

## דגשים לכתיבת דו"ח אבחון פסיכולוגי

ד"ר יונתן הנדלזלץ

מזל טוב, הסתיים תהליך ניתוח החומר הגולמי של המבחנים. לאחר שהעלנו את כל ההיפותזות, גיבשנו עמדה ודעה על אישיותו של האדם שעומד לפנינו, הגיעה השעה להעלות את הממצאים על הכתב. גם אם המסקנות שלנו טובות ומבריקות, ומשקפות היטב את אישיותו של האדם אותו פגשנו, אופן הכתיבה יכול להכריע אם מה שאנו משערים יובן על ידי מי שקורא את הדו"ח. להלן מספר דגשים ומחשבות על האופן בו צריך להיכתב דו"ח פסיכודיאגנוסטי.

יש לזכור כמובן, שקיימות "אסכולות" רבות לכתיבת דו"ח, ובסופו של דבר לא משנים החוקים היבשים, אלא האופן בו הדוח יקרא. הדגשים המופיעים להלן, הם דגשים שמצאתי כמשמעותיים וחשובים בכתיבה. כמובן שכמספר אנשי המקצוע, כך מספר האופנים לכתיבת הדו"ח.

מדריך זה אינו עוסק בדרך הסקת המסקנות והשימוש במבחנים אלא כולל בתוכו דגשים הרלבנטיים לדרך הצגת נתונים, לכתיבה עצמה.

1. חשבו מי עומד לקרוא את הדו"ח - מרבית הקוראים של הדו"ח (מעבר למדריך או לקולגה) אינם פסיכולוגים. הם יכולים להיות אנשי מקצוע מדיסיפלינות קרובות (מטפלים שונים) המעורים בז'רגון המקצועי, אנשי מקצוע המגיעים מדיסיפלינות אחרות (שופטים למשל) שאינם מעורים בז'רגון, והקהל הרחב (נשוא הדו"ח למשל). חשוב שהדו"ח יהיה מובן, תיקשורתי וברור.

אני מצאתי שכאשר אני נוטה להשתמש במילים מקצועיות "כבדות" ו"מפוצצות" (נרקסיסטי לדוגמה), לא רק שאני לא מובן לאחרים, אני גם לומד לדעת שאני כנראה לא מבין עד הסוף את הדינמיקה של האישיות של האדם העומד לפני. מצאתי שכדאי להשתדל ולכתוב את הדו"ח באופן שלא מערב מילים לועזיות "פסיכולוגיות" אלא פשוט להסביר את מה שטעון הסבר.

כך, אצל הנרקסיסט אפשר לדבר על ההיבטים השונים של הדימוי העצמי (או על כל היבט אחר שקשור לנרקסיזם) ובבואנו לתאר קונפליקט של ספרציה אינדיבידואציה אפשר פשוט לכתב על הקושי בפרדה או ביצירת זהות עצמאית.

חשוב לציין שלמרות ההימנעות משימוש במילים "פסיכולוגיות", חשוב לשמור על שפה גבוהה ויפה, שמתאימה לחיבור אקדמי או לכתיבה רשמית. אין להשתמש בביטוי סלנג (למעט כאשר מצטטים) ויש להשתדל לכתוב בשפה של כתיבה ולא בשפה של דיבור.

2. הסיבה לכתיבת הדו"ח - שאלת מי קורא את הדו"ח קשורה גם לשאלות הנשאלות בתחילת הדו"ח. לסיבה מדוע בכלל התחלנו את המאמץ הגדול של הערכת האישיות. לרוב אנחנו מתחילים בשאלות שמישהו שאל. מי שהפנה את המטופל לאיבחון. חשוב ששאלות אלה יופיעו בסיבת ההפניה, ויהיו מנוסחות בצורה הבהירה ביותר שאפשר.

הדו"ח כולו הוא ניסיון לענות על שאלות אלה, ולכן הכתיבה צריכה להיות מכוונת למי ששאל את השאלות ולניסיון למענה טוב על שאלות אלה.

השאלות שנשאלות בתחילת הדו"ח יכתיבו את ההתייחסות לדו"ח עצמו במובן של החלוקה השונה לפסקאות ושל חלקי הדו"ח השונים: האם יש צורך בהסבר עברה מסוימת? האם יש צורך באבחנה? האם יש צורך בהמלצות לטיפול פסיכולוגי?

3. הזרימה של הפסקאות - יש הגיון רב בכתיבה בפסקאות. חשוב לא לכתוב דו"ח כבליל ארוך של משפטים. כל פסקה עוסקת בנושא נפרד. יש פסקה לדימוי העצמי, פסקה לכוחות האגו וכו'. פסקה לכל נושא או מוצאים לנכון לכתוב עליו. חשוב לכתוב כל פסקה כעומדת בפני עצמה. בעלת הגיון פנימי וקשר בין המשפטים. אין טעם לחזור על אותו נושא מספר פעמים כדי להדגיש או לעבות את הפסקה. כדאי לנסות לפשט את הנושא עליו אנו כותבים.

