



OLGU SUNUMU

CASE REPORT

Sınır Durum Kişilik Yapılanmasında Bilişsel Davranışçı Terapi: Olgu Sunumu

Sure Nur COŞKUN¹ , Meryem KARAAZİZ² 

¹Yüksek Lisans Öğrencisi, Yakın Doğu Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Lefkoşa, KKTC

²Doç. Dr., Yakın Doğu Üniversitesi, Fen-Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Lefkoşa, KKTC

Öz

Bu çalışmanın amacı, 26 yaşında, çocukluk döneminde cinsel travmalar ve yetersiz nesne ilişkileri bulunan kadın danışanın Nancy McWilliams'ın (2010) Psikanalitik Tanı kitabındaki sınır durum kişilik yapılanmasını daha iyi anlamak ve bu yapılanma düzeyine sahip bireylerde, Bilişsel Davranışçı Terapi (BDT) tekniklerinin nasıl etkili bir şekilde uygulanabileceğini somut bir vaka üzerinden göstermektir. Bilişsel Davranışçı Terapinin temel amacı, bireyin işlevsel olmayan düşünce kalıplarını fark etmesini ve bunların yerine daha gerçekçi ve uyumlu düşünceler geliştirmesini sağlamaktır. Danışanın terapiye başvurusunun nedeni 1 yıldır süren romantik ilişkisindeki sınır sorunları, terk edilme korkularıdır. Klinik gözlem sonucunda erken travmatik yaşantılar, süresiz nesne ilişkileri sonucunda oluşan süregelen bir boşluk duygusu, ilkel savunmalar kullanımı, duygulanımda dalgalanmalar, kimlik bütünlüğünde bozulmalar gözlemlenmiştir. 9 seans süresince kullanılan bilişsel müdahaleler olarak ABC modeli, bilişsel çarpıtmaları fark ettirme, Sokratik sorgulama tekniği, çifte standart tekniği, denge modeli çalışması, gevşeme ve nefes egzersizleri, içimdeki çocuk formu, rol oynama teknikleri kullanılmıştır. Uygulanan 9 seanslık tedavi sonrası bulunan bulgular, danışanın kendilik farkındalığında artış, duygularını düzenleme becerisinde artış ve sorunlu ilişkisini sonlandırma kararı gibi olumlu değişimler gözlemlenmiştir. Öneri olarak gelecek araştırmalarda DSM-5 kriterini net bir şekilde karşılayamayan vakalarda danışanların psikanalitik perspektifle değerlendirmesi ve farklı terapi ekollerinin uygulanması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Olgu Sunumu, Sınır Durum Kişilik Yapılanması, Bilişsel Davranışçı Terapi

Cognitive Behavioral Therapy in Borderline Personality Construction: A Case Report

Abstract

The aim of this study is to better understand the borderline personality structure of Nancy McWilliams' (2010) book Psychoanalytic Diagnosis, a 26-year-old female client who had sexual traumas and inadequate object relations in childhood, and to demonstrate how Cognitive Behavioral Therapy (CBT) techniques can be effectively applied to individuals with this level of structure through a concrete case. The main purpose of Cognitive Behavioral Therapy is to enable the individual to recognize dysfunctional thought patterns and develop more realistic and harmonious thoughts instead. The reason the client applied to therapy was the boundary problems in her romantic relationship that had been going on for 1 year and her fears of abandonment. As a result of clinical observation, early traumatic experiences, a chronic feeling of emptiness resulting from discontinuous object relations, the use of primitive defenses, fluctuations in affect, and disruptions in identity integration were observed. The ABC model, awareness of cognitive distortions, Socratic questioning technique, double standard technique, balance model work, relaxation and breathing exercises, the inner child form, and role-playing techniques were used as cognitive interventions during the 9 sessions. The findings after the 9-session treatment showed positive changes such as increased self-awareness of the client, increased ability to regulate emotions, and the decision to end a problematic relationship. As a suggestion, in future studies, it is suggested that clients who do not clearly meet the DSM-5 criteria should be evaluated with a psychoanalytic perspective and different therapy schools should be applied.

Keywords: Case Report, Borderline Personality Structure, Cognitive Behavioral Therapy

Received: 24.05.2025; **Revised:** 13.08.2025; **Accepted:** 02.09.2025; **Publication:** 29.12.2025

Citation: Coşkun, S. N. ve Karaaziz, M. (2025). Sınır durum kişilik yapılanmasında bilişsel davranışçı terapi: Olgu sunumu. *Current Research and Reviews in Psychology and Psychiatry*, 5(2), 75-83. <https://doi.org/10.65127/crrpp.1705318>

Corresponding Author: Sure Nur COŞKUN, Lefkoşa/KKTC, surenurcoskun@gmail.com



Current Research and Reviews in Psychology and Psychiatry, adopts an open-access policy aiming to provide its content freely to the widest audience. All articles published by the journal are freely accessible and usable under the following licensing conditions: [Creative Commons Attribution-NonCommercial License \(CC BY-NC 4.0\)](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

Giriş

McWilliams’a göre geleneksel DSM kategorilerinden farklı olarak psikanalitik tanıda tanımlanan sınır durum terimi, tek bir klinik sendromdan ziyade, kişiliğin örgütlenme düzeyine işaret eder. Bu yaklaşımda amaç, danışanın tanısını sadece semptomlara göre koymak değil, kişilik yapısını, benlik, nesne algılarını ve savunma düzeneklerini anlamaktır (McWilliams, 2010). Tanımlanan özellikler eğilimlerdir. Kişilik yapılanması, tarihsel olarak psikanalitik kuramda nevroz ve psikoz kategorilerine uymayan vakaları tanımlamak üzere ortaya çıkmıştır. McWilliams’a göre sınır durum kişilik yapılanması, nevrotik ve psikotik yapılanmaların arasındaki sınırda yaşar. Kişiliğin nevrotik yapıdaki gibi bütünleşmiş bir kimlik bütünlüğü ve sabit duygu durumu yoktur (McWilliams, 2010). Ancak psikozda görülen halüsinasyonlar, hezeyanlar veya gerçeklik algısının kaybı da görülmez. Sınır durum kişilerde en belirgin özellikler şunlardır: Kimlik bütünlüğündeki bozulmalar, ilkel savunma mekanizmalarının yoğun kullanımı, duygusal dalgalanmalar, kişilerarası ilişkilerde sorunlar, yoğun terk edilme korkuları, ayrılma-birleşme ikilemidir. İşlevsellik açısından sınır durum kişilik yapılanması, bireyin akademik, mesleki ve sosyal yaşamında ciddi zorluklara yol açabilir ve uzun vadede işlevselliği azaltabilir. İntihar girişimleri ve kendine zarar verme davranışları da bu yapının potansiyel tehlikeleri arasındadır. (McWilliams, 2010).

