



ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΣΥΓΓΡΑΦΕΩΝ	13
Αντί προλόγου Α.Τσίτσικα, Ο. Γιωτάκος	17
Κεφάλαιο 1 Η φύση της εφηβείας Α.Τσίτσικα, Χ. Μπακούλα, Ο. Γιωτάκος	21
Κεφάλαιο 2 Η πορεία προς την ανεξαρτησία Α. Τσίτσικα, Ε. Τζαβέλα, Ο. Γιωτάκος	43
Κεφάλαιο 3 Τα συναισθηματικά προβλήματα της εφηβείας Α.Τσίτσικα, Ο. Γιωτάκος	65

ΚΑΙ ΞΑΦΝΙΚΑ ΟΛΑ ΑΛΛΑΖΟΥΝ...

Κεφάλαιο 4	87
Η σεξουαλικότητα στην εφηβεία Α. Τσίτσικα, Ε. Μνηνοπούλου, Γ. Κρεατσάς	
Κεφάλαιο 5	105
Προβλήματα στίσις: παχυσαρκία, ψυχογενής ανορεξία και ψυχογενής βουλιμία Α. Τσίτσικα, Μ. Σκούρα, Ο. Γιωτάκος, Κ. Καραβανάκη	
Κεφάλαιο 6	129
Εξαρτήσεις: Βλαβερή χρήση εξαρτησιογόνων ουσιών Ο. Γιωτάκος, Α. Τσίτσικα	
Κεφάλαιο 7	143
Το ντόπινγκ στους εφήβους Γ. Χρούσος, Α. Τσίτσικα	
Κεφάλαιο 8	155
Χρήση τεχνολογίας και κοινωνικών δικτύων στην εφηβεία: Προκλήσεις και αναπτυξιακές ευκαιρίες Α. Τσίτσικα, Ε. Τζαβέλλα Συμμετέχουν: Κ. Αθανασίου, Γ. Ξεάρχος, Α. Μωυσιάδου	
Κεφάλαιο 9	183
Η διατροφή των εφήβων Α. Τσίτσικα, Μ. Σκούρα, Θ. Ψαλτοπούλου	

10





Κεφάλαιο 10	191
Πρόληψη κατά την εφηβεία	
Α. Τσίτσικα, Φ. Μπακοπούλου, Ε. Δελιγεώρογλου	
Κεφάλαιο 11	197
Ο ρόλος των γονέων στην εφηβική ψυχική υγεία και συμπεριφορά.	
Τι κάνουμε λάθος;	
Φ. Μπακοπούλου, Ά. Τσίτσικα, Γ. Χρούσος	
Κεφάλαιο 12	217
Εμβολιασμός των εφήβων	
Α. Τσίτσικα, Δ. Καφετζής, Μ. Τσολιά	
Κεφάλαιο 13	227
Άσθμα και αλλεργίες κατά την εφηβεία	
Α. Τσίτσικα, Ε. Πολύζου, Ν. Παπαδόπουλος	
Κεφάλαιο 14	235
Προσέγγιση των εφήβων και των γονέων τους στο θεραπευτικό πλαίσιο	
Α. Τσίτσικα, Σ. Παπαδάκου, Ε. Σάκου	
Κεφάλαιο 15	243
Υπηρεσίες «φιλικές» προς τους εφήβους	
Α. Τσίτσικα, Α. Κωνσταντόπουλος, Μ. Τσολιά	