

TED talky z oblasti psychologie zdraví a psychohygieny

- https://www.ted.com/talks/martin_seligman_the_new_era_of_positive_psychology?subtitle=en
- https://www.ted.com/talks/matt_killingsworth_want_to_be_happier_stay_in_the_moment?delay=3m&subtitle=en
- https://www.ted.com/talks/matthieu_ricard_the_habits_of_happiness?delay=3m&subtitle=en
- https://www.ted.com/talks/andy_puddicombe_all_it_takes_is_10_mindful_minutes?referrer=playlist-how_to_protect_your_passions_from_burnout&autoplay=true&subtitle=en
- <https://www.youtube.com/watch?v=OHj38et5L04>
- <https://www.youtube.com/watch?v=9YY0gVnVPoQ>
-

Články od organizace *Nevypuť duši*

Stránku organizace *Nevypuť duši* moc doporučujeme. Zaměřuje se na osvětu a péči o duševní zdraví a můžete na ní najít spoustu důležitých informací a kontaktů pro Vás i pro Vaše klienty.

- <https://nevypustdusi.cz/2015/11/24/relaxace/>
- <https://nevypustdusi.cz/2018/10/22/jak-na-lepsi-spanek/>
- <https://nevypustdusi.cz/2018/11/05/relaxacni-techniky/>
- <https://nevypustdusi.cz/2021/01/11/vsimava-prochazka/>
- <https://nevypustdusi.cz/2021/01/13/dechova-cviceni/>
- <https://nevypustdusi.cz/2022/10/10/jak-preventivne-pecovat-o-sve-dusevni-zdravi/>

Vybrané články současného výzkumu v oblasti psychologie zdraví a psychohygieny

Vložit do interaktivní osnovy pdf, které posíláme zvlášť