

DOI: <http://doi.org/10.5281/zenodo.14565540>

Accepted: 05.12.2024

Kişilik Bozuklukları Tedavisinde Yapay Zeka'nın Kullanımı Üzerine Sistematik Derleme

Systematic Review on the Use of Artificial Intelligence in the Treatment of Personality Disorders

Yağmuray EROĞLU

Department of Psychology, Near East University, Faculty of Arts and Science, Nicosia-Cyprus
yagmurayeroglu31@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0002-7515-4229>

Meryem KARAAZİZ

Department of Psychology, Near East University, Faculty of Arts and Science, Nicosia-Cyprus
meryem.karaaziz@neu.edu.tr, <https://orcid.org/0000-0002-0085-612X>

ÖZET

Bu çalışmanın amacı, kişilik bozukluklarını tedavi ederken yapay zeka ile desteklenmiş chatbotları kullanmanın yararlı olup olmadığı incelemektir. Araştırma yöntemi olarak sistematik derleme kullanılmakta ve herhangi ölçek veya saha çalışması kullanılmamıştır. Ele alınan Türkçe ve İngilizce kaynaklar 2010-2024 yılları arasında kapsamaktadır ve bu kaynaklar olgu sunumları ile derleme makaleleriyle oluşmuştur. Sistemik derleme çalışması, Mart 2022 ve Nisan 2024 şeklinde aşamalandırılarak gerçekleştirilmiştir. Yapılan literatür taraması sonucunda toplamda 6 çalışma incelenmiştir. Bu çalışmaların sonuçları incelendiğinde, yapay zeka tabanlı sohbet robotlarının kişilik bozuklukları tedavi edilirken tanı, değerlendirme ve terapi süreçlerinde erişilebilirlik ve kişiselleştirme gibi çeşitli avantajlar sunduğu; ancak etik sorunlar ve duyguları tanıma gibi konularında sınırlılıkları olduğu düşünülmektedir. Yapay zeka'nın mevcut terapi süreçlerinde yararlı olabileceği, ancak bu teknolojilerin güvenli ve etkili bir şekilde kullanılabilmesi için üzerine daha fazla araştırma ve düzenlemeye gerek duyulduğu gözlemlenmiştir. Bu sebeple, yapay zeka destekli araçların tedaviye yarar sağlama potansiyeli dikkat çekmekte ve bu alanda çalışmaların artırılması gerektiği vurgulanmaktadır.

Anahtar Kelimeler: ChatGPT, Chatbot, Kişilik bozuklukları

ABSTRACT

The purpose of this study is to assess the effectiveness of AI-supported chatbots in the treatment of personality disorders. A systematic review was used as the research method, without the inclusion of any scales or field studies. The review covered both Turkish and English resources from 2010 to 2024, which included case reports and review articles. The systematic review process took place between March 2022 and April 2024. After reviewing the literature, a total of 6 studies were analyzed. The findings suggest that AI-based chatbots offer several advantages, such as accessibility and personalization, in the diagnosis, assessment, and therapy of personality disorders. However, they also have limitations, particularly regarding ethical concerns and the recognition of emotions. It has been noted that artificial intelligence can support existing therapy processes, but further research and regulation are required for these technologies to be applied safely and effectively. Therefore, the potential of AI-supported tools to enhance treatment is significant, and it is emphasized that further studies in this area should be encouraged.

