

Про автора

Мерілін Арчібальд — клінічний психолог із багаторічним досвідом роботи у сфері психічного здоров'я. Спеціалізується на тривожних розладах і, зокрема, на obsесивно-компульсивному розладі (ОКР).

Після завершення професійної освіти пройшла додаткову підготовку з методів когнітивно-поведінкової терапії, що спрямовані на лікування ОКР, таких, зокрема, як експозиція з запобіганням реакції та адаптація когнітивних технік для випадків “чистого” ОКР. У клінічній практиці брала участь як в амбулаторних, так і в інтенсивних спеціалізованих програмах допомоги людям з важкими формами розладу, часто в поєднанні з коморбідною депресією або іншими тривожними станами.

Значна частина її професійної діяльності пов'язана з навчанням клієнтів навичкам самостійної роботи над симптомами після завершення активного етапу терапії. Приділяє особливу увагу створенню структурованих програм самодопомоги, які дозволяють підтримувати досягнуті результати та знижувати ймовірність загострень у довгостроковій перспективі.