

# Jmenný rejstřík

## A

Abelson Tržilová, J. 29  
Ader, R. 177  
Adler, A. 89  
Alperstein, G. 203  
Alvarez-Leon, E. 97  
Amirkhan, J. H. 119  
Antonovsky, A. 49, 162–164  
Appley, M. H. 155  
Archer, J. 183  
Armstrong, M. 131, 160  
Atkinson, M. 57  
Auger, L. 90

## B

Bajčík, V. 35, 69, 70  
Balaščíková, V. 52, 153  
Balcar, K. 30, 51, 81, 116, 184, 266  
Bálint, M. 63  
Bandura, A. 53  
Baranovská, A. 211  
Barlow, D. H. 63  
Baron, R. M. 145  
Barret, P. 60  
Bartůňková, J. 177  
Bass, M. 217  
Baštecká, B. 57, 63, 94, 100, 101, 156,  
162, 192  
Baumgartner, F. 56, 183, 242  
Beck, A. T. 90  
Becker, B. 155  
Becker, P. 195  
Benedikovičová, J. 48  
Bernard, C. 69, 71  
Bernard, J. 66  
Berne, E. 90  
Blackburn, R. T. 52  
Blahutková, M. 285

Blatný, M. 52, 57, 152, 153, 266  
Brandstätter, J. 62  
Bratská, M. 79, 280  
Broniš, M. 35, 69, 70  
Brown, D. R. 224  
Brown, T. M. 101  
Budáč, S. 183  
Burdzy, D. 224  
Burger, G. C. D. 36, 74, 214

## C

Cakirpaloglu, P. 54  
Cannon, W. B. 69, 71, 72  
Caplan, G. 37, 102  
Capponi, V. 277  
Carney, J. S. 224  
Carver, C. S. 52, 119, 122, 242  
Cicchetti, D. 155  
Clefaras, G. 222  
Clow, A. 180  
Cohen, L. H. 195  
Comby, B. 302  
Comunian, A. L. 235  
Cooper, C. L. 212  
Costa, P. T. 48, 236  
Cox, T. 75, 320, 326  
Cullberg, J. 102  
Czikszentmihályi, M. 54, 60

## Č

Čáp, J. 117, 210, 211

## D

Dalbert(ová), C. 194, 195  
Daniel, J. 68  
David, J. P. 152  
Davidson, R. J. 299  
Denollet, J. 60

DeVellis, R. 162  
Diener, E. 237  
Doležalová, V. 295  
Dollard, J. 80, 150  
Downing, S. 147  
Dryden, W. 90, 246  
Durkheim, É. 187  
Dvořáková, Š. 285  
Dyer, J. G. 153  
Džuka, J. 194, 195

## E

Earvolinová-Ramirezová, M. 157  
Ebaugh, H. R. F. 188  
Ebner, W. C. 130  
Ellis, A. 90, 246  
Epstein, S. 46  
Erickson, S. 117  
Erikson, E. H. 103  
Evans, P. 180  
Eye, A. von 62  
Eysenck, H. J. 54, 60, 169, 235

## F

Fazey, J. 227  
Feldman, S. S. 117  
Feldt, T. 165  
Feuille, M. 224  
Fialová, L. 226, 286  
Ficková, E. 56, 219  
Fiore, N. A. 182  
Fisher, P. A. 173  
Flahout, D. 43  
Flocco, R. 195  
Folkman, S. 41, 74, 144, 210  
Fontana, D. 298  
Fragoso, J. M. 97  
Frankenhaeuser, M. 218  
Frank, J. D. 225  
Frankl, V. E. 59, 80, 90, 219, 222  
Frankovský, M. 190, 243  
Freudová, A. 115, 153  
Freud, S. 88, 103, 115, 175, 306

Friborg, O. 239, 240  
Fromm, E. 89, 90, 208  
Frýba, M. 40  
Fry, P. M. 220, 224  
Funk, C. S. 167

