

DOI: <http://doi.org/10.5281/zenodo.12518034>

Accepted: 05.06.2024

## Sınır Kişilik Bozukluğu ve Şema Terapisi Üzerine Sistemik Derleme

### A Systematic Review on Post Borderline and Schema Therapy

**Funda OFLAZOĞLU**

Yakın Doğu Üniversitesi, Fen ve Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü  
fundaoflazoglu13@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0009-9231-451X>

**Doç. Dr. Meryem KARAAZİZ**

Yakın Doğu Üniversitesi, Fen ve Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Lefkoşa, KKTC  
meryemkaraaziz@neu.edu.tr, <https://orcid.org/0000-0002-0085-612X>

### Özet

Bu sistemik derleme çalışmasının amacı sınır kişilik bozukluğu yaşayan bireylerde şema terapinin kullanımını incelemektir. Yapılan bu çalışmada sistemik derleme yöntemi kullanılmış olup saha çalışması ya da herhangi bir ölçek kullanılmamıştır. Google Akademik, veri tabanlarında 2006-2023 yılları arasında Türkçe ve İngilizce olarak basılmış, ilgili anahtar kelimelerle özet veya bütün metnine erişilebilen randomize kontrollü çalışmalar yorumlanmıştır. Bu derleme çalışması Şubat, 2024 ve Mayıs, 2024 olmak üzere iki aşamada gerçekleştirilmiştir. Yapılan tarama sonucunda 6 çalışma ele alınmıştır. Ele alınan tüm çalışmalar randomize kontrollü çalışmalardır. Bu çalışmanın sonucunda da sınır kişilik bozukluk hastalarında şema terapinin büyük oranda etkili olduğu görülmektedir. Bu derlemenin bulguları, şema terapinin uzun vadeli yaşam tarzı ve davranış değişiklikleri sağlamada yardımcı olabileceğini düşündürmektedir ve şema terapinin iyileşmeyi hızlandıran bir terapi yöntemi ve kısa süre içerisinde sonuca ulaşabilme yönünden etkin bir yöntem olduğu görülmüştür.

**Anahtar Kelimeler:** sınır kişilik bozukluğu, borderline, şema terapi, şema mod, kişilik bozuklukları

### Abstract

The aim of this systematic review study is to examine the use of schema therapy in individuals with borderline personality disorder. The study employed a systematic review method, and no fieldwork or any scale was used. Randomized controlled trials published in Turkish and English between 2006 and 2023, with abstracts or full texts accessible with relevant keywords on Google Scholar and databases, were interpreted. This review study was conducted in two stages, February 2024 and May 2024. As a result of the screening, 6 studies were included. All the studies included were randomized controlled trials. The conclusion of this study also indicates that schema therapy is highly effective in patients with borderline personality disorder. The findings of this review suggest that schema therapy may help in providing long-term lifestyle and behavioral changes, and it has been observed as an effective therapy method in accelerating recovery and achieving results in a short period of time.

**Keywords:** borderline personality disorder, borderline, schema therapy, schema mode, personality disorders

## Giriş

Kişilik, insanları birbirinden ayıran tutarlı ve özgün düşünce, duygu ve davranış kalıbıdır. Kişilik bir kimsenin sosyal, fiziksel, zihinsel ve duygusal olarak bütün yönlerini içermektedir (Keyvan vd., 2021).

Kişilik bozukluğu, ruhsal bozukluğun dışında seyreden bir bozukluk olmakla beraber; bireyin yakın çevresi ve kendi kültürü ile uyumunu negatif yönde etkileyen ve birçok işlevselliği de etkilemektedir. Büyük ölçüde beklenenin dışında davranışlarda bulunulmasına yol açan, ruhsal hastalıklara nazaran varlığını daha uzun süre devam ettiren ve kronik bir duruma gelebilen bir bozukluktur (Beton, 2021). Bu durumlar bireyde birçok açıdan sorun yaratıyor ise bireye Kişilik Bozukluğu tanısı koyulabilmektedir (Sohrabi ve Karaaziz, 2023).

Kişilik bozuklukları DSM-5'te üç küme içinde değerlendirilmektedir. Bu üç küme A, B ve C kümesi şeklindedir (Şaşmaz, 2014). Bu çalışmada kişilik bozukluklarından B kümesinde bulunan sınır kişilik bozukluğu üzerinde durulacaktır (Sohrabi ve Karaaziz, 2023).

