



Εφηβεία, επαγγελματικές αναζητήσεις

- ▶ 12-18 ετών: Το άτομο προετοιμάζει τον εαυτό του για την **μεγάλη επιλογή**
 - ▶ Τι θέλω να γίνω;
 - ▶ Πώς θέλω να είναι το μέλλον μου;
- ▶ Πρόκειται για μια διαδικασία **διαμόρφωσης του «εγώ»**





Μέχρι πρόσφατα κάθε **αλλαγή** των ανθρώπινων απόψεων συντελούνταν με **αργό ρυθμό**.

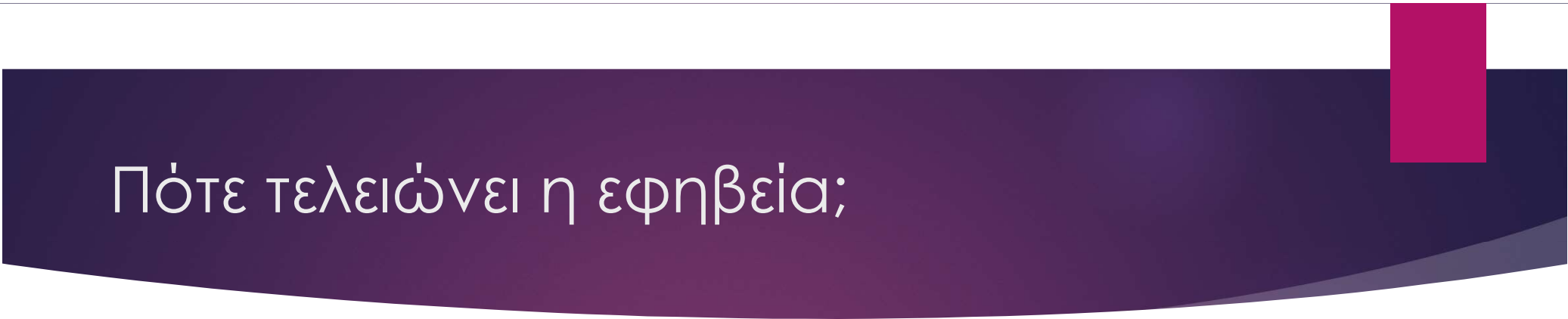
Η κατάσταση αυτή άλλαξε με την εμφάνιση της **Βιομηχανικής Επανάστασης** τον 19ο αιώνα.

Πλέον η ζωή μας **μεταβάλλεται** με ταχύτατους ρυθμούς.

Τούτη η συνθήκη "αγχώνει" τους **αβέβαιους εφήβους**.

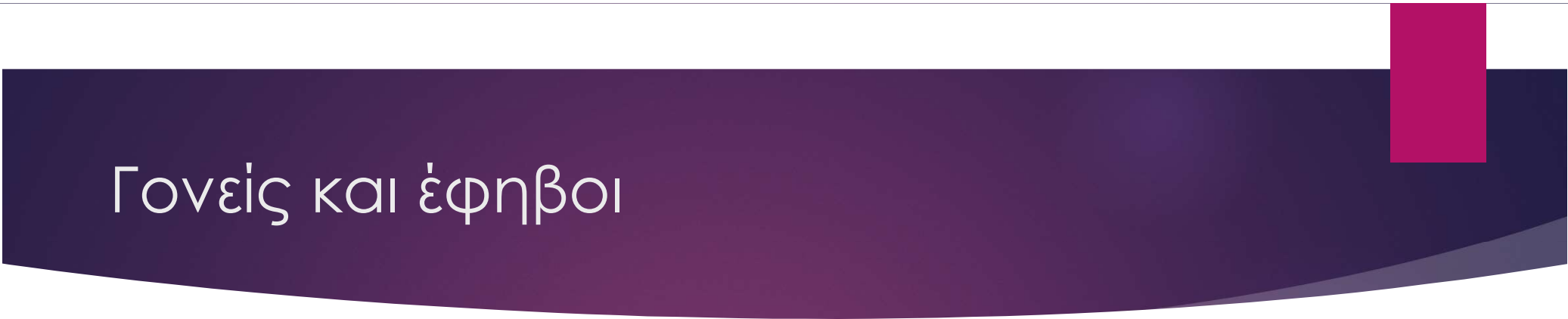
Προσόντα για το μέλλον

- ▶ Ικανότητες για συμμετοχή σε μία **διεθνή οικονομία** πλούσια σε τεχνολογική γνώση.
- ▶ Κίνητρα για **δια βίου εκπαίδευση**.
- ▶ Αξίες για ειρηνική ζωή σε μία **διαφορετική κοινωνία**.
- ▶ Ικανότητα να ζουν με την **αβεβαιότητα και την αλλαγή**.



Πότε τελειώνει η εφηβεία;

η εφηβεία είναι ένα φαινόμενο που διαφοροποιείται ανάλογα με το πολιτιστικό και κοινωνικό περιβάλλον και ως προς τη διάρκεια της και ως προς τις διαδικασίες ένταξης των εφήβων στην κοινωνία των ενηλίκων. **Όσο πιο πολύπλοκη είναι μια κοινωνία τόσο μεγαλύτερη είναι η χρονική διάρκεια της εφηβείας** και τόσο εντονότερες οι συγκρούσεις της.



Γονείς και έφηβοι

Η αίσθηση των εφήβων ότι τους εμπιστεύονται και τους αντιμετωπίζουν, ως υπεύθυνα και ώριμα άτομα συμβάλλει σημαντικά στην αύξηση της **αυτοεκτίμησής** τους. Η αυτοεκτίμηση αποτελεί ένα βασικό και κυρίαρχο στοιχείο, κατά τη δόμηση της **ταυτότητας** τους.
(αποδοχή, δημιουργικός γονικός έλεγχος, διάλογος, δημοκρατικότητα)

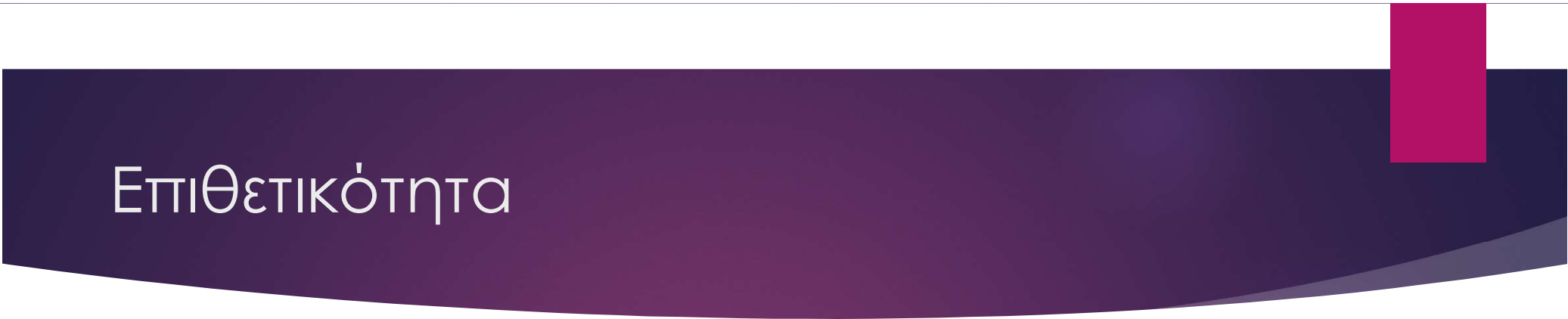


Έφηβοι σε κίνδυνο



οι **παράνομες** πράξεις των ανηλίκων έχουν **διαφοροποιηθεί ποιοτικά** σε σχέση με το παρελθόν

οι απλές κλοπές **παραχώρησαν τη θέση τους** σε διαρρήξεις, ληστείες και βανδαλισμούς



Επιθετικότητα

Κάθε συμπεριφορά η οποία εκδηλώνεται κατά ενός άλλου ατόμου με άμεση πρόθεση την πρόκληση βλάβης.

