

תאוריית ההיקשרות (Attachment Theory) ובעלי חיים- בטיפול וביום יום

מאת: שרית לב-בן-דב

תאוריית ההיקשרות (אטצמנט תיאורי) מתארת ומסבירה קשרים בינאישיים משמעותיים וארוכי טווח. היא מספקת לא רק מסגרת להבנת תגובות רגשיות בילדות, אלא גם מסגרת להבנת קשרים אינטימיים, אהבה, בדידות, פרידות ואבל בקרב מבוגרים. בשנים האחרונות נערכו מספר מחקרים המקשרים את תאוריית ההיקשרות לקשרים בין בני-אדם לבעלי חיים, בעיקר בין בני אדם לחיות המחמד שלהם. איפיוני הקשר והתגובות הרגשיות של בעלי חיות מחמד מצביעים בבירור על נוכחות של דפוסי היקשרות (מלסון 1989, מרקס 1994, הולקומב 1985). מחקרים מצביעים על כך ש- 70-90% מהילדים יוצרים אטצמנט לחיית המחמד שלהם (מלסון 1989). עם זאת, עדיין קיים חוסר בתאוריות פסיכולוגיות של דינמיות הקשר אדם-חיה ושל התפקידים הפסיכולוגיים שמספקים בעלי החיים בחיי האדם (סיגל 1990).

מטרתו של מאמר זה הינה לספק מסגרת תאורטית לדפוסי היקשרות בין בני אדם לבעלי חיים, הן בחיי היום-יום עם חיות המחמד והן במסגרת הטיפולית עם החיה הטיפולית. ייבחנו מאפייני ההיקשרות, השלכות לגבי ההליך האיבחוני והטיפולי, וכן השלכות לגבי אובדן מושא ההיקשרות. תאור מיקרה ייספק דוגמא מוחשית למשמעות ההיקשרות במסגרת הטיפולית.

תאוריית ההיקשרות

במהלך שנות ה-50 וה-60, בהן שלטו בכיפה תאוריות פסיכואנליטיקיות ותאוריות למידה, רווחה ההנחה כי יחסים בין-אישיים הם תולדה של הצורך בסיפוק צרכים דיחפיים ראשוניים או של רכישות שניוניות וחיזוקים שניוניים בתהליך הלמידה. בולבי (1951, 1969, 1973), שלא ראה הסבר מספק בהנחות אלו, הוסיף עליהן עקרונות אתולוגיים (Ethologic) ואבולוציוניים ופיתח את תאוריית ההיקשרות. על פי תאוריה זו, המונח attachment מתאר קשר ריגשי עמוק ומתמשך לדמות ספציפית. ההיקשרות הראשונית היא בדרך כלל לאמא, או הדמות המטפלת הראשית, אבל במהרה יכולה להתרחב לדמויות ספציפיות נוספות. ההיקשרות יכולה להתרחש בכל גיל ושלב התפתחותי, היא נשמרת בדרך כלל לאורך זמן ומספקת בסיס לבטחון אמוציונלי. בולבי טען כי לצורך התפתחות נפשית ורגשית תקינה "התינוק והילד הצעיר צריכים לחוות מערכת יחסים חמה, אינטימית ועיקבית עם האמא, או דמות תחליפית קבועה אחרת, שבה שניהם מוצאים הנאה וסיפוק" (בולבי 1951). בולבי מאבחן "התנהגויות היקשרות" שמטרתן להביא לקירבה רבה יותר לדמות ההיקשרות, וכוללות התנהגות שיוזמת אינטרקציה (התקרבות, נגיעה, חיבוק, קריאה בשם), התנהגות שמגיבה ליוזמת הדמות ושומרת על האינטרקציה (חיוך, קשר עין, היענות), התנהגות שמטרתה למנוע פרידה (מעקב, היתלות, בכי), והתנהגות חקרנית באוריאנטציה לדמות.

