

## חשיבותו של המפגש הבלתי-אמצעי בין ילדים לבעלי חיים

### דפנה לב וד"ר רוני רדו

תחילתו של הקשר בין אנשים לבעלי חיים בראשית ימי ההיסטוריה האנושית. הממצא הקדום ביותר המעיד על קשר של אדם עם בעל חיים התגלה דווקא כאן בארץ: קבר בצפון הארץ, שגילו מוערך בכ-12,000 שנים, שבו שלד של נערה שידה מונחת על גור כלבים, באופן המעיד על הקשר העמוק בין השניים (דורון, 2000; טרקל, 1999). מעט מאוחר יותר, עם תחילת ביותם של בעלי חיים נוספים, לפני יותר מ-10,000 שנה, החלה מעורבותם העמוקה של בעלי החיים בחיי המשפחה של האדם (שליו, 1996).

בתקופה שבה התפרנס האדם מעבודת האדמה וחי קרוב יותר לטבע, היה הקשר עם בעלי החיים אמיץ ביותר. אולם עם המעבר לחיים בעיר והתפתחותן של ערים גדולות, מרובות אוכלוסין, הצטמצמו ההזדמנויות ליצירת היחסים הקרובים בין אנשים לבעלי החיים (טרקל, 1999). אולם, הקשר הרגשי עם עולם הטבע, הצורך ליצור קשר עם הטבע, אהבת הטבע – או בשמה המדעי "ביופיליה" (Biophilia), מונח שטבע הביולוג ווילסון (Wilson, 1984) – כל אלה עדיין קיימים. לכן, אנו אוהבים לצאת לטייל בטבע, נוהגים ללוות את שלבי חיינו השונים, מהלידה ועד המוות, בזרי פרחים, ומגדלים בבתינו חיות מחמד, בעיקר כלבים וחתולים. בארצות הברית, למשל, כ-44% ממשקי הבית מחזיקים כלב, וכ-35% מחזיקים חתול (ASPCA, 2017).

כבר במאה שעברה החלו להיאסף עדויות רבות המצביעות על התועלת הפיזית, החברתית והנפשית שבני האדם מפיקים ממפגש בלתי-אמצעי (בעיקר מגע) עם בעלי חיים. משנות ה-60 של המאה ה-20 החלו המדענים להעמיק ולחקור את הקשר בין אנשים לבעלי חיים ואת השפעתו על הבריאות הפיזית, החברתית והנפשית של בני אדם בכלל ושל ילדים בפרט (דורון, 2000).

נמצא, שתרומתם של בעלי החיים לאדם באה לידי ביטוי בשלושה מישורים עיקריים: במישור הפיזיולוגי, במישור הלימודי-חינוכי-חברתי ובמישור הרגשי.

### תרומת בעלי חיים במישור הפיזיולוגי

מתוצאות מחקרים עולה שליטוף בעלי חיים, ואפילו שהייה לידם ללא מגע ישיר, גורמים להורדת לחץ הדם (Vormbrock and Grossberg, 1988) ומפחיתים תחושות חרדה (Shiloh, Sorek and Terkel, 2003). למשל, אצל ילדים בכיתות של בית הספר היסודי שהשתתפו בפעילויות עם כלבים, נרשמה ירידה בקצב פעילות הלב, ירידה בלחץ הדם וירידה ברמת החרדה (Coulee Region Humane Society, 2012; Jalongo et al., 2004).

עוד נמצא שגידול חיות מחמד מפחית את הסיכון למחלות לב (Anderson, Reid and Jennings, 1992) ומקצר את משך ההחלמה מאירוע לב (Friedmann et al, 1980). נראה שהחשיפה לבעל חיים ידידותי מעודדת שחרור אנדורפינים, המעוררים הרגשה טובה, ושחרור לימפוציטים, המתגברים את מערכת החיסון (Braun et al, 2009). בכמה מחקרים נמצא, כי טיפול בעזרת בעלי חיים בילדים המאושפזים בבית חולים הפחית במידה ניכרת את החרדה, כפי שעולה מדיווחי ההורים והצוות הרפואי (Caprilli and Messeri, 2006; Braun et al, 2009). גם טיפול שיניים של ילדים עובר בצורה הרבה יותר רגועה בנוכחות חיית מחמד (Havener et al, 2001).

#### תרומת בעלי חיים במישור הלימודי-חינוכי-חברתי

ילדים נטייה טבעית לאהוב בעלי חיים, ללטף אותם ולטפל בהם, ומחקרים מדעיים שונים רואים בקשר עם בעלי חיים גורם משמעותי להתפתחותם של ילדים (Jalongo et al., 2004).