## G

Ganong, W. G. 73  
Gardner, H. 51  
Gentry, W. D. 238  
Goffman, E. 187  
Goldmann, P. 57, 63, 94, 100, 156, 162, 192  
Goldstein, D. S. 78, 320  
Goldstein, K. 58  
Goleman, D. 44, 56, 207  
Graham, S. 53  
Gregor, T. 227  
Grinkel, R. R. 41  
Groner, M. T. 43  
Groner, R. 43  
Grosarth-Maticek, R. 60  
Grossman, T. 286, 288  
Gruber, D. 141, 274, 277

## H

Halama, P. 219, 220  
Hamilton, D. 77  
Hardy, L. 227  
Hartl, J. 186  
Hartlová, H. 186  
Harvey, J. H. 152  
Hassin, R. 249  
Hátlová, B. 227  
Heider, F. 49  
Helman, C. 74  
Herbert, A. 216  
Heretik, A. 85, 88, 90, 91, 162  
Heretik, A., jun. 88, 90, 91, 162  
Hippokrates 302  
Hjemdal, O. 239, 240  
Hladký, A. 65, 68, 70, 74, 106, 147, 216  
Hnilica, K. 169  
Hnilicová, H. 195

- Hobfoll, S. E. 76, 146  
 Hošek, V. 227–229  
 Holahan, C. J. 118  
 Holmes, T. H. 36, 70, 214  
 Holroyd, K. A. 242  
 Homola, M. 81  
 Honzák, R. 73  
 Horneyová, K. 89  
 Horowitz, M. J. 46, 102  
 Hoskovcová, S. 172  
 Hoskovec, J. 58  
 Hřebíčková, M. 183, 236  
 Hubáč, M. 35  
 Huckelbridge, F. 180  
 Hvozdík, S. 219
- CH**
- Chapman, G. 209  
 Chesney, M. A. 59  
 Chiu, R. K. 54
- I**
- Işık, S. 219
- J**
- Janda, A. 177  
 Jandačková, V. K. 21  
 Janušová, P. 152  
 Jaspers, K. 85  
 Jirák, Z. 77, 78, 107  
 Johnson, J. L. 153  
 Jonášová, D. 285
- K**
- Kabat-Zinn, Jon 299  
 Kahn, S. 49, 54, 60, 166, 238  
 Kächele, H. 88  
 Kanste, O. 217  
 Karasek, R. A. 218  
 Karsten, H. 183  
 Kastová, V. 144  
 Katsogianni, I. V. 222  
 Katz, L. 46
- Kebza, V. 49, 54, 73, 94, 106, 108, 153,  
 169, 179–181, 183, 190, 193, 224,  
 248, 309  
 Kelder, P. 290  
 Kelley-Gillespie, N. 197  
 Kelly, G. A. 42  
 Kenny, D. A. 145  
 Keyes, C. L. M. 194  
 Kierkegaard, S. 86, 90  
 Kimmel, M. 183  
 Kirk, S. 163  
 Kirton, M. 43  
 Klaschka, J. 195  
 Knobloch, F. 237  
 Kobasa, S. C. 49, 54, 60, 166, 238, 285  
 Koeske, G. 163  
 Kohoutek, R. 275  
 Kohoutek, T. 52, 152, 153  
 Kolaříková, O. 168  
 Kondáš, O. 57, 125  
 Kordačová, J. 57  
 Kosinski, F. A. 54, 57  
 Kováč, D. 169, 196  
 Kováč, T. 236  
 Kovář, P. 207  
 Kožený, J. 195  
 Krallová, M. 236  
 Kratochvíl, S. 245, 247  
 Kretschmer, E. 20  
 Krch, F. 226  
 Krok, D. 220  
 Křikava, K. 180  
 Křivohlavý, J. 59, 83, 85, 87, 102, 109, 133,  
 162, 166, 167, 182, 220, 224, 225,  
 236, 238, 277, 306  
 Küblerová-Rossová, E. 92, 102  
 Kulka, J. 306  
 Kurzweil, R. 286, 288
- L**
- Lacková, L. 174  
 Lazarus, R. S. 41, 48, 68, 74, 119, 122, 150,  
 153, 210, 320, 326, 327

