

Τα "δύσκολα" παιδιά: η συμπεριφορά τους ανάλογη της διαχείρισης των συναισθημάτων τους

Σάββας Α. Γεωργιάδης

Παιδοψυχίατρος, Ψυχοθεραπευτής, Σύμβουλος Οικογενείας

Εισήγηση σε εκπαιδευτικούς Γυμνασίων και Λυκείων Αθηνών

στα πλαίσια της ημερίδας Τμήματος Εκπαιδευτικών Θεμάτων της Διεύθυνσης Δ.Ε. Α' Αθήνας

«Η Ειδική Αγωγή στα Τυπικά – Γενικά Σχολεία της Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης»

6^ο ΕΠΑ.Λ. Αθηνών, 16 & 17 Δεκεμβρίου 2015

Εισαγωγικά

Κατά την παρατήρηση των μαθητών εντός του σχολείου, καθώς και των καθημερινών ασχολιών τους, των σχετικών με την σχολική ζωή, συχνά, γινόμαστε μάρτυρες βίαιων, προκλητικών και παραβατικών περιστατικών. Συνήθως, οι μαθητές που εμπλέκονται σ' αυτά τα περιστατικά περιγράφονται ως «δύσκολα παιδιά».

Ποιές είναι, όμως, αυτές οι συμπεριφορές που μπορούν και αναστατώνουν τη σχολική κοινότητα, που δυσκολεύουν τη λειτουργία του εκπαιδευτικού έργου μέσα σ' αυτή και πώς θα μπορέσει το σχολείο να απομονώσει τις συμπεριφορές αυτές, και όχι τους μαθητές, πώς θα καταφέρει να εξασφαλίσει την ολοκλήρωση της μαθησιακής διαδικασίας των παιδιών;

Γεννιόμαστε και μεγαλώνουμε μέσα σε κοινωνικές ομάδες, με καθοριστική για τη ζωή μας, την οικογένεια. Μεγαλώνοντας, πρέπει και επιβάλλεται να ενταχθούμε σε μια μεγαλύτερη κοινωνική ομάδα, όπως αυτή του σχολείου. Επομένως, είτε μας το επιβάλλει η ίδια μας η φύση, είτε η κοινωνία όπου ζούμε και μεγαλώνουμε, (οι άνθρωποι), είμαστε κοινωνικά όντα και κυριότερος σκοπός μας είναι να ανήκουμε σε ευρύτερες ομάδες και να βιώνουμε συναισθήματα αποδοχής και ολοκλήρωσης. Οι συμπεριφορές μας μέσα σε ομάδες υπάγονται σε γενικούς κανόνες και πρότυπες συμπεριφορές. Η αναγνώριση λοιπόν των κανόνων γίνεται αντιληπτή και μέσα από τις εξαιρέσεις τους. Υπάρχουν επομένως παιδιά που φέρονται διαφορετικά από το γενικό αυτό πρότυπο συμπεριφοράς. Το σύνολο της ομάδας, είναι δυνατό, να τα απομονώνει και να τα ωθεί στο να αισθάνονται παρίες. Κατ' αυτό τον τρόπο, μπορεί να νιώθουν ότι δεν ανήκουν ή δεν είναι δυνατό να ενταχθούν με θετικό τρόπο στο σχολικό ή το ευρύτερα κοινωνικό πλαίσιο. Επακολούθως, μια αρνητική τους συμπεριφορά έχει συνήθως ως σκοπό την προσοχή των άλλων. Έτσι πιστεύουν ότι μπορούν να αποκτήσουν σημασία, ότι μπορούν να ανήκουν, έστω και με αρνητικό τρόπο, εκεί που για τα άλλα παιδιά, η ένταξη είναι αυτονόητη διαδικασία.