הקריאה של כל הפסקאות יחדיו אמורה לייצר לנו תמונה אינטגרטיבית פחות או יותר על אישיותו של האדם שעומד מולנו. פסקה אחת מובילה לפסקה שאחריה. הקשר בין הפסקאות נובע מהאופן בו אנו תופסים את אישיותו של האדם הספציפי. סדר הכתיבה יכול להיקבע מתוך קשרים סיבתיים, האם התוקפנות היא הגורמת להתרחקות מהסביבה, או שהבידוד הוא שיוצר את התגובה התוקפנית כלפי הסביבה?

הבחירה בסדר המסוים קשורה לכן לאישיות של האדם עליו אנו כותבים, אך גם לתפיסת העולם ממנה אנו יוצאים בעודנו כותבים את הדוח. האם אנו סבורים שמה שמניע את ההתנהגות הם הדחפים, או הקשר עם הסביבה או עם האובייקטים הפנימיים בחייו של האדם?

חשוב שפסקה אחת תוביל לשניה, וכל פסקה תתחיל במקום בו האחרת נגמרת. אומנם מדובר בדו"ח פסיכולוגי ולא בכתיבת פרזה, אבל חשוב שישמר הסדר ורמת העניין בכתיבה.

4. תיאוריה שמנחה - לכל מי שכותב דו"ח יש תיאוריה שמנחה אותו. לכל פסיכולוג יש תפיסת עולם שדרכה הוא מנתח התנהגויות של אחרים. גם לפסיכולוג שמנסה להיות מונחה ראיות. חשוב לכן להיות מודעים לעובדה זו ולהתייחס אליה. אומנם, פסיכולוגים שונים שכותבים דו"ח על אותו אדם אמורים לנפק דוחות שבסופו של דבר יהיו דומים האחד לשני ויצביעו על הכוחות ועל הקשיים השונים העומדים בפני האדם שכתבו עליו.

אבל, האופן בו יכתב הדוח של כל פסיכולוג יהיה שונה. כל פסיכולוג, מציג את הדו"ח מתוך תפיסת העולם שלו והאופן שבו הוא מצליח להסביר את התנהגותו של האדם ואת מניעיו. חשוב לכתוב את הדוח מתוך היכרות עם תיאוריות האישיות השונות ומתוך ידע בפסיכופתולוגיה. רק היכרות מספקת עם הפתולוגיות השונות והתיאוריות השונות, תאפשר מרחב מספיק לתמרון והסבר.

5. מאיפה מתחיל הדו"ח - מאיזה פסקה ומאיזה נושא כדאי להתחיל ולכתוב? כלל אצבע טוב שמסייע בכתיבת הדו"ח הוא הניסיון להתחיל את הדו"ח עם הקושי המאפיין ביותר את האדם. זה מוקד הדו"ח והממצא העיקרי שהעלנו. לכן חשוב להעלות אותו כבר בהתחלה.

כלל זה נכון שבעתיים כאשר מדובר במסקנה בעלת ערך אופרטיבי כגון מסקנה הקשורה לסיכון אובדני שיש לנסות ולהגן מפניו. חשוב להתחיל את הכתיבה ממסקנה זאת ולתת להמשך הדוח לזרום כפועל יוצא ובהתייחס למסקנה זו.

דרך נוספת להתחלת הכתיבה היא תשובה לשאלה שעלתה בתחילת הדו"ח.

6. סיכום הדו"ח - יש לצאת מנקודת הנחה שלעתים החלק היחידי שיקרא בדו"ח הוא הסיכום. דוחות פסיכולוגים עשויים להיות ארוכים, ופעמים רבות החלק היחיד שיקרא בדו"ח הוא הסיכום. לכן עליו להיות מתמצת ולהכיל את עיקרי הדברים. טעות נפוצה בכתיבת הדו"ח היא לקחת משפט מכל פסקה בדו"ח ולחבר משפטים אלה לכדי פסקה אחת- הסיכום. פעמים רבות מה שמתקבל היא פסקה שלא מובנת ולא זורמת.

כדאי לכתוב פסקה חדשה שתתאר בקצרה את הממצאים העיקריים ותעשה זאת תוך שמירה על זרימה. חשוב שהסיכום לא יהיה ארוך מדי, מפני שלמרות שהמשימה לתמצת דו"ח שלם לכדי פסקה או שתיים עלולה להיות מסובכת, ברגע שהסיכום הופך להיות ארוך מדי, הוא כבר לא סיכום ולא משיג את מטרתו.