מרי אינסוורת', שותפתו וממשיכת דרכו של בולבי, טענה כי "היקשרות היא מילה נרדפת לאהבה" (אינסוורת' 1969). על פי אינסוורת', ההיקשרות מספקת לילד בטחון המאפשר לו לצאת ולחקור את העולם, ללמוד עליו, ולרכוש מיומנויות להתמודד עם אתגרים. לדבריה, קיימים

שלושה דפוסים היקשרות המאפיינים הן את הילד הצעיר בקשריו עם האמא והן את דפוס המבוגר בקשריו הבינאישיים האינטימיים: דפוס בטוח, דפוס נמנע, דפוס אמביוולנטי/חרד.

בפירסומיה האחרונים קוראת אינסוורת' לבדיקה של הימצאות דפוס היקשרות בשלבי חיים שונים ובקשרים רגשיים וחברתיים שונים (אינסוורת', 1989).

גישות עדכניות יותר לתאוריית ההיקשרות מדברות על צרכי היקשרות לאורך כל מעגל החיים. בדומה לילדים צעירים, גם לבוגרים ומבוגרים יש צורך בקירבה, אינטימיות ובטחון שמספקת דמות ההיקשרות (בעיקר ברגעי פחד ודחק), וגם הם מגיבים במחאה, כאב והתנגדות לפרידה מהדמות. בשונה מילדים צעירים, דפוס היקשרות אלו מאופיינים ביותר גמישות ושונות ומצויים במגוון רחב יותר של קשרים רגשיים (ווייז, 1982). גם בולבי בכתביו המאוחרים מדבר על כך ש"מודל העבודה הפנימי" שבונה הילד בהתבסס על דמות האם וקשריו עימה, מספק מערך חוקים, מודעים ולא-מודעים, ליצירת מגוון קשרי היקשרות בהמשך החיים (בולבי, 1988).

היקשרות ובעלי חיים

באופן פרדוקסלי כמעט, החל המחקר על דפוס היקשרות דווקא בקרב בעלי החיים. מחקריהם הידועים של לורנס על הטבעה באווזים ושל הרלו על קשר ריגשי לאם אצל קופי ראזוס, הם שסיפקו לבולבי את ההשראה לתאוריית ההיקשרות (בולבי, 1969).

משנות ה-50 ועד שנות ה-80 לערך התמקד המחקר כמעט אך ורק בדפוס היקשרות בבני אדם, ומאז שנות ה-80 קיים ענין הולך וגובר בדפוס הקשר שבין בני אדם ובעלי חיים.

בעלי חיים מעוררים תקשורת בינאישית בדומה לתהליכי ההיקשרות האנושית. הם מגיבים, יוזמים, מביעים ומעוררים תגובות של הענקה, טיפול וטיפוח (Nurturance) ההכרחיים בבנייתו של קשר היקשרות (ווייז, 1982). הקשר עם בעלי החיים מאפשר הפנמה של ייצוגים פנימיים של מערכות גומלין תקינות. ההיקשרות מאפשרת לילדים להשתמש בדמות ההיקשרות, במקרה זה בבעל החיים, כבסיס מוגן לאורך זמן ומרחק. הייצוג הפנימי של ההיקשרות הופך למרכיב חשוב באישיותו של הילד, ולבסיס לכל ההתקשרויות האינטימיות לאורך כל מעגל החיים. על פי מלסון (1989) ההיקשרות לבעל החיים הופכת לחלק מ"מודל העבודה הפנימי" ולחלק מהמערך המשפחתי.

לגוני ושותפיו (1994) מציעים שלוש סיבות עיקריות להיקשרות של אנשים לבעלי חיים:

1. Anthropomorphism – האנשה של בעלי חיים.

2. Neoteny – נוכחות של מאפיינים ילדיים בחיות.

3. Alleomemetic Behaviors – התנהגויות אנושיות שהחיות עצמן מחקות.

היקשרות לחיות מחמד

כ-50% מבתי האב בארה"ב הם בעלי לפחות חיות מחמד אחת. בין 70-90% מהם מגדירים את חיות המחמד כבן משפחה וכדמות משמעותית ביותר בחייהם (קיד & קיד 1995).

