

ΕΦΗΒΙΚΗ ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ: Ο ΡΟΛΟΣ ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ ΚΑΙ ΣΧΟΛΙΚΗ ΑΠΟΔΟΣΗ

Ιατρού Γιώργος

Τομέας Ψυχολογίας, Φ.Π.Ψ. Ιωαννίνων
Μεταπτυχιακός Φοιτητής ΠΜΣ ειδίκευσης στη «Ψυχική Υγεία»
Νοσηλευτικής Λάρισας

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Ο όρος εφηβεία ουσιαστικά αναφέρεται στην ψυχολογική ανάπτυξη του ατόμου, η οποία σχετίζεται εν μέρει με τις βιοσωματικές αναπτυξιακές διαδικασίες, δηλαδή με την «ήβη». Έχει την αρχή της στη βιολογία και το τέλος της στον πολιτισμό, στο σημείο εκείνο που οι έφηβοι έχουν αποκτήσει έναν ικανοποιητικό βαθμό ψυχολογικής ανεξαρτησίας από τους γονείς, που σηματοδοτεί και την ενηλικίωσή τους. Η ενηλικίωση κοινωνικά, γίνεται αποδεκτή με άλλον τρόπο και σε διαφορετικό χρόνο σύμφωνα με τις πολιτισμικές αξίες της κάθε κοινωνίας. Έτσι εξηγείται η έλλειψη ακρίβειας στον ορισμό και στα χρονικά όρια της εφηβείας, αφού δεν υπάρχει κανένα ευδιάκριτο «τέρμα».

Την περίοδο αυτή συντελούνται ραγδαίες σωματικές, νοητικές, συναισθηματικές, ψυχοσεξουαλικές και κοινωνικές αλλαγές. Η όλη διαδικασία συνοδεύεται από συναισθηματική αναστάτωση που εκδηλώνεται με απαισιοδοξία, θλίψη, εναντιωματική συμπεριφορά.

Σύμφωνα με τη διεθνή βιβλιογραφία η κατάθλιψη είναι μια από τις οδυνηρότερες ανθρώπινες δοκιμασίες και καλύπτει ένα μεγάλο φάσμα των συναισθηματικών διαταραχών. Αποκτά παθολογικό χαρακτήρα όταν είναι παρατεταμένης διάρκειας και συνοδεύεται από ιδέες ενοχής, μειωμένη αυτοεκτίμηση, απόρριψη του εαυτού, απώλεια ενδιαφερόντων, απελπισία, απώλεια βάρους και σημαντική απώλεια της σεξουαλικής επιθυμίας.

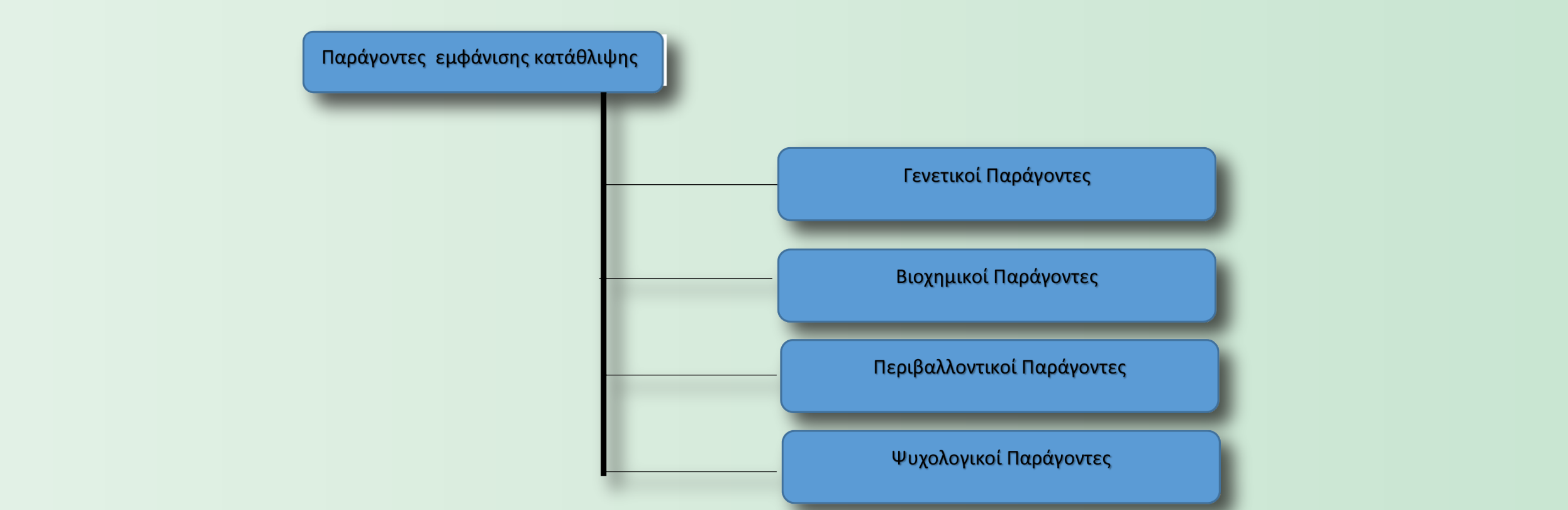
Η ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ ΣΤΗΝ ΕΦΗΒΕΙΑ