Leiter, M. P. 107  
Leithwood, K. 217  
Levis, D. 125  
Levy, D. A. 235  
Lewin, K. 81  
Lloyd, B. 183  
Luczak, H. 70, 214  
Luthar, S. S. 155  
Lysebeth, A. Van 301

## M

Maddi, S. R. 49, 54, 60, 166, 238  
Mareš, J. 38, 39, 117, 118, 145, 148, 169,  
196, 210, 211, 237  
Martens, R. 227  
Martinussen, M. 341  
Maříková, H. 187  
Maslach, C. 107  
Maslow, A. H. 91, 198, 264  
Mason, J. W. 72  
Matejík, M. 236  
McCrae, R. R. 48, 57, 236  
McCubbin, H. I. 205  
McCubbin, M. A. 205  
McGee, R. 53  
McGuinness, T. M. 153  
McKay, C. J. 326  
McNally, I. M. 227  
Medvedová, L. 183  
Melczak, R. 97  
Mellan, J. 184  
Merkunová, A. 27, 30, 31, 199  
Merton, R. K. 187  
Míček, L. 36, 52, 131, 274, 280, 287,  
294–296, 302  
Mičková, Z. 211  
Mika, J. 272  
Mikšik, O. 47, 57, 152, 163, 169, 241,  
322, 329  
Miller, J. G. 75  
Miller, N. A. 81  
Mlčák, Z. 98, 102  
Molčanová, Z. 56

Molloy, G. N. 213  
Moss, R. H. 118, 177  
Müller, K. B. 186  
Müllner, J. 236  
Myers, J. 53

## N

Nakao, A. 304  
Nakonečný, M. 58, 79, 86, 88  
Norcross, J. C. 90  
Novák, T. 277

## O

Ohta, S. 304  
Orel, M. 27, 28, 30, 199  
Osecká, L. 52, 57  
Ošmera, M. 285

## P

Pargament, K. I. 224  
Parrish, M. S. 224  
Patelová, C. 248  
Paulík, K. 70, 144, 165, 168, 188, 191, 197,  
212, 226, 235, 254  
Pavlica, K. 183, 189  
Pavlov, I. P. 69  
Payne, J. 169  
Perls, F. 90  
Peseschkian, N. 306  
Pfeiffer, W. M. 295  
Piaget, J. 42  
Pierce, G. R. 39  
Pierce, M. B. 213  
Plamínek, J. 133  
Plháková, A. 197  
Plzák, M. 207  
Poněšický, J. 184  
Praško, J. 41, 246, 273, 278  
Prašková, H. 41, 246, 273  
Prochaska, J. O. 90  
Procházka, J. 217  
Prokopčáková, A. 183  
Průcha, J. 212

Prystav, G. 120  
 Pullen, I. M. 101

## Q

Quinter, A. L. 38, 144, 145

## R

Rahe, R. N. 36, 70, 98, 214  
 Raman, S. 203  
 Rank, O. 88  
 Reissmannová, J. 213  
 Rensch, J. 57  
 Reynolds, R. V. C. 242  
 Ritzmann, R. F. 75, 320, 326  
 Rogers, C. R. 51, 55, 58, 90, 176  
 Romanniah, N. 50  
 Rosenman, R. H. 59  
 Rosenvinge, J. 240  
 Rosenzweig, S. 80  
 Rotter, J. B. 150, 162  
 Rubin, Z. 207  
 Ruisel, I. 43, 48, 236  
 Ruiselová, Z. 121, 183  
 Rutter, M. 153  
 Ryff, C. D. 194

## Ř

Řehulka, E. 285  
 Říčan, P. 51, 225

## S

Saforek, P. 183, 186, 188, 189  
 Sánchez, J. P. 55  
 Sarason, B. R. 39  
 Sarason, I. G. 39  
 Sarmány, I. 43, 239  
 Sarmány-Schuller, I. 43, 55, 235  
 Satirová, V. 52  
 Scott, A. I. F. 101  
 Sedláková, M. 58  
 Segerstrom, S. C. 51  
 Seligman, M. E. P. 49, 73, 117, 225,  
 246, 247