Sınır kişilik bozukluğunun tanımlanması çok zor ve karmaşıktır. Ayriyeten tutarsızlık barındırıyor gibi görünebilir ve tartışma içeren tarafları da vardır (Köroğlu ve Bayraktar, 2010). Senelerden beridir tartışmalı bir tanı olan borderline geçmiş zamanlarda daha çok psikanalitik yönelimi olan ruh hekimleri tarafından ele alınmıştır. Bu bozukluk başlarda psödonöratik veya gizli şizofreniyle eş anlam taşımaktaydı (Öztürk ve Uluşahin, 2011). Borderline kavramı 1938 senesinde Stern tarafından tanımlanmıştır. Buna karşın bu kavram Kernberg tarafından sınıflandırılmış ve tedavisi üstüne yapılan çalışmalara başlanılmıştır. Sınır kişilik bozukluğuna sahip olan kişilerde kişiler arası ilişkilerinde, kimlik duygusunda ve duygulanımda süregiden ve yaygın bir dengesizlik belirgin bir şekilde görülebilmektedir (Sohrabi ve Karaaziz, 2023).

Sınır kişilik bozukluğu toplumun genelinde yüksek düzeyde görülen patolojilerinden biridir (Şaşmaz, 2014). Bu bozukluk genel nüfusun %0,7 ile %3,5'ini etkileyen ciddi bir bozukluktur (Keyvan vd., 2021). Bu bozukluğun yaygınlığı A.B.D. toplanan verilere göre %2-3 iken, psikiyatrik hasta toplumunda ise %15-25 oranındadır (Öztürk ve Uluşahin, 2011). Bu bozukluğun kadınlarda yaygınlığının %80 oranında daha fazla olduğu görülmüştür (Şaşmaz, 2014).

Şema terapi modeli kişinin içindeki sağlıklı yetişkinin güçlenmesini hedef alan davranışçı, bilişsel, dinamik, kişiler arası ve yaşantısal tekniklerini birleştiren aynı zamanda kökleri çocukluk ve ergenlik dönemine dayanan, işlevsel olmayan şemaları değiştiren bütüncül bir kuram ve terapidir (Gök, 2022). Şema terapi modeli Young ve arkadaşlarınca bağlanma, nesne ilişkileri, bilişsel-davranışçı, gestalt ve yapılandırmacı psikanalitik yaklaşımların birleştirilmesi ile oluşturulan yenilikçi ve sistemli bir terapi modeli şeklinde ifade edilmektedir (Beton, 2021). Şema terapi yönteminin etki düzeyinin diğer terapi yöntemlerine nazaran daha güçlü olmasının sebebi de bu yöntemde odaklanılan temel duygusal ihtiyaçlar ve bireylerin terapi esnasında ihtiyaçlarını kendi başlarına karşılamayı öğrenmeyi sağlamaya yönelik çalışmasıdır (Şaşmaz, 2014). Şema terapi modeline en son şema modları kavramı eklenmiştir. Şema modları sağlıklı ve patolojik yanlarından oluşur. Aynı zamanda farklı, belirli temaların çevresinde toplandığı görülür. Sınır kişilik bozukluğu olan hastaların değişkenlik gösteren davranışlarını daha iyi açıklamak isteyip, modları kapsayan bir model sunan Young ve arkadaşları, bu kavramı kişinin o anda etkin olan şemaları veya şema faaliyetlerinin uyumlu, uyumsuz olması şeklinde tanımlanmıştır (Ertürk ve Kaynar, 2017).

Sınır kişilik bozukluğunda öfkeli çocuk, cezalandırıcı ebeveyn, kopuk korungan ile terk edilmiş çocuk en çok ortaya beş moddur. Modların özelliklerine bakıldığında ise, aşırı yeme, madde kullanımı, tehlikeli cinsel aktiviteler ve kontrolsüz para harcama gibi davranışların sergilendiği görülmüştür. Bu terapi yöntemi birey için hiç bulunmayan veya çok zayıf sağlıklı yetişkin modunu güçlendirebilmeyi amaçlamıştır (Sohrabi ve Karaaziz, 2023).