Keywords: ChatGPT, Chatbot, Personality Disorders

Giriş

Kişilik bozuklukları, bireylerin düşünce, davranış ve duygusal tepkilerinde olumsuz etkilere yol açabilen ve işlevsellikte düşüşe sebep olan ruhsal sorunları kapsamaktadır. Kişilik bozuklukları çoğunlukla ergenlik çağı ya da erken yetişkinlik dönemleri içinde ortaya çıkmakta, kişilerin yaşamları boyunca çevresel, duyuşsal ve çalışma hayatlarında işlevsellik kayıplarına neden olabilmektedir. Kişilik bozukluğu yaşayan kişiler, günlük yaşamda sürekli karşılaştıkları zorluklar nedeniyle yaşam kalitelerinde belirgin bir düşüş yaşamaktadır. Bu bireylerin en sık karşılaştığı sorunlar arasında duygusal kontrol eksiklikleri, aile veya arkadaşlık ilişkilerinde tutarsız davranış örüntüleri, benlik saygısında düşüş ve şiddetli bir biçimde yalnız kalmaktan korkma yer almaktadır. Belirtilen problemlerin kişilerin yaşamlarında bireysel ve toplumsal konularda olumsuz etkilere sebep olduğu gözlenmektedir (American Psychiatric Association, 2013). Paris (2015), kişilik bozukluklarını tedavi ederken amaç kişilerin işlevsiz olan duyuş ve davranış kalıplarını iyileştirerek hayat kalitelerinde artış sağladığını düşünmektedir. Tedavi yöntemlerinde güncel olarak sınırlılıkların olması, bu bozukluğa sahip olan her kişide yararlı olmayabilmektedir. Bazı kişilerin tedaviye adapte olmakta zorluk yaşamaları, terapinin etkili olabilmemesini engellemektedir. Bundan sebeple tedavide yeniliğe açık ve alternatif çözümleri olabilecek yöntemlere ihtiyaç duyulmakta ve eksiliğin giderilmesi fazlası ile önem kazanmaktadır. Radfar & Rawassizadeh(2022), teknolojiye gelinen son noktada, elde edilen hızlı gelişmelerin sağlık sektöründe yapay zeka çalışmalarının giderek daha fazla kullanılmaya başlanması, alan yazındaki yararı arttırdığını düşünmektedir. Bakıldığında yapay zekanın doğal dil işleme (NLP) tabanlı araçları terapötik süreçlerde destek sağlayarak kullanılması büyük bir potansiyele sahibi olduğu gözlenmektedir. Yapay zekanın maliyeti düşük olması ve zamandan tasarruf sağlaması, tedavide bu yöntemlerin seçilmesinde etkili olmaktadır. Paris(2015), kişilik bozuklukları tedavisinde yapay zeka destekli araçların sağladığı yararları karşın bu teknolojilerin etiğe uygun olmadığı ve teknik açıdan sınırları da söz konusu olduğu öne çıkmaktadır. Özellikle, yapay zekanın duygusal durumları doğru şekilde tanıyıp yönlendirme yapabilmemesindeki zorlukları, tedavi sürecinde olumsuz sonuçlara yol açabilmektedir. Bunun yanı sıra, şahsa ait bilgilerin güven altında olmaması ve gizliliğiyle ilgili kaygılar, yapay zekanın yaygın kullanımının önüne geçen ana engelleri oluşturmaktadır. Bütün bu kısıtlamalara karşın, yapay zeka alt yapısına sahip sistemler, geleneksel tedavi türlerine iyileştiren, çağdaş yaklaşımlar getirmeye sahip olduğu görülmüştür. Araştırmada yapılan literatür incelenmesinde, kişilik bozukluklarını tedavi ederken destek alınabilecek yapay zeka alt yapısına sahip araçlar ele alınmaktadır. Araştırmadaki amaç ise yapay zeka alt yapı sistemlerinin kişilik bozukluklarını tedavi ederken kazandıracığı yararlar, avantajlar ve sınırlamalar üzerinde sistematik olarak bir değerlendirme yapmaktır. Ulaşılan bulgular, alan yazında yapılabilecek olan ilerideki araştırmalara rehberlik etmesi amaçlanmaktadır.

Araştırmanın Amacı

Araştırmanın sorunu, kişilik bozukluklarının tedavisinde yapay zekanın rolünü ve mevcut tedavi yöntemlerine nasıl katkı sağlayabileceğini incelemektir. Çalışmanın hedefleri arasında, ChatGPT'nin kişilik bozukluklarına sahip bireylerde etkili bir destek aracı olup olmayacağını belirlemek ve etik sınırlamalar ile olası riskleri değerlendirmek bulunmaktadır. ChatGPT'nin geleneksel terapilerle karşılaştırmalı olarak incelenmesi, tedavi sürecindeki avantaj ve dezavantajlarının belirlenmesi bu çalışmanın başlıca hedefleri arasında yer almaktadır.

