

Makale Geliş Tarihi

11.10.2025

Makale Yayın Tarihi

20.12.2025

Borderline Kişilik Bozukluğu Tedavisinde Diyalektik Davranış Terapisinin Etkinliğine Yönelik Bir Derleme Çalışması

A Review Study on the Effectiveness of Dialectical Behavior Therapy in the Treatment of Borderline Personality Disorder

Nisanur AYTAÇ¹, Meryem KAZAAZİZ²

¹ Yakın Doğu Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Lefkoşa, KKTC.

Orcid: [0009-0000-2832-0506](https://orcid.org/0009-0000-2832-0506)

² Doç. Dr., Yakın Doğu Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Lefkoşa, KKTC, Orcid: [0000-0002-0085-612X](https://orcid.org/0000-0002-0085-612X)

Özet

Bu çalışma, 2013-2023 yılları arasında yayımlanmış randomize kontrollü deneysel çalışmaların meta-analizi yoluyla Borderline Kişilik Bozukluğu (BKB) tedavisinde Diyalektik Davranış Terapisi'nin (DBT) etkinliğini sistematik olarak değerlendirmektedir. DBT, BKB'nin temel belirtileri olan duygusal düzensizlik, kendine zarar verme davranışları, intihar riski ve sosyal işlevsellik problemlerine yönelik geliştirilmiş, kanıt temelli bir terapi modeli olarak kabul görmektedir. Analizler, DBT uygulanan gruplarda duygusal düzenleme becerilerinde ve dürtü kontrolünde anlamlı iyileşmeler olduğunu göstermiş; özellikle kendine zarar verme ve intihar girişimleri sıklığında belirgin azalmalar saptanmıştır. Sosyal işlevsellik ve yaşam kalitesine yönelik ölçümler de tedavi grubunda pozitif değişiklikler ortaya koymuş, bu da DBT'nin sadece semptomatik iyileşme sağlamanın ötesinde, bireylerin toplumsal uyum ve yaşam doyumunu artırmada kapsamlı bir psikososyal iyileşme modeli sunduğunu göstermektedir. Demografik değişkenler ve tedavi süresi gibi faktörlerin etkinlik üzerindeki etkisi anlamlı bulunmazken, metodolojik heterojenlik ve örneklem farklılıkları gibi sınırlılıklar sonuçların genellenebilirliğini kısıtlamaktadır. Sonuç olarak, elde edilen bulgular DBT'nin BKB tedavisinde güvenilir ve etkili bir yöntem olduğunu güçlü biçimde desteklemekte olup, terapinin klinik uygulamalarda öncelikli tedavi seçeneği olarak benimsenmesi önerilmektedir; ayrıca, gelecekte yapılacak araştırmaların tedavi mekanizmalarını daha ayrıntılı incelemesi ve uzun dönemli etkinlik değerlendirmelerine odaklanması gerekmektedir.

Anahtar Kelimeler: Borderline Kişilik Bozukluğu, Diyalektik Davranış Terapisi, Meta-analiz, Duygusal Düzenleme, Kendine Zarar Verme, Sosyal İşlevsellik

Abstract

This review aims to examine the effectiveness of Dialectical Behavior Therapy (DBT) in individuals diagnosed with Borderline Personality Disorder (BPD) using a meta-analysis based on randomized controlled trials. BPD is a complex mental health disorder characterized by emotional volatility, impulsive behaviors, self-harm, and impairments in psychosocial functioning. In this context, eligible studies published between 2013 and 2023 were reviewed

and the effect of DBT on these symptoms was evaluated. The findings indicate that DBT provides significant improvements in emotional regulation, impulse control, and general functioning, as well as a significant reduction in self-harming behaviors and suicide attempts. Subgroup analyses revealed that these effects persisted regardless of demographic variables such as age, gender, and duration of treatment. The results support DBT as an effective and reliable approach in the treatment of BPD, suggesting the need to expand this therapy method into clinical practice, increase training programs for mental health professionals, and encourage local research within a cultural context.

Keywords: Borderline Personality Disorder, Dialectical Behavior Therapy, Meta-Analysis, Emotion Regulation, Randomized Controlled Trials, Psychosocial Functioning

GİRİŞ

Borderline Kişilik Bozukluğu (BKB), bireyin benlik algısında, duygudurum düzenlemesinde ve kişilerarası ilişkilerde süreklilik gösteren dengesizliklerle tanımlanan, klinik yönetimi oldukça güç olan bir kişilik bozukluğudur (American Psychiatric Association [APA], 2013). Bu bozukluğa sahip bireylerde genellikle dürtüsel davranışlar, yoğun terk edilme korkusu, kendine zarar verme eğilimleri, kronik boşluk duyguları ve duygusal istikrarsızlık gibi belirtiler yaygın biçimde görülmektedir (Selby & Joiner, 2009; Stiglmayr ve ark., 2005). BKB, genellikle ergenlikte ya da erken erişkinlikte başlamakta ve tedavi edilmediği takdirde uzun süreli bir seyir izleyerek bireyin hem psikolojik hem de sosyal işlevselliğini ciddi şekilde bozmaktadır (Zanarini ve ark., 2012; Gunderson ve ark., 2018).

