). Psilocybin-assisted therapy: A review of a novel treatment for psychiatric disorders. *Journal of Psychoactive Drugs*, 49(5), 446-455. <https://doi.org/10.1080/02791072.2017.1320734>