Η στροφή του εφήβου προς μια σειρά ιδανικών, προς την αναζήτηση της αυτονομίας του μέσω της δριμύτατης κριτικής, της λήψης απόλυτων θέσεων και της απόρριψης των γονεϊκών μορφο-ειδώλων και των συγγενικών προς αυτά προτύπων, δηλαδή των δασκάλων, της εξουσίας των γονέων και των κοινωνικών θεσμών, γίνεται σε μια παράλληλη αναζήτηση του εαυτού του. Ο έφηβος αναζητά την ομαδική ζωή την ίδια στιγμή που αναζητά και διαμορφώνει την ταυτότητά του.

Όλη αυτή η κατάσταση προκαλεί μεγάλες εντάσεις και αναστατώσεις τόσο στον εσωτερικό κόσμο του εφήβου, όσο και στο οικογενειακό και σχολικό του περιβάλλον.

Η περίοδος της εφηβείας περιγράφεται πολύ συχνά με όρους που ταιριάζουν στην περιγραφή ενός καταθλιπτικού επεισοδίου. Θλίψη, απομόνωση, ενοχή και απογοήτευση εναλλάσσονται με αισθήματα θυμού, έξαρσης και μεγαλομανίας. Τα τελευταία χρόνια όλο και περισσότεροι έφηβοι αναφέρουν πως βιώνουν καταθλιπτικά συναισθήματα.

Στις αιτίες εμφάνισης της κατάθλιψης περιλαμβάνονται:



Γενετικοί παράγοντες

Υπάρχει αυξημένος κίνδυνος κατάθλιψης όταν υπάρχει οικογενειακό ιστορικό της ασθένειας. Δεν είναι απαραίτητο όμως σε οικογένειες χωρίς ιστορικό κατάθλιψης να μην εμφανιστεί κρούσμα. Έρευνα που αφορούσε τις γενετικές και περιβαλλοντικές επιδράσεις στη σχέση οικογενειακού και σχολικού περιβάλλοντος και καταθλιπτικής διάθεσης των εφήβων, υποστηρίζει πως γενετικοί παράγοντες παίζουν σημαντικό ρόλο στην εμφάνιση κατάθλιψης και στα 2 φύλα, περισσότερο ωστόσο στα κορίτσια. Τα αποτελέσματα από μελέτες σε οικογένειες με διδύμους έχουν δείξει ότι η κατάθλιψη με μικρή ηλικία έναρξης είναι κληρονομική, με τη συμβολή πάντα περιβαλλοντικών παραγόντων.

Βιοχημικοί Παράγοντες

Η εμφάνιση της κατάθλιψης μπορεί να οφείλεται και σε δυσλειτουργία ορισμένων εγκεφαλικών χημικών ουσιών των νευροδιαβιβαστών, όπως η σεροτονίνη και η νορεπινεφρίνη.

