

Об авторе

Аллен Элкин — д-р философии, практикующий психолог, дипломированный сексопатолог, директор *Stress Management and Counseling Center* (Центра управления стрессом) в Нью-Йорке. В США хорошо известен своими работами, посвященными изучению стрессов и эмоциональных расстройств. Регулярно печатается в газетах *Today*, *Good Morning America* и *Good Day New York*. Принимает участие в телепередачах на каналах *PBS*, *CNN*, *FNN*, *Fox 5*. Его работы нередко цитируются в *New York Times*, *Wall Street Journal*, *Washington Post*, *Newsweek*, *Men's Health*, *Fitness*, *Cosmopolitan*, *Glamour*, *Redbook*, *Woman's Day*, *Self*, *Mademoiselle*, *McCall's*, *Parents* и других печатных изданиях. Д-р Элкин проводит презентации и тренинги в различных коммерческих и некоммерческих организациях и учреждениях, среди которых Американское общество современной медицины и хирургии, Американское агентство по применению медикаментов, компании *Morgan Stanley*, *IBM*, *PepsiCo*, Нью-йоркская фондовая биржа.

Его первая книга *Urban Ease: Stress-Free Living in the Big City* была издана в 1999 году.

Свободное время Аллен проводит в собственном доме в западной части Манхэттена, где живет со своей семьей: женой Бэт, двумя детьми — Джошем и Кэти, и двумя кошками — Скитлз и Софи.