



REVIEW ARTICLE / DERLEME YAZISI

# Systematic Review on Borderline Personality Disorder and Dialectical Behavior Therapy

## Sınırdaki Kişilik Bozukluğu ve Diyalektik Davranış Terapisi Üzerine Sistemik Derleme

Filiz Rado<sup>1</sup> Meryem Karaaziz<sup>2</sup>

### Abstract:

The aim of this review study is to examine the use of dialectical behavior therapy in individuals with borderline personality disorder. In this study, a systematic review method was used, and no fieldwork or specific scale was employed. The studies considered were in Turkish and English languages and conducted between 2010 and 2024. These studies consist of case presentations and review articles. This review study was conducted in two phases, in February 2024 and May 2024. A total of 11 studies were included following the literature review. As a result of these 11 studies, dialectical behavior therapy was found to be an effective method in terms of enhancing therapy compliance and accelerating recovery, as well as achieving results in a short period. It was observed that after the application of dialectical behavior therapy in individuals with borderline personality disorder, symptoms significantly decreased and even disappeared. Therefore, dialectical behavior therapy is considered an effective method in the treatment of borderline personality disorder.

**Keywords:** Borderline, Dialectical, Systematic review.

<sup>1</sup>BSc, Near East University, Faculty of Arts and Sciences, Department of Psychology, Nicosia-Cyprus, filizrado.3@gmail.com, ORCID ID: 0009-0009-9940-8201

<sup>2</sup>Assoc. Prof. Dr., Near East University, Faculty of Arts and Sciences, Department of Psychology, Nicosia-Cyprus, meryem.karaaziz@neu.edu.tr, ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-0085-612X>

**Address of Correspondence/Yazışma Adresi:** Assoc. Prof. Dr., Near East University, Faculty of Arts and Sciences, Department of Psychology, Nicosia-Cyprus, meryem.karaaziz@neu.edu.tr, ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-0085-612X>

**Date of Received/Geliş Tarihi:** 15.04.2024, **Date of Revision/Düzeltilme Tarihi:** 26.06.2024, **Date of Acceptance/Kabul Tarihi:** 04.07.2024, **Date of Online Publication/Çevrimiçi Yayın Tarihi:** 25.09.2024

**Citing/Referans Gösterimi:** Rado, F. & Karaaziz, M. (2024). Systematic Review on Borderline Personality Disorder and Dialectical Behavior Therapy *Cyprus Turkish Journal of Psychiatry & Psychology*, 6(3): 269-277

© 2024 The Author(s). Published by Cyprus Mental Health Institute / Cyprus Turkish Journal of Psychiatry and Psychology ([www.ktpdpdergisi.com](http://www.ktpdpdergisi.com)). This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution 4.0 license which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, provided the original work is properly cited and is not used for commercial purposes. <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

## Öz:

Bu derleme çalışmasının amacı borderline olan bireylerde diyalektik davranış terapisinin kullanımını incelemektir. Yapılan bu çalışmada sistematik derleme yöntemi kullanılmış olup saha çalışması ya da herhangi bir ölçek kullanılmamıştır. Türkçe ve İngilizce dillerinden ele alınan çalışmalar 2010-2024 yılları arasındadır. Bu çalışmalar olgu sunumlarından ve derleme makalelerinden oluşmaktadır. Bu derleme çalışması Şubat, 2024 ve Mayıs, 2024 olmak üzere iki aşamada gerçekleştirilmiştir. Yapılan literatür taraması sonucunda 11 çalışma ele alınmıştır. Ele alınan bu 11 çalışma sonucunda Diyalektik davranış terapisinin terapiye uyumu artırıcı ve iyileşmeyi hızlandıran bir terapi yöntemi ve kısa süre içerisinde sonuca ulaşabilme yönünden etkin bir yöntem olduğu görülmüştür. Borderline yaşayan bireylerde Diyalektik davranış terapisi uygulandıktan sonra belirtilerin büyük oranda azaldığı ve ortadan kaybolduğu bulunmuştur. Bu sebeple de borderline tedavisinde diyalektik davranış terapisi etkili bir yöntemdir. Borderline bireylerde diyalektik davranış terapisinin uygun olduğu ortaya konulmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** Sınırdaki Kişilik Bozukluğu, Diyalektik, Sistematik derleme.

## Giriş

Borderline bireyler günlük hayatını etkileyecek düzeyde yüksek dürtüsellik, sosyal ilişkilerde tutarsızlık, davranışsal dürtüleri kontrol edememe, düşük öz güven, yoğun terk edilme korkusu, ani öfke nöbetleri ve tutarsız duygu değişimleri gibi ruhsal sorunları barındırır. Bu çalışmada sınırdaki kişilik bozukluğunun nasıl bir bozukluk olduğu, sınırdaki kişilik bozukluğu olan bireylerin günlük hayatlarında karşılarına çıkan sorunların neler olduğu ve tedavisinin de kullanılan yöntemlerden diyalektik davranışçı tedavi yöntemi ele alınmıştır.