Συχνά, οι μαθητές με δυσκολίες στις διαπροσωπικές σχέσεις τους με τους συνομηλίκους τους, εμφανίζουν προβλήματα βίας και διαταρακτικής συμπεριφοράς και, όσον αφορά, στη διαχείριση των συναισθημάτων και των συμπεριφορών τους προκαλούν συναισθήματα ανησυχίας, τόσο προς τους συμμαθητές τους, όσο και προς τους εκπαιδευτικούς. Σε αυτές τις περιπτώσεις, τα προβλήματα αυτής της φύσης μπορεί να διαρκέσουν για ένα σημαντικό χρονικό διάστημα ή να παρουσιάσουν αρνητική εξέλιξη στη γενική εικόνα της τάξης και να διαταράξουν τις καθημερινές δραστηριότητες της σχολικής κοινότητας ως σύνολο. Τα προβλήματα των «δύσκολων» συμπεριφορών, μπορούν να παρεμποδίζουν αισθητά την ομαλή λειτουργία μιας τάξης και κατ' επέκταση, την ικανότητα των συμμαθητών να αναπτύσσουν σχέσεις εμπιστοσύνης και ασφάλειας μεταξύ τους. Όταν τα προβλήματα αυτά μπορούν και επηρεάζουν σημαντικά τη σχολική ζωή,

καθίσταται απαραίτητη μια πιο ειδική εκτίμηση από υπηρεσίες, όπως τα ΚΕΔΔΥ, που να έχουν ως στόχο, την ανάλυση των συμπεριφορών, την αξιολόγησή τους μέσα στα πλαίσια των συνθηκών που τις αναπαράγουν και την χρήση υποστηρικτικών εργαλείων. Απώτερος σκοπός των εξωτερικών αυτών συμβουλευτικών δομών θα πρέπει να είναι η ενσωμάτωση των μαθητών στο σύνολο της σχολικής ζωής, η ανάδειξη της αξίας του διαφορετικού μέσα στη μικρή κοινότητα του σχολείου.

Περιγραφή-Στοιχεία Συνηθέστερων Διαταραχών

Ας εξετάσουμε λοιπόν τις βασικές από αυτές «δύσκολες» συμπεριφορές.

Υπάρχουν πολλοί τύποι διαταραχής συναισθημάτων και συμπεριφοράς και αρκετά αντίστοιχα συστήματα για τη διάγνωσή τους. Για την αναγνώριση και τη διάγνωση αυτών των διαταραχών της συμπεριφοράς χρησιμοποιούνται ορισμένα διαγνωστικά εγχειρίδια-κατάλογοι, όπως το Διαγνωστικό και Στατιστικό Εγχειρίδιο Ψυχικών Διαταραχών (DSM) της Αμερικανικής Ψυχιατρικής Εταιρείας και τη Διεθνή Στατιστική Ταξινόμηση Νοσημάτων και Συναφών Προβλημάτων Υγείας (ICD) από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, η οποία ακολουθείται επισήμως και από τη χώρα μας.

Τα πιο ήπια προβλήματα παρατηρούνται αρχικά σε μαθητές μικρότερης ηλικίας που μπορεί να μην καταλήξουν σε δύσκολες καταστάσεις στο σχολείο. Ωστόσο, μια περεταίρω εκτίμηση από ειδικό προσωπικό, είναι αναγκαία όταν τα προβλήματα παρεμποδίζουν σε σημαντικό βαθμό την ικανότητα του παιδιού να μαθαίνει και να συμπεριφέρεται κατάλληλα, σύμφωνα με αυτό που θεωρούμε «μέση ή κοινώς αποδεκτή συμπεριφορά».

Οι συναφείς δυσκολίες των μαθητών κατηγοριοποιούνται σε δύο ομάδες: τις **συναισθηματικές διαταραχές** και τις **διαταραχές συμπεριφοράς**. Αυτές οι κατηγορίες διακρίνονται με βάση τα συμπτώματα που παρατηρούνται. Συχνά, οι συναισθηματικές διαταραχές χαρακτηρίζονται από «εσωτερικευμένα» συμπτώματα που δεν είναι απαραίτητα διασπαστικά για τους μαθητές ή εύκολο να παρατηρηθούν. Όμως, μπορεί να παρουσιαστούν προβλήματα όπως είναι η κατάθλιψη, το άγχος, οι φοβίες και η αποφυγή κοινωνικής επαφής με συνομηλίκους.

