

# DBT 培训师指南

2023 年 2 月 15 日发布

## 本文档目的

世界辩证行为治疗协会（WDBTA）作为辩证行为治疗（DBT）的国际组织，旨在为提供 DBT 的从业者、服务机构以及培训心理健康专业人员提供治疗的机构提供指导和支持。作为该治疗领域内的专家团体，我们经常被问及谁有资格提供 DBT 培训，我们也在思考如何确保从业者能获得高质量的培训，并在高质量培训中学习如何准确地提供治疗。我们的最终目标是确保接受 DBT 治疗的人能够接受到高质量的治疗。基于上述问题，WDBTA 董事会邀请了一组在 DBT 培训领域的国际专家（委员会成员名单列于本文档末尾），深入探讨受训者在 DBT 培训中应获得的专业素质、知识和技能。指南需要平衡高质量要求和现实条件限制（世界上许多地区能获取的培训资源仍有限）。WDBTA 制定本指南，以鼓励提供培训的任何个人和组织追求下述标准。我们鼓励任何提供培训的人员明确自己在这些标准方面的专业知识，鼓励寻求培训的从业者提出有关提供培训的人员或组织的问题，以确保透明度。

## 本文档形成过程

委员会的目的是仔细审查和考量 DBT 培训方法，以有效和高效地促进遵循 DBT 原则的培训项目的发展。在研究过程中，我们审查了美国和欧洲使用的培训模型、指南和标准。在过去的 18 个月中，委员会成员首先审查了 Behavioral Tech (美国) 及其附属机构，British Isles DBT (英国)，the German Association for DBT (DDBT, 德国)，Dialexis (荷兰)，DGT Vlaanderen (比利时) 及其他培训模式。鉴于 DBT 培训环境设置的多样性，以及使用 DBT 的经济、文化、国情等条件各不相同，我们最终决定采用一个建议性的框架，而非规定性的政策。

我们所审查的培训模式普遍采用基于能力的方法（competency-based approach）来确定个体作为培训师的水平，而非基于在一定时间内完成课程的模式。另一项共识是，虽然 DBT 培训师和咨询师的角色都依赖于共同的、实质性的知识和实践，但两者需要不同类型的能力。在我们审查的各种培训模式中，申请成为培训师的个体，其专业资质在以下方面高度重叠：培训师应具备的能力；培训师不同级别名称（申请人、受训者、培训师、高级培训师、顾问）；级别晋升的评估程序；以及长期确保胜任力的方法。不同培训组织有不同细节，体现了对地方、地区、国家法规和内部“政治”考虑的适应和调整。下文的指导原则代表了不同模式之间的大量共识，同时也提到了某些组织特有的调整。

## DBT 培训师申请资格

1. 经验丰富的持证治疗师或心理健康从业者：
  - a. 需要注册、认证、执照等。
2. 遵循 DBT 治疗
  - a. 通过 DBT-LBC、英国和爱尔兰 DBT 协会、DDBT（德国）或当地同等效力机构认证，取决于各地区可提供的选择

3. **掌握 DBT 内容**（见下文能力要求）
4. **参与 DBT 项目/咨询团队，提供完整的 DBT 服务**，每周参加团队会议
5. **每周至少进行 1.5 天的 DBT 相关工作**（作为治疗师、技术培训师、团队领导、教师、研究人员）
6. **个体治疗**：至少有两年实践经验，至少完成两例个案治疗，包括电话辅导
7. **技术培训师**：教授技术培训课程超过一年；至少教授两次完整课程
8. **DBT 教师**：在当地咨询团队、研讨会、本地区域教授 DBT
9. 接受过行为治疗培训
10. 定期进行正念练习
11. 及时掌握 DBT、DBT 推荐适用人群、自杀以及自杀预防与治疗的最新研究成果、
12. 参加 DBT 及相关主题的国内外会议，以及时了解最新研究和临床动态

## DBT 培训师能力要求

1. **投入**：吸引并保持听众的注意力
2. **授课能力**：根据听众的知识水平清晰地讲授课程，必要时使用临床演示
3. **准确性**：准确回答听众的问题，无论是否进行角色扮演
4. **辩证思维**：以辩证的方式概念化问题，并以辩证的方式处理问题和分歧
5. **治疗示范**：通过角色扮演的方式演示所有治疗策略和方案
6. **咨询**：就个人和团队提出的计划和案例提供准确/有效的咨询

