

---

Ψυχικές διαταραχές  
στην εφηβεία:  
Διάγνωση και  
θεραπευτική  
αντιμετώπιση

---

## 1. ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Το Κέντρο Επιμόρφωσης και Δια Βίου Μάθησης (Κ.Ε.ΔΙ.ΒΙ.Μ.) του **Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών (Ε.Κ.Π.Α.)** σας καλωσορίζει στο Πρόγραμμα Συμπληρωματικής εξ Αποστάσεως Εκπαίδευσης και συγκεκριμένα στο πρόγραμμα επαγγελματικής επιμόρφωσης και κατάρτισης με τίτλο **«Ψυχικές διαταραχές στην εφηβεία: Διάγνωση και θεραπευτική αντιμετώπιση»**.

Η ανάγκη συνεχούς επιμόρφωσης και πιστοποίησης επαγγελματικών δεξιοτήτων οδήγησε το **Πρόγραμμα Συμπληρωματικής εξ Αποστάσεως Εκπαίδευσης (E-Learning)** του Ε.Κ.Π.Α. στο σχεδιασμό των πρωτοποριακών αυτών Προγραμμάτων Επαγγελματικής Επιμόρφωσης και Κατάρτισης, με γνώμονα τη **διασύνδεση της θεωρητικής με την πρακτική γνώση**, αναπτύσσοντας κυρίως, την εφαρμοσμένη διάσταση των επιστημών στα αντίστοιχα επαγγελματικά πεδία.

Στη συνέχεια, σας παρουσιάζουμε αναλυτικά το πρόγραμμα σπουδών για το πρόγραμμα επαγγελματικής επιμόρφωσης και κατάρτισης: **«Ψυχικές διαταραχές στην εφηβεία: Διάγνωση και θεραπευτική αντιμετώπιση»**, τις προϋποθέσεις συμμετοχής σας σε αυτό, καθώς και όλες τις λεπτομέρειες που πιστεύουμε ότι είναι χρήσιμες, για να έχετε μια ολοκληρωμένη εικόνα του προγράμματος.

## 2. ΣΚΟΠΟΣ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

Το εν λόγω εκπαιδευτικό αντικείμενο απευθύνεται σε επαγγελματίες ψυχικής υγείας όπως παιδοψυχιάτρους, ψυχιάτρους, ψυχολόγους, κοινωνικούς λειτουργούς, παιδαγωγούς αλλά και γονείς που ενδιαφέρονται για την αναγνώριση, κατανόηση και αντιμετώπιση παθολογικών συμπεριφορών της εφηβείας που μπορεί να αποβούν καταστρεπτικές για την σωματική και ψυχική υγεία του εφήβου.

Η εφηβεία είναι μια ιδιαίτερη περίοδος ψυχικών αλλαγών και ανακατατάξεων. Σε αυτή τη δυναμική πορεία που ο έφηβος αφήνει τα στηρίγματα της παιδικής του ηλικίας και δεν έχει βρει ακόμη εκείνα της ενήλικης ζωής, εκδηλώνει ψυχική παθολογία και στρέφει ορισμένες φορές την επιθετικότητα προς τον εαυτό του. Οι ψυχώσεις στην εφηβεία μπορεί να σηματοδοτούν την έναρξη μιας σχιζοφρενικής διαταραχής με σημαντικές επιπτώσεις στη ζωή του εφήβου. Η κατάθλιψη περιλαμβάνει συχνά και αυτοκτονικό ιδεασμό. Οι αυτοκτονίες αποτελούν την δεύτερη αιτία θανάτου μετά τα τροχαία στην εφηβεία, ενώ οι απόπειρες δείχνουν την απελπισία του εφήβου και την ανάγκη του να προσελκύσει την προσοχή του περιβάλλοντος του. Οι αυτοτραυματικές

συμπεριφορές (Self-harm) ενώ δεν έχουν την πρόθεση θανάτου εκφράζουν στην αρχή ψυχική οδύνη αλλά γρήγορα λαμβάνουν έναν επαναληπτικό στερημένο νοήματος χαρακτήρα.

Οι διαταραχές διατροφής (ανορεξία-βουλιμία) ενώ ξεκινούν σαν υπακοή στις προσαγές της μόδας οδηγούν τις νέες κοπέλες σε σωματική και ψυχική κατάρρευση. Ο ελλιπής ποσοτικά και άσχημος ποιοτικά ύπνος μπορεί να έχει σοβαρές επιπτώσεις στις μαθησιακές επιδόσεις των εφήβων.

Οι εξαρτήσεις από ουσίες, αλκοόλ και από την χρήση του διαδικτύου συνεχώς αυξανόμενες στην εποχή μας δείχνουν την αδυναμία του έφηβου να εγκαταστήσει σχέσεις με τους άλλους γύρω του και την καταφυγή του σε υποκατάστατα που προσφέρουν άμεση κάλυψη των αναγκών του. Η Διαταραχή Ελλειματικής Προσοχής – Υπερκινητικότητας λόγω του παρορμητικού της χαρακτήρα, αποτελεί επιβαρυντικό παράγοντα στις εξαρτητικές συμπεριφορές του εφήβου.

Βασικός σκοπός του εκπαιδευτικού αντικειμένου είναι να αναδειχθούν όλες εκείνες οι συγκρουσιακές καταστάσεις είτε είναι ενδοψυχικές είτε έχουν σχέση με το οικογενειακό και κοινωνικό περιβάλλον που οδηγούν τον έφηβο σε παθολογικές συμπεριφορές.