הולומב, וויליאמס וריצ'רדס (1985) פיתחו שאלון למדידת רמת ההיקשרות בין אנשים לחיות המחמד שלהם. הסולם הנקרא P.A.S. (Pet Attachment Survey) ומתבסס על מחקרי היקשרות רבים בבני אדם, כולל מחקרים של מרי אינסורט', ומכיל משפטים כגון "אני מרגיש עצוב כשאני נפרד מהחיה שלי" ו"אינני אוהב כשחיות המחמד שלי מתקרבת קרוב מדי אלי". השאלון מורכב משני סולמות: א'- סולם תחזוקת מערכת היחסים, הבודק מימדים של אינטרקציה, קומוניקציה, השקעה של זמן וכספים, ו-ב' – סולם אינטימיות, הבודק מימדים של קירבה וחשיבות אמוציונלית. על פי השאלון, נשים מגלות היקשרות גבוהה יותר מגברים, וחיות המחמד אליה קיימת ההיקשרות החזקה ביותר היא כלבים (מרקס, 1994). היקשרות לחיות המחמד משתנה במהלך החיים, כשההיקשרות החזקה והמשמעותית ביותר נמצאה בקרב ילדים בגילאי 5-12, בקרב גרושים ואלמנים, זוגות ללא ילדים, נשואים טריים ואנשים מבוגרים (אלברט & בולקרופט, 1988). אצל מתבגרים שיש להם היקשרות לחיות המחמד המשפחתית מספק הקשר עוגן ושקט בעולמם המשתנה והכאוטי.

ההיקשרות לחיות המחמד משמעותית וחזקה יותר בתקופות מעבר ומשבר, אז קיים צורך רב יותר בחיזוק בסיס האמון והבטחון וכמו כן בתמיכה חברתית-רגשית ובעזרה בהתמודדות עם בדידות, חרדה ותחושות אי-שייכות (סייבל 1995).

במחקר מעניין בדקו קיד & קיד (1995) את ההנחה כי המרחק בין האני לדמויות אחרות בצירי ילדים מייצג מרחק או קירבה ריגשית. ילדים בגילאי 5-14 בעלי חיות מחמד ציירו את החיה באופן משמעותי יותר קרובה אליהם מבני משפחה אחרים, כשהקירבה לחיה עולה עם הגיל.

היקשרות לחיה טיפולית

קרן (1994) טוען כי היקשרות עשויה להתרחש לכל אובייקט משמעותי שנמצא בקביעות בסביבת הילד, אם כי היא נוצרת במרבית המקרים לאובייקטים חיים מכיוון שהם בולטים, מגיבים ומעורבים ישירות בתגובות הילד עצמו.

מחקרים מוכיחים כי אם יצליח הילד לפתח היקשרות בטוחה ומשמעותית לדמות אחרת, יצליח קשר תחליפי זה לפצות על חוסר היקשרות לאם. גם היקשרות לדמות רחוקה שהילד איננו מתראה עימה לעיתים קרובות (במחקר נבדקה היקשרות לדודה) מספקת לילד את בסיס הבטחון ומשפיעה באופן משמעותי על בטחונו העצמי, עמידותו, ויכולתו של הילד להתמודד עם מצוקות (קרן 1994).

הפרדוקס הוא שדווקא לילדים עם דפוס היקשרות לא-בטוח (insecure Attachment) יש קושי עצום למצוא דמויות אנושיות תחליפיות כאלו, מכיוון שסיגלו לעצמם אסטרטגיות הימנעות שיגנו עליהם מפני דחיה. ילדים אלו מאופיינים בהתנהגויות אגרסיביות או תלותיות ונמנעות, הגורמות לעיתים קרובות לתגובות התרחקות מצד אנשים בסביבה ויצרות מעגל אימה שמזין את חרדות הילד, את התפיסות השליליות שלו לגבי עצמו ולגבי מערכות יחסים ולפיכך גם את דפוס היקשרות השליליים שלו.