## Yöntem

### Araştırma Modeli

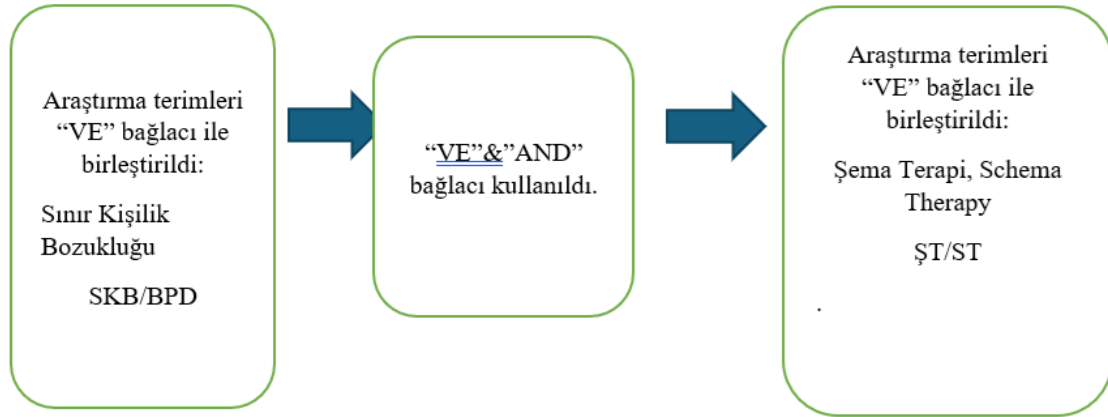
Yapılan bu çalışmada sistematik derleme yöntemi kullanılmıştır. Herhangi bir saha çalışması veya ölçek kullanılmamıştır. Sistematik derleme, bir araştırma sorusuna cevap niteliğinde, araştırma sorusu ile bağlantılı çalışmalarda, çerçevesi önceden belirlenmiş yayınların bir araya getirilerek sentezlenmesidir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

### Tasarım

Çalışma boyunca makalelerin seçilmesi ve tanımlanması gibi bütün aşamalar PRISMA (Sistematik İncelemeler ve Meta-Analizler için Tercih Edilen Raporlama Öğeleri) yönergeleri doğrultusunda yürütülmüştür (Moher ve ark., 2009).

### Literatür Araştırması

Araştırmada 2006 yılından 2023 yılına kadar olan Google Akademik veri tabanından Türkçe ve İngilizce olarak yayınlanmış, ilgili anahtar kelimelerle özet ve tam metnine ulaşılabilen araştırma 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'te 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

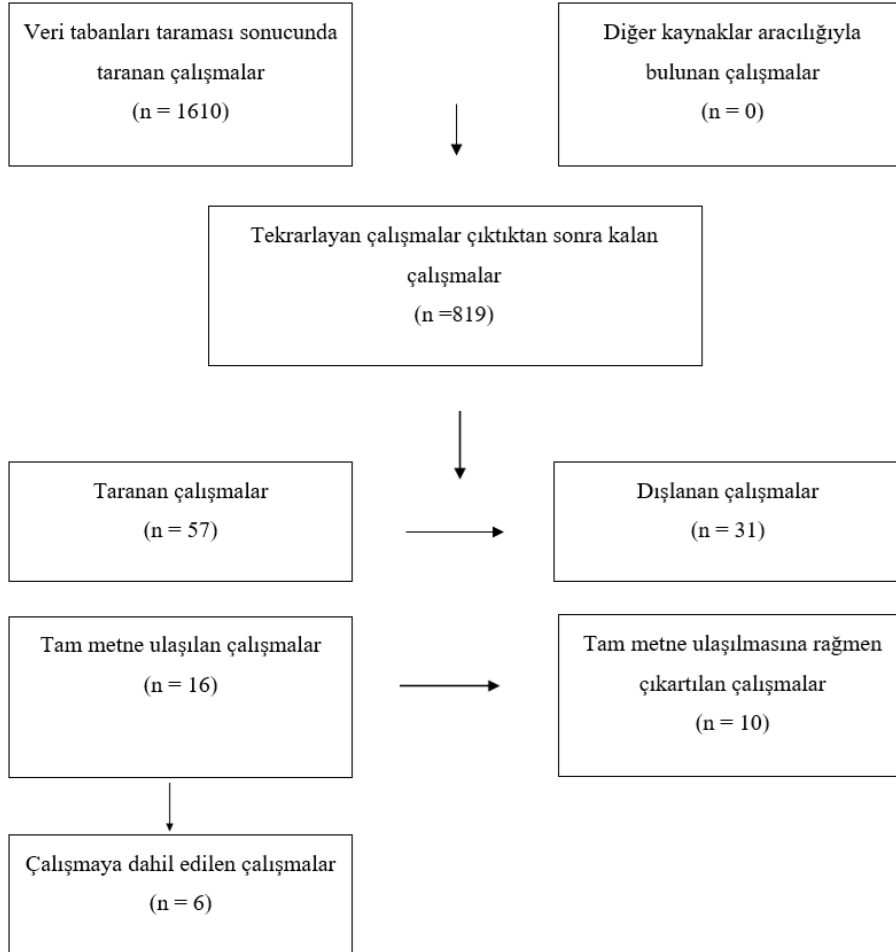
Tablo 1. Araştırmaya dahil edilme ve dışlama kriterleri.

