

# **ABORDAJE DESDE EL MODELO COGNITIVO COMPORTAMENTAL PARA EL TRATAMIENTO DE LA DEPRESIÓN EN ADOLESCENTES: REVISIÓN DE INTERVENCIONES BASADAS EN EVIDENCIA**

**Valentina Aristizábal Zuluaga**  
Código estudiantil: 20191910489

**Katherin Davianiis Palmar Barliza**  
Código estudiantil: 2024117261638

Trabajo de Investigación presentado como requisito para optar el título de:  
Especialista en Psicología clínica

**Tutor(es):**  
**Milgen Sánchez Villegas**

## **RESUMEN**

La depresión en la adolescencia es un trastorno de salud mental que afecta el estado de ánimo y el bienestar de un joven. Se caracteriza por sentimientos persistentes de tristeza, vacío o desesperanza que pueden durar semanas o meses. Esta monografía examina las intervenciones del modelo cognitivo-conductual (TCC) para el tratamiento de la depresión en adolescentes desde 2019 hasta 2023. El objetivo general es revisar y evaluar las intervenciones basadas en este modelo, usando una metodología de revisión sistemática conforme al modelo PRISMA. Se realizó una búsqueda exhaustiva utilizando descriptores específicos en la base de datos EBSCO. Se encontraron inicialmente (n=81) documentos relevantes, de los cuales (n=69) pasaron el proceso de tamizaje inicial donde (n=15) cumplieron con los criterios de inclusión establecidos. Los resultados corroboran la efectividad de la terapia cognitivo-conductual (TCC) en diversas modalidades y contextos geográficos, con resultados significativos que demuestran su eficacia en el tratamiento de la depresión en adolescentes. Los estudios incluidos abarcan una variedad de enfoques, desde intervenciones grupales hasta modalidades en línea, y destacan la adaptabilidad de la TCC a diferentes entornos culturales y sociales, utilizando técnicas específicas de la TCC, como la reestructuración cognitiva, la exposición gradual, la psicoeducación, y la integración de prácticas de mindfulness. Muchos de los estudios revisados indican que la TCC ha sido implementada de diversas maneras, ya sea en entornos escolares, clínicos o a través de plataformas digitales. Por ejemplo, se

han utilizado intervenciones que combinan sesiones grupales y actividades prácticas, así como enfoques en línea que permiten una mayor accesibilidad a los adolescentes que, de otro modo, tendrían dificultades para recibir tratamiento. A pesar de la efectividad general de la TCC, los hallazgos sugieren que existe una falta de estudios específicos en contextos como el colombiano, lo que plantea un reto importante para la adaptación de estas intervenciones a las realidades locales. Los estudios revisados demuestran que la TCC no solo es efectiva para reducir los síntomas de depresión, sino que también puede ser un medio para mejorar el bienestar emocional y la funcionalidad general de los adolescentes. La variabilidad en la metodología y la eficacia reportada entre los estudios resalta la importancia de personalizar las intervenciones para abordar las necesidades específicas de cada grupo. Las principales conclusiones subrayan la necesidad de más investigaciones localizadas y de evaluar la implementación de diversas modalidades terapéuticas en contextos específicos para mejorar el tratamiento de la depresión en adolescentes. Esto incluye la consideración de factores socioculturales, el acceso a servicios de salud mental, y la formación de profesionales que puedan adaptar la TCC a las particularidades de las poblaciones locales. En este sentido, el desarrollo de estudios enfocados en contextos como el colombiano es esencial para garantizar que las intervenciones sean relevantes y efectivas, contribuyendo así a la mejora del tratamiento de la depresión en los adolescentes de la región.

**Palabras clave:** Terapia Cognitivo-Conductual, Depresión, Adolescente, Intervenciones, Efectividad.

## ABSTRACT

Depression in adolescence is a mental health disorder that affects a young person's mood and well-being. It is characterized by persistent feelings of sadness, emptiness, or hopelessness that can last for weeks or months. This monograph examines cognitive-behavioral therapy (CBT) interventions for the treatment of depression in adolescents from 2019 to 2023. The overall objective is to review and evaluate interventions based on this model, using a systematic review methodology according to the PRISMA guidelines. A comprehensive search was conducted using specific descriptors in the EBSCO database. Initially, (n=81) relevant documents were found, of which (n=69) passed the initial screening process, and (n=15) met the established inclusion criteria. The results corroborate the effectiveness of cognitive-behavioral therapy (CBT) across various modalities and geographic contexts, with significant outcomes demonstrating its efficacy in treating adolescent depression. The included studies encompass a variety of approaches, from group interventions to online modalities, highlighting the adaptability of CBT to different cultural and social environments, employing specific CBT techniques such as cognitive restructuring, gradual exposure, psychoeducation, and the integration of mindfulness practices. Many of the reviewed studies indicate that CBT has been implemented in various ways,

