



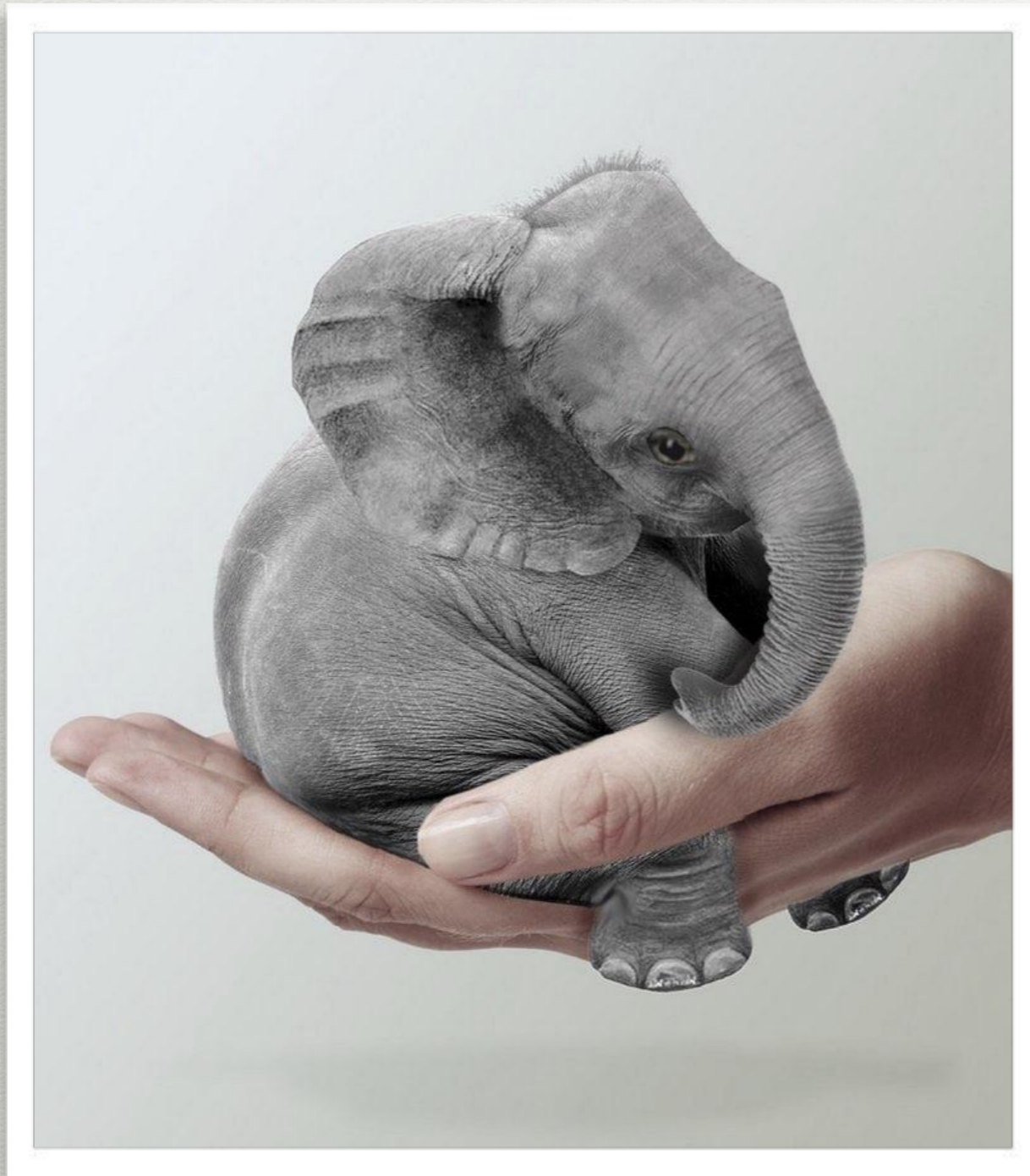
ОБРУШЕНИЕ СМЫСЛОВ:  
КАК ВЕРНУТЬ СЕБЕ ЖЕЛАНИЕ ЖИТЬ  
ПОСЛЕ БОЛЬШОЙ ПОТЕРИ?

Ольга Кавер

Психолог, психотерапевт, расстановщик



# БОЛЬШАЯ ПОТЕРЯ



- Сравнение возможно только в рамках одной судьбы.



