

לא רק חיי אדם – חלק א': תחושת האבדן בקרב לוחמי יחידת "עוקץ" שכלביהם נפלו בקרב במהלך מלחמת "חרבות ברזל"

תקציר

רס"ן עמי ישראל שני [1]

רס"ן (מיל') קרן שאול [2]

סרן ספיר כהן [3]

[1] קב"ן פיקוד, רפואה, פיקוד האימונים וההכשרות, זרוע היבשה

[2] מדור ברה"ן, רפואה פיקוד ההכשרות והאימונים, זרוע היבשה

[3] חטיבת מרום, פיקוד ההכשרות והאימונים, זרוע היבשה

מחבר מכותב:

רס"ן עמי ישראל שני

amisrael84@gmail.com

לוחמי יחידת "עוקץ" הם לוחמי קומנדו עם כלבים שמתפקדים לרוב ככוח חביר לצד יחידות לוחמות. במהלך מלחמת חרבות ברזל נהרגו 24 כלבים מהיחידה (נכון לסוף אפריל 2024). מאפיין משמעותי ביחידת "עוקץ" הוא הקשר האישי החזק שנרקם בין הכלב והחייל המפעיל אותו. לאורך הלחימה בוצעו שיחות התערבות רבות על ידי מפקדים וגורמי בריאות הנפש, במהלכן ניתן ללוחמים מקום לעיבוד אירועי לחימה. יחד עם זאת, לוחמי היחידה העלו את הצורך למתן מקום בשיחות אלה גם לאובדן הכלבים שהשתתפו בלחימה.

על הקשר בין הלוחם לכלבו ניתן ללמוד דרך תיאוריית ההתקשרות של בולבי, ועל תהליך האובדן של בעל חיים קרוב כתהליך דומה לזה המתרחש באובדן אדם קרוב, לרבות האבל הנלווה אליו. על גבי האנדרטה בבית הקברות לכלבים ביחידת עוקץ נכתב:

"אל לנו להפחית מערכו של עוז הרוח שהפגינו במותם

ואל לנו לשכוח את מעשי הגבורה והאומץ אשר ביצעו בחייהם.

הם, אשר עשו את המוטל עליהם מתוך רצון לנצח: אשר לחמו לצד חבריהם:

למרות מכשולים סכנות ולחצים המשיכו להתמיד:

הם אלו שמפגינים ללא דופי את יסוד החברות וההקרבה."

יחידת עוקץ

מילות מפתח: עוקץ, חוסן, התערבות קבוצתית, עיבוד אבל, אובדן, בריאות נפש, חרבות ברזל

הקדמה

יחידת "עוקץ" היא יחידה המכשירה ומפעילה כלבים לצד לוחמי קומנדו בשימוש מבצעי למשימות ייעודיות. לוחמי היחידה פועלים לרוב במתווה של "כוח חביר" ומבצעים פעילויות מבצעיות בשגרה ובחירום תוך הפעלת אמצעי לחימה ייחודי – כלבים, אשר מספקים יתרונות מבצעיים ייחודיים ומגוון יכולות מקצועיות שאין להם תחליף אנושי או טכנולוגי. בהיותו "כח חביר", הלוחם ביחידת עוקץ פועל בסגנון הפעלה הטומן בחובו מורכבויות נפשיות רבות – לדוגמה, נושא הבדידות. הבדידות היא ציר מרכזי בחוסן הנפשי של חיילי עוקץ, אשר מייחד אותם בהשוואה ללוחמים אחרים בצה"ל הפועלים במסגרת אחודה ומוכרת [1]. היחידה פועלת בשיתוף פעולה עם כלל יחידות הצבא הלוחמות, ובכלל זה יחידות מיוחדות, בשגרה ובחירום. בנוסף, פועלת היחידה באופן עצמאי, ולוקחת חלק במבצעים מסווגים ביותר.

בעקבות מתקפת הפתע על ישראל באוקטובר 2023 וכחלק ממלחמת "חרבות ברזל", פעלו לוחמי יחידת עוקץ ככוחות אורגניים ביישובי עוטף עזה והיו מהכוחות הראשונים שהגיעו לאזורי הלחימה. לוחמי היחידה ניהלו קרבות עיקשים כנגד המחבלים וחילצו אזרחים רבים תחת אש, וחברו במקביל לכלל הכוחות המיוחדים שפעלו באירוע. במהלך הקרבות לשחרור היישובים נהרג קצין לוחם בעוקץ, מפקד פלוגת תקיפה ביחידה.

