

**Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών Εξειδίκευσης
του Τμήματος Ελληνικής Φιλολογίας του Δημοκριτείου Πανεπιστημίου Θράκης
σε συνεργασία με το
ΕΚΕΦΕ Δημόκριτος – Ινστιτούτο Πληροφορικής και Τηλεπικοινωνιών
με τίτλο: «Εξειδίκευση στις Τ.Π.Ε. και Ειδική Αγωγή – Ψυχοπαιδαγωγική της ένταξης»**

ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗ ΤΟΥ ΦΑΙΝΟΜΕΝΟΥ ΤΗΣ ΕΞΟΥΘΕΝΩΣΗΣ ΣΕ ΓΟΝΕΙΣ ΠΑΙΔΙΩΝ ΜΕ

ΑΝΑΠΗΡΙΑ

EXPLORING THE ISSUE OF BURNOUT

IN PARENTS OF CHILDREN WITH DISABILITIES

της

Κρόκου Βασιλικής (Α.Μ. 424)

Μεταπτυχιακή διατριβή που υποβάλλεται
Στην τριμελή επιτροπή για την απόκτηση του μεταπτυχιακού τίτλου του
Προγράμματος Μεταπτυχιακών Σπουδών Εξειδίκευσης
Του Τ.Ε.Φ. – Δ.Π.Θ. σε συνεργασία με το Ε.Κ.Ε.Φ.Ε. Δημόκριτος – Ινστιτούτο
Πληροφορικής και Τηλεπικοινωνιών
Με τίτλο: «Εξειδίκευση στις Τ.Π.Ε. και Ειδική Αγωγή – Ψυχοπαιδαγωγική της Ένταξης»

Εγκεκριμένο από την τριμελή επιτροπή:

1η Επιβλέπουσα: Δρ. Σταθοπούλου Αγάθη, ΕΔΙΠ, Τμήμα Δημόσιας & Κοινωνικής
Υγείας, Σχολή Δημόσιας Υγείας, ΠΑΔΑ

2η Επιβλέπουσα: Αναστασία Αλευριάδου, Καθηγήτρια, Τμήμα Ψυχολογίας, Αριστοτέλειο
Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης

3η Επιβλέπουσα: Ζωή Καραμπατζάκη, Συνεργαζόμενη Ερευνήτρια- Ι.Π.Τ.Ε.Κ.Ε.Φ.Ε
«ΔΗΜΟΚΡΙΤΟΣ»

Αθήνα

2022

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Σκοπός της συγκεκριμένης ερευνητικής μελέτης είναι η διερεύνηση του επιπέδου της εξουθένωσης, της κατάθλιψης, του άγχους και του στρες που βιώνουν γονείς με παιδί με αναπηρία στην Ελλάδα. Συγκεκριμένα, διερευνάται η αρνητική συναισθηματική κατάσταση των γονέων, καθώς και οι παράγοντες που πιθανόν συμβάλλουν στην εμφάνιση εξουθένωσης, άγχους, στρες και κατάθλιψης. Απώτερος στόχος της ερευνητικής μελέτης είναι να τονιστεί η σημασία του γονεϊκού ρόλου, με στόχο τη βελτίωση της ευημερίας των γονέων και την ανάπτυξη της συναισθηματικής και ψυχικής τους ανθεκτικότητας.