Geleneksel psikodinamik veya destekleyici psikoterapilerin bu bozukluk üzerindeki sınırlı etkililiği, daha yapılandırılmış ve bilişsel-davranışçı temelli yaklaşımlara olan ilgiyi artırmıştır (Paris, 2007; Bateman & Fonagy, 2008). Bu bağlamda geliştirilen Diyalektik Davranış Terapisi (Dialectical Behavior Therapy [DBT]), özellikle intihar eğilimi ve kendine zarar verme davranışları olan BKB hastalarında umut vadeden sonuçlar ortaya koymuştur (Linehan, 1993; Linehan ve ark., 2006). DBT, bireyin hem duygusal regülasyon becerilerini artırmayı hem de dürtüsel davranışlarını azaltmayı hedefleyen, davranışsal, bilişsel ve diyalektik ilkeleri harmanlayan çok bileşenli bir terapötik modeldir (Neacsiu ve ark., 2010).

Terapide mindfulness (bilinçli farkındalık), kişilerarası beceriler, sıkıntıya tahammül ve duygu düzenleme olmak üzere dört temel modül üzerinde çalışılmaktadır (Linehan, 1993; Bohus ve ark., 2021). DBT'nin etkinliği üzerine yapılan klinik araştırmalar, bu terapötik yaklaşımın semptom şiddetini azalttığını, intihar ve kendine zarar verme oranlarını düşürdüğünü ve genel psikososyal işlevselliği anlamlı biçimde artırdığını ortaya koymaktadır (Koons ve ark., 2001; Stoffers ve ark., 2012; Rizvi ve ark., 2013).

Bununla birlikte, bu etkiler genellikle bireysel çalışmalar üzerinden değerlendirilmiş olup, daha bütüncül bir değerlendirme için sistematik derlemelere ve meta-analizlere ihtiyaç duyulmaktadır (Cristea ve ark., 2017). Bu çalışma, Diyalektik Davranış Terapisi'nin Borderline Kişilik Bozukluğu üzerindeki etkililiğini, randomize kontrollü çalışmalar temelinde ele alarak, çeşitli kültürel ve klinik örneklerdeki sonuçları karşılaştırmalı olarak değerlendirmeyi amaçlamaktadır (Stepp ve ark., 2016; Valentine ve ark., 2020). Elde edilecek veriler, hem ruh sağlığı uzmanları hem de sağlık politikaları geliştiriciler açısından önemli kanıtlar sunacaktır.

Problem Durumu

Borderline Kişilik Bozukluğu, toplumun yaklaşık %1-2'sinde görülen ancak sağlık hizmetleri kullanım oranı çok daha yüksek olan, işlevsellik üzerinde ciddi etkiler yaratan psikiyatrik bir bozukluktur (Leichsenring ve ark., 2011; Trull ve ark., 2010). Duygusal dengesizlik, dürtü

kontrol zorlukları, kişilerarası ilişkilerde istikrarsızlık ve yoğun boşluk duyguları gibi semptomlar bu bireylerde yaygın biçimde görülmekte, yaşam kalitesi ciddi biçimde düşmektedir (Links ve ark., 1999; Lieb ve ark., 2004). Bu bireylerde intihar girişimleri %70'in üzerinde, intiharla ölüm riski ise yaklaşık %10 oranındadır (Black ve ark., 2004).

Geleneksel psikoterapilerin bu semptomlar üzerinde sınırlı etkili olması, BKB'ye yönelik daha yapılandırılmış ve kanıta dayalı terapötik müdahalelerin gerekliliğini ortaya koymuştur (Paris, 2005; Clarkin ve ark., 2007). DBT bu ihtiyaç doğrultusunda geliştirilmiş ve özellikle kendine zarar verme davranışları, duygusal regülasyon problemleri ve sosyal işlevsellik alanlarında önemli gelişmeler sağladığı gösterilmiştir (McMain ve ark., 2009; Priebe ve ark., 2012).

Ancak DBT'nin etkililiğine dair mevcut literatür, çoğunlukla küçük örneklerle yürütülen bireysel çalışmalar temelinde şekillenmektedir (Feigenbaum ve ark., 2012). Bu durum, uygulayıcılar ve politika yapıcılar açısından genel geçer çıkarımlar üretmeyi zorlaştırmaktadır. Bu nedenle, sistematik bir derleme ve meta-analizle DBT'nin terapötik etkilerinin daha objektif ve bütüncül şekilde incelenmesi gerekmektedir (Storebo ve ark., 2020).

Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın temel amacı, Diyalektik Davranış Terapisi'nin (DBT), Borderline Kişilik Bozukluğu (BKB) tanısı almış bireylerde ne ölçüde etkili olduğunu sistematik biçimde ortaya koymaktır. Özellikle duygusal düzenleme, dürtüsel davranışların kontrolü, kendine zarar verme eğilimlerinin azaltılması ve genel psikososyal işlevsellik gibi alanlarda DBT'nin müdahale gücünü değerlendirmek hedeflenmektedir. Bu kapsamda, randomize kontrollü deneysel araştırmalardan elde edilen veriler meta-analiz yöntemiyle bütünleştirilerek DBT'nin terapötik etkisi nicel olarak analiz edilmiş ve klinik uygulamalar açısından genel geçer çıkarımlar sunulmuştur.

