

ד"ר רחל גילשטרומ (2017) חיות מחמד במשפחה, הגלוי הסמוי ומה שביניהם, הקשרים טיפוליים. (גוונים תל אביב)

להלן המאמר הראשון בספר :

מקומן של חיות המחמד במשפחה: תרומתן המשמעותית לתפקודה *

במשפחות רבות נחשבות חיות המחמד להברות משפחה. למרות חשיבותן הרבה, מקומן במערכת המשפחתית כמעט שלא נחקר. במאמר זה נסקרת תרומתן של חיות המחמד לבריאותם הנפשית של חברי המשפחה ולהתמודדותם עם אירועים קשים במשפחה ומתוארות דרכי השתלבותן בשלבים שונים של התפתחות המשפחה. בהמשך המאמר מוצגים תפקידיהן של חיות המחמד באינטראקציות משפחתיות יומיומיות, כפי שהם נתפסים על ידי חברי המשפחה ועל ידי מטפלים משפחתיים. פעמים רבות משתלבות חיות המחמד במשולשים רגשיים במשפחה, ובמאמר מוצגים תיאורי מקרה המדגימים את הדרכים שבהן משתלבות חיות המחמד במשולשים אלו וכיצד הן עשויות, במקרים רבים, לתרום לשיפור האווירה או לשיכוך בעיות בין חברי המשפחה. שילוב חיות המחמד במשולשים רגשיים מלמד על השפעתן העמוקה על מערכות היחסים במשפחה.

מילות מפתח: חיות מחמד, טיפול משפחתי, משולשים רגשיים, משפחה

על פי בוואן (14), משפחה היא מערכת. חברי משפחה החיים תחת קורת גג אחת שלובים זה בזה ומרכיבים בעצמם קיומם וביחסיהם מערכת גדולה ומורכבת. המערכת המשפחתית עשויה לכלול גם חברים מהרשת המשפחתית הרחבה יותר, חברים שאינם קרובי משפחה וכן חיות מחמד. חיות המחמד השכיחות ביותר במשפחות הן כלבים וחתולים, ואחריהם ציפורים וסוסים (43,44) הרוב הגדול של מגדלי חיות מחמד מגדירים אותן כחברות משפחה (16,17,22,41,43,44), מה שמעיד על הדדיות בקשר אדם-חיה בתוך המשפחה. "כל קשר הכולל אדם וחיה הוא ייחודי כמו השניים המרכיבים אותו, ומושפע לעתים קרובות מגורמים כמו גיל, מין ומאפייני אישיות. אנשים וחיות מחמד יוצרים מערכות יחסים של זוגות, ואפילו שלשות, בתוך המערכת המשפחתית. כל החברים במערכת המשפחתית משפיעים, באופן ישיר או בעקיפין, על שאר חברי המשפחה, ולכן יש לקחת בחשבון את האופי ההדדי של הקשרים אנשים-חיות" (תרגום חופשי מתוך: (40) p.360). בהתייחס לתפקידי החיות במשפחה, מציע לוינסון (26), שתפקיד החיות במשפחה תלוי במבנה המשפחה, בכוחות הרגשיים והפיזיים ובחולשות של כל אחד מחבריה, בזרמים הרגשיים הפועלים מתחת לפני השטח ובאקלים החברתי. מתוך כך, אפשר להסיק על חשיבותן הרבה של חיות המחמד בחייהן של משפחות רבות.

* המאמר ראה אור לראשונה בכתב העת חיות וחברה: גילשטרומ, ר. (2013). מקומן של חיות המחמד

במשפחה: תרומתן המשמעותית לתפקודה. חיות וחברה, 48, 36-43.

תרומתן של חיות המחמד לבריאותם הנפשית של חברי המשפחה ולהתמודדותם עם אירועים קשים

במשפחה

למרות חשיבותן של חיות המחמד בחיי המשפחה, תפקידיהן במערכת המשפחתית, כפי שהן נתפסים על ידי בעליהן ואנשי טיפול, כמעט שלא נחקרו (44). רוב המחקרים שנערכו על הקשר בין חיות המחמד לבעליהן התמקדו בתרומתן של חיות המחמד לבריאותם של בעליהן כאדם או כפרט בודד, ולא בתרומתן בהיבט המשפחתי. מגמה מחקרית מרכזית בספרות המקצועית היא התייחסות להיבט המשפחתי באופן עקיף, דרך תרומתן של חיות המחמד להתמודדות עם אירועים קשים במשפחה, למשל התמודדות עם מחלת הסרטן (25), הסתגלות לאובדן בן זוג (6), הסתגלות הורים למות ילדם (4), התמודדות ילדים עם קונפליקטים הוריים הפוגעים ביכולתם של ההורים להתפנות לילדיהם (38) והתמודדות ילדים עם גירושי הוריהם (11,31). נמצא, שלעתים קרובות, בזמנים של מצוקה רגשית, יעדיף בעלים של כלב לפנות אל כלבו יותר מאשר להוריו, לאחיו, לילדיו או לחבריו הטובים (24). מחקרים אלו, המלמדים על תרומתן העצומה של חיות המחמד להתמודדות וליכולת להסתגל לאירועים ומשברים קשים בחייהם של בעליהן, מתמקדים בתרומתן של חיות המחמד לבן משפחה אחד, המושפע מאירועים הפוקדים את המשפחה כמערכת.