Περιβαλλοντικοί παράγοντες

Γεγονότα όπως μια απώλεια, σχέσης, αλλαγές στη ζωή, ψυχικά τραύματα, υψηλές προσδοκίες κ.ά., μπορεί να οφείλονται για την εμφάνιση κατάθλιψης στους εφήβους.

Μελέτες αποδεικνύουν πως παράγοντες όπως οι κοινωνικο-οικονομικές συνθήκες, ο χώρος διαμονής, χαμηλή αυτοεκτίμηση, διαζευγμένοι γονείς, χαμηλά οικογενειακά εισοδήματα, οικογενειακές διαμάχες, μικρή ικανοποίηση από τις σχέσεις με συνομηλίκους, χαμηλότερη διασύνδεση με το σχολείο και χαμηλή ακαδημαϊκή επίδοση είναι επίσης υπεύθυνοι για την εμφάνιση της κατάθλιψης και την διάδοσή της στην εφηβική ηλικία.

Ψυχολογικοί παράγοντες

Ο τρόπος με τον οποίο μεγάλωσε ο έφηβος, η προσωπικότητά του, η δυνατότητα που έχει να διαχειριστεί συναισθηματικά στρεσογόνες καταστάσεις και κυρίως τις αλλαγές στις οποίες αναπόφευκτα υπόκειται επηρεάζουν σημαντικά τον τρόπο αντίληψης της πραγματικότητας του.

ΕΦΗΒΕΙΑ ΚΑΙ ΣΧΟΛΕΙΟ

Το σχολείο αποτελεί μια από τις πιθανές πηγές έντασης στην εφηβική ηλικία, λόγω των απαιτήσεων του εκπαιδευτικού συστήματος. Η έμφαση της οικογένειας, του σχολείου και της κοινωνίας στη σχολική επιτυχία δημιουργεί συχνά άγχος, στο νεαρό άτομο, που πολλές φορές νιώθει ότι δεν μπορεί να ανταποκριθεί ικανοποιητικά σε αυτές τις προσδοκίες.

Η οικογένεια και ο τρόπος με τον οποίο θα στηρίζει τον έφηβο, παίζει πολύ σημαντικό ρόλο. Πολύ συχνά οι γονείς, ενισχύουν το άγχος του μαθητή πιέζοντάς τον για περισσότερο διάβασμα και υψηλότερη απόδοση.

Η εφηβική κατάθλιψη συχνά επιφέρει φτωχή σχολική απόδοση, μειώνει τις ακαδημαϊκές επιτυχίες, φθείρει τις γνωστικές λειτουργίες και δημιουργεί κακή συμπεριφορά στην σχολική τάξη. Τα αποτελέσματα ερευνών αποδεικνύουν ότι οι παράγοντες που μπορούν να προβλέψουν την εμφάνιση κατάθλιψης στην πρώιμη εφηβεία περιλαμβάνουν τις ακαδημαϊκές, ικανότητες του δασκάλου, τις κοινωνικές δεξιότητες, την κριτική ικανότητα, την αυτό-εικόνα και την αυτό-αντίληψη των εφήβων.

Ο Wang (2012) εξέτασε τις υψηλές προσδοκίες των γονιών όχι μόνο από προσωπική - ατομική οπτική γωνία, αλλά και από μια οικογενειακή διάσταση που αντανακλά τις αξίες του πολιτισμού της πατρίδας τους και τα αποτελέσματα της έρευνας δείχνουν πως μαθητές με γονείς, χωρίς υψηλές προσδοκίες για αυτούς, ανέφεραν χαμηλότερη αυτοεκτίμηση και υψηλότερα ποσοστά κατάθλιψης σε αντιστοίχια με χαμηλή απόδοση στο σχολείο.

Οι Fröjd, Nissinen etc. (2008), διαπίστωσαν πως η κατάθλιψη συσχετίζεται με δυσκολίες στη συγκέντρωση, στις κοινωνικές σχέσεις, στην ανάγνωση και τη γραφή όπως επίσης και στις αντιλήψεις για τις σχολικές εργασίες. Η συγκεκριμένη έρευνα υποδεικνύει ότι μαθητές που αναφέρουν δυσκολίες στην ακαδημαϊκή απόδοση πρέπει να ελέγχονται για πιθανότητα εμφάνισης κατάθλιψης.