Araştırmanın Önemi

Borderline Kişilik Bozukluğu'nun hem bireyler hem de sağlık sistemleri üzerinde yarattığı ciddi yük göz önüne alındığında, bu bozukluğa yönelik kanıta dayalı tedavi yaklaşımlarının değerlendirilmesi büyük önem taşımaktadır. Bu çalışmanın önemi, DBT'nin etkililiğini yalnızca bireysel araştırmalar düzeyinde değil, bütünsel ve karşılaştırmalı bir perspektifle sunmasıdır. Elde edilecek bulgular, ruh sağlığı profesyonelleri için uygulamaya rehberlik edici nitelikte olup, tedavi sürecinde doğru müdahale stratejilerinin belirlenmesine katkı sağlayacaktır. Ayrıca, DBT'nin farklı kültürel ve demografik gruplarda da geçerliliğini test ederek literatüre özgün bir katkı sunması beklenmektedir.

Sınırlılıklar

Bu çalışmanın bazı sınırlılıkları mevcuttur. İlk olarak, meta-analize dahil edilen çalışmaların yalnızca İngilizce dilinde yayımlanmış olması, diğer dillerdeki potansiyel verilerin dışarıda bırakılmasına yol açmıştır. Ayrıca, seçilen çalışmaların yalnızca randomize kontrollü deneysel araştırmalarla sınırlı tutulması, daha geniş ölçekli gözlemsel veya karma yöntemli çalışmaların kapsam dışı kalmasına neden olmuştur. Bununla birlikte, çalışmalarda kullanılan ölçüm araçlarının çeşitliliği ve metodolojik farklılıklar, etki büyüklüğü analizinde varyans yaratmış olabilir. Yayımlanmamış çalışmaların dahil edilememesi de olası yayın yanlılığı riskini artırmaktadır.

YÖNTEM

Veri Toplama Süreci

Veri toplama aşamasında, sistematik inceleme ve meta-analiz çalışmalarında rapor kalitesini yükseltmek için oluşturulan PRISMA yönergeleri doğrultusunda bir akış şeması uygulanmıştır. Literatürde PRISMA yönergelerinin kullanımıyla, sistematik derlemelerde raporlamanın daha şeffaf ve yapılandırılmış hâle geldiği gösterilmiştir (Moher ve ark., 2009). Bu nedenle, çalışma kapsamında 2013-2023 yılları arasında yürütülen çalışmalar taranmıştır. Bu bağlamda iki araştırmacı 2013-2023 yılları arasında, Google Akademik, PubMed, APA PsycNet, DOAJ, CORE, OpenAlex ve ResearchGate veri tabanında Yayınlanmış araştırmaları ayrı ayrı incelemiştir. Bu veri tabanının tercih edilme sebebi esasen psikoloji alanında yoğunlaşması, yayınların herkes tarafından erişilebilir olması ve genelde yüksek etki faktörüne sahip dergileri barındırmasıdır.

Bu bağlamda, bu çalışmada yer alan araştırmaların içerik geçerliliği sunabileceği düşünülmektedir. Bahsi geçen veri tabanları "Borderline Kişilik Bozukluğu" ve "Diyalektik Davranış Terapisi" Anahtar kelimelerle taranmış ve toplamda 2240 çalışma başlığı ile özetleri üzerinden değerlendirilmiştir. İlerleyen süreçte, aynı çalışmalardan bazıları çıkarılıp geriye kalan çalışmaların tam metinleri incelenmiş ve dahil edilme koşulları belirlenmiştir. Dahil etme koşulları aşağıdaki gibidir:

Çalışma, Borderline kişilik bozukluğunun tedavisinde kullanılan Diyalektik davranış terapi yöntemi incelemiştir