Στο τέλος της εκπαίδευσης οι ασχολούμενοι με την εφηβεία θα μπορούν να αναγνωρίζουν έγκαιρα και να κατανοούν τις παθολογικές εκφράσεις της ιδιαίτερης αυτής αναπτυξιακής περιόδου.

### **3. ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΥΠΟΨΗΦΙΩΝ ΠΟΥ ΓΙΝΟΝΤΑΙ ΔΕΚΤΟΙ ΣΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ - ΤΡΟΠΟΣ ΕΝΤΑΞΗΣ**

Αίτηση συμμετοχής μπορούν να υποβάλλουν:

- ▶ απόφοιτοι Πανεπιστημίου/ΤΕΙ της ημεδαπής και της αλλοδαπής
- ▶ απόφοιτοι δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης με συναφή στο αντικείμενο εργασιακή εμπειρία

Η αίτηση συμμετοχής υποβάλλεται ηλεκτρονικά, μέσω της ιστοσελίδας:

<https://elearningekpa.gr/>

### **4. ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ**

Τα προαπαιτούμενα για την παρακολούθηση του Προγράμματος από τους εκπαιδευόμενους είναι:

- ▶ Πρόσβαση στο Διαδίκτυο
- ▶ Κατοχή προσωπικού e-mail
- ▶ Βασικές γνώσεις χειρισμού ηλεκτρονικών υπολογιστών

## 5. ΤΡΟΠΟΣ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

Η διδασκαλία στα προγράμματα εξ αποστάσεως επαγγελματικής επιμόρφωσης και κατάρτισης του Κέντρου Επιμόρφωσης και Δια Βίου Μάθησης του ΕΚΠΑ διεξάγεται μέσω του διαδικτύου, προσφέροντας στον εκπαιδευόμενο «*αυτονομία*», δηλαδή δυνατότητα μελέτης ανεξαρτήτως περιοριστικών παραγόντων, όπως η υποχρέωση της φυσικής του παρουσίας σε συγκεκριμένο χώρο και χρόνο.

Το εκπαιδευτικό υλικό του προγράμματος διατίθεται σταδιακά, ανά διδακτική ενότητα, μέσω ειδικά διαμορφωμένων ηλεκτρονικών τάξεων. Κατά την εξέλιξη κάθε θεματικής ενότητας αναρτώνται σε σχετικό link οι απαραίτητες για την ομαλή διεξαγωγή της εκπαιδευτικής διαδικασίας ανακοινώσεις.

Ο εκπαιδευόμενος, αφού ολοκληρώσει τη μελέτη της εκάστοτε διδακτικής ενότητας, καλείται να υποβάλει ηλεκτρονικά, το αντίστοιχο τεστ αξιολόγησης. Τα τεστ μπορεί να περιλαμβάνουν ερωτήσεις αντιστοίχισης ορθών απαντήσεων, πολλαπλής επιλογής, αληθούς/ψευδούς δήλωσης, ή upload, όπου ο εκπαιδευόμενος θα πρέπει να διατυπώσει και να επισυνάψει την απάντησή του. Η θεματική ενότητα μπορεί να συνοδεύεται από τελική εργασία, η οποία διατίθεται κατά την ολοκλήρωση της θεματικής ενότητας (εφόσον το απαιτεί η φύση της θεματικής ενότητας) και αφορά το σύνολο της διδακτέας ύλης.

Παράλληλα, παρέχεται **πλήρης εκπαιδευτική υποστήριξη** δεδομένου ότι ο εκπαιδευόμενος μπορεί να απευθύνεται ηλεκτρονικά (για το διάστημα που διαρκεί το εκάστοτε μάθημα) στον ορισμένο εκπαιδευτή του, μέσω ενσωματωμένου στην πλατφόρμα ηλεκτρονικού συστήματος επικοινωνίας, για την άμεση επίλυση αποριών σχετιζόμενων με τις θεματικές ενότητες και τις ασκήσεις αξιολόγησης ή την τελική εργασία.

## 6. ΤΡΟΠΟΣ ΕΞΕΤΑΣΗΣ ΚΑΙ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ

Σε κάθε διδακτική ενότητα ο εκπαιδευόμενος θα πρέπει να επιλύει και να υποβάλλει ηλεκτρονικά το αντίστοιχο τεστ, τηρώντας το χρονοδιάγραμμα που έχει δοθεί από τον εκπαιδευτή του. Η κλίμακα βαθμολογίας κυμαίνεται από 0 έως 100%. Συνολικά, η βαθμολογία κάθε θεματικής ενότητας προκύπτει κατά το 60% από τις ασκήσεις αξιολόγησης και κατά το υπόλοιπο 40% από την τελική εργασία, η οποία εκπονείται στο τέλος του συγκεκριμένου μαθήματος και εφόσον το απαιτεί η φύση αυτού.