# Интенсивность горя

- Интенсивность горя - это функция от того, КОГО и КАК мы потеряли.*





# Реконструкция СМЫСЛОВ

- *Память*
- *Творчество*
- *Помощь*





# Реконструкция смыслов

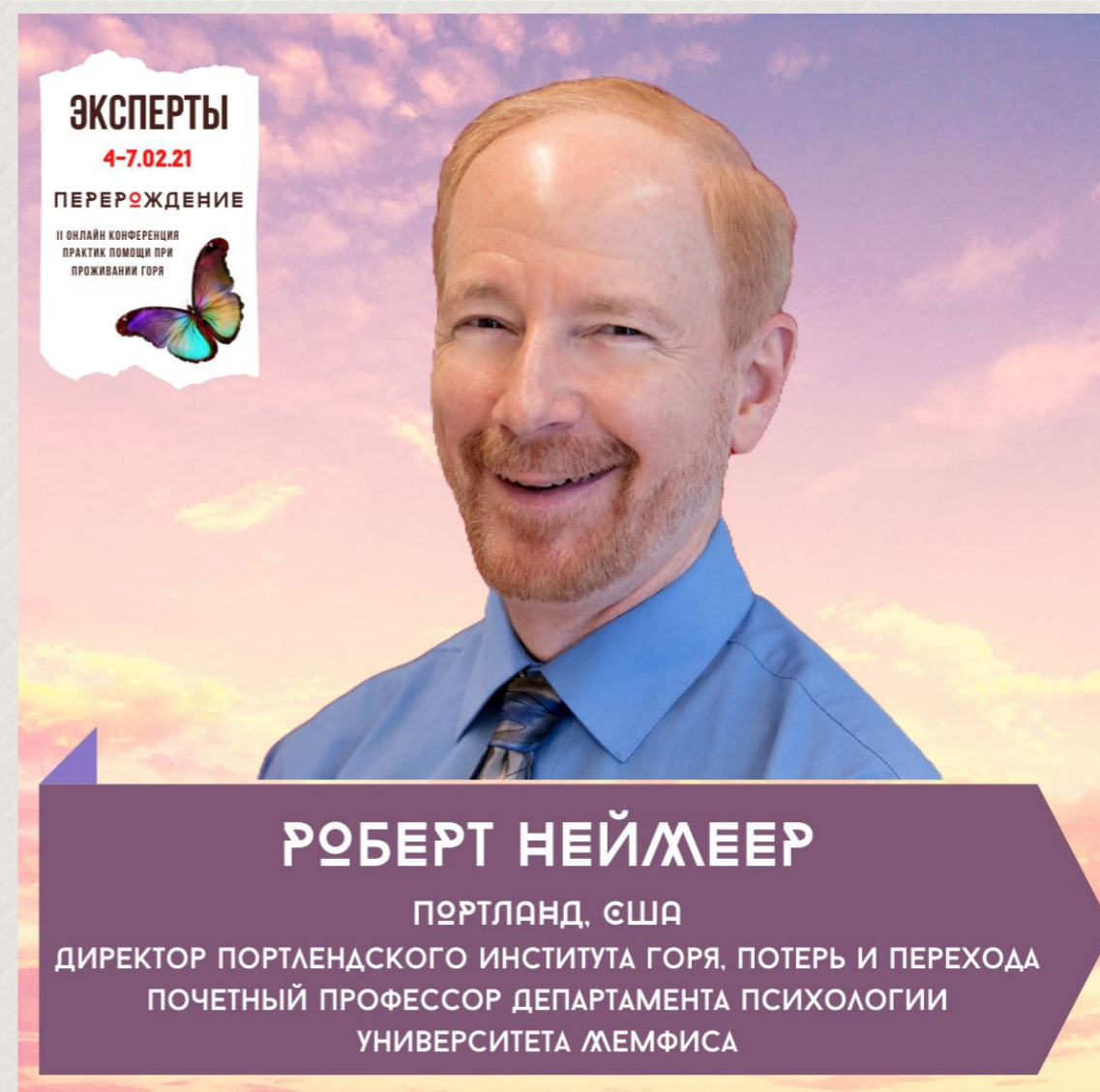
- Поиск смысла произошедшего
- Поиск объяснений
- Поиск ресурса
- Иногда это тактика избегания





# Роберт Неймеер

- Автор метода психотерапии горя через реконструкцию смыслов.
- Директор Портлендского института психологии горя, потерь и переходов.