Σε αντίστοιχη έρευνα (Jaycox, Stein , Paddock etc., 2009), έφηβοι με κατάθλιψη, αναφέρουν περισσότερες δυσκολίες σε σχέση με τη σχολική λειτουργία, τους σχολικούς βαθμούς, τη φυσική υγεία και συχνότερες μέρες με έντονη κούραση, σε σύγκριση με έφηβους χωρίς κατάθλιψη, όπως επίσης και περισσότερα συναισθηματικά και συμπεριφορικά προβλήματα. Επίσης και οι γονείς των εφήβων ανέφεραν μείωση στις κοινωνικές και οικογενειακές σχέσεις των παιδιών τους και εντονότερη πίεση στην οικογένειά τους. Οι έφηβοι με κατάθλιψη διέφεραν από αυτούς χωρίς, και σε ένα φάσμα συνύπαρξης συναισθηματικών και συμπεριφορικών προβλημάτων, αναφέροντας περισσότερο άγχος, διάσπαση/υπερ-κινητικότητα και επιθετικότητα.Οι περισσότερες έρευνες στο πεδίο αυτό, δείχνουν μεγαλύτερα ποσοστά εμφάνισης καταθλιπτικών συμπτωμάτων στα κορίτσια απ’ ότι στα αγόρια.

Ο Fletcher (2008) αναφέρει ότι τα καταθλιπτικά συμπτώματα σχετίζονται με την εκπαιδευτική επιτυχία σε πολλαπλά επίπεδα όπως η εγκατάλειψη του σχολείου, η εισαγωγή σε κολέγιο και ο τύπος κολεγίου. Αυτές οι σχέσεις ωστόσο, βρέθηκε ότι επηρεάζουν περισσότερο τα κορίτσια και τα δεδομένα αυτά προτείνουν ότι χρειάζονται περισσότερες προσπάθειες διάγνωσης και αντιμετώπισης των καταθλιπτικών συμπτωμάτων ενώ απαιτούνται περισσότερες οδηγίες αντιμετώπισης της εφηβικής κατάθλιψης στο οικογενειακό και σχολικό περιβάλλον.

Οι McCarty, Mason etc. (2007) εξέτασαν το ενδεχόμενο τα σχολικά προβλήματα, η σχολική αποτυχία και η αντικοινωνικότητα στην εφηβεία να αυξάνουν τον κίνδυνο για ένα μείζον καταθλιπτικό επεισόδιο στην ενηλικίωση, εξετάζοντας ταυτόχρονα την παράμετρο των 2 φύλων. Και τα πρώιμα διοχετευμένα προβλήματα και οι σχολικές αποτυχίες προδιέθεταν στα κορίτσια την εμφάνιση κατάθλιψης και στην πρώιμη ενηλικίωσή του. Ανάμεσα στα αγόρια, κανένα από τα προβλήματα δεν αποτελούσε κίνδυνο εμφάνισης κατάθλιψης.

Η ύπαρξη κατάθλιψης στην εφηβεία επηρεάζει και τη μελλοντική αποφοίτηση των ατόμων και από πανεπιστημιακή βαθμίδα εκπαίδευσης. Οι έφηβοι με κατάθλιψη είναι λιγότερο πιθανό να έχουν αποφοιτήσει από πανεπιστήμιο. Η πιθανότητα αποφοίτησης από πανεπιστημιακή βαθμίδα παραμένει μειωμένη για τους άντρες με κατάθλιψη όχι όμως και για τις γυναίκες (U. Jonsson, A. Hjern, etc., 2010).Στην Ελλάδα έχουν διαπιστωθεί ιδιαίτερα αυξημένα ποσοστά (20,3%). Σε έρευνα του Πανεπιστημίου Αιγαίου (Παπάνης, 2006) σε άτομα εφηβικής και μετεφηβικής ηλικίας αποτυπώθηκαν τα ποσοστά των νέων που νιώθουν συναισθηματικό κενό ή κατάθλιψη.