"Borderline" kelimesi sınırdaki belirsizlik anlamını taşımaktadır. Bunun anlamı ise bordeline bozukluğu ilk tanımlandığı dönemde nevroz ve psikoz arasında sınırdaki kabul edilmesidir. Borderline olan bireylerde genellikle belirtiler ergenlik ve genç erişkinlik döneminde ortaya çıkar. Bu bireylerde ciddi karakteristik sorunlar vardır. Özellikle intihar etme ve intihara yönelik düşünceleri çoktur. Belirtilerin ortaya çıkışı günlük yaşamda karşılaşılan basit sorunlar ile tetiklenebilir (Aydın, 2016). Borderline olan bireylerde bir bireye ya da aileye bağımlı olma durumu gözlemlenmiştir. Bağlı olduğu birey/bireyler tarafından yoğun terk edilme korkusu ve bunun yanı sıra birey/bireyler tarafından önemsenmediğini düşündüğünde ya da reddedildiğinde ciddi öfke nöbetleri yaşamaktadır. Borderline bireylerde görülen en temel özelliklerden biri de duygularını kontrol altına alamamalarıdır. Borderline kişilerin sosyal ve ikili ilişkilerinde ciddi bir şekilde tutarsızlık söz konusudur. Bu bireylerin duygu değişimleri çok değişkendir. Özellikle ilişki kurma konusunda çok ani duygusal iniş çıkışlar yaşamaktadırlar ve genellikle öfke ön plandadır. Bu durum borderline olan bireylerin iş hayatında, sosyal hayatında ve ikili ilişkilerinde ciddi sorunlara ve kayıplara yol açmaktadır (Kutlu, 2018). Bütün bozukluklardan farklı olarak algılanır, etkili ve ağır bir bozukluktur. Yeni başlangıçlı ya da erken tanı durumunda olan borderline bireyler psikoterapi ile çok fazla ilerleme katedebilirler. Bunun yanısıra tedavinin devamlılığı ve aile ile iletişim içinde olunması çok önemlidir. Borderline bireylerde günün sonunda intihar ve kendine zarar verme ile sonuçlanabilecek bir bozukluk olması ile birlikte diğer psikolojik bozukluklar arasında anlaşılması zor olan bozukluklardan biridir (Leichsenring, 2011). Sınırdaki kişilik bozukluğu kronik, psikiyatrik bir bozukluktur. İstikrarsızlık, yüksek dürtüsellik, sosyal ilişkileri çok dip uçlardadır, Ya çok severler ya da nefret ederler, arası yoktur. Hayatlarında, yaşantılarında

kendilerini hep yetersiz görürler. Bu bireylerde temelde yatan sebep güvensizliktir.

Güvensizlik, özbenlikte düşüş gözlemlenirken, ilerleyen dönemlerde tam aksine yüksek özgüven görülmektedir. Sınırdaki kişilik bozukluğu olan bireyler ciddi seviyede uyarılırlar ve bu uyarılmaya karşın olarak ya dürtüsel ya da duygusal olarak ciddi tepki verirler. Bu durumda onları yoğun strese sokar. Sosyal hayatlarında ve iş ortamlarında güvene çok önem verdikleri için hayatlarında çok az insan bulunur. Güvendikleri birey ya da bireyler kısıtlı olduğu için ciddi bir kaybetme korkusu yaşarlar.

Bu tarz bireyler stres altına girdiklerinde kontrolü tamamen kaybederler ve yarımsız hayatlarını düzene sokamazlar. (Kulaçoğlu vd., 2018).

Diyalektik davranışçı terapiden bahsedecek olursak, son zamanlarda bu bozukluk için çok sık kullanılan ve başarılı olan bir tedavi yöntemidir. Bazı terapistler bu tedavi yöntemini hem zorluğundan kaynaklı hem de kesin olmamasından kaynaklı tercih etmiyorlar. Borderline olan bireylerde farklı sağlık sıkıntıları yaşaması nedeniyle bu tedavinin kullanılması en sağlıklı yöntemlerden biridir. Alternatif müdahalelerden çok daha etkili olduğu ortaya konulmuştur (Barlow, 2021). Diyalektik davranış terapisi intihara yönelik düşünceler ve eğilimler için geliştirilen bir duygu düzenleme yöntemidir. Sınırdaki kişilik bozukluğu kriterlerini karşılayan hastalarda kendine zarar verme, intihar girişimi ya da düşünceleri gibi davranışları ortadan kaldırmak için yapılandırılmıştır (Budak, & Kocabaş, 2019). Bu derleme çalışmasının amacı borderline olan bireylerde diyalektik davranış terapisinin kullanımını incelemektir.

## Yöntem

### Araştırma Modeli

Yapılan bu çalışmada sistematik derleme yöntemi kullanılmıştır. Herhangi bir saha çalışması veya ölçek kullanılmamıştır. Sistematik derleme, bir araştırma sorusuna cevap niteliğinde, araştırma sorusu ile bağlantılı çalışmalarda, çerçevesi önceden belirlenmiş yayınların bir araya getirilerek sentezlenmesidir (Yılmaz, 2020).

### Tasarım

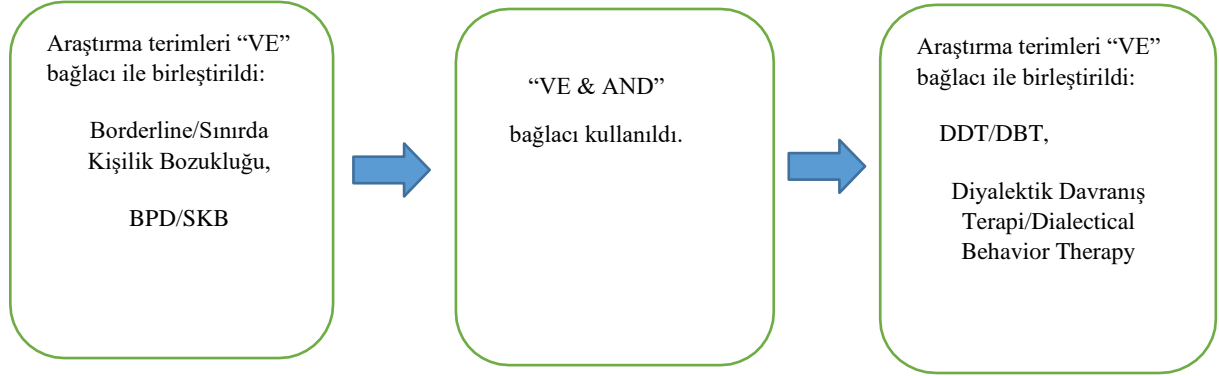
Çalışma boyunca makalelerin seçilmesi ve tanımlanması gibi bütün aşamalar PRISMA (Sistematik İncelemeler ve Meta-Analizler için Tercih Edilen Raporlama Ögeleri)

yönergeleri doğrultusunda yürütülmüştür (Moher ve ark., 2009).