לוחמי היחידה וכלביהם לקחו חלק מרכזי בתמרון בעזה יחד עם כלל הכוחות המתמרנים, לרבות לחימה במנהרות עם כוחות מיוחדים, איתור, זיהוי ותקיפת מחבלים, סימון מטענים וחומרי נפץ ועוד. בקרבות נהרגו 24 כלבים (נכון לחודש אפריל 2024). ייחודם של לוחמי עוקץ הוא בכך שהלוחם

To cite this article:

Shani AI, Shaul K, Cohen S.

Not only human lives – part

A: The sense of loss among

Oketz unit soldiers whose

dogs fell in battle during the

Iron Swords war. J Isr Mil Med

Sep 2024; 21(63): 5-8.

הוגש לפרסום 26.5.24

התקבל לפרסום 3.8.24

כל המחברים מצהירים כי אינם בניגוד עניינים וכי הגישו את טופס הגילוי הנאות של ICMJE.

אורגני. במצבים אלה קיימת חשיבות רבה בסיפוק הצורך האנושי הבסיסי בשייכות חברתית, צורך שמתעצם במצבים של סכנת חיים [1]. חשוב להתבונן על הקשר בין הלוחם לכלב דרך בחינת יחסי ההתקשרות ביניהם: הלוחם החביר אמנם לא נמצא לבדו פיזית בשדה הקרב, שהרי יש עימו לוחמים מהכוח אליו הוא חבר, אך עדיין מדווח על תחושת בדידות ולכן גם פגיע יותר לפיתוח תסמיני מצוקה. מדובר למעשה בחווית בדידות בהיעדר קשר חברתי של היכרות, אמון ומחויבות [1]. זאת ועוד, במצבים בעלי עצימות מבצעית ישנה השפעה ניכרת על חיפוש דמות התקשרות. כשמדובר בקשר בין הלוחם החביר לכלב, יש לכך השפעה ניכרת על העצמת חווית הקשר הרגשי ובהתאם גם על האובדן. אובדן הכלב אינו רק פגיעה מבצעית, אלא גם פגיעה רגשית מבחינת הלוחם.

המודל הדו-מסלולי לאובדן ולשכול בין אדם לבעל חיים קרוב

ניתן להתייחס לאבדו של אדם באמצעות המודל הדו-מסלולי של האבל (Two-Track Model of Bereavement). מודל זה כולל יסודות גלויים-חיצוניים ופנימיים-נפשיים של התמודדות האדם עם האבל והאובדן [6]. המודל ממשיג את תהליך עיבוד האובדן לאורך שני מסלולים נפרדים המצויים ביחסי גומלין. המסלול הראשון מתייחס לתפקוד הביו-פסיכו-חברתי של האדם ולשינויים באישיותו בשלבים הראשונים שלאחר האובדן. מסלול זה כולל חרדה, דיכאון, תלונות סומטיות, תסמינים הנושאים אופי פסיכיאטרי, מערכות יחסים משפחתיות, דימוי וערך עצמי, הבניית משמעות, עבודה והשקעה במשימות החיים. המסלול השני מתמקד בקשר הרגשי וביחסים המתמשכים של האבלים עם המת [7]. מסלול זה מייצג את הקשר המתמשך עם המת וכולל דמיון וזיכרון, ריחוק רגשי, רגש חיובי או שלילי אל מול המת, עיסוק יתר באובדן ובמת, אידיאליזציה וקונפליקט.

במחקר על תהליכי אבל נמצא דמיון בין אבל על בעל חיים קרוב לבין אבל על אדם, בתסמיני האבל כפי שבאו לידי ביטוי רגשי או גופני או בהקשרים המשפחתיים והתפקוד היומיומי, ואף בקשרים המתמשכים עם בעל החיים המת [8]. נמצא שמבוגרים וילדים בכל הגילים ממשיכים את קשריהם עם בעל החיים שמת בזמן האבל. אופי הקשרים המתמשכים משתנה בהתאם לגיל, עוצמת האבל בעקבות האובדן ועוצמת ההתקשרות לבעל החיים. הקשרים המתמשכים באים לידי ביטוי בהתנהגויות המתמקדות בתקשורת עם בעל החיים שמת, קיום טקסי כיבוד, שמירת פריטים שהיו שייכים לו, וביטוי באזורים הקשורים לבעל החיים. הקשרים המתמשכים הפנימיים עם בעל החיים המת יכולים להתבטא באמצעות פעילויות סמליות המתאימות לגיל, כמו כתיבת סיפורים עליו, קיום טקס אזכרה, או נטיעת עץ או פרחים לזכרו [9].