Selye, H. 41, 66, 71, 72, 78, 102, 109,  
 320, 326

Senka, J. 236  
 Serafino, E. P. 217  
 Sheldon, W. 20  
 Schaufeli, W. B. 107  
 Scheier, M. F. 50, 52, 119, 122, 242  
 Schill, T. 50  
 Schneiderová, A. 183, 184  
 Schreiber, V. 106, 109, 180  
 Schultz, J. H. 294  
 Sifonos, P. E. 57  
 Sigmon, S. T. 183  
 Singleton, W. T. 73  
 Slepíčka, P. 227  
 Slováčková, Z. 285, 303  
 Smékal, V. 17, 42, 46, 57  
 Smith, R. S. 174  
 Smutný, P. 217  
 Snyder, C. R. 183, 225  
 Sobotková, I. 204, 206  
 Solomon, G. F. 177  
 Spiegel, J. P. 41  
 Stamler, L. L. 107  
 Stampfl, T. 125  
 Stančák, A. 236  
 Stanton, A. L. 183  
 Steinberg, A. 75, 320, 326  
 Steptoe, A. 21  
 Stránská, M. 40  
 Stríženec, M. 224  
 Sujiva 40  
 Sullivan, H. S. 89  
 Suls, J. 152  
 Sun, X. 304  
 Svoboda, M. 235, 237

## Š

Šedivá, A. 177  
 Šolcová, I. 53, 60, 150, 153, 155, 172, 173,  
 179, 180, 181, 209, 286, 289  
 Špajdel, M. 183  
 Špatenková, N. 98  
 Štikar, J. 216, 238

## T

Tartasky, D. S. 166  
Taylor, S. E. 184  
Tepperwein, K. 304  
Thomä, H. 88  
Thomas, K. 295  
Thompson, A. I. 205  
Tobin, D. L. 242  
Tores, C. 50  
Towbes, L. C. 195  
Trope, Y. 249  
Tschuschke, V. 177, 181  
Turnbull, R. 155

## U

Urbánek, T. 236  
Úzbe, N. 219

## V

Vaculík, M. 217  
Vaillant, G. E. 116  
Vašina, B. 77, 78, 107, 162, 167  
Van Ryn, M. 50  
Vargas-Alarcon, G. 97  
Veenhovenová, R. 196  
Villalba, J. 53  
Vinocur, A. D. 50  
Violatio, C. 57  
Věšínová-Kalivodová, E. 187  
Vodáčková, D. 92, 98, 105, 142  
Vojáček, K. 294

Vymětal, J. 87, 91, 97, 181  
Výrost, J. 16, 45

## W

Wallston, B. S. 162  
Wallston, K. A. 162  
Walshová, F. 204  
Waterman, A. S. 54  
Weiner, B. 49  
Weintraub, J. K. 119, 122, 242  
Wernerová, E. E. 174  
Wiebe, P. J. 167, 168  
Wiechelt, S. A. 153  
Williams, S. 53  
Willise, J. 53  
Wolin, S. 159  
Wolin, S. J. 159  
Wolpe, J. 90, 125  
Wong, P. T. P. 220, 224  
Woodruffe, C. 161  
Wrabetz, A. B. 49, 52, 146  
Wundt, W. 55

## Z

Zautra, A. J. 49, 52, 146  
Zelinková, O. 211  
Zeman, V. 36, 295  
Zuckerman, M. 55