Η έρευνα ήταν ποσοτική ενώ στο δείγμα της έρευνας συμμετείχαν 50 γονείς παιδιών με αναπηρία. Η συλλογή των στοιχείων έγινε με τη χρήση των ερωτηματολογίων κλειστού τύπου ερωτήσεων PARENTAL BURNOUT ASSESSMENT (PBA) & DEPRESSION ANXIETY STRESS SCALE 21 (DASS 21). Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι οι γονείς παρουσιάζουν τάση γονεϊκής εξουθένωσης, με κυρίαρχη διάσταση την εξάντληση από το γονεϊκό ρόλο. Παρομοίως, τα αποτελέσματα καταδεικνύουν ότι οι γονείς παρουσιάζουν τάση για αυξημένα επίπεδα στρες, άγχους και κατάθλιψης, με κυρίαρχη την κλίμακα του στρες. Επιπλέον, τα αποτελέσματα ανέδειξαν την ύπαρξη μιας στατιστικά σημαντικής διαφοράς ανάμεσα στις δυο ηλικιακές ομάδες, με τους γονείς μεγαλύτερης ηλικίας να παρουσιάζουν αυξημένα επίπεδα γονεϊκής εξουθένωσης, στρες, άγχους και κατάθλιψης. Αναφορικά με τον αριθμό παιδιών στην οικογένεια, θετική συσχέτιση βρέθηκε μόνο όσον αφορά στη διάσταση του άγχους, καθώς οι γονείς με περισσότερα παιδιά φαίνεται να βιώνουν αυξημένα επίπεδα άγχους συγκριτικά με τους γονείς με ένα παιδί. Ολοκληρώνοντας, διαφαίνεται ότι σημαντικές θετικές συσχετίσεις υπάρχουν μεταξύ των επιπέδων συνολικής γονεϊκής εξουθένωσης και των επιμέρους διαστάσεων της και των επιπέδων στρες, άγχους και κατάθλιψης.

Λέξεις κλειδιά: Γονεϊκή εξουθένωση, άγχος, στρες, κατάθλιψη, γονείς παιδιών με αναπηρία

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Achterberg, M., Dobbelaar, S., Boer, O. D., & Crone, E. A. (2021). Perceived stress as mediator for longitudinal effects of the COVID-19 lockdown on wellbeing of parents and children. *Scientific reports*, 11(1), 1-14. Ανακτήθηκε από <https://www.nature.com/articles/s41598-021-81720-8>
- Ahmadi, B., Sabery, M., & Adib-Hajbaghery, M. (2021). Burnout in the primary caregivers of children with chronic conditions and its related factors. *Journal of Client-Centered Nursing Care*, 7(2), 139-148. Ανακτήθηκε από https://jccnc.iums.ac.ir/browse.php?a_id=300&slc_lang=en&sid=1&ftxt=1&html=1
- Aktan, O., Orakci, Ş., & Durnali, M. (2020). Investigation of the relationship between burnout, life satisfaction and quality of life in parents of children with disabilities. *European Journal of Special Needs Education*, 35(5), 679-695. <https://doi.org/10.1080/08856257.2020.1748429>
- Αντωνοπούλου, Χ. (2018, Ιούνιος). *Ψυχική και σωματική καταπόνηση–εξουθένωση των γονιών με αυτιστικό παιδί*. Βιβλιογραφική ανασκόπηση ερευνητικών δεδομένων. Εισήγηση στο Πανελλήνιο Συνέδριο Επιστημών Εκπαίδευσης, Αθήνα. Ανακτήθηκε από <http://dx.doi.org/10.12681/edusc.2653>
- Ardic, A. (2020). Relationship between Parental Burnout Level and Perceived Social Support Levels of Parents of Children with Autism Spectrum Disorder. *International Journal of Educational Methodology*, 6(3), 533-543. Ανακτήθηκε από <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1268325.pdf>

- Ardıç, A., & Olçay, S. (2019). Determination of psychometric properties of the parents burnout scale. *Inonu University Journal of the Faculty of Education*, 20(2), 619-632. <https://doi.org/10.17679/inuefd.531692>
- Azar, M., & Badr, L. K. (2010). Predictors of coping in parents of children with an intellectual disability: comparison between Lebanese mothers and fathers. *Journal of pediatric nursing*, 25(1), 46-56. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2008.11.001>
- Baker, B., L., McIntyre, L., L., Blacher, J., Crnic, K., Edelbrock, C. & Low, C. (2003). Preschool children with and without developmental delay: behaviour problems and parenting stress over time. *Journal of Intellectual Disability Research*. 47(4-5), 217–230. Ανακτήθηκε από <https://escholarship.org/content/qt5f28z26b/qt5f28z26b.pdf>
- Basaran, A., Karadavut, K. I., Uneri, S. O., Balbaloglu, O., & Atasoy, N. (2013). The effect of having a children with cerebral palsy on quality of life, burn-out, depression and anxiety scores: a comparative study. *Eur J Phys Rehabil Med*, 49(6), 815-822. <https://www.researchgate.net>
- Bird, M., Hammersley, M., Gomm, R., & Woods, P. (1999). *Εκπαιδευτική Έρευνα στην Πράξη – Εγχειρίδιο Μελέτης*. Πάτρα: Ελληνικό Ανοικτό Πανεπιστήμιο.
- Brianda, M. E., Roskam, I., & Mikolajczak, M. (2020). Hair cortisol concentration as a biomarker of parental burnout. *Psychoneuroendocrinology*, 117, 104681. <https://doi.org/10.1016/j.psyneuen.2020.104681>