#### Literatür Araştırması

Araştırmada 2010'dan 2024 yılına kadar olan Google Akademik veri tabanından Türkçe ve İngilizce olarak yayınlanmış, ilgili anahtar kelimelerle özet ve tam metnine ulaşılabilen araştırma ve derleme makaleleri değerlendirilmiş olup, gözden geçirme sürecinde tutarlılığı sağlayabilmek için başlıktaki kelimelere yönelik basit bir

arama algoritması uygulanmıştır. Araştırmacıdan kaynaklanabilecek hataları en az düzeyde tutabilmek için çalışmaların başlık ve özet kısımları uygunluk yönünden ilk olarak Şubat 2024 ve ikinci olarak Mayıs 2024'de sistemli bir şekilde incelenmiştir. Çalışmaların özetinde ve başlığında yeterli bilginin olmadığı durumlarda, gerekli verilere tam metinden ulaşılmış ve değerlendirilmiştir. Reddedilmiş çalışmalar ayrı ayrı kaydedilmiş olup dışlanma nedenleri gösterilmiştir. İnceleme aşamasında kullanılmış olan arama terimleri şunlardır:



Şekil 1. İnceleme sürecinde kullanılan arama terimleri.

Tablo 1. Araştırmaya dahil edilme ve dışlama kriterleri.

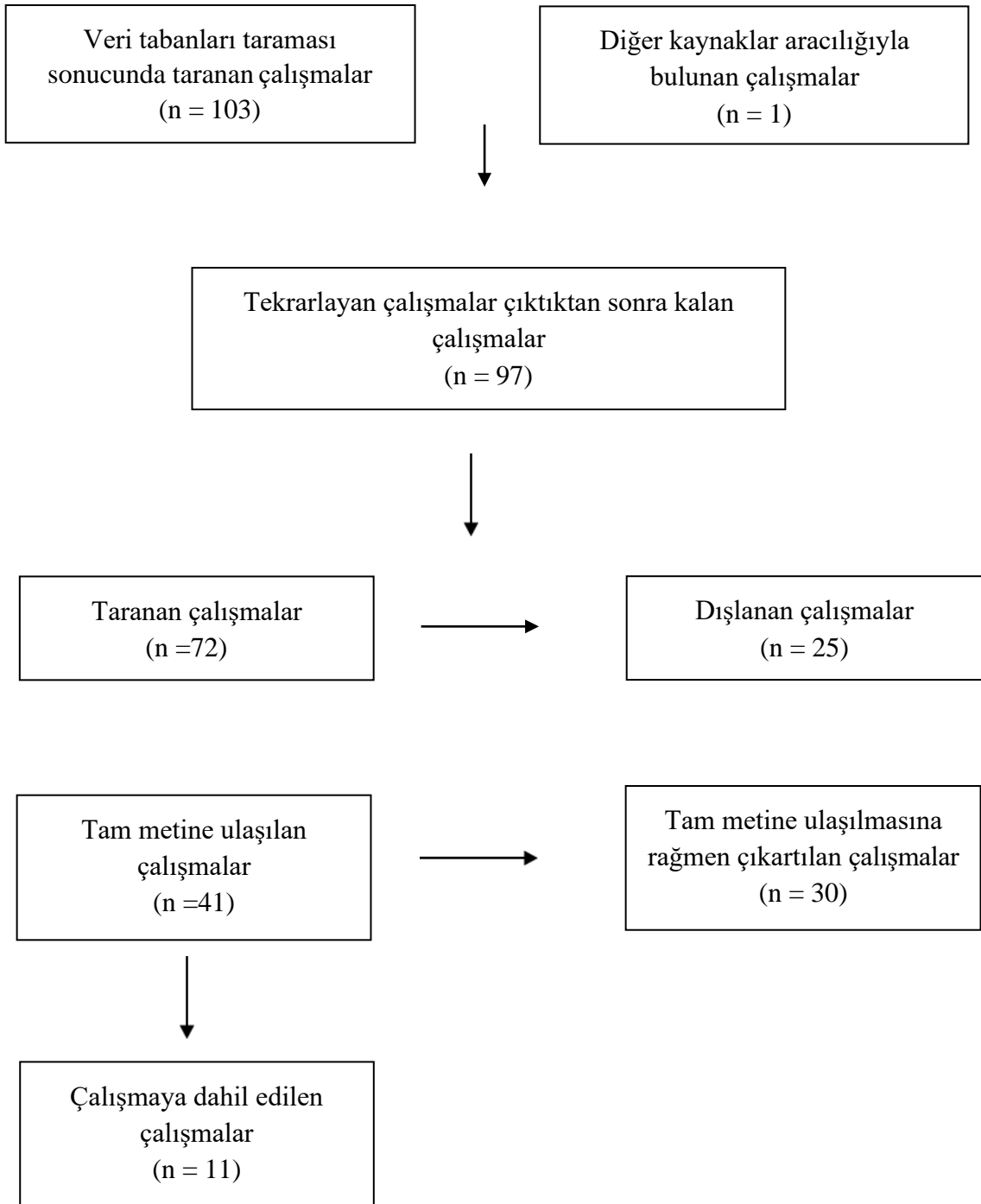
Dahil Etme Kriterleri	Dışlama Kriterleri
SKB ve DDT tedavisi ile ilgili konuları ele alan çalışmalar; Google Akademik veri tabanında kullanılan Türkçe- İngilizce makaleler; Konuyla ilgili randomize çalışmalar.	Gri edebiyat, kohort tasarımına sahip el yazmaları; Çalışma protokolleri, kurumsal raporlar veya yerel veya endekslenmemiş dergilerden veya kitaplardan metinler;

#### Bulgular

Çevrimiçi olarak, Google Akademik veri tabanında yapılmış olan taramada, dialectical behavior therapy borderline başlığı ile toplam 103 çalışmaya ulaşılmış olup, bu çalışmalar arasında 72 tanesi taranmış ve içeriğe uygun olmayan 25 çalışma dışlanmıştır. 2010-2024 Yılları arasında uygun olan yalnızca 11 kesişen çalışma değerlendirmeye alınmıştır. Bu çalışmaların her biri farklı bölgelerde yapılmıştır. 11 Kesişen çalışmanın içinde 2014,2015,2019,2022 yıllarından birer tane, 2012, 2016 ve 2017 yıllarından ikişer tane çalışma bulunmuştur.

