WDBTA
World Dialectical Behavior Therapy Association

GARIS PANDUAN UNTUK PELATIH TERAPI DBT

Terbitan Februari 2025

Pengenalan & Tujuan Dokumen

WDBTA adalah sebuah organisasi antarabangsa untuk DBT yang sentiasa berusaha untuk memberikan bimbingan dan sokongan kepada pengamal terapi DBT, pusat perkhidmatan yang menyampaikan DBT dan juga kepada pelatih terapi DBT yang memberikan latihan kepada pengamal profesional kesihatan mental. Sebagai pasukan pakar di dalam bidang ini, antara persoalan yang sering dikemukakan kepada kami adalah siapa yang boleh dianggap bertauliah untuk menyampaikan latihan berkenaan terapi DBT. Kami mengambil berat persoalan ini kerana kami ingin memastikan bahawa pengamal yang mengikuti latihan akan menerima latihan berkualiti tinggi yang menepati prinsip terapi ini. Ini adalah selari dengan matlamat kami dalam memastikan klien menerima rawatan yang berkualiti tinggi. Dengan mengambil kira matlamat ini, ahli jawatankuasa WDBTA telah menubuhkan satu pasukan pakar pelatih antarabangsa yang berpengalaman dalam menyampaikan latihan dalam DBT (keahlian jawatankuasa disenaraikan di penghujung dokumen ini) untuk mempertimbang dan menyenaraikan ciri-ciri penting dalam penentuan kualiti, pengetahuan dan kemahiran yang perlu dimiliki oleh seseorang untuk menjadi pelatih terapi DBT. Langkah ini juga adalah untuk mengimbangkan antara prinsip yang ideal dengan praktik yang realistik terutamanya apabila berdepan dengan situasi di mana akses kepada latihan adalah terhad. Dengan itu, WDBTA telah membangunkan panduan ini untuk menjadi garis piawai bagi mana-mana individu atau organisasi yang menyampaikan latihan. Menerusi panduan ini, kami mengesyorkan untuk mereka yang ingin menyampaikan latihan agar mempunyai latar belakang kepakaran yang sesuai serta telus berkenaannya, dan pihak penganjur latihan mempunyai gambaran untuk bagaimana memastikan pelatih mempunyai latar belakang kepakaran yang sesuai.

Langkah penghasilan dokumen

Hasrat jawatankuasa adalah untuk meneliti dan mempertimbangkan pendekatan-pendekatan kepada latihan DBT yang boleh menghasilkan program dan pelatih yang mematuhi prinsip DBT. Pasukan kami telah meneliti pelbagai variasi pendekatan, model latihan, garis panduan dan piawaian yang ada di negara-negara Eropah dan Amerika Syarikat. Selama tempoh 18 bulan, pasukan ini telah mengkaji model latihan daripada Behavioral Tech (Amerika Syarikat), British Isles DBT, Persatuan Jerman untuk DBT (DDBT), Dialexis (Belanda) dan DGT Vlaanderen (Belgium). Memandangkan terdapat kepelbagaian faktor penyumbang dalam pelaksanaan latihan serta julat variasi yang berbeza untuk latar belakang ekonomi, budaya dan sosiodemografi, pihak jawatankuasa akhirnya memutuskan untuk membina satu rangka kerja cadangan yang fleksibel mengikut kesesuaian kondisi setempat.

Model sedia ada secara amnya mengukur tahap kecekapan seorang pelatih melalui jumlah pengalaman latihan yang telah diberikan, namun kurang menekankan kepada jangka masa latihan dan jenis latihan yang pernah diterima oleh pelatih tersebut. Selain itu, rata-rata model turut berpendapat bahawa walaupun pelatih dan pengamal secara amnya mempunyai tahap pengetahuan dan pengalaman berdasarkan asas dan prinsip terapi yang sama, ini tidak bermakna mereka mempunyai tahap

kompetensi yang sama. Penelitian lanjut ke atas model-model latihan ini mendapati terdapat pertindihan pendapat dan pandangan berkenaan **tahap kualifikasi / kelayakan** mereka yang memohon untuk menjadi pelatih; **tahap kompetensi** seseorang yang menjadi pelatih; **pembezaan tingkat kepakaran** pelatih (pemohon, pelatih-dalam-latihan, pelatih senior atau perunding); proses **penilaian pelatih** untuk pergerakan ke peringkat kepakaran seterusnya; dan **langkah untuk pemantauan kompetensi** secara berterusan dari masa ke semasa. Terdapat juga pendekatan yang berbeza oleh setiap organisasi di atas untuk disesuaikan dengan latar belakang setempat di setiap peringkat berbeza (daerah, negeri, nasional dll) dan faktor "politik dalaman". Oleh itu, garis panduan ini telah dihasilkan melalui konsesus berpandukan dari pelbagai model latihan, dengan saranan untuk melakukan adaptasi yang bersesuaian dengan latar belakang dan kondisi setempat.