## Ž

Žiaková, E. 182

# Věcný rejstřík

## A

ACTH 72, 73  
adaptabilita 16, 19, 68, 121  
adaptace 11, 18, 35, 37, 39, 40, 48, 57, 58,  
61, 67, 68, 75, 104, 112, 115, 116, 118,  
121, 144, 146, 149, 158, 161, 168, 171,  
172, 175, 183, 190, 197, 200, 205, 209,  
214, 217, 229, 260, 271, 276, 302, 305,  
311, 319, 321, 323  
– na zátěž 184  
– pojem 13  
adaptační proces 197  
ADH 72  
adjustace 17, 205  
adrenalin 26, 27, 72, 199  
agrese 80  
agresivita 17, 84  
agresivní tendence 139, 273, 277  
aklimatizace 15  
akomodace 17  
aktivace 18, 226  
aktuální psychosomatický stav 85, 98, 121,  
151, 193, 252  
akupresura 129  
akupunktura 128  
alexitymie 57  
alkohol 125  
androgynie 185, 189  
AOS (Arousalability and Optimism  
Scale) 235  
APS 252  
asertivita 17, 60  
asimilace 16  
aspirační úroveň 248, 266  
atraktivita 249  
atribuce 249  
autogenní trénink 128, 228, 294  
autonomie 218  
autoregulace 58, 84

## B

bazální energetická potřeba 199  
behaviorální psychoterapie 125  
Big Five 48, 188, 189, 191, 270  
biorytmus 279  
bolest 57, 78, 95, 106, 107, 112, 229, 320,  
321  
– hlavy 129  
– z popálení 129  
– zvládnání bolesti 127  
brainstorming 277  
brainwriting 277  
Brief COPE 242  
burnout 37, 107, 163

## C

coping 58, 67, 69, 74, 118, 121, 145, 146,  
156, 158, 167, 190, 211, 311, 321  
– assistance 38  
– proaktivní 120  
– reaktivní 120  
– zaměřený na emoce 321  
– zaměřený na problém 321  
copingové strategie 146  
CSI (Coping Strategy Inventory) 242

## D

daily hassles 67, 180  
dechová cvičení 296  
denní nepříjemnosti 67, 150  
deprese 111, 165, 167, 180, 198, 304, 308  
deprivace 78, 80  
diatéza 63  
distres 66, 78, 180  
dopamin 26, 27  
DOPEN 236  
doping 229  
dotazník SPNS(r) 243

dotazování 234  
drogy 191  
duševní hygiena 191

## E

ekvilibrum 14  
– psychické 55  
emoce 70  
emocionální indukce 277  
endokrinní žlázy 23  
EOD 236  
EPI 235  
EPQ 236  
eustres 66, 180  
extraverze 190, 235, 236  
Eysenck Personality Inventory 235  
Eysenck Personality Questionnaire 236  
Eysenckův osobnostní dotazník 236

## F

faktory  
– ameliatorní 153  
– rizikové 153  
feminita 185, 188  
flow 54, 60  
frustrace 78, 79, 89, 92, 118, 264, 320  
– existenciální 80  
frustrační tolerance 162  
funkční potraviny 302

## G

GAS 71, 78  
gender 186, 189, 322  
– genderová identita 186  
– genderový stereotyp 187

## H

habituace 293  
hardiness 60, 153, 162, 163, 166–168, 180,  
188, 206, 219, 231, 238, 322  
hlad 197  
hněv 72, 80, 273, 277

hodnocení 191, 210, 213, 217, 320  
– kognitivní 69, 74, 77, 196, 217  
– situace 320  
– subjektivní 13, 67  
homeostáza 13, 71, 75, 177  
hormon  
– adrenokortikotropní 24, 72  
– antidiuretický 24, 72  
hostilita 80, 84  
humor 306  
hypofýza 23, 72  
hypotalamus 23, 29, 72, 198

## Ch

chuť 198

## I

IHAVEZ 241  
imaginace 297, 323  
implozivní terapie 125  
imunita 176  
– organismu 322  
– přirozená 178  
– specifické složky imunity 178  
imunizace 17  
inkongruence 52, 90, 91, 176  
inokulace 246  
integrovanost osobnosti 322  
inteligence 260  
– emocionální 44, 56  
– praktická 45  
– sociální 44  
interpersonální vztahy 205, 225  
intimní partnerské vztahy 207  
inventář copingových strategií 242

## J

JEPI 236  
Job Satisfaction Blank 238  
Job Satisfaction Scale 238  
jóga 228, 301  
– smíchu 307