Τυπικά, οι διαταραχές συμπεριφοράς χαρακτηρίζονται από «εξωτερικευμένα» και πιο εύκολα στην παρατήρησή τους σημάδια, όπως η επιθετική συμπεριφορά, η μη υποχωρητική στάση, τα ξεσπάσματα βίας, τα σημαντικά προβλήματα εστίασης της προσοχής και τα ακραία επίπεδα δραστηριότητας και παραβατικότητας.

Πιθανώς, ένας μαθητής να παρουσιάζει ταυτόχρονα συμπτώματα συναισθηματικής και συμπεριφορικής διαταραχής. Για παράδειγμα, ένα εξαιρετικά αγχώδες και φοβισμένο παιδί μπορεί να εμφανίσει προβλήματα στην προσοχή του αλλά και έντονη δραστηριότητα. Είναι σημαντικό να καταλάβουμε πως ένα παιδί δεν φέρεται επιτηδευμένα όταν αντιδρά αρνητικά. Συχνά, τα προβλήματα προκύπτουν συνδυαστικά γιατί ένα παιδί με μια επικοινωνιακή διαταραχή μπορεί να έχει περιορισμένη αντίληψη των κανόνων.

Κάποιες φορές αυτά τα προβλήματα έχουν τις ρίζες τους στη βρεφική και την πρώιμη παιδική ηλικία. Για μερικά παιδιά, οι εξαιρετικά αγχώδεις εμπειρίες όπως η κακοποίηση, η παραμέληση, η ανοργάνωση και χαοτική ζωή στο σπίτι, συμβάλλουν στην ανάπτυξη διαταραχών επικοινωνίας, συμπεριφοράς και εξωτερίκευσης συναισθημάτων. Σε άλλες περιπτώσεις, μαθητές με προβλήματα στα συναισθήματα και τη συμπεριφορά τους μπορούν να προέρχονται από οικογένειες με φροντίδα και στήριξη. Οι γονείς μπορεί να βιώσουν μια σύγχυση για τον λόγο που τα παιδιά τους αντιμετωπίζουν αυτές τις δυσκολίες. Συνήθως, το κύριο αίτιο έγκειται σε κάποιο σωματικό ή ψυχολογικό πρόβλημα, ακόμη και αν δεν γίνει η ταυτοποίηση μιας συγκεκριμένης πάθησης. Οι μαθητές αυτοί, μπορούν να παρουσιάζουν και κάποια ιατρικά προβλήματα, όπως

είναι η διαταραχή ελλειμματικής προσοχής, η γενικευμένη διαταραχή άγχους, με κρίσεις, ή μπορεί και να έχουν κάποιο ιστορικό από παράγοντες ή παθήσεις όπως είναι η ανωριμότητα της ανάπτυξης, κάποιες μορφές νοητικής ή και διάχυτης αναπτυξιακής διαταραχής, αλλά και άλλες χρόνιες ψυχοσυναισθηματικές παθήσεις. Πιθανώς αυτά τα προβλήματα να σχετίζονται με κάποια επικοινωνιακή διαταραχή αλλά και μια συναισθηματική-συμπεριφορική δυσκολία.

Εδώ, αξίζει να σημειωθεί πως στη βιβλιογραφία γίνεται λόγος και για μία εναλλακτική ταξινόμηση των λεγόμενων «**αποκλινουσών**» συμπεριφορών των παιδιών και εφήβων, διαχωρίζοντάς τις σε «**εξωτερικευμένες**» και «**εσωτερικευμένες**».