		Αίσθηση συναισθηματικού κενού					Σύνολο
		ποτέ	σπάνια	μερικές φορές	συχνά	διαρκώς	
φύλο	γυναίκα	3,6%	25,3%	46,4%	18,9 %	5,8%	100,0%
	άνδρας	8,4%	38,6%	43,2%	9,0 %	0,9%	100,0%

Το ποσοστό των αγοριών που βιώνουν συναισθηματικό κενό και κατάθλιψη ‘συχνά ή διαρκώς’ είναι 9,9%, ενώ των κοριτσιών προσεγγίζει το 24,7%.

Η συνύπαρξη με άλλες διαταραχές είναι πολύ υψηλή. Τα περισσότερα παιδιά και οι έφηβοι παρουσιάζουν ταυτόχρονα και κάποια άλλη ψυχιατρική διαταραχή. Συχνές είναι οι διαταραχές διαγωγής, σε ποσοστό 30%-80% περίπου και οι αγχώδεις διαταραχές, με κυρίαρχο το άγχος αποχωρισμού, το ποσοστό των οποίων ανέρχεται σε 34% (Angold et al. 1998). Μεγάλη συνοσηρότητα παρουσιάζει επίσης η κατάθλιψη με τις μαθησιακές διαταραχές (60%-80%).

Ένας στους τέσσερις 11χρονους και 1 στους δύο 13χρονους και 15χρονους αναφέρουν ότι αισθάνονται αρκετά ή πολύ πιεσμένοι από το σχολείο και αυτό συνδέεται με την εμφάνιση ψυχοσωματικών συμπτωμάτων (διεθνές πρόγραμμα «Health Behaviour in School-Aged Children», Κοκκέβη Α., Φωτίου Α. κ.ά., 2011).

ΕΦΗΒΟΙ ΚΑΙ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ

Η τάση για αυτονόμηση συχνά περιλαμβάνει και ένα κόστος. Ο έφηβος περνάει από στάδια προσωπικών επιλογών, εσωτερικών συγκρούσεων και διαπροσωπικών εντάσεων κατά την πορεία προς την ενηλικίωση. Οι ενοχές και οι διάφορες φαντασιώσεις αυτής της περιόδου κάνουν τον έφηβο να νιώθει λύπη και κατάθλιψη. Η οικογένεια κατέχει σημαντικό ρόλο: σε αυτή την ηλικία παύει να υπάρχει η σταθερή σχέση που υπήρχε πριν με το παιδί. Ο έφηβος δεν υπακούει σε κανόνες και δεν παρα-δέχεται την γονεϊκή εξουσία, ενώ αντίστοιχα, ένας γονέας που «επαгруπνει» μπορεί να θεωρήσει ένα σύμπτωμα της κατάθλιψης ως κάτι φυσιολογικό στη διάρκεια της εφηβείας χωρίς να δώσει έτσι τη δέουσα σημασία.