Η χορήγηση του **Πιστοποιητικού Επιμόρφωσης** πραγματοποιείται, όταν ο εκπαιδευόμενος λάβει σε όλα τα μαθήματα βαθμό μεγαλύτερο ή ίσο του 50%. Σε περίπτωση που η συνολική

βαθμολογία ενός ή περισσότερων μαθημάτων δεν ξεπερνά το 50%, ο εκπαιδευόμενος έχει τη δυνατότητα επανεξέτασης των μαθημάτων αυτών μετά την ολοκλήρωση της εκπαιδευτικής διαδικασίας του προγράμματος. Η βαθμολογία που θα συγκεντρώσει κατά τη διαδικασία επανεξέτασής του είναι και η οριστική για τα εν λόγω μαθήματα, με την προϋπόθεση ότι ξεπερνά εκείνη που συγκέντρωσε κατά την κανονική διάρκεια της εκπαιδευτικής διαδικασίας. Σε διαφορετική περίπτωση διατηρείται η αρχική βαθμολογία.

## **7. ΛΟΙΠΕΣ ΥΠΟΧΡΕΩΣΕΙΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΟΜΕΝΩΝ - ΠΡΟΫΠΟΘΕΣΕΙΣ ΧΟΡΗΓΗΣΗΣ ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΤΙΚΟΥ**

Πέρα από την **επιτυχή ολοκλήρωση** του προγράμματος για τη χορήγηση του Πιστοποιητικού απαιτούνται τα εξής:

### ► **Συμμετοχή του εκπαιδευόμενου στη διαδικασία Δειγματοληπτικού Ελέγχου Ταυτοποίησης**

Η διαδικασία Δειγματοληπτικού Ελέγχου Ταυτοποίησης Εκπαιδευόμενου στοχεύει στη διασφάλιση της ποιότητας των παρεχομένων εκπαιδευτικών υπηρεσιών. Συγκεκριμένα, εξουσιοδοτημένο στέλεχος του Κέντρου Επιμόρφωσης και Δια Βίου Μάθησης του ΕΚΠΑ, επικοινωνεί τηλεφωνικώς με ένα τυχαίο δείγμα εκπαιδευόμενων, προκειμένου να διαπιστωθεί εάν συμμετείχαν στις εκπαιδευτικές διαδικασίες του προγράμματος, εάν αντιμετώπισαν προβλήματα σε σχέση με το εκπαιδευτικό υλικό, την επικοινωνία με τον ορισμένο εκπαιδευτή τους, καθώς και με τη γενικότερη μαθησιακή διαδικασία. Η τηλεφωνική επικοινωνία διεξάγεται με την ολοκλήρωση του εκάστοτε προγράμματος, ενώ η μέση χρονική διάρκειά της συγκεκριμένης διαδικασίας είναι περίπου 2-3 λεπτά.

Σε περίπτωση μη συμμετοχής του εκπαιδευόμενου στη διαδικασία Δειγματοληπτικού Ελέγχου Ταυτοποίησης, εφόσον κληθεί, ή μη ταυτοποίησής του κατά τη διεξαγωγή της, δεν χορηγείται το πιστοποιητικό σπουδών, ακόμα και αν έχει ολοκληρώσει επιτυχώς την εξ αποστάσεως εκπαιδευτική διαδικασία.

### ► **Συμμετοχή του εκπαιδευόμενου στη διαδικασία Δειγματοληπτικού Ελέγχου Εγγράφων**

Ο δειγματοληπτικός έλεγχος εγγράφων διασφαλίζει την εγκυρότητα των στοιχείων που έχει δηλώσει ο εκπαιδευόμενος στην αίτηση συμμετοχής του στο Πρόγραμμα και βάσει των οποίων έχει αξιολογηθεί και εγκριθεί η αίτηση συμμετοχής του σε αυτό.

Κατά τη διάρκεια ή μετά το πέρας του προγράμματος, πραγματοποιείται δειγματοληπτικός έλεγχος εγγράφων από τη Γραμματεία. Ο εκπαιδευόμενος θα πρέπει να είναι σε θέση να

προσκομίζει τα απαραίτητα δικαιολογητικά τα οποία πιστοποιούν τα στοιχεία που έχει δηλώσει στην αίτηση συμμετοχής (Αντίγραφο Πτυχίου, Αντίγραφο Απολυτήριου Λυκείου, Βεβαίωση Εργασιακής Εμπειρίας, Γνώση Ξένων Γλωσσών κ.τ.λ.).

Σε περίπτωση μη συμμετοχής του εκπαιδευόμενου στη διαδικασία Δειγματοληπτικού Ελέγχου Εγγράφων, εφόσον κληθεί, ή μη ύπαρξης των δικαιολογητικών αυτών, δεν χορηγείται το πιστοποιητικό σπουδών, ακόμα και αν έχει ολοκληρώσει επιτυχώς την εξ αποστάσεως εκπαιδευτική διαδικασία.

► **Αποπληρωμή του συνόλου των διδάκτρων**

Ο εκπαιδευόμενος θα πρέπει να μην έχει οικονομικής φύσεως εκκρεμότητες. Σε περίπτωση που υπάρχουν τέτοιες, το πιστοποιητικό σπουδών διατηρείται στο αρχείο της Γραμματείας, μέχρι την ενημέρωση της για τη διευθέτηση της εκκρεμότητας.

**Αναλυτική περιγραφή των παραπάνω υπάρχει στον Κανονισμό Σπουδών:**

**<https://elearningekpa.gr/regulation>**

## **8. ΣΥΓΓΡΑΦΕΙΣ ΤΟΥ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥ ΥΛΙΚΟΥ**

Οι συγγραφείς του εκπαιδευτικού υλικού είναι μέλη ΔΕΠ του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών ή και ειδικοί εμπειρογνώμονες με ιδιαίτερη συγγραφική καταξίωση, οι οποίοι κατέχουν πολύ βασικό ρόλο στην υλοποίηση του προγράμματος.