Dahil Etme Kriterleri	Dışlama Kriterleri
<ul style="list-style-type: none"> <li>Sınır Kişilik Bozukluğu ve ŞT tedavisi ile ilgili konuları ele alan randomize kontrollü çalışmalar;</li> <li>Google Akademik veri tabanında kullanılan Türkçe ve İngilizce makaleler.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gri edebiyat, tezler, kohort tasarımına sahip el yazmaları;</li> <li>Çalışma protokolleri, kurumsal raporlar veya yerel veya endekslenmemiş dergilerden veya kitaplardan metinler;</li> <li>Olgu Sunumları</li> <li>Derleme Makaleleri</li> <li>Vaka Sunumları</li> </ul>

## Bulgular

Çevrimiçi olarak, sadece Google Akademik veri tabanında yapılmış olan taramada, sınır kişilik bozukluğu ve şema terapisi başlığı ile toplam 2460 çalışmaya ulaşılmış olup, bu çalışmalar arasında 16 tanesi taranmış ve içeriğe uygun olmayan çalışmalar dışlanmıştır. 2006-2023 yılları arasında uygun olan yalnızca 6 keşif çalışması değerlendirilmeye alınmıştır. Bu çalışmalar Türkiye, Avustralya, Almanya, İngiltere, Yunanistan, Birleşik Krallık ve Hollanda'da yapılmıştır. 6 keşif çalışmanın içinde 2006, 2014, 2018, ve 2022 yıllarından birer tane, 2023 yılından iki çalışma bulunmuştur. Bu çalışmalar şema terapinin sınır kişilik bozukluğundaki etkisi üzerinde durmuştur. Bu sistematik derleme içerisinde ele alınan altı deneysel makalede yaş aralığı 18-66'tır.

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

Giesen-Bloo ve arkadaşları yaptıkları çalışmada SKB'nin oldukça ciddi ve kronik bir patolojik durum olduğundan, aynı zamanda sağlık hizmetleri alanlarındaki yaygınlığından bahsetmiştir. Var olan tedavi şekillerinin etkilerini belgelemişlerdir. Bu çalışmanın araştırmacıları SKB'ye sahip kişilerde şema terapi ile aktarım odaklı terapi yöntemini karşılaştırmayı amaçlamıştır. Bu çalışmada çok merkezli, randomize ve 2 gruplu bir tasarım deseni kullanılmıştır. Toplum ruh

sağlığı merkezinde gerçekleştirdikleri bu çalışmada araştırmacılara 88 katılımcı eşlik etmiştir. Bloo ve arkadaşları tarafından katılımcılara üç yıl boyunca haftada iki seans olacak şekilde ŞT ya da AOT uygulanmıştır. Bu araştırmanın sonucunda 44 ŞT hastası ile 42 AOT hastası hakkında bilgiler yer almaktadır. Elde edilen bu sonuçlar göz önünde bulundurulduğunda ŞT hastalarının AOT hastalarına oranla hayatta kalma analizlerinin daha düşük bir risk ortaya koyduğu görüldü ( $P=.01$ ). 3 yıllık tedavi sürecinin ardından tüm ölçümlerde istatistiksel ve klinik tabloda anlamlı iyileşmeler bulunmuştur. Aynı zamanda hayatta kalma analizleri ŞT hastalarının Sınırdaki Kişilik Bozukluğu Şiddet İndeksi, dördüncü sürümünde daha çok iyileştiğini (oranlı risk=2.18;  $P=.04$ ) ya da güvenilir klinik iyileşme olduğunu (oranlı risk=2.33;  $P=.009$ ) gösterdi. Sağlam analizler, ŞT hastalarının genel psikopatolojik işlev bozukluğu ve ŞT/AOT kişilik kavramları ölçüleri açısından daha fazla iyileştirme olduğunu ( $P<.001$ ) gösterdi. Son olarak AOT hastalarının yaşam kalitesinde ŞT hastalarına göre daha düşük artış gösterdiği görüldü (sağlam ANCOVA'lar,  $P=.03$  ve  $P<.001$ ) (Giesen-Bloo vd., 2006).

