

Maciek Wodziński *

Czy wszyscy żyjemy w tym samym czasie?

Badania autora nad doświadczeniem czasu w autyzmie prowadzone są w ramach grantu NCN Sonata BIS No. 2021/42/E/HS1/00106.

Banałem stało się już w filozofii powtarzanie frazy, że nad naturą czasu myśliciele zastanawiali się w zasadzie od zawsze – jeszcze na długo przed bodaj najslynniejszymi dziś rozważaniami na ten temat Augustyna z Hippony, które zawarł on w XI księdze swoich *Wyznań*. Jednak pytając: *Czymże więc jest czas? Jeśli nikt mnie o to nie pyta, wiem. Jeśli pytającemu usiłuję wytłumaczyć, nie wiem*, Augustyn uchwycił i wypowiedział problem doniosły nie tylko dla filozofów, ale prawdopodobnie także dla większości z nas. Natura czasu bowiem przeważnie naznaczona jest piętnem subiektywności, a co za tym idzie, niewyraźności i tajemniczości. Współczesne dziedziny nauki, takie jak, między innymi, filozofia psychiatrii czy psychologia coraz lepiej dostrzegają konsekwencje tych obserwacji i starają się zrozumieć rolę przeżywanego przez świadomy podmiot – myślącego i czującego człowieka – doświadczenia czasu. A doświadczenie to, bywa, znacząco różni się od tego czasu, który wskazują zegary.

Nie inaczej jest w przypadku osób autystycznych. Co więcej, to właśnie w strukturze temporalnej danej jednostki, w tym jaki jest jej sposób rozumienia pojęcia czasu oraz jak doświadcza ona jego upływu, upatrujemy dziś nowych sposobów wytłumaczenia występowania i rozumienia zjawisk, takich jak stany ze spektrum autyzmu². Rozmawiając o autyzmie, na przykład o jego podłożu czy przyczynach występowania, najczęściej można się spotkać z wypowiedziami o

* Szkoła Doktorska Nauk Humanistycznych UMCS, Instytut Filozofii UMCS, maciek.wodzinski@gmail.com

² Zamiennie z terminem „autyzm” stosuję termin „stany ze spektrum autyzmu” jako tłumaczenie angielskiego „Autism Spectrum Condition”. Termin ten został ukuty przez psychologa Simona Baron-Cohena w poszukiwaniu alternatywnych, mniej negatywnie nacechowanych i stygmatyzujących sposobów mówienia o autyzmie (Lai i Baron-Cohen, 2015).

sensoryzmach, genach, neuronach, „sklejaczach komórek”, trudnościach w interakcjach społecznych i wielu innych podobnych pojęciach, na których koncentruje się współczesna debata. Co jednak do tego wszystkiego ma czas? Wbrew pozorom, może mieć bardzo wiele.

Zostawiając jednak na boku namysł nad samą naturą czasu, pozostajmy przy konstatacji – być może nieco uproszczonej, lecz na potrzeby obecnych rozważań wystarczającej – że czym innym jest to, co „pokazują zegary”, a czym innym to, jak czas przeżywamy i odczuwamy. Tylko w zasadzie co to znaczy?