## **9. ΠΩΣ ΔΙΑΜΟΡΦΩΝΕΤΑΙ Η ΥΛΗ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ**

Το πρόγραμμα επαγγελματικής επιμόρφωσης και κατάρτισης περιλαμβάνει **4 θεματικές ενότητες (μαθήματα)**.

### **ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ**

#### **Εφηβεία**

#### **Διδακτική Ενότητα 1: Ψυχολογικές διεργασίες της εφηβείας**

Σκοπός της ενότητας είναι η περιγραφή των ψυχολογικών εξελικτικών σταδίων που σηματοδοτούν το πέρασμα από την παιδική ηλικία στην ενήλικη ζωή.

Περιγράφονται το αρχικό, το μέσο και το τελικό στάδιο της εφηβείας, η σημασία για τον έφηβο να ανήκει σε μια ομάδα συνομηλίκων και η σχέση με τους γονείς του. Αναφέρεται τέλος η

ψυχοδυναμική προσέγγιση σύμφωνα με την οποία το παιδί προκειμένου να διέλθει με επιτυχία την εφηβεία αναπτύσσει μια σειρά από ειδικές ψυχικές διεργασίες που συνοδεύονται από τους ανάλογους αμυντικούς μηχανισμούς. Εξ αιτίας των σημαντικών ψυχικών αλλαγών η εφηβεία θεωρείται ότι προσφέρει στον άνθρωπο μία δεύτερη ευκαιρία για να επεξεργαστεί προβλήματα που προέκυψαν στα προηγούμενα στάδια της ανάπτυξης.

## **Διδακτική Ενότητα 2: Έφηβος και οικογένεια**

Σ' αυτή την ενότητα περιγράφεται η δυναμική των οικογενειακών σχέσεων στη μεταβατική περίοδο της εφηβείας και η ανάγκη των εφήβων να αναδιαρθρώσουν τις σχέσεις τους και να διαφοροποιηθούν από τους γονείς τους. Η μετάβαση στο καινούριο μοντέλο σχέσεων περιέχει αναπόφευκτα συγκρούσεις το μέγεθος και η ένταση των οποίων καθορίζονται από την μια πλευρά από την προσωπικότητα του εφήβου και τον τρόπο που διεκδικεί την αυτονομία του και από την άλλη από την στάση και την ψυχική ευελιξία των γονέων.

Περιγράφονται επίσης οι επιπτώσεις της γονεϊκής ψυχοπαθολογίας στον έφηβο που εκδηλώνονται μέσα από πολύπλοκους μηχανισμούς αλληλεπιδράσεων γενετικών και περιβαλλοντολογικών παραγόντων.

## **Διδακτική Ενότητα 3: Ειδική συμπτωματολογία της εφηβείας**

Σκοπός της ενότητας είναι η παρουσίαση της σημειολογίας των ψυχικών διαταραχών σε σχέση με την δυναμική των αλλαγών που επιφέρει η εφηβεία. Συχνά συναντώμενα συμπτώματα όπως άγχος, κατάθλιψη, διέγερση, παρορμητικότητα αποκτούν ειδική σημασία όταν συνδεθούν με τις ψυχικές διεργασίες της εφηβείας. Άλλα ειδικότερα συμπτώματα όπως δυσμορφοφοβίες, διαταραχή της σεξουαλικής συμπεριφοράς, διαταραχή διατροφής αποδίδονται στις δυσκολίες του πέρασματος από την παιδική στην ενήλικη ζωή. Αναφέρονται επίσης οι δύο βασικοί ψυχοπαθολογικοί άξονες της εφηβείας που αφορούν την παθολογία της πράξης και την παθολογία της σωματικής έκφρασης.

## **Διδακτική Ενότητα 4: Η διαγνωστική εκτίμηση του εφήβου**

Σ' αυτή την ενότητα παρουσιάζεται ο τρόπος της διαγνωστικής εκτίμησης στην εφηβεία ο οποίος έχει ιδιαιτερότητες και διαφορές από εκείνο της ψυχιατρικής ενηλίκων και της παιδοψυχιατρικής. Σκοπός της διαγνωστικής εκτίμησης είναι να αναγνωρισθεί το είδος και η σοβαρότητα του προβλήματος δηλαδή πόσο επηρεάζει την ζωή του εφήβου και της οικογένειας. Η ολοκληρωμένη διαγνωστική εκτίμηση περιλαμβάνει όχι μόνο την αναγνώριση των συμπτωμάτων αλλά και την μελέτη εξωτερικών παραγόντων, σχέσεων, γεγονότων ζωής, κοινωνικών συνθηκών. Η ψυχοδυναμική προσέγγιση μελετάει την οικονομική αξία των συμπτωμάτων τις συγκρούσεις από τις οποίες δημιουργήθηκαν και το πως ενσωματώνονται στην ψυχική ζωή του εφήβου.