whether in school, clinical settings, or through digital platforms. For instance, interventions combining group sessions with practical activities have been utilized, as well as online approaches that provide greater accessibility for adolescents who might otherwise face difficulties in receiving treatment. Despite the overall effectiveness of CBT, the findings suggest a lack of specific studies in contexts like Colombia, posing a significant challenge for adapting these interventions to local realities. The reviewed studies demonstrate that CBT is not only effective in reducing symptoms of depression but can also serve as a means to improve emotional well-being and overall functioning in adolescents. The variability in methodology and reported effectiveness across studies underscores the importance of personalizing interventions to address the specific needs of each group. The main conclusions emphasize the need for more localized research and the evaluation of the implementation of various therapeutic modalities in specific contexts to enhance the treatment of depression in adolescents. This includes considering sociocultural factors, access to mental health services, and the training of professionals who can adapt CBT to the particularities of local populations. In this regard, developing studies focused on contexts such as Colombia is essential to ensure that interventions are relevant and effective, thereby contributing to improved treatment of depression in adolescents in the region.

**Key words:** Cognitive-Behavioral Therapy, Adolescent, Depression, Interventions, Effectiveness.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. American Psychiatric Association - APA. (2014). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5-TR)*. American Psychiatric Association.
2. Anjum, A. H. S., T, S., & Uddin, M. E. R. D. (2022). Investigating the prevalence of and factors associated with depressive symptoms among urban and semi-urban school adolescents in Bangladesh: A pilot study. *International Health, 14*(4), 354-362. <https://doi.org/10.1093/inthealth/ihz092>
3. Anne, S. J., Tam Cai Lian, Thanzami, V., Bonn, G., Saw Tiong Guan, & Ariaratnam, S. (2021). Bridging the Gap of Feasibility and Practicality in the Malaysian Context: Preliminary Single Cohort School-Based Cognitive Behavioral Therapy (Cbt) Intervention. *ASEAN Journal of Psychiatry, 22*(5), 1–10. <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&AuthType=sso&db=asn&AN=152992260&lang=es&site=ehost-live&custid=ns013889>
4. Are, A., Olisah, V., Bella-Awusah, T., & Ani, C. (2022). Controlled clinical trial of teacher-delivered Cognitive Behavioural Therapy (CBT) for adolescents with clinically diagnosed depressive disorder in Nigeria. *International Journal of Mental Health, 51*(1), 4–23. <https://doi.org/10.1080/00207411.2021.1891361>