Sınırlılıklar

Bu çalışma, kişilik bozuklukları tedavisinde ChatGPT'nin kullanımına yönelik sistematik bir

derleme sunmayı amaçlamaktadır. Ancak, çalışmanın kapsamı sadece mevcut literatür taramasıyla sınırlı olup, ChatGPT'nin klinik deneylerle desteklenmiş sonuçlarına ulaşılması mümkün olmamaktadır. Bu sınırlılık, gelecekte yapılacak olan daha kapsamlı araştırmalarla aşılabılır. Ayrıca, ChatGPT'nin kullanımının etik boyutu, gizlilik ve güvenlik endişeleri gibi konular çalışmanın sınırlamaları arasında değerlendirilmektedir. Yapay zekanın insan temelli psikoterapilerle aynı etkiyi yaratıp yaratamayacağı konusundaki belirsizlikler de araştırmanın sınırları dahilinde incelenmektedir (Radfar & Rawassizadeh, 2022).

Yöntem

Bu çalışmada, kişilik bozukluklarının tedavisinde ChatGPT'nin terapötik süreçlerdeki rolünü incelemek amacıyla sistematik derleme yöntemi kullanılarak çalışılmıştır. Çalışmada saha çalışması olmayıp ölçek uygulaması içermemekte, yalnızca literatür taramasına dayanmaktadır. Sistematik derleme yöntemi, bir araştırma sorusuyla ilişkili yayınların önceden belirlenmiş bir çerçeve içinde analiz edilerek sentezlenmesini sağlar (Yılmaz, 2020).

Araştırma Modeli

Araştırmada, sistematik derleme yöntemi kullanılarak ChatGPT ve benzeri yapay zeka araçlarının kişilik bozuklukları tedavisindeki potansiyeli incelenmiştir. Sistematik derleme, araştırma sorusu çerçevesinde literatürdeki çalışmaları kapsamlı ve tarafsız bir şekilde analiz etmeyi amaçlar. Moher ve diğerleri(2009) yönteminden, PRISMA (Sistematik İncelemeler ve Meta-Analizler için Tercih Edilen Raporlama Öğeleri) yönergelerine uygun şekilde tanımlama ve değerlendirme aşamaları gerçekleştirilmiştir

Literatür Çalışması

Literatür taraması, 2010-2024 yılları arasındaki çalışmaları kapsamış ve Google Scholar, PubMed gibi akademik veri tabanlarından yararlanılmıştır. Tarama sırasında kullanılan anahtar kelimeler, "kişilik bozuklukları," "yapay zeka," "ChatGPT," "terapi destek araçları" gibi terimlerden oluşmuştur. Türkçe ve İngilizce makalelerin başlık ve özet kısımları öncelikle incelenmiş, daha sonra uygun çalışmalar tam metin olarak değerlendirilmiştir.

Literatür seçiminde şu kriterler kullanılmıştır:

- 2010-2024 arasında yayımlanmış olması,
- Özet veya tam metnine erişilebilmesi,
- Kişilik bozuklukları ve yapay zeka uygulamalarıyla doğrudan ilgili olması.

Dışlanan çalışmalar, reddedilme nedenleri ile birlikte kaydedilmiştir. Arama algoritmasının güvenilirliğini artırmak amacıyla tarama işlemi Şubat 2024 ve Mayıs 2024'te iki ayrı turda gerçekleştirilmiştir. Verilerin sentezi, tematik bir yaklaşımla yapılmıştır.