על פי פרידמן (2000) ילדים אכן יוצרים היקשרות לחיה טיפולית, בעיקר לכלבים, חתולים, ארנבונים ושרקנים ופחות לדגים. לדברי פרידמן, ההיקשרות מותנית באפשרות לקיים קשר טיפולי רצוף וקבוע. שני גורמים תורמים ומעיצים היווצרות של היקשרות טיפולית: א'- אם קיימת היקשרות, בעבר או בהווה, לחיית מחמד פרטית, ו-ב', אם החיה הטיפולית היא אותו סוג של חיית המחמד אליה קיימת ההיקשרות הקודמת.

בשל העובדה שבנוכחות בעלי החיים במרחב הטיפול קיימת הזמנה לקשר וליחסי גומלין, המובנת במהות הנוכחות הזו, דפוסים של תקשורת בינאישית ורפרטואר התנהגויות ותגובות מופיעים מהר מאוד בקשר הטיפול. דפוס ההתקשרות וההיקשרות למטפל ולבעלי החיים הוא אינדיקטור איכותי חשוב. הוא מאפשר לאבחן את המצוקות הראשיות, למפות את הקשיים הבולטים, כמו גם את הכוחות הקיימים. הוא מאפשר לתכנן תוכנית טיפולית ולקבוע את הליך הטיפול, הדגשים והיעדים הטיפוליים. תמונה שיציג ילד בעל דפוס היקשרות חרד, נטיות להימנעות וכעס, וקשיים בולטים ביצירת קשרים רגשיים תראה שונה מאוד מהתמונה שיציג ילד בעל דפוס הימנעות אמביוולנטי, עם נטיות תלותיות ואגרסיביות, ועל כן גם המטרות הטיפוליות וההליך הטיפולי יראה שונה מאוד. מכיוון שכל תהליך טיפולי וכל שינוי יכולים להתרחש, לעניות דעתי, רק לאחר שקיים קשר מהותי ובטוח, יכולתו של הילד ליצור היקשרות לחיה הטיפולית ולמטפל, היא מהותית ואולי אפילו הכרחית.

במהלך טיפול שכיח לראות ילד מהלך במרחב הטיפול (חדר הטיפול / פינת החי), בוחן וחוקר אותו בעודו מחזיק בידיו את החיה הטיפולית שלו. בדיקה וחקירה זו הינם המחשה לבסיס המוגן, שמספקת דמות ההיקשרות (אינסורט' 1969, 1988) ממנה יכול הילד לבחון את העולם. מנסינו, שאלות מהותיות ולעיתים אף קשות נשאלות על ידי ילדים בטיפול בשעה שהם אוחזים ונוגעים בחיה הטיפולית המהווה בסיס בטוח, מוגן ומגן.

אובדן החיה = אובדן של מושא ההיקשרות

על פי בולבי (1980) תגובות אבל ותהליכי אבלות אצל ילדים ומבוגרים נוצרים כאשר התנהגויות היקשרות מופעלות אולם דמות ההיקשרות איננה נגישה יותר. על פי הגדרה זו, העובדה כי אנשים מתאבלים על אובדן חיית המחמד שלהם היא ברורה לחלוטין.

כל המחקרים בנושא אובדן של חיית מחמד מעידים על תגובות אבל חזקות. מרבית בעלי חיית המחמד מתאבלים על מותה באופן דומה לאבל על חבר קרוב או בן משפחה (קיד & קיד 1995, וורדן 1991). תגובות אבל חריפות יותר שכיחות אצל אנשים שמאמינים שחיית המחמד עזרה להם בתקופות קשות, כשהחיה היוותה את מערכת התמיכה העיקרית שלהם, אצל אנשים שרואים בחיה קשר סימבולי לאנשים חשובים אחרים שאינם עוד בחיים, ואצל אנשים שגידלו את החיה מאז ילדותם (לגוני 1994).