Sınır durum kişilik yapılanması ile ilgili net bir epidemiyolojik veriler bulunmamakla birlikte sınırda kişilik bozukluğunun genel toplumda %1,6 ile %6 arasında görüldüğü tahmin edilmektedir. Yaygınlık, ruh sağlığı kliniklerinde %10, yatan hastalarda %20’ye kadar çıkmaktadır. (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013). Psikanalitik perspektife göre, erken çocukluk döneminde bakım veren figürlerle yaşanan tutarsız, reddedici ya da travmatik ilişkiler, bireyin nesne sürekliliği geliştirmesini engellemekte ve benlik algısında parçalanmalara yol açmaktadır. (McWilliams, 2010). Nesne ilişkileri kuramına göre, bakım verenlerle kurulan tutarsız ilişkiler, bireyde süregelen bir boşluk duygusu yaratmaktadır. Masterson’a (1976) göre ise sınır durum kişilerde ayrılma- birleşme sürecinin etimolojisini şu şekilde açıklar: Yeniden yaklaşma alt dönemine gelmiş 2 yaşında bir çocuk ebeveynini yakınında görmek ister. Özerklik döneminde “kendim yapabilirim”, isteğiyle eyleme geçer ve sonra tekrar anneye döner. Sınır durum kişilerinde anne, çocuğun gitme zamanında cesaretini kırmış ve kendine bağımlı kılınmış ya da geri gelme ihtiyacında çocuğun yakınında bulunmamışlardır. Bu durum hastanın iç dünyasında iki zıt duruma neden olur: Terk edilme korkusu ve yutulma korkusu. Kişi yetişkinlik dönemine geldiğinde yakınlık ister ama bir yandan da yutulacağından korkar. Ayrılık

durumunda ise özgürlüğün rahatlığıyla beraber boşluk duygusu ve terk edilme hissi yaşar.

Otto Kernberg ve çalışma arkadaşları tarafından geliştirilen STIPO (Structured Interview of Personality Organization), kişilik yapılanmasını değerlendiren psikanalitik kurama dayalı yarı yapılandırılmış bir klinik görüşme aracıdır. (Clarkin ve ark., 2004).

Bilişsel Davranışçı Terapi (BDT), psikoterapi alanında en yaygın kullanılan yaklaşımlardan biridir. İlk başlarda depresyonun tedavi edilmesi ile başlayan BDT, zamanla, anksiyete bozukluğu, yeme bozuklukları, obsesif kompulsif bozukluk, panik bozukluk, travma sonrası stres bozukluğu, cinsel işlev bozuklukları, kişilik bozuklukları, sosyal fobi vs. gibi bozuklukların tedavisinde etkilidir. (Türkçapar ve Sargin, 2011). Aaron T. Beck ve arkadaşları tarafından 1960’larda geliştirilen bu yöntem, bilişsel terapi ve davranışçı terapi unsurlarını birleştirir. (Leahy, 2003). Depresif hastaların rüyalarının, kontrol grubundaki kişilerin rüyasına göre daha fazla düşmanlık temaları, yoksunluk ve kusurlu temaları içerdiği gözlemlenmiştir. (Türkçapar ve Sargin, 2011). Beck, depresif hastalardaki olumsuz otomatik düşüncelerin etkisini fark etmiş ve bilişsel müdahalelerle yapılandırmıştır. Bireylerin kendilerine ve çevrelerine ilişkin olumsuz otomatik düşünceler geliştirdiklerini ve bu düşüncelerin duygusal bozulmalara yol açtığını ortaya koymuştur. BDT’nin temel amacı, bireyin işlevsiz düşüncelerini fark etmesi ve yerine işlevsel düşünceler ortaya koymasıdır. Duygu, düşünce, davranış zincirinden oluşmaktadır. Leahy’ye göre, BDT sadece semptom düzeltmeye odaklı değil, bireyin düşünce sistemini yeniden yapılandırmaya yönelik bir sistemdir (Leahy, 2003).

Bilişsel Davranışçı Terapi’nin bazı temel ilkeleri vardır. Buna göre; psikolojik sorunlar hatalı düşünme biçimlerinden kaynaklanabilir, bu sorunlar öğrenilmiş ve işlevsiz davranış kalıplarına yol açar, ancak psikolojik güçlükler yaşayan bireyler bu sorunlarla daha etkili başa çıkma yollarını öğrenebilir ve böylece semptomlarında azalma görülebilir.

BDT’nin temel kavramları şunlardır: bilişsel model, şemalar, inançlar, otomatik düşünceler, bilişsel çarpıtmalar.

- Bilişsel model; olaylara ilişkin algılarımız sonucunda duygu ve davranışlarımızın oluştuğunu öne sürer.
- Şemalar, kişinin kendisi ve başkalarıyla olan ilişkilerinde çocukluk döneminde geliştirdiği işlevsiz temalardır.
- Ara inançlar, kişinin kendisi, çevresi ve dünya ile ilgili en yüzeydeki ama dile getirmediği fikirleridir. Varsayımlar ve tutumlar da bu başlık altında yer alır (örneğin, “Kimseden yardım istememeliyim.”).
- Otomatik düşünceler, yaşanan olayla ilgili zihinde kendiliğinden ortaya çıkan, en yüzeysel ve kısa

düşüncelerdir (“Yalnızım”, “Kimse benden hoşlanmıyor.” gibi).

- Bilişsel çarpıtmalar, bir durumun yanlış yorumlanmasıdır. Hatalı ve mantıksız düşünce kalıpları olup, gerçeği yanlış yorumlama eğilimindedir.

BDT’nin temel teknikleri; otomatik düşüncelerin belirlenmesi, bilişsel çarpıtmaların fark edilmesi ve değiştirilmesi, bilişsel yeniden yapılandırma, Sokratik sorgulama, düşünceleri kaydetme, rol oynama, aşamalı görevler oluşturma, atılmalık eğitimi ve gevşeme egzersizleridir. (Leahy. 2003).

Danışan F., çocukluk döneminde yaşadığı travmatik yaşantılar, sürekli nesne ilişkileri, aileden erken ayrılma ve boşluk hissi nedeniyle Nancy McWilliams’in (2010) Psikanalitik Tanı kitabında tanımlanan sınır durum kişilik yapılanması özellikleriyle uyum göstermektedir. Bu kapsamda, 26 yaşındaki kadın danışanla 9 haftalık online seans süresince Bilişsel Davranışçı Terapi teknikleri uygulanmıştır. Danışanın kimliğine dair bilgiler gizli tutulmuş, yalnızca çalışmanın amacına hizmet edecek ölçüde ve danışanın açık onayıyla sınırlı veriler paylaşılmıştır. Müdahalelerin amacı, sınır durum kişilik yapılanmasına özgü ilişki döngüleri, kimlik bütünlüğünde yaşanan güçlükler ve duygu düzenleme problemleri üzerinde çalışmaktır.

Olgu sunumu çalışmaları, genel bir farkındalık oluşturan fakat derinlemesine anlaşılmayan olgulara odaklanır. Bu tür araştırmalarda, ilgili olguyu deneyimleyen kişilerle görüşmeler yapılarak olaya ilişkin anlamlar incelenir. Bu çalışmalar genelleme yapmaktan çok, belirli bir olguyu daha iyi anlamayı amaçlar (Büyüköztürk ve ark., 2018).