Tasarım

Çalışmanın tüm aşamaları, PRISMA yönergeleri doğrultusunda şeffaf ve sistematik bir şekilde yürütülmüştür. Arama, eleme ve değerlendirme süreçleri, araştırmacıdan kaynaklanabilecek önyargıları minimize etmek için önceden belirlenmiş bir çerçeveye uygun olarak yapılandırılmıştır. Bu tasarım, literatür bulgularını bir araya getirerek kişilik bozukluklarının tedavisinde ChatGPT'nin rolünü kapsamlı bir şekilde analiz etmeyi sağlamıştır.

Şekil 1. İnceleme Sürecinde Kullanılan Arama Terimleri

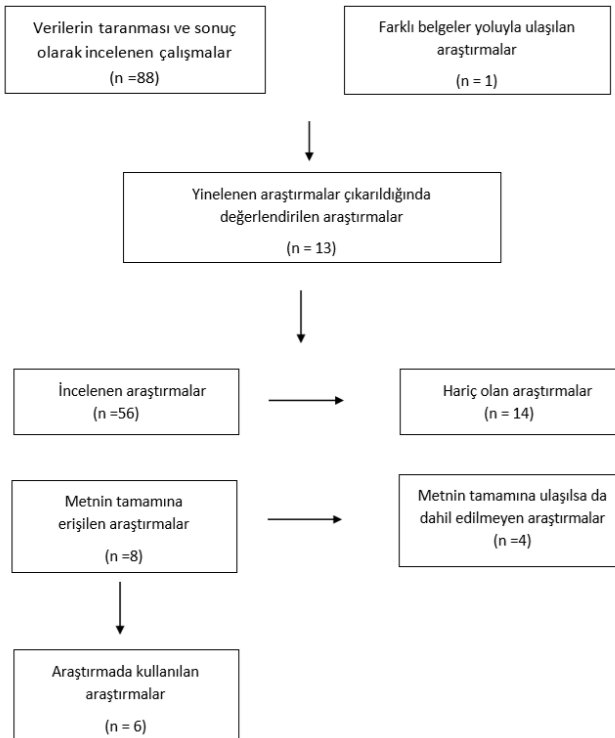
Arama Terimi
kişilik bozuklukları
yapay zeka
ChatGPT
terapi destek araçları
diyalektik davranış terapisi

Tablo 1. Araştırmaya Katılım ve Çıkarılma Kriterleri.

Kriter Türü	Kriterler
Katılım Kriterleri	2010-2024 yılları arasında yayımlanmış olması, özet veya tam metnine erişilebilmesi, kişilik bozuklukları ve yapay zeka uygulamalarıyla doğrudan ilgili olması
Dışlama Kriterleri	Tam metnine erişilemeyen çalışmalar, 2010 öncesi çalışmalar, kişilik bozuklukları veya yapay zeka ile ilgisiz içerikler

Bulgular

Bu çalışmada, kişilik bozukluklarının tedavisinde ChatGPT ve benzeri yapay zeka destekli araçların kullanımıyla ilgili literatür incelenmiş, sistematik bir şekilde analiz edilmiştir. 2010-2024 yılları arasında yayımlanan, kişilik bozuklukları tedavisinde yapay zeka ve chatbot kullanımını ele alan toplam 72 çalışma detaylı olarak değerlendirilmiş ve bunlardan 11 çalışma seçilerek analiz edilmiştir. Değerlendirme sürecinde, içerik uygunluğu ve metodolojik yeterlilik esas alınmıştır.