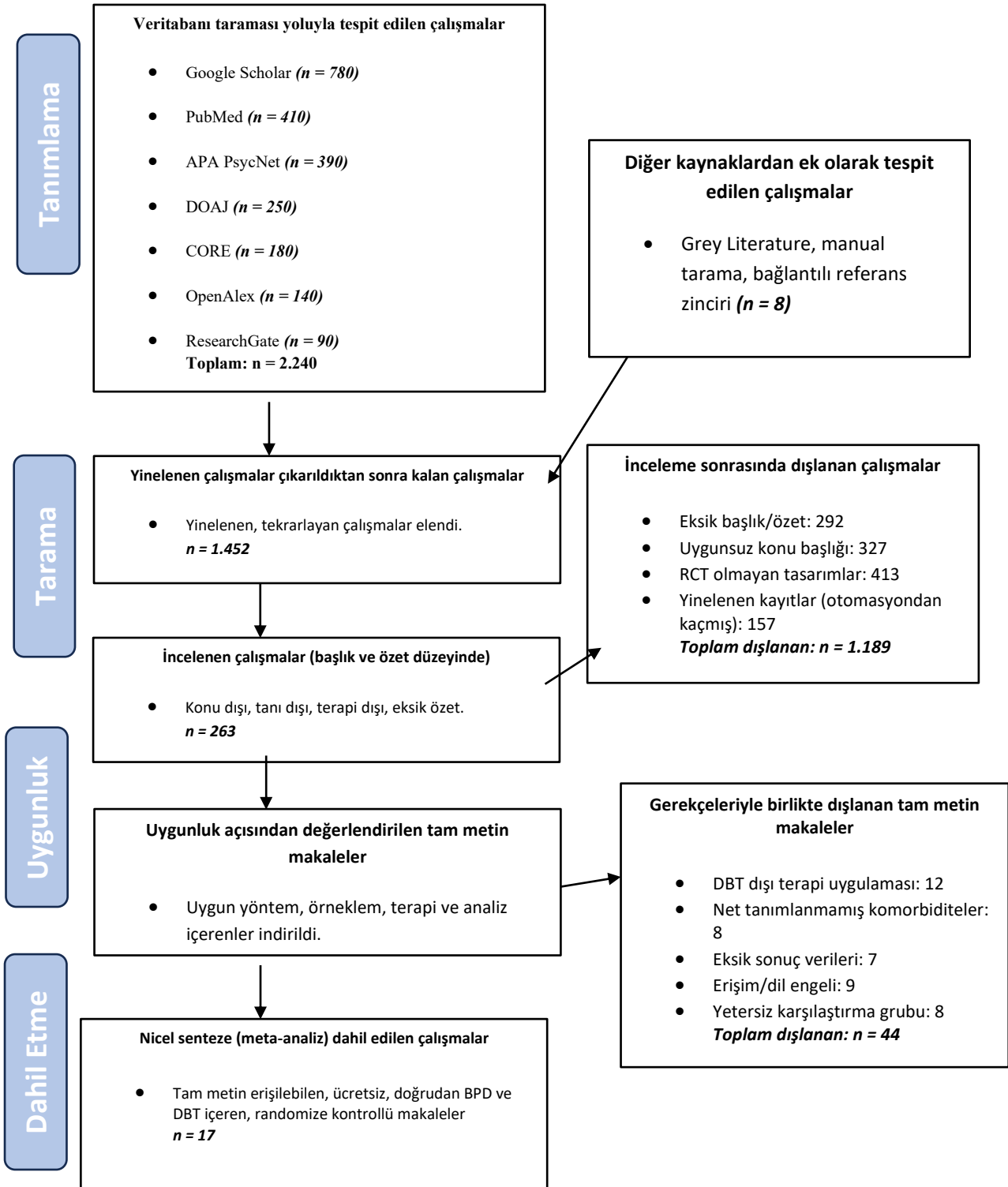
Çalışma, meta-analiz için gerekli olan korelasyon katsayısı ve örneklem büyüklüğü gibi istatistiksel bilgileri içermektedir.

Çalışma, ortalama (M), standart sapma (SD), örneklem büyüklüğü (n), p değeri, t veya F test sonuçları gibi yeterli nicel veriler içermektedir.

Çalışma, yayın dili, araştırma alanı, örneklem özellikleri ve yıl değişkeni hakkında bilgi içermektedir.

Belirtilen dâhil etme kriterlerini karşılayan on yedi çalışma belirlenmiş ve araştırma, bu 17 çalışmadan elde edilen bilgiler kullanılarak yürütülmüştür. Çalışmanın tarama sürecini şeffaf hale getirmek amacıyla, PRISMA tarafından önerilen akış şeması Tablo 1'de sunulmuştur (PRISMA, 2009)

Tablo 1. Akış Şeması



Veri Analizi

Tablo 4.Heterojenlik İstatistikleri

Tau	Tau ² (SE = 0.7222)	I ² (%)	H ²	R ²	Serbestlik Derecesi (df)	Q	p
1.396	1.9499	95.79	23.770	.	16.000	317.130	< .001