בבתי ספר מסוימים משולבים בעלי החיים בחיי בית הספר ו/או בכיתות הלימוד. יש עדויות רבות לכך שנוכחות בעלי החיים משפרת את האקלים הבית ספרי ומפחיתה אלימות (בצרי ופוקס, 2001). כמו כן, נמצא שיכולת הלמידה של התלמידים משתפרת כאשר בכיתה נוכחים בעלי חיים. במחקר שנערך בכיתות יסוד נמצא כי יכולת הקריאה של התלמידים השתפרה כאשר בכיתה היה נוכח כלב (Jalongo, 2005). בעלי חיים בכיתה מסייעים ליצירת סביבה לימודית תומכת ולקידום מיומנויות אורייניות (Friesen and Delisle, 2012).

העבודה עם בעלי החיים מאפשרת לילדים לצבור הצלחות ולהביא לידי ביטוי תכונות חיוביות שלעתים חבויות בהם, כמו כישורים חברתיים, מיומנויות תקשורת, מנהיגות, אחריות אישית, יכולת קבלת החלטות ופתרון בעיות. בנוסף, המפגש עם בעלי החיים במסגרת החינוכית מזמן אפשרויות רבות ללמידה חווייתית (בצרי ופוקס, 2001; American Humane Association, 2015; Chitic et al., 2012; Heimlich, 2001; Jalongo, 2005). התלמידים מושפעים מנוכחות בעלי חיים, מתברר כי גם המורים וכל צוות בית הספר נתרמים ברמה הרגשית, החברתית והפיזיולוגית (Heimlich, 2001).

במחקרים שבהם נבדקה השפעת בעלי החיים על ילדים בעלי צרכים מיוחדים נמצא שבכיתות שבהן יש בעלי חיים עולה יכולת הלמידה ויכולת יצירת קשרים חברתיים (Friesen, 2010; Melson, 2003; Walsh, 2009).

בישראל קיימת פעילות משמעותית של חינוך בנושא בעלי חיים ושל שילוב בעלי חיים במערכת החינוך, כמו במפגשים של ילדי בית הספר עם בעלי חיים במסגרת התוכנית "הרוח החיה שבחבורה". דיווחים של הצוותים החינוכיים מעלים כי, הילדים לומדים לחוש אמפתיה כלפי הזולת, לומדים להגן על בעלי חיים מפני התעללות ולומדים לשאת באחריות כלפי הנתונים לטיפולם. התלמידים רוכשים רגישות לסבל הזולת, בין אם הוא בעל חיים ובין אם

הוא אדם. מנהלי בתי ספר ששילבו בבית ספרם עבודה עם בעלי חיים או ששילבו בתכנית הלימודים את נושא בעלי החיים, מדווחים שחלו שינויים חיוביים בהתנהגותם של התלמידים, באקלים הבית ספרי וביכולתם של התלמידים ליצור קשרים עם תלמידים אחרים (המשרד להגנת הסביבה – "הרוח החיה שבחבורה").

### תרומת בעלי חיים במישור הרגשי

על פי בוריס לוינסון (Levinson, 1984), הנחשב לאבי התחום של טיפול בעזרת בעלי חיים, ההערכה העצמית והדימוי העצמי של הילד יכולים להיות מושפעים לטובה מקשר עם חיות מחמד. לדבריו, חיות המחמד רואה בילד "כל יכול": אין היא מודעת לחוסר יעילותו או יכולתו ואין לה דרישות שהילד אינו יכול למלאן; הקשר בין הילד לחיות המחמד אינו נתון ללחץ וחרדה מכישלון אישי, תחושות המלוות יחסים עם בני אדם. ומכאן, מסיק לוינסון, שהקשר עם חיות מחמד יכול להגביר את הביטחון העצמי של הילד.

מחקרים רבים פורסמו בעולם ובארץ על הטיפול הרגשי בעזרת בעלי חיים, על יתרונותיו עבור ילדים ועל השפעתו המיטבית. בישראל, בעשרים השנים האחרונות התפתח מאוד תחום הטיפול בעזרת בעלי חיים ואנו בחרנו לתאר כאן כמה מהמחקרים שבוצעו בארץ.