## Συναισθηματικές Διαταραχές

### **Διδακτική Ενότητα 1: Ψυχώσεις στην εφηβεία**

Σκοπός της παρούσας ενότητας είναι η περιγραφή των ψυχωτικών διαταραχών όπως αυτές παρουσιάζονται στην εφηβεία. Ο όρος ψύχωση, υποδηλώνει μια σοβαρή διαταραχή της αντίληψης της πραγματικότητας στον έφηβο που εκδηλώνεται με ειδικά παθολογικά σημεία. Οι ψυχώσεις στην εφηβεία επηρεάζουν αρνητικά την φυσιολογική ανάπτυξη του ατόμου σε μια κρίσιμη αναπτυξιακή φάση. Επιπλέον ο κίνδυνος συνέχισης τους στην ενήλικη ζωή είναι πολύ μεγάλος. Γι' αυτό είναι αναγκαία η έγκαιρη και ακριβής διάγνωση για το είδος και τη φύση του συγκεκριμένου κάθε φορά ψυχωτικού συνδρόμου. Γιατί μόνο τότε είναι δυνατό να ληφθούν τα πιο αποτελεσματικά θεραπευτικά αλλά και προληπτικά μέτρα. Στην παρούσα ενότητα αναφέρονται ειδικότερα η ψυχωτική κρίση της εφηβείας, η σχιζοφρένεια και οι συναισθηματικές ψυχώσεις και τονίζονται οι διαφορές από τις αντίστοιχες εικόνες των ενηλίκων.

### **Διδακτική Ενότητα 2: Κατάθλιψη στην εφηβεία**

Οι ψυχολογικές φυσιολογικές διεργασίες της εφηβείας μας οδηγούν στο να αναρωτηθούμε αν και πότε η κατάθλιψη αποτελεί μια φυσιολογική εκδήλωση της εφηβείας ή εντάσσεται στα πλαίσια του παθολογικού και αποτελεί ψυχιατρική διαταραχή. Σκοπός της συγκεκριμένης ενότητας είναι η κλινική περιγραφή της μείζονος καταθλιπτικής διαταραχής, η οποία αποτελεί σημαντικό παράγοντα κινδύνου για αυτοκτονικότητα. Αναφέρονται η επιδημιολογία, η αιτιοπαθογένεια, η πορεία και η πρόγνωση, τα διαγνωστικά κριτήρια και η διαφορική διάγνωση από άλλες συναισθηματικές διαταραχές. Ιδιαίτερη προσοχή δίνεται στην πρόληψη και στην θεραπευτική αντιμετώπιση, τόσο με ψυχοθεραπευτικές μεθόδους όσο και με φαρμακοθεραπεία.

### **Διδακτική Ενότητα 3: Αυτοκτονική συμπεριφορά στους εφήβους**

Σκοπός της συγκεκριμένης διδακτικής ενότητας είναι η περιγραφή και η κατανόηση του φάσματος της αυτοκτονικής συμπεριφοράς στους εφήβους, η οποία περιλαμβάνει σε ένα συνεχές τον αυτοκτονικό ιδεασμό, την απειλή, την απόπειρα αυτοκτονίας και την αυτοκτονία. Στα πλαίσια αυτά πραγματοποιείται παρουσίαση του κλινικού συστήματος ταξινόμησης των αυτοκτονικών συμπεριφορών και των προτεινόμενων διαγνωστικών κριτηρίων. Τέλος, για τη βαθύτερη κατανόηση της συμπεριφοράς παρουσιάζεται η ψυχοδυναμική προσέγγιση για την αυτοκτονικότητα σε παιδιά και εφήβους.



#### **Διδακτική Ενότητα 4: Αυτοκτονικότητα και Ψυχική Παθολογία**

Η εκδήλωση της αυτοκτονικής συμπεριφοράς είναι αποτέλεσμα μίας σύνθετης αλληλεπίδρασης από μία σειρά παραγόντων, οι οποίοι περιγράφονται στην ενότητα αυτή. Παρουσιάζονται οι ψυχοπαθολογικοί παράγοντες και οι ψυχιατρικές διαταραχές, τα ατομικά ψυχολογικά χαρακτηριστικά, οι οικογενειακοί, κοινωνικοί και βιολογικοί παράγοντες που έχει βρεθεί ότι διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο στην εμφάνιση αυτοκτονικότητας στους εφήβους. Επίσης, εξετάζονται οι προστατευτικοί παράγοντες και η δυνατότητα χρησιμοποίησής τους για προληπτικούς σκοπούς.

#### **Διδακτική Ενότητα 5: Διεθνείς και Ελληνικές Επιδημιολογικές Μελέτες**

Στην ενότητα αυτή παρουσιάζεται η επιδημιολογία των αποπειρών αυτοκτονίας και των αυτοκτονιών σε κλινικά και κοινοτικά δείγματα εφήβων τόσο διεθνώς όσο και στη χώρα μας. Παρουσιάζονται δεδομένα επικράτησης και επιπολασμού και δημογραφικά στοιχεία για την αυτοκτονικότητα σε εφήβους, τα οποία προέρχονται κυρίως από χώρες της Ευρώπης και από έρευνες των Η.Π.Α. Όσον αφορά στην Ελλάδα, περιγράφονται όλες συνολικά οι έρευνες που έχουν διεξαχθεί για το θέμα αυτό, ενώ δίνεται μία βαρύτητα στις μελέτες των τελευταίων ετών. Τέλος, πραγματοποιείται συζήτηση και σχολιασμός των ευρημάτων.