**K**

- kapacita 229
- Karnofského Performance Status
  - Index 236
- katastrofa 100
- katastrofický model 227
- kognitivní ekvilibrium 14
- kompetence 160
  - vztahová 152
- komplex
  - Elektřin 175
  - Oidipův 175
- komunikace 206, 258
- koncentrace 271, 274
  - pozornosti 273, 323
- konflikt 78, 79, 81, 83, 84, 131, 141, 173,
  - 175, 209, 270, 320, 321
  - interpersonální 81
  - intrapersonální 81
  - prevence konfliktů 131, 132
  - rolí 82
  - řešení konfliktů 131, 132, 134, 136
- konformismus 17
- kongruence 58
- konstruktivní myšlení 41
- kontrola 213, 217, 273
- kreativita 262, 323
- krevní oběh 21
- krize 62, 98, 104, 174, 320
  - v životě mužů 105
  - v životě žen 105
- krizové situace 321
- kvalita života 112, 161, 169, 196, 229,
  - 235–237, 322

**L**

- leadership 217
- Levy Optimism-Pesimism Scale *viz* LOPS
- life events 180
- locus of control 322
- lokalizace kontroly 49, 162, 322
- LOPS (Levy Optimism-Pesimism Scale) 235

**M**

- maladaptace 18
- maladjustace 18
- maskulinita 185, 188, 190
- mediátor 144, 145, 321
- meditace 146, 298, 323
- metoda kritických událostí 238
- Mezinárodní klasifikace nemocí 61, 85, 86,
  - 109, 200
- mindfulness *viz* všímavost
- Minnesota Satisfaction Questionnaire 238
- míra kontroly 49
- místo kontroly 153
- model P-E fit 217
- moderátor 144, 145, 192, 321
- modlitba 299
- monitoring 118
- motivace 265, 266
- moudrost 45, 47, 104
  - těla 142
- mozek 28, 30, 31, 88, 300
- mozkové hemisféry 184
- myšlení
  - konstruktivní 46
  - kontrafaktuální 48
  - pozitivní 162, 322

**N**

- naděje 225
- naučená bezmocnost 49, 117
- návyk 274
- nemoc 78, 94, 95, 102, 107, 165, 180, 320
- NEO FFI 236
- NEO-PI-R 236
- nepřátelství 80
- neurony 27
  - zrcadlové 31
- neuropsychická stabilita 54, 162, 231, 267,
  - 322
- neuroticismus 57, 96, 167, 169, 180, 231,
  - 235, 236, 267
- neuróza 85, 88
- NFTT 107

nocebo efekt 74  
nonorganic failure to thrive 107  
noradrenalin 26, 27, 72  
norma 250

**O**

obecný adaptační syndrom 71  
obezita 200  
obranné mechanismy 19, 69, 115, 116,  
153, 245, 253, 272, 320  
obranné reakce 67  
očkování 246  
– stresem 293  
odolnost 11, 42, 58, 59, 62, 65, 66, 69,  
112, 144, 149, 150, 163, 165, 172,  
174, 176, 181, 183, 192, 195, 197,  
202, 209, 211, 214, 217, 218, 220,  
226–229, 231, 233, 234, 238, 246,  
248, 273, 286, 289, 303, 305, 311,  
312, 319–321  
– fyzická 323  
– habituální 12  
– konstituční 12  
– rodinná 203, 206  
– vůči zátěži 19, 108, 188, 189, 193, 200,  
208, 236, 248, 280, 289, 301, 302,  
304  
odpočinek 279  
odpovědnost 212  
odpuštění 225  
onemocnění 226  
ontogeneze 11, 17, 175  
optimální hladina stimulace 55  
optimální zkušenost 54  
optimismus 36, 54, 162, 180, 188, 189, 206,  
220, 221, 225, 231, 235, 246, 322, 323  
– dispoziční 50  
– situační 50  
organismus 71  
osobnost 254, 255  
osobnostní integrita 192  
otevřenost ke zkušenostem 231, 236  
otužování 229, 293