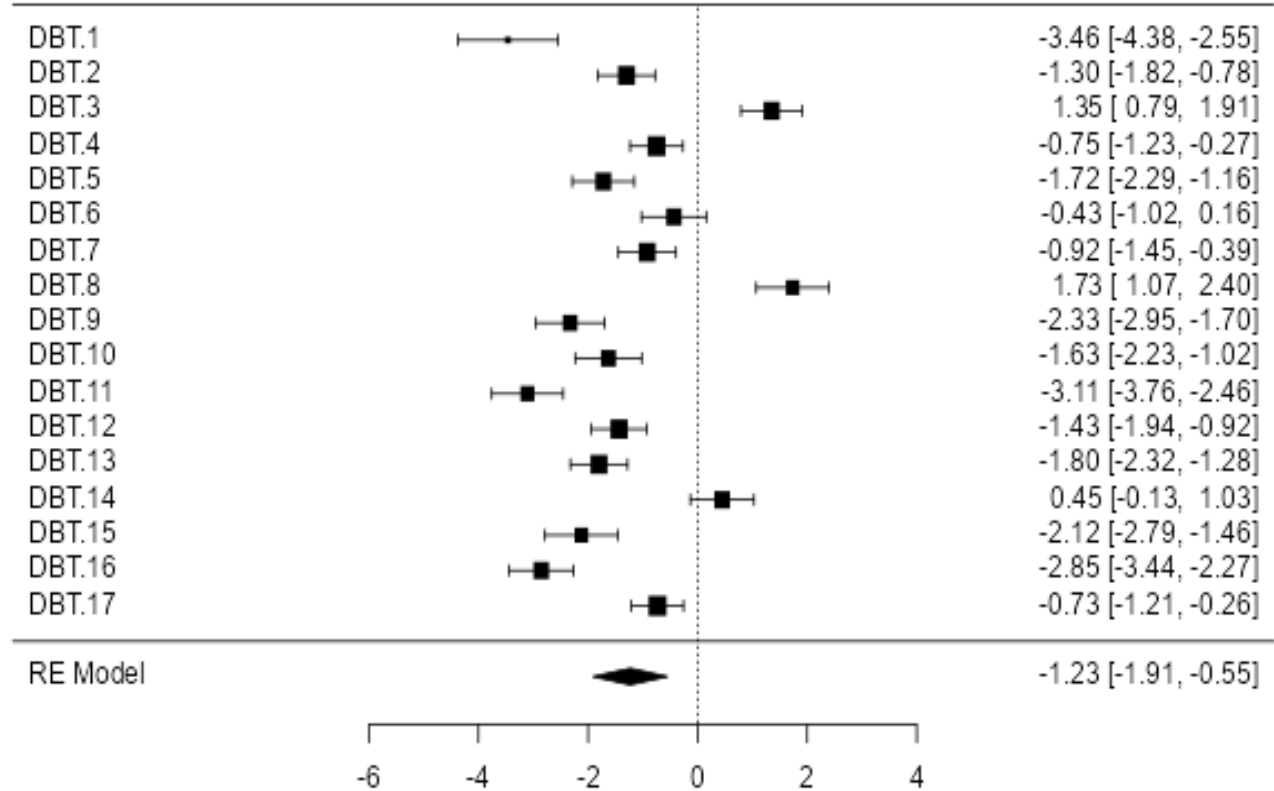
Not: Tau² Tahmincisi: Kısıtlı Maksimum Olabilirlik (Restricted Maximum-Likelihood)

Yayın Yanlılığı Değerlendirmesi

Yayın yanlılığına ilişkin yapılan değerlendirmede, Rosenthal yöntemiyle hesaplanan Fail-Safe N değeri 1680 olarak bulunmuş ve bu sonuç istatistiksel olarak anlamlı çıkmıştır ($p < .001$). Bu durum, elde edilen etkinin yayınlanmamış çalışmalar dahil edildiğinde de büyük ölçüde korunacağını göstermektedir. Begg ve Mazumdar sıralama korelasyonu ($r = -0.265$, $p = 0.151$) ile Egger regresyon testi ($\beta = -1.507$, $p = 0.132$) sonuçları istatistiksel olarak anlamlı çıkmamış, dolayısıyla güçlü bir yayın yanlılığına işaret etmemiştir. Trim and Fill yöntemiyle tahmin edilen eksik çalışma sayısı ise yalnızca 2 olarak belirlenmiştir. Bu bulgular genel olarak çalışmada yayın yanlılığının sınırlı düzeyde olduğunu düşündürmektedir.