תגובות האבל לאובדן של בעל חיים קשורות לרמת ההיקשרות לחיה, לאופן המוות (צפוי מול מצופה, טראומתי מול הדרגתי), לאירועי דחק אחרים בחיים ולתגובות הסביבה לאירוע. לעיתים קרובות הסביבה איננה מגלה אמפטיה, סובלנות והבנה למשמעות האובדן. לגוני (1994), המדבר על סוגי אבל שונים, מגדיר "אבל לא לגיטימי" כאבל שבו: אין הכרה לקשר עם המת, או שאין הכרה לאובדן, או שאין הכרה למתאבל. פעמים רבות באובדן של חיית מחמד מתקיים לפחות אחד מהתנאים הללו ולכן האדם המתאבל על חיית המחמד שלו אינו יכול לעבור את תהליכי האבלות בפומבי ואינו זוכה להכרה ותמיכה חברתית מספקת. יש לציין כי בשנים

האחרונות, עקב עלייה גוברת בהבנת ומשמעות האובדן של חיית מחמד לבעליו, מקבל הנושא יותר ליגיטימציה בחברה ובקרב בעלי המקצוע.

תאור מקרה

יובל (שם בדוי) הופנה אלי לטיפול על ידי הוריו ובהמלצת בית הספר אשר טען כי אינו יכול יותר להחזיק את יובל במסגרתו. יובל, בן ה-10, תואר כילד אלים, בעל בעיות התנהגותיות ועוינות המופנת כלפי ילדים ומבוגרים כאחד. הוא רברבן, וכחן, מפגין בטחון עצמי מופרז ומתריס. התנהגותו גרמה לדחיה מצד הילדים והמורים, דבר שמחריף את תגובותיו האלימות ויוצר מעגל-אימה בלתי פוסק. במסגרת המשפחתית מתוארת תמונה דומה למדי. אמו של יובל מדווחת כי סבלה מדכאון שלאחר הלידה, וכיום למרות שמצבה שפיר, היא מאוד מתקשה להיות סבלנית ולהפגין אהבה וחום כלפי יובל ואחיו הצעיר. ליובל אין חברים והוא מבלה את כל זמנו לבד, כשהוא מתגרה בהוריו ואחיו ומחרחר ריב. אביו של יובל סובל ממחלת עיניים ניוונית, הוא כבד ראייה, ונעזר בכלב נחייה. הקשר הרגשי העמוק שקיים בין כלב הנחיה ליובל הוא שהביא את ההורים לבחור בטיפול הנעזר בבעלי חיים.

כבר מתוך נתונים אלו, התעורר בי החשש כי מדובר בילד בעל דפוס היקשרות לא-בטוח (מתנגד או אמביוולנטי), אשר התנהגותיו מסמלות בסיס בטחון ואמון רעועים למדי ואשר סיגל לעצמו אסטרטגיות התנהגותיות שליליות שיגנו עליו מפני דחיה ויעזרו לו להתמודד עם חוסר הנגישות של האם ושאר המבוגרים בחייו.

כבר בפגישה הראשונה בחר יובל בחתולה לבנה, רכה ומתרפקת העונה לשם "קומיט" (כוכב שביט באנגלית) ודרש את נוכחותה וקירבתה בכל פגישה שלאחר מכן (ואני משתמשת בכוונה במילה "דרש"). הדבר היווה אתגר מסויים מבחינתי, שכן כמו מרבית החתולים, קומיט אהבה לטייל בחוץ ולא נכחה בתוך חדר הטיפולים באופן קבוע.

בתחילת התהליך הטיפולי הפגין יובל כלפי וכלפי קומיט את כל רפרטואר ההתנהגותיות שדווח עליו בבית הספר ובבית. הוא היה עוין מאוד (אם כי לא אלים פיזית), מתרברב ושתלטן והפגין בטחון עצמי מופרז ובוטה. מאידך היה פגיע מאוד, וחיפש ללא הרף אישור והסכמה. היה ברור כי הבטחון המוחצן הינו מזויף ומכסה על חוסר בטחון עצמי ואמון בסיסי לקוי, וכי הפחד מדחיה והעדר חווית היקשרות חיובית ומגנה בעבר עומדים בבסיס כל תגובותיו.