Broadway, B., Mendez, S., & Moschion, J. (2020). Behind closed doors: the surge in mental distress of parents. *Melbourne Institute of Applied Economic and Social Research*. https://melbourneinstitute.unimelb.edu.au/data/assets/pdf_file/0011/3456866/ri2020n21.pdf

Γερουλίδου, Δ. Χ. (2019). *Τα επίπεδα άγχους των γονέων παιδιών με αναπηρία ή/και ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες: συσχέτιση με την ποιότητα ζωής και την ικανοποίηση από τη ζωή*. (Διπλωματική Εργασία, Πανεπιστήμιο Μακεδονίας). Διαθέσιμο από το Ιδρυματικό Καταθετήριο Επιστημονικών Εργασιών, την Ψηφιακή Βιβλιοθήκη του Πανεπιστημίου Μακεδονίας, <https://dspace.lib.uom.gr/handle/2159/23286>

Γεωργιάδου, Ε. (2020). *Το άγχος των γονέων παιδιών με ειδικές ανάγκες. Οι επιπτώσεις του στη σχέση του ζευγαριού και ο προστατευτικός ρόλος των κοινωνικών δικτύων στήριξης*. (Διπλωματική εργασία, Ελληνικό Ανοικτό Πανεπιστήμιο). Ανακτήθηκε από <https://apothesis.eap.gr/handle/repo/49615>

Chan, K. K. S., & Leung, D. C. K. (2020). The impact of child autistic symptoms on parental marital relationship: Parenting and coparenting processes as mediating mechanisms. *Autism Research*, 13(9), 1516-1526. <https://doi.org/10.1002/aur.2297>

Chou, Y. C., Pu, C. Y., Fu, L. Y., & Kröger, T. (2010). Depressive symptoms in older female carers of adults with intellectual disabilities. *Journal of Intellectual Disability Research*, 54(12), 1031-1044. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2788.2010.01332.x>

Cianfaglione, R., Hastings, R. P., Felce, D., Clarke, A., & Kerr, M. P. (2015). Psychological well-being of mothers and siblings in families of girls and women with Rett syndrome. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 45(9), 2939-2946. Ανακτήθηκε από <https://link.springer.com/article/10.1007/s10803-015-2457-y>

Cohen, L., Manion L., & Morrison, K. (2008). *Μεθοδολογία εκπαιδευτικής έρευνας*. Αθήνα: Μεταίχμιο.

Craig, F., Operto, F. F., De Giacomo, A., Margari, L., Frolli, A., Conson, M., ... & Margari, F. (2016). Parenting stress among parents of children with neurodevelopmental disorders. *Psychiatry research*, 242, 121-129. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2016.05.016>

Derguy, C., M'bailara, K., Michel, G., Roux, S., & Bouvard, M. (2016). The need for an ecological approach to parental stress in autism spectrum disorders: the combined role of individual and environmental factors. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 46(6), 1895-1905. Ανακτήθηκε από <https://www.researchgate.net/search.Search.html?type=publication&query=Derguy>

Drigas, A., & Mitsea, E. (2021). Metacognition, Stress-Relaxation Balance & Related Hormones. *Int. J. Recent Contributions Eng. Sci. IT*, 9(1), 4-16. <https://doi.org/10.3991/ijes.v9i1.19623>

Ekas, N. V., Lickenbrock, D. M., & Whitman, T. L. (2010). Optimism, social support, and well-being in mothers of children with autism spectrum disorder. *Journal of autism and developmental disorders*, 40(10), 1274-1284. Ανακτήθηκε από <https://link.springer.com/article/10.1007/s10803-010-0986-y>

Faulkner, D., Swann, J., Baker, S., Bird, M., & Carty, J., (1999). *Εξέλιξη του Παιδιού στο Κοινωνικό Περιβάλλον- Εγχειρίδιο Μεθοδολογίας*. Πάτρα: Ελληνικό Ανοικτό Πανεπιστήμιο.