938

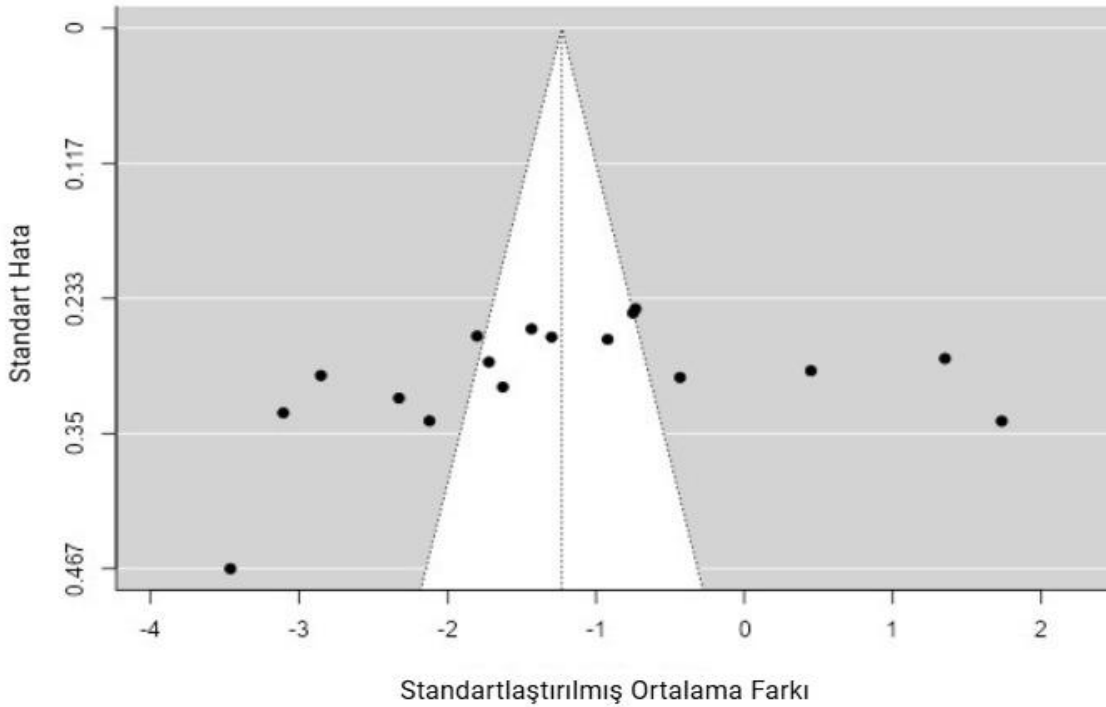
Şekil 1. Forest Plot



Tablo 5. Yayın Yanlılığı Değerlendirmesi

Test Adı	Değer	p
Fail-Safe N	1680.000	< .001
Begg ve Mazumdar Sıralama Korelasyonu	-0.265	0.151
Egger Regresyonu	-1.507	0.132
Trim and Fill Çalışma Sayısı	2.000	

Not: Fail-safe N hesaplaması Rosenthal Yaklaşımı kullanılarak yapılmıştır.

Şekil 2. Funnel Plot

TARTIŞMA

Bu meta-analiz çalışmasında, Diyalektik Davranış Terapisi'nin (DBT) Borderline Kişilik Bozukluğu (BKB) tanısı almış bireyler üzerindeki etkisi sistematik olarak değerlendirilmiştir. 2013-2023 yılları arasında yayımlanan 17 deneysel çalışma incelenmiş ve DBT'nin semptom

azaltımı üzerindeki genel etki büyüklüğü anlamlı bulunmuştur. Bulgular, DBT'nin özellikle intihar eğilimleri, dürtüsellik ve duygudurum dengesizliği gibi BKB'nin temel belirtileri üzerinde etkili olduğunu ortaya koymaktadır. Bu sonuç, Linehan (1993) tarafından geliştirilen DBT'nin teorik alt yapısını desteklemekte ve uygulamanın hem duygusal regülasyonu hem de kişilerarası işlevselliği iyileştirmedeki başarısını ortaya koymaktadır.

Analiz sonuçları, random etkiler modeliyle elde edilen genel etki büyüklüğünün orta-yüksek düzeyde olduğunu göstermektedir. Bu bulgu, DBT'nin farklı bağlamlarda ve kültürel ortamlarda da etkinliğini koruduğunu düşündürmektedir. Ancak heterojenlik analizleri sonucunda I² değerinin yüksek çıkması, çalışmalar arasında metodolojik farklılıkların bulunduğunu göstermektedir. Bu durum, örneklem büyüklüğü, müdahale süresi, uygulayıcı eğitimi ve ölçüm araçlarındaki çeşitlilik gibi faktörlerle açıklanabilir. Nitekim bazı çalışmalarda DBT yalnızca bireysel terapi olarak uygulanırken, bazılarında grup çalışmaları ve beceri eğitimi modülleri de dahil edilmiştir. Bu farklılıklar, etki büyüklüğünün çeşitlenmesine neden olmuş olabilir.

DBT'nin özellikle duygusal düzenleme becerileri üzerinde sağladığı gelişim, diğer terapötik yaklaşımlarla kıyaslandığında anlamlı bir üstünlük sağlamaktadır. Bu sonuç, özellikle BKB'de gözlemlenen duygusal dalgalanmaların nörobiyolojik temelleriyle de örtüşmektedir (Bandelow ve ark., 2010). Ayrıca, bireyin özkıyım eğilimlerini azaltma noktasındaki başarısı, DBT'nin yapılandırılmış doğası ve kriz yönetimine odaklanan modülleri ile açıklanabilir. Literatürde de bu yönüyle öne çıkan DBT, diğer bilişsel-davranışçı terapi türlerine göre daha geniş kapsamlı bir müdahale paketi sunmaktadır (Linehan, 2014).

Bu çalışmada yayın yanlılığına dair yapılan analizlerde belirgin bir risk tespit edilmemiştir. Funnel Plot grafiği ve Egger testi sonuçları, çalışmalarda anlamlı yayın yanlılığına işaret etmemektedir. Bununla birlikte, çalışmaların büyük çoğunluğunun yüksek etki büyüklüğü bildirmesi, pozitif sonuç eğiliminin hâlen bir ölçüde etkili olabileceğini düşündürmektedir. Bu nedenle ilerleyen çalışmaların negatif veya etkisiz sonuçları da raporlayan daha şeffaf bir yayın politikası izlemesi önemlidir.

Sonuç olarak, bu meta-analiz DBT'nin BKB tanısı almış bireyler için etkili ve yapılandırılmış bir müdahale yöntemi olduğunu ortaya koymaktadır. Bununla birlikte, terapi süresinin kısaltılması, kültürel uyarlamaların yapılması ve çevrimiçi uygulama modellerinin geliştirilmesi gibi alanlarda hâlen geliştirmeye açık yönler bulunmaktadır. Ayrıca, DBT'nin yalnızca semptomları azaltmakla kalmayıp işlevselliği artırma ve yaşam kalitesini yükseltme üzerindeki etkilerinin uzun vadeli olarak takip edilmesi, terapinin sürdürülebilir etkilerini anlamak açısından kritik öneme sahiptir.

