

# Seznam použité a doporučené literatury

- ALVIN, J. *Music Therapy*. Stainer & Bell Ltd, 1991.
- BÁTRLOVÁ, Z. *Jak zvládnout stres za katedrou*. [Kralice na Hané]: Computer Media, 2011. ISBN 978-80-7402-110-7.
- BAUER, M. a HABURAIOVÁ, I. *Leadership s využitím kaizen a lean: pohádky pro unavené manažery*. Brno: BizBooks, 2015. ISBN 978-80-265-0390-3.
- BAY, R. H.: *Účinné vedení týmů*. Praha, Grada, 2000. ISBN 80-247-9068-8.
- BEDRNOVÁ, E., NOVÝ, I., & JAROŠOVÁ, E. *Manažerská psychologie a sociologie*. Praha: Management Press, 2012. ISBN 978-80-7261-239-0.
- BEDRNOVÁ, E. a PAUKNEROVÁ, D. *Management osobního rozvoje: duševní hygiena, sebeřízení, efektivní životní styl. 2., aktualizované a doplněné vydání*. Praha: Management Press, 2015. ISBN 978-80-7261-381-6.
- BĚLOHLÁVEK, F. *Jak řídit a vést lidi*. Brno: CP Books, 2005, ISBN 80-251-0505-9
- BISGES, G. *10 Feldenkraisových lekcí pro uvolnění zad, šíje a ramen*. Praha: Plot, 2014. ISBN 978-80-7428-240-9.
- BLAŽKOVÁ, V., MALÁ, P. *Odvrácená strana učitelského povolání*. Rodina a škola, 2007. ISBN 80-7315-093-X.
- BURCH, V. a PENMAN, D. *Meditace pro zdraví: praktický průvodce pro zvládnání bolesti, nemocí a stresu pomocí všímavosti*. Přeložil Lenka VLČKOVÁ. Praha: Grada Publishing, 2016. ISBN 978-80-247-5619-6.

- BURSOVÁ, M. *Kompenzační cvičení: uvolňovací, protahovací, posilovací*. Praha: Grada. Fitness, síla, kondice, 2005. ISBN 80-247-0948-1.
- BUZKOVÁ, K. *Fitness jóga: harmonické cvičení těla i duše*. Praha: Grada. Fitness, síla, kondice, 2006. ISBN 80-247-1525-2.
- CLEGG, B. *Stress Management*. Brno: CP Books, 2005. ISBN 80-2510617-9.
- CLEGG, B. *Time Management*. Brno: CP Books, 2005. ISBN 80-251-0552-0.
- CLEGG, B. *Vyjednávání*. Brno: CP Books, 2005. ISBN 80-251-0582-2.
- CRANDALL, R., & PERREWÉ, P. L. *Occupational stress: A handbook*. Washington, D.C: Taylor & Francis, 1994.
- CUNGI, CH. *Jak zvládat stres*. 1. vyd. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-465-6.
- ČAKRT, M. *Typologie osobnosti pro manažery*. Praha: Management Press, 2006. ISBN 80-85943-12-3.
- ČÁP, J. *Psychologie výchovy a vyučování*. 1. vyd. Praha: H+H, 1993. ISBN 80-7066-534-3.
- ČERNÝ, V. *Řeč těla*. Praha: Computer Press, 2007. ISBN 978-80-251-1658-6
- DROTÁROVÁ, E. a DROTÁROVÁ, L. *Relaxační metody: malá encyklopedie : [jak zvládat stres]*. Praha: Epoque, 2003. ISBN 80-86328-12-0.
- EKMAN, P. *Odhalené emoce: naučte se rozpoznávat výrazy tváře a pocity druhých*. Přeložila Eva NEVRLÁ. Brno: Jan Melvil Publishing, 2015. ISBN 978-80-87270-80-6
- FESSLER, N. *Rychlá relaxace: minutová cvičení proti každodennímu stresu*. Praha: Grada, 2014. ISBN 978-80-247-5073-6.