Bunlardan bir tanesi olgu sunumu olup, geriye kalan çalışmalar Diyalektik terapinin Borderline'ı nasıl tedavi ettiği üzerinde durmuştur.

Şekil 2'de çalışmaya dahil edilen çalışmalar PRISMA akış diyagramı şeklinde verilmiştir. Araştırmada yer alan arama kriterlerine uymayan, psikofarmakolojik araştırmalar, olgu sunumları ve takip çalışması olmayan çalışmalar tam metinlerine ulaşılmasına rağmen dışlanmıştır.



Şekil 2: Çalışmanın PRISMA akış diyagramı

Barnicot ve arkadaşları 2016 yılında 70 sınırdaki kişilik bozukluğu olan bireyle DDT faaliyetini ölçmek amacıyla uyguladıkları araştırmada bireylerin DDT becerileri kullanma sıklığı, kendine zarar verme tutumu, tedavinin güvenilir olarak düşünülmesi terapötik alyans ve öz/yeterlik seviyeleri tetkik edilmiştir. Çalışmanın sonuçları SKB bireylerin öz-yeterlik, terapötik alyans ya da anladıkları tedavi güvenilirliklerinden bağımsız bir biçimde tedavinin faydalı yönlerini daha seyrek yararlanan bireylerin tedaviden daha çabuk vazgeçtiklerini ifade etmiştir. DDT fonksiyonlarının sıklıkla daha fazla kullanılması ve öz-yeterliğin fazla olması diğerlerinden bağımsız bireylerin kendilerine zarar verecek durumlarda bulunmaktan kaçındıkları da gözlemlenmiştir. Bunun yanı sıra bu tedavi yönteminin uygulanması bireyde kendine risk yaratacak durumlarda azalma olduğu kanıtlanmıştır (Barnicot vd., 2016).

Priebe ve arkadaşları 2012 yılında SKB olan bireyler ve geçmiş dönemlerde en az 5 gününde kendine zarar verme davranışında bulunan 40 kişiyle araştırma yürütülmüştür. 1 Yıl devam eden DDT haftada 60 dakika süren bireysel seans, haftada 120 dakika yeteneğin farkına varma programı ve telefon görüşmeleri bulunmaktadır. 1 yıl devam eden bu çalışmada DDT dışında olması gereken tedavi çeşitleri de uygulanmıştır. Çalışmanın sonuçlarına bakıldığında DDT kendine zarar verme durumlarında inişler gözlemlenmiştir. Kontrol grubuna bakıldığında terapiyi tamamlayan bireylerde kendine zarar verme davranışında %9'luk bir düşüş görülmüştür (Priebe vd., 2012).

Main ve arkadaşları 2012 yılında yaptıkları gruplar arası kıyaslama da 18 ile 60 yaş aralığında 180 SKB tanısı alan bireylerin yarısına DDT uygulanmış ve uygulanmayanlara ise psikiyatrik tedavi verilmiştir. Bireyleri seçerken SKB olmalarının yanı sıra son beş sene içerisinde en az iki defa olmak üzere kendine zarar verme ve ya intihar girişimi ile sonuçlanan girişimin bulunmasına özen gösterilmiştir. Ve bunlarında yanı sıra bireylerin davranışlarının sıklığı, şiddeti, sosyal işlevsellikleri sınırdaki kişilik bozukluğu psikopatolojisi ve remisyonda geçen süreleri kayıt altına alınmıştır. Bu çalışmada tedavi yöntemlerinin tedaviden iki sene sonra istatistiksel olarak mantıklı ve aynı başarılı sonuçlar olduğu öne sürülmüştür. (Mc. M. vd.,2012).

Bu çalışmanın amacı DDT terapisinin sınırdaki kişilik bozukluğu olan bireylerde 6 ay yapılan tedavi ve 12 ay yapılan tedavinin arasındaki etkinliğini incelemektir. Bu çalışma, Kanada'daki iki bölgede gerçekleştirilmiş olup, intihara meyilli ve ya kendine zarar veren Sınırdaki Kişilik Bozukluğu olan bireylerde yapılmıştır. Toplamda 240 katılımcı %79 kadın çalışmaya dahil edilmiştir. Katılımcılar, rastgele olarak 6 aylık Diyalektik Davranış Terapisi veya 12 aylık DDT almak üzere seçilmiştir. Elde edilen bulgulara dayanarak, bu çalışma, 6 aylık DDT ile 12 aylık DDT'nin klinik etkililik açısından eşit düzeyde olduğunu göstermektedir. Bulgulara kendine zarar verme açısından bakıldığında her iki grup arasında anlamlı bir fark olmadığını ortaya koymaktadır (McMain vd.,2022).

Çalışmada, katılımcılara 16 hafta boyunca diyalektik davranış terapisi ya da iş birliğine dayalı değerlendirme ve intihar eğilimi yönetimi (CAMS) tedavisi sunulmuştur. Bulgulara bakıldığında 28 hafta boyunca, DDT grubunda yeni kendine zarar verme vakası yaşayan katılımcı sayısı 57 kişiden 21 iken CAMS tedavi grubunda bu sayı 51 kişiden 12 idi.

DDT ve CAMS tedavisi arasındaki farkın incelendiği zaman, birincil sonuç olan yeni kendine zarar verme bileşenlerinin herhangi birinde (NSSI veya intihar girişimi) anlamlı bir farklılık gözlemlenmemiştir. NSSI vakalarında DDT ile CAMS tedavisi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır (Andreasson vd.,2016).

Bu çalışmanın DDT'nin beceri eğitimi bileşeninin önemini değerlendirmek için beceri eğitimi vaka yönetimi, DBT bireysel terapi, etkinlikler grubu, beceri eğitimi ve bireysel terapiyi içeren standart DDT'yi karşılaştırmak. 1 Yıllık bir tedavi sürecini içeren klinik bir çalışma gerçekleştirildi. Katılımcılar, son 5 yılda en az 2 kez intihar eğilimi veya kendine zarar verme girişimi olan sınırdaki kişilik bozukluğu olan 99 kadına uygulandı. Sonucunda ise DDT beceri eğitimi içeren müdahaleler, beceri eğitimi olmadan DDT'ye göre daha etkilidir ve bazı alanlarda standart DDT üstün olduğu gözlemlenmiştir. yüksek derecede intihar eğilimli bireyler için en iyi DDT müdahalesinin ne olduğuna dair sağlam sonuçlara varılmadan önce daha fazla araştırmaya ihtiyaç vardır (Linehan vd.,2006).