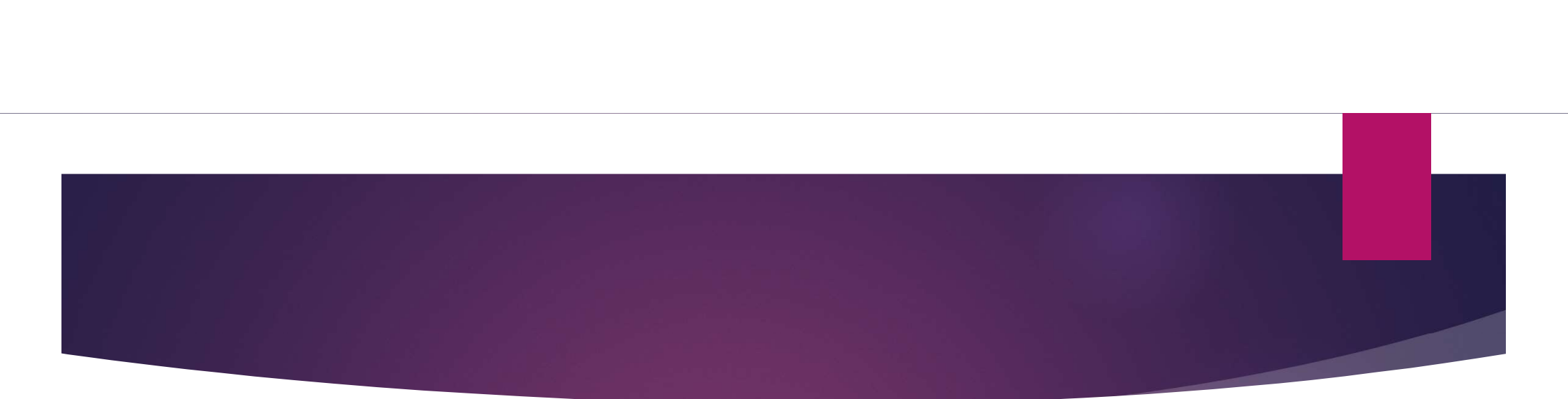
ΒΙΑ: η επιθετικότητα που έχει ως στόχο την πρόκληση έσχατης βλάβης.

Η Στάση του εκπαιδευτικού

- ▶ Διακρίνει πότε τα εμπλεκόμενα άτομα μπορούν να διαχειριστούν μόνα τους μια σύγκρουση και πότε υπάρχει πραγματικό πρόβλημα για το οποίο απαιτείται η παρέμβασή του.
- ▶ Αρετές εκπαιδευτικού: Σεβασμός, ανοχή στην κατανόηση των διαφορών

Βήματα Αντιμετώπισης της Σύγκρουσης

- ▶ **Προσδιορισμός** προβλήματος
- ▶ **Διάκριση** των πραγματικών προβλημάτων αντιπαράθεσης από τα ζητήματα διαπροσωπικών σχέσεων.
- ▶ **Ακρόαση** απόψεων καθενός από τους εμπλεκομένους.
- ▶ Εντοπισμός **κινήτρων** που οδηγούν στην σύγκρουση
- ▶ Αναζήτηση **εναλλακτικών** επιλογών/λύσεων



Αν δεν υπάρχει
άμεσος κίνδυνος

Ζητάμε βοήθεια
Σχολικού
Ψυχολόγου, ειδικού
εκπαιδευτικού, ή
άλλου ειδικού.

Αν υπάρχει άμεσος
κίνδυνος

Ενημερώνονται με
εχεμύθεια οι γονείς,
ζητάμε τη
συνεργασία τους.



Η αντιμετώπιση προβλημάτων συμπεριφοράς με επιθετικό ή τιμωρητικό τρόπο, **αυξάνει τα συναισθήματα θυμού/εκδίκησης** αυτών των παιδιών, **διαρρηγνύοντας σε ακόμη μεγαλύτερο βαθμό τους δεσμούς με τους ενηλίκους** ωθώντας σε επιδείνωση της επιθετικής συμπεριφοράς (Κουρουτάς, 2007)

Πώς κάνουμε τα πράγματα χειρότερα

- ▶ Φωνάζουμε
- ▶ Μιλάμε σε δεύτερο πρόσωπο
- ▶ Ερχόμαστε πολύ κοντά στον άλλο
- ▶ Χρησιμοποιούμε το μέγεθος του σώματος για να εκφοβίσουμε
- ▶ Κουνάμε ή σφίγγουμε τη γροθιά μας
- ▶ Δείχνουμε με το δάχτυλο, ή το κουνάμε.



Πώς κάνουμε τα πράγματα καλύτερα

- ▶ Ήρεμη φωνή
- ▶ Κρατάμε αποστάσεις
- ▶ Μιλάμε σε πρώτο ενικό
- ▶ Ανοιχτές παλάμες
- ▶ Δεν το παίρνουμε προσωπικά

Συστημικές Ερωτήσεις

Ο Γιάννης κάνει φασαρία και ενοχλεί την Μαίρη η οποία τον παρατηρεί με πολύ αυστηρό ύφος και αρχίζει καυγάς μεταξύ τους.

Αντί να ρωτήσουμε ευθέως τον Γιάννη γιατί κάνει φασαρία και ενοχλεί την Μαίρη, θα μπορούσαμε να ρωτήσουμε την Μαίρη, τι νομίζει ότι είναι αυτό που οδηγεί τον Γιάννη να κάνει φασαρία την ώρα του μαθήματος...

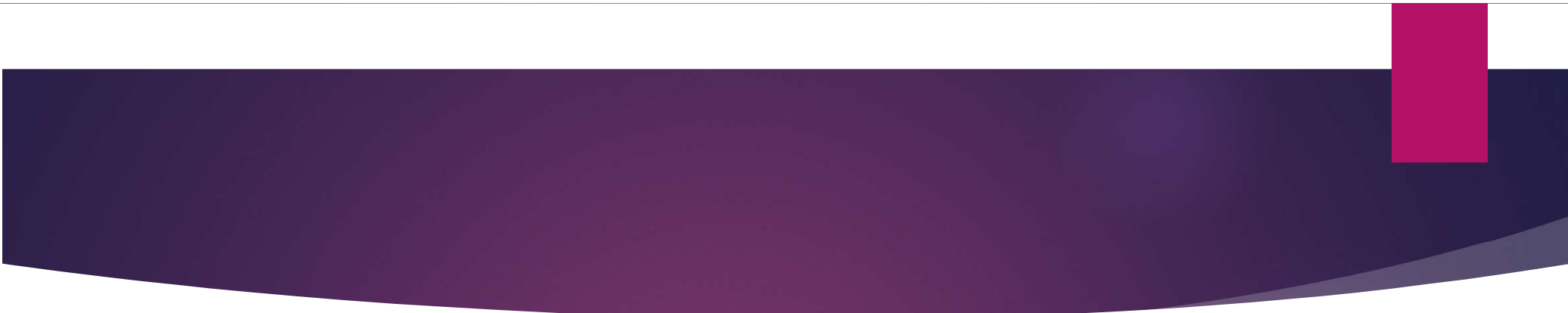
Με τον ίδιο τρόπο θα μπορούσαμε να ρωτήσουμε

Τι κάνουν οι άλλοι όταν η Μαίρη διαμαρτύρεται στον Γιάννη

Ποιος άλλος ενοχλείται από την συμπεριφορά του Γιάννη ή ποιος δεν ενοχλείται.