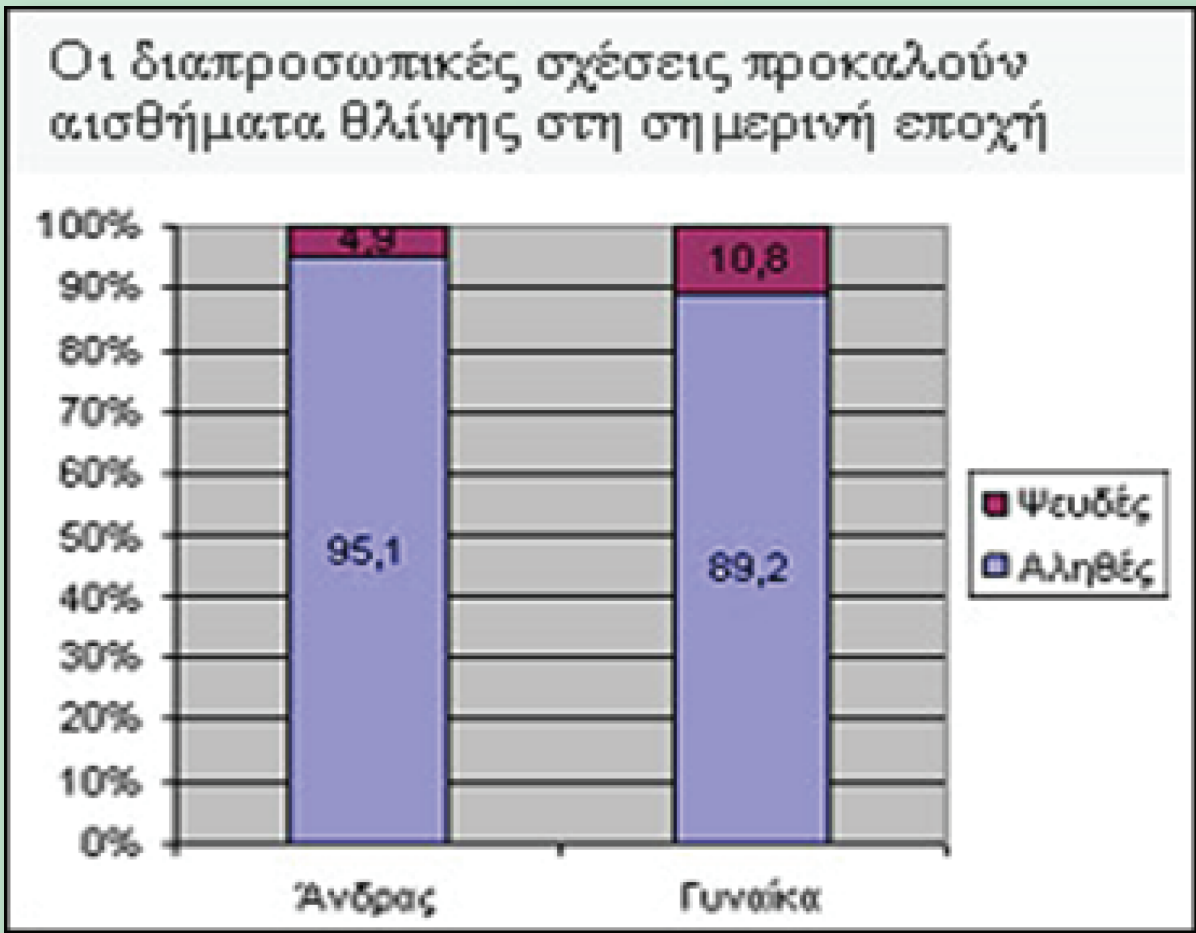
Οι διαταραχές του συναισθήματος είναι αυτές που έχουν μελετηθεί περισσότερο στα παιδιά καταθλιπτικών γονέων. Κατάθλιψη των παιδιών έχει διαπιστωθεί στις περισσότερες μελέτες με κίνδυνο που κυμαίνεται από 13-70%. Οι απόπειρες αυτοκτονίας ανέρχονται σε 7,8% στα παιδιά καταθλιπτικών γονέων, διαφορά στατιστικώς σημαντική, σε σύγκριση με το 1,4% στα παιδιά μη καταθλιπτικών γονέων.

Τα παιδιά των καταθλιπτικών γονιών είναι περίπου τέσσερις φορές πιο πιθανό να παρουσιάσουν ένα καταθλιπτικό επεισόδιο από τα παιδιά των οποίων οι γονείς δεν έχουν παθολογία. Επίσης είναι δύο φορές πιο πιθανό να εμφανίσουν κατάθλιψη από τα παιδιά που οι γονείς τους υποφέρουν από άλλες ψυχιατρικές διαταραχές ή ιατρικές παθήσεις. Σε έρευνα που διεξήχθη σε έφηβους που είχαν γονείς με κατάθλιψη, με σκοπό να βρεθεί πώς τα συμπτώματα της γονεϊκής κατάθλιψης επηρεάζουν την ανάπτυξη των παιδιών, ο κίνδυνος εμφάνισης κατάθλιψης αυξήθηκε και στα παιδιά.