1. Εξωτερικευμένη συμπεριφορά

Ο πιο διαδεδομένος τύπος προβληματικής συμπεριφοράς που επιδεικνύουν οι μαθητές είναι αυτός της αντικοινωνικής ή διαταρακτικής συμπεριφοράς. Έτσι, στο πλαίσιο της τάξης τα παιδιά αυτά π.χ.: Γελάνε αναίτια, αντιμιλούν, βρίζουν. Ενοχλούν το σύνολο της τάξης. Ελέγχουν τους συμμαθητές τους, ή μπλέκονται οι ίδιοι σε καβγάδες. Αγνοούν συχνά τον εκπαιδευτικό. Διαμαρτύρονται πολύ εύκολα. Διαφωνούν υπερβολικά. Λένε ψέματα. Καταστρέφουν το σχολικό υλικό. Δεν συμμορφώνονται με τους κανόνες της τάξης. Εκδηλώνουν έντονο θυμό με ξεσπάσματα βίας. Αποκλείονται από ελεγχόμενες από άλλους συμμαθητές δραστηριότητες.

Όλα τα ανωτέρω εξηγούνται μέσα από το πρίσμα των συναισθημάτων αδιαφορίας που διακατέχει αυτά τα παιδιά, απέναντι στις οδηγίες των εκπαιδευτικών και της σχολικής κοινότητας γενικότερα, αλλά και μη εκτέλεσης των σχολικών δραστηριοτήτων. Πολλοί ερευνητές τονίζουν πως οι διαφωνίες, ο θυμός, οι τσακωμοί και η καταπάτηση των κανόνων έρχονται ως αποτέλεσμα μιας αρχόμενης αντικοινωνικής ή και επιθετικής συμπεριφοράς που σχετίζεται περισσότερο με την προκλητική συμπεριφορά, και μια προσπάθεια προσάρτησης της προσοχής ολόκληρου του σχολείου στα εν λόγω άτομα. Μοιάζουν, έτσι, να βρίσκονται σε συνεχή σύγκρουση με τους γύρω τους και η επιθετικότητά τους προκαλεί την έκρηξη και την αντίδραση όσων τους περιβάλλουν, με αποτέλεσμα σπάνια να επιθυμεί κανείς την συναναστροφή μαζί τους.

2. Εσωτερικευμένη συμπεριφορά

Ένα άλλο είδος αποκλινουσας συμπεριφοράς είναι και η εσωτερικευμένη συμπεριφορά των μαθητών. Πρόκειται για εκείνους τους μαθητές, στους οποίους η συμπεριφορά τους, κάθε άλλο παρά επιθετική μπορεί να χαρακτηριστεί. Μοιάζει μάλιστα το πρόβλημά τους να εντοπίζεται στην άκρως αντίθετη κατεύθυνση. Να εμφανίζουν δηλαδή την ελάχιστη κοινωνική συναναστροφή με άλλους. Αν και τα παιδιά αυτά, τα οποία μονίμως συμπεριφέρονται ανώριμα και επιλέγουν την απομόνωση, δεν αποτελούν απειλή για το γενικό σύνολο του σχολείου, (όπως τα παιδιά με εξωτερικευμένη συμπεριφορά), υιοθετούν μια στάση η οποία εμποδίζει την ευρύτερη ανάπτυξη και εξέλιξή τους και τα καθιστά συναισθηματικά ευάλωτα όταν οι συνθήκες και οι ισορροπίες των διαπροσωπικών τους σχέσεων αλλάξουν.