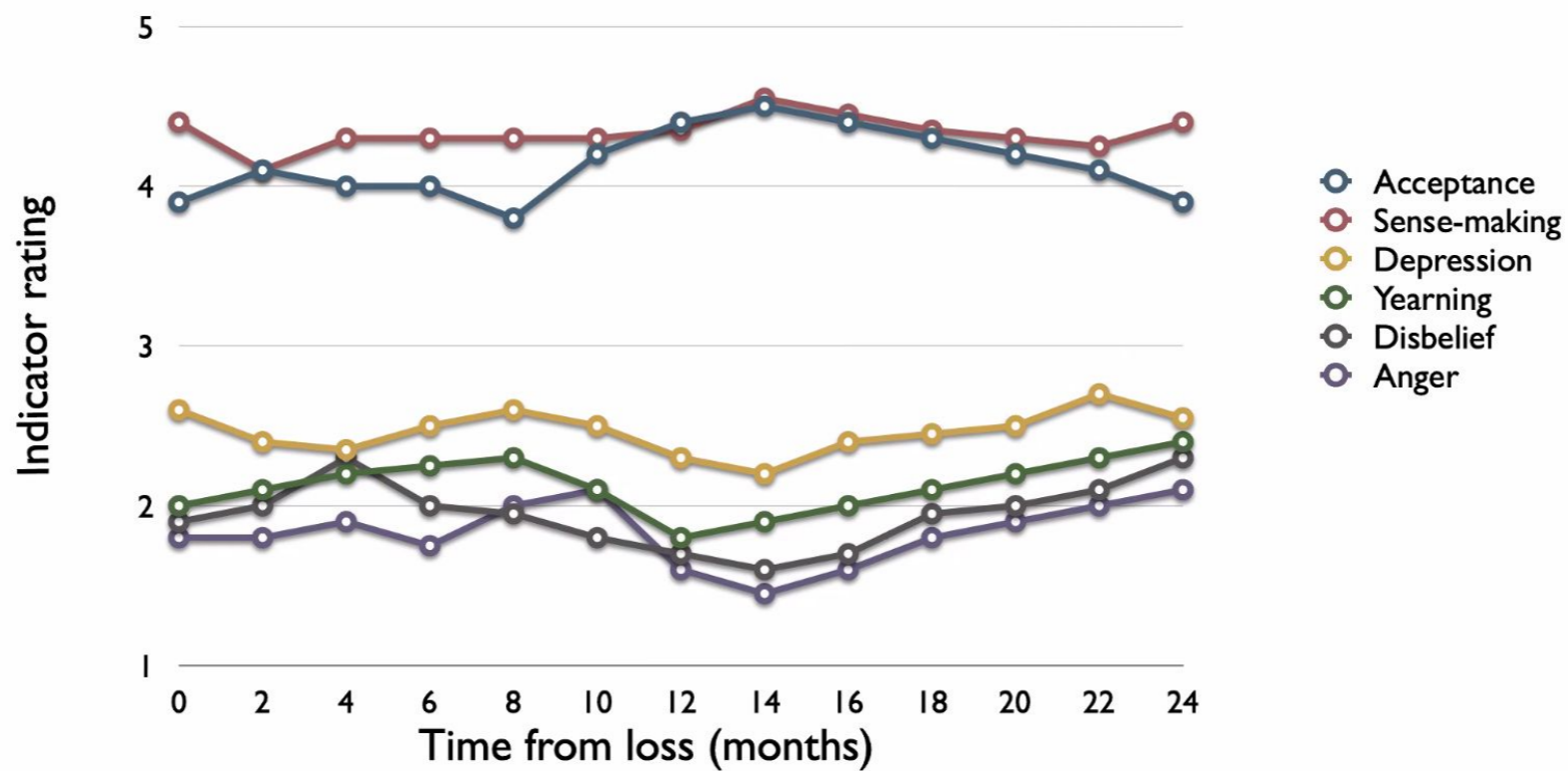




# Терапия горя через реконструкцию смыслов

## Empirical Stages of Grief Following Natural Death

Holland & Neimeyer