Σημαντική φαίνεται η μεταβλητή της αυτοεκτίμησης των παιδιών σε σχέση με πιθανή εμφάνιση καταθλιπτικών συμπτωμάτων. Τα αποτελέσματα έρευνας των Hu J. και Ai H. (2014) προτείνουν ότι τόσο η σχέση γονέων-εφήβων όσο και η αυτό-εκτίμηση συνδέονται σημαντικά με την κατάθλιψη.

Ένας ακόμη ιδιαίτερα σημαντικός παράγοντας εμφάνισης καταθλιπτικών συμπτωμάτων κατά τη διάρκεια της εφηβείας είναι και οι σχέσεις με τους συνομηλίκους ο οποίος είναι ο μεγαλύτερος παράγοντας πρόβλεψης χαμηλής διάθεσης. Όσο μικρότερη είναι η επαφή ενός εφήβου με την ομάδα συνομηλίκων, τόσο μεγαλύτερη η πιθανότητα εμφάνισης και ύπαρξης κακής διάθεσής του.

Στον Ελληνικό χώρο η απογοήτευση από τις διαπροσωπικές σχέσεις είναι έκδηλη και στα δύο φύλα κατά τη διάρκεια της εφηβείας:



ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ

Λόγω του αυξημένου κινδύνου απόπειρας αυτοκτονίας, και τη συνέχιση της παθολογίας στην ενήλικη ζωή, η κατάθλιψη στην εφηβεία χρήζει άμεσης και πολύπλευρης θεραπευτικής αντιμετώπισης. Προτείνονται τόσο παρεμβάσεις υποστηρικτικές –συμβουλευτικές στους γονείς και ολοκλήρη την οικογένεια, όσο και ψυχοθεραπευτική αντιμετώπιση για να βοηθήσει το παιδί να διαχειριστεί τις δυσκολίες που προκαλούν οι συναισθηματικές διαταραχές των γονέων.

Σημαντικό είναι επίσης να εκπαιδευτούν τα παιδιά, οι γονείς και οι δάσκαλοι στην αναγνώριση συμπτωμάτων της κατάθλιψης. Μπορούν έτσι να ζητήσουν έγκαιρα βοήθεια και να επιδείξουν καλύτερη θεραπευτική συμμόρφωση.

Η πρώιμη ανίχνευση προστατεύει το παιδί από τις μακροχρόνιες συνέπειες της κατάθλιψης, που έχουν αρνητική επίδραση στα σχολικά επιτεύγματα, επηρεάζουν τις σχέσεις με τους γονείς και τους συνομηλίκους και αυξάνουν τον κίνδυνο αυτοκτονίας στην παιδική ηλικία ή την εφηβεία.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Η εφηβική κατάθλιψη αποτελεί μια διακριτή νοολογική οντότητα αν και έχει αποδειχθεί η συνέχισή της στην ενήλικη ζωή. Είναι ένα ιδιαίτερα σημαντικό πολυπαραγοντικό πρόβλημα στις μέρες μας, το οποίο έχει παγκόσμια καθολικότητα. Συνδέεται άμεσα με αυτοκτονική συμπεριφορά και κοινωνική και ακαδημαϊκή ένταξη. Η ύπαρξη της επιφέρει χαμηλή σχολική απόδοση, φτωχές και κακές κοινωνικές σχέσεις και αδιαφορία για μόρφωση και ακαδημαϊκή εκπαίδευση. Η αναγνώρισή της είναι δύσκολη, αν αντιληφθούμε την ήδη δύσκολη ηλικιακή περίοδο ωστόσο τόσο οι γονείς όσο και οι εκπαιδευτικοί του σχολείου πρέπει να είναι ενήμεροι για τα συμπτώματα αυτής και να πρωθοούν συνθήκες συνεργασίας μεταξύ τους. Απαιτείται ενημέρωση σχετικά και με την αντιμετώπισή της στα πλαίσια του σχολείου αλλά και σε συνεργασία με εξωτερικούς φορείς.

