

Об авторах

Рассел Л. Кольц — д-р философии, профессор психологии Восточного университета штата Вашингтон. Признанный на международном уровне тренер по терапии, сфокусированной на сострадании (Compassion-Focused Therapy — CFT), д-р Кольц впервые использовал CFT для лечения проблемного гнева. Он является автором и соавтором многочисленных научных статей и книг как для специалистов, так и для широкого круга читателей, включая *Buddhist Psychology and CBT: A Practitioner’s Guide* (Буддийская психология и КПТ: руководство для психотерапевтов). Доктор Кольц выступил на конференции TEDx на тему “Гнев, сострадание и что значит быть сильным”. Он является основателем Северо-Западного центра сострадательного ума в Спокане, штат Вашингтон.

Тобин Белл — магистр гуманитарных наук, психотерапевт, практикующий CFT и когнитивно-поведенческую терапию (КПТ) в Большом Манчестере, Великобритания. Он является тренером по CFT в Фонде сострадательного ума, а также обучающим тренером, супервизором и руководителем программы в Большом Манчестерском учебном центре КПТ (государственная служба здравоохранения), который связан с Манчестерским университетом. Он опубликовал исследования по изучению ментальных образов и сострадания и является дипломированным медбратом по психическому здоровью и учителем осознанности.

Джеймс Беннет-Леви — д-р философии, профессор психического здоровья и психологического благополучия в Сиднейском университете, Австралия. Как тренер по психотерапии он преподавал в 22 странах и является одним из самых публикуемых исследователей в области терапевтической подготовки. В частности, он первым стал широко писать о методе опробования на себе/саморефлексии. Доктор Беннет-Леви — соавтор и соредактор нескольких широко известных книг по КПТ, в том числе *Experience CBT from the Inside Out* (Практика когнитивно-поведенческой терапии: взгляд

изнутри). Он является редактором книг в серии руководств для психотерапевтов *Self-Practice/Self-Reflection* (Опробование на себе/саморефлексия).

Крис Айронс — д-р философии, содиректор организации *Balanced Minds*, которая предоставляет услуги, тренинги и ресурсы в Лондоне, Великобритания. Он является членом правления Фонда сострадательного ума и приглашенным лектором в Университете Дерби. С начала 2000-х годов доктор Айронс работал с Полом Гилбертом и другими коллегами над исследованиями и клиническими разработками, связанными с СФТ. Он опубликовал множество статей, глав и книг о сострадании, привязанности, стыде и самокритике и регулярно проводит СФТ-обучение, тренинги, практикумы и выездные семинары по всему миру.