Foody, C., James, J. E., & Leader, G. (2015). Parenting stress, salivary biomarkers, and ambulatory blood pressure: a comparison between mothers and fathers of children with autism spectrum disorders. *Journal of autism and developmental disorders*, 45(4), 1084-1095. Ανακτήθηκε από <https://link.springer.com/article/10.1007/s10803-014-2263-y>

Gaesser, A. H. (2018). Befriending anxiety to reach potential: Strategies to empower our gifted youth. *Gifted child today*, 41(4), 186-195. Ανακτήθηκε από <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/1076217518786983>

Gant, V. (2010). Older carers and adults with learning disabilities: Stress and reciprocal care. *Mental Health and Learning Disabilities Research and Practice*, 7(2), 159-172. Ανακτήθηκε από <https://search.informit.org/doi/abs/10.3316/informit.673419919059193>

García-Bueno, B., Caso, J. R., & Leza, J. C. (2008). Stress as a neuroinflammatory condition in brain: damaging and protective mechanisms. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 32(6), 1136-1151. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2008.04.001>

Gawlik, K., & Melnyk, B.M. (2022). *Pandemic Parenting: Examining the Epidemic of Working Parental Burnout and Strategies to Help*. Ανακτήθηκε από The Ohio State University. Office of the Chief Wellness Officer and College of Nursing Ανακτήθηκε από

https://wellness.osu.edu/sites/default/files/documents/2022/05/OCWO_ParentalBurnout_3674200_Report_FINAL.pdf

Geinger, F., Vandenberg, M., & Roets, G. (2014). Parenting as a performance: Parents as consumers and (de) constructors of mythic parenting and childhood ideals. *Childhood, 21*, 488–501. <https://doi.org/10.1177%2F0907568213496657>

Griffith, A. K. (2020). Parental burnout and child maltreatment during the COVID-19 pandemic. *Journal of Family Violence*. <https://doi.org/10.1007/s10896-020-00172-2>

Hansotte, L., Nguyen, N., Roskam, I., Stinglhamber, F., & Mikolajczak, M. (2021). Are all burned out parents neglectful and violent? A latent profile analysis. *Journal of Child and Family Studies, 30*(1), 158-168. Ανακτήθηκε από <https://link.springer.com/article/10.1007/s10826-020-01850-x>

Hayes, S. A., & Watson, S. L. (2013). The impact of parenting stress: A meta-analysis of studies comparing the experience of parenting stress in parents of children with and without autism spectrum disorder. *Journal of autism and developmental disorders, 43*(3), 629-642. Ανακτήθηκε από https://www.academia.edu/57829553/The_Impact_of_Parenting_Stress_A_Meta_analysis_of_Studies_Comparing_the_Experience_of_Parenting_Stress_in_Parents_of_Children_With_and_Without_Autism_Spectrum_Disorder

Hsiao, Y. J. (2018). Parental stress in families of children with disabilities. *Intervention in school and clinic*, 53(4), 201-205. <https://doi.org/10.1177%2F1053451217712956>

Hsiao, Y. (2016). Pathways to mental health-related quality of life for parents of children with autism spectrum disorder: Roles of parental stress, children's performance, medical support, and neighbor support. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 23, 122-130. <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2015.10.008>

Holly, L. E., Fenley, A. R., Kritikos, T. K., Merson, R. A., Abidin, R. R., & Langer, D. A. (2019). Evidence-base update for parenting stress measures in clinical samples. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 48(5), 685-705. <https://doi.org/10.1080/15374416.2019.1639515>

Johnson, N., Frenn, M., Feetham, S., & Simpson, P. (2011). Autism spectrum disorder: parenting stress, family functioning and health-related quality of life. *Families, systems, & health*, 29(3), 232. Ανακτήθηκε από https://www.researchgate.net/publication/51653286_Autism_Spectrum_Disorder_Parenting_Stress_Family_Functioning_and_Health-Related_Quality_of_Life

