WDBTA
World Dialectical Behavior Therapy Association

DBT 訓練者指導準則

發佈日期：2023 年 2 月 15 日

文件目的

世界辯證行為治療協會(WDBTA)作為全球 DBT(辯證行為治療)的專業組織，致力於為執行 DBT 的從業人員及培訓這些從業人員的專業機構提供指導與支持。我們經常被詢問有關誰具備資格教授此療法。我們亦重視確保投入訓練的從業人員能夠接受到高品質的培訓，正確掌握這種療法的核心內容。最終目標是確保接受 DBT 的人獲得高品質的治療。基於此目標，WDBTA 理監事會邀請了一組國際專家（委員會成員名單列於本文末尾）深入探討 DBT 訓練所需的知識、技能及特質，並制定出此準則，希望可以在提供高品質服務與符合現實情境狀況(世界上仍有許多地方無法獲得訓練)取得平衡。WDBTA 希望本文件能協助全球不同地區的訓練者參考並達成此標準，同時也鼓勵尋求培訓的專業人員能多加了解培訓者的資歷，促進透明度。.

文件發展過程

本委員會在設計這些準則時，深入審視了來自美國、英國、德國、荷蘭與比利時等地的 DBT 訓練模式，參考了多種訓練模式、指導方針及標準。我們首先檢視了美國 (Behavioral Tech 及其附屬機構)、英國 (British Isles DBT)、德國 (German Association for DBT, DDBT)、荷蘭 (Dialexis) 和比利時 (DGT Vlaanderen) 的 DBT 培訓模式。在過去 18 個月中，對這些培訓方法和其他培訓方法進行了審查。鑑於進行 DBT 培訓的環境的多樣性，以及使用 DBT 的經濟、文化和國家條件的範圍，我們最終採用了建議性架構，而非固定的指導政策，以適應不同國家、文化和經濟條件，提供彈性空間。

檢視過的模式普遍採用了以能力為基礎的方法來評估個人的訓練水準，而不是根據完成某特定課程的時間來決定。雖然 DBT 訓練師與 DBT 顧問的角色依賴於共同且豐富的知識基礎和實踐經驗，但這兩者所需的能力有所不同。在我們檢視的各種訓練模式中，對成為訓練師的基本**資格**、訓練師應具備的**能力**、訓練師的**級別**（申請者、訓練師培訓中、訓練師，部分情況下還包括資深訓練師或顧問）、從一個級別晉升到另一級別的**評估過程**，以及**確保持續維持能力**的方式等方面都達成了高度共識。不同培訓組織的細節有所不同，是因應當地、地區和國家法規以及內部「政治」考慮的調整。指導準則代表了不同模型之間的共識，同時也提到了針對某些組織的具體調整。

DBT 訓練師(trainer)資格

1. **有經驗、持有證照的治療師或心理健康從業人員：**
    a. 具備必要的註冊、認證、執照等資格。
2. **遵循 DBT 治療原則：**
    a. 通過 DBT-LBC、英國和愛爾蘭 DBT 協會、德國 DBT 協會 (DDBT) 或其他地區認可的認證。
3. **掌握 DBT 內容**（見後續的能力要求）
4. **參與 DBT 團隊 / 諮詢團隊，並提供完整的 DBT 服務**，每週參加團隊會議。
5. **每週至少投入 1.5 天從事 DBT 相關工作**（包括治療師、技巧訓練師、團隊領導、教師、研究員等角色）。
6. **個別治療經驗：**至少兩年，並完成至少兩個個案的治療（包括電話指導）。
7. **技巧訓練師經驗：**教授技巧訓練超過一年，並至少教授過完整課程兩次。
8. **DBT 教師經驗：**在當地提供過 DBT 教學（如諮詢團隊、研討會、地區課程）。
9. 具備行為療法訓練背景。
10. 定期進行正念練習。
11. 持續掌握 DBT 相關的最新研究成果、DBT 適用的群體，以及自殺防治與治療的知識。
12. 參加國內或國際 DBT 及相關主題的會議，以更新研究及臨床動態。

DBT 訓練師應具備的能力

1. **互動能力(engagement)**：能吸引並保持聽眾的注意力。
2. **教學能力**：能清晰地呈現課程內容，針對受眾的知識水平進行調整，必要時使用臨床示例。
3. **正確性**：能準確回答聽眾問題，並在需要時進行角色扮演。
4. **辯證思維**：能進行辯證概念化，並以辯證方式處理問題和不同意見。
5. **治療示範**：通過角色扮演展示所有治療策略及流程。
6. **諮詢能力**：能提供對個人或團隊提出的方案及案例的準確、有效的諮詢。

訓練師級別與晉升

1. **申請者(applicant)**
2. **訓練師培訓中(trainer-in-trainers)**
    a. 觀察資深 DBT 訓練師的授課。
    b. 在資深訓練師的指導下講授部分內容。
    c. 從資深訓練師和觀眾中獲得反饋。
    d. 儘可能與不同的訓練師共同授課並獲得反饋。
    e. 在培訓過程中記錄達成能力的進度。
3. **訓練師 (trainer)**
    - 與其他訓練師一起主持工作坊。
    - 儘可能與不同的訓練師共同授課，並從同事及聽眾中獲得反饋。
    - 通過以下方式與資深訓練師合作，持續累積經驗：
        - 作為共同訓練師參與全面 DBT（涵蓋所有功能及模式）的訓練。
        - 作為共同訓練師參與專業工作坊。

4. **負責團隊綜合訓練的資格(Qualifications for leading team-based comprehensive trainings)**。訓練機構會對負責團隊綜合訓練的訓練師設定特定標準，涵蓋以下領域：
    a. 基於經驗的能力
        i. 擔任訓練師的次數達標。
        ii. 曾擔任多次綜合訓練的共同訓練師，並成功主持過兩次在資深訓練師指導下的綜合訓練。
    b. 基於知識的能力
        i. 具備傳播及實施科學的基本知識，並掌握有效訓練方法。
        ii. 精通內容領域和所列的能力。
    c. 技能能力
        i. 具備執行諮詢技巧。
        ii. 能無需準備即進行任何療法的角色扮演。
        iii. 能諮詢各種 DBT 的適應模式。
        iv. 能主持高階工作坊。
        v. 能為方案實施及發展提供諮詢。
        vi. 能有效應用 DBT 原則於系統及整體訓練。
        vii. 能有效處理系統及團隊中出現的辯證張力。
        viii. 能有效緩解組織和團隊中的個人張力。
        ix. 能監督個別治療、技巧團隊領導及團隊領導。
5. **資深訓練師的品質(Qualities of senior trainers)**。訓練機構會對資深訓練師設立標準，以評估、訓練並為訓練師培訓中的學員提供回饋。
    a. 具備上述所有能力。
    b. 能評估潛在訓練師的表現。
    c. 能以易懂的方式提供反饋。
    d. 訓練組織內其他專家依照該組織的標準認可為 DBT 領域的專家的訓練師。

培訓中訓練師的能力評估方法

1. 現場觀察、回顧及回饋。
2. 回顧錄製的訓練片段，並提供反饋。
3. 觀眾對表現的評價。

在培訓期間，指定的“導師”可能會協助訓練師提升能力。

委員會成員名單

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 Associatnene

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.