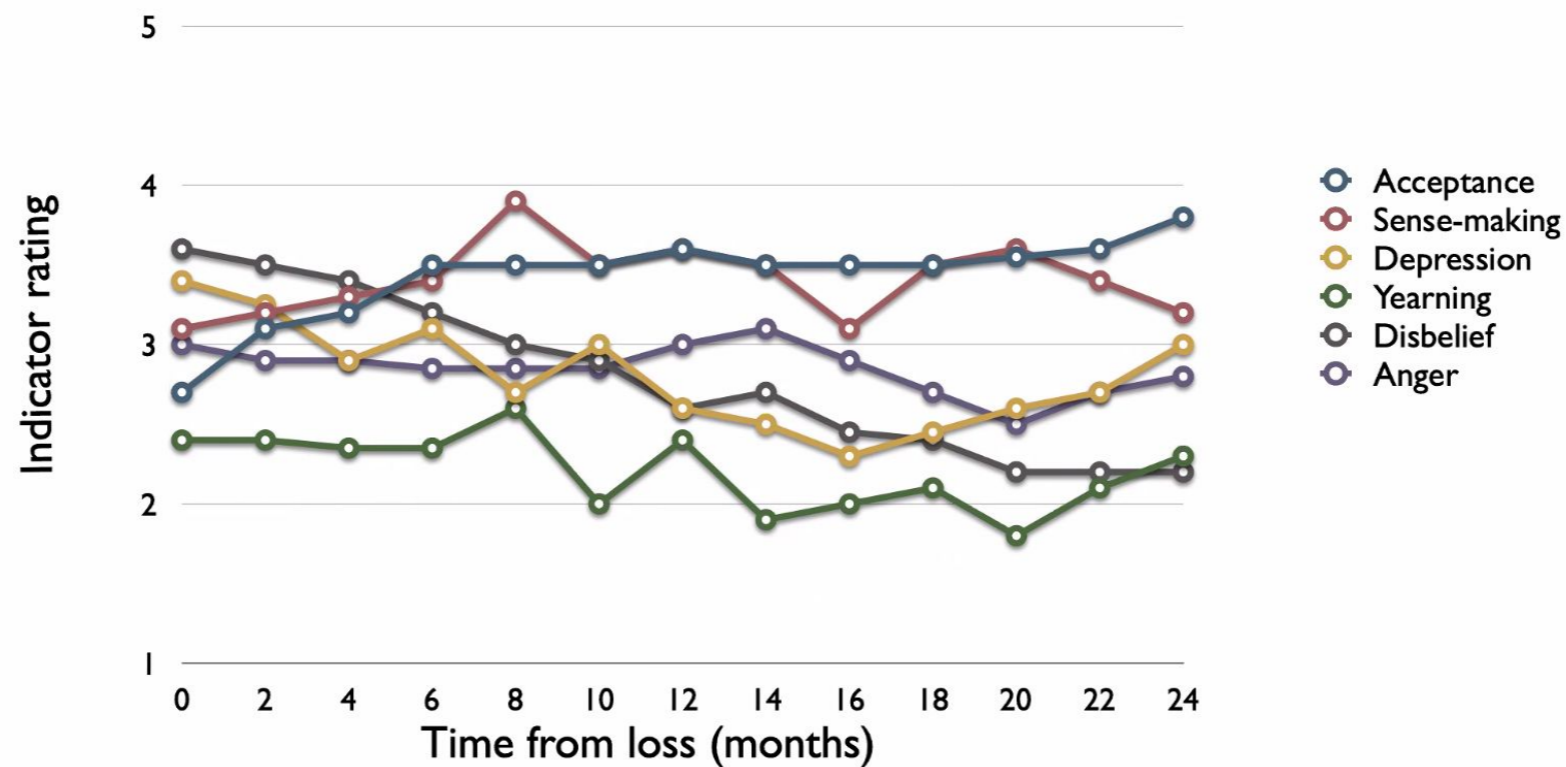




# Терапия горя через реконструкцию СМЫСЛОВ

## Empirical Stages of Grief Following Violent Death

Holland & Neimeyer





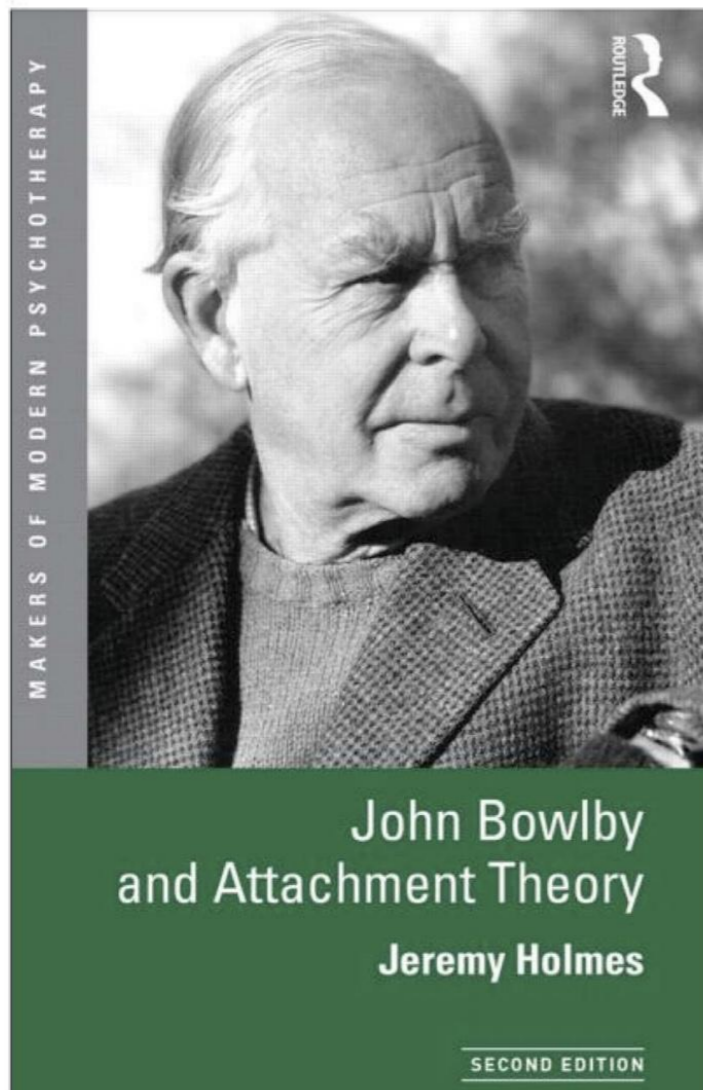
# Терапия горя через реконструкцию смыслов





# Реконструкция через безопасную привязанность

- Привязанность – как опора для выстраивания  
НОВОГО СМЫСЛА.

