

# Zdroje

## SPOTIFY – PODCAST

Uvolněte se – psychologie.cz; Jan Smetánka

Vrtání – psychologie.cz; Jan Majer

V sobě – psychologie.cz; vztahy; Petr Bouška

Psychologieprokazdeho.cz

Hmmm... – slovenský podcast psychologické poradny IPčko.sk

Psycholožky v županu

Máma a táta na síti – Ester Geislerová a Matouš Ruml o různých tématech, i psychologických

Psychologický podcast – vězeňská psycholožka Eva;  
[www.citoprostor.cz/galaxie-hnevu](http://www.citoprostor.cz/galaxie-hnevu)

Podcast psychologie – Jana Koutníková

Psychozapisník – zápisky ze života studentky psychologie

Moje terapie – ČRo Wave

Terapie letí – Lukáš Man a Natalie Pastorková

Diagnóza F – ČRo Wave

Terap.odcast – Terap.io, Lada Brůnová

Psychologie výkonu v praxi – Václav Petráš

## DOPORUČENÁ LITERATURA

Azri, S. 2022. *Aktivujte svou psychickou odolnost*. Praha: Portál.

Brantley, J. a W. Millstine. 2023. *Mindfulness pro uspěchané*.  
Praha: Portál.

Clark, D. A. 2022. *Vystupte z myšlenkových pastí*. Praha: Portál.

Csikszentmihalyi, M. 2015. *Flow*. Praha: Portál.

- Fontana, D. 2016. *Stres v práci a v životě*. Praha: Portál.
- Frankl, V. E. 2021. *Léčba smyslem*. Praha: Portál.
- Víchová, V. a kol. 2016. *Autogenní trénink a autogenní terapie*.  
Praha: Portál.