Συναισθήματα και συμπεριφορά Εφηβεία



Οι οικογενειακές σχέσεις συνήθως επηρεάζονται από τις διαπραγματεύσεις των ίδιων των εφήβων

- ▶ για την **αυτονομία** τους,
- ▶ την ανάπτυξη της **αντίληψης** που έχουν για τους **εαυτούς** τους και
- ▶ τις πρώτες κινήσεις για την **απόκτηση προσωπικής ταυτότητας**.
- ▶ Την ίδια χρονική περίοδο οι **γονείς** μπορεί να περνούν **κρίση μέσης-ηλικίας** όσον αφορά την καριέρα τους, τη σωματική τους εμφάνιση ή τη σεξουαλικότητα τους, και έτσι οι γονικές και οι εφηβικές ανησυχίες συμπίπτουν πράγμα που δεν βοηθά στην επίλυση των προβλημάτων

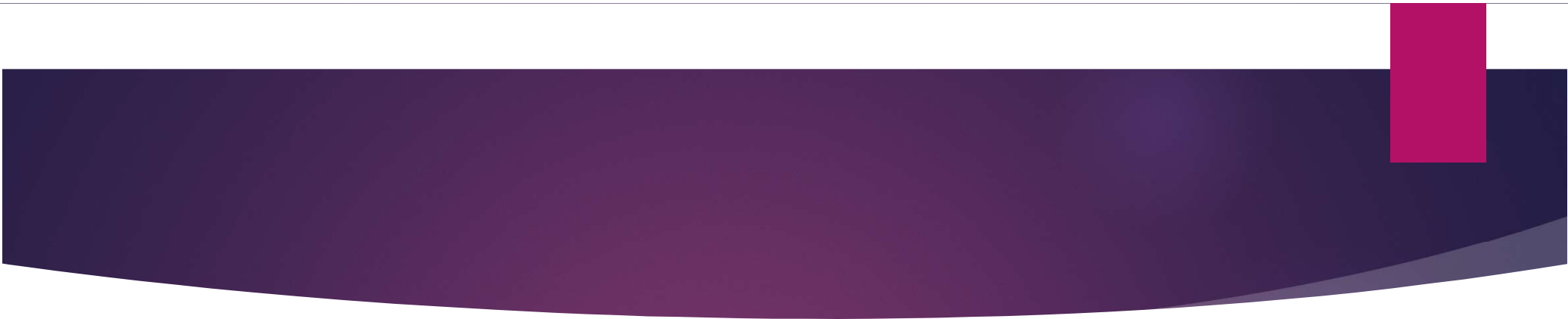


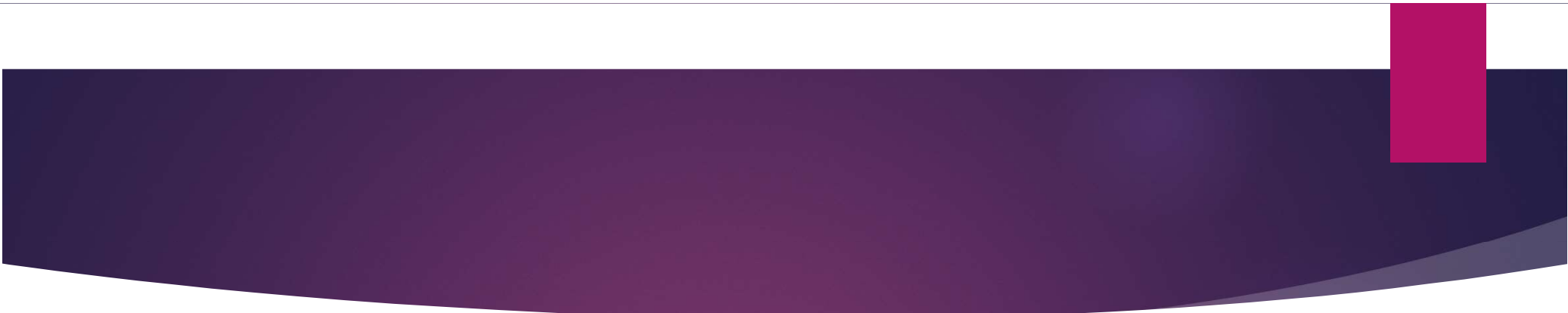
Σκέψη τυπικών λειτουργιών

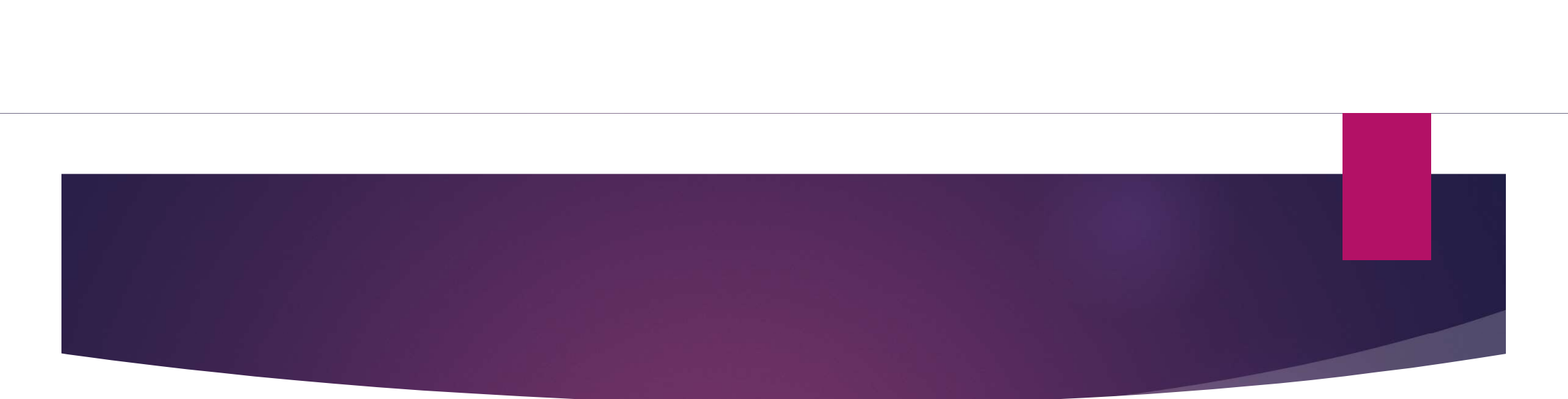
- ▶ Ικανότητα σχηματισμού **αφηρημένων σκέψεων**
- ▶ Σύγκριση **επιπτώσεων** υποθετικών σκέψεων
- ▶ Σκέψεις για **τις ίδιες τις σκέψεις** του ατόμου