Bu çalışma, Travma sonrası stres bozukluğunun ve sınırdaki kişilik bozukluğunun DDT tedavisi ile etkinliğini değerlendirmektedir. Sınırdaki Kişilik Bozukluğu, travma sonrası stres bozukluğu ve kendine zarar veren kadınlardan oluşan toplam 26 kişilik bir çalışmadır. Sonucunda ise DDT alan hastalar 2,4 kat daha az intihara teşebbüs etme olasılığı ve daha az kendine zarar verme olasılığı gözlemlendi(Harned, 2014).

Bu çalışmada yoğunlaştırılmış Diyalektik Davranış Terapisinin etkinliği bilişsel Terapi ile karşılaştırıldı. Toplam 82 Depresif SKB üniversite öğrencisi bireyler 6 aylık süre zarfında uygulama yapılmıştır. Her iki grupta da intihar oranlarında benzer azalmalar görüldü. Her iki grup da depresyon ve intiharı azaltmada etkiliydi. Deneyimli bir terapist tarafından yürütülen düzenli programların sonucunda, intihar girişimlerini ve intiharı başarılı bir şekilde azaltabildiği ortaya konmuştur (Lin vd.,2019).

Bu çalışmanın amacı Kazvin şehrinde borderline kişilik bozukluğu olan hastalarda diyalektik davranış terapisi ve şema terapinin duygudurum aktivitesi ve intihar düşünceleri üzerindeki etkisini karşılaştırmaktır. Bunlardan 24 hasta rastgele 12 kişiden oluşan iki deney grubu ve 12 hastadan oluşan bir kontrol grubu olmak üzere iki gruba ayrıldı. Sonuçlar diyalektik davranışçı terapi ile şema terapi arasında anlamlı bir fark olduğunu gözlemlendi (Mohamadizadeh, 2017).

Sınıf 1, 2 ve 3 şeklinde gruplar şekillendiler. Sınıf 1, "hızlı iyileşen" olarak adlandırıldı. İntihar ve kendine zarar verme davranışları en iyi sonuçlara sahip olduğu öne sürüldü. Sınıf 2, "yavaş iyileşen" olarak adlandırıldı ve tedavi sırasında intihar ve kendine zarar verme davranışlarında yavaş bir azalma gösterirken, taburcu olduktan sonra, intihar ve kendine zarar verme davranışlarının oranları Sınıf 1 ile karşılaştırılabilir bir seviyeye düştü. Sınıf 3, "iyileşen ve nükseden" olarak adlandırıldı intihar ve kendine zarar verme davranışlarının en yüksek başlangıç oranına sahip olduğu ortaya konuldu. Bu gruptaki katılımcılar tedavi sırasında bu davranışlarda hızlı bir azalma gösterdi; ancak, taburcu olduktan sonra, bu davranışlarda bir artış yaşadılar ve bu artış neredeyse başlangıç seviyesine yakındı (McMain, 2017)

**Tablo 2:** Borderline/SKB Tedavisinde DDT Terapisinin Kullanımı

Yazar/Yıl/Ülke	Araştırma Tasarımı	Örneklem	Ölçekler	Müdahale	Sonuçlar
<b>Burnicot, vd., 2016.</b> <b>Birleşik Krallık</b>	Randomize Kontrollü çalışma	70 Kişi	-SCID-II -MINI (Mini mental test) - BKB için Zanarini Ölçeği (ZAN-BPD)	DDT -DDT becerileri kullanma sıklığı - Kendine zarar verme -Tedavinin güvenilir algılanması (treatment credibility) - Terapötik alyans - Öz-yeterli	DDT'nin öz yeterliliğinin bağımsız olarak borderline bireylerden daha az kendine zarar verme ilişkisi olduğu ortaya konmuştur.
<b>Priebe Vd.,2012.</b>	Randomize Kontrollü çalışma	40 SKB bireyler ve kendine zarar verme eğilimi olanlar.	Sınırdaki Kişilik Bozukluğu Değerlendirme Ölçeği -Kısa Psikiyatrik Değerlendirme Ölçeği ve Kısa Semptom Envanteri Manchester Kısa Yaşam Kalitesi Değerlendirme Ölçeği	12 ay devam eden DDT ve 12 ay devam eden TAU Tedavisi	DDT yöntemi ile kendine zarar verme durumu en aza inmiş durumdadır. Tedaviyi bitiren bireylerde daha gözle görülür düzelme vardır.  TAU'ya bakıldığında İkinci çıkan sonuçlarda terapiler arasında bir fark görülmemiştir..
<b>McMain.Vd., 2012.</b>	Randomize Kontrollü çalışma	Gruplar arası kıyas	İntihar girişimi /kendine zarar verme davranışı ölçeği. Sınırdaki Kişilik Bozukluğu Değerlendirme Ölçeği	Kendine zarar verme davranışlarının sıklık ve yoğunluğu Sıkıntı Öfke Depresyon Kişilerarası fonksiyonellik	Tedavinin bitmesinden 2 yıl sonra istatistiksel olarak bakıldığında yüksek faydalanım gözlemlenmiştir.
<b>McMain.vd., 2022</b> <b>Kanada</b>	Randomize kontrollü çalışma	240 Kişi %79 Kadın 18-60 Yaş	DDT Uyum Ölçeği	DDT Tedavisi	Sonuçlar, 2 yılda genel psikopatoloji ve başa çıkma becerileri açısından DDT nin eşit düzeyde olduğunu ifade etti.
<b>Andreasson vd.,2016.</b>	Randomize kontrollü çalışma	57 Kişi	NSSI Ölçeği ZAN-BPD Ölçeği HDRS Ölçeği BHS Ölçeği RSE Ölçeği	16 Haftalık DDT Tedavisi	DBT ile CAMS tedavisi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır
<b>Linehan.vd., 2015</b>	Randomize kontrollü çalışma	99 Kadın	NSSI Ölçeği	1Yıllık DDT Tedavisi	DDT beceri eğitimini içeren müdahaleler, beceri eğitimi olmadan DDT'ye göre daha etkilidir ve bazı alanlarda standart DDT üstün olduğu gözlemlenmiştir.
<b>McCauley.,vd., 2018.</b>	Randomize kontrollü çalışma	173 Ergen	SIQ-JR Ölçeği	1Yıllık DDT Tedavisi	Yapılan çalışmada DDT' nin kendine zarar veren ergenlerde faydalı olduğu öne sürülmüştür. Daha fazla bilgi için çalışmalara ihtiyaç olduğunu ifade etmişlerdir.
<b>Harned, 2014.</b>	Randomize kontrollü çalışma	18-60 Yaş arası 26 kadın	IPDE PSS-I SCID-1 TLEQ 3-CEQ	4 Ay DDT Tedavisi	DDT alan hastalar 2,4 kat daha az intihara teşebbüs etme olasılığı ve daha az kendine zarar verme olasılığı gözlemlendi.