- FOLKMAN, S., LAZARUS, R. S., DUNKEL-SCHETTER, C., DELONGIS, A., & GRUEN, R. J. *Dynamics of a stressful encounter: Cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1986.
- FONTANA, D. *Psychologie ve školní praxi: příručka pro učitele (Vyd. 2)*. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-7178-063-4.
- FOTR, J. *Manažerské rozhodování*. Praha: Ekopress, 2006. ISBN 80-869-15-9.
- GROFOVÁ, K. a ČERNÝ, V. *Relaxační techniky pro tělo, dech a mysl: návrat k přirozenému uvolnění*. Brno: Edika, 2015. ISBN 978-80-266-0835-6.
- GUIDOTTI, T. L. *Global occupational health*. New York, N.Y: Oxford University Press, 2011.
- HAGEMANN, W. *Syndrom vyhoření u učitelů: příčiny, pomoc, terapie*. V Ústí nad Labem: Univerzita J. E. Purkyně, 2012. ISBN 978-80-7414-364-9.
- HELUS, Z. *Sociální psychologie pro pedagogy (Vyd. 2)*. Praha: Grada, 2007. ISBN 978-80-247-1168-3.
- HENNIG, Claudius a Gustav KELLER *Antistresový program pro učitele: projevy, příčiny a způsoby překonání stresu z povolání*. Praha: Portál. Pedagogická praxe, 1996. ISBN 80-7178-093-6.

- HLADKÝ, A. et al. *Zdravotní aspekty zátěže a stresu*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 1993. ISBN 80-7066-784-2.
- HLADKÝ, A., ŽIDKOVÁ, Z. *Metody hodnocení psychosociální pracovní zátěže: metodická příručka*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 1999. ISBN 80-7184-890-5.
- HOLEČEK, V. *Psychologie v učitelství praxi*. Praha: Grada. Pedagogika (Grada), 2014. ISBN 978-80-247-3704-1.
- HONZÁK, R. *Jak žít a vyhnout se syndromu vyhoření* (3. vydání). V Praze: Vyšehrad, 2018. ISBN 978-80-7601-004-8.
- IRMIŠ, F. *Nauč se zvládat stres*. Praha: Alternativa, 1996. ISBN 80-85993-02-3.
- JEDLIČKA, R., KOŤA, J., & SLAVÍK, J. *Pedagogická psychologie pro učitele: psychologie ve výchově a vzdělávání* (3. vydání). Praha: Grada, 2018. ISBN 978-80-271-0586-1.
- JONES, J. G. a MOORHOUSE, A. *Jak získat psychickou odolnost: strategie vítězů, které změni váš pracovní výkon*. Praha: Grada, 2010. ISBN 978-80-247-3022-6.
- JOSHU, V. *Stres a zdraví* (Vyd. 2). Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-211-9.
- KALHOUS, Z. A HORÁK, F. *K aktuálním problémům začínajících učitelů*. Pedagogika, 1996. ISSN 3330-3815.
- KALLWASS, A. *Syndrom vyhoření v práci a v osobním životě*. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-299-7.
- KANTOR, J., LIPSKÝ, M. a WEBER, J. *Základy muzikoterapie*. Praha: Grada. Psyché (Grada), 2009. ISBN 978-80-247-2846-9.
- KEBZA, V. *Psychosociální determinanty zdraví*. Praha: Academia, 2005. ISBN 80-200-1307-5.
- KEIRSEY, D. *Please Understand Me II: Temperament Character Intelligence*. Prometheus Nemesis Book Company, 1998. ISBN 1-885705-02-6.
- KOLÁŘ P. *Posilování stresem, cesta k odolnosti*, Praha, Euromedia Group, 2021. ISBN 978-80-242-7465-2.
- KOHOUTEK, R., & ŘEHULKA, E. (2011). *Stresory učitelů základních a středních škol v České republice (zejména stresory způsobené učitelům žáky)*. Škola a zdraví, 2011.
- KRASKA-LÜDECKE, K. *Nejlepší techniky proti stresu*. Praha: Grada. Psychologie pro každého, 2007. ISBN 978-80-247-1833-0.