#### **Διδακτική Ενότητα 6: Πρόληψη και Θεραπευτική Αντιμετώπιση της Αυτοκτονικότητας**

Στόχος της ενότητας αυτής αποτελεί η παρουσίαση και περιγραφή των προληπτικών και θεραπευτικών στρατηγικών και παρεμβάσεων για την αυτοκτονικότητα, οι οποίες έχουν εφαρμοστεί σε πληθυσμό εφήβων. Περιγράφονται οι στρατηγικές πρωτογενούς πρόληψης, οι οποίες εφαρμόζονται σε γενικό πληθυσμό εφήβων, κυρίως μέσω σχολικών προγραμμάτων, όπως επίσης και οι στρατηγικές δευτερογενούς πρόληψης. Δίνεται αυξημένη βαρύτητα στα προγράμματα που στοχεύουν σε παιδιά και εφήβους που ανήκουν σε ομάδες υψηλού κινδύνου για αυτοκτονία, και σε προγράμματα γονέων και οικογενειών. Τέλος, παρουσιάζονται οι φαρμακολογικές και ψυχοθεραπευτικές παρεμβάσεις και η άμεση διαχείριση της αυτοκτονικής απόπειρας.

### **Διαταραχές με Σωματική Έκφραση**

#### **Διδακτική Ενότητα 1: Αυτοτραυματισμός: Ορισμός, διαγνωστικά κριτήρια, επιδημιολογία**

Η διδακτική αυτή ενότητα περιλαμβάνει την αποσαφήνιση της ορολογίας που χρησιμοποιείται στη διεθνή βιβλιογραφία για το θέμα του αυτοτραυματισμού. Στα πλαίσια αυτά συζητείται η διάκριση

της αυτοτραυματικής συμπεριφοράς με βάση την πρόθεση ή την επιθυμία θανάτου και παρουσιάζονται τα προτεινόμενα διαγνωστικά κριτήρια για τον αυτοτραυματισμό. Αναφέρονται οι μέθοδοι αυτοτραυματισμού και πραγματοποιείται παρουσίαση των πρόσφατων επιδημιολογικών δεδομένων σε κλινικούς και μη πληθυσμούς εφήβων. Τέλος περιγράφονται οι συμπεριφορές αναζήτησης βοήθειας από εφήβους που αυτοτραυματίζονται.

## **Διδακτική Ενότητα 2: Παράγοντες κινδύνου και προστατευτικοί παράγοντες αυτοτραυματικών συμπεριφορών**

Στόχος της ενότητας αυτής είναι η παρουσίαση των αιτιολογικών μοντέλων και των παραγόντων κινδύνου που αλληλεπιδρούν στην εκδήλωση συμπεριφορών αυτοτραυματισμού, όπως επίσης και των παραγόντων που δρουν προστατευτικά στην εμφάνιση του αυτοτραυματισμού. Στα πλαίσια αυτά δίνεται μεγαλύτερη βαρύτητα στην παρουσίαση της σχέσης της εικόνας του σώματος με τον αυτοτραυματισμό, καθώς είναι ένα θέμα που μόλις αρχίζει να ερευνάται ως παράγοντας κινδύνου και ενδέχεται να αποτελεί παράγοντα κλειδί για προληπτικές παρεμβάσεις. Τέλος μελετάται η έκβαση των αυτοτραυματικών συμπεριφορών.

## **Διδακτική Ενότητα 3: Λειτουργίες του αυτοτραυματισμού, Ψυχοδυναμική προσέγγιση**

Στην διδακτική αυτή ενότητα περιγράφονται οι λειτουργίες που επιτελούν οι αυτοτραυματικές συμπεριφορές, εκείνες δηλαδή οι παράμετροι που κινητοποιούν και ενισχύουν την αυτοτραυματική πράξη. Πραγματοποιείται μία ανασκόπηση της διεθνούς βιβλιογραφίας που αφορά τα βασικότερα μοντέλα λειτουργιών του αυτοτραυματισμού και παρουσιάζονται δύο κυρίαρχες προσεγγίσεις σε σχέση με τις λειτουργίες, η ψυχοδυναμική και η γνωσιακή-συμπεριφορική προσέγγιση. Στα πλαίσια αυτά συζητούνται και οι σκοποί που εξυπηρετούν οι λειτουργίες, όπως αυτοί έχουν μελετηθεί με βάση τη διεθνή βιβλιογραφία.

## **Διδακτική Ενότητα 4: Πρόληψη και Θεραπευτική αντιμετώπιση αυτοτραυματικών συμπεριφορών**

Στόχος της παρούσας διδακτικής ενότητας είναι η παρουσίαση των βασικότερων προληπτικών στρατηγικών και θεραπευτικών παρεμβάσεων για αυτοτραυματισμό σε πληθυσμό εφήβων. Περιγράφονται αναλυτικά σύγχρονες παρεμβάσεις πρωτογενούς και δευτερογενούς πρόληψης, και πραγματοποιείται μία συζήτηση που αφορά στο στίγμα και τη μειονεξία που συχνά συνοδεύει τον αυτοτραυματισμό. Παρουσιάζονται επίσης οι βασικότερες και ερευνητικά τεκμηριωμένες θεραπευτικές παρεμβάσεις που εφαρμόζονται για την αυτοτραυματική συμπεριφορά σε πληθυσμό εφήβων.

## **Διδακτική Ενότητα 5: Διαταραχές διατροφής στην εφηβεία**

Σκοπός της ενότητας είναι η παρουσίαση των διαταραχών διατροφής που επέρχονται εκλεκτικά στην εφηβεία.