גל שורק, במסגרת מחקר שנערך במסגרת יחידת חיות וחברה, באוניברסיטת תל אביב, הראתה שלהכרת בעלי חיים מגיל צעיר ולהתנסות חיוביות עמם יש חשיבות רבה. מתוצאות מחקרה עולה שידע מוקדם על בעלי החיים מפחית חרדות: ככל שילד נחשף בגיל מוקדם יותר לחוויות חיוביות עם בעלי חיים, כך קטן הסיכוי שייפתח פחדים חריגים (שורק, 2001).

הטיפול בעזרת בעלי חיים מסייע באופן משמעותי לילדים הסובלים מבעיות רגשיות או ממוגבלויות שונות, למשל, ילדים הסובלים מהתקשרות לא בטוחה, כתוצאה מהתעללות או הזנחה בשלבי חייהם הראשונים, כך עולה ממחקריהן של סיגל זלכה-מנו וננסי פריש פלס (זלכה-מנו, 2012; פריש-פלס, 2008).

קרן בקי, במסגרת מחקר לתואר שני באוניברסיטת תל אביב, בחנה את השפעת הרכיבה הטיפולית על בני הנוער המטופלים בפנימייה, ומצאה שההתערבות באמצעות טיפול ברכיבה שיפרה את תחושת השליטה העצמית של הנבדקים, חיזקה את תחושת האמון שלהם והגבירה את שביעות רצונם מחייהם (בקי, 2005).

מחקר ישראלי נוסף בחן את השפעתה של התערבות מונחית בעזרת בעלי חיים על ילדים בעלי צרכים מיוחדים. במחקר זה נמצא שתחושת הרווחה של הנבדקים עלתה ושהמיומנויות החברתיות שלהם השתפרו. כמו כן, נמצאו השפעות מרגיעות בהיבט הפיזיולוגי וההתנהגותי (ברנזון, טרקל ודורון, 2006).

מתוך דו"ח ראשוני שהתפרסם על מחקר שמתקיים בימים אלה ובו משתתפים כ-1,200 מורים שמשלבים בעלי חיים בכיתות הלימוד בארה"ב ( American Humane Association, ) (2015) וכן ממאמר שהתפרסם בחודש יולי השנה (Brelsford et al, 2017), שבו סקר

החוקרים 50 מאמרים חדשים הדנים בהשפעת הכנסת בעלי חיים לכיתת הלימוד, מתקבלת תמונה ברורה על ההשפעה המיטיבה שיש לנוכחות בעלי חיים בכיתת הלימוד על התלמידים ועל צוותי ההוראה. השפעה זו ניכרת בהצלחה בלימודים, בקידום תקשורת בין-אישית (החשובה במיוחד בעידן הרשתות החברתיות), בשיפור האקלים הבית ספרי, בטיפולים הרגשיים הפרטניים ועוד.

### מקורות

אקלסרד-לוי, ת. ומוטרו, מ. (2014). **בין חינוך לטיפול הנעזר בבעלי חיים: תיאוריה ומעשה. חיות וחברה**, גיליון 50.

בצרי, ר. ופוקס י. (2001). חשיבות שילוב בעלי חיים בבית הספר – כאמצעי וכמטרה. בתוך: טסלר, א., טרקל, י. ומגד, ע. (עורכים). **חיות, חברה ומה שביניהן**. יחידת חיות וחברה באוניברסיטת תל אביב ומערך ההגנה על בעלי חיים במשרד לאיכות הסביבה.

בקי, ק. (2005). **השפעת טיפול ברכיבה על מדדים של דימוי עצמי, שליטה עצמית ואמון בקרב בני נוער בפנימייה טיפולית**. עבודת גמר לקראת התואר מוסמך אוניברסיטה בעבודה סוציאלית, אוניברסיטת תל אביב.

ברנזון, מ., טרקל, י. ודורון, ש. (2006). **השפעת ההתערבות בעזרת בעלי חיים על בעלי פיגור שכלי**. קרן שלם.

דורון, ש. (2000) **הקשר בין ילדים לבעלי חיים במגוון היבטים**. חיות וחברה, גיליון 11. המשרד להגנת הסביבה, הרוח החיה שבחבורה. נדלה מתוך: [http://www.sviva.gov.il/subjectsEnv/AnimalProtect/Education/Haruach\\_Hachaya/Pages/default.aspx](http://www.sviva.gov.il/subjectsEnv/AnimalProtect/Education/Haruach_Hachaya/Pages/default.aspx)

זלכה-מנו, ס' (2012). **הטיפול הנעזר בבעלי חיים מבעד לפרספקטיבה שמציעה תאוריית ההתקשרות**. חיות וחברה, גיליון 47.