- KREJČÍ, M. *Jóga v praxi pedagoga*. České Budějovice: Jihočeská univerzita, 1995. ISBN 80-7040-129-X.
- KŘIVOHLAVÝ, J. *Jak zvládat stres*. Praha: Grada. Avicenum, 1994. ISBN 80-7169-121-6.
- KŘIVOHLAVÝ, J. *Psychologie nemoci* (Vyd. 2). Praha: Grada, 2002. ISBN 8024701790.
- KŘIVOHLAVÝ, J. *Psychologie zdraví* (Vyd. 3). Praha: Portál, 2009. 978-80-7367-568-4.
- KŘIVOHLAVÝ J. *Sestra a stres*, Praha, Grada Publishing, a.s., 2010. ISBN 9788024731490.

- KYRIACOU, Ch. *Klíčové dovednosti učitele: cesty k lepšímu vyučování*. 2. vyd. Přeložil Dominik DVOŘÁK, přeložil Milan KOLDINSKÝ. Praha: Portál. Pedagogická praxe, 2004. ISBN 80-7178-965-8.
- LAZARUS, R. S. *Psychological stress and the coping process*. New York: McGraw-Hill, 1966.
- LAZARUS, R. S. *Psychological stress in the workplace*. In Parewé, P. L., Cranall, R. (Eds.), *Occupational stress: a handbook*. 3-14. Washington. D. C.: Taylor & Francis, 1994.
- LEWIS, D. *Tajná řeč těla*. Přeložil Jiří REZEK. Praha: Bondy, 2010. ISBN 978-80-904471-7-2.
- LIEBMANN, P. *Skupinová arteterapie: nápady, témata a cvičení*. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7178-864-3.
- LUKEŠ, V. *Antistresový program: (podkladové materiály k výcviku)*. České Budějovice: Pedagogické centrum, 2001. ISBN 80-7019-007-8.
- MATOUŠEK, O. *Pracovní stres a zdraví* (Vyd. 4). Praha: Výzkumný ústav bezpečnosti práce, 2003. ISBN 9788090360419.
- MAXA, R. *Management*. Praha: Nakladatelství Fortuna, 2011. ISBN 978-80-7373-111-3.
- MLČÁK, Z. *Psychologie zdraví a nemoci* (Vyd. 3). Ostrava: Ostravská univerzita, Filozofická fakulta, 2005. ISBN 80-7368-035-1.
- MÍCEK, L., ZEMAN, V. *Učitel a stres*. 2. rozš. vyd. Opava: Vade Mecum Opava, 1997. ISBN 80-86041-25-5.
- MIHULOVÁ, M. *Proti únavě a stresu: jednoduché, přirozené a účinné prostředky pro každého*. Liberec: Santal, 1994. ISBN 80-901531-5-1.
- NAKONEČNÝ, M. *Úvod do psychologie*. Praha: Academia, 2003. ISBN 9788020009937.
- NAVARRO, J. a KARLINS, M. *Jak prokouknout druhé lidi: příručka bývalého experta FBI*. Praha: Grada, 2010. ISBN 978-80-247-3350-0.
- NEŠPOR, K. *Kudy do pohody: tisíc snadných rad, jak se uklidnit*. Praha: Portál, 2016. ISBN 978-80-262-1044-3.
- NOVÁK, T. *Jak bojovat se stresem*. Praha: Grada. Psychologie pro každého, 2004. ISBN 80-247-0695-4.
- OREL, M. a FACOVÁ, V. *Stres, zátěž a jejich zvládnutí*. Ostrava: Základní škola Ostrava-Dubina, Františka Formana 45, 2010. ISBN 978-80-904576-8-3.
- PAULÍK, K. *Co obtěžuje učitele různých typů škol*. In *Učitelé a zdraví 1*. Brno: Pavel Krepelka, 1998. ISBN 80-902653-0-8.
- PAULÍK, K. *Moderátory a mediátory zátěžové odolnosti* (Vyd. 3). Ostrava: Ostravská univerzita v Ostravě, Filozofická fakulta, 2009. ISBN 978-80-7368-635-2.
