

## Zdroje

### Úvod

Odkazy na výzkumy zaměřené na vysokou citlivost najdete v knize *Vysoce citliví lidé*, která vyšla také v českém jazyce v roce 2020 v nakladatelství Fontána (na konci knihy v Poznámkách) a také v odkazech v následujícím článku, který je dostupný ve všech univerzitních knihovnách: „Sensory-Processing Sensitivity and Its Relation to Introversión and Emotionality“. Elaine N. Aron a Arthur Aron, *Journal of Personality and Social Psychology*, 1997, Vol. 73, č. 2, 345-368.

### 1. kapitola

**Dva zdroje pro další práci s vysoce citlivým tělem:**

Eugene Gendlin: *Focusing* (Bantam Books, 1981).

Betty Winkler Keane: *Sensing* (Harper and Row, 1979).

### 2. kapitola

**O agresivních kulturách:**

Riane Eisler: *The Chalice and the Blade* (Harper San Francisco, 1995).

**Klasické dílo o výzkumu „nesmělých“ dětí:**

Jerome Kagan a kol.: *Galen's Prophecy* (Basic Books, 1994).

**Knihá o aktivní imaginaci:**

Robert Johnson: *Inner Work* (Harper San Francisco, 1989).

**Knihá o technice dialogu hlasů (voice dialogue) pro práci ve dvojicích:**

Hal Stone a Sidra Winkelman: *Embracing Ourselves* (Nataraj, 1993).



### 3. kapitola

#### Zdroj „zvukových kondicionérů“:

Marpac, 2907 Blue Clay Road, P.O.Box 3098, Wilmington, NC 28406, 910-763-7861

Více informací o Transcendentní meditaci ve vaší oblasti: 1-888-LEARN TM.

#### Pomoc s úzkostí, fobiemi a posttraumatickou stresovou poruchou:

Anxiety Disorders Association of America, nezisková organizace vytvořená předním osobnostmi v oboru: 301-231-9350.

#### Pomoc při jednání s náročnými lidmi:

Robert Bramson: *Coping with Difficult People* (Dell, 1981).

Charles Keating: *Dealing with Difficult People* (Paulist Press, 1984).

#### Informace o technologiích na rušení hluku (zařízení na odstraňování hluku):

Noise-Cancellation Technologies, One Dock Street, Stamford, CT 06902; 800-869-6647.

### 4. kapitola

#### Kniha o tom, jak jste měli být vychováváni, vhodná pro přeformulování svého dětství a informace o tom, jak se stát sami sobě rodičem:

Janet Poland: *The Sensitive Child* (St. Martin's Paperbacks, 1995).

### 5. kapitola

#### Knihy a zdroje informací o sociálních dovednostech a plachosti:

Pamela Butler: *Self-Assertion for Women* (Harper San Francisco, 1992).

Sharon Bower a Gordon Bower: *Asserting Yourself* (Perseus Press, 1991).

Jonathan Cheek a kol.: *Conquering Shyness* (Dell, 1990).

Phil Zimbardo: *Shyness: What It Is, What to Do About It* (Perseus Press, 1990).

Palo Alto Shyness Clinic: Ředitelka Lynne Hendersonová, Ph.D., 4370, Alpine Rd., Suite 204, Portola Valley, CA 94028, 650-851-2994. [www.shyness.com](http://www.shyness.com)

### 6. kapitola

#### Několik knih o tom, jak objevit své skutečné povolání:

Marsha Sinetar: *Do What You Love, the Money Will Follow* (Dell, 1987).

Barbara Sher: *I Could Do Anything if I Only Knew What It Was* (Delacorte, 1994).



## 7. kapitola

### Několik zdrojů pro páry:

John Gottman: *Why Marriages Succeed or Fail... And How You Can Make Yours Last* (Simon and Schuster, 1995).

Harville Hendrix: *Getting the Love You Want: A Guide for Couples* (HarperCollins, 1988).

Claude Steiner: *Achieving Emotional Literacy* (Avon, 1997).

### Vynikající víkendové kurzy pro páry a zdroje dalších materiálů:

The Seattle Marital and Family Institute, P.O. Box 15644, Seattle, WA, 98115-0644 nebo 888-523-9042. Institut řídí John Gottman, Ph.D.

## 8. kapitola

Jungovy instituty se nacházejí v New Yorku, Filadelfii, Torontu, Bostonu, Chicagu, Dallasu, Santa Fe, Seattlu, Los Angeles, San Francisku a Washingtonu D.C. Existují také mezinárodní organizace pro další města.

Pokud pracujete s následky jakéhokoli jednorázového traumatu, doporučuji vám vzít si ke svému terapeutovi následující knihu:

Edna Foa: *Treating the Trauma of Rape* (Guilford, 1998).

## 9. kapitola

### Několik knih o kombinování alternativní a běžné medicíny od lékařů:

Ronald Hoffman: *Intelligent Medicine* (Simon and Schuster, 1997).

Michael Norden: *Beyond Prozac* (HarperCollins, 1995).

### Kniha o kombinaci různých druhů léčby při terapii úzkosti a fobií:

Edmund Bourne: *The Anxiety and Phobia Workbook* (New Harbinger, 1997). Česky: *Jak se zbavit úzkosti a fobií* (Fontána, 2017). ([www.knihyfontana.cz](http://www.knihyfontana.cz))

### Klasická díla o SSRI, více méně „odborná“:

Peter Kramer: *Listening to Prozac* (Penguin, 1993).

### Velmi „kontroverzní“:

Peter Breggin a Ginger Ross: *Talking Back to Prozac* (St. Martin's Press, 1994).

## 10. kapitola

### Několik titulů o práci se sny:

Gayle Delaney: *Breakthrough Dreaming* (Bantam, 1991).



Robert Johnson: *Inner Work* (Harper San Francisco, 1989).

Carl G. Jung: *Dreams* (Princeton University Press, 1974).

Kathleen Sullivan: *Recurring Dreams* (The Crossing Press, 1998).

Edward Whitmont a Sylvia Perera: *Dreams: Portal to the Source* (Routledge, 1989).

#### **Knihy o vytváření rituálů:**

Jeanne Achterbert, Barbara Dossey a Leslie Kolmeier: *Rituals of Healing* (Bantam, 1994).

Sam Keen a Anne Valley-Fox: *Your Mythic Journey* (Tarcher, 1989).

Malidoma Patrice Some: *Ritual: Power, Healing and Community* (Swan/Raven, 1993).

#### **O tom, jak žít život, který bude pravdivý vůči vašemu vnitřnímu hlasu:**

Marsha Sinetar: *Ordinary People as Monks and Mystics* (Paulist Press, 1986).

## **11. kapitola**

#### **Klasický text o psychoterapii, který se rovněž zabývá skupinovými procesy:**

Irving Yalom: *The Theory and Practic of Group Psychotherapy*, 4. vydání (Basic Books, 1995).

Více informací o zpravodaji pro vysoce citlivé lidi s názvem Comfort Zone obdržíte na adrese P.O.Box 460564, San Francisco, CA 94146-0564.

### **OBJEDNÁVKY:**

[www.knihyfontana.cz](http://www.knihyfontana.cz)

[fontana-esotera@seznam.cz](mailto:fontana-esotera@seznam.cz)

**Knihy z Fontány můžete objednávat také prostřednictvím SMS na čísle 775 954 621.**