إلى أربع مراحل: السيطرة على السلوكيات الخطرة، التحكم بالعاطفة، تحسين العلاقات (CBT) يُقسم العلاج السلوكي المعرفي في تقليل السلوكيات DBT والعلاج التقليدي تفوق DBT وتقدير الذات، وزيادة التواصل والسعادة. أظهرت دراسة مقارنة بين الذاتية المؤذية، ومحاولات الانتحار، وانسحاب المرضى من العلاج.

Summarized by © lakhasly.com