נלחם כשלצידו כלב המיומן ביכולות ייעודיות (תקיפה, איתור חומרי נפץ ועוד), ולכן ההתייחסות המערכתית אל הכלב בעוקץ היא כאל אמצעי לחימה. כל לוחם מקבל את כלבו האישי לאחר שמונה חודשים במסלול ההכשרה, ועובר איתו הכשרה משותפת שמשכה שמונה חודשים נוספים עד להגעתם לכשירות מבצעית. לוחם וכלב ישמשו כ"צמד ברזל" קבוע לאורך תקופת שירותם. הכלב מגדיר את הכשירות המבצעית של הלוחם ומשימתו הצלת חיים של הלוחם והכוח; לוחם ללא כלב לא יכול למעשה לבצע את תפקידו. מתוקף האחריות של הלוחם לטפל בכלב, וניתן לראות את הקשר בין השניים כמערכת יחסים ייחודית המאופיינת בהיבטים של התקשרות.

בעל החיים כדמות התקשרות

לאורך ההיסטוריה מתקיימים קשרים אמיצים בין האדם לבעלי החיים, ולעיתים קרובות הם עומדים בארבעת התנאים המוקדמים למערכת התקשרות: חיפוש קרבה, מקלט בטוח, בסיס בטוח, ומצוקת פרידה [2]. האמירה הקלאסית על הכלב שהוא ידידו הטוב ביותר של האדם מקבלת אישור גם ממגדלי כלבים ווטרינרים. וטרינרים וחוקרי התקשרות מעידים על התקשרות חזקה לבעלי חיים, גילוי מסירות (הדדיות), ונכונות להשקיע כספים ומאמצים בטיפול בבעל החיים שאליו נקשרים [3].

ניתן להתייחס אל תיאוריית ההתקשרות כאל מסגרת תקפה להבנת מערכות יחסים בין בני אדם לחיות מחמד [4]. לשיטתו של Bowlby, אבי תיאוריית ההתקשרות [4], בני האנוש נולדים עם מערכת התקשרות התנהגותית אשר מניעה אותם לחפש קרבה לדמויות משמעותיות (דמויות התקשרות) בעת צורך. לדעת Bowlby, מערכת ההתקשרות ההתנהגותית מכוונת להשגה של ביטחון והגנה כאשר קיים סיכון ממשי או כאשר צפוי איום על תחושת הביטחון של האדם. במקרים אלה נוטה האדם לפנות אוטומטית לדמויות התקשרות ממשיות או לייצוגים פנימיים שלהן, ולשמור על קרבה ממשית או סמלית לדמויות אלה עד שהוא משיג תחושה של הגנה וביטחון. על פי תפיסה זו, כל אינטראקציה בין-אישית אשר מקלה דחק ומקדמת את תחושת הביטחון של היחיד מאשרת מחדש את היתרון ההסתגלותי של קרבה, ומחזקת קשרים רגשיים עם השותפים לקשר.

מחקרים רבים מצביעים על החשיבות של גידול בעלי חיים וסיועם לרווחה הנפשית של בני האדם המטפלים בהם, ועל כך שבעל החיים נתפס כדמות משמעותית ביותר בחייהם [2,4]. ניתן לומר כי אובדן בעל חיים קרוב כמוהו כאובדן דמות התקשרות המהווה מקור תמיכה ללא תנאי. בהתאם לכך, ניתן לצפות כי קשת תגובות האבל על אובדן בעל חיים קרוב תהיה דומה לאבל על מות אדם קרוב ותשקף את אופי הקשר, עוצמתו, הגיל ונסיבות המוות [5].

במחקר שנערך ביחידת עוקץ בשנת 2021, נמצא כי האתגר הנפשי המרכזי שהלוחם החביר מתמודד איתו במהלך פעילות מבצעית הוא תחושת הבדידות הנלווית לחבירה לכוח שאינו

אובדן בנסיבות טראומטיות

"אובדן טראומטי" הינו אבל המלווה בחשיפה לטראומה ולאיום על החיים, כגון אירוע טרור, התאבדות, תאונת דרכים, או רצח. במדינות מערביות, כ-5% ממקרי המוות מהווים מוות טראומטי [10]. ניתן לקבוע כי האובדן של כלל כלבי עוקץ במלחמת חרבות ברזל הוא אובדן בנסיבות טראומטיות של טרור ולחימה.