מגמה מחקרית אחרת היא בחינת תרומתן של חיות המחמד לבריאותם הנפשית והפיזית של זוגות. על אף שבחלק מהמחקרים לא נמצאו הבדלים מובהקים מבחינה סטטיסטית לגבי תרומתן של חיות המחמד לבריאותם של זוגות (לדוגמה: 35), התגלו ממצאים מעניינים בהקשר זה. למשל, נמצא שתחושת הביטחון בקשר עם חיית המחמד הייתה גבוהה יותר בהשוואה לתחושת הביטחון בקשר עם חיות המחמד נמוך יותר בעת ביצוע פעולה מלחיצה בנוכחות כלב בהשוואה לנוכחות בן הזוג (9); מידת העוינות והכעס בעת ביצוע משימה מלחיצה הייתה נמוכה יותר בנוכחות כלב בהשוואה לנוכחות בן הזוג (8); דיבור אל הכלב (בנוסף לדיבור אל בן הזוג) קושר לבריאות רגשית ופיזית טובה יותר ושביעות רצון גבוהה יותר מהחיים (6). במחקרים אחרים על זוגות וחיות מחמד נבדקה השפעת חיית המחמד על הסתגלות בן זוג המטפל בבן זוג החולה במחלה כרונית: סרטן (33), אלצהיימר (20) ונזק מוחי (7). במחקרים אלה נמצא שחיות המחמד תומכות, מנחמות ומחזקות את בני הזוג בהתמודדותם עם המצבים הקשים. ניתן לראות שגם מחקרים אלו מתמקדים בתפיסתו של אחד מבני הזוג בלבד את השפעת חיית המחמד.

תפקידי חיות המחמד בשלבי התפתחות המשפחה

היבט אחר של הסתכלות על תפקידי חיות המחמד במשפחה מבוסס על שלבים שונים בהתפתחות המשפחה. את מחזור חיי המשפחה מקובל לחלק לשישה שלבים: צעירים לפני נישואים, זוגות נשואים צעירים, משפחות עם ילדים קטנים, משפחות עם ילדים מתבגרים, משפחות שילדיהן גדלו ועזבו את הבית ומשפחות בחיים מאוחרים (18). בכל שלב משתנים תפקידי חיות המחמד בהתאם לצורכי המשפחה ולשינויים החלים בה (41).

צעירים לפני נישואים: העיסוקים העיקריים של אדם הנמצא בשלב זה של חייו הם הפרידה ממשפחת המוצא, פיתוח חיים עצמאיים, מציאת כיוון מקצועי ומציאת קשר זוגי. שלב זה מאופיין לעתים קרובות בבדידות רבה, וההתקשרות לחיית מחמד בשלב זה יכולה להיות חזקה ביותר. חיית המחמד ממלאת את צורך בחברה, ומקבלת תפקיד של אדם, של חבר קרוב (5).

זוגות נישואים צעירים: בשלב זה, רבים בוחרים לאמץ חיית מחמד כאימון לתפקידם העתידי כהורים (28). במקרים אלה, חיית המחמד מקבלת את תפקיד הילד. קיים דמיון רב בין הזנה, טיפול ודאגה לחיית מחמד לבין הזנה, טיפול ודאגה לילד. בשני המקרים יש צורך בהתמדה, בעקביות בחינוך ובהצבת גבולות, ובשני המקרים ההורים משמשים מודלים לתפקידים ומדרכנים להתפתחות (40). התלות המוחלטת של חיית המחמד באנשים המטפלים בה משמרת אותה בתפקיד קבוע של ילד. תלות זו מסבירה את ההתקשרות החזקה לחיית המחמד בשלב זה בחיי המשפחה. זוגות רבים דוחים את הולדת הילדים ויש הבוחרים שלא להביא ילדים. בעבור זוגות אלה ממלאות חיות המחמד את תפקיד הילד למשך פרק זמן ממושך יותר או אף לתמיד (41). במחקר שנערך בישראל בקרב זוגות צעירים עלתה תמונה מעט מורכבת יותר. אף על פי שזוגות צעירים אכן בחרו לאמץ חיית מחמד, לאחר לידת הילד הראשון התרחשה בקרב חלק מהזוגות הקשחת גבולות וויתור על הכלב עד כדי מסירתו לזוג אחר (34).

משפחות עם ילדים צעירים: בשלב זה, חיות המחמד כבר אינן משמשות תחליף לילדים, ובשל המחויבות לטפל בילדים הקטנים יש פחות זמן להקדיש לחיית המחמד. השינויים במבנה המשפחה מביאים לכך שהתקשרות המבוגרים לחיית המחמד המשפחתית פוחתת. במקומם, מתחילים הילדים לפתח קשרים איתה. חיות המחמד יכולות להיות חשובות מאוד בחיי הילדים, לספק להם תמיכה רגשית ולשמש בתפקיד חבר טוב או אפילו אח (5). הצורך לדאוג לרווחת חיית המחמד ולהדרכתה מסייע לילדים בפיתוח שליטה עצמית, יכולת לדחות סיפוקים, סבלנות, יכולת שליטה בדחפים ומשמעת עצמית – כל אלה נדרשים כדי לשאת במחויבות של דאגה לחיית המחמד (27). חיית המחמד מסייעת גם בחיזוק הדימוי העצמי. כאשר ילדים מתקשים לשלוט במיומנויות לימודיות הנדרשות מהם על פי גילם, הנחמה מהצלחת טיפולם בחיית המחמד שלהם יכולה לסייע בשיקום הערכתם העצמית הנפגמת מחוויות הכישלון בבית הספר. כאשר ילד חוזר מבית הספר במצב רוח קודר, יכולה חיית המחמד לסייע לו לחוש ראוי ורצוי. חיית המחמד משמשת מראה שבה הילד רואה עצמו אהוב ורצוי, ולא כמי שאינו עומד בציפיות המבוגרים. חיית המחמד יכולה לסייע גם בהעלאת מעמדו של הילד בקרב בני גילו בעת מפגשים משותפים של הילדים עם חיית המחמד. במפגשים אלה יכול הילד לספר על יחסיו עם חיית המחמד ולהפגין את יכולותיו בטיפול בה ובמשחק עמה. בנוסף, חיית המחמד מסייעת בפיתוח רגישות לתקשורת לא מילולית, הנדרשת כדי להתקרב לחיית המחמד ולהבין את התנהגותה (26). רגישות זו תסייע לילד בהמשך לפענח תקשורת לא מילולית עם חברי המשפחה ואנשים אחרים בסביבתו (27). אהבת חיית המחמד יכולה לסייע לילד גם בזמנים שבהם הוא חש בלתי אהוב בביתו, למשל כאשר תינוק חדש מגיע הביתה. כאשר תשומת הלב של ההורים ממוקדת בתינוק, יכול הילד הבוגר יותר לחוש בטוח בכך שחיית המחמד מעדיפה אותו (27). לרוב, ילדים יחידים מפתחים התקשרות חזקה לחיות המחמד במשפחה. חיות המחמד מספקות להם, וגם לילדים שאינם

יחידים, תחושת ביטחון ומסייעות להם בהתמודדות עם פחדים ותחושות בדידות. ילדי 'מפתח' – ילדים שהוריהם נעדרים בשעות הצהריים כאשר הם חוזרים מבית הספר – מתקשרים באופן חזק לחיית המחמד המקבלת את פניהם בהגיעם הביתה (44).

