

Kişilik Bozukluklarında Şema Terapi Etkililik Çalışmalarının Gözden Geçirilmesi

Burcu Altın
Ankara Üniversitesi

Cansu Alsancak-Akbulut
Ankara Üniversitesi

Özet

Bu çalışmanın amacı kişilik bozukluklarının tedavisinde bireysel ve grup terapi formatında uygulanan Şema Terapinin etkililiğini inceleyen çalışmaları derlemektir. İlgili alanyazında yapılan geniş kapsamlı tarama sonucunda Şema Terapinin etkililiğinin değerlendirildiği 22 çalışma incelenmiştir. Bu çalışmalar bireysel uygulamalar, grup terapi uygulamaları ve vaka çalışmaları olarak sınıflandırılmıştır. Yapılan incelemeler neticesinde Şema Terapinin, hem bireysel olarak hem de grup formatında uygulandığında, kişilik bozukluğuna ilişkin belirtilerin ve genel psikopatolojik göstergelerin azaltılmasında, kişilerin işlevsellik düzeyinin artırılmasında, genel yaşam kalitesinin iyileşmesinde ve erken dönem uyumsuz şemalar ile modların zayıflatılmasında etkili olduğu görülmüştür. Şema Terapinin ergenlik, yetişkinlik ve yaşlılık dönemlerini kapsayan geniş bir gelişimsel süreçte etkili olduğuna ilişkin sonuçlara erişilmiş olmakla birlikte, Şema Terapinin etkililik düzeyinin kişiden kişiye farklılık gösterebildiğine ilişkin değerlendirmelere rastlanmıştır. Ayrıca, Şema Terapinin etkililiğini inceleyen çalışmaların çoğunlukla Sınır Kişilik Bozukluğuna odaklandığı ve diğer kişilik bozukluğu örüntülerinin sağaltımı ile ilgili sınırlı sayıda çalışma olduğu dikkati çekmektedir. Yapılan değerlendirmeler alan yazındaki çalışmaların sınırlılıkları göz önünde bulundurularak tartışılmıştır. Ayrıca, gelecekte yürütülecek çalışmalar için önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar kelimeler: Şema terapi, mod terapi, şemalar, modlar, kişilik bozuklukları, etkililik çalışmaları

Abstract

The aim of this review was to review the studies investigating the effectiveness of schema therapy, which were applied in individual- and group-based formats, in the treatment of personality disorders. In this regard, we evaluated 22 studies after screened the relevant literature extensively. These studies grouped into individual-based applications, group-based applications, and case studies. The results revealed that Schema Therapy was effective in decreasing personality and general psychopathology symptoms, increasing the level of functionality, enhancing life satisfaction, and weakening early maladaptive schemas and modes in the treatment of personality disorders. Results also indicated that Schema Therapy was effective in various developmental stages, including adolescence, adulthood, and senility. Furthermore, there were individual differences in the effectiveness of Schema Therapy. The relevant studies usually focused on Borderline Personality Disorder and there were limited number of studies focusing on other personality disorders. The evaluations in the light of limitations in the literature. Also, we added suggestions for the future studies.

Keywords: Schema therapy, mod therapy, schemas, mods, personality disorders, effectiveness studies

Yazar notu: Prof. Dr. Gülsen ERDEN'e katkılarından dolayı müteşekkirimiz.

Yazışma Adresi: Arş. Gör. Cansu Alsancak-Akbulut, Ankara Üniversitesi, Psikoloji Bölümü, P.K. 06410, Sıhhiye / Ankara

E-posta: cakbulut@ankara.edu.tr

Gönderim Tarihi: 23.05.2017

Kabul Tarihi: 30.03.2018