עיון בספרות מצביע על התייחסות מיוחדת לנסיבות מעין אלה של אובדן [11,10]. המסלול הראשון של המודל הדו-מסלולי לאובדן ושכול מתאים להערכה רב-ממדית של התגובה לאובדן בנסיבות מעין אלה. מסלול זה מהווה מסגרת התייחסות מקיפה להערכה של תפקוד ביו-פסיכו-חברתי. מבחינה קלינית, חשוב לקבוע אם האדם האבל מדווח על דימויים סביב אירוע האובדן הטראומטי וזיכרונות אודות מערכת היחסים עם המת. התנאים של איום חיצוני או אלימות הקשורים לאובדן ולמוות משפיעים על המאפיינים הקשורים לטראומה, כגון דיכאון, חרדה, פלאשבקים, הימנעויות, וביטויים אחרים של תגובה לאובדן. ישנה חשיבות גם להיבטים הקשורים למסלול השני שמתייחס אל מערכת היחסים עם המת, כדי לבחון כיצד הטראומה עלולה לחבל בארגון מחדש של מערכת היחסים ולהפריע לו. במקרים שבהם טראומה ואבל משולבים זה בזה, עלול להיווצר מצב שיש בו נטייה להימנע מכל מה שמעורר את הדימויים (דימויי המת והאירועים סביב נסיבות המוות המכאיבים ומעוררים את הטראומה). הימנעות זו עלולה לפגוע ב"עבודת האבל", כך שהטראומה היא כ"מקל בגלגלים" של עבודת האבל [6].

אחד ממאפייני האבל הטראומטי בשלביו המוקדמים הוא שינויים בתפקוד והצורך לעבד ולארגן מחדש את מערכת היחסים עם המת. במהלך הזמן אפשר לבחון באופן עצמאי יותר כיצד התפקוד של האבל ומערכת היחסים עם דמותו של המת משולבים זה בזה [6]. השילוב בין אובדן בין-אישי של חברים לנשק, שאליהם ישנה קרבה מיוחדת במינה, לבין סכנת המוות שאליהם נחשף החייל עצמו וממנה ניצל עלולים לגרום לשיבוש ולהפרעה בתהליך האבל והחזרה לחיים. לכן, התערבויות המיועדות להתמודדות עם חוויות טראומטיות שבהן יש מרכיב של אובדן דמות משמעותית חייבות להתייחס להיבטי האובדן. פירוש הדבר הוא שמערכת היחסים עם המת ונרטיב המוות הם ממדים מרכזיים הראויים להערכה, למדידה, ולהתערבות [6].

התבוננות בתגובות של חיילים למוות חבריהם ליחידה יכולה לחדד אף יותר את הבנתנו. בהקשרים של לחימה פעילה, תהליכי ההתקשרות הם לרוב חזקים במיוחד וקושרים את החיילים לעמיתיהם בחיבורים ההופכים אותם לסוג של משפחה [12]. התייחסות לחשיבות קשרים אלה לחבריהם מאפשרת עבודה עם המוטיבים והמשמעויות של אותם קשרים. כשהשמעות של חיי המת עבור המתאבלים זוכה להתייחסות נאותה, הקשרים יכולים להוות מקור לתמיכה ולנחמה. הכרה בחשיבות הקשרים לאלו שמתו או נהרגו בהקשרים צבאיים מאפשרת לחיים להבין ולעבד

מחדש את משמעות מות חבריהם, ונותנת להם נרטיב חדש וחשוב.

במחקרו של מור יוסף [13] נחקרה השפעת הקרבה בין האבל להרוג, ונמצאו הוכחות לחשיבות הקשר הקודם ביניהם. מות חברים עם היסטוריה של אחווה וקרבה לפני המוות היה בעל ההשפעה הגדולה ביותר של אבל. הצורך ליצור מחדש לכידות, ביטחון, חוויות מוגנות, משמעות והמשכיות הוא חלק מתגובה לשינוי חיים הכוללים שכול וטראומה [13].

