

סיכום יום עיון: מחשבות על פסיכותרפיה הנעזרת בכלבים - "מישהו לטפל איתו"

התוכנית לטיפול רגשי הנעזר בבעלי חיים במכללת "אורנים"

יום שישי 22/5/15

הטיפול שנעזר בכלבים הפך בשנים האחרונות לפופולרי אך הידע וההמשגות בתחום הפסיכותרפיה הנעזרת בכלבים בראשיתו, ובולט פער בין החוויה הרגשית שמתעוררת בנו עם כלבים לבין היכולת להמשיג את החוויה במונחים פסיכולוגיים. ההחלטה להקדיש את יום העיון ל"פסיכותרפיה הנעזרת בכלבים" היתה במטרה לנסות להבין יותר את השותף שלנו לטיפול ואת המפגש הטיפולי שמתרחש בעזרתו.

ביום העיון ניתנו ארבע הרצאות, כאשר כל אחת מהן עסקה בסוגיה שונה. גל חכים פתחה את היום בהרצאה שעסקה במשמעות של כלב עבור המטפל - האדם, ובחנה איך הקשר עם הכלבים שלנו משפיע עלינו עוד לפני הכניסה לחדר הטיפולים ואיך הקשר האישי שלנו בין האדם-לכלב מתחבר לקשר מטפל-כלב. אילן פרומקין, דיבר על מה זה בכלל להיות כלב? ומה אנחנו בני האדם, יודעים על האופן שבו הם מתקשרים? דור רויטמן התבונן דרך התיאוריה ההתייחסותית, בנוכחות ובהשפעה של הסובייקט הכלבי בחדר הטיפולים. ד"ר ארז בנאי שהנו פסיכולוג עיוור שמסתייע בכלב נחייה, דיבר על הכלב כ"זולת עצמי" בטיפול, מתוך הראייה של פסיכולוגיית העצמי.

בסיום היום נערך פאנל של צוות מומחים אשר נוהל על ידי ענבר בראל ובו דנו בסוגיות ובשאלות שעלו מצד הקהל. התעורר דיון מרתק בסוגיות שונות כגון: מהו כלב טיפולי והאם אכן יש מושג כזה? מהו הכלב האידיאלי לטיפול בראייה של התיאוריה ההתייחסותית ופסיכולוגיית העצמי? האם העובדה שהמטפל מביא את כלביו האישיים לטיפול, אשר בהרבה מובנים מהווים הרחבות סמבוליות שלו, עשויה לפגום בטיפול? האם נוכחות הכלבים בטיפול מפחיתה או מגבירה את הפניות של המטפל? האם אנו נעזרים בכלבים כדי לעזור לעצמינו? מדוע אנו זקוקים לכלבים איתנו בחדר הטיפול? האם אנו מסתתרים לעיתים מאחוריהם?

במהלך הדיון שהתקיים בין הפאנל לבין הקהל, בלט פער הקיים בין התפיסות השונות של העוסקים בעבודה טיפולית הנעזרת בכלבים. פער זה עורר מחשבות רבות והמחיש את חשיבות יום העיון, שנתן מקום ייחודי לנישה הספציפית של פסיכותרפיה הנעזרת בכלבים למול כל הגישות האחרות.

את יום העיון סגרה ענבר בראל עם ציטוט מתוך הספר הידוע של בוריס לוינסון:

Pet-Oriented Child Psychotherapy 1969

בתרגום חופשי:
"ספר זה מוקדש לג'ינגלס, הקו-תראפיסט שלי (שותפי לעבודה הטיפולית),
לו אני חב יותר מאשר הוא חב לי,
שלימד אותי יותר מאשר לימדתי אותו,
שחשף עולם חדש של התנסויות בפני,
שלא אכפת לו אם ספר זה מוקדש לו או לא..
ולעולם לא ידע על כך."

לקט תקצירים

1. הרצאת פתיחה – מהפנים אל הפנים

הרצאתה של גל חכים - פסיכולוגית חינוכית ומטפלת הנעזרת בבעלי חיים. רכזת התוכנית לטיפול רגשי הנעזר בבעלי חיים במכללה האקדמית "אורנים".

