

# BIBLIOGRAFIA

W poszukiwaniu złotego środka na odchudzanie bez diet poddałyśmy się osobiście kilku doświadczeniom, przeprowadziłyśmy sporo rozmów i wywiadów z osobami, którym udało się skutecznie stracić zbędne kilogramy, przekopaliśmy też mnóstwo książek i prasy o te same tematyce. Warto wspomnieć, że w naszej publikacji powoływałyśmy się na eksperymenty i badania przedstawione w takich książkach i czasopismach, jak:

- ◆ Jane Ogden, *Psychologia odżywiania*, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2011.
- ◆ Achim Peters, *Samolubny mózg*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2012.
- ◆ Christine Craggs-Hinton, *Jak radzić sobie z zaburzeniami jedzenia*, Wydawnictwo JK, Łódź 2008.
- ◆ *Klasyfikacja zaburzeń psychicznych i zaburzeń zachowania w ICD-10*, Uniwersyteckie Wydawnictwo Medyczne „Versalius”, Instytut Psychiatrii i Neurologii, Kraków – Warszawa 2000.
- ◆ David Eagleman, *Mózg incognito*, Carta Blanca, Warszawa 2012.
- ◆ Violet F. Maas, *Uczenie się przez zmysły. Wprowadzenie do teorii integracji sensorycznej*, WSiP, Warszawa 1998.
- ◆ Teresa Górska, Anna Grabowska, Jolanta Zagrodzka (red.), *Mózg a zachowanie*, PWN, Warszawa 2005.
- ◆ Manfred Spitzer, *Jak uczy się mózg*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2008.
- ◆ Jacek Santorski, *Ludzie przeciwko ludziom*, Świat Książki, Warszawa 2004.

- ◆ Chip Heath, Dan Heath, *Pstryk, Znak*, Kraków 2011.
- ◆ Ewa Wojdyło, *Czasem przegrani niepokonani*, „Charaktery”, 2013, nr 1.
- ◆ Paulina Pająk, Jacek Bomba, *W poszukiwaniu sprężystości*, „Charaktery”, 2013, nr 1.
- ◆ Dorota Krzemionka, *Odważ się żyć*, „Charaktery”, 2011, nr 6.
- ◆ Wray Herbert, *Na psa urok*, „Psychologia Dziś”, 2012, nr 2.
- ◆ Romana Kadzikowska-Wrzosek, *Wola moja i swawola*, „Charaktery”, 2010, wyd. specjalne nr 1.
- ◆ Grażyna Wieczorkowska-Wierzbińska, *Pan(i) swojej wagi*, „Charaktery”, 2011, nr 6.
- ◆ Agnieszka Paczkowska, *Jem, choć nic nie jem*, „Pomocnik Psychologiczny” nr 4 — dodatek specjalny „Polityki”, Warszawa 2007.
- ◆ Masaru Emoto, *Messages from Water Vol. 1*, Hado Publishing, 1999.
- ◆ Charles Duhigg, *Siła nawyku*, Dom Wydawniczy PWN, Warszawa 2013.