התייחסות יחידת עוקץ לאובדן כלב

ביחידת עוקץ מתקיים טקס לוויה לכלבים שנהרגו בנסיבות מבצעיות או רפואיות. במהלך מלחמת חרבות ברזל (עד אפריל 2024) נהרגו 24 כלבים מהיחידה. הכלבים נקברים בבית העלמין לכלבים שנמצא בבסיס היחידה. כאשר כלב נהרג, נערך טקס בנוכחות לוחמים, חיילים ומפקדים. הכלב שנהרג מובל על אלונקה לטקס כשהוא מכוסה בדגל ישראל ולוחמים מובילים אותו לקבורה. ככלל, הלוחם הוא המספיד אותו. נהוג להשאיר בסמוך לקבר חפץ שהיה שייך לכלב או סמלים של הפלוגה אליה היה שייך קודם לכן. בהמשך מקבעים מצבת זיכרון מאבן בחלקה בה נקבר הכלב שנפל. במצבים בהם נפצע הלוחם, ממתינים עם טקס הקבורה עד שהלוחם יחלים ויכול להגיע לטקס בעצמו. במקרים בהם לא ניתן היה לחלץ את גופת הכלב מגזרת הלחימה, נערך טקס קבורה בו נקברים חפציו של הכלב כדי שיתאפשר מעמד הפרידה ממנו והנצחתו.

חשיבות ההכרה וההוקרה

Doka תבע את המושג "[14]disenfranchised grief". מושג זה תורגם ל"אובדן שאינו זוכה להכרה" על ידי המדיניות החברתית, ועל כן המתמודד עם אובדן זה נותר חסר זכויות וחסר תמיכה ממוסדת. עובדה חברתית זאת גורמת גם לשינוי באופי האבל האישי, כך שלעיתים הצער עצמו מוחבא ("Hidden Sorrow"). החברה אינה מכירה ביחיד שחוזה סוג כזה של כאב, והוא עצמו מגמד את כאבו בהתאמה ליחס החברתי. מושג נוסף בהקשר זה הוא "אובדן לא מוקר" (Un-Honored Grief), אובדן שהחברה אינה מודעת אליו אשר אינו מזכה בהוקרה ובכבוד [5]. ניתן להתבונן דרך שני מושגים אלה על נושא אובדן הכלב בלחימה. אובדן הכלב ביחידת עוקץ זוכה להכרה ולהוקרה. קיימת הכרה באובדן הכלב, וכן קיימת הוקרה של תרומתו של הכלב בשדה הקרב דרך תהליכי ההנצחה והטקס ביחידת עוקץ.

התערבות קבוצתית חד-פעמית

הן אנשי המקצוע והן הפונים לסיוע במצבים של אבל ואובדן מתארים את החשיבות הרבה של המפגש בין אנשים המתמודדים עם חוויות דומות על רקע אסון בנסיבות של אובדן [15]. לאור המאפיינים הייחודיים של הקשר בין הכלב והחייל המפעיל אותו,

- attachment orientations. J Res Pers 2012; 46(5):571–580.
3. שלו, ר, רביב, ע' ומלכה, ש. ההודעה מנקודת המבט של הוטרנירים, והאבל על חיי מחמד. בתוך: שלו, ר, אבלין, א' ורביב, ע', עורכים. לא איש בשורה: מסירת בשורה מרה במגזר האזרחי. חיפה: הוצאת פרדס; 2023: פרק 9.
4. Bowlby J. Attachment and loss – Vol. 1. Attachment (2nd ed.). New York: Basic Books; 1982 [1969].
5. לבל, א'. אובדן "לא מוקר": שכול אנטי הגמוני ומסגור מחודש של טראומה: הווית הקיפוח היחסי של משפחות נרצחי הטרור בישראל. בתוך: שנון קליין, ה', קרייטלר, ש' וקרייטלר, מ', עורכות. טנטולוגיה: מדעי האובדן השכול והאבל – נושאים נבחרים. חיפה: פרדס; 2013.
6. רובין, ש', מלקינסון, ר' וויצטום, א'. הפנים הרבות של האובדן. והשכול: תיאוריה וטיפול. חיפה: הוצאת פרדס; 2016.
7. Rubin SS. The "Two-Track model of Bereavement": Overview, retrospect and prospect. Death Stud 1999; 23(8):681–714.
8. Packman W, Field NP, Carmack BJ, Ronen R. Continuing bonds and psychosocial adjustment in pet loss. J Loss Trauma 2011; 16(4):341–357.
9. Corless IB, Limbo R, Bousso RS, Wrenn RL, Head D, Lickiss N, et al. Languages of grief: A model for understanding the expressions of the bereaved. Health Psychol Behav Med 2014; 2(1):132–143.
10. Kristensen P, Weisaeth L, Heir T. Bereavement and mental health after sudden and violent losses: A review. Psychiatry 2012; 7(1):76–97.
11. Kaltman S, Bonanno GA. Trauma and bereavement: Examining the impact of sudden and violent death. Anxiety Disord 2003; 17:131–147.
12. Rubin SS, Malkinson R, Koren D, Mor-Yosef S, Witztum E. Military bereavement and combat trauma. In: Ringel S, Brandell JR, eds. Trauma: Contemporary directions in theory, practice, and research. Thousand Oaks, CA: Sage; 2011:130–149.
13. שחר מור-יוסף. (2011). הסתגלות נפשית בעקבות חווית לחימה מחקר השוואתי בקרב לוחמים שנפצעו או איבדו עמית במהלך קרב. University of Haifa (Israel).
14. Doka K. Disenfranchised grief. Champaign, IL: Research Press; 2002:157–158.
15. אקרמן, ר', שריף, א' וסוקולובר-יעקובי, א'. שיחיק את משקל הנפש לאורך זמן: עיצוב שירותי הסיוע למשפחות המתמודדות עם אובדן פתאומי ועם שכול. עט השדה 2017; 30: 45–18.