Η Ψυχογενής ανορεξία χαρακτηρίζεται από μία στερεότυπη κλινική εικόνα που εκδηλώνεται κατ'επιλογή στα κορίτσια στην αρχή ή στη μέση της εφηβείας. Παρουσιάζει μια προκαθορισμένη πορεία, υψηλή νοσηρότητα, χαμηλά επίπεδα πλήρους ίασης και τα υψηλότερα ποσοστά θνησιμότητας από κάθε άλλη ψυχιατρική διαταραχή.

Στην βουλιμία παρατηρείται κατανάλωση μεγάλων ποσοτήτων φαγητού σε σύντομο χρονικό διάστημα. Παρατηρούνται επαναλαμβανόμενα επεισόδια υπερβολικής κατανάλωσης τροφής που συνοδεύεται από αίσθημα απώλειας ελέγχου γι' αυτήν τη συγκεκριμένη συμπεριφορά.

Περιγράφονται η επιδημιολογία, η κλινική εικόνα, η διαγνωστική προσέγγιση, η πορεία και η πρόγνωση και οι βασικές θεραπευτικές αρχές για κάθε μια από τις διαταραχές διατροφής.

## **Διδακτική Ενότητα 6: Διαταραχές ύπνου**

Ο ύπνος αποτελεί βασική λειτουργία του οργανισμού. Η καλή υπνική λειτουργία είναι σημαντική για την γενική υγεία και τη λειτουργικότητα του ατόμου. Η έλλειψη ύπνου συνοδεύεται από υπνηλία κατά τη διάρκεια της ημέρας και πτώση της λειτουργικής απόδοσης του ατόμου. Σκοπός της παρούσας ενότητας είναι η κατανόηση των διαταραχών ύπνου έτσι όπως αυτές εμφανίζονται στην εφηβεία.

Η διαταραχή του ύπνου που επικρατεί στην εφηβεία είναι η αϋπνία η οποία έχει κυρίως τη μορφή διαταραχής του κιρκάδιου ρυθμού, συνηθέστατα του τύπου της αναστροφής του ωραρίου του ύπνου λόγω αυξημένης κοινωνικής δραστηριότητας του εφήβου και των εκπαιδευτικών απαιτήσεων. Άλλες διαταραχές του ύπνου εκτός της αϋπνίας είναι οι υπερυπνίες και οι παραϋπνίες. Αναφέρεται επίσης ο τρόπος αντιμετώπισης των διαταραχών ύπνου της εφηβείας που περιλαμβάνει συμβουλευτική με σκοπό την βελτίωση της υγιεινής του ύπνου και σπανιότερα ψυχοθεραπεία και φαρμακοθεραπεία.

## **Εξαρτήσεις**

### **Διδακτική Ενότητα 1: Η δυναμική των εξαρτήσεων στην εφηβεία**

Σκοπός της παρούσας διδακτικής ενότητας είναι να αναδειχθεί η δυναμική των εξαρτήσεων στην μεταβατική περίοδο της εφηβείας. Η εξάρτηση δεν είναι ψυχοπαθολογικός όρος. Όλες οι σχέσεις περιέχουν κάποιου βαθμού εξάρτηση. Εκείνο που μας οδηγεί στην παθολογία είναι η ένταση και η φύση του δεσμού του υποκειμένου με το αντικείμενο εξάρτησης. Οι εξαρτήσεις εκδηλώνονται κατά κύριο λόγο στην εφηβεία. Αποτελούν αυτοκαταστροφικές συμπεριφορές με τις οποίες ο έφηβος επιτίθεται στο σώμα του και στις επιτεύξεις του και στερεί στον εαυτό του ένα μέρος των

δυνατοτήτων του, συχνά εκείνες που είχε επενδύσει περισσότερο. Οι εξαρτήσεις μαρτυρούν τη συνεχή αλληλεπιδραστική σχέση ανάμεσα στο ατομικό και το κοινωνικό και την επίδραση του στην υπό διαμόρφωση ταυτότητα του εφήβου

## **Διδακτική Ενότητα 2: Εξάρτηση από το internet**

Στη σημερινή εποχή η ενασχόληση των εφήβων με τους ηλεκτρονικούς υπολογιστές προσφέρει πολλές δυνατότητες μάθησης, εκπαίδευσης και ψυχαγωγίας. Η συνεχής όμως χρήση του διαδικτύου μπορεί να δημιουργήσει προβλήματα. Υπερβολικές ποσότητες χρόνου φαίνεται να δαπανώνται σε αλληλεπιδράσεις μέσω ηλεκτρονικού ταχυδρομείου, ιστότοπους κοινωνικής δικτύωσης, δωμάτια ηλεκτρονικής συζήτησης, διαδικτυακά παιχνίδια.

Ως εξάρτηση από το διαδίκτυο ορίζεται η αδυναμία ελέγχου της χρήσης του ιστού, που οδηγεί σε αισθήματα πίεσης, άγχους και δυσλειτουργικές συμπεριφορές σε καθημερινές δραστηριότητες του εφήβου.

Στην παρούσα ενότητα αναφέρονται τα κριτήρια που ορίζουν την διαταραχή, επιδημιολογικά δεδομένα, οι ηλικιακές ομάδες των εφήβων που είναι περισσότερο ευάλωτες, η αιτιοπαθογένεια και η συνοσηρότητα καθώς και οι προτεινόμενοι τρόποι θεραπευτικής αντιμετώπισης.