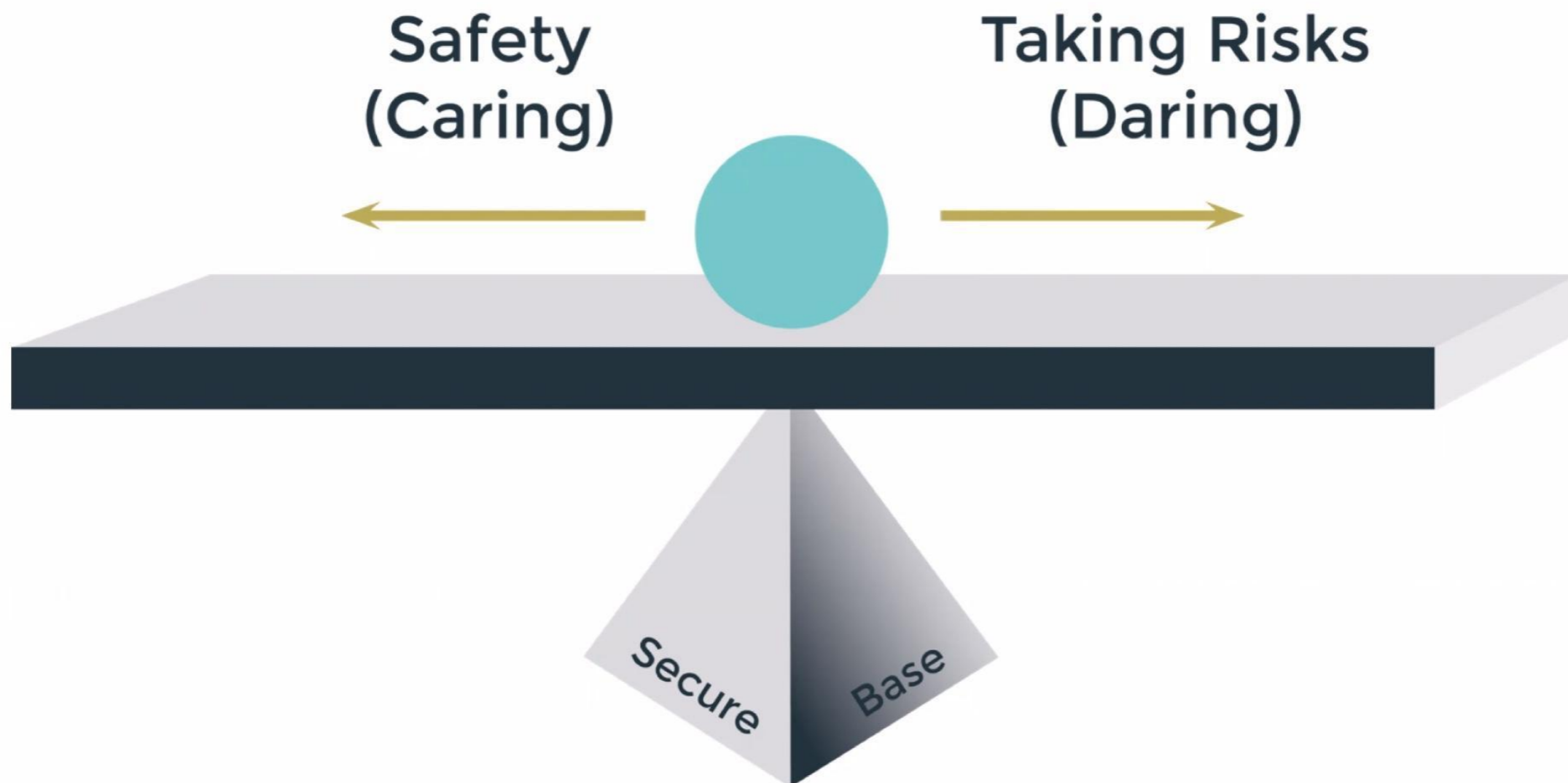


## Attachment Theory

- We are naturally motivated to develop and maintain attachments to others for whom we provide and from whom we receive care
- Attachment behavioral system lasts “from cradle to the grave”
- Caregiving behavioral system as important to adults as attachment is to children



# Реконструкция через безопасную привязанность





# Безопасная привязанность

- А что, если ушедший и был самой большой безопасной привязанностью?