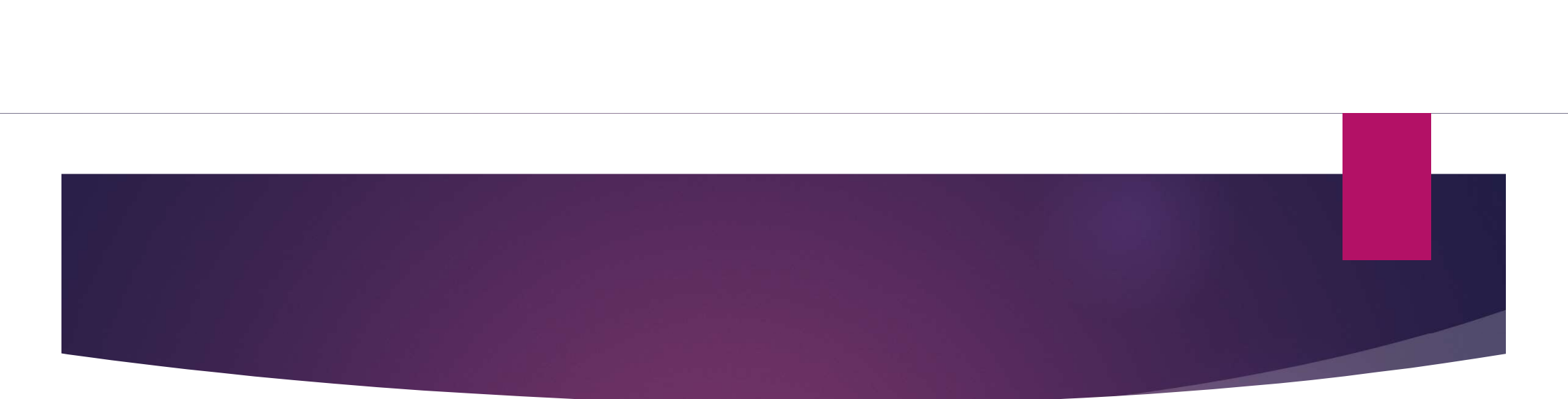
Νευρογενής ανορεξία

- ▶ Η διαίτα αδυνατίσματος είναι **ενδημική** στα κορίτσια εφηβικής ηλικίας.
- ▶ Εν μέρει γι' αυτό ευθύνεται η **ταύτιση του λεπτού σώματος με την ελκυστικότητα**, μια υπόθεση που επικρατεί στη διαφήμιση και στη μόδα.

- 
- ▶ Σε ορισμένα κορίτσια, η διαδικασία αδυνατίσματος επικρατεί και οδηγεί σε "ακατάπαυστη επιδίωξη αδυνατίσματος", τυπικά με φοβικό τρόπο του φυσιολογικού βάρους και μεγέθους. Αυτή η κατάσταση ορίζεται ως **νευρογενής ανορεξία**, και τα χαρακτηριστικά της είναι:
 - ▶ **Διαστρεβλωμένη αντίληψη της εικόνας σώματος της ασθενούς η οποία επιτείνεται καθώς χάνει βάρος.**

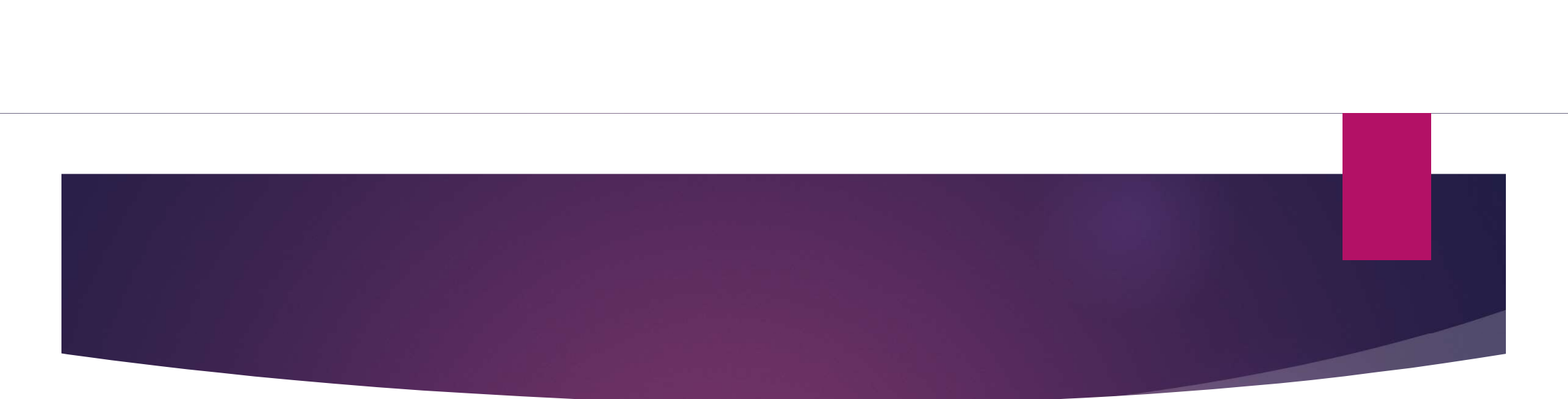
- 
- ▶ Όταν το βάρος σώματος πέσει κάτω από ένα κρίσιμο σημείο (περίπου 48 kgr) η εφηβική ανάπτυξη αναστέλλεται και αναστρέφεται έτσι ώστε η έμμηνος ρύση διακόπτεται και το κορίτσι τελικά αποκτά εικόνα παιδιού προεφηβικής ηλικίας. Αυτό μπορεί να τη "σώσει" από ορισμένες από τις προκλήσεις της εφηβείας, ιδίως όσες σχετίζονται με τη σεξουαλικότητα.
 - ▶ Η ανακάλυψη, από ένα κορίτσι που ένιωθε ανίσχυρο, ότι μέσω της αυτοεπιβαλλόμενης ασιτίας μπορεί να ελέγξει το μέγεθος και την ανάπτυξη του σώματος της, γεγονός που οδηγεί σε αύξηση της αίσθησης αυτοεκτίμησης και αυτο - αποτελεσματικότητας.