5. Beck, A. T. (2019). *Depression: Causes and treatment (2nd ed.)*. University of Pennsylvania Press.
6. Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F., & Emery, G. (1979). *Cognitive therapy of depression*. Guilford Press.
7. Berg, M., Lindegaard, T., Flygare, A., Sjöbrink, J., Hagvall, L., Palmebäck, S., ... 7. Andersson, G. (2022). Internet-based CBT for adolescents with low self-esteem: a pilot randomized controlled trial. *Cognitive Behaviour Therapy, 51*(5), 388–407. <https://doi.org/10.1080/16506073.2022.2060856>
8. Bernal, G., Rivera, M. C. L., Cumba, A. E., Reyes, R. M. L., Sáez, S. E., Duarte, V. Y., Nazario, L., Rodríguez, Q. N., & Rosselló, J. (2019). Can Cognitive-Behavioral Therapy Be Optimized With Parent Psychoeducation? A Randomized Effectiveness Trial of Adolescents With Major Depression in Puerto Rico. *Family Process, 58*(4), 832–854. <https://doi.org/10.1111/famp.12455>
9. Bingöl Çağlayan, R. H., & Demirpençe Seçinti, D. (2020). Cognitive behavior therapy for overweight and obese adolescents with psychiatric symptoms: a pilot study. *Anatolian Journal of Psychiatry / Anadolu Psikiyatri Dergisi, 21*(4), 417–422. <https://doi.org/10.5455/apd.68715>
10. Boelen, P. A., Lenferink, L. I. M., & Spuij, M. (2021). CBT for Prolonged Grief in Children and Adolescents: A Randomized Clinical Trial. *American Journal of Psychiatry, 178*(4), 294–304. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2020.20050548>
11. Brown, B. B. (2004). Adolescents' relationships with peers. In R. M. Lerner & L. Steinberg. *Handbook of adolescent psychology* (pp. 363-394). Wiley.
12. Cañón Buitrago, S., C., & Carmona Parra, J., A. (2018). Ideación y conductas suicidas en adolescentes y jóvenes. *Pediatría Atención Primaria, 20*(80), 387-397. [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1139-76322018000400014&lng=es&tlng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1139-76322018000400014&lng=es&tlng=es).
13. Cojocar, C. M., Popa, C. O., Suci, N., Péter, O., Schenk, A., & Muresan, S. (2021). The efficacy of cognitive-behavioral therapy for treating major depressive disorder comorbid with chronic disease. *Acta Marisiensis-Seria Medica, 67*(1), 12-15. <https://doi.org/10.2478/amma-2021-0005>.
14. Cuijpers, P., Karyotaki, E., Weitz, E., Andersson, G., Hollon, S., & Van Straten, A. (2014). The effects of psychotherapies for major depression in adults on remission, recovery and improvement: a meta-analysis. *Journal of affective disorders, 159*, 118–126. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2014.02.026>.
15. de Jonge-Heesen, K. W. J., Rasing, S. P. A., Vermulst, A. A., Scholte, R. H. J., van Etteken, K. M., Engels, R. C. M. E., & Creemers, D. H. M. (2020). Randomized control trial testing the effectiveness of implemented depression prevention in high-risk adolescents. *BMC Medicine, 18*(1), 1–13. <https://doi.org/10.1186/s12916-020-01656-0>
16. De Arellano, M., Danielson, C., & Felton, J. (2012). Children of Latino descent: Culturally modified TF-CBT. En J. Cohen, A. Mannarino, & E. Deblinger (Eds.), *Trauma focused CBT for children and adolescents: Treatment applications* (pp. 253-279). Guilford Press.

17. Departamento Administrativo Nacional de Estadística – DANE. (2021). *Estadísticas de salud mental en adolescentes*. [https://www.dane.gov.co/files/investigaciones/poblacion/estudios\\_tematicos/estadisticas\\_salud\\_mental.pdf](https://www.dane.gov.co/files/investigaciones/poblacion/estudios_tematicos/estadisticas_salud_mental.pdf).
18. Eccles, J. S., & Roeser, R. W. (2009). Schools, academic motivation, and stage-environment fit. In R. M. Lerner & L. Steinberg (Eds.), *Handbook of adolescent psychology* (pp. 404-434). Wiley.
19. Feldhaus, C. G., Jacobs, R. H., Watkins, E. R., Peters, A. T., Bessette, K. L., & Langenecker, S. A. (2020). Rumination-Focused Cognitive Behavioral Therapy Decreases Anxiety and Increases Behavioral Activation Among Remitted Adolescents. *Journal of Child & Family Studies*, 29(7), 1982–1991. <https://doi.org/10.1007/s10826-020-01711-7>
20. Garber, J., Clarke, G. N., Weersing, V. R., Beardslee, W. R., Brent, D. A., Gladstone, T. R., DeBar, L. L., Lynch, F. L., D'Angelo, E., Hollon, S. D., Shamseddeen, W., & Iyengar, S. (2009). Prevention of depression in at-risk adolescents: a randomized controlled trial. *JAMA*, 301(21), 2215–2224. <https://doi.org/10.1001/jama.2009.788>
21. González-Terrazas, R. & Campos Aguilera, M. de G. (2021). Activación conductual (programación de actividades) y depresión: Una mirada analítica-conductual. *Acta Comportamental*, 29(4). <https://doi.org/10.32870/ac.v29i4.80320>
22. Hernández-Mariño, E., Bianchi, J. M., & Toro, R. (2024). Efecto del Tratamiento Grupai Breve de Activación Conductual para Depresión (BATD-G) en personas privadas de la libertad. *Acta Colombiana de Psicología*, 27(1), 1. <https://doi.org/10.14718/acr2024.27.1.6>
23. Hernández-Brussolo, Ricardo, Romero Reyes, Daniela, Alcázar Zapata, Diana Lizeth, Vogel García, Nubia Krystal, & Reyes Hernández, Diego Armando. (2017). Intervención cognitivo-conductual en caso de trastorno depresivo debido a traumatismo de estructuras múltiples de rodilla. *Revista de psicología y ciencias del comportamiento de la Unidad Académica de Ciencias Jurídicas y Sociales*, 8(1), 15-28. [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2007-18332017000100015&lng=es&tlnq=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-18332017000100015&lng=es&tlnq=es).
24. Hofmann, S. G., Asnaani, A., Vonk, I. J., Sawyer, A. T., & Fang, A. (2012). The Efficacy of Cognitive Behavioral Therapy: A Review of Meta-analyses. *Cognitive therapy and research*, 36(5), 427–440. <https://doi.org/10.1007/s10608-012-9476-1>
25. Hollon, S. D., Stewart, M. O., & Strunk, D. (2006). Enduring effects for cognitive behavior therapy in the treatment of depression and anxiety. *Annual review of psychology*, 57, 285–315. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.57.102904.190044>.
26. Hoyos Zuluaga, E., Lemos Hoyos, M., & Torres De Galvis, Y. (2012). Factores de Riesgo y de Protección de la Depresión en los Adolescentes de la Ciudad de Medellín. *International Journal of Psychological Research*, 5(1), 109-121. <https://www.redalyc.org/pdf/2990/299023539013.pdf>

