

ПРО АВТОРІВ

Джилл А. Стоддард — засновник і директор Центру управління стресом і тривожністю в Сан-Дієго, шт. Каліфорнія (США). Спеціалізується на лікуванні тривожності та пов'язаних із нею розладів методами з емпірично обґрунтованою ефективністю. Також вона асоційована професорка психології в Міжнародному університеті Алліант, де викладає, проводить дослідження та курує студентські роботи на теми, пов'язані з тривожними розладами, травмами, емоційною регуляцією, терапією прийняття та відповідальності (АСТ) і когнітивно-поведінковою терапією (КПТ). У 2007 р. здобула ступінь доктора філософії з клінічної психології в Бостонському університеті.

Нілуфар Афарі — асоційована професорка психіатрії в Каліфорнійському університеті в Сан-Дієго, директорка відділу клінічних досліджень Центру передових технологій у сфері стресу та психічного здоров'я Міністерства у справах ветеранів США в Сан-Дієго, шт. Каліфорнія. Крім клінічної практики, вона займається науковими дослідженнями і курує аспірантів і докторантів у застосуванні АСТ під час роботи з хронічними захворюваннями. У 1996 р. здобула ступінь доктора філософії з клінічної психології в Невадському університеті в Ріно під керівництвом одного із засновників АСТ Стівена Гейза.

Автор передмови **Стівен Гейз** — професор факультету психології Університету Невади, автор десятків книжок і понад 470 наукових статей. У своїх дослідженнях він показав, як мова і думки призводять до людського страждання, і став одним із засновників АСТ — ефективного методу терапії, який знаходить широке застосування. Гейз був президентом кількох наукових співтовариств і отримав низку державних нагород, зокрема премію за досягнення у професійній діяльності від Асоціації когнітивно-поведінкової терапії.