

Reference, zdroje a další literatura

První kapitola

- 1 **„Syndrom podvodníka poprvé popsaly“:** Clance, P. R. a Imes, S. (1978), 'The imposter phenomenon in high achieving women: Dynamics and therapeutic intervention', *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, 15, 241–7.
- 2 **„jak škodlivý může syndrom podvodníka být“:** Neureiter, M. a Traut-Mattausch, E. (2016), 'Inspecting the Dangers of Feeling like a Fake: An Empirical Investigation of the Imposter Phenomenon in the World of Work', *Frontiers in Psychology*, 7:1445.
- 3 **„zjistila, že podvodníci a podvodnice prožívají hanbu“:** Young, V. (2011) *The Secret Thoughts of Successful Women: Why Capable People Suffer from the Imposter Syndrome and How to Thrive in Spite of it*, New York: Crown Business. Česky: Young, V. (2011). *Nebráňte se úspěchu: Skryté myšlenky úspěšných žen*. Přel. Nikol Barochová. Zoner Press.

Třetí kapitola

- 1 **„pokud jste od přírody náchylnější k úzkostem a obavám“:** Casselman, S. E. (1991), 'The imposter phenomenon in medical students: Personality correlates and developmental issues' (dizertační práce, Virginia Consortium for Professional Psychology), *Dissertations Abstracts International*, 53, 5–B.
Chae, J. H., Piedmont, R. L., Estadt, B. K. a Wicks, R. J. (1995), 'Personological evaluation of Clance's Imposter Phenomenon Scale in a Korean sample', *Journal of Personality Assessment*, 65 (3), 468–85.

Čtvrtá kapitola

- 1 **„Konfirmační zkreslení“:** Festinger, L. (1957), *A Theory of Cognitive Dissonance*, Stanford: Stanford University Press.

Pátá kapitola

- 1 „**Své postřehy shrnula**“: Ware, B. (2012). *The Top Five Regrets of the Dying*. Sydney: Exisle Publishing. Český Ware, B. (2012). *Čeho před smrtí nejvíce litujeme*. Přel. Linda Bartošková. Portál.
- 2 „**vyhýbavé strategie zvládání stresu jsou psychologickým rizikovým faktorem**“: Holahan, C. J. a Moos, R. H. (1987), „Risk, resistance, and psychological distress: A longitudinal analysis with adults and children“, *Journal of Abnormal Psychology*, 96(1), 3–13.
Taylor, S. ve spolupráci s Psychological Working Group (1998), „Coping Strategies“, <https://macses.ucsf.edu/research/psychosocial/coping.php> (navštíveno 13. února 2019).

Sedmá kapitola

- 1 „**sebekritika snižuje účinnost**“: Powers, T. A., Koestner, R. A. Zuroff, D. C. (2007), „Self-criticism, goal motivation, and goal progress“, *Journal of Social and Clinical Psychology*, 26/7. McGonigal, K. (2016). *The Willpower Instinct: How Self-Control Works, Why It Matters, and What You Can Do to Get More of It*. New York: Atria Books. Český: McGonigal, K. (2016). *Tajemství pevné vůle: Řešení pro všechny chronické lenochy*. Přel. Petr Somogyi. Management Press.
- 2 „**popsala tři složky**“: Neff, K. D. (2003), „Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself“, *Self and Identity*, 2, 85–102.
- 3 „**vede k větší spokojenosti**“: Leary, M. R., Tate, E. B., Adams, C. E., Batts Allen, A. a Hancock, J. (2007), „Self-compassion and reactions to unpleasant self-relevant events: The implications of treating oneself kindly“, *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(5), 887–904.
Neff, K. D., Rude, S. S. a Kirkpatrick, K. L. (2007), „An examination of self-compassion in relation to positive psychological functioning and personality traits“, *Journal of Research in Personality*, 41, 908–916.

Osmá kapitola

- 1 „**sociální izolace je spojena se zvýšeným rizikem**“: Cacioppo a kol. (2002), „Loneliness and Health: Potential Mechanisms“, *Psychosomatic Medicine*, 64, 407–17.
- 2 „**vřelé a podporující vztahy mají dlouhodobé přínosy**“: Taylor, S. E. a Gonzaga, G. C., „Evolution, Relationships, and Health: The Social Shaping Hypothesis“

in Schaller, M., Simpson, J. A. a Kenrick, D. T. (2006), *Evolution and Social Psychology (Frontiers of Social Psychology)*, 1. vydání, New York a Hove: Psychology Press, s. 211–236.

Devátá kapitola

- 1 „**Ani ty vám štěstí nepřinesou**“: Kasser, T. a Ahuvia, A. (2002), „Materialistic values and well-being in business students“, *European Journal of Social Psychology*, 32(1), 137–146.
Kasser, T. (2003), *The High Price of Materialism*, London: MIT Press.
- 2 „**perfekcionistické tendence jsou na vzestupu**“: Curann, T. a Hill, A. P. (2017), „Perfectionism is increasing over time: A meta-analysis of birth cohort differences from 1989 to 2016“, *Psychological Bulletin*, 1–21.
- 3 „**čím je perfekcionismus silnější**“: Curann, T. a Hill, A. P. (2017), „Perfectionism is increasing over time: A meta-analysis of birth cohort differences from 1989 to 2016“, *Psychological Bulletin*, 1–21.