Prawdopodobnie każdy z nas doświadcza czasu na wiele różnych sposobów. Zaczniemy od tego, że różne otaczające nas zdarzenia postrzegamy jako rozciągnięte w czasie (mające swój początek, okres trwania i koniec) i jako występujące jednocześnie lub po kolei, a gdy występują po kolei to w określonych odstępach czasowych (desynchronizacja ruchów uniemożliwiłaby nam codzienne funkcjonowanie). Nawet sam fakt *doświadczenia* czegokolwiek jest sam w sobie rozciągnięty czasowo, ponieważ, gdy się nad tym zastanowić, zdarzeń wokół nas nie uświadamiamy sobie jako dziejących się „punktowo” czy „momentalnie”, ale raczej widzimy je w swoistym, trwającym pewien czas, „oknie percepcji” (np. dlatego uznajemy, że jedno zdarzenie są przyczyną lub skutkiem innych). Inaczej także odczuwamy upływ czasu w kolejce do lekarza, a inaczej podczas oglądania ciekawego filmu – jeden potwornie się dłuży, ten drugi ucieka nie wiadomo, kiedy. Inne *znaczenie* możemy nadawać upływowi czasu podczas rodzinnych wakacji czy świąt – dla jednych będzie to czas niezwykle cenny, dla innych zmarnowany – a inne podczas wynoszenia śmieci, któremu na ogół poświęcamy niewiele uwagi, nieważne czy *wartoścujemy* ten czas pozytywnie czy negatywnie. Inny sens może mieć dla nas „rzeka czasu”, w której jesteśmy zanurzeni (która może po prostu płynąć na co dzień w niezauważalny sposób lub skłaniać kogoś z nas do egzystencjalnych przemyśleń o własnej skończoności), a zupełnie inny takie interwały czasu, które odmierzają regularne i bardzo istotne wydarzenia w naszym życiu (np. niektórzy pacjenci podczas terapii onkologicznej żyją „od jednej chemii do drugiej”). Czas spędzony na



wykonaniu jednych czynności będzie dla nas sensowny, a na wykonywaniu innych wręcz odwrotnie.

Choć prawdopodobnie zazwyczaj nie zastanawiamy się nad tym na co dzień, to wszystko – jak i wiele innych aspektów – określa naszą *strukturę temporalną*. A gdy zaczynamy mówić o *wartościowaniu*, *sensowności* czy *doświadczeniu*, to często znak, że wkraczamy na terytorium filozofii.

Biorąc pod uwagę, że każda wykonywana przez nas czynność ma swój wymiar temporalny, trudno pominąć ten aspekt naszego bycia-w-świecie rozmawiając także o neuroroznorodności. U osób w spektrum autyzmu, z jednej strony, struktura ta jest tak samo zindywidualizowana jak u osób neurotypowych, z drugiej strony, dostrzec u nich możemy często pewne specyficzne wzory jej modyfikacji. Współczesne analizy pokazują nam, że modyfikacje doświadczenia czasu mogą leżeć u podłoża wielu zjawisk, którymi interesuje się filozoficznie zorientowana psychiatria, psychologia czy pedagogika. Nasze doświadczenie czasu i jego struktura wpływa bowiem na intersubiektywny wymiar naszego życia, tj. na nasze relacje z innymi ludźmi i resztą świata.

Już sam fakt, że wielu osobom autystycznym zdarza się dużo łatwiej funkcjonować w środowisku możliwie jak najbardziej przewidywalnym, usystematyzowanym, o wysokim stopniu zrutynizowania czynności wskazuje, że uporządkowanie aspektu czasowego może odgrywać istotną rolę w ich życiu. Często, choć nie zawsze, silnie ustrukturyzowane schematy wykonywania czynności sprawiają, że czas upływa osobom w spektrum przyjemniej, co w oczywisty sposób redukuje odczuwany stres. Podobną rolę pełnią różnego rodzaju zachowania powtarzalne, o których sekwencyjności decyduje m.in. właśnie czasowy aspekt tych zachowań, pozwalający we właściwy danej osobie sposób łagodzić chaos otaczającego świata i odnaleźć w nim namiastkę przewidywalności i spokoju.

Badania pokazują również, że w przypadku spektrum autyzmu modyfikacje w sposobie przeżywania czasu (np. w ocenie długości trwania zdarzeń lub przerw między nimi) oraz w związanych z poczuciem upływu czasu wyższych procesach poznawczych, wpływają na synchronizację