משפחות עם ילדים מתבגרים: בשלב זה מתחילים הילדים לפתח אוטונומיה מהוריהם. שלב זה יכול להיות מאוד סוער ולהוביל לקונפליקטים במשפחה. התרחקות המתבגרים מהוריהם עלולה לעורר רגשות של בידוד ובדידות ותחושה שאיש אינו מבין אותם (3). חיית המחמד יכולה לסייע למתבגרים בתחושת קבלה בשלב ההתפתחותי שבו הם חשים מאוד לא בטוחים בזותם (41), וכן להקל על רגשות הבדידות ולחזק את תחושת הרווחה של המתבגרים (12). לצד ציפיותיהם של מתבגרים ליותר עצמאות וזכויות בשלב זה של חייהם, הם נדרשים לעתים קרובות גם ליותר מחויבויות. מטלה שכיחה היא הטיפול בחיית המחמד המשפחתית, אשר מסייעת בלימוד אחריות (41).

משפחות שילדיהן גדלו ועזבו את הבית: בשלב זה, המכונה גם 'הקן הריק', עוזבים הילדים את הבית. למרות שהזמן שהתפנה מהעיסוק היומיומי בילדים יכול לאפשר לבני הזוג לגלות מחדש זה את זה ולפתח את יחסיהם הזוגיים, לרבים קשה להסתגל לאובדן תפקיד ההורות. בשלב זה הופכות חיות המחמד לתחליף לילדים שעזבו, וייתכן שההתקשרות אליהן בשלב זה גבוהה בשל תחושת האובדן הנגרמת מעזיבת הילדים. חיות המחמד מספקות להורים בכלל ולאמהות בפרט הזדמנות לחוש נדרשים על ידי מימוש היבטים אימהיים כמו טיפול בצאצאים (5,30,41).

משפחות בחיים המאוחרים: במהלך שלב זה מתרחשים שינויים רבים שלהם פוטנציאל למצוקה. פיטורים, יציאה לגמלאות, מחלה, מוות של אחד מבני הזוג או מעבר למקום מגורים חדש הם כמה מהאבידות העשויות להתרחש בשלב זה. האבידות עלולות לגרום לפיתוח קשיים אישיותיים (26), ויש להכיר בהן ולהסתגל אליהן (42). בשלב זה מספקות חיות המחמד חברה, מקלות על הבדידות ומסייעות בשיפור הבריאות הפיזית (41). העיסוק והעניין בחיות מחמד יכולים להתרחב ולכלול גם עניין ומעורבות עם אנשים אחרים, דבר שיכול להקל על ההתמודדות עם הקשיים בתקופה זו. על פי Levinson (26), לכלב שמור תפקיד מיוחד: הטיולים עם הכלב בסביבת המגורים מסייעים לרכישת חברויות חדשות, פיתוח תחומי עניין חדשים והגברת הקשרים עם הקהילה. משפחות רבות דואגות בשלב זה לגורל חיות המחמד שלהן. לאור האבידות שהם חווים בחייהם בתקופה זו, חוששים רבים מהכאב שייגרם להם אם חיית המחמד תחלה או תמות, ונמנעים, לרוב, מהכנסת חיית מחמד חדשה לביתם (41).

החלוקה לשלבים ההתפתחותיים בחיי המשפחה מציגה את תפקידיהן החשובים של חיות המחמד בכל שלב ואת השינויים החלים בתפקידן כאשר המשפחה עוברת לשלב הבא. נראה שאחד מהתפקידים החשובים ביותר שממלאות חיות המחמד בכל שלבי ההתפתחות הוא היותן דמויות התקשרות העונות על צורכי התקשרות, בדומה לדמויות אנושיות – ילד, בן/בת זוג, חבר/ה טוב/ה (2) ואח/אחות (5). תפקיד חשוב נוסף, השזור לאורך שלבי

ההתפתחות, הוא היותן מקור לתמיכה חברתית משמעותית בשל תחושת הרציפות שמספקת נוכחותן בחיי המשפחה (40).

תפקידי חיות המחמד באינטראקציות משפחתיות יומיומיות

עד כה נבדקה תרומת חיות המחמד לחיי המשפחה דרך קשר שיוצר אחד מבני המשפחה עם חיית המחמד. אך האם לחיות המחמד יש גם תפקיד במערכת המשפחתית כמכלול? להלן אציג כמה מתפקידיהן של חיות המחמד באינטראקציות היומיומיות המתקיימות בין כל חברי המשפחה.