<b>Lin, 2019.</b>	Randomize kontrollü çalışma	82 depresif BPD üniversite öğrencisi	BPDFS SCID-II	6 Ay DDT Tedavisi	DDT' nin etkinliği bilişsel Terapi ile karşılaştırıldı. Her iki grup da depresyon ve intiharı azaltmada etkiliydi.
<b>Mohamadizadeh,2017.</b>	Randomize kontrollü çalışma	36 Öğrenci	Millon Klinik Çok Eksenli Envanteri, Beck Depresyon Envanteri ve Mach İntihar Hayal Gücü Ölçeği (SSIM) kullanıldı	8Hafta boyunca, 90 dakikalık seanslar.	Diyalektik davranışçı terapi ile şema terapi arasında anlamlı bir fark olduğunu gösterdi.
<b>McMain, 2018.</b>	Randomize kontrollü çalışma	180 SKB Birey	ZAN-BPD DSM-IV	3 Ay DDT Tedavisi	Bu çalışmadaki katılımcılar tedavi sırasında bu davranışlarda hızlı bir azalma gösterdi; ancak, taburcu olduktan sonra, bu davranışlarda bir artış yaşadılar ve bu artış neredeyse başlangıç seviyesine yakındı.

## Tartışma

Bu sistemik derleme çalışmasında, Diyalektik Davranış Terapisi' nin Sınırdaki Kişilik Bozukluğu üzerindeki etkililiğini inceleyen çalışmalar bir araya getirilmiştir. DDT müdahalelerinin SKB belirtilerinde sağladığı iyileşmelerin anlaşılması için bu müdahalelerin ortaya konması ve tartışılması önemlidir. Yapılan araştırmaların bulguları incelendiğinde, DDT'nin SKB hastalarının duygu düzenlemelerinde iyileşmeler sağladığı belirlenmiştir. Özellikle kaygı ve depresyon gibi duygusal belirtileri azalttığı ve ayrıca intihar girişimi içeren veya içermeyen kendine zarar verme davranışlarının sıklığını azalttığı gözlemlenmiştir (Neacsiu, 2010). Sınır Kişilik Bozukluğu olan bireylerin tedavisinde, standart tedavi, kapsamlı onay ve 12 adımlı terapi ve uzmanlar tarafından topluluk terapisi ile karşılaştırıldığında, diyalektik davranış terapisi için orta düzeyde bir etkini büyüklüğü söz konusu olmuştur (Kliem, 2010).

DDT Terapisinin SKB üzerindeki sonuçları araştıran çalışmalara bakıldığında ve karşılaştırıldığında, sınırdaki kişilik bozukluğu olan bireylerde intihar riski taşıyan hastaların tedavisi için 1 yıl boyunca diyalektik davranış terapisi veya genel psikiyatrik tedavinin önemli ölçüde intihar davranışlarında, sınırdaki kişilik belirtilerinde, semptomlardan kaynaklanan genel sıkıntıda, depresyonda, öfke ve sağlık hizmeti kullanımında azalmaya neden olduğunu gözlemlendi. Aynı zamanda, kişilerarası işlevsellikte iyileşmeler sağlandı (McMain vd. 2009).

Farklı bir çalışmada yayınlanan verilerin, çeşitli araştırma ekipleri tarafından uyarlanmış olan yatan hastalarda Diyalektik Davranış Terapisi' nin sınırdaki kişilik bozukluğu belirtilerini azaltmada etkili olabileceğini öne sürmektedir. Bu çalışmada, işlevsellik alanlarında iyileşmeler olduğu gözlemlenmiştir. Yatan hasta ortamlarında DDT' nin farklı adaptasyonlarının, sınırdaki kişilik bozukluğu belirtilerinde azalmayı kolaylaştırdığı ortaya konulmuştur. Bunlar ise kendine zarar verme davranışları, depresif semptomlar, anksiyete semptomları ve değişken deneyimler ile birlikte genel uyumu artırmayı içerir. Yatan hasta DDT'nin öfke, saldırganlık ve intihar düşüncelerinde azalmaya yol açabileceği fikrine kısmi destek bulunmakla birlikte, daha fazla kanıtı ihtiyaç olduğunu belirtmiştir (Bloom, 2012).

Farklı bir çalışmada, sınırdaki kişilik bozukluğu kriterlerini karşılayan ve yüksek intihar eğilimine sahip bireyler için, psikiyatrik kriz hizmetleri kullanımı (örneğin, psikiyatrik acil servis ziyaretleri) sonraki intihar davranışlarını doğrudan ve benzersiz bir şekilde öngörebilir olduğunu ifade etmiştir. Bulgulara bakıldığında, psikiyatrik kriz hizmetlerinin kullanımını en aza indiren tedaviler arasında DDT gibi intihar riskini azaltmada özellikle faydalı olabileceği olasılığını işaret etmekte olduğu belirtilmiştir. Kriz hizmetleri kullanımı ile intihar riski arasındaki ilişkiyi hem DDT bağlamında daha iyi anlamak, genişletmek, bilgilendirmek ve sorgulamak için daha fazla araştırmaya bir şekilde ihtiyaç olduğu belirtilmiştir (Coyle, 2018).