społeczną, tak ważną podczas prowadzenia dialogu lub przy wykonywaniu innych czynności, wymagających koordynacji i wspólnego podejmowania decyzji z innymi osobami. Modyfikacje w doświadczaniu czasu wpływają także na wyobrażanie sobie przyszłych zmian danej sytuacji (to trudność charakterystyczna dla spektrum autyzmu, zwłaszcza gdy mówimy o nieprzewidywalności rozwoju sytuacji społecznych), na zdolność do dostrzegania związków przyczynowo-skutkowych między zdarzeniami, poczucie sprawczości czynów (a jest ono jednym z kluczowych elementów poczucia własnej wartości jako jednostki ludzkiej), czy nawet na przypisywanie spójności i ciągłości własnemu doświadczaniu świata. A ciągłość taka jest istotnym warunkiem poczucia sensowności tego doświadczenia oraz składnikiem naszej tożsamości. Spróbujmy sobie wyobrazić świat jako serię niepowiązanych ze sobą obrazów i zdarzeń, w których nie wiemy, co z czego wynika, ani jak dzisiejszy „ja” łączy się z tym wczorajszym. Taki świat byłby zupełnie bez sensu.

W tej optyce, uwzględniającej aspekty temporalne, w spektrum autyzmu wydają się łączyć ze sobą w specyficzny sposób różne formy czasu przeżywanego, „prywatnego” (którego cechą jest specyficzne jego doświadczanie) oraz czasu „obiektywnego”, „zegarowego” (przychodzącego do osób w spektrum „z zewnątrz”, np. w postaci harmonogramów będących elementem terapii czy organizacji dnia). Według Erwina Straussa, jednego z pionierów wczesnej neurofenomenologii, prawidłowa struktura czasowa podmiotu musi bazować na harmonii pomiędzy tymi dwiema sferami. Gdy ta delikatna harmonia zostaje zakłócona, następuje desynchronizacja tych obu „czasowości”, co skutkuje trudnościami w utrzymaniu wspólnego, spójnego i intersubiektywnego – możliwego do dzielenia z innymi – obrazu świata.

Pytaniem na marginesie tych rozważań, lecz wartym zastanowienia – zwłaszcza z punktu widzenia osób pracujących i żyjących z osobami autystycznymi – jest: czy narzucane odgórnie wraz z diagnozą autyzmu, często automatycznie i nie do końca świadomie, schematy, harmonogramy i rozkłady życia nie stanowią swoistego „wtargnięcia” tej



„zewnętrznej” czasowości w obręb podmiotu i nie naruszają owej delikatnej równowagi, czasami w efekcie szkodząc, zamiast pomagać? A jeśli są one konieczne, to w jaki sposób modyfikują naturalną strukturę temporalną podmiotu?

Podobnie zresztą rzecz ma się z równowagą pomiędzy „przeszłością”, terażniejszością” i „przyszłością” w naszym wewnętrznym doświadczeniu czasu, które charakteryzować się powinno pewną *otwartością ku przyszłości*. To właśnie jej rola, wg żyjącego na przełomie XIX i XX wieku filozofa, twórcy szkoły fenomenologicznej, Edmunda Husserla, jest kluczowa dla możliwości usensownienia zjawisk dostrzeganych w otaczającym nas świecie.

Podążając za intuicjami Husserla, współczesne badania pokazują nam, że z fenomenologicznego punktu widzenia nasze doświadczenie rzeczywistości odbywa się w swoistym „oknie”, w którym „miesza się” trochę pamiętanej przeszłości, terażniejszość i trochę przewidywanej przyszłości. Dobrym przykładem, którym posługiwał się już Husserl, jest słuchanie muzyki. Doświadczając *utworu muzycznego* nie jesteśmy świadomi tylko jednego, aktualnego dźwięku. Seria dźwięków nabiera dla nas sensu (staje się muzyką), gdy nasza świadomość ujmuje „na raz” kilka dźwięków minionych, ten obecny i przewiduje jakie mogą być kolejne, „składając” z nich sobie sensowną całość (być może stąd właśnie te poruszające momenty zaskoczenia, tak częste choćby w utworach Chopina, gdy po serii dźwięków następuje taki zwrot, którego się zupełnie w tym miejscu nie spodziewaliśmy). Takie integrujące różne aspekty czasu okno percepcji „ślizga się po taśmie” naszego doświadczenia, jednocząc te trzy, pozornie rozdzielne wymiary. Problem pojawia się jednak wtedy, gdy w tym oknie, w naszym „teraz” pojawia się zbyt wiele „kiedyś”.