Συγκεκριμένα, οι μαθητές εκείνοι, σπάνια επιλέγουν να συνδιαλλαγούν με συνομηλίκους τους, συνήθως δεν έχουν τις απαιτούμενες κοινωνικές δεξιότητες για την ανάπτυξη φιλικών σχέσεων, ομαδικής σκέψης και χρήσης του χιούμορ στη ζωή τους. Πιθανολογούμε πως ουσιαστικά, τα παιδιά αυτά αναλώνονται σε ονειροπολήσεις και φαντασιώσεις γύρω από τον εαυτό τους και την δυσκολία που τους ανάγκασε τελικά να έχουν αυτές τις σχέσεις με τα παιδιά της ηλικίας τους. Κάποια αντιμετωπίζουν με φόβο τις όποιες σχολικές καταστάσεις, χωρίς όμως προφανή λόγο, συχνά παραπονούνται πως έχουν μια κάποια αδιαθεσία ή πόνους και αποφεύγουν σχολικές δραστηριότητες, ενώ περνάνε περιόδους έντονης θλίψης η οποία ενέχει στοιχεία ενοχοποίησης των άλλων, αυτοθυματοποίησης και αυτοδιάθεσής τους ως εξιλαστήρια θύματα. Έτσι λοιπόν γεννάται η αίσθηση ενός εχθρικού για εκείνους κόσμου, που τους υπενθυμίζει το συναίσθημα της αμυντικής και χειριστικής συμπεριφοράς ως απάντηση στις καχύποπτες για εκείνους κινήσεις

των συμμαθητών τους προς αυτούς. Όπως είναι αναμενόμενο, οι εν λόγω συμπεριφορές λειτουργούν αποτρεπτικά για την συμμετοχή των μαθητών αυτών σε σχολικές και εξωσχολικές δραστηριότητες, ενώ αυτοπεριορίζουν τις ευκαιρίες που τους παρουσιάζονται για μάθηση και ευρύτερη γνώση του κόσμου γύρω τους. Ακριβώς με τα ανωτέρω αυτά χαρακτηριστικά, οι μαθητές που προαναφέρθηκαν, καθιστούν πλέον δύσκολο τον εντοπισμό τους ως ομάδας παιδιών που χρήζουν παρέμβασης.

Προτάσεις αντιμετώπισης των «δύσκολων» συμπεριφορών στο σχολικό περιβάλλον

Μέχρι το σημείο αυτό έγινε μία προσπάθεια, να αναλυθεί και να δοθεί ένα νόημα και ουσία στην έννοια της «απόκλισης» του γενικού συνόλου, της έντονης και συνάμα (άμεσα ή έμμεσα) βίαιης συμπεριφοράς μαθητών που διαφοροποιούνται του συνόλου της μαθητικής κοινότητας.

Είναι ευνόητο ότι οι νέοι σήμερα ζουν κι εκείνοι καταστάσεις βίας, επιθετικότητας και συγκρούσεων στη σχολική τους ζωή. Συχνά στην Ελλάδα, αλλά και διεθνώς, οι ενήλικες - καθηγητές και γονείς -, αντιδρούν ως προς τη βία με ασυνεπείς, σκληρές και τιμωρητικές συμπεριφορές. Αυτό από τη μια στηρίζεται στην αντίληψη ότι όλες οι επιθετικές και αλλοπρόσαλλες συμπεριφορές είναι παραβάσεις των κανόνων και των προτύπων καλής συμπεριφοράς. Το σχολείο από μόνο του δεν μπορεί να αλλάξει ένα βίαιο ή έστω προκλητικό άτομο ούτε να αλλάξει και μια βίαιη και άδικη κοινωνία. Η αντίληψη ότι μπορούν οι ενήλικες να παρέμβουν αποφασιστικά καταργώντας προβλήματα και διαφορές ανάμεσα στα παιδιά είναι λανθασμένη, αλλά και ανεφάρμοστη.

Στο σχολείο κάθε παραβατική συμπεριφορά των μαθητών αντιμετωπίζεται συνήθως ως στοιχείο διατάραξης της σχολικής λειτουργίας. Η σχολική παρέμβαση επιδιώκει την αποκατάσταση της «πειθαρχίας», δηλαδή την υπακοή σε εντολές και κανόνες, που αποτελεί ουσιαστικά *τιμωρία*. Το ζητούμενο, καταντά να είναι, η συμμόρφωση των μαθητών σε μια συμπεριφορά δια μέσου εξαναγκασμού και επιβολής εξωγενών προτύπων. Έτσι, και αυτή η στάση ενισχύει τη θυματοποίηση. Η σχολική πειθαρχία, με την ουσιαστική της σημασία, είναι δυνατό να σημαίνει την ανάπτυξη ενός αισθήματος αυτοπειθαρχίας του πνεύματος αλλά και των πράξεων και των καθημερινών αναγκών .ή, όπως ονομάζεται, εσωγενής πειθαρχία.

