

LITERATURA

- Allione, T. *Pečuj o své démony: Starodávné tibetské techniky transformace negativních emocí*. Maitrea 2010.
- Anderson, F., Schwartz, R. C., Sweezy, M. *Internal Family Systems Skills Training Manual: Trauma-Informed Treatment for Anxiety, Depression, PTSD & Substance Abuse*. PESI Publishing & Media 2017.
- Baker, R. *Jak překonat panické ataky*. Grada 2013.
- Beck, J. S. *Cognitive Behavior Therapy: Basics and Beyond*. Guilford Press 2020.
- Bernhardt, K. *Jak se navždy zbavit paniky, úzkosti a strachu*. BizBooks 2019.
- Bourne, E. J. *Coping with Anxiety: 10 Simple Ways to Relieve Anxiety, Fear & Worry*. New Harbinger 2003.
- Bourne, E. J. *The Anxiety and Phobia Workbook*. New Harbinger Publications 2020.
- Bourne, E. J., Garano, L. *Pocket Therapy for Anxiety: Quick CBT Skills to Find Calm*. New Harbinger Publications 2020.
- Brantley, J., Millstine, W. *Mindfulness pro uspěchané: 99 jednoduchých cvičení*. Portál 2023.
- Brewer, J. *Unwinding Anxiety: New Science Shows How to Break the Cycles of Worry and Fear to Heal Your Mind*. Avery 2021.
- Brotheridge, C. *Zbavte se úzkosti*. Omega 2018.
- Burns, D. D. *Feeling Good: The New Mood Therapy*. Morrow 1980.
- Burns, D. D. *When Panic Attacks: The New, Drug-Free Anxiety Therapy That Can Change Your Life*. Morgan Road Books 2006.
- Busch, F. N., Rudden, M., Shapiro, T. *Psychodynamická terapie depresie*. Vydavateľstvo F 2006.
- Carney, C. E., Edinger, J. D. *Insomnia and Anxiety*. Springer New York 2010.
- Clark, D. A., Beck, A. T. *Cognitive Therapy of Anxiety Disorders: Science and Practice*. Guilford Press 2009.
- Damasio, A. R. *Descartesův omyl: Emoce, rozum a lidský mozek*. Mladá Fronta 2000.
- Earley, J. *Negotiating for Self-Leadership: Techniques for Working with Parts in Internal Family Systems Therapy*. Pattern System Books 2017.
- Earley, J. *Self-Therapy: A Step-by-Step Guide to Creating Inner Wholeness Using IFS, A New, Cutting-Edge Therapy*. Pattern System Books 2009.
- Ecker, B., Hulley, L. *Coherence Therapy: Practice Manual and Training Guide*. Coherence Psychology Institute 2017.
- Ecker, B., Hulley, L. *Depth Oriented Brief Therapy: How to Be Brief When You Were Trained to Be Deep and Vice Versa*. Jossey-Bass 1996.

Ecker, B., Ticic, R., Hulley, L. *Unlocking the Emotional Brain: Memory Reconsolidation and the Psychotherapy of Transformational Change*. Routledge 2012.

Farrell, J., Reiss, N., Shaw, I. *Schematerapie: Příručka pro terapeuta*. Triton 2021.

Fromm, E. *Mít, nebo být?* Portál 2020.

Gendlin, E. T. *Focusing*. Portál 2024.

Greenberger, D., Padesky, C. A. *Mind Over Mood: Change How You Feel by Changing the Way You Think*. Guilford Press 2015.

Hanson, R., McKay, M. *Okamžitá pomoc proti úzkosti*. Portál 2022.

Honzák, R. *Jak žít a vyhnout se syndromu vyhoření*. Vyšehrad 2022.

Honzák, R., Červenková, R. *Všichni žijem v blázinci*. Vyšehrad 2018.

Horney, K. *Neurotická osobnost naší doby*. Portál 2007.

Horney, K. *Neuróza a lidský růst*. Pragma 2011.

Kabat-Zinn, J. *Wherever You Go, There You Are: Mindfulness Meditation in Everyday Life*. Hyperion 1994.

Kabat-Zinn, J., Hennings, M. *Mindfulness-Based Stress Reduction Workbook*. New Harbinger Publications 2009.

Kast, V. *Úzkost a její smysl*. Portál 2012.

Van der Kolk, B. *Tělo sčítá rány*. Jan Melvil Publishing 2021.

Kratochvíl, S. *Základy psychoterapie*. Portál 2017.

Levenson, H. *Krátká dynamická psychoterapie*. Portál 2016.