Olgu

1999 yılında dünyaya gelmiştir. Üniversite mezunu, bekar bir kadındır. Ailesinden uzakta, şehirde tek başına yaşamaktadır. 28 yaşında bir ablası ve 21 yaşında bir erkek kardeşi vardır. Ortanca çocuktur. Ablası ve kardeşinin ismini aileden biri koymuşken, danışanın ismini komşusu koymuştur. İstenmeyen çocuk olarak dünyaya geldiğini ifade etmiştir. Özellikle ailesinin erkek çocuk beklentisi içinde olduğunu ve babaannesinin kendisine karşı dışlayıcı bir tutum sergilediğini ifade etmiştir.

Ailenin sosyoekonomik seviyesi düşüktür. Babası tarım işiyle uğraşmakta, annesi ise ev hanımıdır. Aile içi ilişkileri genel olarak tutarsızdır. Danışan, babasını otoriter, sevgisini belli edemeyen biri olarak tanımlarken, annesini sakin, kendi halinde, yumuşak huylu birisi olarak tanımlamıştır. Çocukluk döneminde babasından çok korkmasına rağmen en çok da onun tarafından görülmek ve onaylanmayı arzulamıştır. Zamanla babasıyla olan iletişimi daha görünür hâle gelmiştir, fakat mesafeli bir ilişki devam etmektedir. Ablasıyla ilişkisi oldukça karmaşıktır. Ablasıyla iyi anlaşamadığını, mükemmeliyetçi biri olduğunu, kendisini

sürekli eleştiren ve küçümseyen bir tutumu olduğunu anlatmaktadır. Danışana göre, ablası aile içinde en çok sevilen kişidir. Danışan ise aile içinde kendisini dışlanan bir kişi olarak gördüğünden dolayı, sevgiyi alabilmek için sürekli ablasıyla yarışmıştır. Ablasının okula giriş sınavlarından aldığı puanlardan hep daha yüksek puanlar almış, ablasının seçtiği mesleği seçmiş ve aynı bölümü okumuştur. Ev ortamında görünmez olduğunu hissettiği için başarısıyla var olmayı seçmiştir. Şu anda ablası ile aynı mesleği yapmaktadır. Ablasının kazandığı üniversiteden çok daha iyi bir üniversite kazanmış ve “ben senden daha başarılıyım” mesajı vermeye çalışmıştır. Erkek kardeşi ile olan ilişkisi ise daha yakın ve samimidir. Kardeşini çok sevdiğini ve sürekli korumak istediğini ve babasıyla ablasına karşı adeta ikili bir grup oluşturduklarını ifade etmiştir. Kardeşine karşı sınırsız bir koruyuculuk ve verme eğilimi göstermektedir. Babaannesiyse hiç anlaşılmadıklarını, kendisini hep dışladığını ve danışana sürekli sevilmediğini hissettiren bir kişi olduğunu söylemiştir. Danışanın doğum günlerinde torununa hediye almak yerine babasına hediye almıştır. Danışan, babaannesi nedeniyle en özel günlerinde bile kendini değersiz ve görünmez hissettiğini söylemektedir. Danışanın erken yaşam olaylarına bakıldığında, 5 yaşındayken gittiği bir kursta, tanıdığı 20’li yaşlardaki bir erkek tarafından cinsel tacize uğradığını ifade etmiştir. Olayı tüm ayrıntılarıyla hatırladığını ve “içindeki çocuğun her defasında ağladığını” ifade etmiştir. İlkokul döneminde de benzer şekilde iki kez daha cinsel taciz yaşadığını, bu durumları kimseye açıklamadığını, sadece günlüğüne yazdığını ifade etmiştir. Yetişkinlikte katıldığı bir “geçmiş silme” temalı seans sayesinde ilk kez çocukluk travmalarını dillendirmiş, ancak bu deneyim onun zihnindeki izleri silmemiştir. Yaşanan olayı, o yaş dönemine göre fark edemediğini ve anlamadığını söylemiştir. Yaşı ilerledikçe taciz olduğunu anlamıştır. Bu olay sonrasında süregelen bir boşluk duygusuna kapıldığını ifade etmiştir. Kendisini o yaşlarda çok cıvıl cıvıl, neşeli, hareketli bir kız olarak tanımlamıştır. Cinsel taciz olayından sonra erkek gibi olmaya başladığını, daha kapalı ve bol kıyafetler tercih ettiğini söylemiştir. Bunu savunma mekanizması olarak kullandığını ifade etmiştir. Liseyi ailesinden uzakta yatılı okuyup, üniversiteyi de başka bir şehirde tamamlayarak aile ortamından mümkün olduğunca uzak kalmıştır. Bu uzaklığı, ailesi ile ilişkilerinde bir boşluk olarak nitelendirmiştir.

Lise zamanına ilişkin olaylar arasında, babasının onu yatılı okula ilk kez bırakırken hediye olarak aldığı saati anlatmış ve bu olay danışanda oldukça büyük bir etki bırakmıştır. İlk kez orada babası tarafından değerli olduğunu hissetmiştir. Sosyal çevresinin yetersiz olduğunu ifade etmiştir. Bir tane yakın kız arkadaşı vardır. Görev yaptığı okulda sabah çalışan tek kadın öğretmendir. Bir yıldır ayrılıp barışma şeklinde sürmekte olan bir romantik ilişkisi vardır.

Danışan F., 1 yıldır bir romantik ilişki yaşamaktadır. Erkek arkadaşının onu manipüle ettiğini ve psikolojik şiddet uyguladığını düşünmektedir. Erkek arkadaşının yıllardır tuttuğu günlüğü okuması danışanı çok rahatsız etmiştir. Danışanın tüm geçmişini öğrenip onu yargılaması, hakaretler etmesi danışana kendini suçlu hissettirmiştir. Bu olay sonrası danışanda intihar etme düşünceleri oluşmuştur. Erkek arkadaşının “İntihar etmenin bir onuru vardır o bile sana yakışmıyor.” cümlesi danışana kendini değersiz hissettirmiştir. Olaydan kısa bir süre sonra erkek arkadaşının altı sayfalık mektup yazarak ayaklarına kapanması ve hiçbir şey olmamış gibi ilişkiyi başlatma isteği, danışanın ayrılma kararını vermesini zorlaştırmıştır. Bir buçuk ay ayrılık yaşamış ve sonrasında tekrar barışma kararı almıştır. Sevilme ihtiyacının tüm olumsuz durumların önüne geçtiğini ifade etmiştir. İlişkisinde saygı sınırlarını aştığını ve sağlıklı bir ilişki yaşadığının farkındadır. Ancak ayrılma kararını bir türlü alamamaktadır. Ayrıca kendini tam olarak tanımadığını, kararsız olduğunu ve duygularının sürekli değiştiğinden şikâyet etmektedir. Danışanın geçmişinde psikotropik ilaç kullanımı yoktur. Profesyonel bir tedavi geçmişi yoktur.

Bulgular

Tüm seans boyunca DSM-5’in tanı kriterlerini karşılayacak spesifik tanı bulunamamış ve kesin olarak bir tanıya oturtulamamıştır. Bu sebeple belirti ve işlevsel sorunlara odaklanılmıştır.