Μια άλλη συνήθης σχολική πρακτική, που όμως επίσης δεν είναι εποικοδομητική, είναι το να αφήνονται οι μαθητές, να βρίσκουν μόνοι τους λύσεις με τη λογική. Ως έφηβοι όμως, μπορεί και να μην είναι αρκετά ώριμοι, μπορεί να μην έχουν αποκτήσει ακόμη κατάλληλες δεξιότητες και τη διαπραγματευτική ικανότητα του διαλόγου, να μην έχουν αποκτήσει τα κατάλληλα πρότυπα δράσης. Έτσι, και αυτή η στάση ενισχύει τη θυματοποίηση.

Γενικά, το θετικό αποτέλεσμα σε μία κρίση βίαιων συμπεριφορών και σε καταστάσεις σύγκρουσης εξαρτάται από το αν ικανοποιούνται οι ανάγκες των εμπλεκομένων, χωρίς να διαταραχθούν οι σχέσεις τους. Οποσδήποτε όμως, για το σύνολο των εμπλεκομένων συμμαθητών, προτεραιότητα έχουν οι θετικές και αποτελεσματικές σχέσεις μεταξύ τους. Οι συγκρούσεις στο σχολείο και στην τάξη ειδικότερα, συμβαίνουν ανάμεσα σε άτομα που υποχρεωτικά θα συναντώνται και θα συμβιώνουν. Οι θετικές αλληλεπιδράσεις μεταξύ τους, η αλληλοϋποστήριξη και η αφομοίωση του διαταρακτικού (από τους συμμαθητές του) είναι απαραίτητες για την επιτυχία στον κοινό στόχο της μαθησιακής διαδικασίας και της συμβίωσης μέσα σε ένα πλαίσιο που να τους εμπεριέχει.

Απώτερο ζητούμενο καθίσταται, η εξεύρεση πρακτικών λύσεων από μεριάς του σχολικού πλαισίου, που να στοχεύουν στην αναδιαμόρφωση της λειτουργίας της σχολικής μονάδας, εξασφαλίζοντας έτσι, τις προϋποθέσεις εκείνες που απαιτούνται, ούτως ώστε, η «δύσκολη» συμπεριφορά των μαθητών, να είναι μια αφορμή για αναβάθμιση της μαθησιακής διαδικασίας και καλλιέργειας τελικά νέων δεξιοτήτων, που να οδηγούν στην αποφυγή προβλημάτων

συμπεριφοράς και να προάγουν μη βίαιους τρόπους στις κοινοτικές σχέσεις μεταξύ των μαθητών αλλά και των καθηγητών τους. Κατ' αυτό τον τρόπο είναι δυνατό να τίθενται οι βάσεις για «ένα σχολείο για όλους». Τα αποτελέσματα των εμπειρικών και των ψυχολογικών ερευνών για τις συγκρούσεις και την επίλυση προβλημάτων και η συμβολή των ειδικών, μπορούν από την άλλη, να βοηθήσουν αρκετά στο να επιτευχθεί μια πιο αποτελεσματική και εποικοδομητική παρέμβαση σε καταστάσεις επιθετικότητας και προκλητικής- παραβατικής συμπεριφοράς.