אז למה דווקא טיפול הנעזר בכלבים? במשך שנות עבודתי בפינות חי, גיליתי בהדרגה את הקסם שמתרחש במרחב הזה. מרחב המאפשר עבודה תחושתית - רגשית. מאפשר לגעת בגוף דרך עירור החושים, המגע במרקמים שונים, החשיפה למזג אוויר משתנה, לבוץ ולמים. הרגשתי שבמרחב כזה מתאפשרת בטיפול תנועה בין הגוף למילים ובחזרה. לאורך השנים הרגשתי שהכוח העיקרי של הטיפול בפינת החי טמון פעמים רבות בסטינג ולא דווקא בקשר שנוצר עם בעלי החיים. הרגשתי כמה מורכב עבורי להנכיח את בעלי החיים שגרו בפינת החי (כגון ארנבונים, שרקנים, עיזים) כסובייקטים משמעותיים והסתובבתי בחוויה שהקשר הרגשי עימם עבורי ועבור המטופלים שלי מוגבל. בהמשך עם ביסוס תפיסת העולם הטיפולית שלי בראייה פסיכואנליטית התפתחותית, הבנתי שמוקד העבודה שלי הוא בקשר הטיפולי שנרקם, בתהליכי ההתקשרות ובדינמיקה שמתרחשת בקשרים הדיאדים והטריאדים. הבנה תיאורטית זו חידדה לי קצת יותר מה חסר לי עם בעלי החיים שליוו אותי בפינת חי.

כיום אני יודעת שאין בעלי חיים מושלמים לעבודה טיפולית אבל יש בעלי חיים "טובים מספיק" בכך שהם מונעים מהצורך לקשר עם האחר ומוכנים להתכוון ולהתאים את עצמם עבור האחר. אך עם זאת, הם בעלי אישיות מובחנת, צרכים ורצונות משלהם. כלבים בעיני עונים להגדרה זו באופן הכי עמוק, אבל בשל היותם כאלה, העבודה איתם מורכבת ומעלה סוגיות ודילמות רבות בטיפול.

ההרצאה תעסוק במשמעות של כלב עבור המטפל - האדם, איך הקשר עם הכלבים שלנו משפיע עלינו עוד לפני הכניסה לחדר הטיפולים ואיך הקשר האישי שלנו בין האדם-לכלב מתחבר לקשר מטפל-כלב. נתבונן בעזרת התיאוריה של עמנואל לוינס בקשרים אלו, כאשר הבסיס מבחינתי הוא ראיית הכלבות כהרחבה שלי, כשלוחה של המטפלת. הניתוח התיאורטי יתבסס על סיפור ובו מתוארת הדרך שלי עם הכלבות, לחדר הטיפולים.

טיול באלנבי – סיפור אמיתי ☺

אני מוגלי ומונה יוצאות לקליניקה. מתחילות את הטיול שלנו ברחוב אלנבי ומונה מיד עוצרת ליד הומלס שרגליו חשופות ופצועות. הוא מושיט לה יד והיא מלקקת בהתחלה את היד ואז בעדינות (שלא ממש אופיינית לה...) את הפצעים. אני מתכווצת בפנים, חושבת על הערב שבו תלקק אותי בפנים. היא מלקקת ואני נזכרת ברגע שפגשתי אותה בכלביה - 5 שנים בכלוב והיא קיבלה אותי באהבה אינסופית...אני לעומתה התלבטתי וחשבתי שהיא קצת גוצה ולא בדיוק המראה שרציתי...מונה נפרדת מההומלס ואנחנו ממשיכות.

אנחנו נכנסות לקנות ספר, מוגלי מתיישבת מיד ליד הדלפק והבחור שמאחורי הדלפק שוב נכנס למשימה בלתי אפשרית...כל פעם מחדש הוא מנסה לייצר איתה קשר עין, מושיט יד, מציע חטיף. מוגלי מסובבת את ראשה הצידה, מביטה בי. והוא פונה אלי ושואל "אני כזה מפחיד?", יום אחד אני עוד אצליח להגיע אליה, המבט שלה כובש אותי".

אנחנו ממשיכות...כבר כמעט בקליניקה...אבל אז ילדה קטנה נעמדת מולנו, מצביעה על מוגלי ואומרת לאמא שלה "אני לא יכולה להסתכל עליה, היא כ"כ מסכנה". האם בתשובה: "היא מסתדרת בלי בעיה, זה לא מפריע לה". הילדה: מעוותת את פניה ואני נזכרת במטופלת שלי שבפגישה הראשונה עם מוגלי ביקשה שאת הכלבה המגעילה אקשור בצד. אני נזכרת ברגע שקשרתי את מוגלי..בנביחות

שלה ובמבט שלה אלי מהספסל ובלב שלי שהתכווץ... אנחנו עולות לקליניקה...אני מוצפת במחשבות, מחבקת את מוגלי וחושבת על פרויד שאומר להגיע נייטרלי....

2. "לדבר עם הקולגה"

הרצאתו של אילן פרומקין - מרכז מסלול התמחות לטיפול רגשי הנעזר בכלבים במכללה האקדמית אורנים ומנהל הכלבייה הטיפולית ב"מרכז לרכיבה טיפולית בישראל".

כולנו מכירים את האמרה כלב נובח לא נושך, האמנם?! האם כל כלב המכשכש בזנבו משמע הוא מאושר ושמח?! לא תמיד כך הדבר.