- 
- ▶ Δραματικές και ορατές επιπτώσεις της αυτοεπιβαλλόμενης ασιτίας στο κορίτσι, οι οποίες μπορεί να ενώσουν κάποιους γονείς στην προσπάθεια τους να φροντίσουν το παιδί και έτσι να αποφευχθεί ένα πιθανό διαζύγιο, κάτι που το παιδί να φοβάται ότι επίκειται.
 - ▶ Το προσβεβλημένο κορίτσι συχνά αρνείται ότι πεινάει, διαβεβαιώνει τους πάντες ότι "χαίρει άκρας υγείας", αθλείται για να χάσει βάρος και διαφωνεί ένθερμα ότι είναι πολύ αδύνατη. Αγνοεί την απίσχνασή της και φαίνεται να αδιαφορεί για το γεγονός ότι επιβάλλει στον εαυτό της ασιτία μέχρι θανάτου. Προς μεγάλη έκπληξη των γονιών της, μπορεί να μαγειρεύει για τους άλλους και να διαβάζει βιβλία μαγειρικής αφειδώς

- 
- ▶ Μπορεί να παραπλανεί οποιονδήποτε θεωρεί ότι παρεμποδίζει την προσπάθεια της. Έτσι αποκρύπτει το ότι δεν τρώει πετώντας κρυφά το φαγητό της ή λέγοντας ψέματα για το βάρος της.
 - ▶ Και πριν και μετά τη νόσο της παρουσιάζει, ψυχαναγκαστικό, τελειομανή χαρακτήρα, που την βοηθά να διατηρήσει τη μόνιμη δίαιτα. Αληθεύει πως είναι πιθανόν να περιγράφεται ως ήσυχο, συνεργάσιμο, σκληρά εργαζόμενο παιδί και ως "το τελευταίο άτομο που θα μπορούσε να αναπτύξει νευρογενή ανορεξία". Οι γονείς της συχνά παρουσιάζονται ως καλοί άνθρωποι που αποφεύγουν τις διαμάχες.



- Ορισμένα κορίτσια ανακαλύπτουν ότι μπορούν να ξεπεράσουν τον αυτοπεριορισμό των προσλαμβανόμενων υδατανθράκων μέσω **εμετών** και ότι μπορεί να χάσουν βάρος μέσω των διουρητικών. Αλλά παίρνουν καθαρτικά πιστεύοντας ότι έτσι θα απομακρυνθεί το φαγητό που κατανάλωσαν χωρίς να απορροφηθεί. Αυτή η τακτική μπορεί να προκαλέσει ευρείες διακυμάνσεις του βάρους και μεταβολικές ανωμαλίες όπως υποκαλιαιμία και αλκάλωση. Η κατάσταση αυτή χαρακτηρίζεται **ως βουλιμία**, η οποία μπορεί να συμβεί και με φυσιολογικό βάρος σώματος ή σε συνδυασμό με χαμηλό βάρος ως δυσοίωνα επιπλοκή της νευρογενούς ανορεξίας. Συνήθως προσβάλλει εφήβους μεγαλύτερης ηλικίας.

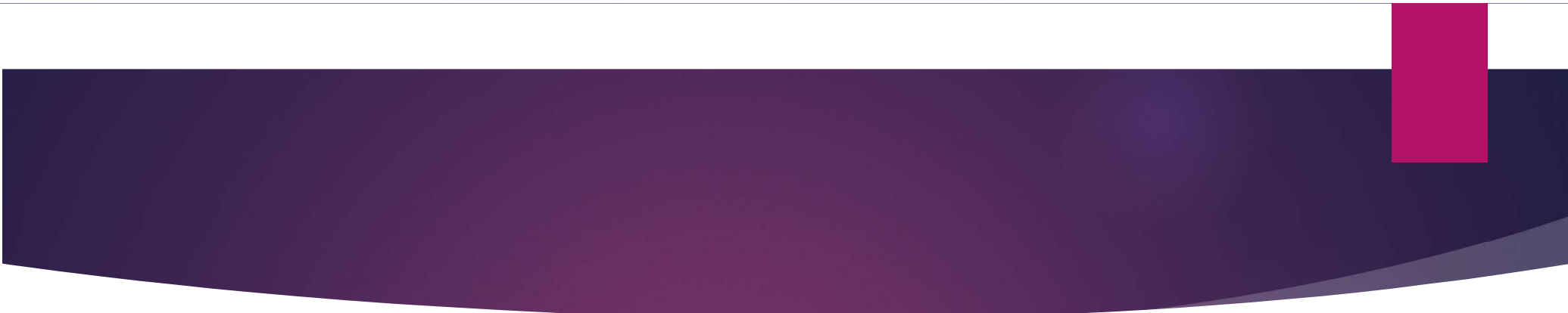


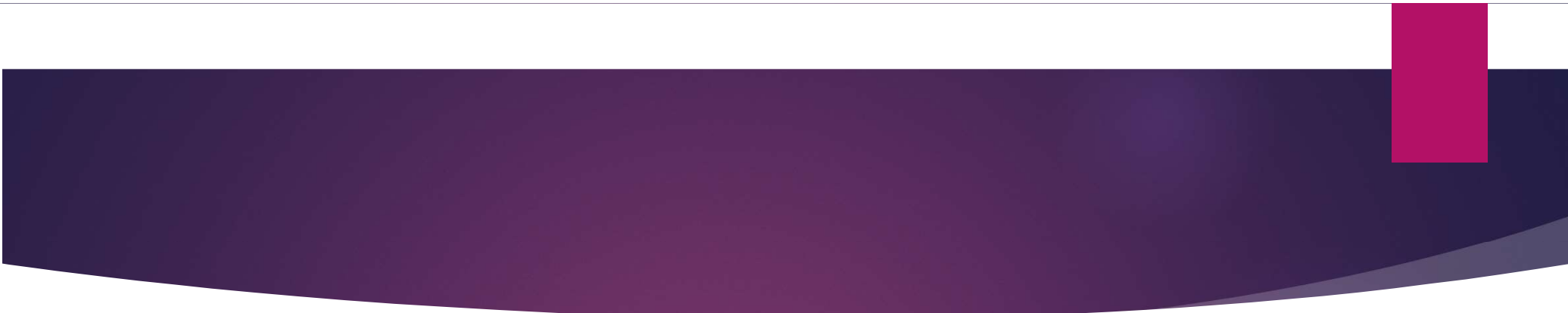
Η βουλιμία σε κορίτσια με φυσιολογικό βάρος μπορεί να αντιμετωπιστεί μέσω ενθάρρυνσης για την υιοθέτηση

- ▶ μιας φυσιολογικής διαίτας, η οποία παρακολουθείται μέσω καταγραφής των προσλαμβανόμενων τροφών σε ημερολόγιο, και παροχής
- ▶ ψυχοθεραπείας (ατομικής ή ομαδικής).

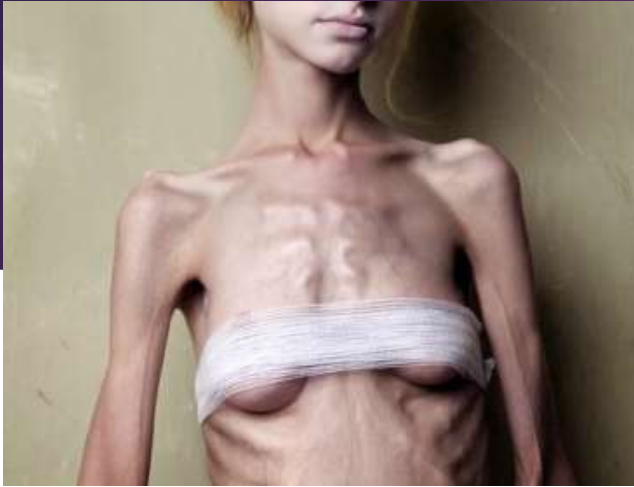
Αντιμετώπιση

- ▶ Η αρχική αντιμετώπιση της νευρογενούς ανορεξίας αφορά προσπάθεια για επάνοδο του βάρους σε σχεδόν φυσιολογικά όρια μέσω επανασίτισης. Εάν αυτό είναι εφικτό θα πρέπει αρχικά να γίνει σε εξωνοσοκομειακή βάση και θα χρειαστούν αρκετές συναντήσεις με το κορίτσι και τους γονείς του στις οποίες θα συζητηθεί η σοβαρότητα της κατάστασης.
- ▶ Παρακολουθείται το βάρος του κοριτσιού, και όχι τι τρώει, και απαιτείται πρόσληψη περίπου 500 gr την εβδομάδα. Η αποτυχία εκπλήρωσης αυτού του στόχου οδηγεί σε εισαγωγή στο νοσοκομείο για επανασίτιση χωρίς καμία διαπραγμάτευση.
- ▶ Η προσέγγιση γίνεται πιο ψυχοθεραπευτική όταν το βάρος της ασθενούς φτάσει στο επίπεδο που ήταν πριν αρχίσει τη δίαιτα