# Опора на себя?

- Одиночество
- Капсула
- Зрелость





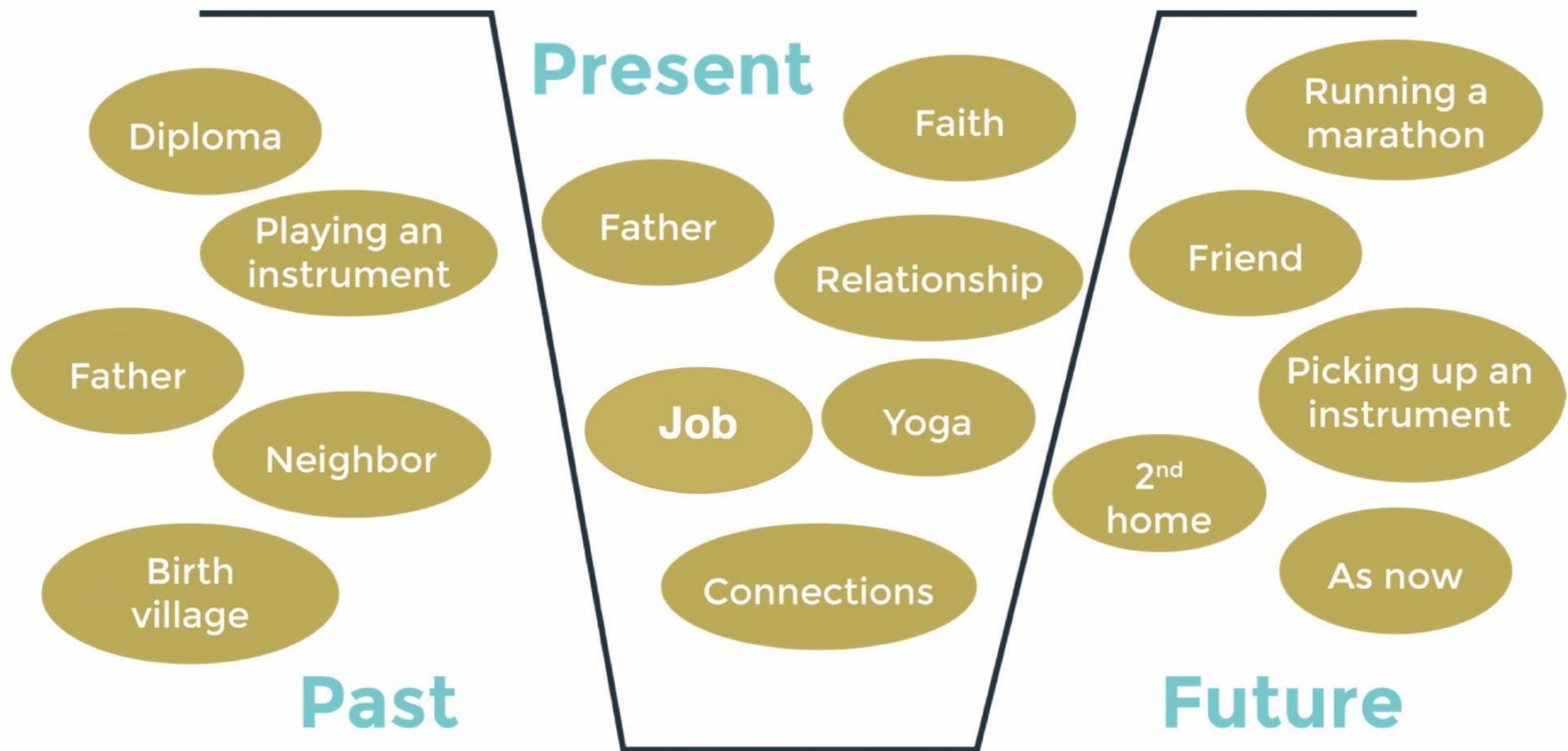
# Создание новых привязанностей

- Сложнее после потери
- Сложнее с возрастом
- Выбор нематериальной опоры в виде привязанности
- Выбор животных, а не людей
- Блокировка чувством вины





# Реконструкция через безопасную привязанность





# Реконструкция через безопасную привязанность





# ТЕРАПИЯ ГОРЯ

- *Используйте открытые вопросы*
- *Показывайте интерес в самых тяжелых частях истории*
- *Учитывайте влияние окружающего мира (контекста)*





# Ресурсы для горюющих



*Группа «Новая жизнь после смерти  
любимых»*

<https://www.facebook.com/groups/583249349091769/>



Ресурсы для горюющих  
Конференции практик помощи  
при проживании горя  
«Перерождение»

[www.kaver.timepad.ru](http://www.kaver.timepad.ru)

4-7 февраля 2021 года

Организатор Ольга Кавер [www.kaver.ru](http://www.kaver.ru)

**ПЕРЕРОЖДЕНИЕ**

II ОНЛАЙН КОНФЕРЕНЦИЯ ПРАКТИК ПОМОЩИ  
ПРИ ПРОЖИВАНИИ ГОРЯ

Партнеры конференции:



**РЕГИСТРАЦИЯ ДЛЯ УЧАСТНИКОВ:**

<https://kaver.timepad.ru/event/1526252/>





# Ресурсы для горюющих родителей

*Движение взаимопомощи  
родителей, потерявших детей  
«Перерождение» («Renacer»)*

[www.renacer.ru](http://www.renacer.ru)