חיות וחברה – מחקר. נדלה מתוך: <http://animalsoc.tau.ac.il/about/research.asp> טרקל, י. (1999). מבוא. בתוך: ניניו, ר. ואיזנברג, ד. (עורכות). **מטפלים על ארבע – טיפול בעזרת בעלי חיים במגוון אוכלוסיות מיוחדות בישראל**. הוצאת אח.

פריש-פלס, נ' (2008). **טיפול בעזרת בעלי חיים לילדים הסובלים מהתקשרות לא-בטוחה כתוצאה מהתעללות או הזנחה**. חיות וחברה, גיליון 38.

שורק, ג. (2001). **מי מפחד מהזאב? בגלל השיניים? פחדים מבעלי חיים**. חיות וחברה, גיליון 17.

שליו, א' (1996). **המרפא הפרוותי**. הוצאת צ'ריקובר.

American Humane Association, (2015). **Pets in the classroom study – Phase I findings report.**

Anderson, W.P., Reid, C.M. and Jennings, G.L. (1992). **Pet ownership and risk factors for cardiovascular disease.** The Medical Journal of Australia, 157(5): 298-3011.

ASPCA, (2017). **Pet Statistics.** Retrieved from: <https://www.asPCA.org/animal-homelessness/shelter-intake-and-surrender/pet-statistics>

Braun, C., Stangler, T., Narveson, J. and Pettingel, S. (2009). **Animal-assisted Therapy as a Pain Relief Intervention for Children.** Complementary Therapies in Clinical Practice, 15(2), 105-109.

Brelsford, V.L., Meins, K., Gee, N.R. and Pfeffer, K. (2017). **Animal-assisted interventions in the classroom – a systematic review.** International Journal of Environmental Research and Public Health, 14(7): 669.

Caprilli, S. and Messeri, A. (2006). **Animal-assisted activity at A. Meyer children's hospital: a pilot study.** Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine, September (3): 379-383.

Chitic, V., Rusu, A. and Szamoskozi, S. (2012). **The effects of animal assisted therapy on communication and social skills: a meta-analysis.** Transylvanian Journal of Psychology, 13(1): 1-17.

Coulee Region Humane Society. (2012). **Pet therapy home page.** Retrieved from: <http://www.couleehumane.com/pet-therapy2/>

Friedmann, E., Katcher, A.H., Lynch, J.J. and Thomas, S.K. (1980). **Animal companions and one-year survival of patients after discharge from coronary care unit.** Public Health Reports, 95(4): 307-312.

Friesen, L. (2010). **Exploring animal-assisted programs with children in school and therapeutic contexts.** Early Childhood Education Journal 37(4): 261-267.

Friesen, L. and Delisle, E. (2012). **Animal-assisted literacy.** Childhood Education, 88(2): 102-107.

Havener, L., Gentes, L., Thaler, B., Megel, M., Baun, M., Driscoll, F. & Agrawal, (2001). **The effects of a companion animal on distress in children undergoing dental procedures.** Issues in Comprehensive Pediatric Nursing, 24(2): 137-152.

- Heimlich, K. (2001). **Animal-assisted therapy and the severely disabled child: a quantitative study**. *Journal of Rehabilitation*, 67(4): 48-54.
- Jalongo, M. (2005). **"What are all these dogs doing at school?" using therapy dogs to promote children's reading practice**. *Childhood Education*, 81(3): 152-158.
- Jalongo, M., Astorino, T. and Bomboy, N. (2004). **Canine visitors: The influence of therapy dogs on young children's learns and well-being in classrooms and hospitals**. *Early Childhood Education Journal*, 32(1): 9-16.
- Levinson, B.M. (1984). **Human/companion animal therapy**. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 14(2): 131-144.
- Shiloh, S., Sorek, G. and Terkel, J. (2003). **Reduction of state-anxiety by petting animals in a controlled laboratory experiment**. *Anxiety, Stress & Coping*, 16(4): 387-395.
- Melson, G. F. (2003). **Child development and the human-companion animal bond**. *American Behavioral Scientist* 47(31), 31-39.
- Vormbrock, J.K. and Grossberg, J.M. (1988). **Cardiovascular effects of human-pet dog interactions**. *Journal of Behavioral Medicine*, 11(5): 509-517.
- Walsh, F. (2009). **Human-animal bonds II: The role of pets in family systems and family therapy**. *Family Process* 48(4): 481-499.
- Wilson, E.O. (1984). **Biophilia**, Cambridge, Mass: Harvard University Press.