Psikanalitik çerçeveden bakıldığında [Nancy McWilliams’in \(2010\)](#) Psikanalitik Tanı kitabı faydalı olmuştur. Danışanın sınır durum kişilik yapılanması belirtilerini karşıladığı gözlemlenmiştir. Danışan nevrotik bir düzey kadar bütünleşmiş değil fakat psikotik bir düzey kadar da gerçeklikle bağını koparmış değildir ([McWilliams, 2010](#)). Kimlik bütünlemesindeki zayıflık, ilkel savunma mekanizmalarının yoğun kullanımı, gerçeklikle bağını kopmamış olması, duygusal dalgalanmalar, kişilerarası ilişkilerde kutuplaşmalar gibi özellikler doğrultusunda sınır durum kişilik yapılanması uygun bir tanı olarak düşünülmüştür.

Belirtilere örnek olarak şunlar verilebilir: Danışanın aile içinde yalnız ve sevilmediğini hissettiğini bilerek “Babam ve ablam bir gruptu, ben ise dışlanmıştım.” şeklindeki ifadesi; danışanın bir yandan kendini yetersiz ve sevilmez görürken, diğer yandan ablası gibi olmak için aşırı çaba göstermesi, benliğin bölünmüş yönlerini dışa vuran bir davranış örüntüsüdür. Bölme savunma mekanizmasına ek olarak ablasına karşı da hem hayranlık hem nefret uçları arasında gidip gelen duygular beslemektedir. Erkek arkadaşı ile ilişkisinde de iyi-kötü nesne temsillerini bir araya getirememektedir. Bir yandan kendisinden bir parça gibi görmekte, bir yandan da ondan ayrılmak istememektedir ([Kernberg, 1985](#)).

Tablo 1. Öykünün Teknik Özetlemesi

Erken Yaşam Deneyimi	Tutarsız aile ilişkileri, cinsel taciz travması
İşlevselliği Bozan Varsayım	Sevilmek için sınırlarımı feda etmeliyim.
Kritik Yaşam Olayı	Sağlıksız ilişkide sınır koyamama, hayatı ile ilgili net kararlar verememe.
Olumsuz Otomatik Düşünceler	Ben değersiz biriyim.
Belirtiler	Bilişsel: Karamsarlık, suçluluk Duygusal: Üzüntü, boşluk, değersizlik hissi Davranışsal: Sağlıksız ilişkiden kopamama, zaman zaman intihar düşünceleri Motivasyonel: Motivasyonda düşüş vardır. Fiziksel: Boğazda ağrı ve baskı
Sınırdurum Kişilik Yapılanması Belirtileri:	İdealizasyon ve Değersizleştirme: Ablasına bir yandan düşmanca tavır sergilemekte bir yandan da onu idealleştirip onun gibi olmaya çalışma. Aynı okulu kazanıp aynı mesleği yapması gibi.
Psikanalitik Tanı İlkel Savunmalar	Yansıtılmalı Özdeşim: Kendi içindeki sevmeye layık olmadığını düşündüğü yönlerini partnerine yansıtma Bölme: Ablasına karşı da hem hayranlık hem nefret uçları arasında gidip gelen duygular
Kimlik Bütünleşmesi	Bana ait bir şey var mı? İçimde sanki birden fazla kişi var, her yüzümü tanımak yüzüme tokat gibi çarpıyor. İçimde sürekli bir boşluk hissi var.
Duygulanımda Dalgalanmalar	Yaşanan zorlu ayrılık süreci sonrası intihar düşünceleri, dürtüsellik, karar vermede zorlanma, seans içinde ani duygu değişimleri
Yaklaşma-Uzaklaşma	Bağ kurma, ilişki içinde olma ihtiyacı öte yandan birliktelik sürdüremeyeceği, Kendisinden zıt karakterli, fikirli kişileri seçme
Terk Edilme Kaygısı	Ayrılık sonrası yoğun terk edilme korkusu ve intihar düşünceleri
Süreğen Boşluk Duygusu	Boşluk duygusu hissetme
Paranoid Düşünceler	“Sokakta geçen herkes benim hakkımda kötü düşünebilir.” Sosyal ilişkilerde çekilme.
Gerçeklik Sınaması	Gerçeklik algısı yerindedir.

İdealizasyon ve değersizleştirme savunma mekanizmasına örnek olarak ise danışan, partnerini başlangıçta mükemmel görüp hatalarını affederken, hayal kırıklığı yaşadığında partneri tamamen gözünden düşürmüş ve onu “canavar” olarak nitelemiştir. Nesne ilişkilerindeki süresiz davranışlar, danışanın sevilme ihtiyacının yeterince

karşılanmamış olduğunu açıklayabilir. Danışan, tüm seanslar boyunca “Sevilmek ve doyurulmak istiyorum, herkes beni sevsin istiyorum.”, “İçimdeki gerçek F.’yi kimse görmedi, iletişim kurmadı.” gibi ifadeler kullanmıştır.

Danışanın terk edilme korkuları yoğun olarak mevcuttur. Seans sırasında yapılan “En kötü ne olabilir?” çalışmasında danışan şu ifadeleri kullanmıştır: “Herkes benim hakkımda çok kötü konuşabilir, soğuk davranabilir, herkes kötü davranabilir, kimse samimi değildir, benden uzaklaşırlar ve herkes gider, ben yalnız kalırım. Beni sevmemelerinden çok korkuyorum.” Bu ifadeler, danışanın terk edilme ve yalnız kalma korkularının bir yansıması olabilmektedir. Ayrıca, erkek arkadaşının ayrılık kararı sonrası intihar girişimi düşüncelerinin olması da yoğun terk edilme korkusunu göstermektedir. Danışanın geçmişte yaşadığı bu boşluk, kimsesizlik ve terk edilme duyguları, erkek arkadaşının tutarsız davranış örüntüleri ve terk etme davranışları ile yeniden deneyimlemesine neden olmuştur.

Kişilerarası ilişkilerinde belirgin bir kutuplaşma gözlemlenmektedir. Danışanın partneriyle defalarca ayrılıp barışma döngüsüne girmesi sınır durum kişilik yapılanmasının tipik özelliklerini yansıtmaktadır. Bu dinamik, bir yandan yoğun terk edilme korkusu diğer yandan da tamamen bağlanma ve yutulma endişesi arasındaki çatışmadan kaynaklanmaktadır (McWilliams, 2010). Erkek arkadaşını bir yandan kendinden bir parça olarak görüp bir yandan da ondan tamamen kopmak istemektedir. Rüyasında erkek arkadaşını yılan gibi görmesi, onun danışana zarar vereceğini bilmesinden ve bu durumdan uzaklaşmak istemesinden kaynaklı olabilir.

