

Об авторах

Дебра Киссэн — д-р философии, лицензированный клинический психолог и генеральный директор центра “Light On Anxiety CBT Treatment Center” в Чикаго, шт. Иллинойс. Она специализируется на когнитивно-поведенческой терапии (КПТ) при тревожности и связанных с ней расстройствах, а также является соавтором книг *The Panic Workbook for Teens*, *Rewire Your Anxious Brain for Teens* и *Break Free from Intrusive Thoughts*. Дебра Киссэн также проявляет особый интерес к принципам осознанности и их применению при тревожных расстройствах. Она представляла результаты своих исследований по КПТ и основанным на осознанности методам лечения тревожности и связанных с ней расстройств на региональных и национальных конференциях США.

Дебра Киссэн является сопредседателем Комитета по общественному образованию Американской ассоциации тревожности и депрессии (ADAA), лауреат премии “Gratitude for Giving Spirit” в 2020 году почетный член ADAA с 2018 года. Дебра Киссэн часто работает медиапсихологом и стремится способствовать распространению эмпирически подтвержденной информации о методах лечения, предлагая простые для понимания практические советы и решения, способные помочь тем, кто страдает психическими расстройствами, преодолеть стресс и тревогу.

Миха Иоффе — д-р философии, лицензированный клинический психолог. На протяжении всей своей жизни она специализируется на лечении тревожных расстройств, проявляя особый интерес (и пройдя специализированную подготовку) к лечению селективного мутизма, обсессивно-компульсивного расстройства (ОКР) и телесно-ориентированных повторяющихся расстройств поведения. Миха Иоффе является членом Американской ассоциации тревожности и депрессии (ADAA), Международного фонда ОКР (IOCDF) и Ассоциации селективного мутизма. Она также является соавтором книг *Rewire Your Anxious Brains for Teens* и *Break Free from Intrusive Thoughts*.

В работе с клиентами Миха Иоффе использует эмпирически подтвержденные подходы, включая когнитивно-поведенческую терапию, предотвращение воздействия и реакции (ERP) и терапию принятия и приверженности (ACT). Миха является автором множества научных публикаций и представляла свои исследования по вопросам общения между родителями и подростками и его влияния на тревожность и связанные с ней расстройства на региональных и национальных конференциях США.

Ханна Ромен — лицензированный клинический социальный работник (LCSW), терапевт и руководитель клиники в Чикаго, шт. Иллинойс. На протяжении всей жизни специализируется на лечении тревожности и связанных с ней расстройств. Она выпускница Мичиганского университета, является членом Американской ассоциации тревожности и депрессии (ADAA), а также Национальной ассоциации социальных работников (NASW).

Ханна Ромен специализируется на использовании доказательных практик, включая когнитивно-поведенческую терапию и ERP, для лечения тревожности и связанных с ней расстройств, включая обсессивно-компульсивное расстройство, панику, специфические фобии и телесно-ориентированные повторяющиеся расстройства поведения (BFRB). В своей практике она с помощью эмпирически подтвержденных методов лечения стремится использовать врожденные способности клиентов, чтобы способствовать построению их полноценной жизни.

Автор предисловия **Карен Л. Кассидай** — д-р философии, совладелица и директор клиники центра “Anxiety Treatment Center of Greater Chicago”, старейшего на Среднем Западе центра лечения тревожных расстройств, основанного на длительном воздействии. Она была президентом Американской ассоциации тревожности и депрессии (ADAA) и доцентом кафедры клинической психологии в Университете медицины и наук Розалинды Франклин.