2014 yılında İstanbul'da Şaşmaz tarafından gerçekleştirilen çalışmada incelenen SKB ile bipolar bozukluğun üstündeki duygu düzenleme güçlüğü ile erken dönem uyumsuz şemaların etkisidir. Bu çalışmada ayrıca, bipolar bozukluğu ve SKB'nin örtüşen ve ayrışan yordayıcıları da tespit edilmeye çalışılmıştır. Araştırma 344 kişilik bir örnekleme dayanmaktadır. Veriler Borderline Kişilik Envanteri (BKE), Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği (DDGÖ), Young Şema Ölçeği-Kısa Form (YŞÖ-KF3) ile Duygudurum Bozuklukları Ölçeği (DBÖ) kullanılarak toplanmıştır. Korelasyon ve regresyon analizleri, değişkenler arasındaki ilişkiyi araştırmak amacıyla kullanılmıştır. Analizler sonucunda, zedelenmiş sınırlar ve dürtü duygu düzenleme güçlüğü alt boyutlarının hem SKB'yi hem de bipolar bozukluğu yordadığı, ayrıca kopukluk ve açıklık duygu düzenleme güçlüğü alt boyutları ile şema alanlarından SKB'yi yordadığı tespit edilmiştir. Bu bulgular, SKB ile bipolar bozukluk arasındaki benzerlik ve farklılıkları daha iyi anlamamıza yardımcı olmakta ve tanı koyma konusunda yaşanabilecek zorluklarda bize ışık tutabilmektedir. Şaşmaz araştırmanın sonuçlarını, mevcut literatür ile birlikte değerlendirmiştir (Şaşmaz, 2014).

2018 yılında Tan ve arkadaşları tarafından yapılan bir diğer çalışmada SKB'de ŞT yönteminin etkili bulunduğunu belirtilmiştir. Fakat hastaların terapiyi tecrübe etme durumu ve bilhassa da ŞT yönteminin SKB'li bireylere göre hangi unsurların faydalı ya da faydasız olacağı hakkında çok fazla bilgi bulunmadığı ifade edilmiştir. Araştırmacılar SKB'ye sahip kişilerin sık grup-birey ya da grup formatında ŞT yöntemiyle tedavi alma tecrübelerini araştırmayı amaçlamışlardır. Bu çalışmada toplanan nitel veriler en az 12 ay süresince bu hastalık tanısını alan ve ŞT uygulanan 36 katılımcı eşliğinde gerçekleştirilen yarı yapılandırılmış seanslar yoluyla elde edilmiştir. Nitel içerik analizi süreçleri izlenerek görüşme verilerinin (13 Alman, 12 Hollandalı, 11) analizi yapılmıştır (Tan vd., 2018).

2022'de Arntz'ın arkadaşları ile yaptığı bu araştırma Hollanda'da yayınlanmıştır. 495 SKB'li hastayla birlikte yürütülen bu araştırma bireysel ŞT ile grup ŞT'yi karşılaştırmıştır. Araştırmacılar ŞT'nin bireysel ya da grup halinin hangisinde daha baskın olduğunu görmeyi amaçlamıştır. Tedavi boyunca intihar girişiminde bulunup ölen hasta sayısının 3 olduğu bildirilmiştir. Bireysel ŞT'de tedavi bırakmanın söz konusu olduğu ve özyıkımın daha az görüldüğü gözlenmiştir. Bu çalışmada grup ŞT etkisinin bireysel ŞT etkisine nazaran daha az olduğu sonucuna varılmıştır (Arntz vd., 2022).

SKB'li bireylerin tedavisinde sandalye çalışmasının ŞT'de kullanılan temel deneysel yöntemlerden biri olduğunu söyleyen Josek ve arkadaşları hastaların bu çalışmayı tecrübe edişi konusunda çok fazla bilgi bulunmadığını ifade etmişlerdir. Araştırmada bu bozukluğa sahip bireylerin ŞT yönteminin parçası görülen sandalye çalışması tecrübelerini keşfetmek amaçlanmıştır. 29 katılımcının eşlik ettiği bu çalışmada nitel veriler katılımcılar ile gerçekleştirilen seanslar şeklinde toplandığı bildirilmektedir. Araştırmacılar nitel içerik analizi kullanarak görüşme verilerini değerlendirmiştir (Josek vd., 2023).

SKB tanısı alan yaşlı yetişkinlerin üzerindeki ŞT etkisini araştırmayı amaçlayan bu çalışma 2021 yılında Khasho ve arkadaşları tarafından Hollanda'da yürütülmüştür. Araştırmacılara 5 katılımcı eşlik etmiştir. Hastalara haftada bir seans olacak şekilde bir sene boyunca ŞT almışlardır. Sonrasında bu hastalara altı ay süresince takip seansları uygulanmıştır. Bu seanslar sonucunda negatif temel inançları ŞT'nin azalttığı ve katılımcıların hepsinin iyileştiği görülmüştür. Yaşlı yetişkinler için ŞT'nin SKB'deki etkisini araştıran ilk çalışma bu olup bu hasta grubu için önemli bir tedavi yöntemi olabileceği sonucuna varılmıştır (Khasho vd., 2023.)

