

Youtube videa a TED talks vztahující se k tématu Emoce a emoční jedení

- <https://www.youtube.com/watch?v=SVSe2vaxXXM>
- <https://www.youtube.com/watch?v=wKSUZrLZrdY&t=3s>
- <https://www.youtube.com/watch?v=4KbSRXP0wik>

Podcast nutriční specialistky Markéty Gajdošové

- Marketa's vibes – Emoční jedení versus emoce

Současný výzkum

Vložit pdf článků poslaných zvlášť

Výborný film, který se zabývá emocemi je animovaný snímek *V hlavě* (Inside out). Odlehčenou formou provází člověka emocemi dospívající dívky a názorně ukazuje, jak se emoce tvoří a jak to v hlavě doopravdy funguje. Film je velmi zábavný, ale z psychologického hlediska také velmi přínosný.

Doporučujeme také film *Free Solo*, dokumentující cestu lezce Alexe Honolda (zmíněného v přednášce). Film se nezabývá výživou, nicméně je z psychologického hlediska velmi zajímavý, jelikož zachycuje specifické aspekty v emocích, motivaci a celkové osobnosti jedné osoby.