קאין (16,17), בדקה את תפקידי חיות המחמד בתוך המערכת המשפחתית כולה, כחלק מהאינטראקציות היומיומיות המתקיימות בין חברי המשפחה. במחקרה היא בחרה נציגי משפחות, אשר ענו על שאלותיה תוך התייחסות והכללת תשובותיהם על כל חברי המשפחה. ממחקרים אלה עלו מספר ממצאים חשובים, ולהלן העיקריים שבהם. נמצא שבעקבות הכנסת חיית המחמד למשפחה חלו שינויים משמעותיים באינטראקציות בין בני המשפחה. האושר והצחוק המשפחתיים גברו, חלה עלייה במשך הזמן שהוקדש לבילוי משפחתי, וחלה עלייה במידת הקרבה בין חברי המשפחה סביב הטיפול בחיית המחמד. מצד שני, הכנסת חיית מחמד למשפחה הביאה גם לחילוקי דעות ולוויכוחים בנושאים הקשורים להקניית משמעת (מידת הפינוק, אחריות על הטיפול בחיית המחמד), ובנושאים הקשורים למרחב שבו מותר לחיית המחמד לשהות (במיטה, בתוך הבית או מחוצה לו). רבים מבני המשפחה הרגישו שחיית המחמד מקבלת את רוב מחוות החיבה בבית. רוב הנשאלים ציינו שחיית המחמד נכנסה למשפחה בסמיכות זמנים לאירועים משמעותיים, כמו פרידה, גירושים, עזיבת בן משפחה, מעבר דירה, משבר בעבודה, מוות של בן משפחה או מוות של חיית מחמד קודמת. רבים מהנשאלים הרגישו שחיות המחמד מתאימות עצמן למצבים הרגשיים של חברי המשפחה. למשל, חיות המחמד יכולות להיות שקטות בעת חולי, להפגין דיכאון כשחברי המשפחה עצובים, לריב זו עם זו כשהמתח רב או לקפוץ בשמחה ברגעי אושר של המשפחה. בעת מצבי משבר או חרדות עזות במשפחה, תוארו חיות המחמד כהיפראקטיביות, חסרות מנוחה, חרדות, מתקשות לישון או לאכול ומפתחות מחלות. הנשאלים דיווחו שבמצבי משבר מעין אלו, חיות המחמד יוצרות אינטראקציות מגוונות עם בני המשפחה. למשל, אינטראקציות של התקרבות – חיפוש תשומת לב, הגנה על חברי משפחה או הישארות בקרבתם, או אינטראקציות של התרחקות – התחבאות ונסיגה. כלומר, חיות המחמד משמשות מעין ברומטר של רגשות, מתחים וקונפליקטים במשפחה.

בשני מחקרים נוספים, היחידים למיטב ידיעתי, נבדקו תפקידיהן של חיות המחמד על ידי שיתוף של כל חברי המשפחה. האחד (39), בדק את השימוש בכלבים במהלך שיחות ואינטראקציות יומיומיות בין חברי המשפחה, על ידי הקלטות שערכו ההורים במהלך שבוע. הוא מצא שהשימוש בכלבים היה למטרות שינוי מסגרת השיחה להומוריסטית יותר (כהרגעה), לבלימת ביקורת, לשליחת מסרי גאווה לילד, ללימוד ערכים לילד, לפתרון קונפליקטים עם בן/בת הזוג וליצירת זהות משפחתית הכוללת את הכלבים כחברי משפחה. מחקר זה יכול להעיד על כך שלעתים היוזמה להיעזר

בחיית המחמד כתמיכה למערכת המשפחתית באה מצד חברי המשפחה. המחקר השני (13), בדק מדדים שונים של תמיכה חברתית במשפחות המחזיקות חיות מחמד. כל אחד מחברי המשפחה התבקש למלא שאלונים לבדיקת מדדים אלו לגבי יחסיו עם כל אחד מחברי המשפחה האחרים, כולל יחסיו עם חיית המחמד. כמו כן, כל אחד מחברי המשפחה נשאל באיזו מידה הוא חושב שכל אחד מחברי המשפחה האחרים שותף בבעלות על חיית המחמד. נמצא, שלרוב, חיות המחמד נתפסות כמשותפות לכל חברי המשפחה. מידת השותפות בבעלות על חיית המחמד קושרה למיקום המשפחתי של המשיב (אמא/אבא/בת/בן במשפחות עם ילדים, ונשים/גברים במשפחות ללא ילדים) ולמידת התמיכה החברתית שקיבל המשיב מחיית המחמד.

תפקידי חיות המחמד בעיני מטפלים משפחתיים

במחקרים שהוצגו לעיל, נבחנה תרומתן של חיות המחמד למשפחה דרך עיניהם של חברי המשפחה. להלן יוצגו מחקרים שבהם נבחנה תרומת חיות המחמד למשפחה מנקודת מבטם של אנשי מקצוע מתחום הטיפול המשפחתי.

ראייה מערכתית-משפחתית של תפקידי חיות המחמד מוצעת בספרות בתיאורי מקרה בודדים של מטפלים משפחתיים שטיפלו במשפחות בעלות קשיים תפקודיים בביתן. למשל, ספאק (36), מצא שהתנהגות חיות המחמד במשפחות מצביעה על הפסיכופתולוגיה המשפחתית, ולעיתים אף מהווה הרחבה שלה. לדוגמא, חיית המחמד נעשית חולה כתחליף, או כצירוף, למחלתו של אחד מחברי המשפחה. במקרים אלה, מקבלת חיית המחמד תפקיד של חולה מזוהה (identified patient). היא מזוהה על ידי בני המשפחה כנושאת הבעיה, אולם מחלתה בעצם מייצגת ומבטאת, אם באופן גלוי ומודע ואם באופן סמוי, סמלי ולא מודע, מחלה או בעיה נפשית של כל המשפחה (1). בדוגמה נוספת מתאר המחבר משפחה שחלק מחבריה חולים בסכיזופרניה, וחיות המחמד של המשפחה הראו שינויים בהתנהגותן ובבריאותן במקביל לשינויים שחלו בהתנהגותם ובבריאותם של חברי המשפחה. בזמן הטיפול, נראה היה שקיים קשר ישיר בין התנהגות חיית המחמד לנטיות ההתנהגותיות בתוך המשפחה. לדוגמא, כאשר אחד מחברי המשפחה כעס על המטפלת, גם חיית המחמד הראתה סימנים של כעס על המטפלת (36). במחקרים אחרים, מטופלים השתמשו בחיות המחמד כאמצעי לביטוי התנגדות לטיפול, למשל על ידי שימוש בהן כתירוץ לעזוב את חדר הטיפול (37), או כדי ליצור מהומה בחדר כשהמטופל או המטופלים הפגינו לחץ בזמן הטיפול המשפחתי (19).