המצוקה הראשית שאיבחנתי היתה העדר קשר רגשי, מגן ועיקבי בילדותו של יובל היכול לשמש כעוגן ומודל לפיתוח קשרים וקשרים רגשיים אחרים. כמטרה טיפולית ראשונית היצבתי את בניית ההיקשרות לקומיט, כולל רכישה של אמון ובטחון בסיסי בקשר. מטרה נוספת היתה למידה של מיומנויות Nurturance – מיומנויות של טיפוח, טיפול, והענקה לאחר, שהן מהותיות והכרחיות לדעתי לבניית ההיקשרות ושאותן לא רכש יובל מתוך הקשר עם אימו. (מחקרים מוכיחים כי ילדים שלא רכשו מיומנויות אלו מאימם, יכולים לרוכשם מתוך קשר טיפולי עם בעלי חיים – ריינרסון 1978). מטרות שניוניות נוספות היו רכישה של מיומנויות תקשורת ומיומנויות חברתיות ויכולת להכיל ולהביע רגשות של כעס וחרדה באופן קונסטרוקטיבי. הכוחות המרכזיים עליהם התבסס הטיפול היה ההיקשרות הקיימת כבר בין יובל לכלב המשפחתי, שהיתה היקשרות עמוקה ומבוססת.

קומיט, בהיותה מאוד חברותית ומחפשת קירבה מעולם לא הגיבה כפי שהגיבו כל שאר האנשים בחייו של יובל – היא מעולם לא דחתה אותו. גם מכיוון שלא "הבינה" את העוינות המילולית שהפגין כלפיה וגם מכיוון שהיתה חתולה מתרפקת ומבקשת מגע, היא לא חזרה על תגובות ההתרחקות שחווה יובל בחייו באופן תמידי ושאוששו את תפיסותיו הפנימיות כילד מעצבן, מפריע ושאינו ראוי לאהבה ואמון. באחת הפגישות ישב יובל עם קומיט על ברכיו ובעודו מלטף אותה פרץ פתאום ברצף ארוך ביותר של קללות וביטויי דחיה כלפי קומיט ("את מגעילה...מכוערת...מה זה הקולות המגעילים האלה....לכי מכאן.."). היה נראה שיובל עושה השלכה הזדהותית על קומיט וכמובן בודק את הקשר עימה. קומיט הגיבה בגירגור והתחכחות מחודשת בידיו, ויובל בתמיהה בולטת אמר "הי, היא לא הולכת!". הפליאה שבקולו היתה מצמררת. קומיט, שבחתוליותה שברה את שרשרת הדחיה התמידית, סיפקה ליובל חוויה מתקנת ובסיס לקשר בטוח שאינו מותנה בהתנהגותו ותגובותיו.

התהליך הטיפולי של יובל היה איטי והדרגתי, במהלכו בלטו "התנהגויות היקשרות" שעל פי בולבי (1951, 1969) נועדו להביא לקירבה רבה יותר לדמות ההיקשרות. יובל יזם אינטרקציה רבה עם קומיט על ידי ליטופים, התקרבות, חיבוקים, וחזרה נישנית על שמה, הגיב ליוזמות של קומיט לשמירה על האינטרקציה על ידי חיוכים, שמירה על קשר עין כמעט תמידי עימה, והיענות לכל מגע וקירבה שיזמה, והחל לסקור את חדר הטיפולים ואת שאר החיות הנמצאות בו בשעה שהחזיק את קומיט בידיו. אחד הקשיים העיקריים בתחילת הטיפול היה נסיונותיו למנוע פרידה בסוף כל מפגש, שהתבטא בכעס רב, עוינות כלפי וכלפי הוריו, וסירוב להניח אותה מידיו.