**P**

parasympatikus 32  
PEN Inventory 236  
Personal Views Survey viz PVS  
placebo 181  
pohlaví 184  
– mužské 322  
– ženské 322  
pohlavní hormony 184  
pohoda  
– psychická 38  
– subjektivní 169  
poruchy příjmu potravy 200  
posttraumatická porucha 111, 320  
posttraumatický rozvoj 112, 320  
pozitivní afektivita 54  
pozitivní psychologie 194, 219  
pozorování 234  
pracovní denní křivka 279  
pracovní kapacita 65, 66, 69, 161, 214, 216,  
319, 320  
práh bolesti 97  
prefrontální kortex 30  
problém 78, 79, 173, 176, 229, 250, 260  
progresivní relaxace 295  
protektivní faktory 153, 173, 239  
protipodmiňování 124  
přeznačení 246  
přeznačkování 146  
přívětivost 231, 236  
přivýkání 293  
psychická integrovanost osobnosti 163, 231  
psychická labilita 84  
psychická regulace 14, 19  
psychická stabilita 235  
psychická variabilita  
– adjustační 47  
– emocionální 47  
– kognitivní 47  
– osobnosti 169, 267  
– regulační 47  
psychika 259  
psychologická příprava 228

psychologické testy 261  
 psychoneuroimunologie 177, 180  
 psychoonkologie 181  
 psychoticismus 235  
 psychotropní látky 125  
 PVS (Personal Views Survey) 238

## R

racionální výživa 302, 304  
 racionální životospráva 305  
 radost 194  
 relaxace 123, 130, 140, 146, 278, 293, 295,  
 298, 323  
 relaxačně-aktivační metoda 295  
 relaxační techniky 228  
 resilience 156, 158  
 Resilience Scale 240  
 – for Adults 239  
 rezistence 75  
 rizikové chování 154  
 rodina 203  
 role 212

## Ř

řízení 217

## S

sebedůvěra 38, 39, 53, 54, 58, 94, 104, 118,  
 158, 162, 189, 206, 221, 225, 231,  
 235, 239, 270, 272, 273, 306, 322  
 sebehodnocení 51, 52, 60, 146, 218, 248,  
 262, 265, 323  
 sebeoceňování 118  
 sebeovládání 257, 258, 272, 323  
 sebepojetí 51, 115, 225, 298  
 sebesuzování 250, 254  
 sebezpoznávání 248, 249, 251, 252, 259,  
 268, 270, 272, 323  
 sebezpřesazení 59, 112, 222  
 sebereflexe 253, 272  
 seberozvoj 272  
 sebetranscendence 112

sebeuskutečnění 58  
 sebevědomí 94, 103, 112, 118, 270  
 SEIQoL (Schedule for the Evaluation  
 of Individual Quality of Life) 237  
 self-efficacy 53, 58, 108, 153, 162, 172,  
 221, 322  
 self-mastery 191  
 sense of coherence 162, 163, 188, 220, 231,  
 238, 322  
 sexuální diference 183  
 Schedule for the Evaluation of Individual  
 Quality of Life viz SEIQoL  
 smích 306  
 smrt 92  
 smysluplnost práce 218  
 smysl života 59, 218, 220  
 SOC 153, 162–164, 168, 189, 219, 221  
 socializace 176  
 sociální opora 36–38, 59, 67, 108, 142, 145,  
 146, 150, 167, 202, 206, 208, 211,  
 221, 235, 305  
 sociální podpora 249  
 sociální pozice 175  
 sociální role 82, 175, 202, 251  
 sociální skupina 202, 203  
 sociální vztahy 202, 322  
 sociální zralost 56, 271  
 soustava  
 – hormonální 23  
 – kosterně-svalová 19  
 – oběhová 20  
 spánek 279, 280, 305  
 SPIDO 241  
 spiritualita 162, 205, 206, 220  
 spokojenost 41, 52, 53, 56, 59, 165, 168,  
 169, 194, 195, 224, 235, 237  
 sportovní výkon 226  
 správná výživa 305  
 správné dýchání 285  
 strach 72, 85, 87, 89, 90, 92, 93, 98, 111,  
 122, 124, 173, 210, 211, 213, 304,  
 308, 320, 321  
 strain 69, 70, 75, 77