השתלבותן של חיות מחמד במשולשים רגשיים במשפחה

אחד הכלים המרכזיים העומדים לרשותו של המטפל המשפחתי הוא איתור משולשים רגשיים במשפחה. לפי בוואן (15), המשולש הוא אבן הבניין הבסיסית של כל מערכת רגשית. המשולש נוצר במשפחה, כמערכת רגשית, כאשר המתח בין שניים מחבריה עובר סף מסוים של רמה רגשית. בשלב זה מוכנס אדם שלישי, לרוב באופן לא מודע,

לתוך מערכת היחסים, על מנת להפחית את המתח בין השניים. המשולש הוא אמצעי ליצירת שיווי משקל דינמי במערכת של שלושה אנשים, והוא מאפשר התמודדות עם מצבים רגשיים עזים. לפי קאיון, משולשים במשפחה יכולים להיות מורכבים משלושה אנשים או משני אנשים ונושא/תחום (לדוגמא, עבודה או תחביב) או חיית המחמד (16,17). מתוך מחקריה עולה שקיימים מספר סוגים של משולשים רגשיים, חלקם נוצרים על ידי חיות המחמד וחלקם על ידי בני המשפחה:

- חיית המחמד מתוארת כמשכינת שלום, בכך שהיא מצליחה להרחיק שני חברי משפחה מריב, מתח או משבר. היא יכולה לבקש חום ואהבה, לעשות משהו טיפשי ומצחיק או לנסות למשוך את תשומת הלב בכל דרך אחרת. כך עשויה חיית המחמד להפיג את המתח, להסיח את הדעת, להרגיע, לסייע באיזון הרגשות בבית ולאפשר לחברי המשפחה להשיג מחדש את שליטתם ברגשותיהם.
- כשיש יותר מחיית מחמד אחת בבית, חיות המחמד עשויות ליזום מריבות או ליצור מתחים ביניהן כדרך לקרב בין חברי משפחה המרוחקים זה מזה.
- במקרים מסוימים, הכעס, המתח ואפילו האלימות מופנים כלפי חיית המחמד במקום כלפי חבר המשפחה המהווה את הגורם לכעס. כך נשמר, לכאורה, האיזון או השקט בין שני חברי המשפחה.
- במצבים של בעיית תקשורת בין שני חברי משפחה, ייתכן שאחד מהם יבחר לדבר אל חיית המחמד במקום אל חבר המשפחה שאליו מיועד המסר. הדיבור אל חיית המחמד נעשה בנוכחות חבר המשפחה, כך שהוא יכול לשמוע את הנאמר ולהבין את המסר.
- בעת מצבי מתח, עשויים שני חברי המשפחה לבחור להעביר את מוקד העיסוק אל חיית המחמד על מנת לשמור על שקט ואווירה בטוחה, ולהימנע מוויכוח או מריב.
- חיית המחמד עשויה להפוך לנושא לשיחה או עיסוק בין בני זוג, בטענה שחום, דאגה ואהבה מופנים כלפי חיית המחמד יותר מאשר לבן/בת הזוג. מצב זה שכיח יותר בקרב זוגות המתאפיינים ביחסי רודף-מתרחק. כך הרודף אינו חש מאוים להציע קרבה לחיית המחמד במקום לבן/בת הזוג, ומאפשר מרחב רב יותר למתרחק.
- במצב של כעס או קושי בין שני חברי משפחה, אחד מהם עשוי לבחור להתייחס בנעימות אל חיית המחמד – בשיחה, מגע, מתן תשומת לב ואהבה – במקום לחבר המשפחה שעליו הוא כועס. למשל: אב המפגין חיבה כלפי חתול ומשאיר את בנו מחוץ למעגל החיבה; אם המעניקה יחס חם לכלב במקום לבתה; בעל המעניק תשומת לב לכלב ומשאיר את אשתו מחוץ לקשר.
- עמדות שונות בתחום החינוך והצבת גבולות לחיית המחמד מביאות, לעתים קרובות, להתבצרות שני חברי משפחה בעמדות קיצוניות. לרוב, אחד מהצדדים מואשם בפינוק יתר והאחר – בקשיחות יתר. המפנק נתפס כנמצא בצדה של חיית המחמד וכיוצר עמה ברית (קואליציה), וכך מורחק בן הזוג הקפדן יותר מהקשר. מתוך ממצאי מחקריה של קאיון ניתן להבחין בין משולשים נורמטיביים – שהם אינם קבועים, אלא גמישים ומסוגלים להשתנות, לבין משולשים פתולוגיים – משולשים מקובעים המשקפים תקיעות ביחסים בין חברי המשפחה.

כאשר חברי משפחה מחליטים במכוון להרחיק את חיית המחמד מקום הריב או הוויכוח, כי הם יודעים שהיא עלולה להיפגע בזמן שהיא מנסה להתערב ביניהם, או כאשר המשולש הוא זמני (למשל, כאשר בן משפחה מדבר מדי פעם אל חיית המחמד במקום לחבר משפחה אחר, או כאשר בן המשפחה מתמקד בחיית המחמד בעת מצב מתוח, או כאשר חיית המחמד משכינת שלום), המשולש ייחשב לנורמטיבי. אולם כאשר חלה פגיעה בחיית המחמד (במקום כבן המשפחה האחר) או כאשר השימוש במשולש הופך לדפוס התנהגותי קבוע (לדוגמא, כשחיית המחמד מוכנסת או מכניסה עצמה בין שני חברי משפחה דווקא ברגעים שבהם הם מראים חיבה זה לזו/ה), המשולש הופך לפתולוגי מכיוון שחיית המחמד מונעת את ההתמודדות בין שני חברי המשפחה או משמשת בת ברית לאחד מהם על חשבון הקשר האנושי.

משולשים רגשיים הכוללים חיות מחמד בספרות המחקרית

המשולש הראשון שתועד מציע הבנה מעמיקה על היחסים בין פרויד, בתו אנה והכלב הראשון במשפחתם (21). הכלב היה שייך לאנה ונרכש סמוך מאוד למועד החלטתה להפך את הבטחתה להינשא. אשתו של פרויד לא אהבה כלבים. היא נהגה לכעוס על פרויד אם האכיל את הכלב ממזון שהיה על השולחן, פעילות שנהנה לעשות לעתים קרובות. אהבת האב ובתו לכלב העמיקה את הקשר ביניהם. המחבר מציע שהכלב שימש כילד חלופי בלא מודע של האב ובתו. ייתכן שכעסה של אשתו של פרויד שיקף את הידע הלא מודע שלה לגבי ייצוג הכלב בעבור בעלה ובתה. לדעת המחבר, אהבת השניים לכלבים תרמה בוודאי לעמדתם שהיחסים המתקיימים בין בני האדם לכלבים הם תחליפים ליחסים עם בני אדם אחרים.