אולם, מרגע שהתבססה ההיקשרות שלו עם קומיט הופיעו שינויים התנהגותיים ותפיסתיים של עצמו ושל מערכות יחסי-גומלין. אחת התפניות המרגשות בטיפול אירעה כשלאחד המפגשים היזמנו יובל ואני במשותף את אמא של יובל להצטרף לפגישה. הם ישבו יחד על השטיח כשהם מלטפים את קומיט ומחייכים זה לזה במהלך הפגישה כולה.

בבית הספר דיווחו על שינוי בקשריו של יובל לילדים ובעיקר למורים, שבתמורה חדלו לראותו כילד מפריע ומעצבן והחלו לגלות בו תכונות חיוביות רבות. שינוי מעניין חל אפילו בהתבטאויות המילוליות של יובל, כשהחל לראשונה בחייו להשתמש די בתכיפות בביטויים כגון "אמא אמרה ש....." ו"אמא אוהבת ל....." שהעידו על קיומו של קשר רגשי פנימי, ייצוג פנימי של האם ותחילת בנייתו של מודל עבודה פנימי.

אבא של יובל, שבמהלך הטיפול איבד את ראייתו לחלוטין, תרם בחיורך את מילות הסיכום והפרידה: "מעולם לא ראיתי חתול וילד שיכלו כך ביחד לשנות חיים של משפחה שלמה".

סיכום

מחקרים ותאוריות בנושא ההיקשרות מעידים כי איכות חייהם, בריאותם ורווחתם הריגשית של אנשים מושפעים רבות מיחסי הגומלין הריגשיים שלהם עם דמויות משמעותיות. היקשרות לבעלי חיים, הן בחיי הפרט והמשפחה והן במסגרות טיפוליות, יכולה להוות מקור כוח וחוזק לאורך כל מעגל החיים, ובעיקר בעיתות משבר וקושי. תראפיה הנעזרת בבעלי חיים מתבססת במהותה על מקור הכוח הזה.

והערה אחרונה: למרות שמאמר זה מוקדש להסבר דפוסי ההיקשרות שרוכשים בני אדם לבעלי חיים, יש לתאוריית ההיקשרות גם הקשרים לרווחתם של בעלי החיים עצמם. כמו בקרב בני אדם גם לחיות יש צרכי היקשרות למטרות הגנה, הישרדות, בטחון, הרגעה וחברה (סייבל 1995). הזנחה, נטישה, והתעללות בחיות מהווים לא רק דוגמא לאכזריות קשה אלא גם פוגעים קשות בבסיס ההיקשרות של בעלי החיים עצמם.

ביבליוגרפיה

Ainsworth, M.D.S. (1989). *Attachment Beyond Infancy*. *American Psychologist*, 44, 709-716.

Bowlby, J. (1969). *Attachment*. New York: Basic Books.

Bowlby, J. (1973). *Separation*. New York: Basic Books.

Bowlby, J. (1980). *Loss*. New York: Basic Books.

Bowlby, J. (1988). *Secure Base*. New York: Basic Books.

Holcomb, R., Williams, R. & Richards, P. (1985). The Elements of Attachment: Relationship Maintenance and Intimacy. In: Marks, S.G., Koepke, J.E., & Bradley, C.L. (1994). Pet Attachment and Generativity Among Young Adults. *Journal of Psychology*, 128(6), 641-645.

Marks, S.G., Koepke, J.E., & Bradley, C.L. (1994). Pet Attachment and Generativity Among Young Adults. *Journal of Psychology*, 128(6), 641-645.

Melson, G. F. (1989). Studying Children's Attachment to Their Pets: A Conceptual and Methodological Review. *Anthrozoos*, 4, 91-99.

Siegel, M. (1990). Stressful Life Events and Use of Physician Services Among the Elderly: The Moderating Role of Pet Ownership. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 1081-1088.

Weiss, R.S. (1982a). Attachment in Adult Life. In: Parkers C.M. & Severson-Hinde, J. (Eds.). *The Place of Attachment in Human Behavior*. New-York: Basic Books.