Sınır durum bireyler, kimlik bütünleşmesinde zorluk yaşadığının bilincindedirler ve bununla yaşarlar (McWilliams, 2010). Danışanın, “İçimde benden 2-3 tane daha kimlik var, her yüzümü tanımak bana tokat gibi çarpıyor.” ifadesi de kimlik bütünleşmesinde yaşadığı zorluğu anlatmakta fakat gerçeklik algısının bozulmadığını da göstermektedir. “Uçlarda yaşıyorum, bazen ne hissettiğimi bilmiyorum, kendimi tanımak istiyorum.” ifadeleri de kimlik bütünleşmesindeki zorlanmalara örnek gösterilebilir.

McWilliams’ın gözlemlerine göre, sınır durum bireyler genellikle tedavinin ilk dönemlerinde terapistin iyi niyetli yorumlarını bir saldırı gibi algılayıp tepki gösterebilirler (McWilliams, 2010). Danışan F. ile terapötik bağ kurulmaya başlandığı düşünüldükten sonra yorumlama tekniğine başvurulmuştur. Fakat danışan bu yoruma öfkelenmiş ve seansın günü ile saatini unutmuştur. İçsel dünyasında deneyimlediği öfke duygusunu, dış dünyaya projekte etmiş olabileceği düşünülmüştür.

Beck’in Bilişsel Davranışçı Kuramı’nda bireyin kendi yaşamını ve çevresini anlamlandırması çok önemlidir. Olaylara yüklediği anlamlar, duygu ve davranışları üzerinde

etkili bir faktördür. Borderline bireylerde en temel 3 algı vardır: “Ben güçsüzüm ve zarar görebilirim.”, “Dünya tehlikeli ve zararlı bir yer.”, “Doğduğumdan beri kabul edilmeyen biriyim.” (Beck, 1995; Beck ve Freeman, 1990). Danışan F. vakasında da danışanın dış dünyaya karşı kendisini sürekli koruma çabası vardır. Yaşadığı cinsel tacizden sonra erkek kimliğinin rollerine bürünme çabası, yani erkek gibi davranması ve bol kıyafetler giymesi; çevresindeki insanların onun hakkında kötü şeyler düşündüğünü düşünmesi, her hareketini izlediklerini sanması gibi. Ayrıca danışan, ailede kendini kabul edilmeyen ve istenmeyen bir kişi olarak görmektedir.

Tablo 2. Düşünce Kaydı Tutulması

Olay	Duygu	Düşünce	Davranış
Seans 4: Erkek arkadaşıyla yolda yürürken eski sevgilimin arkadaşları gördü.	Suçlu ve utanç hissettim.	Benim hakkımda kötü şeyler düşüneceğini düşündüm.	Hemen erkek arkadaşımın elini bıraktım.
Seans 8: Erkek arkadaşıyla okul etkinliğinde tartıştık. Bana herkesin içinde sesini yükseltti.	Değersiz hissettim.	Bana saygısızlık yaptığını düşündüm.	Ayrıldım.

Danışan için erkek kardeşi hem bir “sevgi nesnesi” hem de kendisinin kurtarıcısı gibidir. Kardeşini her koşulda koruma ve ona sınırsızca verme eğilimi, kendi görülmemiş ve sevilmemiş çocukluk hâlini kardeşi üzerinden iyileştirme çabası olarak yorumlanabilir. Bu ilişkinin bağımlı niteliği, son dönemlerde daha sağlıklı sınırlara taşınmıştır. Özetle bu inançlara bağlı otomatik düşüncelerin fark edilmesi, sorgulanması ve işlevli olanlarla yer değiştirilmesi seansların genel hedefleri arasındadır.

Tablo 3. Olumsuz Otomatik Düşünceler ve Bilişsel Çarpıtmalar Listesi

Zihin Okuma	Benim hakkımda çok kötü düşündüler.
Felaketleştirme	Herkes gidecek ben yalnız kalacağım.
Aşırı Genelleme	Beni babam bile sevmediyse kimse sevmez.
Siyah Beyaz Düşünme	Başarılı olmazsam görülmem. O zaman değerim de yok.
Etiketleme	Ben dışlanan çocuktum.

Oturum 1-2

İlk oturumlarda, terapötik ilişki kurma sürecine odaklanılmıştır. Danışanla güvene dayalı bir bağ geliştirilmesi hedeflenmiş, seansların işleyişi, sıklığı, gönüllülük, süre, gizlilik ilkesi ve Bilişsel Davranışçı Terapi (BDT) ekolüne ilişkin temel psiko-eğitim verilmiştir. İlk oturum 55 dakika sürmüştür. Danışan bilgi formu doldurmuş ve zaman çizelgesi ile önemli yaşam olayları sıralanarak danışanın hayatındaki dönüm noktaları

değerlendirilmiştir. Bu uygulama, danışanın özgeçmişine dair içgörüsünü artırmak amacıyla kullanılmıştır. Terapiden beklentileri ve hedefleri açık biçimde belirlenmiş, danışan “kendini daha yakından tanımak”, “kararlı bir birey olmak” ve “ilişkisini sonlandırma gücünü kazanmak” gibi hedefler dile getirmiştir. Şikâyet düzeyini değerlendirmek için derecelendirme tekniği uygulanmış, danışan mevcut durumunu 10 üzerinden 6 olarak ifade etmiştir.

Duygu farkındalığını artırmak ve terapötik sürece aktif katılımı desteklemek amacıyla ev ödevi olarak hafta boyunca hissettiği duyguları not etmesi istenmiştir.

Oturum 3-4

Bu oturumlarda danışanın bilişsel süreçleriyle duygusal ve davranışsal tepkileri arasındaki ilişkiyi anlamasına yardımcı olmak hedeflenmiştir. Bu amaçla, düşünce-duygu-davranış analizi temelinde yapılandırılmış olan düşünce kayıt formu danışana tanıtılmış ve formun nasıl kullanılacağına dair detaylı bir psiko-eğitim verilmiştir. Danışanın gündelik yaşamında karşılaştığı olaylara dair örneklerle formu doldurması istenmiş; bu sayede otomatik düşüncelerinin tetiklediği duygular ve davranışlarla nasıl ilişkili olduğunu fark etmesi amaçlanmıştır. Seans sürecinde sık karşılaşılan bilişsel çarpıtmalar (zihin okuma, kişiselleştirme, aşırı genelleme, etiketleme ve siyah-beyaz düşünme) danışanla birlikte tanımlanmış ve her biri kendi yaşamından örneklerle birlikte ele alınmıştır. Örneğin, danışanın “Onlar kesin benim hakkımda kötü düşünüyorlardır.” düşüncesi zihin okuma, “Hep böyleyim, hiç değişmeyeceğim.” inancı ise aşırı genelleme çarpıtması olarak ele alınmış ve çalışılmıştır.