## **Διδακτική Ενότητα 3: Αλκοολισμός των εφήβων**

Η χρήση και η κατάχρηση του αλκοόλ στην εφηβεία αποτελεί ένα μείζων και αυξανόμενο πρόβλημα, το οποίο έχει σοβαρές ψυχολογικές και σωματικές συνέπειες. Στόχος της διδακτικής ενότητας είναι η περιγραφή και ανάδειξη των σημαντικότερων στοιχείων του ανησυχητικού αυτού φαινομένου όσον αφορά στην επιδημιολογία, τους αιτιολογικούς παράγοντες, τις συσχετίσεις με ειδικά γνωρίσματα της προσωπικότητας και τις επιπτώσεις από τη χρήση αλκοόλ. Επιπλέον παρουσιάζονται οι προληπτικές και θεραπευτικές στρατηγικές για την αντιμετώπιση του προβλήματος και συζητείται η αποτελεσματικότητά τους.

## **Διδακτική Ενότητα 4: Χρήση εξαρτησιογόνων ουσιών στην εφηβεία**

Η έναρξη της χρήσης εξαρτησιογόνων ουσιών τοποθετείται χρονικά κυρίως στην περίοδο της εφηβείας ενώ η κατάχρησή τους αποτελεί ένα διαδεδομένο πρόβλημα. Στην ενότητα αυτή μελετάται η αιτιοπαθογένεια και η συνοσηρή ψυχοπαθολογία του σύνθετου φαινομένου της χρήσης, κατάχρησης και εξάρτησης από ψυχοδραστικές ουσίες και εξετάζεται η οικογενειακή δυναμική στις οικογένειες εφήβων χρηστών. Αναφέρονται οι συχνότερα χρησιμοποιούμενες τοξικές ουσίες όπως κανναβινοειδή (μαριχουάνα, χασίς), οπιοειδή (μορφίνη, ηρωίνη), διεγερτικές ουσίες (αμφεταμίνη – κοκαΐνη), ψευδαισθησιογόνες ουσίες (LSD, μεσκαλίνη, «έκσταση»), πτητικές – εισπνεόμενες ουσίες και αναλύεται η δράση τους.

Επίσης, δίνεται βαρύτητα σε ερευνητική βιβλιογραφία προερχόμενη από την Ελλάδα, όσον αφορά στην επιδημιολογία και την έκταση του προβλήματος αυτού στη χώρα μας.

### **Διδακτική Ενότητα 5: Παθολογική ενασχόληση με τα τυχερά παιχνίδια**

Σκοπός της ενότητας είναι να μελετηθεί η παθολογική ενασχόληση με τα τυχερά παιχνίδια στην εφηβεία που αποκτά όλο και μεγαλύτερη έκταση διεθνώς.

Παρουσιάζονται τα χαρακτηριστικά, η έκταση, οι παράγοντες κινδύνου και οι τρόποι αντιμετώπισης του φαινομένου που αποτελεί ένα σοβαρό και διαρκώς επιδεινούμενο πρόβλημα των σύγχρονων δυτικών κοινωνιών. Τα τελευταία έτη προσελκύει συνεχώς ένα αυξανόμενο ερευνητικό ενδιαφέρον καθώς τα ποσοστά επικράτησης της διαταραχής παρατηρούνται υψηλά, η προσβασιμότητα των εφήβων στις διάφορες μορφές τυχερών παιχνιδιών είναι εύκολη και πρόκειται για μία κοινωνικά αποδεκτή μορφή ψυχαγωγίας.

Χρησιμοποιούνται για τη διαφήμιση τους όλοι οι δυνατοί τρόποι επικοινωνίας, ενώ ταυτόχρονα διαπιστώνεται έλλειψη ενημέρωσης για τους κινδύνους που εγκυμονεί η χρήση τους.

### **Διδακτική Ενότητα 6: Διαταραχή Ελλειμματικής Προσοχής – Υπερκινητικότητας και εξαρτήσεις**

Σκοπός της ενότητας είναι η μελέτη της σχέσης της Διαταραχής Ελλειμματικής Προσοχής – Υπερκινητικότητας (ΔΕΠΥ) με τις εξαρτήσεις.

Η σύνδεση μεταξύ Διαταραχής Ελλειμματικής Προσοχής – Υπερκινητικότητας και εξαρτήσεων είναι το αντικείμενο πολυάριθμων μελετών και σήμερα είναι επαρκώς τεκμηριωμένο ότι οι ασθενείς με ΔΕΠΥ παρουσιάζουν σε υψηλό ποσοστό συννοσηρότητα με τις εξαρτητικές διαταραχές. Στην βιβλιογραφία αναδεικνύεται ειδικότερα, η συχνή συννοσηρότητα της ΔΕΠΥ με την παθολογική ενασχόληση με τα τυχερά παιχνίδια και την χρήση ουσιών.

Στη συγκεκριμένη ενότητα αναδεικνύονται τα βιβλιογραφικά ευρήματα που αφορούν στην επιδημιολογία της συννοσηρότητας, στις βιολογικές παραμέτρους του θέματος και στις αιτιοπαθογενετικές υποθέσεις που έχουν προταθεί μέχρι σήμερα.

Οι έφηβοι που παρουσιάζουν συννοσηρότητα ΔΕΠΥ και εξαρτήσεων αποτελούν ιδιαίτερη ομάδα και απαιτούν ειδικούς θεραπευτικούς χειρισμούς.