החליטו גורמי בריאות הנפש האמונים על היחידה כי ייבנה מפגש קבוצתי חד-פעמי ומותאם ללוחמים אשר המשותף ביניהם הוא אובדן הכלבים בנסיבות מבצעיות.

מאז מבצע "צוק איתן" מתקיימות בצה"ל קבוצות עיבוד ומשאבים לאחר תקופות לחימה משמעותיות ואירועי לחימה. קבוצות אלה תפסו מקום נרחב ומשמעותי יותר במסגרת מלחמת חרבות ברזל בכלל יחידות צה"ל. מטבע הדברים, הקבוצות עסקו גם במתן מקום לאירועים טראומטיים, עיבוד אובדן, ופרידה מלוחמים שנהרגו במהלך הלחימה. עם זאת, ניכר כי תהליכי אבל ייחודיים המאפיינים את הלוחמים שאיבדו את כלביהם לא קיבלו הכרה או מקום מספק בקבוצות הכלליות של הלוחמים. בהתאם לכך, עלתה פניה וצורך מהשטח להתערבות עבורם. תיאור מורחב של נוהל ההתערבות, נושאים מרכזיים שעלו בה ותוצאותיה יתוארו במאמר ההמשך למאמר זה.

סיכום

יחידת עוקץ הינה בין היחידות הבולטות במעורבותה במלחמת חרבות ברזל. הלחימה העצימה והמתמשכת, על האובדן הכרוך בה, חיזקה את ההבנה כי קיים צורך ממשי בהכרה בתהליכי האבל הייחודיים המאפיינים את לוחמי היחידה. ההתקשרות בין הלוחמים לכלבים חזקה במיוחד, ובהתאם משפיעה גם על תחושת האובדן הדומה מאוד לתהליך של עיבוד אובדן של אדם קרוב. אנו סבורים כי ההכרה וההוקרה הניתנות לכלבי היחידה שנפלו בקרב תורמות במתן לגיטימציה לתהליך האובדן. במאמר ההמשך: "לא רק חיי אדם: התערבות קבוצתית לעיבוד אובדן כלבים בקרב ביחידת עוקץ", נרחיב באשר להתערבות הייעודית והייחודית שהתקיימה ביחידת עוקץ. התערבות זו הייתה חלוצה, מועילה ובעיקר מלמדת הן עבור המשתתפים והן עבור אנשי המקצוע.

תודות

לסא"ל (במילואים) יורם בן יהודה, על הכלי הייחודי שפיתח ועל תמיכתו המקצועית
לד"ר אתי אבלין, על ייעוץ מקצועי והשראה
לד"ר לאה שלף, על ייעוץ והכוונה מקצועית בכתיבת המאמר
לרס"ן ע' מפקד בית הספר של יחידת עוקץ על הארותיו המועילות

מקורות

1. Ohayon, O., Ashkenazi, T., Levi Waintraub, D., Levinstien, Y., & Antonovsky, A. (2022). Mental challenges and mental fitness among individual augmentees in the IDF. Israel Journal of Military Medicine, 19(1), 53.
2. Zilcha-Mano S, Mikulincer M, Shaver PR. Pets as safe havens and secure bases: The moderating role of pet