

## Об авторе

**Ариэль Шварц**, д-р философии, является лицензированным клиническим психологом, консультантом в области ДПДГ-терапии<sup>1</sup> и сертифицированным инструктором йоги с частной практикой в Боулдере, штат Колорадо. Она получила степень магистра в области соматической психотерапии в Университете Наропы и докторскую степень в области клинической психологии в Университете последипломного образования Филдинга. Ее основанный на сильных сторонах подход объединяет тело и разум на пути к исцелению. Она занимает должность ведущего преподавателя в Институте Майбергера, проводя обучающие курсы по ДПДГ-терапии и соматической психотерапии. Она специализируется на посттравматическом стрессовом расстройстве, комплексном посттравматическом стрессовом расстройстве, горе и потере, роли стойкости в развитии ребенка, терапевтической йоге и лечении хронических болей и болезней. Она считает, что все люди заслуживают того, чтобы владеть знаниями, и посвящает себя психопросвещению по вопросам психического здоровья и хорошего самочувствия через публичные выступления, присутствие в социальных сетях и ведение блога.

## Об авторе предисловия

**Джим Кнайп**, д-р философии, лицензированный частнопрактикующий психолог в штате Колорадо с 1976 года, применяет ДПДГ с 1992 года. В 2007 году он получил признание как главный ДПДГ-клиницист, выступая с докладами на многочисленных национальных и международных конференциях. Он является автором бестселлера *EMDR Toolbox: Theory and Treatment for Complex PTSD and Dissociation* (“ДПДГ-инструментарий: теория и лечение комплексного ПТСР и диссоциации”). Д-р Кнайп известен своим исключительным профессионализмом и сочувственным отношением к терапии К-ПТСР.

## Благодарности

Эту книгу было бы невозможно завершить без любящей поддержки и подбадривания многих важных людей в моей жизни. Я благодарна своему мужу и двум своим детям. Спасибо за ваш тяжелый труд и тер-

---

<sup>1</sup>ДПДГ — десенсибилизация и переработка движением глаз (англ. *EMDR — Eye Movement Desensitization and Reprocessing*), метод психотерапии для лечения посттравматических стрессовых расстройств; разработан Френсин Шапиро. — *Примеч. ред.*

пение ко мне, когда я писала, редактировала и переписывала, создавая эту книгу. Спасибо за то, что вы позволили моему компьютеру, стопкам книг и бумаг временно занять наш обеденный стол. Спасибо моему мужу, Брюсу, за внимательное выслушивание и редактирование. Я не могла бы написать эту книгу без всецелой поддержки моих родителей, Кэролайн и Виктора. Спасибо за веру в меня, которая позволила мне самой поверить в себя, чтобы я могла утвердиться в своих силах. Я в долгу перед всеми моими наставниками, которые передавали мне свою мудрость и сострадание. В частности, перед Бетти Кэннон и Джимом Кнайпом — я благодарю вас за вашу супервизию, руководство и за то, что вы так ясно меня видите. Я также хотела бы поблагодарить моих друзей и коллег за то, что они являются постоянными источниками вдохновения и поддерживают меня, когда я делаю новые личные и профессиональные шаги. Наконец, я глубоко благодарна своим клиентам. Спасибо, что делились со мной своей уязвимостью и ранами. Своим мужеством вы вдохновляете меня противостоять моим страхам и самым темным закоулкам души. Спасибо за вашу приверженность реальности и за то, что вы позволили мне быть с вами такой, какая я есть. Вы мои учителя, и эта книга написана для вас.

## От издательства

Вы, читатель этой книги, и есть главный ее критик и комментатор. Мы ценим ваше мнение и хотим знать, что было сделано нами правильно, что можно было сделать лучше и что еще вы хотели бы увидеть изданным нами. Нам интересно услышать и любые другие замечания, которые вам хотелось бы высказать в наш адрес.

Мы ждем ваших комментариев и надеемся на них. Вы можете прислать нам электронное письмо либо просто посетить наш веб-сайт и оставить свои замечания там. Одним словом, любым удобным для вас способом дайте нам знать, нравится или нет вам эта книга, а также выскажите свое мнение о том, как сделать наши книги более интересными для вас.

Посылая письмо или сообщение, не забудьте указать название книги и ее авторов, а также свой адрес. Мы внимательно ознакомимся с вашим мнением и обязательно учтем его при отборе и подготовке к изданию последующих книг.

Наши электронные адреса:

E-mail: [info@dialektika.com](mailto:info@dialektika.com)

WWW: <http://www.dialektika.com>