Εν κατακλείδι

Η ευαισθητοποίηση του συλλόγου των διδασκόντων σχετικά με την ύπαρξη των βίαιων κι επιθετικών συμπεριφορών από και προς μαθητές, η σύνδεση των σχολικών μονάδων με υποστηρικτικές δομές (όπως τα κατά τόπους ΚΕΔΔΥ), αλλά και η συζήτηση των παραβατικών συμπεριφορών, η εξωστρέφεια και η ενσωμάτωση των μαθητών που διαφέρουν, καθίστανται αναγκαίες πρακτικές στον αγώνα κατά της μάστιγας του αιώνα που διανύουμε, που δεν είναι άλλη από τη μη- ανοχή στο διαφορετικό και την ανομοιογένεια που μας περιβάλλει.

Πηγές και Βοηθήματα

Εναντιωματική - Προκλητική Διαταραχή. Ανακτήθηκε την 12 Δεκ. 2015 από http://www.plasisworld.gr/news_info.php?data_id=32&pageNum=4&totalRows=30&timicat1=66030&timicat2=72889&timicat3=0&timicat4=0&timicat5=0&timicat6=0&timicat7=0.

Επικοινωνιακές διαταραχές και δυσκολίες στη συμπεριφορά και τη συναισθηματική έκφραση. Ανακτήθηκε την 12 Δεκ. 2015 από <http://www.logosepikinonia.gr/gr/el/articles/epikoinoniakes-diataraxes-kai-dyskolies-sti-symperifora-kai-ti-synaisthimatiki-ekfrasi>.

Η ικανότητα διαχείρισης των συναισθημάτων – Πώς αναπτύσσεται στα παιδιά; Ανακτήθηκε την 12 Δεκ. 2015 από <http://www.parentshelp.gr/%CE%B7-%CE%B9%CE%BA%CE%B1%CE%BD%CF%8C%CF%84%CE%B7%CF%84%CE%B1-%CE%B4%CE%B9%CE%B1%CF%87%CE%B5%CE%AF%CF%81%CE%B9%CF%83%CE%B7%CF%82-%CF%84%CF%89%CE%BD-%CF%83%CF%85%CE%BD%CE%B1%CE%B9%CF%83%CE%B8%CE%B7/>.

Κατανοήστε την αρνητική συμπεριφορά του παιδιού σας. Ανακτήθηκε την 12 Δεκ. 2015 από <http://www.parentshelp.gr/%CE%BA%CE%B1%CF%84%CE%B1%CE%BD%CE%BF%CE%AE%CF%83%CF%84%CE%B5-%CF%84%CE%B1-%CF%80%CE%B1%CE%B9%CE%B4%CE%B9%CE%AC-%CF%83%CE%B1%CF%82-%CE%BA%CE%B1%CE%B9-%CF%84%CE%BF%CE%BD-%CE%B5%CF%85%CF%84%CF%8C-%CF%83/>.

Παρασκευόπουλος, Ι. Ν. & Herbert, Martin. *Ψυχολογικά προβλήματα παιδιών και εφήβων: Πρόληψη, έγκαιρη διάγνωση, θεραπευτική παρέμβαση*. Εκδόσεις Πεδίο. Αθήνα, 2013. Σελ. 672.

Ρούση-Βέργου, Χριστίνα & Ζαφειροπούλου, Μαρία. *Αποτελεσματικοί γονείς; Υπάρχει τρόπος! Διαχείριση των συναισθημάτων και της συμπεριφοράς*. Εκδόσεις Πεδίο / Καθημερινές Εκδόσεις. Αθήνα, 2015. Σελ. 224.

ΥΠΕΠΘ - Ο.ΕΠ.ΕΚ. 13. *Αποκλίνουσες συμπεριφορές – Διαχείριση κρίσεων στο σχολείο*. Φάκελος Μελέτης. Θεσσαλονίκη, 2008. Σελ. 172.

Χηνάς, Παναγιώτης & Χρυσαφίδης, Κώστας. *Επιθετικότητα στο σχολείο: Προτάσεις για πρόληψη και αντιμετώπιση*. ΥΠΕΠΘ - Παιδαγωγικό Ινστιτούτο. Αθήνα, 2000. Σελ. 40.