בתיאור מקרה אחר תועד משולש ממושך בין שתי אחיות רווקות קשיות לכלבתן האהובה (29). שתי האחיות גרו ביחד שנים רבות וגידלו מספר רב של חיות מחמד, ביניהן כלבה אחת שהוגדרה כנבחרת, מועדפת ואהובה במיוחד על שתיהן. חייהן המשותפים הוגדרו כמעגל של סבל לאור קונפליקטים עמוקים ביניהן שמעולם לא הועלו ולא קיבלו מענה. צורך לא מודע להתאחד סביב דאגתן לקשייה הרגשיים של הכלבה, הביא, מצד אחד, לשמירה על שלמות המשפחה, אך מנגד מנע מהן להעלות על פני השטח את הקונפליקטים ולהתמודד עמם. חייהן נמשכו כך, מלאי כאב וללא יכולת לפתרון. רק כאשר טופלה הכלבה יכלו האחיות להשתחרר מהמשולש ולהתפנות להתמודד עם הקשיים שביניהן. הכלבה, למרות שהמשיכה לגור עמן, קיבלה מקום שונה לחלוטין ביחסיהן.

אחרים (32), מתארים טיפול בבני זוג אשר במשך שלוש השנים הראשונות לנישואיהם לא הצליחו לפתח אינטימיות מינית. בטיפול עלה שבתקופת ילדותם לא התנסו בני הזוג ביחסי משפחה מספקים. לבני הזוג הוצע טיפול שיטתי במשחק וליטוף של חתול כדי ליצור רוגע ולהקטין את רגישותם למגע פיזי. החתול שימש כאמצעי בטוח לבטא חוויות ולחלוק מגע, הנאה, רגיעה ופגיעות. לאחר לימוד מאפיינים של אינטימיות, שהיו חדשים בעבורם, בסיוע החתול, הצליחו בני הזוג להרחיב את מערכת היחסים ביניהם עד ליצירת קשר מיני.

וולש (44), כמטפלת זוגית ומשפחתית, מתארת צפייה בסרט וידאו שבו הוקלטו שעות ארוחת הערב של זוג שהיה בטיפולה. בכל ארוחה, כשהשיחה בין בני הזוג הפכה למתוחה ונוטה לקונפליקט, היא גילתה שדלת המטבח הייתה נפתחת והחתול המשפחתי היה קופץ אל חיק האישה. כשליטפה אותו, התפוגג המתח בין שני בני הזוג והם המשיכו בשיחה נינוחה. במקרה אחר מתארת וולש את כעסה של אישה על בעלה על כך שהזניח את הטיפול בחמוס שלה בעת שהייתה בנסיעה עסקית. הכעס שיקף את נושא הקרבה ביניהם. היא הרגישה שהוא מזניח את צרכיה וכועס על נסיעתה. במקרה נוסף, היא מתארת קשר עם חתול שעורר קנאה וכאב בין בני זוג שפנו לטיפול. האישה הייתה זקוקה לחיבה מצד הבעל, אשר נהג לשבת מידי ערב עם החתול הפרוותי בחיקו וללטפו בהנאה. כלפיה לא הצליח הבעל לגלות חיבה. המטפלת גילתה שבשל דפוס התנהגות של פלישה והתפרצויות כלפי הבעל מצד אימו בילדותו, הוא חש נוח יותר להפגין חיבה כלפי החתול מאשר כלפי נשים.

קורט (23), מתאר משולש שנוצר בינו לבין בן זוגו וכלבת טרייר שרכשו. תשעה חודשים של מריבות בינו לבן זוגו סביב הקשר עם הכלבה הביאו לפנייתם לטיפול. המחבר, שהתרעם על כך שבן זוגו מעניק לכלבה אהבה שנמנעת ממנו, הבין שהשליך על הקשר בין בן זוגו לכלבה תכונות של מבוגרים מהעבר שהתעלמו ממנו ופגעו בו. בעקבות הטיפול הפסיקו בני הזוג לריב על הכלבה ולמדו להתמודד עם השוני הניכר ביניהם. מצב זה גם אפשר למחבר לגלות מחדש את הכלבה ואת אהבתו כלפיה.

גם קנאה מצד חיית המחמד עלולה להרחיק בין בני זוג. קאיין (16), מתארת זוג שהגיע לטיפול בגלל הכלב המשפחתי, שנהג לנבוח ולנהום בכל פעם שרצו בני הזוג לקיים יחסי אישות. הוא לעס בעצבנות כל דבר שרק הצליח למצוא, כמו בגדים ומצעים, וניסה להיכנס בין בני הזוג. הבעל, בכעסו, נהג פעמים רבות לבעוט בכלב, והאישה הייתה נפגעת, כועסת עליו וניגשת לנחם את הכלב.

משולשים רגשיים מתקיימים גם בין בני זוג הנמצאים בהליכי גירושין וחיות המחמד שלהם. למרות שפעמים רבות הופכות חיות המחמד מוקד למאבק אכזרי וחסר פשרות בין בני הזוג, בדומה למאבקים סביב משמורת הילדים, מתוארים בספרות מקרים מרגשים, שבהם, למרות משקעי הגירושין, מצליחות חיות המחמד לאחד בין בני הזוג, שעדיין חשים כהוריהן ומוצאים יחד פתרונות אשר מבטיחים את רווחתן. זיסו (45) לדוגמא, מתארת בני זוג שלמרות שנפרדו המשיכו לראות את טובת כלבתם כמשותפת. כאשר עברה האישה לדירה חדשה, רכשו בני הזוג לכלבה מיטה חדשה שהייתה זהה למיטתה בבית הבעל, על מנת שתרגיש בטוחה, ובמשך תקופה קצרה גר הבעל עם האישה בדירתה החדשה על מנת להקל על הכלבה את הפרידה. מנקודת מבטו של מטפל זוגי, התחברותם של בני זוג שנפרדים יכולה להתפרש לא רק כניסיון לשפר את רווחתה של חיית המחמד, אלא גם כאמצעי לשימור הקשר למשך פרק זמן נוסף, או לחילופין, להמתקת הפרידה, כלומר, כאמצעי לשיפור רווחתם של בני הזוג. גם אם מדובר בניסיון לשיפור רווחת בני הזוג, עצם חיפוש הפתרונות להקלת המעבר על חיית המחמד, יכול לתרום להידברות, ליצירת אווירה נעימה ולהליכי פרידה ידידותיים, שבסופו של דבר יסייעו למציאת פתרון המגורים העתידי הטוב ביותר בעבור חיית המחמד.