- 
- ▶ Η πρόγνωση είναι σχετικά καλή, αλλά περίπου το 1/4 των πιο αποφασισμένων ασθενών που χρειάστηκαν θεραπεία σε ειδικές μονάδες, εμφανίζουν μια χρόνια πορεία με υποτροπές.
 - ▶ Ποσοστό μικρότερο του 5% καταλήγει λόγω αυτοκτονίας, υποθρεψίας ή λοίμωξης, αν και συνήθως αυτό συμβαίνει σε μετέπειτα στάδιο της ζωής.
 - ▶ Οι περισσότερες ασθενείς ανακτούν το βάρος τους μόνιμα, αν και συχνά ανησυχούν για το φαγητό και περίπου στο 1/3 αυτών παρατηρούνται ελάσσονα ψυχοσεξουαλικά προβλήματα.

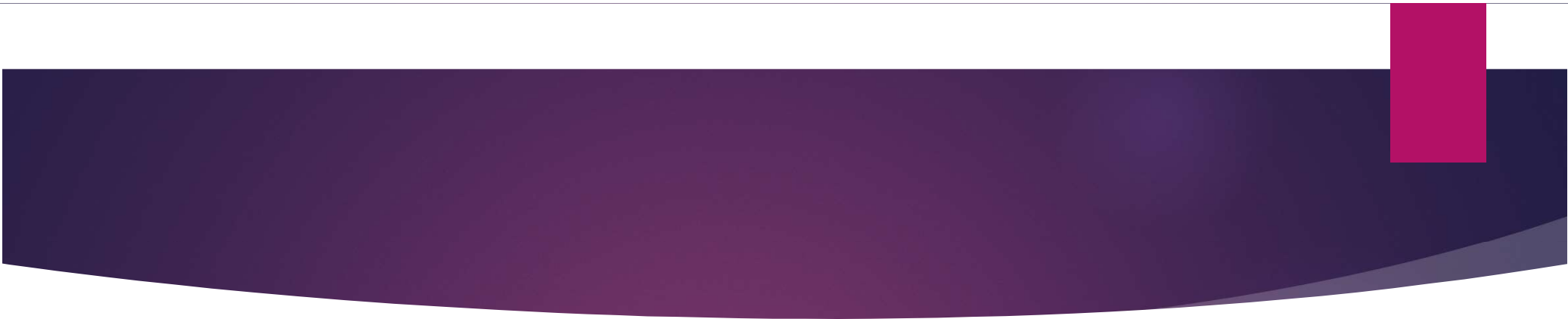


Τα κορίτσια με νευρογενή ανορεξία σπανίως
συμφωνούν ότι είναι πολύ αδύνατα και μπορεί να
παραπλανήσουν τους πάντες υποκρινόμενα ότι τρώνε.



Κατάθλιψη

- ▶ Η άσχημη διάθεση μπορεί να είναι δευτερογενής αντίξοων καταστάσεων ή να εμφανιστεί αυτόματα, μερικές φορές. Η κατάθλιψη είναι μια κλινική κατάσταση η οποία αντιπροσωπεύει κάτι περισσότερο από θλίψη και κακή διάθεση, επεκτείνεται και επηρεάζει τα κίνητρα του ατόμου, την κρίση του και την ικανότητα αποκόμισης ευχαρίστησης και προκαλεί συμπτώματα ενοχής και απόγνωσης.
- ▶ Μπορεί να διαταράξει τον ύπνο, την όρεξη και το βάρος.
- ▶ Οδηγεί σε κοινωνική απόσυρση, η οποία είναι ένα σημαντικό σημείο. Μια τέτοια κατάσταση παρατηρείται συχνά στους εφήβους, ιδιαίτερα στα κορίτσια, αλλά μερικές φορές μπορεί να προσβάλλει και παιδιά προεφηβικής ηλικίας.

- 
- ▶ Η διάγνωση της κατάθλιψης βασίζεται κυρίως στην κατ' ιδίαν **συνέντευξη** της εφήβου καθώς και στη λήψη **ιστορικού** από τους γονείς της.
 - ▶ Οι έφηβοι, μπροστά στους γονείς τους μπορεί να συμπεριφέρονται σαν να μην υπάρχει κανένα πρόβλημα, όταν η λήψη ιστορικού γίνεται παρουσία των γονιών τους. Είναι αναγκαίο να ερωτηθούν άμεσα για τα συναισθήματά τους και συγκεκριμένα για αυτοκτονικές ιδέες και σχέδια.

Χαρακτηριστικά της κατάθλιψης στους εφήβους

- ▶ Απάθεια, ανία και αδυναμία αυτοψυχαγωγίας
- ▶ Άγχος αποχωρισμού το οποίο επανεμφανίζεται ενώ είχε υποχωρήσει σε προηγούμενο στάδιο
- ▶ Ελάττωση σχολικών επιδόσεων
- ▶ Κοινωνική απόσυρση
- ▶ Υποχόνδριες ιδέες και παράπονα για ενοχλήματα στο θώρακα, στην κοιλία και στην κεφαλή
- ▶ Ευερέθιστη διάθεση ή αληθής αντικοινωνική συμπεριφορά
- ▶ Ανορεξία και απώλεια βάρους
- ▶ Αϋπνίες
- ▶ Απώλεια libido

Χρήση απαγορευμένων ουσιών

- ▶ Οι περισσότεροι έφηβοι είναι εκτεθειμένοι σε απαγορευμένες ουσίες σε κάποιο στάδιο της ζωής τους. Ορισμένοι από αυτούς θα πειραματιστούν με αυτές και κάποιοι θα γίνουν χρόνιοι χρήστες. Συνήθως αυτό γίνεται για ψυχαγωγικούς λόγους, αλλά λίγοι τις χρησιμοποιούν για την αποφυγή δυσάρεστων συναισθημάτων ή αναμνήσεων.