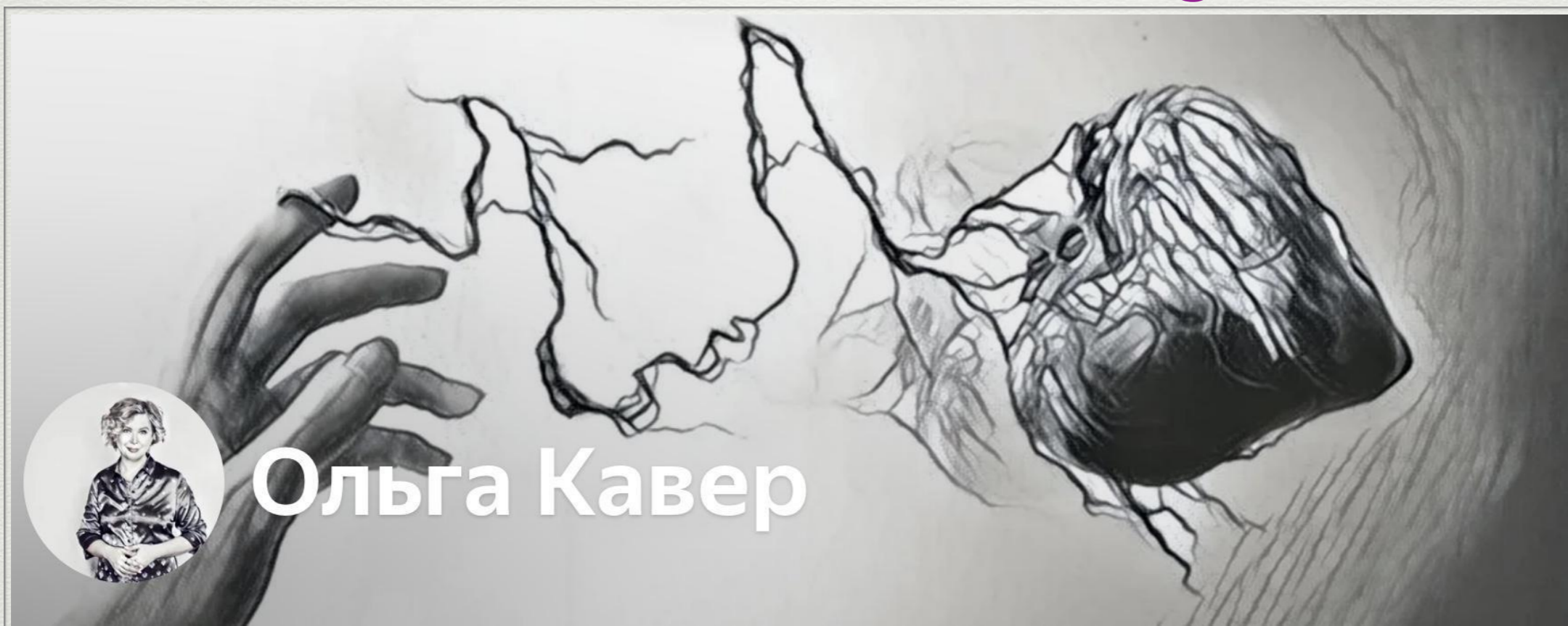
# Ресурсы для горюющих родителей

*Блог Ольги Кавер*

*для горюющих*

*родителей*

[www.renacer.ru/blog](http://www.renacer.ru/blog)



**Ольга Кавер**



# Терапевтическая группа «Возвращение из страны горя»

- 5 встреч по 2 часа
- Цель: облегчение состояния
- Через работу с ресурсами.
- Методы:

1. Системные расстановки

2. Арт. Терапия

3. Реконструкция смыслов Роберта Неймеера

Записаться в группу Мария: [maria@kaver.ru](mailto:maria@kaver.ru) +7 988

313-31-08





# Берегите себя и близких!

## Ольга Кавер

WhatsApp:

+34 677 338 395

[Olga@Kaver.ru](mailto:Olga@Kaver.ru)

[www.kaver.ru](http://www.kaver.ru)

Менеджер Мария: [maria@kaver.ru](mailto:maria@kaver.ru) +7 988  
313-31-08

**ЭКСПЕРТЫ**  
15-18.04.21  
**ОПОРЫ И**  
**ВЫБОРЫ**  
| ОНЛАЙН КОНФЕРЕНЦИЯ  
ПО ПСИХОЛОГИИ  
ВЫБОРОВ, РЕСУРСОВ И СМЫСЛОВ

**ОЛЬГА КАВЕР**  
ИСПАНИЯ-РОССИЯ  
психолог, репродуктивный, процессуальный и  
системный психотерапевт, расстановщик,  
автор идеи и организатор конференции.