Kelayakan untuk Memohon Menjadi Pelatih Terapi DBT

1. **Terapis atau pengamal perubatan kesihatan mental yang berpengalaman**
    a. Mempunyai pendaftaran / akreditasi / lessen dll yang berkenaan
2. **Mematuhi prinsip terapi**
    a. Disahkan oleh DBT-LBC, Society for DBT di UK dan Ireland, DDBT (Jerman) atau yang setara dan bergantung kepada organisasi yang ada di kawasan masing-masing.

3. **Menguasai kandungan DBT** (lihat tahap kompetensi di bawah)
4. **Menyertai program DBT / pasukan konsultasi DBT, menyampaikan DBT secara komprehensif**, menghadiri mesyuarat pasukan setiap minggu.
5. **Melaksanakan tugasan berkaitan DBT** sekurang-kurangnya 1.5 hari seminggu (sebagai terapis, pengajar, ketua pasukan, pelatih, penyelidik)
6. **Terapi individu**: telah memberikan perkhidmatan terapi selama sekurang-kurangnya dua tahun, merawat sekurang-kurangnya dua kes hingga selesai, termasuk melakukan bimbingan kemahiran melalui telefon.
7. **Pembimbing kemahiran**: telah melaksanakan bimbingan latihan kemahiran kepada kumpulan pesakit selama lebih dari satu tahun; telah mengajar kurikulum penuh sekurang-kurangnya dua kali
8. **Pengajar DBT**: telah mengajar DBT di lokasi tempatan—dalam pasukan konsultasi, seminar, kawasan tempatan dll
9. Mempunyai latihan dalam terapi tingkahlaku
10. Mengikuti aktiviti ketara sedar ("mindfulness") secara berkala
11. Sentiasa mengikuti perkembangan terkini dalam penyelidikan berkenaan DBT, populasi di mana DBT adalah rawatan yang disyorkan, gejala bunuh diri, dan pencegahan serta rawatan gejala bunuh diri
12. Menghadiri mesyuarat kebangsaan atau antarabangsa mengenai DBT dan topik berkaitan untuk sentiasa peka tentang perkembangan terkini dalam penyelidikan dan klinikal.

Tahap Kompetensi Jangkaan untuk Menjadi Pelatih DBT

1. **Penglibatan**: berupaya untuk melibatkan dan mengekalkan perhatian audiens.
2. **Penyampaian**: berupaya untuk menyampaikan pengisian kurikulum dengan jelas, disesuaikan dengan tahap pengetahuan audiens, menggunakan contoh situasi klinikal yang bersesuaian apabila perlu.
3. **Ketepatan**: berupaya untuk menjawab soalan audiens dengan tepat, dengan atau tanpa demostrasi main peranan.
4. **Pemikiran Dialektikal**: berupaya untuk memahami dan mengaplikasi konsep dialektik, dan mengendalikan persoalan dan percanggahan secara dialektik.
5. **Demonstrasi Rawatan**: berupaya untuk menjelaskan dan mempamerkan strategi dan protokol rawatan melalui demonstrasi main peranan.
6. **Konsultasi**: berupaya untuk memberikan konsultasi yang tepat/berkesan kepada program dan kes yang dibentangkan oleh individu dan pasukan

Tingkat Pelatih dan Proses Pergerakan Tingkat

1. **Pemohon**
2. **Pelatih-Dalam-Latihan**
    a. Memerhati Pelatih DBT yang lebih senior dan di tingkat kepakaran lebih tinggi
    b. Membentangkan kandungan domain berkaitan semasa latihan yang dijalankan oleh Pelatih yang lebih senior
    c. Menerima maklum balas dari Pelatih yang lebih senior, penilaian prestasi oleh audiens

d. Membuat pembentangan kepada Pelatih berbeza dan menerima maklum balas
e. Membuat log atau dokumentasi tentang progress latihan di sepanjang proses latihan

3. Pelatih

a. Menjalankan bengkel bersama pelatih lain
b. Sentiasa mengambil peluang untuk membuat pembentangan bersama pelatih berbeza, dan menerima maklum balas dari rakan sekerja / pelatih lain dan juga audiens berkenaan pembentangan
c. Sentiasa menambah pengalaman aktiviti pelatihan daripada pelatih yang lebih senior melalui:
    i. Menjadi pelatih bersama di dalam aktiviti latihan DBT komprehensif (semua mod dan kemahiran)
    ii. Menjadi pelatih bersama di dalam program latihan kemahiran khas.