Προβάλλει επιτακτικά η αναγκαιότητα συμβουλευτικήςς στήριξης των μαθητών στο σχολικό περιβάλλον. Εκείνο που πρέπει να ανησυχεί, είναι πως ένα μεγάλο ποσοστό των παιδιών (46%), αναφέρει την ανάγκη ύπαρξης ενός προσώπου εμπιστοσύνης στο σχολείο στο οποίο θα μπορούν να αναφέρουν τα προσωπικά τους προβλήματα . Έχει αποδειχθεί ότι η αντιμετώπιση των προβλημάτων συμπεριφοράς μπορεί να γίνει καλύτερα από άτομα που συναλλάσσονται καθημερινά με το παιδί, όπως είναι φυσικά οι γονείς και οι εκπαιδευτικοί (Μπρούμου, 2005).

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Fletcher J., (2008), Adolescent depression: diagnosis, treatment, and educational attainment, Health Economics, 11, 1215–1235
- Fröjd S., Nissinen E., Pelkonen M., Marttunen M., KoivistoA., Kaltiala-Heino R., (2008), Depression and school performance in middle adolescent boys and girls, Journal of Adolescence, 4, 485–498
- Hu J., Ai H., (2014), Self-esteem mediates the effect of the parent-adolescent relationship on depression, Health Psychology
- Jacobson K., Rowe D., (1999), Genetic and environmental influences on the relationships between family connectedness, school connectedness, and adolescent depressed mood: Sex differences, Developmental Psychology, 4, 926-939
- Jaycox L., Stein B., Paddock S., Miles J., Chandra A., Meredith L., Tanielian T., Hickey S., Burnam A., (2009), Impact of Teen Depression on Academic, Social, and Physical Functioning, Pediatrics, 4, 596-605
- Jonsson U., Bohman H., Hjern A., Von Knorring L., Olsson G., Von Knorring A-L., (2010), Subsequent higher education after adolescent depression: A 15-year follow-up register study, European Psychiatry, 7, 396–401
- Lin H., Tang Tz., Yen J., Ko Ch., Huang Ch., Liu Sh., Yen Ch., (2008), Depression and its association with self-esteem, family, peer and school factors in a population of 9586 adolescents in southern Taiwan, Psychiatry and Clinical Neurosciences, 4, 412–420
- McCarty C., Mason W., Kosterman R., Hawkins J., Lengua L., McCauley E., (2007), Adolescent School Failure Predicts Later Depression Among Girls, Journal of Adolescent Health, 2, 180–187
- Wang KT., (2012), Personal and family perfectionism of Taiwanese college students: relationships with depression, self-esteem, achievement motivation, and academic grades, International Journal of Psychology, 4, 305-314
- Ward S., Sylva J., Gresham F., (2010), School-Based Predictors of Early Adolescent Depression, School Mental Health, 3, 125-131
- Μπρούμου Μ., 2005, Προβλήματα συμπεριφοράς παιδιών σχολικής και εφηβικής ηλικίας. Εκτίμηση, Καταγραφή: Η ψυχολογία απέναντι στις προ(σ)κλήσεις του σήμερα: 1οο Πανελλήνιο Συνέδριο Ελληνικής Ψυχολογικής Εταιρείας, Ιωάννινα
- Μπρούμου, Μ. (2008). Ανάγκες Συμβουλευτικής Παιδιών Σχολικής και Εφηβικής Ηλικίας με Προβλήματα Συμπεριφοράς. Επιθεώρηση Συμβουλευτικής και Προσανατολισμού, 84 - 85, 158-172
- Καλαντζή-Αζίζι, 1999, Εφαρμοσμένη κλινική ψυχολογία στον χώρο του σχολείου, 9η έκδοση, Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα
- Κοκκέβη Α, Φωτίου Α, Σταύρου Μ, Καναβού Ε. (2011),
- Ο έφηβοι και το σχολείο Σειρά θεματικών τευχών: Έφηβοι, Συμπεριφορές & Υγεία. Ερευνητικό Πανεπιστημιακό Ινστιτούτο Ψυχικής Υγιεινής
- Παπάνης Ε., Φρέρης Γ., Αγγί Β , Εφηβική κατάθλιψη. Συμβουλευτικός σταθμός Πανεπιστημίου Αιγαίου, http://www.aegean.gr/ae-gean/greek/people/students/stathmos/arthra/symbstathmos_arthro3.htm, (2/8/2014)