Καραγιάννη Φ. (2019). *Εκτίμηση βαθμού άγχους, στρες και καταθλιπτικής συμπτωματολογίας γονέων παιδιών με διαταραχές αυτιστικού φάσματος με ή χωρίς συννοσηρότητα*. (Διπλωματική Εργασία, Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών). Διαθέσιμο από το Αποθετήριο Πέργαμος. https://www.openarchives.gr/aggregator-openarchives/edm/pergamos/000005- uoa_dl_object_uoadl%3A2873058

Karadavut, K. I., & Uneri, S. O. (2011). Burnout, depression and anxiety levels in mothers of infants

with brachial plexus injury and the effects of recovery on mothers' mental health. *European Journal of Obstetrics & Gynecology and Reproductive Biology*, 157(1), 43-47.
<https://doi.org/10.1016/j.ejogrb.2011.03.001>

Kütük, M. Ö., Tufan, A. E., Kılıçaslan, F., Güler, G., Çelik, F., Altıntaş, E., ... & Kütük, Ö. (2021). High Depression Symptoms and Burnout Levels Among Parents of Children with Autism Spectrum Disorders: A Multi-Center, Cross-Sectional, Case–Control Study. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 51(11), 4086-4099. Ανακτήθηκε από <https://link.springer.com/article/10.1007/s10803-021-04874-4>

Kwiatkowski, P., & Sekulowicz, M. (2017). Examining the Relationship of Individual Resources and Burnout in Mothers of Children with Disabilities. *International journal of special education*, 32(4), 823-841. Ανακτήθηκε από <https://eric.ed.gov/?id=EJ1184112>

Lebert-Charron, A., Dorard, G., Boujut, E., & Wendland, J. (2018). Maternal Burnout syndrome: contextual and psychological associated factors. *Front Psychol*, 9(885).
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.0088>

Manor-Binyamini, I., & Abu-Ajaj, O. (2017). Ways of coping and mental burnout of Bedouin mothers compared to Bedouin fathers of children with ASD. *Neuropsychiatry*, 7(1), 61-68. Ανακτήθηκε από <https://www.jneuropsychiatry.org/peer-review/ways-of-coping-and-mental-burnout-of-bedouin-mothers-compared-to-bedouin-fathers-of-children-with-asd.pdf>

McStay, R. L., Trembath, D., & Dissanayake, C. (2014). Stress and family quality of life in parents of

children with autism spectrum disorder: Parent gender and the double ABCX model. *Journal of autism and developmental disorders*, 44(12), 3101-3118. Ανακτήθηκε από <https://www.researchgate.net/search.Search.html?type=publication&query=McStay,%20R.%20L>

Mikolajczak, M., Brianda, M. E., Avalosse, H., & Roskam, I. (2018). Consequences of parental burnout: Its specific effect on child neglect and violence. *Child abuse & neglect*, 80, 134-145. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2018.03.025>

Mikolajczak, M., Gross, J. J., & Roskam, I. (2021). Beyond job burnout: Parental burnout!. *Trends in Cognitive Sciences*, 25(5), 333-336. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2021.01.012>

Mikolajczak, M., Gross, J. J., & Roskam, I. (2019). Parental burnout: What is it, and why does it matter? *Clinical Psychological Science*, 7(6), 1319–1329. <https://doi.org/10.1177%2F2167702619858430>

Mikolajczak, M., Gross, J. J., Stinglhamber, F., Lindahl Norberg, A., & Roskam, I. (2020). Is parental burnout distinct from job burnout and depressive symptomatology? *Clinical Psychological Science*, 8(4), 673–689. <https://doi.org/10.1177%2F2167702620917447>

Mikolajczak, M., Raes, M. E., Avalosse, H., & Roskam, I. (2018). Exhausted parents: Sociodemographic, child-related, parent-related, parenting and family-functioning correlates of parental burnout. *Journal of Child and Family Studies*, 27(2), 602-614. Ανακτήθηκε από <https://link.springer.com/article/10.1007/s10826-017-0892-4>

Mikolajczak, M., & Roskam, I. (2020). Parental burnout: Moving the focus from children to parents. *New directions for child and adolescent development*, 220(174), 7-13.
<https://doi.org/10.1002/cad.20376>