למרות הכוונות הטובות, לא תמיד מצליחים הפתרונות להביא לרווחת חיית המחמד, כפי שמתארת זיסו במקרה הבא: בני זוג שהצליחו ליצור משמורת משותפת על כלבתם לאחר הפרידה, החליטו לנסוע יחד אל אחי האישה שגר באזור כפרי מרווח, על מנת לאפשר לכלבה להתרוצץ בשטח נרחב. האיחוד מחדש של שני בעליה תחת אותה קורת גג בלבד כנראה את הכלבה. היא בילתה את תחילת הלילה במעבר בין שני החדרים, ואת שארית הלילה חילקה בין שני החדרים, כשהיא מפגינה אי שקט במשך כל הלילה (45).

במקרים מסוימים, עשויה חיית המחמד לבחור עם איזה צד היא מעדיפה לשהות לאחר הגירושים. וולש (44), לדוגמה, מתארת מקרה גירושים שבו קיבלה האם את תפקיד ההורה המשמורן על התוכית המדברת המשפחתית, אולם הציפור סירבה לדבר עמה למרות טיפולה המסור. לעומת זאת, בכל פעם שהגיע האב לקחת את הבן, התוכית פטטה בעליות.

סיכום

רוב המחקרים העוסקים בקשר בין אנשים לחיות המחמד שלהם בוחנים את הקשר מנקודת מבטו של הבעלים כיחיד. במאמר הנוכחי נסקרו המחקרים המעטים יחסית העוסקים בתרומתן של חיות המחמד למערכת המשפחתית כולה. במחקרים אלה נמצא שחיות המחמד משתלבות בשלבים שונים בהתפתחות המשפחה, וכי הן ממלאות תפקידים שונים באינטראקציות היומיומיות המתרחשות בחיי המשפחה. כמו כן, נמצא שחיות המחמד תורמות לבריאותם של בני המשפחה ולהתמודדות עם אירועים קשים בחיי המשפחה, כמו מחלה, פיטורים, מתח וגירושים. תיאור תפקידיהן של חיות המחמד דרך עיניהם של מטפלים משפחתיים מציע פן נוסף של יכולת חיות המחמד להתאים עצמן ברגישות רבה להתנהגות ולחולי (הנפשי ו/או הפיזי) בקרב משפחות בעלות קשיים תפקודיים. בנוסף, נמצא שחיות המחמד עשויות להשתלב במשולשים רגשיים, שהם אבן הבניין הבסיסית של כל מערכת רגשית (15). העובדה שחיות המחמד יוצרות משולשים רגשיים עם חברי משפחה אנושיים מלמדת על השפעתן העמוקה על מערכות היחסים במשפחה. אין ספק כי נדרש מחקר נוסף ומעמיק על מנת להבין את מגוון התפקידים שממלאות חיות המחמד במערכת המשפחתית ואת חשיבותן לתפקודה התקין.

ביבליוגרפיה

1. אליצור, א. (2002). טיפול משפחתי. בתוך: ה. מוניץ (עורך), פרקים נבחרים בפסיכיאטריה (עמ' 687-707), אוניברסיטת תל אביב: פפירוס.
2. זלכה-מנו, ס. (2012). הטיפול שנעזר בבעלי חיים מבעד לפרספקטיבה שמציעה תיאוריית ההתקשרות. *חיות וחברה*, 47, 40-32.
3. Ackerman, N.J. (1980). The family with adolescents. In: E.A. Carter and M.M. Goldrick (Eds.). *The Family Life Cycle* (pp. 147-169). New York: Gardner Press, Inc.
4. Adkins, S.L. and Rojecly, D.W. (1999). *Pet's roles in parents' bereavement. Anthrozoos*, 12(1), 33-42.
5. Albert, A. and Bulcroft, K. (1988). Pets, families and the life course. *Journal of Marriage and the Family*, 50(2), 543-552.
6. Allen, K. (1995). Coping with life changes and transitions: The role of pets. *Interactions*, 13(3), 5-8.
7. Allen, K. (2000). Pet dogs diminish cardiovascular reactivity among hypertensive caregiver spouses of individuals with traumatic brain injury. *Psychophysiology*, 37 (1), 823.
8. Allen, K. and Blascovich, J. (1996). Anger and hostility among married couples: Pet dogs as moderators of cardiovascular reactivity to stress. *Psychosomatic Medicine*, 58, 59.
9. Allen, K., Blascovich, J. and Mendes, W.B. (2002). Cardiovascular reactivity and the presence of pets, friends and spouses. *Psychosomatic Medicine*, 64(5), 727-739.
10. Beck, L. and Madresh, E.A. (2008). Romantic partners and four – legged friends: An extension of attachment theory to relationships with pets. *Anthrozoos*, 21(1), 43-45.
11. Bennett, J.R. (2001). Relational experiences between children and pets during parental divorce. Dissertation Abstracts International: Section B. *The Science and Engineering*, 61(8-B), 4390.
12. Bodmer, N.M. (1998). Impact of pet ownership on the well-being of adolescents with few familial resources. In: C.C. Wilson and D.C. Turner (Eds.). *Companion Animals in human health*. (pp. 237-247). Thousand Oaks, CA: Sage Publication.
13. Bonas, S., McNicholas, J. and Collis, G.M. (2000). Pets in the network of family relationship: An empirical study. In: A.L. Padberscek, E.S. Paul and J.A. Serpell (Eds.).