27. Idsoe, T., Keles, S., Olseth, A. R., & Ogden, T. (2019). Cognitive behavioral treatment for depressed adolescents: results from a cluster randomized controlled trial of a group course. *BMC Psychiatry*, 19(1), 1–17. <https://doi.org/10.1186/s12888-019-2134-3>
28. INEGI. (2022). *Estadísticas de salud mental en adolescentes*. <https://www.inegi.org.mx/salud-mental/adolescentes/>
29. Instituto Nacional de Salud. (2023). *Identificación de barreras de la depresión no atendida en Colombia y recomendaciones de política*. Observatorio Nacional de Salud. <https://www.ins.gov.co/Direcciones/ONS/publicaciones%20alternas/Policy%20Brief%20Identificaci%C3%B3n%20de%20barreras%20de%20la%20depr esi%C3%B3n%20no%20atendida%20en%20Colombia%20y%20recomend aciones%20de%20pol%C3%ADtica.pdf>
30. Irrarázaval, M., Prieto, F., & Armijo, J. (2016). Prevención e intervenciones tempranas en salud mental: una perspectiva internacional. *Acta bioethica*, 22(1), 37-50. <http://dx.doi.org/10.4067/S1726-569X2016000100005>
31. Jacobson, N. S., Martell, C. R., & Dimidjian, S. (2001). Behavioral activation treatment for depression: Returning to contextual roots. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 8(3), 255–270. <https://doi.org/10.1093/clipsy.8.3.255>
32. Jarpa Preisler, S. C., & Cruz Flores, A. I. (2022). Tratamiento Del Trastorno Depresivo en Adolescentes: Revisión Bibliográfica. *Revista ANACEM*, 16(2), 192. <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&AuthType=sso&db=asn&AN=160999200&lang=es&site=ehost-live&custid=ns013889>
33. Kerns, S. E. U., Phillips, J. D., Berliner, L., & Barth, R. P. (2022). Partnering for Success Symptom Monitoring Outcomes: Cognitive Behavioral Therapy Plus for Children and Youth in Child Welfare. *Journal of Child & Family Studies*, 31(1), 247–259. <https://doi.org/10.1007/s10826-021-02112-0>
34. Larson, R., & Richards, M. H. (1997). Divergent Realities: The Emotional Lives of Mothers, Fathers, and Adolescents. *Journal of Leisure Research*, 29(1), 135. <https://www.proquest.com/openview/390eec013b8823a93952820967d8e64/1?pq-origsite=gscholar&cbl=1816610>
35. Majawar Abdellah A. (2023). The effectiveness of behavioral activation therapy in treating depression among adolescents: A case study. *Arts for Psychological & Educational Studies*, 5(4), 9–61. <https://doi.org/10.53285/artsep.v5i4.1680>
36. Ministerio de Salud y Protección Social. (2018). *Política nacional de salud mental*. <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/politica-nacional-salud-mental.pdf>
37. Murray, L. & Skavenski, S. (2012). International Settings. En J. Cohen, A. Mannarino, & E. Deblinger (Eds.), *Trauma Focused CBT for children and adolescents: Treatment applications* (pp. 225-252). New York, New York: Guilford Press .