Bir diğer çalışmaya bakıldığında ise ciddi derecede bozukluk gösteren SKB hastalarının tedavisinde, DDT' nin umut verici sonuçlara sahip olduğu ifade edilmiştir ve, DDT'yi öğrenmek ve uygulamak için harcanan çaba ve zamanın da değerli olduğu öne sürülmüştür. Ayrıca terapistler, resmi DDT uygulamasalar da uygulamasalar da, çeşitli teorik arka planlardan gelen hastaları tedavi ederken DDT tekniklerinden büyük ölçüde faydalandıklarını dile getirdi. DDT' nin başarılı bir tedavi yaklaşımı olduğunu gözlemlenmiştir (Yüce, 2020).

Diğer bir çalışmanın sonucuna bakıldığında ise, SKB tanısı alan yetişkinlerin DDT'ye katılımının, SKB ile ilişkilendirilen maladaptif semptom ve davranışlarda önemli bir azalma olduğu, genel psikolojik sıkıntı ve depresyon belirtilerinde önemli düşüşlere yol açabildiğini öne sürmektedir. Ayrıca, DBT' ye katılımın, SKB olan bireylerde sağlık hizmeti kullanımını azaltarak kamu sağlık sistemine olan yükü azalttığı görülmüştür. Önemli olan, bulguların, standart bireysel DDT terapisi olmaksızın DBT' nin SKB bireylerde önemli klinik değişikliklere yol açabileceğini, daha önce düşünülenin aksine daha düşük bırakma oranları olduğunu öne sürmektedir. Ancak, yüksek düzeyde intihar eğilimli, karmaşık, kronik ve şiddetli SKB olan kişiler için ek tedaviler gerekebileceği de ifade edilmiştir (Heerebrand, 2021).

## Sonuç ve Öneriler

Sınırdaki kişilik bozukluğu, duygusal iniş çıkışlar, ilişki kurmakta ve sürdürmekte zorluk yaşama, hızlı öfkelenme gibi belirgin semptomları olan karmaşık bir psikiyatrik

bozukluktur. Bu bozukluğun tedavisi zorlu bir süreci içermektedir. Çünkü kendine zarar verme, intihar ve intihar düşüncelerini içeren bir bozukluktur. Diyalektik davranış terapisi, borderline kişileri tedavi etmek amacıyla oluşturulmuş bir çeşiddir. DDT, duygusal dengeyi sağlamak, benlik değerini yükseltmek ve iletişim kurabilmeyi amaçlar. Bu terapi yöntemi, bireylerde dürtüsellikleriyle baş etmeyi öğretmeyi amaçlar.

Bu sistemli derleme çalışması, Diyalektik Davranış Terapisi' nin Sınırdaki Kişilik Bozukluğu üzerindeki etkinliğini araştırmayı amaçlamıştır. DDT terapisinin SKB semptomlarında faydasının olup, olmadığını farkına varmak ve tartışmayı hedeflemiştir. Yapılan araştırmaların sonuçlarına bakıldığında, DDT'nin SKB hastalarının duygusal düzenleme yeteneklerinde gelişme sağladığı, özellikle kaygı ve depresyon gibi duygusal semptomlarda düşüşler olduğu ve bunun yanı sıra kendine zarar verme, intihar girişimlerini içeren ya da içermeyen, durumlarda düşüşler olduğu gözlemlenmiştir. Yapılan sistematik derleme çalışmasının sonuçlarına göre, DDT becerilerinin intihar girişimlerinin sıklığını azaltmada oldukça etkili olduğu kanısına varılmıştır. Terapinin SKB tedavisinde oldukça faydalı olduğu gözlemlenmiştir ve incelenen araştırmalarda, DDT'nin SKB olan bireylerde belirtilerde düşüş ve işlevselliği yerine getirmekte faydalanım sağladığını gözlemlenmiştir. Araştırmalar da yüksek oranda DDT terapisinin faydalı olduğu söz konusu olsa çoğu çalışmada belirtildiği gibi daha fazla araştırmaya ihtiyaç olduğunu öne sürmektedir.

Ayrıca DDT terapisinin de diğer terapi yöntemleri gibi faydalanım gösterme şekli bireysel farklılıklara göre değişim göstermektedir. DDT terapisinin bir diğer faydalanım gösteren önemli noktaları ise terapiye düzenli ve istekli bir şekilde katılım göstermektir. Ailenin desteğinin de olması terapiyi güzel yerlere getirmekte olduğu da gözlemlenmiştir.

#### Beyannameleler

##### Etik Onay ve Katılma İzni

Uygulanamaz.

##### Yayın İzni

Uygulanamaz.

##### Veri ve Materyallerin Mevcudiyeti

Uygulanamaz.

##### Çıkar Çatışması

Yazarlar çıkar çatışması olmadığını beyan eder.

##### Finansman

Uygulanamaz.

##### Yazar Katkıları

MK çalışmanın tasarımını oluşturmuş ve süpervizyonu gerçekleştirmiştir. FR, literatür taraması, veri toplama, veri analizi, yorumlama ve kritik revizyon aşamalarını yürütmüştür. MK, makalenin son halini okumuş ve onaylamıştır.

#### Kaynaklar

Andreasson, K., Krogh, J., Wenneberg, C., Jessen, H. K., Krakauer, K., Gluud, C., ... & Nordentoft, M. (2016). Effectiveness of dialectical behavior therapy versus collaborative assessment and management of suicidality treatment for reduction of self-harm in adults with borderline personality traits and disorder—A randomized observer-blinded clinical trial. *Depression And Anxiety*, 33(6), 520-530.

Aydın, B. N. (2016). Sınır kişilik bozukluğunun suç ve şiddet ile ilişkisi: Bir gözden geçirme. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 19(1), 37-44.

Barlow, D. H. (2021). *Clinical handbook of psychological disorders: A step-by-step treatment manual*. New York: Guilford Publications.

Barnicot, K., Gonzalez, R., McCabe, R., & Priebe, S. (2016). Skills use and common treatment processes in dialectical behaviour therapy for borderline personality disorder. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 52, 147-156.