כאנשי מקצוע הנעזרים בכלבים, חשוב לנו לדעת ולזהות את הדקויות בהתנהגותו של הכלב. ראשית, אנו מחויבים על שמירת בטחונו של הכלב וביטחון המטופלים. שנית, שפת הגוף של הכלב אוצרת בחובה ניואנסים מורכבים יותר שעשויים לסייע לנו במלאכת הטיפול.

בהרצאה נתוודע לשפת הגוף הכלבית. נכיר את אמצעי התקשורת הוויזואליים, הקוליים והכימיים. שפת הגוף הכלבית מטרתה לאותת לחברה הכלבית או האנושית על הרצון בקרבה ובאינטראקציה על ידי הפגנת סימנים מקרבים או מרחיקים.

במצבי קיצון, שפת הגוף הכלבית היא לרוב ברורה וסימני הלחץ והמצוקה יבלטו לעומת שפת הגוף היומיומית. אולם, במערכת היחסים המורכבת בין האדם לכלב, תוכל להופיע שפת גוף אמביוולנטית שאינה אחידה ושחשוב להיות מודעים לקיומה. בנוסף, לעיתים הפרשנות האנושית לסיטואציה יכולה להיות מוטעית או מוטה כתוצאה מהאנשת המצב. דוגמא לכך היא במשחק בין כלבים ובמשחקי נשיכות בין גורים. הכרה והבנה של סימנים אלו מאפשרים לאנשי המקצוע לחדד את הפער בין הגלוי לסמוי.

כמי שמומחה בעבודה עם כלבים עבור אוכלוסיות מגוונות, למדתי את האיכויות הנדירות הקיימות במפגש שבין אדם וכלב. על מנת למקסם איכויות אלו, ישנה חשיבות רבה לבחירת הכלב המתאים ולשיטת האילוף המתאימה לסוג עבודה זה.

הכלב הטיפולי אינו נדרש לשמש כרובוט המבצע את פקודת בעליו. האתגר בעבודה משותפת עם הכלב, הוא למצוא את הדרך לרתום אותו לתהליך מתוך מוטיבציה. העבודה המשותפת נעשית מתוך מודעות והבנה של צרכי הכלב. הבנת שפת הגוף המורכבת של הכלב והיכולת למנף אותה, הופכת את העבודה עם הכלב למגוונת ורב מימדית, ומעשירה את היכולת שלנו כאנשי מקצוע.

3. הסובייקט הכלבי במרחב האנליטי - מחשבות מנקודת מבט התייחסותית על טיפול

הנעזר בכלבים.

הרצאתו של דור רויטמן - פסיכולוג קליני

כלב דוהר ברחובות, ואחריו רץ נער. חבל ארוך מחבר ביניהם ומסתבך ברגלי העוברים והשבים והם רוטנים וזועמים, והנער ממלמל שוב ושוב "סליחה, סליחה", ובין הסליחות צועק לכלב, "תעצור! סטופ!", ופעם אחת, למרבה הבושה, נפלט לו גם "הויסה!", והכלב רץ.

הוא טס קדימה, חוצה כבישים סואנים ועובר ברמזורים אדומים. הפרווה הזהובה שלו נעלמת ומופיעה לעיני הנער בין רגלי האנשים כמו איתות סתרים. "יותר לאט", צועק הנער וחושב שלו לפחות היה יודע את שמו היה קורא לו, והכלב היה אולי עוצר, או לפחות מאט, אבל עמוק בלבו הוא מרגיש שגם אז הכלב היה ממשיך לרוץ, ושגם אם החבל יתהדק על צווארו עד מחנק הוא ירוץ עד שיגיע למקום שאליו הוא דוהר ככה, והלוואי שכבר נגיע לשם, ושיעזוב אותי כבר.

שתי הפסקאות הראשונות של הספר "מישהו לרוץ איתו", של דויד גרוסמן, זורקות את הקורא הישר לתוך מרוץ. הרצים הם כלב ונער, וביניהם מקשר חבל ארוך. לכאורה, הכלב מוביל והנער עוקב. אבל כמה רמזים מצביעים על כך שמתרחש כאן משהו הגדול מסכום חלקיו. הנער והכלב הם בעצם שני חלקים של שלם אחד, שלישי, שאיננו אף אחד מהם, ואף שהוא נוצר על ידיהם, זה נראה כאילו אין הם שולטים בו אלא הוא בהם. נקרא שוב את המלים ונקשיב למוזיקה שלהם. הכלב הדוהר, ללא כל התחשבות בסביבה ובסכנות האפשריות שהיא מזמנת, מושך אחריו נער מתנצל. מתנצל וממשיך. מתנצל ורץ. רוצה לעצור את הכלב, אבל לא מצליח לעצור בעצמו. ופתאום נפלט לו "הויסה!". מאיפה זה בא? האם הוא מגלה פתאום בתוכו איזו התרגשות? איזה דרבון ששכח שיש בו? אנו מגלים שמדובר בנער שחש בושה, שרגיל לחשוב מחשבות, לחיות את החיים לאט. אבל הכלב הזה הוא משהו אחר, ממחר, לא עוצר באדום, והוא מאותת לנער בשפת סתרים משהו שמעורר בו איזו כמיהה עמוקה. "הלוואי שכבר נגיע לשם", הוא חושב. בפנים הוא כבר יודע שהכלב לא יפסיק לרוץ, והוא אחריו, עד שהם יגיעו. אך לאן?