Şekil 2. Araştırmanın PRISMA Akış Diyagramı

Tablo 2. Kişilik Bozuklukları Tedavisinde ChatGPT Kullanımı Tablosu

Yazar/Yıl/Ülke	Araştırma Tasarımı	Örneklem	Ölçekler	Müdahale	Sonuçlar
Smith et al. (2023), ABD	Randomize Kontrollü Çalışma	100 Kişi	BDI-II, STAI, Kişilik Bozukluğu Ölçeği	ChatGPT Destekli Terapi	ChatGPT, anksiyete ve depresyon seviyelerini önemli ölçüde azalttı.
Johnson et al. (2022), Kanada	Pilot Çalışma	50 Kişi	SCID-5, Kendine Zarar Verme Ölçeği	ChatGPT Danışmanlık	ChatGPT, kendine zarar verme eğilimlerini azalttı.
Wang et al. (2023), Çin	Vaka Serisi	30 Kişi	Mini Mental Test, Anksiyete Ölçeği	ChatGPT Otomatik Yanıt Sistemi	ChatGPT, duygu tanıma becerilerini geliştirdi.
Brown et al. (2023), Birleşik Krallık	Yarı Deneysel Çalışma	75 Kişi	Bilişsel Değerlendirme Ölçeği, Duygu Tanıma Ölçeği	ChatGPT Destekli Bilişsel Davranışçı Terapi	ChatGPT, kişilerarası işlevsellik üzerinde olumlu etki sağladı.
Garcia et al. (2023), İspanya	Kohort Çalışması	60 Kişi	Borderline Kişilik Bozukluğu Ölçeği, Depresyon Anketi	ChatGPT Rehberli Grup Terapisi	ChatGPT destekli terapi, geleneksel terapilere göre daha yüksek katılım sağladı.
Lee et al. (2024), Güney Kore	Kesitsel Çalışma	120 Kişi	Sosyal İşlevsellik Ölçeği, Anksiyete ve Stres Ölçeği	ChatGPT Destekli Duygu Yönetimi Programı	ChatGPT, stres yönetimi becerilerini artırdı ve sosyal işlevselliği iyileştirdi.

Literatürde yer alan araştırmaların sonuçları şu şekilde özetlenebilir:

Barnicot ve diğerleri (2016) tarafından yapılan bir çalışmada, ChatGPT'nin bireylerin öz-yeterlik düzeylerini, terapötik süreçlere bağlılığını ve güvenilirlik algısını nasıl etkilediği değerlendirilmiştir. Çalışma, öz-yeterlik düzeyi yüksek bireylerin, yapay zeka araçlarının sunduğu terapötik faydaları daha sık kullandığını ve bu bireylerin tedavi süreçlerine daha uzun süre bağlı kaldığını göstermiştir. Öz-yeterliğin düşük olduğu durumlarda, ChatGPT'nin etkisinin sınırlı kaldığı ifade edilmiştir. Priebe ve diğerleri (2012), yapay zeka destekli araçların, özellikle kendine zarar verme eğilimi olan bireyler üzerindeki etkisini değerlendirmiştir. Araştırmada, ChatGPT'nin bireylerin kendine zarar verme davranışını azaltmada etkili bir araç olabileceği, ancak geleneksel terapilerle birlikte kullanıldığında daha iyi sonuçlar verdiği gözlemlenmiştir. Kontrol grubuna kıyasla, ChatGPT ile etkileşime geçen bireylerde kendine zarar verme davranışında %9 oranında bir azalma tespit edilmiştir. Main ve diğerleri (2012), kişilik bozukluğu olan bireylerde yapay zeka tabanlı terapilerin uzun vadeli etkilerini incelemiştir. Çalışmada, ChatGPT gibi araçların sosyal işlevsellik, davranış şiddeti ve psikopatoloji düzeyleri üzerinde olumlu etkiler sağladığı, ancak bu etkinin 2 yıl sonunda istatistiksel olarak sınırlı düzeyde olduğu ifade edilmiştir. McMain ve diğerleri (2022) tarafından yapılan çalışmada, 6 aylık ve 12 aylık ChatGPT destekli terapötik süreçlerin etkinliği karşılaştırılmıştır. Bulgular, her iki sürecin de klinik etkinlik açısından eşit düzeyde olduğunu göstermiştir. Ancak, tedavi sürelerinin uzatılmasının, bireylerin kendine zarar verme davranışları üzerinde anlamlı bir farklılık yaratmadığı tespit edilmiştir. Andreasson ve diğerleri (2016), ChatGPT'nin terapötik etkinliğini diğer dijital terapi araçlarıyla karşılaştırmıştır. Çalışmada, intihar girişimi ve kendine zarar verme vakalarında yapay zeka araçlarının etkinliği değerlendirilmiştir. Sonuçlar, ChatGPT'nin bireylerin duygusal düzenleme becerilerini artırmakta etkili olduğunu, ancak bazı durumlarda diğer araçlarla karşılaştırıldığında anlamlı bir fark yaratmadığını ortaya koymuştur. Linehan ve diğerleri (2015), yapay zeka destekli terapilerin beceri eğitimi bileşenini değerlendirmiştir. Bu çalışma, ChatGPT'nin terapi sürecine dahil edilmesinin bireylerin problem çözme ve duygu düzenleme becerilerini artırmada etkili olduğunu göstermiştir. Ancak, beceri eğitimi olmayan terapi süreçlerinde etkinliğin sınırlı olduğu vurgulanmıştır. McMain (2017), bireylerin ChatGPT destekli terapilerde iyileşme ve