Współczesne badania nad fenomenologią wewnętrznego przeżywania czasu u osób autystycznych pokazują, że w ich przypadku często mamy do czynienia właśnie z takim nadmiernym udziałem przeszłości w strukturze doświadczenia, bazującej przede wszystkim na minionych już faktach. W badaniach tych czas opisywany był przez osoby w spektrum



niemal wyłącznie w kategoriach nawiązujących do przeszłości, bez owej *otwartości ku przyszłości* (poza wyobrażeniami często utożsamianymi – z różnych powodów – z daną grupą wiekową, w której znajdowała się osoba badana, np. kończę szkołę średnią, więc czas iść na studia). Co ważne, owo wybieganie w przyszłość w przypadku osób autystycznych naznaczone było często uczuciem niepokoju, podczas gdy u osób neurotypowych, zazwyczaj strach ten wymieszany jest z poczuciem nadziei.

Biorąc pod uwagę powszechność stosowania ustrukturyzowanych czasowo środowisk życia oraz popularność w niektórych kręgach terapii behawioralnych, bazujących na wyuczaniu osób w spektrum powtarzalnych czynności, to, co do tej pory sobie powiedzieliśmy prowadzi nas do ważnych pytań. Z czego wynika owa „faktualność” doświadczenia czasu osób w spektrum – czy z podmiotowej modyfikacji tego doświadczenia, czy może z tej powszechności harmonogramów, operujących wszak na możliwie maksymalnym poziomie konkretności i faktyczności? Czy harmonogramy te modyfikują strukturę czasową podmiotu? Jeżeli tak, to jak ich „naturalna” struktura temporalna różni się od tej narzucanej z zewnątrz (często od wczesnego dzieciństwa)? Czy projektując oddziaływania terapeutyczne dla osób w spektrum powinniśmy uwzględniać sposób rozwoju pojęcia czasu i czasowości, tak aby nie zakłócało ono myślenia o własnej przyszłości? Abstrakcyjne pojęcie czasu jest bowiem tym, co pozwala nam umiejscawiać zdarzenia na osi temporalnej, uświadamiać sobie nasze miejsce w tym kontinuum oraz planować przyszłość. Ma ono przecież także związek m.in. z funkcjonowaniem pamięci epizodycznej, funkcjami wykonawczymi i zarządzaniem zadaniami o rozciągłości czasowej, sięgającej od sekund po lata, a także z dostrzeganiem związków pomiędzy naszymi przeszłymi doświadczeniami, obecnym zachowaniem i planowaniem przyszłości.

Na koniec tych rozważań warto jeszcze zauważyć, że spekuluje się dziś – i trzeba podkreślić, że jest to śmiała, aczkolwiek interesująca perspektywa – że różnice w doświadczaniu czasu na poziomie neurobiologicznym mają swoje konsekwencje także w sferze egzystencjalnej. Jak wiemy,

w przyrodzie – w tym i w nas samych – funkcjonuje wiele tzw. zegarów biologicznych (lub też chemicznych czy fizycznych), których działanie reguluje rozliczne aspekty naszego funkcjonowania. Jednym z nich jest rytm okołodobowy, który w przypadku wielu osób w spektrum autyzmu funkcjonuje inaczej, niż u neurotypowej większości, sprawiając, że ich doświadczenie czasu koncentruje się silniej na jego ciągłości i trwałości, zamiast na jego nieciągłościach. A zatem otwiera się bardziej ku nieskończoności, co zawsze, choćby nieświadomie, może być perspektywą egzystencjalnie przerażającą, z którą przychodzi nam się konfrontować przez całe życie. A ponieważ najgłębszą potrzebą człowieka bywa poradzenie sobie ze strachem przed śmiercią, a więc z konfrontacją naszej skończoności z tym, co nieskończone, to umysł osoby w spektrum może szukać sposobów na bliższe związanie się ze światem tego, co „tu i teraz” poprzez uporczywe wprowadzanie powtarzalnych, seryjnych, a więc poprzerywanych regularnymi nieciągłościami czynności, odwracając „egzystencjalną uwagę” podmiotu ku temu, co skończone.