**Tablo 2:** Sınır Kişilik Bozukluğunun Tedavisinde Şema Terapisinin Kullanımı

Yazar/Yıl/Ülke	Araştırma Tasarımı	Örneklem	Ölçekler	Müdahale	Sonuçlar
Tan vd. /2018/ Avustralya/Almanya/ Hollanda	Deneysel Çalışma	18-65 yaş aralığı	Tan ve arkadaşlarının hazırladığı yarı yapılandırılmış anket soruları	Şema Terapi ve Grup Şema Terapi	Sonuç olarak, Şema terapi alma süreci açıkça yaşamlarında anlamlı ilerlemeye katkıda bulunmuştur.
Karakaş /2014/ İstanbul	Deneysel Çalışma	18-40 yaş aralığı içerisinde 334 birey	Borderline Kişilik Envanteri (BKE), Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği (DDGÖ), Young Şema Ölçeği-Kısa Form (YŞÖ-KF3), Duygudurum Bozuklukları Ölçeği (DBÖ)	Şema Terapi	Bipolar bozukluk ve SKB'nin her ikisini de şema alanlarından zarar görmüş duygu düzenleme ve sınırların alt boyutların yordadığı sonucuna varılmıştır.
Giesen-Bloo vd. / 2006/ Hollanda	Deneysel Çalışma	18- 60 yaş aralığında olan 88 danışan	Sözleşme Derecelendirme Ölçeği, AOT Uyum ve Derecelendirmesi Ölçeği, ŞT Uyum ve Yeterlilik Ölçeği, Young Şema Anketi, Kişilik Bozukluğu İnanç Anketi, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği	Aktarım Odaklı Terapi ve Şema Terapi	SKB'de ST'nin AOT'ye göre daha etkili bir yöntem olduğu sonucuna varılmıştır.
Yazar/Yıl/Ülke	Araştırma Tasarımı	Örneklem	Ölçekler	Müdahale	Sonuçlar
Josek vd. /2023/ Almanya	Deneysel Çalışma	18-65 yaş aralığında olan 29 katılımcı	Yarı yapılandırılmış anket soruları	Şema Terapi	Sonuç olarak, sandalye çalışmasının ST alan SKB hastalarında birçok yönden olumlu yönde etkilemiştir.
Arntz/2022/ Hollanda	Deneysel Çalışma	18-65 yaş aralığı içerisinde 495 katılımcı	9 BDSI alt ölçeği, Sosyal ve Mesleki Değerlendirme Ölçeği, Young Şema Anketi, Şema Modu Envanteri, İş ve Sosyal Uyum Ölçeği	Şema Terapi, Grup Şema Terapisi	Bireysel şema terapinin grup şema terapisine nazaran daha çok etki ettiğini sonuç olarak ortaya koymuştur.
Khasho vd. / 2023/ Hollanda	Deneysel Çalışma	Yaş ortalaması 66 olan 5 danışan	Sosyodemografik anket, Şema Terapi Derecelendirme Ölçeği, 6 puanlık Likert Ölçeği	Şema Terapi	Sonuç olarak negatif temel inançları ŞT'nin azalttığı ve bütün katılımcıların iyileştiği görülmüştür.

## Tartışma

Bu sistematik derleme çalışmasında sınır kişilik bozukluğu yaşayan bireylerde şema terapisinin etkilerini araştıran randomize kontrollü çalışmalar dahil edilmiştir. Bu çalışmanın amacı, sistematik derleme yöntemi ile sınır kişilik bozukluğu yaşayan bireylerde şema terapisinin kullanılması hakkında alanyazın taraması ile inceleme yapmaktır. Bu çalışmada elde edilen kanıtlara göre şema terapinin kısa sürede sonuca ulaşabilme yönünden etkili bir yöntem olduğu ve sınır kişilik bozukluğunun tedavisinde şema terapinin uzun süreli etkili bir yöntem olduğu görülmüştür. Şema terapi, bilişsel çarpıtmalar, düşünmedeki hataları tespit edip düzelterek ve bu çarpık davranışları destekleyerek danışanın yaşamına müdahaleyi artırmayı amaçlar. Şema terapinin sınır kişilik bozukluğu yaşayan bireylerde etkili bir terapi yöntemi olduğu ve hastaları iyileştirebileceği sonucuna varılmıştır.