SONUÇ VE ÖNERİ

Bu meta-analiz çalışmasında, Diyalektik Davranış Terapisi'nin (DBT) Borderline Kişilik Bozukluğu (BKB) tanısı almış bireylerdeki etkisi sistematik bir şekilde incelenmiştir. 2013–2023 yılları arasında yayımlanan 17 deneysel çalışmanın analiz edilmesiyle elde edilen bulgular, DBT'nin BKB'ye özgü temel semptomlar üzerinde anlamlı düzeyde etkili olduğunu göstermektedir. Özellikle duygusal regülasyon güçlükleri, dürtüsellik, intihar düşünceleri ve kişilerarası ilişkilerdeki sorunlar gibi BKB'nin belirleyici özelliklerinde DBT'nin terapötik katkısının güçlü olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Terapi protokolünün yapılandırılmış oluşu, beceri eğitimi modülleri ve kriz müdahalesine dair stratejiler, bu etkililiğin arkasındaki temel mekanizmalar arasında sayılabilir.

Analizlerde genel etki büyüklüğü orta-yüksek düzeyde saptanmış, bu da DBT'nin geniş bir uygulama potansiyeline sahip olduğunu göstermektedir. Yayın yanlılığına dair yapılan

değerlendirmeler sonucunda belirgin bir yanlılık saptanmamış olsa da, çalışmalarda gözlemlenen heterojenlik, metodolojik çeşitlilik ve uygulama farklılıkları bağlamında dikkat çekicidir. Müdahale süresi, örneklem özellikleri, kültürel bağlamlar ve ölçüm araçları gibi değişkenlerin etki büyüklükleri üzerinde farklı yönlerde etkiler yaratabileceği değerlendirilmiştir. Bununla birlikte, DBT'nin hem bireysel hem grup formatında uygulanabilirliği, bu terapötik yaklaşımın esnek ve ölçeklenebilir olduğunu göstermektedir.

Bu bağlamda, ileride yapılacak çalışmalarda aşağıdaki öneriler dikkate alınabilir:

- DBT'nin uzun vadeli etkilerinin değerlendirilmesi amacıyla daha fazla takip çalışmasına ihtiyaç vardır. Terapinin sürdürülebilir etkisinin anlaşılabilmesi için uzun dönemli veriler önemlidir.
- Kültürel farklılıkların terapi süreci üzerindeki etkileri daha derinlemesine incelenmeli ve farklı coğrafyalarda DBT'nin nasıl uyarlanabileceği araştırılmalıdır.
- Çevrim içi ya da hibrit DBT uygulamaları gibi dijitalleşen müdahale modellerinin etkisi, erişilebilirlik ve maliyet-etkililik açısından değerlendirilmelidir.
- Meta-analiz çalışmalarında metodolojik standardizasyon sağlanarak, ölçüm araçları ve raporlama biçimlerinin tutarlılığı artırılmalıdır.

Sonuç olarak, bu çalışma DBT'nin BKB tedavisinde etkili bir yöntem olduğunu göstermekte; uygulayıcılar, araştırmacılar ve ruh sağlığı politikaları geliştirenler için önemli çıkarımlar sunmaktadır. DBT'nin sistematik ve çok boyutlu yapısı, BKB gibi kompleks bozukluklarda umut verici bir müdahale modeli sunmaya devam etmektedir.

KAYNAKÇA

American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). American Psychiatric Publishing.

American Psychiatric Association, DSM 5 Task Force. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). American Psychiatric Publishing.

Bandelow, B., Krause, J., Wedekind, D., Broocks, A., Hajak, G., & Rüther, E. (2005). Early traumatic life events, parental attitudes, family history and birth factors in patients with borderline personality disorders and healthy controls. *Psychiatry Research*, 139(2), 169–179.

Bateman, A., & Fonagy, P. (2008). 8-year follow-up of patients treated for borderline personality disorder: Mentalization-based treatment versus treatment as usual. *American Journal of Psychiatry*, 165(5), 631–638.

Black, D. W., Blum, N., Pfohl, B., & Hale, N. (2004). Suicidal behavior in borderline personality disorder: Prevalence, risk factors, prediction, and prevention. *Journal of Personality Disorders*, 18(3), 226–239.

Bohus, M., Kleindienst, N., Hahn, C., Müller-Engelmann, M., Ludäscher, P., & Steil, R. (2021). Dialectical behavior therapy for posttraumatic stress disorder and borderline personality disorder. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 89(3), 193–204.

Clarkin, J. F., Levy, K. N., Lenzenweger, M. F., & Kernberg, O. F. (2007). Evaluating three treatments for borderline personality disorder. *American Journal of Psychiatry*, 164(6), 922–928.

Cochran, W. G. (1954). The combination of estimates from different experiments. *Biometrics*, 10(1), 101–129.