Mikolajczak, M., & Roskam, I. (2018). A theoretical and clinical framework for parental burnout: The balance between risks and resources (BR2). *Frontiers in psychology*, 9,
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00886>

Padden, C., & James, Jack, E. (2017). Stress among Parents of Children with and without Autism Spectrum Disorder: A Comparison Involving Physiological Indicators and Parent Self-Reports. *Journal of Developmental and Physical Disabilities*, 29(4), 567-586.
<https://doi.org/10.1007/s10882-017-9547-z>

Παπαγεωργίου, Γ. (2014). Ποσοτική έρευνα. Ανακτήθηκε από: http://sociology.soc.uoc.gr/pegasoc/wp-content/uploads/2014/10/MicrosoftWord-Papageorgiou_DEIGMATOLHPTIKH1.pdf.

Pfefferbaum, B., & North, C. S. (2020). Mental health and the Covid-19 pandemic. *New England Journal of Medicine*, 383(6), 510-512. Ανακτήθηκε από
<https://www.nejm.org/doi/full/10.1056/nejmp2008017>

Plieger, T., Melchers, M., Montag, C., Meermann, R., & Reuter, M. (2015). Life stress as potential risk factor for depression and burnout. *Burnout Research*, 2(1), 19-24. Ανακτήθηκε από
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2213058614200088>

- Pocinho, M., & Fernandes, L. (2018). Depression, stress and anxiety among parents of sons with disabilities. *The Psychologist: Practice & Research Journal*, 1(1), 103. Ανακτήθηκε από <https://www.researchgate.net/>
- Pryce, L., Tweed, A., Hilton, A., & Priest, H. M. (2017). Tolerating uncertainty: perceptions of the future for ageing parent carers and their adult children with intellectual disabilities. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 30(1), 84-96. <https://doi.org/10.1111/jar.12221>
- Raina, P., O'Donnell, M., Rosenbaum, P., Brehaut, J., Walter, S. D., Russell, D., ... & Wood, E. (2005). The health and well-being of caregivers of children with cerebral palsy. *Pediatrics*, 115(6), e626-e636. <https://doi.org/10.1542/peds.2004-1689>
- Rizzo, K. M., Schiffrin, H. H., & Liss, M. (2013). Insight into the parenthood paradox: Mental health outcomes of intensive mothering. *Journal of Child and Family Studies*, 22(5), 614–620. Ανακτήθηκε από <https://link.springer.com/article/10.1007/s10826-012-9615-z>
- Roskam, I., Aguiar, J., Akgun, E., Arikan, G., Artavia, M., Avalosse, H., ... & Mikolajczak, M. (2021). Parental burnout around the globe: A 42-country study. *Affective science*, 2(1), 58-79. Ανακτήθηκε από <https://link.springer.com/article/10.1007/s42761-020-00028-4>
- Roskam, I., Brianda, M. E., & Mikolajczak, M. (2018). A step forward in the conceptualization and measurement of parental burnout: The Parental Burnout Assessment (PBA). *Frontiers in psychology*, 9, 758. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00758>

Roskam, I., Raes, M. E., & Mikolajczak, M. (2017). Exhausted parents: Development and preliminary validation of the parental burnout inventory. *Frontiers in psychology*, 8(163), 9-12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00163>

Salceanu, C., & Luminita, S. M. (2020). Anxiety and depression in parents of disabled children. *Technium Soc. Sci. J.*, 3, 141. Ανακτήθηκε από [https://www.researchgate.net/publication/340672487 Anxiety and depression in parents of disabled children](https://www.researchgate.net/publication/340672487_Anxiety_and_depression_in_parents_of_disabled_children)

Sánchez-Rodríguez, R., Orsini, É., Laflaquière, E., Callahan, S., & Séjourné, N. (2019). Depression, anxiety, and guilt in mothers with burnout of preschool and school-aged children: Insight from a cluster analysis. *Journal of Affective Disorders*, 259, 244-250. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.08.031>

Sen, E., & Yurtsever, S. (2007). Difficulties Experienced by Families With Disabled Children. *Journal for Specialists in Pediatric Nursing*, 12 (4), 238-252. Ανακτήθηκε από <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.1744-6155.2007.00119.x>