Giesen-Bloo'nun arkadaşları ile yürüttüğü 2006'daki çalışmada ŞT ve AOT'yi karşılaştırmayı amaçlamıştır. Sonuç olarak ŞT'nin SKB üzerinde daha çok etkisi olduğunu bulmuştur (Giesen-Bloo vd., 2006). Kutlu 2018'teki çalışmasında SKB için biyolojik, psikolojik ve sosyal etkenlere dikkat çekmiştir. SKB'de dürtüsellüğün artması yalnızca insanlar arasındaki ilişkiye değil aynı zamanda toplumsal problemlere de sebebiyet verip, suç ve şiddet düzeyinde de artışa yol açtığı belirtmektedir (Kutlu, 2020).

2014 yılında duygu düzenleme güçlüğü ve erken dönem uyumsuz şemaların bipolar bozuklukla SKB üzerindeki etkiyi araştırmayı amaçlayan Şaşmaz bu çalışmada şema alanlarından zarar görmüş duygu düzenleme ile sınırların al boyutların her iki bozukluğu da yordadığı sonucuna varmıştır (Şaşmaz, 2014). Bir diğer çalışma 202 yılında Set tarafından yürütülmüş olup çocukluk dönemi ile ergenlik çağındaki hangi etkenlerin SKB gelişimine öncülük ettiğini ortaya koymayı amaçlamıştır. Set ergenlik döneminde bireyin gelişi, sağlığı ve geleceği açısından SKB'nin büyük risk taşıdığını ifade etmektedir (Set, 2020).

Tan ve arkadaşları 2018 yılında SKB olan kişilerin sık grup-birey terapi ya da grup terapisi şeklinde ŞT'yi alma tecrübelerini karşılaştırmayı amaçlamıştır. Sonuç olarak hastalarda ŞT almanın hayatlarında pozitif bir ilerlemeye katkıda bulunduğu görülmüştür (Tan vd., 2018). Tekin'in 2022'deki çalışmasında SKB için nedensellik ve psikolojik yaklaşımlar üzerinde durulmuştur. Araştırmada ebeveyn tutumu ile erken dönem yaşantılarının SKB'nin ortaya çıkmasını etkilediği sonucuna varılmıştır (Tekin, 2021).

2022 yılında Arntz ile arkadaşları grup ŞT ile bireysel ŞT'yi karşılaştırmayı amaçlamıştır. Sonuç olarak grup ŞT'nin etkisinin bireysel ŞT'ye nazaran daha az olduğunu görmüşlerdir (Arntz vd., 2022). Beton SKB ile ŞT'nin hakkında bilgi vermek ve SKB için ŞT'nin etkisini tartışmayı amaçladığı 2021'deki çalışmasında ŞT'nin etkisinin belirleyici olduğunu söylese de bu söylemiyle çelişen araştırmalar da olduğu sonucuna varmıştır (Beton, 2021).

Josek ve arkadaşları araştırmalarında sandalye çalışmasının ŞT alan SKB olan bireylerin tecrübelerini keşfetmeyi amaçlamışlardır. 2023 yılında yürütmüş oldukları bu çalışmada ST alan SKB hastalarını sandalye çalışmasının pek çok yönden olumlu etkilediği sonucuna varılmıştır (Josek vd., 2023). Gök 2022'de SKB'nin kökenlerini, SKB'de şema modlarının oluşma evresini ve ilgili modların SKB tanısı alanların tedavi sürecindeki rolünü araştırmış olduğu çalışmasında şema modu yaklaşımlarının SKB için diğer tedavi yöntemlerine kıyasla daha etkili sonuçlar sağladığını belirtmiştir (Gök, 2022).

SKB teşhisi almış yaşlı yetişkinleri ŞT'nin nasıl etkilediğini araştırmayı amaçlamış olan Khasho ve arkadaşları bu çalışmayı 2023 yılında yapmışlardır. Sonuç olarak bu hasta grubu için ŞT'nin önemli bir tedavi yöntemi olduğu kanısına varılmıştır (Khasho vd., 2023). Sohrabi ile Karaaziz'in aynı yıl yaptığı çalışmada amaç ŞT'nin SKB teşhisi alanların üzerindeki etkiyi araştırmaktır. ŞT yönteminin hastalardaki semptomları yüksek düzeyde azalttığı ya da ortadan kaldırdığı sonucuna varılmıştır (Sohrabi ve Karaaziz, 2023).

