

## טיפול בעזרת בעלי חיים, מה זה אומר?

מחקרים רבים מצביעים על ההשפעות החיוביות שקשר עם בעלי חיים מחולל למצבים רגשיים, חברתיים ופיזיולוגיים. לכן, בשנים האחרונות רואים יותר בעלי חיים משולבים במסגרות חינוכיות, טיפוליות ושיקומיות. מה בדיוק קורה שם במרחב הטיפולי הזה?

בתלי הימן 08.12.2019 11:54

נורית (שם בדוי) יושבת לידי בתוך כלוב הארנבונים ואומרת: "אמא שלי תמיד אומרת שחיות זה מלוכלך. אני חושבת שזה מאוד מעליב אותן". לאחר שתיקה קצרה, היא מוסיפה: "את יודעת שרומי אומרת לי שהיא לא רוצה להיות חברה שלי כי אני מלוכלכת?". "זה באמת מאד מעליב", אני אומרת לה, ונורית ממשיכה: "פעם נשפך עלי שוקולד כשאכלתי סנדוויץ', זה לא אומר שאני מלוכלכת. ואפילו אם הארנבים מלוכלכים, אני מאוד אוהבת לשחק איתם".

נורית הגיעה אלי לטיפול רגשי הנעזר בבעלי חיים. הגננות שלה לשעבר תיארו אותה כילדה חברותית, שמחה ומתפקדת, אבל כחודשיים לאחר שהחלה ללמוד בכיתה א' חל שינוי מדאיג בהתנהגותה, שהתבטא בחוסר רצון להגיע לבית הספר, עצבנות רבה והתקפי זעם, בעיקר כלפי אמה.

בעלי החיים הם השותפים הטבעיים שלי בטיפול. היותם בעלי תחושות, מחשבות ורגשות מאפשר חיבור רגשי ברמה הלא מודעת, ומתוך כך קורה עיבוד של חוויות חיים כמו הורות, אחאות, משפחה וזוגיות, הריון ולידה, חברות, מוות, תוקפנות ועוד. בטיפול כזה נרקם קשר משולש בין המטפלת לבין בעלי החיים לבין המטופל, המאפשר העלאה של נושאים כאלה ואחרים, בין אם במישירין ובין אם בעקיפין, ממש כמו שנורית החלה את השיחה על הארנבון שנעלב.

מחקרים רבים מצביעים על ההשפעות החיוביות, ישירות ועקיפות, שקשר עם בעלי חיים מחולל למצבים רגשיים, חברתיים ופיזיולוגיים של מטופלים. לכן, בשנים האחרונות רואים יותר ויותר בעלי חיים משולבים במסגרות חינוכיות, טיפוליות ו/או שיקומיות, המיועדות למגוון רחב של אוכלוסיות וגילאים כמו ילדים ונוער בסיכון, בני ובנות הגיל השלישי, מבוגרים וילדים הסובלים מבעיות קשב וריכוז ועוד.

חשוב להדגיש שתחום הטיפול הנעזר בבעלי חיים חרט על דגלו שיקום הן של בני אדם והן של בעלי החיים ורווחתם. טיפול רגשי נכון ומיטיב יכול להתבצע רק מתוך קשר הדדי בין בני אדם לבין בעלי החיים, ורק כאשר בעלי החיים מקבלים יחס טוב ואהבה, ואינם מחופצנים לכדי אמצעי טיפולי בלבד, אלא מקבלים יחס כאל ישויות סובייקטיביות עם צרכים, רגשות ורצונות משל עצמם וטיפול הולם בהתאם לכך.

מרחב טיפולי, בו נמצאים גם בעלי חיים, מפעיל את המטופל מבחינה חושית ורגשית בעוצמה גבוהה, ויוצר הזדמנות למפגש ייחודי בין המטופל לעולמו הפנימי. במהלך הטיפול מתקיימות התרחשויות מציאותיות בין ועם בעלי החיים, שמאפשרות למטופל לחוות דברים באופן קונקרטי, ובו-זמנית גם באופן סימבולי, אישי ופנימי.

חוויות ואירועים שונים בטיפול "זורקים" את המטופל לחוויות חיים המוכרות לו ממקום ומזמן אחרים (הגן, הבית, משחק עם חברים וכדומה). חוויות אלו מיוצגות ונוכחות כאן ועכשיו באינטראקציה עם בעלי החיים, אך יחד עם זאת גם באופן סימבולי. לדוגמה: חיה המתרחקת מחבריה יכולה להיחווה בעולמו הפנימי של מטופל אחד כנוטשת, כועסת, או כישות לא-אוהבת, ואילו מטופל אחר יחווה אותה כמי שמחפשת שקט או פרטיות. גם הגירויים החושיים (ריחות, קולות, מראות) שהמפגש עם בעלי

חיים מזמן מעוררים תחושות שונות כמו גועל, סקרנות, תסכול או התלהבות בהתאם לעולמו הפנימי וחוויות חייו של המטופל.

בתהליך טיפולי שנעזר בבעלי חיים, המטופל מביע את עולמו הפנימי באמצעות התפקידים שהוא מייחס לחיות השונות ודרך הפירושים הסובייקטיביים שהוא מייחס להתנהגותן. שילובם של בעלי חיים בטיפול רגשי תורם באופן משמעותי להאצה של תהליכים תרפויטיים ולהעצמה של חוזקות. המטופל מייחס לבעלי החיים תכונות, רצונות ורגשות מתוך ראייתו ותפיסתו את העולם, וזאת משום שבעלי החיים השונים המשתתפים בטיפול מייצגים בעבורו דמויות משמעותיות בחייו כמו גם חלקים שלו עצמו. כך למעשה נוצר מצב שבו "גן החיות החיצוני" (ההתרחשות בין החיות לבין עצמן, או בין החיות לבין המטופל) משקף את "גן החיות הפנימי" של הדמויות ומערכות היחסים בנפשנו.

במהלך הטיפול של נורית, בין השאר גם בזכות הארנבונים החמודים, התברר שאופן האכילה שלה גרר צחוקים מצד הילדים בכיתה ואף חרם עליה עם כניסתה לכיתה א'. נורית ניסתה לספר לאמה את שארע ברמזים שונים, ומשלא הובנה על ידה הביעה את כעסה בהתפרצויות זעם וכעס מתמשך, בעיקר כלפי אמה, כיוון שחשה תסכול ואכזבה ממנה על שלא הבינה את שעובר עליה. הקשר עם הארנבונים, שהם "מלוכלכים" בעיני אמה, עזרו לנורית להשליך את "גן החיות הפנימי" שלה על הדמויות המציאותיות בחייה (אמה ורומי, במקרה זה) ועל מערכות היחסים איתן. זה האיץ את הדרך להבנת הבעיה וטיפול בה.

בתיווך המטפלת, לומדים המטופלים להכיר את דפוסי ההתנהגות והחשיבה שלהם עצמם ומקבלים הזדמנות לפתח צורות התבוננות חדשות, כלים ודפוסי התנהגות, שאותם ייקחו עימם הלאה כצידה לדרך לקראת התמודדויות שונות בחייהם.

*הכותבת הינה מטפלת רגשית הנעזרת בבעלי חיים*