- Companion Animals & Us: Exploring the Relationship Between People and Pets.* (pp. 209-236). Cambridge: Cambridge University Press.
14. Bowen, M. (1965). Family psychotherapy with schizophrenia in the hospital and in private practice. In: N. Boszormenyi and J. Framo (Eds.). *Intensive Family Therapy.* (pp. 213-243) New York: Harper & Row.
 15. Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice.* New York: Jason Aronson, Inc.
 16. Cain, A.O. (1983). A study of pets in the family system. In: A.H. Katcher and A.M. Beck (Eds.). *New Perspective on Our Lives with Companion Animals* (pp. 72-81). University of Pennsylvania. Philadelphia Press.
 17. Cain, A.O. (1985). Pets as family members. In: M.B. Sussman (Ed.). *Pets and the Family.* (pp. 5-10). New York: The Haworth Press.
 18. Carter, E. and McGoldrick, M. (1980). The family life cycle and family therapy: An overview. In: E.A. Carter. and M. McGoldrick. (Eds.). *The Family Life Cycle* (pp. 3-20). New York: Gardner Press, Inc.
 19. Friedman, A.S. (1965). Implications of the home setting for family treatment. In: A.S. Friedman. (Ed.). *Psychotherapy for the Whole Family in Home and Clinic* (pp. 240-254). New York: Springer Publishing Co.
 20. Fritz, C.L., Farver, T.B., Hart, L.A. and Kass, P.H. (1996). Companion animals and the psychological health of Alzheimer patients' caregivers. *Psychological Reports, 78*(2), 467-481.
 21. Gavrielle-Gold, J.G. (2011). The human-canine bond: New learning and a changing rationality from psychoanalytic perspective. *Psychology Review, 98*(1), 91-105.
 22. Katcher, A. (1981). Interaction between people and their pets: Form and function. In: B. Fogle (Ed.). *Interrelations Between People and Pets.* (pp. 41-65). Springfield, IL: Charles C. Thomas, Publisher.
 23. Kort, J. (2007). Family matters, dogged wisdom; what a welsh terrier taught me about relationships. *Psychotherapy Networker, 31*(5). N/A.
 24. Kurdek, L.A. (2009). Pets dogs as attachment figures for adult owners. *Journal of Family Psychology, 23*(4), 439-446.
 25. Larson, B.R., Looker, S., Herrera, D.M., Greagan, E.T., Hayman, S.R., Kaur, J.S. and Jatoi, A. (2010). Cancer patients and their companion animals: Results from a 309 patient

- survey on pet related concerns and anxieties during chemotherapy. *Journal of Cancer Education*, 25(3), 396-400.
26. Levinson, B.M. (1968). Interpersonal relationships between pets and human being. In: M.W. Fox (Ed.). *Abnormal Behavior in Animals*. (pp. 504-522). Philadelphia: W. B. Saunders.
 27. Levinson, B.M. (1978). Pets and personality development. *Psychological Reports*, 42(3c), 1031-1038.
 28. Margolies, L. (1999). The long good bye: Women, companion animals and maternal loss. *Clinical Social Work Journal*, 27(3), 289-304.
 29. Mackler, J.L. (1982). Teaching old dog new tricks in family therapy. *Family Therapy*, 9(3), 305-310.
 30. McCullough, P. (1980). Launching children and moving on. In: E.A. Carter and M. McGoldrick (Eds.). *The Family Life Cycle* (pp. 171-195). New York: Gardner Press. Inc.
 31. Mueller, S.A. (2003). Boys of divorce and their dogs: The role of the pet dog in helping to manage some gender role conflict issues. Dissertation Abstracts International: Section B: *The Sciences and Engineering*, 64 (3-B).
 32. Pichel, C.H. and Hart, L.A. (1988). Desensitization of sexual anxiety: Relaxation, play and touch experience with a cat. *Anthrozoos*, 2(1), 58-61.
 33. Raveis, V.H., Mesagno, F., Karus, D. and Gorey, E. (1993). Pet Ownership As a Protective Factor Supporting the Emotional Well-Being of Cancer Patients and Their Family Members (Memorial Sloan). New York: Kettering Cancer center, Department of Social Work.
 34. Shir-Vertesh, D. (2012). "Flexible Personhood": Loving Animals as Family Members in Israel. *American Anthropologist*, 114(3), 420 – 432.
 35. Smith, A. (2004). Marital functioning and dog ownership: An exploratory study. Dissertation Abstracts International: Section B: *The Sciences and Engineering*, 65(1-B).
 36. Speck, R.V. (1965). The transfer of illness phenomenon in schizophrenic families. In: A.S. Friedman (Ed.). *Psychotherapy For The Whole Family in Home and Clinic*. (pp. 293-304). New York: Springer Publishing Co.

37. Sonne, J.C. (1965). Resistances in family therapy of schizophrenia in the home. In: A.S. Friedman (Ed.). *Psychotherapy For The Whole Family in Home and Clinic*. (pp.255-262). New York: Springer Publishing Co.
38. Strand, E.B. (2004). Interparental conflict and youth maladjustment: The buffering effect of pets. *Stress, Trauma and Crisis*, 7(3), 151-168.
39. Tannen, D. (2004). Talking the dog: Framing pets as interactional resources in family discourse. *Research on Language and Interaction*, 37(4), 399-420.
40. Triebenbacher-Lookabaugh, S. (2000). The companion animal within the family system: The manner in which animals enhance life within the home. In: A. Fine (Ed.). *Handbook on Animal-Assisted Therapy: Theoretical and Guidelines for Practice*, (pp. 357-375). San Diego: Academic Press.
41. Turner, W.G. (2005). The role of companion animals throughout the family life cycle. *Journal of family Social Work*, 9(4), 11-21.
42. Walsh, F. (1980). The family in later life. In: E.A.Carter and M. McGoldrick (Eds.). *The Family Life Cycle* (pp. 197-220). New York: Gardner Press, Inc.
43. Walsh, F. (2009). Human animal bond I: The relational significance of companion animals. *Family Process*, 48(4), 462-480.
44. Walsh, F. (2009a). Human animal bonds II: The role of pets in family systems and family therapy. *Family Process*, 48(4), 481-499.
45. Zissu, A. (1999). After the breakup, here comes the joint custody pet. *New York Times*.