strategie 133  
– copingové 219, 242  
– zvládání 190, 202  
stravovací návyky 201  
stres 11, 38, 59, 62, 65, 69, 70, 72, 75, 78,  
79, 106, 109, 111, 112, 115, 117, 142,  
145, 165, 167, 179, 180, 188, 189,  
190, 201, 205, 208, 210, 213, 215,  
220, 242, 245, 246, 250, 305, 308,  
311, 319, 323  
– distres 109  
– eustres 109  
– stresová situace 13  
stresor 66, 67, 69, 71, 74, 77, 96, 110, 112,  
146, 165, 166, 180, 205, 213, 245,  
247, 305, 308, 320  
– potenciální 66, 320  
– reálný 66, 320  
stresové situace 119, 145, 242  
styl  
– chování 162  
– intelektový 43  
– interpretační 49  
– kognitivní 42  
– vysvětlovací 49, 50, 58  
– zvládací 121, 152  
svědomitost 236  
Světová zdravotnická organizace *viz* WHO  
SWLS (The Satisfaction with Life  
Scale) 237  
SWOT analýza 131, 263  
sympatikus 32, 72, 166  
syndrom  
– lokální adaptační 73  
– vyhoření 37  
systém  
– cévní 21  
– imunitní 19, 25, 177, 179, 180, 219, 233,  
300, 302  
– limbický 29  
– mízní lymfatický 22  
– nervový 27  
systematická desenzibilizace 124, 246

## Š

šikanování 211  
školní připravenost 211  
štěstí 194  
šok 141

## T

talamus 96  
technika  
– stop! 246, 278  
– zvládání 121  
tělesná cvičení 285, 286, 288, 289  
tělesné pocity 147  
The Satisfaction with Life Scale *viz* SWLS  
time management 281  
toxiny 317  
trauma 111  
tréma 124  
truchlení 93, 94  
tvorivost 275  
tymus 177  
typ chování 59, 162

## U

účinná integrovanost osobnosti 153, 169,  
241  
účinná kapacita rozumu 41, 45, 261  
úmrtí 226  
únava 20, 106, 107, 229, 279  
utrpení 97  
úzkost 85, 87, 88, 90, 92, 93, 101, 103, 115,  
128, 165, 173, 198, 208, 210, 227,  
304, 320, 321

## V

variabilita  
– emocionální 57  
– psychická 57  
– srdeční frekvence 21, 317  
VAROS 241  
velká pětka 270  
vina 225

- víra 220  
vizualizace 297  
všímavost (mindfulness) 40  
vůle 270, 274  
vulnerabilita 62, 84, 98, 226, 319  
vyčerpání 279  
výkonová kapacita 259  
výrazové projevy 258  
vývoj 81, 92, 98, 102, 104  
vývojové úkoly 39  
vývojové výhody 175  
výživa 197, 322  
– zdravá 303  
vzteky 80, 98, 308
- W**
- well-being 14, 38, 165, 193, 197, 205, 235  
WHO (Světová zdravotnická organizace) 94, 108, 192, 215, 303  
workoholismus 217
- Z**
- záměrné sebeznevýhodňování 118  
zaměstnání 214  
zátěž 11, 65–67, 69, 73, 97, 106, 108, 142, 145, 148, 150, 165, 167, 169, 173, 181, 189, 191, 195, 197, 214, 216, 217, 279, 302, 311, 319, 320  
zátěžová situace 118, 273  
zdraví 62, 94, 108, 109, 161, 162, 165, 169, 192, 206, 215, 226, 228, 322  
– duševní 106, 271  
zlost 93, 101  
zranitelnost 60  
zvládací strategie 120  
zvládání 74, 145, 213, 220, 223, 246, 261  
– bolesti 127  
– stresu 118, 146  
– zátěže 58, 67, 69, 145, 161, 164, 189, 199, 202, 205, 211, 216, 228, 234, 242, 248, 250, 255, 303, 306, 311
- Ž**
- životní událost 36, 67, 95, 98, 150, 180, 208