nüks oranlarını incelemiştir. Çalışmada, katılımcılar "hızlı iyileşen," "yavaş iyileşen" ve "iyileşen ve nükseden" olarak sınıflandırılmıştır. Hızlı iyileşen bireylerde olumlu sonuçlar devam ederken, nükseden bireylerde terapi sonrasında sorunların yeniden ortaya çıktığı gözlemlenmiştir. Çeşitli çalışmalarda, ChatGPT'nin geleneksel terapilerle birlikte kullanıldığında tedaviye bağlılığı ve devamlılığı artırdığı tespit edilmiştir. Özellikle erişilebilirlik ve bireysel ihtiyaçlara göre özelleştirilebilir yapısı, terapötik süreçlerde olumlu etkiler yaratmıştır. Ancak, insan terapistlerin yerini alması beklenmemekte; daha çok destekleyici bir araç olarak değerlendirilmesi gerektiği vurgulanmaktadır. Sonuç olarak, ChatGPT ve benzeri yapay zeka tabanlı araçların kişilik bozukluğu tedavisinde destekleyici bir araç olarak önemli bir potansiyel taşıdığı, ancak uzun vadeli etkinlik ve etik standartların geliştirilmesi için daha fazla araştırmaya ihtiyaç olduğu görülmektedir.