- Cristea, I. A., Gentili, C., Cotet, C. D., Palomba, D., Barbui, C., & Cuijpers, P. (2017). Efficacy of psychotherapies for borderline personality disorder: A systematic review and meta-analysis. *JAMA Psychiatry*, *74*(4), 319–328.
- Feigenbaum, J. D., Fonagy, P., Pilling, S., Jones, A., Wildgoose, A., & Bebbington, P. E. (2012). A real-world study of DBT. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, *200*(4), 316–324.
- Gunderson, J. G., Herpertz, S. C., Skodol, A. E., Torgersen, S., & Zanarini, M. C. (2018). Borderline personality disorder. *Nature Reviews Disease Primers*, *4*(1), 18029.
- Koons, C. R., Robins, C. J., Tweed, J. L., Lynch, T. R., Gonzalez, A. M., Morse, J. Q., & Bastian, L. A. (2001). Efficacy of DBT in women veterans with BPD. *Behavior Therapy*, *32*(2), 371–390.
- Leichsenring, F., Leibing, E., Kruse, J., New, A. S., & Leweke, F. (2011). Borderline personality disorder. *The Lancet*, *377*(9759), 74–84.
- Lieb, K., Zanarini, M. C., Schmahl, C., Linehan, M. M., & Bohus, M. (2004). Borderline personality disorder. *The Lancet*, *364*(9432), 453–461.
- Linehan, M. M. (1993a). *Cognitive-behavioral treatment of borderline personality disorder*. Guilford Press.
- Linehan, M. M. (1993b). *Skills training manual for treating borderline personality disorder*. Guilford Press.
- Linehan, M. M., Comtois, K. A., Murray, A. M., Brown, M. Z., Gallop, R. J., Heard, H. L., & Lindenboim, N. (2006). Two-year randomized controlled trial and follow-up of dialectical behavior therapy vs therapy by experts for suicidal behaviors and borderline personality disorder. *Archives of General Psychiatry*, *63*(7), 757–766.
- McMain, S. F., Guimond, T., Streiner, D. L., Cardish, R. J., & Links, P. S. (2009). Dialectical behavior therapy compared with general psychiatric management for borderline personality disorder: Clinical outcomes and functioning over a 2-year follow-up. *American Journal of Psychiatry*, *166*(12), 1365–1374.
- Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., Altman, D. G., & PRISMA Group. (2009). Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: The PRISMA statement. *Open Medicine*, *3*(3), 123–130.
- 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. *Cognitive and Behavioral Practice*, *17*(4), 413–421.
- Paris, J. (2005). Borderline personality disorder. *Canadian Medical Association Journal*, *172*(12), 1579–1583.
- Paris, J. (2007). The nature of borderline personality disorder: Multiple dimensions, multiple symptoms, but one diagnosis. *Harvard Review of Psychiatry*, *15*(1), 23–31.
- Priebe, S., Bhatti, N., Barnicot, K., Bremner, S., Gaglia, A., Katsakou, C., & Zinkler, M. (2012). Effectiveness of dialectical behaviour therapy in routine outpatient care. *Psychotherapy and Psychosomatics*, *81*(5), 356–365.
- Rizvi, S. L., Steffel, L. M., & Carson-Wong, A. (2013). An overview of dialectical behavior therapy for professional psychologists. *Psychotherapy*, *50*(1), 171–176.

- Selby, E. A., & Joiner, T. E. (2009). Cascades of emotion: The emergence of borderline personality disorder from emotional and behavioral dysregulation. *Clinical Psychology Review*, 29(2), 147–161.
- Stepp, S. D., Pilkonis, P. A., Hipwell, A. E., Loeber, R., Stouthamer-Loeber, M., & Keenan, K. (2016). Proximal and distal predictors of BPD symptoms in girls. *Journal of Personality Disorders*, 30(4), 513–531.
- Stoffers, J. M., Völlm, B. A., Rucker, G., Timmer, A., Huband, N., & Lieb, K. (2012). Psychological therapies for people with borderline personality disorder. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, (8).
- Storebø, O. J., Stoffers-Winterling, J. M., Völlm, B. A., Kongerslev, M. T., Mattivi, J. T., Jørgensen, M. S., ... & Simonsen, E. (2020). Psychological interventions for borderline personality disorder. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, (5).
- Trull, T. J., Jahng, S., Tomko, R. L., Wood, P. K., & Sher, K. J. (2010). Borderline personality disorder and substance use disorders: A review and integration. *Journal of Abnormal Psychology*, 119(3), 682–692.
- Valentine, S. E., Bankoff, S. M., Poulin, R. M., Reidler, E. B., & Pantalone, D. W. (2020). The use of dialectical behavior therapy across cultural groups: A meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 76, 101828.
- Viechtbauer, W. (2010). Conducting meta-analyses in R with the metafor package. *Journal of Statistical Software*, 36(3), 1–48.
- Zanarini, M. C., Frankenburg, F. R., Reich, D. B., & Fitzmaurice, G. (2012). The 10-year course of borderline personality disorder: A prospective follow-up study. *Archives of General Psychiatry*, 69(5), 506–513.