38. Naeem, F., Latif, M., Mukhtar, F., Kim, Y. R., Li, W., Butt, M. G., Kumar, N., & Ng, R. (2021). Transcultural adaptation of cognitive behavioral therapy (CBT) in Asia. *Asia-Pacific psychiatry : official journal of the Pacific Rim College of Psychiatrists*, 13(1), e12442. <https://doi.org/10.1111/appy.12442>
39. Nardi, B., Masei, M., Arimatea, E., & Moltedo-Perfetti, A. (2016). Effectiveness of group CBT in treating adolescents with depression symptoms: a critical review. *International journal of adolescent medicine and health*, 29(3), [/j/ijamh.2017.29.issue-3/ijamh-2015-0080/ijamh-2015-0080.xml](https://doi.org/10.1515/ijamh-2015-0080). <https://doi.org/10.1515/ijamh-2015-0080>
40. Navío Acosta, M., & Pérez Sola, V. (2020). *Depresión y suicidio. Documento estratégico para la promoción de la salud mental*. Wecare-u, Healthcare Communication Group. <https://consaludmental.org/centro-documentacion/depression-suicidio-2020/>
41. Oar, E. L., Johnco, C., & Ollendick, T. H. (2017). Cognitive Behavioral Therapy for Anxiety and Depression in Children and Adolescents. *The Psychiatric clinics of North America*, 40(4), 661–674. <https://doi.org/10.1016/j.psc.2017.08.002>
42. Organización Mundial de la Salud - OMS. (2020). *Depression and other common mental disorders: Global health estimates*. World Health Organization. <https://www.who.int/publications/i/item/depression-global-health-estimates>
43. Organización Mundial de la Salud - OMS. (2022). *Clasificación internacional de enfermedades para estadísticas de mortalidad y morbilidad, 11ª revisión (CIE-11)*. <https://icd.who.int/es>
44. Organización Panamericana de la Salud - OPS. (2023). *Informe mundial sobre la salud mental*. <https://www.who.int/es/publications/i/item/9789240050860>
45. Oud, M., De Winter, L., Vermeulen-Smit, E., Bodden, D., Nauta, M., Stone, L., ... & Stikkelbroek, Y. (2019). Effectiveness of CBT for children and adolescents with depression: A systematic review and meta-regression analysis. *European psychiatry*, 57, 33-45. <https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2018.12.008>
46. Pennant, M. E., Loucas, C. E., Whittington, C., Creswell, C., Fonagy, P., Fuggle, P., Kelvin, R., Naqvi, S., Stockton, S., Kendall, T., & Expert Advisory Group (2015). Computerised therapies for anxiety and depression in children and young people: a systematic review and meta-analysis. *Behaviour research and therapy*, 67, 1–18. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2015.01.009>
47. Puerta Polo, J. V., & Padilla Díaz, D. E. (2011). Terapia cognitiva-conductual (TCC) Como tratamiento para la depresión: Una revisión del estado del arte. *Duazary*, 8(2), 251–257. <https://doi.org/10.21676/2389783X.224>
48. Rodríguez Hernández, P., J. (2017). Trastornos del comportamiento. *Pediatría Integral*, 21(2), 73-81. [https://www.pediatriaintegral.es/wp-content/uploads/2017/04/Pediatria-Integral-XXI-2\\_WEB.pdf#page=7](https://www.pediatriaintegral.es/wp-content/uploads/2017/04/Pediatria-Integral-XXI-2_WEB.pdf#page=7)
49. Rose-Clarke, K., Hassan, E., Bk, P., Magar, J., Devakumar, D., Luitel, N. P., Verdelli, H., & Kohrt, B. A. (2021). A cross-cultural interpersonal model of adolescent depression: A qualitative study in rural Nepal. *Social science &*