- PAULÍK, K. *Pracovní zátěž vysokoškolských učitelů*. Ostrava: Repronis. Spisy Filozofické fakulty Ostravské univerzity, č. 89/1995, 1995. ISBN 80-7042-423-0.

- PAULÍK, K. *Psychologie lidské odolnosti*. Praha: Grada. Psyché (Grada), 2010. ISBN 978-80-247-2959-6.
- PEASE, A.; PEASE, B: *Řeč těla*, Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-921-7
- PELCÁK, S. *Stres a syndrom vyhoření* (Vyd. 2). Hradec Králové: Gaudeamus, 2015. ISBN 978-80-7435-576-9.
- PETERKOVÁ, M. *Kurs duševní rovnováhy*. Praha: Portál, 2014. ISBN 9788026205852.
- PLAMÍNEK, J. *Sebepoznání, sebeřízení a stres: praktický atlas sebezvládnutí*. 3., dopl. vyd. Praha: Grada. Management (Grada), 2013. ISBN 978-80-247-4751-4.
- PRŮCHA, J. *Učitel: současné poznatky o profesi*. 1. vyd. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-621-7.
- RIVERS, S. E., BRACKETT, M. A., REYES, M. R., MAYER, J. D., CARUSO, D. R., & SALOVEY, P. *Measuring Emotional Intelligence in Early Adolescence With the MSCEIT-YV*. *Journal Of Psychoeducational Assessment*, 2012. 30(4), 344–366. <https://doi.org/10.1177/0734282912449443>.
- RUSH, M. D. *Syndrom vyhoření*. Praha: Návrat domů. Moudrost do kapsy, 2003. ISBN 80-7255-074-8.
- ŘEHULKA, E. ŘEHULKOVÁ, O. *Problematika tělesné a psychické zátěže při výkonu učitelského povolání*. In *Učitelé a zdraví I*. Brno: Krepela, 1998. ISBN 80-902653-0-8.
- STACKEOVÁ, D. *Relaxační techniky ve sportu: [autogenní trénink, dechová cvičení, svalová relaxace]*. Praha: Grada, Fitness, síla, kondice, 2011. ISBN 978-80-247-3646-4.
- SCHREIBER, V. *Lidský stres*. 2. uprav. vyd. Praha: Academia, 2000. ISBN 80-200-0240-5.
- ŠOLCOVÁ, I., KEBZA, V. *Burnout: Úvod do problému*. In *Učitelé a zdraví 1*. Brno: Pavel Krepelka, 1998. str. 43–54. ISBN 80-902653-0-8.
- ŠTĚPANÍK, J. *Umění jednat s lidmi 2: komunikace*. Praha: Grada, 2005. ISBN 80-247-0844-2.
- ŠVINGALOVÁ, D. *Stres v učitelské profesi*. 1. vyd. Liberec: Technická univerzita v Liberci, 2000. ISBN 80-7083-382-3.
- THOMAS, K. *Konflikty a řízení konfliktů*. Chicago, Rand McNally, 1976.
- VÍCHOVÁ, V. *Autogenní trénink a autogenní terapie: relaxace, která pomáhá*. Praha: Portál, 2016. ISBN 978-80-262-0999-7.
- VOJÁČEK J. *Umění být zdravý*, Brno, CPress, 2022. ISBN 978-80-264-3031-5.
- WALKER M. *Proč spíme. Odhalte sílu spánku a snění*, Brno, Jan Melvil Publishing, 2021. ISBN 978-80-7555-050-7.
- ZÁBRODSKÁ, K., & KVĚTOŇ, P. (2013). *Prevalence and forms of workplace bullying among university employees*. *Employee Responsibilities and Rights Journal*, 2013.
- ZÁBRODSKÁ, K., MUDRÁK, J., ŠOLCOVÁ, I., KVĚTOŇ, P., BLATNÝ, M., & MACHOVCOVÁ, K. (2018). *Burnout among university faculty: The central role of work–family conflict*. *Educational Psychology*, 2018.