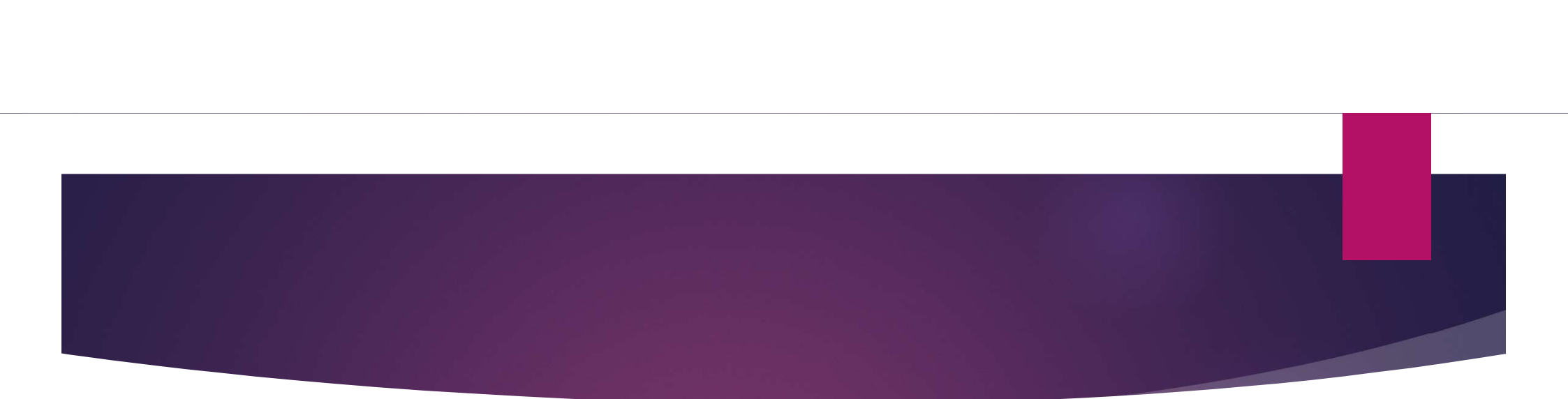


Η κατάχρηση υποδηλώνει μεγάλη χρήση. Τα σημεία διαφέρουν ανάλογα με τον παράγοντα που χρησιμοποιείται αλλά περιλαμβάνουν:

- ▶ δηλητηρίαση
- ▶ ανεξήγητες απουσίες από το σχολείο ή το σπίτι
- ▶ συναναστροφή με γνωστούς χρήστες
- ▶ υψηλά ποσοστά σπατάλης ή κλοπής χρημάτων
- ▶ κατοχή του εξοπλισμού που απαιτείται για τη λήψη των απαγορευμένων ουσιών
- ▶ ιατρικές επιπλοκές σχετιζόμενες με την χρήση.

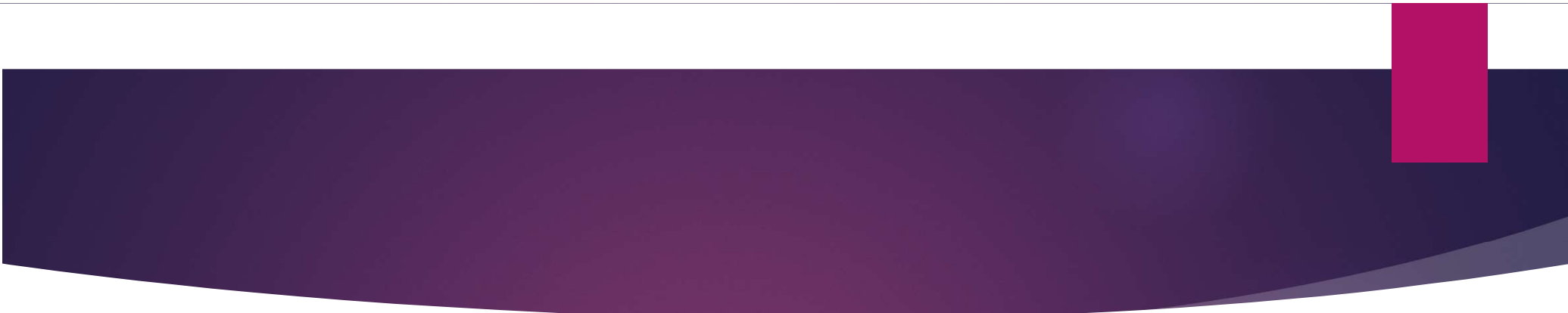
ΑΝΤΙΜΕΓΩΠΙΣΗ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΩΝ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

- ▶ Για τα περισσότερα προβλήματα συμπεριφοράς και συναισθήματος, υπάρχουν αλληλεπιδράσεις μεταξύ αντίξοων συνθηκών στην οικογένεια, μεταξύ των συνομηλίκων και στο σχολείο, σε συνδυασμό με ευαισθησίες του παιδιού.
- ▶ Αντίθετα, υπάρχει μικρή πιθανότητα να οδηγήσουν σε τέτοιες επιπτώσεις αν υπάρχει μια αντιρροπιστική δύναμη όπως υψηλή ευφυΐα, καλή αυτοεκτίμηση, ασφαλής προσκόλληση, καλές σχέσεις με συνομήλικους ή θερμή συναισθηματική σχέση με έναν από τους γονείς



Μια περιβαλλοντική αντιξοότητα μπορεί να είναι

- ▶ οξεία (ένα συμβάν απώλειας ζωής κάποιου αγαπημένου) ή
- ▶ χρόνια. Αν αυτό δε μπορέσει να ανταποκριθεί, η αντιξοότητα οδηγεί σε συναισθηματική διαταραχή ή πρόβλημα συμπεριφοράς.



Έχοντας υπόψιν τα παραπάνω, είναι δυνατό να μιλήσουμε για τα τρία κύρια χαρακτηριστικά της αιτιολογίας:

- ▶ προδιάθεση (ευαισθησία)
- ▶ πυροδότηση
- ▶ διαιώνιση.

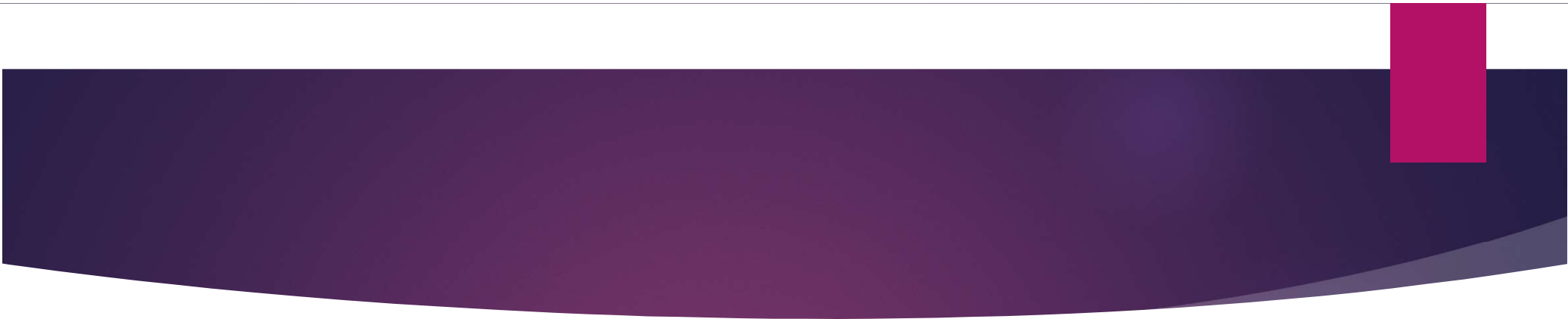
Στην κλινική πράξη, ο παράγοντας πυροδότησης είναι αυτός που πολλοί θεωρούν ως "αίτιο" αλλά αφορά συχνά σε παράγοντες που διαιωνίζουν ή συντηρούν το πρόβλημα το οποίο πρέπει να αντιμετωπίσει κανείς.