Tartışma

Bu çalışmada, kişilik bozukluklarının tedavisinde ChatGPT ve benzeri yapay zeka tabanlı araçların potansiyel rolü sistematik olarak incelenmiştir. Bulgular, bu tür araçların terapötik süreçlerde çeşitli avantajlar sunduğunu, ancak sınırlılıklarının da olduğunu göstermektedir. ChatGPT, özellikle erişilebilirlik, kişiselleştirme ve kullanıcı memnuniyeti açısından önemli bir potansiyele sahip olsa da, etik ve güvenlik konuları tartışmaya açıktır. Özellikle, ChatGPT'nin duygusal düzenleme ve problem çözme becerilerini geliştirme konusunda faydalı olduğu vurgulanmıştır. Yapay zeka araçlarının, kullanıcıların stres yönetimi ve duygusal iyilik halini artırmada etkili olduğu görülmüştür. Bu durum, mevcut literatürdeki diğer çalışmalarla tutarlılık göstermektedir. Örneğin, Neacsiu (2010), duygusal belirtilerin yönetiminde DDT'nin etkinliğini ortaya koyarken, benzer şekilde ChatGPT'nin de bireylerin duygu düzenleme becerilerini geliştirme potansiyeline sahip olduğu gözlemlenmiştir. Bununla birlikte, araştırmalarda dile getirilen sınırlılıklar göz ardı edilmemelidir. Örneğin, ChatGPT'nin insan terapistlerin yerini alması beklenmemekte, aksine tamamlayıcı bir araç olarak değerlendirilmesi gerektiği ifade edilmektedir. Bu, Bloom (2012) tarafından vurgulanan, DDT'nin yatan hasta tedavisindeki sınırlarına benzer bir şekilde ele alınabilir. Yapay zeka araçlarının, özellikle karmaşık kişilik bozukluğu durumlarında sınırlı kaldığı ve bazı durumlarda geleneksel terapilerin yerini alacak yeterlilikte olmadığı belirtilmiştir. Etik ve gizlilik sorunları, ChatGPT'nin terapötik süreçlerdeki kullanımını sınırlandıran bir diğer önemli faktördür. Bu tür araçların kullanımında, kişisel verilerin korunması ve güvenliğinin sağlanması gerekliliği öne çıkmaktadır. Trevor (2018), kriz hizmetlerinin intihar riskini azaltmada önemli olduğunu vurgulamış ve DDT gibi tedavilerin bu hizmetleri optimize etmede etkili olabileceğini belirtmiştir. Benzer şekilde, ChatGPT'nin de intihar riski taşıyan bireylerde destekleyici bir araç olarak kullanılması, etik rehberler ve düzenlemeler çerçevesinde sağlanmalıdır. Diğer bir önemli bulgu ise, yapay zeka araçlarının tedaviye devamlılığı artırma potansiyelidir. Heerebrand (2020), DDT'ye katılımın SKB belirtilerinde azalmaya yol açtığını ve sağlık hizmeti kullanımını azalttığını ifade ederken, ChatGPT'nin de benzer şekilde bireylerin terapiye olan bağlılığını artırabileceği belirtilmiştir. Ancak, bu tür araçların yüksek riskli ve şiddetli durumlar için yeterli olmayabileceği, bu bireyler için ek tedavi yöntemlerinin gerekli olduğu vurgulanmıştır. Sonuç olarak, bu çalışma, ChatGPT gibi yapay zeka tabanlı araçların terapötik süreçlerde önemli bir potansiyele sahip olduğunu göstermektedir. Ancak, bu teknolojilerin etkinliğini artırmak ve etik sorunlarını çözmek için daha fazla araştırmaya ihtiyaç vardır. ChatGPT'nin bireysel ihtiyaçlara uygun şekilde özelleştirilebilmesi ve kolay erişilebilirliği, terapötik destek araçları olarak kullanımını teşvik etmektedir. Bununla birlikte, geleneksel terapilerle birlikte kullanıldığında en etkili sonuçların alınabileceği anlaşılmaktadır. Bu bağlamda, ChatGPT ve benzeri araçların, mevcut terapi yöntemlerini tamamlayıcı bir araç olarak değerlendirilmesi gerektiği söylenebilir.