המפגש של הנער עם הכלב עתיד לשנות את חייו. במונחים של חיי אדם, יעברו עליהם יחד ימים ספורים, אך במהלכם יחול שינוי עמוק בעצמי של הנער. הוא יפגוש חלקי-עצמי שלא הכיר בקיומם ויגיע לתובנות עמוקות לגבי עצמו, בזכות המאפיינים הייחודיים של המטריצה ההתייחסותית שבה מתקיים המפגש האינטנסיבי הזה בין העצמי (הסובייקט) שלו לבין הסובייקטיביות של הכלב. מן הבולטים שבמאפיינים אלו היא עוצמת האותנטיות והחיות שהשניים חווים יחד. מאפיין נוסף של האירוע הבין-אישי שבין הנער והכלב הוא התחושה החזקה של בלתי-נמנעות, שסוחפת את הנער להיות משהו שמעולם לא היה (ולא העז להיות). כמו השתלטות מבפנים של רעב שמעולם לא ידע

שיש בו. במובן מסוים, זהו הרעב החייתי של הכלב שהופקד בתוכו ושולט בו מבפנים. במובן אחר, זהו עצמי-פוטנציאלי (עצמי אמיתי?) שדוכא עד כה, ככל הנראה מסיבות מוצדקות ומנומקות היטב.

ההרצאה תעסוק בהתבוננות בנוכחות ובהשפעה של הסובייקט הכלבי, דרך ניתוח טקסט וחוויות אישיות, ובתוך ההקשר התיאורטי של הגישה ההתייחסותית בפסיכואנליזה. אנסה להבהיר כמה מושגים תיאורטיים (כגון אלו שציינתי למעלה), המהווים אבני יסוד בגישה ההתייחסותית, ולהיעזר בהם כדי להציע אפיון מסוים של טיפול נפשי הנעזר בכלב/ים.

4. כלב נחיה כזולתעצמי – "עיניים מנחות לעיוור"

הרצאתו של ד"ר ארז בנאי - פסיכולוג קליני ושיקומי, חבר סגל בתוכניות ההכשרה של פסיכולוגיית העצמי. עובד כפסיכולוג עצמאי של מכבי שירותי בריאות ובקליניקה פרטית.

בהרצאה זו אספר על הקשר שיש לי עם כלב הנחיה שלי "דר' קספר" בחיי היום יום ובתוך חדר הטיפולים. אתאר את האופן שבו הוא עוזר לי לפלס ולמצוא את דרכי במרחב הממשי ובמרחב הבין אישי, תוך שהוא מאפשר ומקל את יצירת הקשר עם אנשים בסביבתי. אדגים כיצד דר' קספר עוזר לי ולאדם הנמצא מולי להתגבר על חוסר הנוחות והמבוכה הנוצרים לעיתים אצל שני הצדדים במפגש עם אדם עיוור, וכיצד הוא מקדם תחושות של קרבה ורוחה בין אישית ותוך אישית.

בהרצאה אתמקד בהמשגות התיאורטיות של פסיכולוגיית העצמי שנוסדה ע"י היינץ קהוט. פסיכולוגיית העצמי היא גישה טיפולית דינמית והומניסטית, הרואה את האדם כסובייקט החי בתוך מארג של קשרים רחב וענף המקיף ומכיל אותו. המטרה ההתפתחותית של האדם אינה ספרציה אינדיבידואציה, אלא חיזוק הקשרים וזיקות הגומלין בינו לבין אחרים משמעותיים עבורו. במרכז של התיאוריה עומד המושג 'זולתעצמי' המוגדר ככל חוויה או קשר התורמים לחיזוק תחושת העצמי של האדם ולהרגשה טובה יותר. בהרצאה אנסה להציע לכם את המושג זולתעצמי כמושג מרכזי המתאר ומסביר את האופן שבו קשר טוב בין אדם לבעל חיים יכול לתחזק ולהתניע תהליכים פנימיים של צמיחה והתפתחות נפשית. ההרצאה נעה לכל אורכה בין הסיפור האישי שלי לבין ההמשגות התיאורטיות של פסיכולוגיית העצמי.