4. **Kelayakan untuk memimpin latihan komprehensif secara berpasukan**. Organisasi pelaksana latihan perlu menetapkan standard khusus untuk pelatih latihan ini dan perlu merangkumi aspek yang berikut:
    a. Kompetensi berasaskan pengalaman
        i. Telah menjadi Pelatih untuk sejumlah bengkel yang ditetapkan
        ii. Telah menjadi Pelatih Bersama bagi beberapa latihan DBT komprehensif, dan telah berjaya memimpin dua latihan DBT komprehensif yang dibimbing oleh Pelatih senior yang berpengalaman
    b. Kompetensi berasaskan pengetahuan
        i. Memiliki pengetahuan umum dalam pengajaran, adaptasi kaedah pengajaran berasaskan bukti saintifik dan kaedah latihan yang berkesan
        ii. Telah menguasai kandungan domain terapi dan tahap kompetensi seperti yang disenaraikan di atas
    c. Kompetensi berasaskan kemahiran
        i. Memiliki kemahiran perundingan eksekutif
        ii. Boleh melakukan demonstrasi main peranan untuk mana-mana aspek rawatan tanpa persediaan
        iii. Boleh memberikan perundingan kepada kebanyakan adaptasi DBT
        iv. Boleh memimpin bengkel tahap lanjutan
        v. Boleh memberikan perundingan mengenai pelaksanaan dan pembangunan program
        vi. Boleh menerapkan prinsip-prinsip DBT secara efektif kepada sistem dan latihan secara keseluruhan
        vii. Boleh menyelesaikan ketegangan dialektik yang timbul dalam sistem dan pasukan secara efektif
        viii. Boleh mengurangkan ketegangan peribadi dalam individu yang timbul di dalam organisasi dan pasukan secara efektif
        ix. Boleh menyelia terapi individu, pemimpinan kumpulan pengajaran kemahiran, dan pemimpinan pasukan konsultasi.

5. **Kualiti Pelatih senior**. Organisasi perlu menetapkan standard untuk Pelatih yang telah dipertanggungjawabkan untuk memantau, melatih, dan memberikan maklum balas kepada Pelatih-Dalam-Latihan. Pelatih tersebut:
    a. Memiliki semua kemahiran yang disenaraikan di atas
    b. Berkebolehan mencungkil dan menilai potensi individu yang boleh dijadikan pelatih
    c. Berkebolehan memberikan maklum balas dengan cara yang mudah difahami
    d. Diberi perakuan oleh orang lain sebagai Pelatih dan pakar dalam DBT berdasarkan standard yang diterima oleh organisasi beliau.

Kaedah Penilaian Kompetensi Pelatih-Dalam-Latihan

1. Pemerhatian, semakan, dan maklum balas secara langsung
2. Semakan dan maklum balas kepada segmen latihan yang dirakam dalam format video
3. Penilaian prestasi oleh audiens

Seorang "Mentor" boleh dilantik untuk membantu dan memberikan sokongan kepada pelatih-dalam-latihan yang sedang menjalani proses / latihan untuk meningkatkan kompetensi.

Anggota Jawatankuasa

Ann Berens, M.D., Pengarah Klinikal (University Psychiatric Hospital Duffel), Ketua Jabatan (DBT Treatment Unit Spinnaker 2; Presiden Persatuan Flemish DBT)

Linda Dimeff, PhD, Pengarah Institut, Pakar Terapi Bertauliah (DBT-Linehan Board of Certification)

Anthony P. DuBose, PsyD, Pakar Terapi Bertauliah (DBT-Linehan Board of Certification), Ketua Eksekutif Latihan & Pengarah (CE/CME, Behavioral Tech, LLC)

Azucena Garcia-Palacios, PhD, Professor (Abnormal Psychology, Universitat Jaume I. Spain. President of the Spanish DBT Associatnene)

Pablo H Gagliesi, MD, Pengarah (DBT Iberoamerica), Pengarah (DBT program Fundacion Foro). Presiden Kehormat (SI DBT)

Cesare Maffei M.D. Professor Emeritus Psikologi Klinikal (Vita-Salute San Raffaele University, Milan, Italy), Mantan Presiden (Italian DBT Society (SIDBT))

Shari Manning PhD Pengerusi Bersama (Treatment Implementation Collaborative)

Alec L Miller, PsyD. Pengasas Bersama (Cognitive and Behavioral Consultants, New York, USA)

Francheska Perepletchikova PhD. Profesor Madya (Psikiatri) (University of Massachusetts Chan Medical School)

Michaela A Swales PhD Pengerusi Bersama (Director of Training, British Isles DBT Training)

Charles Swenson M.D. Profesor Madya (Psikiatri) (University of Massachusetts School of Medicine)

Louisa (Wies) van den Bosch, PhD, pengasas dan mantan pengarah (the Dutch and Belgium training institute 'Dialexis'), Pengarah Klinikal (Dutch DBT treatment Centre).

Alih bahasa oleh (Translated by):

1. Noor Melissa Nor Hadi. Pensyarah / Pakar Psikiatri / Pengamal DBT, Universiti Putra Malaysia
2. Nicholas Pang. Profesor Madya (Psikiatri) / Pakar Psikiatri / Pengamal DBT, Universiti Malaysia Sabah