

Książki z ćwiczeniami dla dorosłych:

Harris, R. (2018). Zrozumieć ACT. Terapia akceptacji i zaangażowania w praktyce. Sopot: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne (książka dla terapeutów)

Jacob, G., Genderen, H. i Seebauer, L. (2019). Emocjonalne pułapki przeszłości. Jak przełamać negatywne wzorce zachowań. Sopot: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne

McKay, M., Fanning, P., Lev, A. i Skeen, M. (2019). Relacje na huśtawce. Sopot: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne

Snel, E. (2018). Daj przestrzeń i bądź blisko. Mindfulness dla rodziców i ich nastolatków. Warszawa: CoJaNaTo

Książki z ćwiczeniami uważności dla dzieci:

Snel, E. (2018). Moja supermoc. Uważność i spokój żabki. Historie, gry i zabawy mindfulness. Warszawa: CoJaNaTo

Snel, E. (2010). Uważność i spokój żabki. Warszawa: CoJaNaTo

Książki o emocjach dla dzieci:

Huebner, D. (2018). Co robić, gdy się martwisz? Olsztyn: Levyz

Huebner, D. (2018). Co robić, gdy się złościysz. Techniki zarządzania złością. Olsztyn: Levyz

Isern, S. (2018). Uczuciometr inspektora Krokodyla. Kielce: Wydawnictwo Dwukropek

Janiszewski, B., Skorwider, M. Mózg. To, o czym dorośli ci nie mówią (bo często sami nie wiedzą). Poznań: Publicat

Kołyшко, W., Tomaszewska, J. (2016). Garść radości, szczypta złości. Sopot: GWP

Ryfczyńska, A., Berendt, J., Beniak-Haremska, E. (2018). Przyjaciele żyrafy. Bajki o empatii. Warszawa: CoJaNaTo

Strążka-Gawrysiak, A. (2019). Self-Reg. Opowieści dla dzieci o tym, jak działać, gdy emocje biorą górę. Warszawa: Mamania

Vetulani, J., Mazurek, M., Wierzchowski, M. (2017). Sen Alicji czyli jak działa mózg. Kraków: Wydawnictwo WAM