## 培训师级别与晋升

1. **申请人**
2. **受训者**
  - a. 观摩专业 DBT 培训师
  - b. 在由高级培训师主持的培训中，展示相关领域的内容
  - c. 接受高级培训师的反馈和听众的评价
  - d. 尽可能与不同的培训师共同进行演示，并接受反馈意见
  - e. 保存在受训期内相关能力提升的文件
3. **培训师**
  - 与其他培训师共同举办工作坊
  - 尽可能与不同的培训师共同进行演示，并接受同事和听众的反馈
  - 通过以下任意方法，与高级培训师一起培训，持续积累经验：
    - 在完整的 DBT 教学中（涵盖所有功能与模式）担任共同培训师
    - 在专题工作坊中担任共同培训师
4. **带领基于团队的综合培训的资格要求**。培训组织需为开展基于团队的综合培训的培训师制定特定标准，涵盖以下领域：
  - a. **经验胜任力**
    - i. 担任过一定次数工作坊的培训师
    - ii. 担任过多次综合培训的共同培训师，并在高级培训师的指导下成功带领过两次综合培训
  - b. **知识胜任力**
    - i. 具备传播和实施科学及有效的培训方法的一般知识
    - ii. 掌握上述内容和能力
  - c. **技能胜任力**
    - i. 具备执行咨询技能
    - ii. 能够在没有准备的情况下进行治疗各方面的角色扮演
    - iii. 能够为大多数 DBT 的适应性调整提供咨询
    - iv. 可以领导高级工作坊
    - v. 能就项目的实施和发展提供咨询
    - vi. 能有效地将 DBT 原则应用于系统和整体培训中

- vii. 能够有效管理系统和团队中出现的辩证张力
  - viii. 能够有效缓解组织和团队中出现的个人张力
  - ix. 能够督导个体治疗、技能小组带领者以及团队带领者
5. **高级培训师的资格要求。**组织应为负责观察、培训并向受训者提供反馈的培训师制定标准
- a. 具备上述所有能力
  - b. 能够评估潜在培训师的表现
  - c. 能够以易理解的方式提供反馈
  - d. 培训组织制定标准，以确定该培训师被公认为 DBT 领域的专家

## 评估受训者胜任力

1. 现场观察、审查和反馈
2. 对录制的培训片段进行审查并提供反馈
3. 听众对其表现的评价

可以指定一名“导师”支持培训师的胜任力提升过程。

## 委员会成员名单

**Ann Berens, M.D.**, Clinical Director University Psychiatric Hospital Duffel; Head of department DBT Treatment Unit Spinnaker 2; President Flemish DBT association

**Linda Dimeff, PhD**, Institute Director, DBT-Linehan Board of Certification, Certified Clinician™

**Anthony P. DuBose, PsyD**, DBT-Linehan Board of Certification - Board Certified Clinician, Chief Training Executive & Director of CE/CME, Behavioral Tech, LLC

**Azucena Garcia-Palacios, PhD**, Abnormal Psychology Full Professor, Universitat Jaume I. Spain. President of the Spanish DBT Associatne

**Pablo H Gagliesi, MD**, Director: DBT Iberoamerica. Director: DBT program at Fundacion Foro. Honorary President: SI DBT

**Cesare Maffei M.D.** Professor Emeritus of Clinical Psychology, Vita-Salute San Raffaele University, Milan, Italy. Past-President of the Italian DBT Society (SIDBT).

**Shari Manning PhD** (Co-Chair). Treatment Implementation Collaborative

**Alec L Miller, PsyD**. Co-Founder, Cognitive and Behavioral Consultants, New York, USA

**Francheska Perepletchikova PhD**. Associate Professor in Psychiatry, University of Massachusetts Chan Medical School

**Michaela A Swales PhD** (Co-Chair) Director of Training, British Isles DBT Training

**Charles Swenson M.D.** Associate Professor of Psychiatry, University of Massachusetts School of Medicine.

**Louisa (Wies) van den Bosch, PhD**, initiator and former director of the Dutch and Belgium training institute ‘Dialexis’, Clinical Director Dutch DBT treatment Centre.

Translators: Sichu Wu, M.D., Ph.D., Chun Wang, M.D., Ph.D., Clinical Mental Health Center, The Affiliated Brain Hospital of Nanjing Medical University, China