- Sokratik sorgulama: Danışanın otomatik düşüncelerine eleştirel bir gözle bakması sağlanmış; örneğin “Bu düşüncenin kanıtı nedir?”, “Alternatif bir açıklama olabilir mi?” gibi sorularla bilişsel esneklik kazandırılmaya çalışılmıştır.
- Çifte standart tekniği: Danışanın kendisine karşı tutumunu, sevdiği bir arkadaş hakkında düşünüp düşünmeyeceği sorgulanmış; böylece daha şefkatli bir iç konuşma geliştirmesi desteklenmiştir.
- Kanıt lehine/aleyhine listesi: Otomatik düşüncelerin doğruluğunu değerlendirmek için “Ben değersizim.” gibi temel inançlara karşı kanıt toplanmış ve alternatif düşünceler geliştirilmiştir.
- Yarar-zarar analizi: Danışanın sahip olduğu düşünce biçiminin işlevselliği sorgulanmış; bu düşünceyi sürdürmenin ne işe yaradığı analiz edilmiştir.
- Duygu derecelendirme ve izleme: Düşünce kayıtları üzerinden duyguların şiddeti, seans öncesi ve sonrası karşılaştırılarak duygu düzenleme becerilerinin gelişimi gözlemlenmiştir.

Oturum 5-6

Danışanın gündem getirdiği konular çerçevesinde yeniden çerçeveleme tekniği uygulanmış; yaşantılara alternatif

yorumlar geliştirmesi teşvik edilmiştir. Danışanın kaynaklarını daha iyi tanımak amacıyla denge modeli çalışılmış; yaşam enerjisini büyük oranda bedensel (%50), ilişkisel (%30) ve başarı/fantezi alanına (%10) yönlendirdiği görülmüştür. Bu dağılım, danışanın ilişkisel temalarda duygusal yük taşıdığı ve bedensel semptomlara duyarlılık geliştirdiği gözlemlenmiştir. Duygusal regülasyonu desteklemek amacıyla nefes egzersizleri ve gevşeme çalışmaları öğretilmiştir. Ayrıca, danışanın erken dönem yaşantıları ile bugünkü ilişki örüntüleri arasındaki bağlantıyı kurabilmesini desteklemek amacıyla “İçimdeki Çocuk” çalışması uygulanmıştır.

Bu çalışma, danışanın çocukluk dönemine dönerek o dönemde yaşadığı duygusal ihtiyaçları, incinmeleri ve eksik kalan taraflarıyla sembolik olarak yeniden temas kurmasını hedeflemektedir. Egzersiz sırasında danışandan gözlerini kapatması ve kendini güvenli bir mekânda hayal etmesi istenmiştir. Hissettiği iyi duygu ve düşüncelere odaklanması beklenmiştir. Daha sonra, bu hayali silmesi ve kendini üzücü bir durumda, ebeveynlerinden biriyle birlikte bir çocuk olarak hayal etmesi istenmiştir. Detaylara dikkat etmesi söylenmiştir. Ebeveyniyle bir diyalog hâlinde olması, ebeveynin nasıl değişmesini ve farklı olmasını istediğini düşünmesi ve bunu çocuk hâliyle ifade etmesi istenmiştir. Hissettiği duygulara odaklanarak, kendini yetişkin hâlinde benzer hissettiği bir duruma yönlendirmesi sağlanmıştır. Hayalindeki kişiye de aynı şeyleri söylemesi istenmiştir. Son olarak, bu hayal silinmiş ve danışan tekrar güvenli ortama getirilmiştir.

Danışan bu süreçte, özellikle babaannesiyle olan ilişkisine dair yoğun duygular yaşadığını belirtmiş; babaannesinin kendisini küçümsediğini, hiç sevmediğini ve “masrafmış gibi baktığını” ifade etmiştir. Bu dönemde danışanın içgörüsü artmış ve geçmişe dair anlamlandırma kapasitesi gelişmiştir. Bu çalışmayla birlikte, danışanda yoğun şekilde ortaya çıkan “Ben sevmeye layık biri değilim” temel inancı terapide çekirdek inanç olarak ele alınmış ve ilerleyen oturumlarda bu inancın yeniden yapılandırılması hedeflenmiştir.

Oturum 7-8

Bu oturumlarda, olumsuz otomatik düşüncelerin dönüştürülmesi üzerinde çalışılmıştır. Danışanın sevilen biri olduğuna dair, gerçek yaşamdan somut kanıtlar içeren bir kanıt listesi hazırlanmıştır. Rol oynama ve yeniden yapılandırma teknikleri ile alternatif düşünce ve davranış geliştirme egzersizleri yapılmıştır. Danışanın, ilişkisinde son yaşadığı olay ayrıntılı şekilde ele alınmış; rol oynama tekniği ile kendini ifade etme ve empati becerisini geliştirmek amaçlanmıştır. Danışanın özellikle romantik ilişkilerindeki kendilik temsili ve baş etme becerileri üzerine çalışılmış; kendi sorumluluklarını fark etmesi ve daha sağlıklı sınırlar oluşturabilmesi desteklenmiştir. Ev ödevi

olarak, danışandan kendisine ve geçmişteki hâline yönelik bir mektup yazması istenmiştir. Bu uygulama hem içsel farkındalığı artırmak hem de duygu boşaltımı sağlamak amacıyla kullanılmıştır.

Oturum 9

Süreç değerlendirme oturumu olarak yapılandırılan bu seansta, danışan terapiye gözle görülür bir duygusal yoğunlukla gelmiş, erkek arkadaşıyla yaşadığı tartışmanın ardından ayrılık kararı aldığını ifade etmiştir. Bu karar, terapi süreci boyunca çalışılan sınır koyma becerisi, özdeğer kazanımı ve benlik algısının güçlenmesi açısından önemli bir adım olarak değerlendirilmiştir. Danışan, başlangıçta belirlediği hedeflere büyük ölçüde ulaştığını ifade etmiştir. Ayrıca, danışanın benzer ilişki döngülerine yeniden girmemesi adına yeni baş etme stratejileri tartışılmış ve bu stratejiler pekiştirilmiştir. Duygusal regülasyon, öz farkındalık, ilişkisel sınır çizme ve çekirdek inançların yeniden yapılandırılması alanlarında belirgin ilerlemeler gözlemlenmiştir. Seans sonunda, danışana kontrol görüşmeleri yapılabileceği bilgisi verilmiş; seans sürecine dair ortak bir kazanım değerlendirmesi yapılmıştır.

Tartışma

Malafanti ve arkadaşlarının (2024) çalışması, çocukluk travmalarının sınır kişilik yapılanmasına sahip kişilerin gelişimindeki rolünü vurgulamaktadır. Araştırma, erken dönemde yaşanan travmaların kimlik bozuklukları, boşluk hissi ve ilkel savunmalar gibi sınır kişilik özelliklerine yol açtığını göstermektedir. Bu bulgular, danışanın geçmişindeki cinsel istismar, duygusal ihmal ve aile içindeki kaosu sınır kişilik yapılanmasının gelişimine katkıda bulunduğunu doğrulamaktadır. Ayrıca, travma odaklı terapilerin (örneğin, şema terapisi veya travma odaklı BDT) danışanın terapi sürecinde önemli bir rol oynayacağı ve çocukluk travmalarının bu terapilerle ele alınmasının gerekliliğini ortaya koymaktadır.