Budak, A. M. Ü., & Kocabaş, E. Ö. (2019). Diyalektik davranış terapisi ve beceri eğitimi: kullanım alanları ve koruyucu ruh sağlığındaki önemi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 11(2), 192-204.

Bloom, J. M., Woodward, E. N., Susmaras, T., & Pantalone, D. W. (2012). Borderline Kişilik Bozukluğunun Yatarak Tedavisinde Diyalektik Davranış Terapisinin Kullanımı: Sistematik Bir İnceleme. *Psikiyatri Hizmetleri Dergisi*, 63(9), 881-888.

Coyle, TN, Tıraş Makinesi, JA ve Linehan, MM (2018). Psikiyatrik kriz hizmetlerinin iatrojenik etki potansiyeli üzerine: Borderline kişilik bozukluğu olan yetişkin kadınlar için diyalektik davranış terapisi örneği. *Danışmanlık ve Klinik Psikoloji Dergisi*, 86 (2), 116-124.

Harned, M. S., Korslund, K. E., & Linehan, M. M. (2014). Sınırdaki kişilik bozukluğu ve TSSB'si olan intihara meyilli ve kendine zarar veren kadınlar için Diyalektik Davranış Terapisi Uzun Süreli Maruz Kalma protokolü ile birlikte veya Diyalektik Davranış Terapisi olmadan pilot randomize kontrollü bir çalışma. *National Library of Medicine Dergisi*, 55, 7-17.

Heerebrand, S. L., Bray, J., Ulbrich, C., Roberts, R. M., & Edwards, S. (2021). Borderline kişilik bozukluğu olan yetişkinler için diyalektik davranış terapisi becerileri eğitim grubunun etkinliği. *Klinik Psikoloji Dergisi*, 77(7), 1515-1775.

Kliem, S., Kröger, C., & Kosfelder, J. (2010). Dialectical behavior therapy for borderline personality disorder: a meta-analysis using mixed-effects modeling. *Journal Of Consulting And Clinical Psychology*, 78(6), 936.

Kulacaoğlu, F., & Köse, S. (2018). Sınırdaki Kişilik Bozukluğu (BPD): Kırılmanın, Kaosun ve Korkunun Ortasında. *Beyin Bilimi Dergisi*, 8(11), 201.

Kutlu, M. A. (2018). Borderline kişilik bozukluğu: Bir gözden geçirme. *Medeniyet Araştırmaları Dergisi*, 3(5), 11-20.



Leichsenring, F., Leibing, E., Kruse, J., New, A. S., & Leweke, F. (2011). Borderline personality disorder. *The Lancet*, 377(9759), 74-84.

Lin, T. J., Ko, H. C., Wu, J. Y. W., Oei, T. P., Lane, H. Y., & Chen, C. H. (2019). The effectiveness of dialectical behavior therapy skills training group vs. cognitive therapy group on reducing depression and suicide attempts for borderline personality disorder in Taiwan. *Archives of Suicide Research*, 23(1), 82-99.

Linehan, M. M., Comtois, K. A., Murray, A. M., Brown, M. Z., Gallop, R. J., Heard, H. L., ... & Lindenboim, N. (2006). Two-year randomized controlled trial and follow-up of dialectical behavior therapy vs therapy by experts for suicidal behaviors and borderline personality disorder. *Archives Of General Psychiatry*, 63(7), 757-766.

May, J. M., Richardi, T. M., & Barth, K. S. (2016). Dialectical behavior therapy as treatment for borderline personality disorder. *Mental Health Clinician*, 6(2), 62-67.

McMain, S.F., Links, P.S., Gnam, W.H., Guimond, T., Cardish, R.J., Korman, L., & Streiner, D.L. (2009). Sınırdaki Kişilik Bozukluğunda Diyalektik Davranış Terapisi ile Genel Psikiyatrik Tedavinin Rastgele Bir Denemesi. *Amerikan Psikiyatri Dergisi*, 166(12), 1365-1374.

McMain, S. F., Guimond, T., Streiner, D. L., Cardish, R. J., & Links, P. S. (2012). Dialectical behavior therapy compared with general psychiatric management for borderline personality disorder: clinical outcomes and functioning over a 2-year follow-up. *American Journal of Psychiatry*, 169(6), 650-661.

McMain, S. F., Guimond, T., Barnhart, R., Habinski, L., & Streiner, D. L. (2017). Sınırdaki hastalarda kısa diyalektik davranış terapisi intihara meyilli hastalarda kısa diyalektik davranış terapisi becerileri eğitiminin randomize bir denemesi. *National Library of Medicine Dergisi*, 135(2), 138-148.

McMain, S. F., Fitzpatrick, S., Boritz, T., Barnhart, R., Links, P., & Streiner, D. L. (2018). Outcome trajectories and prognostic factors for suicide and self-harm behaviors in patients with borderline personality disorder following one year of outpatient psychotherapy. *Journal of Personality Disorders*, 32(4), 497-512.

Mohamadizadeh, L., Makvandi, B., Pasha, R., Bakhtiarpour, S., & Hafezi, F. (2017). Borderline kişilik bozukluğu olan hastalarda diyalektik davranış terapisi (DBT) ve şema terapinin (ST) duygudurum aktivitesini ve intihar düşüncelerini azaltmadaki etkisinin karşılaştırılması. *Uluslararası Bilimsel Klinik Tıp Dergisi*, (6), 1025-1031.

McMain, S. F., Chapman, A. L., Kuo, J. R., Dixon-Gordon, K. L., Guimond, T. H., Labrish, C., ... & Streiner, D. L. (2022). The effectiveness of 6 versus 12 months of dialectical behavior therapy for borderline personality disorder: a noninferiority randomized clinical trial. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 91(6), 382-397.

Priebe, S., Bhatti, N., Barnicot, K., Bremner, S., Gaglia, A., Katsakou, C., ... & Zinkler, M. (2012). Effectiveness and cost-effectiveness of dialectical behaviour therapy for self-harming patients with personality disorder: a pragmatic randomised controlled trial. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 81(6), 356-365.