

Об авторах

Мэттью Маккей, д-р философии, профессор Института Райта в Беркли, шт. Калифорния. В частной практике специализируется на лечении тревожности, межличностных проблем и депрессии. Соавтор таких книг, как *The Relaxation and Stress Reduction Workbook* (Рабочая книга по релаксации и снижению стресса), *Thoughts and Feelings* (*Контролируй мысли и чувства: когнитивно-поведенческий подход*, 4-е изд., пер. с англ., ООО “Диалектика”, 2020 г.), *Self-Esteem* (Самооценка), *Your Life on Purpose* (Ваша жизнь с целью) и многих других. В совокупности его книги были проданы тиражом более трех миллионов экземпляров.

Авигейл Лев, д-р психологии, клинический супервизор в Клинике когнитивной и поведенческой терапии в Беркли, шт. Калифорния. Специализируется на терапии пар, терапии аффективных состояний и межличностных проблем.

Мишель Скин, д-р психологии, изучала схема-терапию под руководством Джеффри Янга. Завершила постдокторантуру в Калифорнийском университете и ведет частную практику в Сан-Франциско, шт. Калифорния. Ведущая радишоу и автор книги *The Critical Partner* (Критичный партнер). <https://www.michelleskeen.com/>

Автор предисловия **Стивен К. Хейс**, д-р философии, профессор психологии в Университете Невады, Рино, шт. Невада. Является автором сотен научных статей и многих книг, в том числе *Acceptance and Commitment Therapy* (Терапия принятия и ответственности), *Relational Frame Theory* (Теория реляционных фреймов) и *Get Out of Your Mind and Into Your Life* (Выбросьте все лишнее из головы и начните жить полной жизнью).