Jeong ve arkadaşlarının (2022) araştırması, sınır durum kişilik yapılanmasına sahip bireylerin favori kişilere karşı geliştirdiği yoğun bağımlılığı ve terk edilme korkusunu vurgulamaktadır. Danışanın partnerine yönelik aşırı bağıllığı, idealizasyonu ve ayrılık tehdidi karşısında panikle intihar düşüncelerine yönelmesi bu yapıyla örtüşmektedir. Çalışma, terapide sınır koyma ve duygusal bağımsızlık becerilerinin önemini açıkça ortaya koymaktadır.

Akyüz'ün (2018) nesne ilişkileri kuramı çerçevesinde sınır kişilik örüntüsünü incelediği çalışmada her iki vakada da ilkel savunma mekanizmalarından bölme, idealizasyon ve değersizleştirme mekanizmalarının oldukça sık kullanıldığı görülmüştür. Terapist, bu olgu çalışmasında da olduğu gibi, duyguları tanıma ve regüle etme üzerine çalışmıştır.

Davidson ve arkadaşlarının (2006) BOSOT çalışması, Bilişsel Davranışçı Terapi'nin (BDT) borderline kişilik bozukluğu olan bireylerde intihar ve kendine zarar verme

davranışları, duygusal sıkıntı düzeyi ve işlevsiz bilişler üzerinde klinik olarak anlamlı ve sürdürülebilir iyileşmeler sağladığını göstermektedir. Bu vaka da benzer şekilde, BDT'nin yapılandırılmış teknikleri sayesinde danışanın hem kendilik farkındalığı artmış hem de işlevsiz ilişki döngülerinden uzaklaşarak daha sağlıklı başa çıkma yolları geliştirmesi sağlanmıştır. Ayrıca, terapi süreci sonunda danışanın geçmişte yaşadığı intihar girişiminin tekrarlamadığı gözlemlenmiş, bu da BDT'nin borderline kişilik bozukluğunda hem bilişsel hem duygusal hem de davranışsal düzeyde etkili bir müdahale olduğunu desteklemektedir.

Danışanın yaşadığı yoğun utanç ve dönemsel kendine zarar verme fikri, borderline kişilik bozukluğunun klinik seyrinde sık rastlanan bir özelliktir. Nitekim, borderline hastaların %75 gibi yüksek bir oranının yaşamlarının bir döneminde intihar girişiminde bulunduğu literatürde belirtilmektedir (Rameckers ve ark., 2021).

Masterson yaklaşımına göre, erken dönemde yaşanan ihmal ve istismarlar, bireyin ayrışma-bireyleşme sürecini sekteye uğratarak benlik gelişimini zedeler. Bu durum, yoğun terk edilme kaygısı ve bölme gibi ilkel savunmaların yerleşmesine neden olur. Danışanın çocukluk travmaları, sevilme ihtiyacına duyduğu aşırı bağıllık ve ilişkilerinde yaşadığı kutuplaşmalar, Masterson'ın tanımladığı "terk edilme depresyonu" ile örtüşmektedir. Özellikle duygusal dalgalanmaları ve kimlik dağınıklığı, bu kuramsal bakışla uyumlu şekilde sınır kişilik yapılanmasının temel göstergelerini yansıtmaktadır (Açııcı, 2025).

BDT, sınır kişilik yapılanmasında diyalektik davranışçı yaklaşıma kıyasla daha az sıklıkla uygulansa da özellikle semptom düzeyindeki işlevsiz düşünce ve davranış örüntülerine odaklanarak duygusal regülasyonda anlamlı iyileşmeler sağlayabilmektedir. (Bozdağ ve Yalçinkaya-Alkar, 2018) Bu vakada da danışanın ilişkilerinde daha işlevsel stratejiler geliştirmiştir. Değersizim şeması yerine uyumlu alternatif inançlar benimsemiştir.

McWilliams'a (2010) göre, sınır kişilik yapılanması gösteren bireylerde sıkça görülen bölme savunması, kişinin hem yaşantılarını hem de ilişkide olduğu insanları bütüncül bir bakış açısıyla algılamasını ve değerlendirmesini engeller. Bu durum, gözlemleyen ego işlevlerinde zayıflığa neden olur. Danışanın hem kendisini hem de çevresindeki insanları değerlendirmede katı ve uç noktalarda tepkiler vermesine yol açmaktadır. Danışan F., terapi sürecinde ona sunulan yorumlara karşılık sıkça "O kadar da kötü biri değilim. Bu kadar aciz değilim." şeklinde ifadeler kullanmıştır. Bu durum, danışanın içsel dünyasında iyi ve kötü yanlarını bir arada tutma konusunda zorlandığını ve mutlak iyi bir kişi olmak için yoğun bir çaba gösterdiğini göstermektedir. Gözlemler sonucu, altında yatan temel

korkunun “kötü biri olarak görülürsem sevilmem” olabileceği düşünülmektedir.

Sınır durum kişilik yapılanmasındaki bireylerin, zaman zaman duygu durumlarındaki dalgalanmalar nedeniyle olumsuz otomatik düşüncelere yönelme eğilimlerinin fazla olması ve bu durumun değiştirilmesi için BDT’nin baş etme stratejileri, ev ödevleri ve uyumlu, işlevsel düşüncelerle çalışılması işlevselliği artırabilir (Beck, 1995).

Diyalektik Davranışçı Terapi sınır durum bireylerde intihar düşüncelerini ve kendine zarar verme davranışlarını azaltmada önemli bir rol oynar. (Linehan, 1993). Sınır durum kişilik yapılanması için Diyalektik Davranışçı Terapi ile daha derinlemesine çalışılsa da BDT’nin yapılandırılmış yaklaşımı da önemli bir etkidir.

Ertürk ve Arıkan (2022), sınır kişilik yapılanmasına sahip bireylerin romantik ilişkilerde manipülasyon ve duygusal şiddet gibi örüntüler sergileyebileceğini belirtmiştir. Danışanın ilişkisel tutarsızlıkları, idealize etme ve değersizleştirme döngüsü bu bulgularla örtüşmektedir. Özellikle terk edilme korkusu ve güven şemalarının etkisiyle ilişkide sağlıklı tepkiler verdiği gözlenmektedir.

Öztürkler-As ve arkadaşları (2023) tarafından yapılan bir olgu sunumunda BDT, sınır durum kişilik yapılanmasında işlevsel davranış değişiklikleri başlatsa da kalıcı iyileşme için bilinçdışı çatışmaları hedefleyen dinamik tekniklerle bütünleştirilmesi fikrini ortaya koymaktadır. Danışan F., vakasında ise tanı psikanalitik süreçlerle açıklanmış fakat davranış değişikliği için bilişsel davranışçı terapi kullanılmıştır. Kalıcı iyileşme için bütüncül bir yaklaşımın kullanılması etkili olabilmektedir.