7. השימוש באנמנזה - בכתיבת דו"ח פסיכולוגי מקצועי, מעבר לניתוח תוצאות המבחנים, יש להתייחס לאנמנזה. לא ניתן לכתוב דו"ח " על עיוור" - זה מעשה לא מקצועי. אבל, לאחר כתיבת פרק האנמנזה, אנו מנסים להשעות את הידע האנמנטי אותו רכשנו בראיון שערכנו. פרק התוצאות מסתמך על תוצאות המבחנים בלבד, ואין צורך לנסות ולקשר את האנמנזה לממצאים. הקישור המשמעותי הזה יופיע בחלק הסיכום של הדו"ח, ובכך יהפוך אותו לייחודי.

ההפרדה הזאת, למרות היותה מבנית ומלאכותית, עוזרת לנו כמאבחנים להתרכז בממצאים עצמם, ולהשתדל שלא לפרש אותם רק לאור הרקע. לא ניתן להפריד את הרקע ואת הידע שלנו ממה שאנו מחפשים, אך ניתן לצמצם את ההשפעה שלו עלינו ולאפשר לנו להיות פתוחים לעוד הסברים לממצאים שאנו רואים במבחנים.

8. לכל משפט בדו"ח חייב להיות סימוכין - זו אומנם הוראה פשוטה יחסית, אך היא לעיתים נשכחת. כל משפט או ממצא בדו"ח חייב להיות מעוגן בממצאים בחומר הגולמי. הממצאים הללו יכולים להוביל למסקנות מתוכם, אך תהליך ההסקה חייב להיות

מגובה בראיות. בהחלט ניתן להשתמש באותו ממצא לצורך הסבר של תופעות שונות, במידה ויש קשר בין התופעות המוסברות.

9. השימוש במילים "נראה ש"- לעיתים מתוך הסתייגות וחוסר יכולת להתחייב, הדו"ח כולו משובץ ב"נראה ש" ונגזרות אחרות שלה. זה הופך את הכתיבה לחסרת טעם. אומנם כל תהליך האבחון הוא תהליך של הסקת מסקנות בעירבון מוגבל אבל יש להשתמש בסייגים בחוכמה.

לכל מבחן סטטיסטי יש דרגת וודאות שאנו בוחרים, וכמובן שאנו יודעים שהמסקנות שהגענו עליהן תלויות במספר פרמטרים רבים, ותמיד, אבל תמיד, יש סיכוי שהן מוטעות. אבל, אם אנחנו פסיכולוגים מנוסים (או צעירים יותר שנמצאים בהדרכה אצל מנוסים מאיתנו), שעושים עבודה טובה ומקצועית, אנחנו צריכים להיות מסוגלים לייצר השערות ומסקנות.

אם, כל מסקנה היא "נראה ש", אז לא תמיד צריך את האבחון. אנשים מופנים לאבחון עם מטרה, ועלינו לנסות לייצר תשובה לשאלות שנשאלו. לא תמיד זה אפשרי, וחשוב לדעת זאת. אבל עלינו להתחייב, ולכתוב את המסקנות וההשערות שהגענו אליהן בצורה מתחייבת במידת האפשר.

מצד שני, תמיד צריך לזכור שמה שאנו עושים בתהליך האבחון זה לשער השערות על פי ממצאים והידע שלנו. אנחנו אף פעם לא יודעים בוודאות להסביר את מה שהיה, ובטח שאיננו יכולים לטעון טענות וודאיות על מה שיהיה. ולכן, על אף מה שכתבתי, יש מקום להסתייגויות ונקיטת עמדה זהירה.

לכן, תהליך הכתיבה, כראי לתהליך האבחון כולו, צריך להכיל איזון נכון, בין הצניעות וההגינות המקצועית שלנו, שמחייבת אותנו להסתייג, לבין יכולתנו המקצועית לעמוד מאחורי מה שאנחנו כותבים. ובאופן קונקרטי יותר, להשתמש ב"נראה ש" במתינות, ולייצר דו"ח שיש לו תוכן, בלי להתנצל עליו.

10. האורך לא קובע- לדו"ח פסיכולוגי טוב אין אורך קבוע. הוא יכול להיות קצר מאוד וארוך מאוד. רק כדאי שהוא לא יהיה קצר מדי או ארוך מדי. אפשר לכתוב דו"ח טוב מאוד, שיענה על השאלות הנשאלות בתחילת הדו"ח ואורכו לא יעלה על שלושה עמודים. זה נראה מעט, אך חשוב לדעת שברגע שאנו עונים על השאלות ומתארים בצורה טובה את הדינאמיקה האישיותית, הסתיימה העבודה. אין צורך ביותר מזה.

אלה מספר עצות ודגשים שאני מצאתי כמתאימים לכתיבת דו"ח פסיכולוגי מוצלח. כאמור, פסיכולוגים אחרים ישימו דגשים אחרים. העצה החשובה ביותר היא לכתוב מתוך ידע רב בתחומי האבחון, האישיות והפסיכופתולוגיה, תחושת יושר מקצועי, צניעות, ורצון להעביר את הידע והמסקנות בצורה הברורה ביותר.

