



Едіт Егер

Едіт Егер - видатна лікарка-психотерапевт, якій вдалося вижити в Освенцимі. Едіт народилася у Кошице, тогочасній Чехословаччині у 1927 році. Після одруження переїхала у 1949 році до США, де здобула психологічну освіту, та вирішила присвятити своє життя терапії,

працюючи з жертвами фізичних та психічних травм.

Дебютну книгу мемуарів «Вибір. Прийняти можливе», яка стала світовим бестселером, авторка опублікувала у 2017 році у віці 90 років. Українські читачі побачили книгу завдяки видавництву #книголав.

Друга книга авторки «Дар. 14 уроків, які врятовують ваше життя» була опублікована у 2020 році - це путівник по емоціях, та посібник з керування тривожністю, в Україні вийшла у видавництві #книголав. За словами авторки, цю книгу вона не планувала писати, але через велику кількість листів з проханням детальніше розказати про боротьбу з травмами, Едіт Егер вирішила поділитися методами позбавлення від страждань, та методами покращення ментального здоров'я, написавши ще одну книгу, яка допомогла багатьом читачам в усьому світі вийти з тіні своїх почуттів.

Книги Едіт Еґер сповнені корисних порад, які стануть актуальними для більшості українців у важкі часи. Сама письменниця відреагувала на війну проти України, побажавши нам залишатися сильними.