Desátá kapitola

- 1 „**Výzkumy to potvrzují**“: Thompson, T., Foreman, P. A. Martin, F. (2000), „Imposter fears and perfectionistic concern over mistakes“, *Personality and Individual Differences*, 29(4), 629–47.
- 2 „**Stejně jako běžné nemoci posilují váš imunitní systém**“: Linley, P. A. a Joseph, S. (2004), „Positive Change Following Trauma and Adversity: A review“, *Journal of Traumatic Stress*, 17(1), 11–21.
- 3 „**Jakmile přijmete nepříjemné zprávy**“: Gates, B., & Hemingway, C. (1999). *Business @ the Speed of Thought: Succeeding in the Digital Economy*. New York: Warner Books. Český: Gates, B. a Hemingway, C. (1999), *Byznys rychlostí myšlenky: jak uspět v digitálním věku*. Přel. Petr Koubský. Praha: Management Press.
- 4 „**litujeme mnohem víc toho, co neuděláme**“: Gilovich, T. & Medvec, V. H. (1994), „The temporal pattern to the experience of regret“, *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(3), 357–65.

Jedenáctá kapitola

- 1 „**Gladwell to nazývá**“: Gladwell, M. (2015). *Outliers: The Story of Success*. New York: Little, Brown and Company. Český: Gladwell, M. (2015). *Mimo řadu: Anatomie úspěchu*. Přel. Aleš Drobek. BizBooks.

- 2 „**hlavním důvodem úspěchu bylo právě dobré načasování**“: Gross, B. (2015), 'The single biggest reason why start-ups succeed', https://www.ted.com/talks/bill_gross_the_single_biggest_reason_why_startups_succeed?language=en (navštíveno 20. února 2019).
- 3 „**85 % všech pracovních míst se obsazuje díky kontaktům**“: Adler, L. (2016), 'New Survey reveals 85% of All Jobs are Filled via Networking', <https://www.linkedin.com/pulse/new-survey-reveals-85-all-jobsfilled-via-networking-lou-adler/?trk=hp-feed-article-title-like&trk=v-feed> (navštíveno 29. března 2019).

Dvanáctá kapitola

- 1 „**přednášku Olivera Burkemana na TEDx**“: Burkeman, O. (2011), 'How to Stop Fighting Against Time', <https://www.youtube.com/watch?v=XtfCmhPr-J8> (navštíveno 28. března 2019).
- 2 „**jednou z nejúčinnějších věcí, které můžete udělat, je odpustit si**“: Wohl, M., Pychyl, T. & Bennett, S. (2010), 'I forgive myself, now I can study: How selfforgiveness for procrastinating can reduce future procrastination', *Personality and Individual Differences*, 48(7), 803–8.
- 3 „**lidé, kteří jsou vděční, jsou šťastnější**“: Emmons, R. A. & McCullough, M. E. (2003), 'Counting Blessings Versus Burdens: An Experimental Investigation of Gratitude and Subjective Well-Being in Daily Life', *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(2), 377–89. Emmons, R. A. (2007), *Thanks! How the New Science of Gratitude Can Make You Happier*, Boston: Houghton Mifflin Harcourt.

Třináctá kapitola

- 1 „**účastníci a účastnice, kteří dosáhli nejhorších výsledků**“: Kruger, J. & Dunning, D. (1999), 'Unskilled and unaware of it: how difficulties in recognizing one's own incompetence lead to inflated self-assessments', *Journal of Personality and Social Psychology*, 77(6), 1121–34.

Čtrnáctá kapitola

- 1 „**až 40 % štěstí souvisí s našimi záměrnými každodenními činnostmi**“: Lyubomirsky, S., Sheldon, K. M. & Schkade, D. (2005), 'Pursuing Happiness: The Architecture of Sustainable Change', *Review of General Psychology*, 9(2), 111–31.
- 2 „**V jednom výzkumu dostali lidé za úkol**“: Leahy, R. L. (2005), *The Worry Cure: Seven Steps to Stop Worry from Stopping You*, New York: Harmony Books.

Patnáctá kapitola

- 1 „**Výzkum zveřejněný v European Journal of Social Psychology**“: Briñol, P., Petty, R. E. a Wagner, B. (2009), 'Body posture effects on self-evaluation: A self-validation approach', *European Journal of Social Psychology*, 39(6), 1053–64.
- 2 „**Tzv. power posing se dostal do novinových titulků**“: Cuddy, A. (2016). *Presence: Bringing Your Boldest Self to Your Biggest Challenges*. New York: Little, Brown and Company. Česky: Cuddy, A. (2016). Tady a teď: Jak si věřit, když na tom opravdu záleží. Přel. Hana Antonínová. Paseka. www.ted.com/talks/amy_cuddy_your_body_language_shapes_who_you_are?language=en (navštíveno 20. února 2019)

Zdroje a další literatura

- Dudău, D. P. (2014), 'The Relation between Perfectionism and Imposter Phenomenon', *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 127, 129–33.
- Hutchins, H. M. a Rainbolt, H. (2017), 'What triggers imposter phenomenon among academic faculty? A critical incident survey exploring antecedents, coping, and development opportunities', *Human Resource Development International*, 20(3), 194–214.
- Sakulku, J. & Alexander, J. (2011), 'The Imposter Phenomenon', *International Journal of Behavioural Science*, 6(1), 73–92.
- VIA Survey of Character Strengths: www.viacharacter.org.

Relevantní literatura z Portálu

- Passig, K., Lobo, S. (2010). *Odložím to na zítra*. Přel. Pravoslav Prokeš.
- Ware, B. (2012). *Čeho před smrtí nejvíce litujeme*. Přel. Linda Bartošková.
- Festinger, L., Riecken, H., Schachter, S. (2021). *Když se proroctví nesplní*. Přel. H. Antonínová.
- Petráš, V. (2022). *Psychologie vítězství*.
- Dobosz, A. M. (2025). *Nemusíš být perfektní*. Přel. Petra Diestlerová.