Smith, M. (2017). *Caregiver Stress and Burnout*. Ανακτήθηκε από <https://www.helpguide.org/articles/stress/caregiver-stress-and-burnout.htm>

Sodi, T., Kpassagou, L. B., Hatta, O., Ndayizigiye, A., Ndayipfukamiye, J. M., Tenkué, J. N., ... & Sezibera, V. (2020). Parenting and parental burnout in Africa. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 2020(174), 101-117. <https://doi.org/10.1002/cad.20386>

Σταλίκας, Α., Τριλίβα, Σ., & Ρούσση, Π. (2012). *Τα ψυχομετρικά εργαλεία στην Ελλάδα*. Αθήνα: Πεδίο.

Stanojević, N., Nenadović, V., Fatić, S., & Stokić, M. (2017). Exploring factors of stress level in parents of children with autistic spectrum disorder. *Specijalna edukacija i rehabilitacija*, 16(4). Ανακτήθηκε από <https://www.aseestant.ceon.rs/index.php/specedreh/article/view/13861>

Szczygiel, D., Sekulowicz, M., Kwiatkowski, P., Roskam, I., & Mikolajczak, M. (2020). Validation of the Polish version of the parental burnout assessment (PBA). *New Directions in Child and Adolescent Development*. <https://doi.org/10.1002/cad.20385>

Taylor, J. L., & Warren, Z. E. (2012). Maternal depressive symptoms following autism spectrum diagnosis. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 42(7), 1411-1418. Ανακτήθηκε από <https://link.springer.com/article/10.1007/s10803-011-1375-x>

Τζάνη, Μ. & Κεχαγιάς, Χ. (2005). *Μεθοδολογία Έρευνας Κοινωνικών Επιστημών*. Αθήνα: Εθνικό & Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών. Ανακτήθηκε από <https://www.researchgate.net>

Vigouroux, S. L., & Scola, C. (2018). Differences in parental burnout: Influence of demographic factors and personality of parents and children. *Frontiers in psychology*, 887. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00887>

Wang, P., Michaels, C. A., & Day, M. S. (2011). Stresses and Coping Strategies of Chinese Families with Children with Autism and Other Developmental Disabilities. *Journal of Autism & Developmental Disorders*, 41, 783–795. <http://dx.doi.org/10.1007/s10803-010-1099-3>

World Health Organisation (2000). *Healthy ageing - adults with intellectual disabilities physical health issues*. Ανακτήθηκε από https://www.google.com/search?q=https%3A%2F%2Fwww.who.int%2Fmental+health%2Fmedia%2Fen%2F21.pdf&rlz=1C1GCEA_enGR876GR876&oq=https%3A%2F%2Fwww.who.int%2F

Wong, D. L., Tai, T. C., Wong-Faull, D. C., Claycomb, R., Meloni, E. G., Myers, K. M., ..., & Kvetnansky, R. (2012). Epinephrine: A short-and long-term regulator of stress and development of illness. *Cellular and molecular neurobiology*, 32(5), 737-748. <https://doi.org/10.1007/s10571-011-9768-0>

Wong, M. L., & Licinio, J. (2001). Research and treatment approaches to depression. *Nature Reviews Neuroscience*, 2(5), 343-351. Ανακτήθηκε από <https://www.nature.com/articles/35072566>

Φίλιας, Β. (1977). *Εισαγωγή στη Μεθοδολογία και τις Τεχνικές των Κοινωνικών Ερευνών*. Αθήνα: Gutenberg.

Zaidman-Zait, A., Miranda, P., Duku, E., Vaillancourt, T., Smith, I. M., Szatmari, P., ... & Thompson, A. (2017). Impact of personal and social resources on parenting stress in mothers of children

with autism spectrum disorder. *Autism*, 21(2), 155-166.

<https://doi.org/10.1177%2F1362361316633033>

Ηλεκτρονικές πηγές

<https://div12.org/parents-on-the-brink-parental-burnout>

<https://en.burnoutparental.com/le-burnout-parental>

<https://www.apa.org/topics/stress/anxiety-difference>

<https://www.apa.org/monitor/2021/10/cover-parental-burnout>