## Sonuç ve Öneriler

ŞT yöntemine göre kişilerin çocukluk döneminden itibaren tecrübe ettikleri her olay ve algıladıkları deneyimler yetişkinlik dönemindeki davranışları etkileyen şemaların oluşmasını sağlar. Oluşan şemalar uyumsuz ise yaşamı olumsuz yönde etkilemekle birlikte insan ilişkilerinde toplumsal ve mesleki olmak üzere pek çok yönde işlev bozukluğuna neden olur. SKB olan kişilerin tutarlı duyguları hissetmemesine, öfke krizlerine sebep olan şemalar ile şema modları vardır. Bundan dolayı ŞT yaklaşımı SKB tanısı alan kişilerin tedavi sürecinde oldukça etkili bir yöntemdir.

## Kaynakça

- Arntz, A., Jacob, GA, Lee, CW, Brand-de Wilde, OM, Fassbinder, E., Harper, RP, ... ve Farrell, JM (2022). Sınırdaki kişilik bozukluğu için ağırlıklı olarak grup şema terapisinin ve kombine bireysel ve grup şema terapisinin etkinliği: randomize bir klinik çalışma. *JAMA psikiyatri*, 79 (4), 287-299.
- Beton, M. (2021). Borderline Kişilik Bozukluğunda Şema Terapisinin Etkinliği. *Academic Social Resources Journal*, 6(25), 861-873.
- Ertürk, İ. Ş., & Kaynar, G. (2017). Kişilik Bozukluklarında Şema Terapi Yaklaşımı. *Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6(12), 97-114.
- Giesen-Bloo, J., Van Dyck, R., Spinhoven, P., Van Tilburg, W., Dirksen, C., Van Asselt, T., ... & Arntz, A. (2006). Outpatient psychotherapy for borderline personality disorder: randomized trial of schema-focused therapy vs transference-focused psychotherapy. *Archives of general psychiatry*, 63(6), 649-658.
- Josek, A. K., Schaich, A., Braakmann, D., Assmann, N., Jauch-Chara, K., Arntz, A., ... & Fassbinder, E. (2023). Chairwork in schema therapy for patients with borderline personality disorder—A qualitative study of patients' perceptions. *Frontiers in psychiatry*, 14, 1180839.
- Karakaş, Ş. Sınırdaki kişilik bozukluğu tanılı olabilen impulsivite ve agresyonun serum ghrelin, D vitamini ve lipit yerleşimi ile ilişkisi.
- Keyvan, A., Ceylan, F., & Pamukcu, V. (2021). Borderline Kişilik Bozukluğu Üzerine Bir İnceleme. *Atlas Journal*, 7(42), 1976-1985.
- Khasho, DA, van Alphen, SP, Ouwens, MA, Arntz, A., Heijnen-Kohl, SM ve Videler, AC (2023). Sınırdaki kişilik bozukluğu olan yaşlı yetişkinlerde bireysel şema terapinin etkinliği: Çok merkezli bir vaka serisi tasarımı. *Klinik Psikoloji ve Psikoterapi*, 30 (6), 1313-1323.
- Köroğlu, E. (2010). Kişilik Bozuklukları. *Ankara: HYB Basım Yayın*.
- Kutlu, M. A. (2018). Borderline kişilik bozukluğu: Bir gözden geçirme. *Medeniyet Araştırmaları Dergisi*, 3(5), 11-20.
- Öztürk, M. O., & Uluşahin, A. (2018). *Ruh sağlığı ve bozuklukları*. Nobel Tıp Kitabevleri.
- Set, Z. (2020). Borderline Kişilik Bozukluğunun Gelişimi. *Türkiye Klinikleri Sağlık Bilimleri Dergisi*.
- Sohrabi, A. K., & Karaaziz, M. (2023). Borderline Kişilik Bozukluğu ve Şema Terapinin Uygulanması Üzerine Sistemik Bir Derleme. *Sosyal, Beşeri ve İdari Bilimler Dergisi*, 6(9), 1123-1134.
- Şaşmaz, İ. B. (2014). *Erken dönem uyumsuz şemaların ve duygu düzenleme güçlüğüünün borderline kişilik bozukluğu ve bipolar bozukluk üzerindeki yordayıcı etkisi* (Master's thesis, Sosyal Bilimler Enstitüsü).



- Tan, Y. M., Lee, C. W., Averbek, L. E., Brand-de Wilde, O., Farrell, J., Fassbinder, E., ... & Arntz, A. (2018). Schema therapy for borderline personality disorder: A qualitative study of patients' perceptions. *PloS one*, *13*(11), e0206039.
- Tekin, M. (2021). Borderline kişilik bozukluğunun nedensellik ve psikolojik kuramlar açısından değerlendirilmesine dair bir gözden geçirme. *Balkan ve Yakın Doğu Sosyal Bilimler Dergisi*, *7*(04), 100-105.