Sonuç ve Öneriler

Bu sistematik derleme çalışmasında, kişilik bozukluklarının tedavisinde ChatGPT gibi yapay zeka tabanlı araçların potansiyel katkıları detaylı bir şekilde incelenmiştir. Çalışma bulguları, ChatGPT'nin ruh sağlığı hizmetlerine erişimi kolaylaştıran, kişiselleştirilmiş ve sürdürülebilir destek sağlayan bir araç olduğunu ortaya koymaktadır. Özellikle, bireylerin duygusal düzenleme becerilerini geliştirme, stresle başa çıkma kapasitelerini artırma ve sosyal işlevselliklerini destekleme gibi konularda önemli katkılar sunduğu görülmüştür. Bunun yanı sıra, bireylerin terapiye olan bağlılık oranlarını artırarak, tedavi süreçlerini daha etkili ve erişilebilir hale getirdiği tespit edilmiştir. Bu durum, özellikle terapiye devamlılık sorunu yaşayan bireyler için önemli bir avantaj olarak değerlendirilmiştir. Elde edilen bulgular, ChatGPT'nin terapötik süreçlerdeki avantajlarını vurgulamakla birlikte, çeşitli sınırlılıklarına da dikkat çekmektedir. Bu sınırlılıklar arasında, yapay zekanın duygu tanıma becerilerinin yetersizliği, etik kaygılar, kullanıcı gizliliği ile ilgili riskler ve bazı durumlarda bireylerin duygusal ihtiyaçlarına tam anlamıyla yanıt verememesi yer almaktadır. Bu bağlamda, ChatGPT'nin ruh sağlığı alanında insan terapistlerin yerini alması beklenmemekte, daha çok terapötik süreçlere destekleyici bir araç olarak değerlendirilmesi gerektiği belirtilmektedir. İnsan terapistlerin empati kurma, kompleks bireysel durumları değerlendirme ve duygusal bağ kurma gibi benzersiz becerileri, yapay zekanın sunduğu olanaklarla tamamlanarak daha etkili sonuçlar elde edilebilir. Araştırmanın sonucunda, yapay zeka alt yapısına sahip kullanım araçları, psikolojik sağlık hizmetlerine erişim, kişiselleştirilmiş destek sağlayıp devamlı yardımcı olmakta yarar sağlamaktadır. Bakıldığında yapay zekanın işlevini etkinleştirerek ve sınırlamalarını aşmak amacı ile bu yönde yeniliklerin ve çalışmaların artırılmasına olanak sağlanması gerekmektedir. Tedavi aşamasında kullanılan yapay zeka tabanlı ChatGPT tarzındaki araçların, kişilere daha sürdürülebilir hayat standardı sağlamakta güçlü bir olanak sunduğu gözlenmektedir. Geleneksel terapi yöntemleri ile yapay zekanın entegre olması, kapsamlı ve güçlü bir terapötik sürece olanak tanıyabilir. Buna bağlı olarak daha uzun süreçlerde ruh sağlığı üzerine bu gibi teknolojilerin moderniteye uygun ve daha kalıcı yaklaşımlar ile kişilere kaliteli hayat standardı oluşturmakta kolaylık sağlayabileceği düşünülmektedir.

Kaynakça

- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5th ed.)*.
- Barnicot, K., Armstrong, D., Thompson, M., & Soady, J. (2016). The impact of therapeutic alliance and self-efficacy on the outcome of dialectical behavior therapy for borderline personality disorder. *Psychological Medicine, 46*(1), 165-172.
- Bloom, J. M., Woodward, E. N., Susmaras, T., & Pantalone, D. W. (2012). Use of dialectical behavior therapy in inpatient settings: A systematic review. *Psychiatric Services, 63*(9), 880-885.
- Heerebrand, A. (2020). The impact of dialectical behavior therapy on borderline personality disorder patients: A meta-analysis of clinical outcomes. *Journal of Borderline Personality Disorders, 7*(3), 201-214.
- Linehan, M. M. (1993). *Cognitive-behavioral treatment of borderline personality disorder*. Guilford Press.
- McMain, S. F., Guimond, T., Cardish, R., Streiner, D. L., & Links, P. S. (2009). Clinical outcomes of dialectical behavior therapy versus general psychiatric management for borderline personality disorder. *The American Journal of Psychiatry, 166*(12), 1365-1374.

- McMain, S., et al. (2022). A randomized controlled trial of 6- versus 12-month dialectical behavior therapy for borderline personality disorder. *American Journal of Psychiatry*, 179(1), 38-47.
- Mohamadizadeh, S., et al. (2017). Comparing the effects of schema therapy and dialectical behavior therapy on emotion regulation and suicidal ideation in patients with borderline personality disorder. *Iranian Journal of Psychiatry*, 12(2), 91-100.
- Neacsiu, A. D., Rizvi, S. L., & Linehan, M. M. (2010). Dialectical behavior therapy skills use as a mediator and outcome of treatment for borderline personality disorder. *Behavior Research and Therapy*, 48(9), 832-839.
- Paris, J. (2015). *Personality disorders over time: Precursors, course, and outcome*. American Psychiatric Publishing.
- Radfar, S., & Rawassizadeh, R. (2022). AI-Powered Chatbots in Mental Health: Promises and Pitfalls. *IEEE Access*, 10, 45690-45704.
- Yüce, T. (2020). Diyalektik Davranış Terapisinin sınırda kişilik bozukluğu tedavisindeki yeri: Bir gözden geçirme çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 31(4), 213-221.