Son olarak, bu vakada, sınır durum kişilik yapılanması özellikleri gösteren danışanın içsel çatışmaları, duygulanımda dengesizlikleri, kimlik bütünlüğündeki zorlukları ve ilkel savunma mekanizmaları psikanalitik bakış açısıyla değerlendirilmiştir. Kernberg (1985) ve McWilliams (2010) gibi kuramcılarının tanımlamaları, danışanın kişilik yapılanmasını kavramada yol gösterici olmuştur. Terapi sürecinde, psikanalitik formülasyon danışanın temel yapısının anlaşılmasına katkı sağlarken; işlevselliğini artırmaya yönelik müdahalelerde Bilişsel Davranışçı Terapi (BDT) tekniklerinden yararlanılmıştır. Bu bağlamda, danışanın otomatik düşüncelerinin belirlenmesi, işlevsel olmayan temel inançlarının yeniden yapılandırılması ve daha gerçekçi, işlevsel düşünce örüntülerinin geliştirilmesi hedeflenmiştir.

Danışanın yoğun terk edilme kaygısı, kimlik bütünleşmesinde zorlanma, ani duygusal tepkiler, süregelen boşluk hissi ve ilkel savunmalar gibi belirtileri, sınır durum kişilik yapılanmasıyla yüksek düzeyde örtüşmektedir. Terapötik müdahaleler sonucunda, danışanın duygusal farkındalığında artış gözlemlenmiş; olumsuz düşünce içerikleri yerini daha işlevsel ve gerçekçi düşüncelere

bırakmıştır. Aynı zamanda, duygu düzenleme becerilerinde belirgin bir ilerleme sağlanmış; danışanın kendilik değerine ilişkin algısı daha dengeli bir yapıya kavuşmuştur. Terapötik hedeflerden biri olan romantik ilişkisini sonlandırma ve sağlıklı sınırlar koyma konusunda danışan sürecin sonunda eyleme geçmiştir. Terapide belirlenen hedeflere büyük ölçüde ulaşıldığı göz önünde bulundurularak seanslara son verilmiş; danışanla birlikte ilerleyen dönemlerde kontrol görüşmeleri yapılması planlanmıştır.

Literatürde, sınır durum kişilik yapılanmasına sahip bireylerle psikanalitik yönelimli terapilerin daha yaygın kullanıldığı; BDT tekniklerinin yer aldığı vaka sunumlarının ise sınırlı olduğu görülmektedir. Bu bağlamda sunulan olgu hem psikanalitik tanı çerçevesinin hem de BDT tekniklerinin birlikte kullanıldığı hibrit bir yaklaşımı temsil etmesi açısından önem taşımaktadır. Gelecekte yapılacak çalışmalarda, DSM-5 tanı ölçütlerini tam olarak karşılamayan ancak klinik olarak belirgin sınır yapılanma örüntüsü sergileyen vakaların psikanalitik bakış açısıyla değerlendirilmesi ve farklı terapi ekollerinin karşılaştırmalı biçimde uygulanması, literatüre anlamlı katkılar sağlayabilir.

Yazar Katkıları: C.S.N. çalışmanın tasarlanması, literatür taraması, deneysel programın oluşturulması ve uygulanması, verilerin toplanması, analizi ve yorumlanması, makalenin yazılması. K.M. çalışmanın tasarlanması, yayınlanacak son haline onay verilmesi, makalenin eleştirel revizyonu.

Çıkar Çatışması: Yazarlar arasında herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Finansal Destek: Yazarlar bu yazı için herhangi finansal destek almamıştır.

Kaynaklar

- Açııcı, F. (2025). Borderline kişilik bozukluğu ve Masterson yaklaşımı bakış açısına göre değerlendirme. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 17(1), 45-58.
- Akyüz, C. (2018). Nesne ilişkileri kuramı çerçevesinden sınır (borderline) kişilik örüntüsüne bakış: Vaka örneği ile temel savunma mekanizmalarının yorumlanması. *AYNA Klinik Psikoloji Dergisi*, 5(3), 1-20.
- Amerikan Psikiyatri Birliği. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). American Psychiatric Publishing.
- Beck, A. T. ve Freeman, A. (1990). *Cognitive therapy of personality disorders*. The Guilford Press.
- Beck, J. S. (1995). *Cognitive Therapy: Basics and beyond*. The Guilford Press.
- Bozdağ, Y. ve Yalçınkaya-Alkar, Ö. (2018). Sınır (borderline) kişilik bozukluğu: Bir vaka çalışması. *AYNA Klinik Psikoloji Dergisi*, 5(2), 43-58.
- Büyükoztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2018). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (25. Baskı). Pegem Akademi Yayıncılık.

- Clarkin, J. F., Caligor, E., Stern, B. ve Kernberg, O. F. (2004). *Structured interview of personality organization (STIPO)*. Personality Disorders Institute, Weill Medical College of Cornell University.
- Davidson, K., Norrie, J., Tyrer, P., Gumley, A., Tata, P., ... Macaulay, F. (2006). The effectiveness of cognitive behavior therapy for borderline personality disorder: Results from the borderline personality disorder study of cognitive therapy (BOSCOT) trial. *Journal of Personality Disorders*, 20(5), 450-465.
- Ertürk, Y. ve Arıkan, S. (2022). Romantik ilişkilerde ilişki istikrarı: Sınır kişilik örgütlenmesinde erken dönem uyumsuz şemalar, ilişkilerde manipülasyon ve flört şiddeti bağlamında incelenmesi. *International Journal Of Social And Humanities Sciences Research (JSHSR)*, 9(87), 1776-1791.
- Jeong, J., Jin, M. ve Hyun, M. H. (2022). Emotional dependency on favorite person and rejection sensitivity in individuals with borderline personality disorder. *Journal of Personality Disorders*, 36(2), 123-140.
- Kernberg, O. F. (1985). *Borderline conditions and pathological narcissism*. Rowman & Littlefield.
- Leahy, R. L. (2003). *Bilişsel terapi ve uygulamaları* (H. Türkçapar, Çev.). Litera Yayıncılık.
- Linehan, M. M. (1993). *Cognitive-behavioral treatment of borderline personality disorder*. Guilford Press.
- Malafanti, A., Yotsidi, V., Sideridis, G., Giannouli, E., Galanaki, E. P. ve Malogiannis, I. (2024). The impact of childhood trauma on borderline personality organization in a community sample of Greek emerging adults. *Acta Psychologica*, 244, 104181.
- Masterson, J. F. (1976). *Psychotherapy of the borderline adult: A developmental approach*. Brunner/Mazel.
- McWilliams, N. (2010). *Psikanalitik tanı: Klinik süreç içinde kişilik yapısını anlamak* (S. Akış, Çev.). Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Öztürkler-As, M., Karaaziz, M. ve Badayigit, A. (2023). Sınırdaki (borderline) kişilik bozukluğu: Olgu sunumu. *MAS Journal of Applied Sciences*, 8(3), 545-552, 2023.
- Rameckers, S. A., Verhoef, R. E. J., Grasman, R. P. P., Cox, W. R., van Emmerik, A. A. P., ... Arntz, A. (2021). Effectiveness of psychological treatments for borderline personality disorder: A multivariate multilevel meta-analysis. *Journal of Clinical Medicine*, 10(23), 5622.
- Türkçapar, M. H. ve Sargın, A. E. (2012). Bilişsel davranışçı psikoterapiler: Tarihçe ve gelişim. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 1(1), 7-14.