- medicine (1982), 270, 113623.  
<https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2020.113623>
50. Stringaris, A., Vidal, P., Russi, E., Vilar, A., Fresno, C., Batlle, S., & Alda, J. (2021). *Una mirada a la salud mental de los adolescentes. Claves para comprenderlos y acompañarlos*. Faros SJD (Child Mind). [https://www.observatoriodelainfancia.es/ficherosoia/documentos/7455\\_d\\_Mi\\_rada-SaludMental-Adolescentes.pdf](https://www.observatoriodelainfancia.es/ficherosoia/documentos/7455_d_Mi_rada-SaludMental-Adolescentes.pdf)
51. Sánchez, O., Méndez, F., & Marín, F. (2023). Sexo, edad y sintomatología depresiva en la adolescencia. *Behavioral Psychology / Psicología Conductual*, 31(2), 227 - 246. <https://doi.org/10.51668/bp.8323201s>
52. Seligman, M. E. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. Free Press.
53. Steinberg, L. (2014). *Adolescence (10th ed.)*. McGraw-Hill Education.
54. Tapia, F. M., Castro, W. L., Poblete, C. M., & Soza, C. M. (2015). Estigma hacia los trastornos mentales: características e intervenciones. *Salud mental*, 38(1), 53-58. <https://www.medigraphic.com/pdfs/salmen/sam-2015/sam151h.pdf>
55. Topooco, N., Byléhn, S., Dahlström Nysäter, E., Holmlund, J., Lindegaard, J., Johansson, S., Åberg, L., Bergman Nordgren, L., Zetterqvist, M., & Andersson, G. (2019). Evaluating the Efficacy of Internet-Delivered Cognitive Behavioral Therapy Blended With Synchronous Chat Sessions to Treat Adolescent Depression: Randomized Controlled Trial. *Journal of medical Internet research*, 21(11), e13393. <https://doi.org/10.2196/13393>
56. Uebelacker, L. A., Wolff, J. C., Guo, J., Conte, K., Tremont, G., Kraines, M., O'Keeffe, B., Fristad, M. A., & Yen, S. (2023). Assessing feasibility and acceptability of yoga and group CBT for adolescents with depression: A pilot randomized clinical trial. *Clinical Child Psychology & Psychiatry*, 28(2), 525–540. <https://doi.org/10.1177/13591045221092885>
57. Uribe Urzola, A., Ramos Vidal, I., Villamil Benítez, I., & Palacio Sañudo, J. E. (2018). La importancia de las estrategias de afrontamiento en el bienestar psicológico en una muestra escolarizada de adolescentes. *Psicogente*, 21(40), 440-457. <https://doi.org/10.17081/psico.21.40.3082>
58. Uysal, B., Morgül, E., Tastekne, F., Sönmez, D., Tepedelen, M. S., Gülay, S., Eskioglu Aydin, I., Evecek, H., & Gormez, V. (2022). Videoconferencing-Based Cognitive Behavioral Therapy for Youth with Anxiety and Depression during COVID-19 Pandemic. *School Psychology International*, 43(4), 420–439. <https://doi.org/10.1177/01430343221097613>
59. Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2011). Adolescents and the internet: Opportunities and risks. In K. S. McQuail & P. M. Valkenburg. Eds.), *Handbook of children and the media* (pp. 303-315). SAGE Publications.
60. van den Heuvel, M. W. H., Bodden, D. H. M., Moerbeek, M., Smit, F., & Engels, R. C. M. E. (2019). Dismantling the relative effectiveness of core components of cognitive behavioural therapy in preventing depression in adolescents: protocol of a cluster randomized microtrial. *BMC Psychiatry*, 19(1). <https://doi.org/10.1186/s12888-019-2168-6>

61. Weissman, M. M., Markowitz, J. C., & Klerman, G. L. (2018). *The guide to interpersonal psychotherapy* (Updated and expanded ed.). Oxford University Press.
62. Witt, K., Madsen, T., Berk, M., Dean, O., Chanen, A., McGorry, P. D., Cotton, S., Davey, C. G., & Hetrick, S. (2021). Trajectories of change in depression symptoms and suicidal ideation over the course of evidence-based treatment for depression: Secondary analysis of a randomised controlled trial of cognitive behavioural therapy plus fluoxetine in young people. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 55(5), 506–516. <https://doi.org/10.1177/0004867421998763>
63. Zhou, X., Teng, T., Zhang, Y., Del Giovane, C., Furukawa, T. A., Weisz, J. R., Li, X., Cuijpers, P., Coghill, D., Xiang, Y., Hetrick, S. E., Leucht, S., Qin, M., Barth, J., Ravindran, A. V., Yang, L., Curry, J., Fan, L., Silva, S. G., Cipriani, A., ... Xie, P. (2020). Comparative efficacy and acceptability of antidepressants, psychotherapies, and their combination for acute treatment of children and adolescents with depressive disorder: a systematic review and network meta-analysis. *The lancet. Psychiatry*, 7(7), 581–601. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30137-1](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30137-1)