Αξιολόγηση

- ▶ Είναι καλύτερο να ληφθεί συνέντευξη και από τους δύο γονείς.
- ▶ Κατά τη διάρκεια της συνέντευξης θα πρέπει να εξετάζεται η ποιότητα του γάμου τους και η διανοητική κατάσταση των γονέων
- ▶ Κάνουμε ανοιχτές ερωτήσεις όπου είναι εφικτό και ρωτάμε άμεσα για τα συναισθήματα των γονέων.
- ▶ Αξιολογούμε τη στάση των γονέων προς το παιδί



- ▶ Πάρτε **κατ' ιδίαν συνέντευξη** από το παιδί εάν φαίνεται δυνατή.
- ▶ **Οι ερωτήσεις σας θα πρέπει να είναι πολύ απλές** και συγκεκριμένες, εξασφαλίζοντας ότι το παιδί κατανοεί τι θέλετε να μάθετε.
- ▶ Σκεφτείτε αν θα σας βοηθήσουν οι πληροφορίες από το σχολείο ή άλλες εμπλεκόμενες υπηρεσίες.
- ▶ Σε πολλές περιπτώσεις αξίζει να ζητήσετε από τους γονείς να κρατήσουν ένα ημερολόγιο καταγραφής του προβλήματος, το οποίο μπορείτε να μελετήσετε μερικές ημέρες μετά. Εξηγείστε τους ποιες συμπεριφορές θέλετε να καταγραφούν και με ποιο τρόπο (π.χ. "τι προηγήθηκε, συμπεριφορά και επιπτώσεις" για τα ξεσπάσματα θυμού).



Αντιμετώπιση

Γενικά η αντιμετώπιση των προβλημάτων συμπεριφοράς και των διαταραχών συναισθήματος των παιδιών:

- ▶ είναι ψυχολογική και όχι φαρμακολογική
- ▶ δεν χρήζει εισαγωγής του παιδιού στο νοσοκομείο
- ▶ περιλαμβάνει τους γονείς ως "πρόσωπα-κλειδιά"
- ▶ μπορεί να περιλαμβάνει μια ποικιλία επαγγελματιών του χώρου της υγείας και των κοινωνικών υπηρεσιών.



Κύριες ψυχολογικές θεραπευτικές παρεμβάσεις που χρησιμοποιούνται για προβλήματα συμπεριφοράς και συναισθηματικές διαταραχές

Εξήγηση και καθησυχασμός

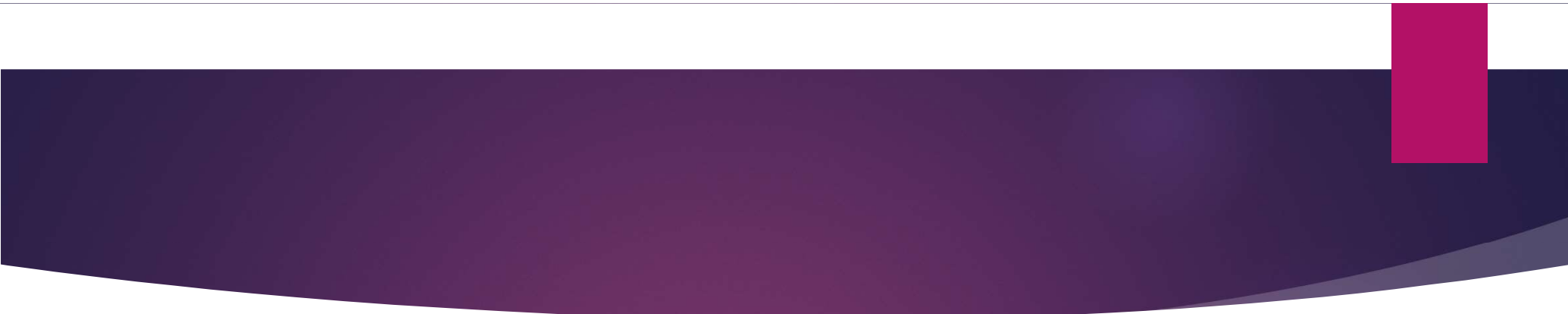
- ▶ Κατάλληλο μέτρο για ήπια προβλήματα καλής πρόγνωσης που προκύπτουν σε παιδιά υποστηρικτικών οικογενειών, οι οποίες μπορούν να "δουλέψουν" με έναν ευαίσθητο τρόπο αντιμετώπισης του προβλήματος μέχρι να υποχωρήσει.

Συμβουλευτική καθοδήγηση του παιδιού ή των γονέων

- ▶ Χρησιμοποιείται για την τροποποίηση στάσεων ή συνηθειών σκέψης. Ένα παιδί με δύσκολη ιδιοσυγκρασία αντιμετωπίζεται μέσω της κατάλληλης καθοδήγησης των γονέων του, ενώ ένας έφηβος που εμφανίζει υποχόνδρια συμπεριφορά θα πρέπει να καθοδηγηθεί ο ίδιος.

Ανεξάρτητη ή ομαδική δυναμική ψυχοθεραπεία

- ▶ Πιο δομημένη και εντατική επέκταση της συμβουλευτικής καθοδήγησης η οποία μπορεί να βοηθήσει παιδιά που, για παράδειγμα, παρουσιάζουν συναισθηματικά προβλήματα τα οποία εκδηλώνονται ως δυσκολίες στη σχέση του με τους γονείς. Απαιτεί αρκετές συνεδρίες, συνήθως μια την εβδομάδα, οι οποίες διεξάγονται κατ' ιδίαν. Παλαιότερα ήταν ο βασικός άξονας της ψυχιατρικής, σήμερα χρησιμοποιείται λιγότερο συχνά ιδιαίτερα σε παιδιά με διαταραγμένο ψυχισμό.



Θεραπεία συμπεριφοράς

- ▶ Χρησιμοποιεί παραδειγματική προσέγγιση των προβλημάτων η οποία τροποποιεί τους περιβαλλοντικούς παράγοντες που πυροδοτούν ή συντηρούν τους διάφορους τύπους συμπεριφοράς. Είναι ιδιαίτερα αποτελεσματική για την αντιμετώπιση των προβλημάτων συμπεριφοράς στα νεαρά παιδιά.

Οικογενειακή Θεραπεία

- ▶ Έχει γίνει πολύ δημοφιλής από τους παιδοψυχιάτρους /παιδοψυχολόγους. Βασίζεται σε μια σειρά συνεντεύξεων με όλα τα μέλη της οικογένειας έτσι ώστε να τροποποιηθούν τα δυσλειτουργικά σχήματα σχέσεων μεταξύ των μελών της οικογένειας, στηριζόμενη στο γεγονός ότι πολλά από τα προβλήματα των παιδιών διακονίζονται βασιζόμενα σε τρόπους μέσω των οποίων τα μέλη της οικογένειας ζουν και αντιμετωπίζουν το ένα το άλλο.

Θεραπεία γνωστικής αντίληψης

- ▶ Χρησιμοποιείται από λίγους ειδικούς για την τροποποίηση του τρόπου με τον οποίο οι έφηβοι κρίνουν τους εαυτούς τους σε σχέση με μια κατάσταση.