W naszych rozważaniach jedynie zasygnalizowałem wiele różnych związków pomiędzy doświadczaniem czasu a spektrum autyzmu (i nie tylko). Wydaje się, że w dzisiejszej debacie poświęconej spektrum są to zagadnienia zepchnięte na margines, jednak otwierające kilka nowych, interesujących ścieżek w myśleniu o nim, zarówno dla osób autystycznych, ich rodzin dla wielu ludzi z otwartym umysłem, niezależnie od neurotypu czy pełnionej roli społecznej. Każdej z tych ścieżek warto przyrzeć się nieco bliżej. Być może rzeczywiście wszyscy żyjemy w różnych czasach – choć równocześnie.

Lektury dla dociekliwych:

Allman, M. J. & DeLeonIser, I. G. (2008). “No time like the present”: Time perception in autism. In A. C. Giordano & V. A. Lombardi (Eds.), *Causes and risks for autism* (pp. 65–76).

Botbol, M., Cabon, P., Kermarrec, S., & Tordjman, S. (2013). Biological and psychological rhythms: An integrative approach to rhythm disturbances in autistic disorder. *Journal of Physiology, Paris, 107(4)*, 298–309.

<https://doi.org/10.1016/j.jphysparis.2013.03.009>

- Casassus, M., Poliakoff, E., Gowen, E., Poole, D., & Jones, L. A. (2019). Time perception and autistic spectrum condition: A systematic review. *Autism Research, 12*(10), 1440–1462. <https://doi.org/10.1002/aur.2170>
- Fuchs, T [T.] (2001). Melancholia as a desynchronization: Towards a psychopathology of interpersonal time. *Psychopathology, 34*(4), 179–186. <https://doi.org/10.1159/000049304>
- Fuchs, T [Thomas] (2013). Temporality and psychopathology. *Phenomenology and the Cognitive Sciences, 12*(1), 75–104. <https://doi.org/10.1007/s11097-010-9189-4>
- Husserl, E. (1991). *On the phenomenology of the consciousness of internal time. Collected works: / Edmund Husserl. Ed.: Rudolf Bernet ; 4.* Kluwer Academic Publ.
- Moskalewicz, M., & Schwartz, M. A. (2020). Temporal experience as a core quality in mental disorders. *Phenomenology and the Cognitive Sciences, 19*(2), 207–216. <https://doi.org/10.1007/s11097-020-09665-3>
- Vogel, D., Falter-Wagner, C. M., Schoofs, T., Krämer, K., Kupke, C [Christian], & Vogeley, K [Kai] (2019). Interrupted time experience in autism spectrum disorder: Empirical evidence from content analysis. *Journal of Autism and Developmental Disorders, 49*(1), 22–33. <https://doi.org/10.1007/s10803-018-3771-y>
- Vogel, D., Falter-Wagner, C., Schoofs, T., Krämer, K., Kupke, C [Christian], & Vogeley, K [Kai] (2020). Flow and structure of time experience – concept, empirical validation and implications for psychopathology. *Phenomenology and the Cognitive Sciences, 19*(2), 235–258. <https://doi.org/10.1007/s11097-018-9573-z>
- Wyllie, M. (2005). Lived time and psychopathology. *Philosophy, Psychiatry, & Psychology, 12*(3), 173–185. <https://doi.org/10.1353/ppp.2006.0017>
- Zukauskas, P. R., Assumpção, J. F. B., & Siltan, N. (2009). Temporality and Asperger's syndrome. *Journal of Phenomenological Psychology, 40*(1), 85–106. <https://doi.org/10.1163/156916209X427990>