McConnell, S. *Somatic Internal Family Systems Therapy: Awareness, Breath, Resonance, Movement, and Touch in Practice*. North Atlantic Books 2020.

De Mello, A. *Bdělost*. Cesta 2010.

De Mello, A. *Cesta k lásce*. Cesta 1995.

De Mello, A. *Čirá radost*. Portál 2012.

Morschitzky, H., Sator, S. *Deset tváří úzkosti*. Portál 2014.

De Nennie, A. *Když ty nejsi ty*. Portál 2020.

Nešpor, K. *Léčivá moc smíchu*. Vyšehrad 2022.

Nutting, J. B. *Balancing Your Core Beliefs: A Positive Process*. Growing Awareness 2020.

Ocisková, M., Praško, J. *Generalizovaná úzkostná porucha v klinické praxi*. Grada 2017.

Padesky, C. A. *Schema Change Processes in Cognitive Therapy*. Clinical Psychology and Psychotherapy 1994.

Pešek, R. *Sám sobě psychoterapeutem: aneb Co opravdu pomáhá zvládat úzkosti a deprese*. Pasparta 2018.

Pešek, R., Praško, J., Štípek, P. *Kognitivně-behaviorální terapie v praxi*. Portál 2013.

Peterson, T. J. *101 Ways to Stop Anxiety: Practical Exercises to Find Peace and Free Yourself from Fears, Phobias, Panic Attacks, and Freak-Outs*. Racehorse Publishing 2020.

Pittman, C. M., Karle, E. M. *Rewire Your Anxious Brain: How to Use the Neuroscience of Fear to End Anxiety, Panic, and Worry*. New Harbinger Publications 2015.

Praško, J. *Panická porucha a jak ji zvládat*. Grada 2016.

Praško, J. *Úzkostné poruchy*. Portál 2012.

Praško, J., Prašková, H., Prašková, J. *Deprese a jak ji zvládat*. Portál 2015.

Praško, J., Prašková, J., Vyskočilová, J. *Úzkost a obavy*. Portál 2006.

Riemann, F. *Anxiety: Using Depth Psychology to Find a Balance in Your Life*. Barbara Budrich 2009.

Riemann, F. *Základní formy strachu*. Portál 1999.

Röhr, H.-P. *Cesty z úzkosti a deprese*. Portál 2012.

Röhr, H.-P. *Nedostatečný pocit vlastní hodnoty*. Portál 2013.

Schwartz, R. *Tohle všechno jsem já: Terapie systémů vnitřní rodiny*. Portál 2023.

Schwartz, R. C., Sweezy, M. *Internal Family Systems Therapy* (2nd ed.). Guilford Press 2019.

Sheikh, A. A. *Handbook of Therapeutic Imagery Techniques*. Routledge 2000.

Shoquist, J., Stafford, D. *No More Panic Attacks: A 30-Day Plan for Conquering Anxiety*. New Page Books 2002.

Soukup, R. *Do It Scared: Finding the Courage to Face Your Fears, Overcome Adversity, and Create a Life You Love*. Zondervan 2019.

Stahl, B., Millstine, W. *Calming the Rush of Panic: A Mindfulness-Based Stress Reduction Guide to Freeing Yourself from Panic Attacks and Living a Vital Life*. New Harbinger Publications 2013.

Šlepecký, M., Praško, J., Kotianová, A., Vyskočilová, J. *Třetí vlna v kognitivně-behaviorální terapii*. Portál 2018.

Vymětal, J. *Obecná psychoterapie*. Grada Publishing 2004.

Walker, M. *Proč spíme: Odhalte sílu spánku a snění*. Jan Melvil Publishing 2021.

Wallace, L. *Cognitive Behavioural Therapy: 7 Ways to Freedom from Anxiety, Depression, and Intrusive Thoughts*. Independently Published 2021.

Wilson, R. *Don't Panic: Taking Control of Anxiety Attacks*. HarperCollins 2009.

Wilson, R. *Facing Panic: Self-Help for People with Panic Attacks*. Anxiety and Depression Association of America (ADAA) 2019.

Wilson, R. *Stopping the Noise in Your Head: The New Way to Overcome Anxiety and Worry*. Health Communications Inc 2016.

Wilson, S. *First, We Make the Beast Beautiful*. Corgi 2019.

Wolf, D. *Jak překonat strach, úzkost, paniku a fobie*. Grada 2018.

Yalom, I. D. *Existenciální psychoterapie*. Portál 2020.

Young, J. E., Klosko, J. S. *Reinventing Your Life*. Dutton 1993.

Young, J. E., Klosko, J. S., Weishaar, M. E. *Schema Therapy: A Practitioner's Guide*. Guilford Press 2006.