

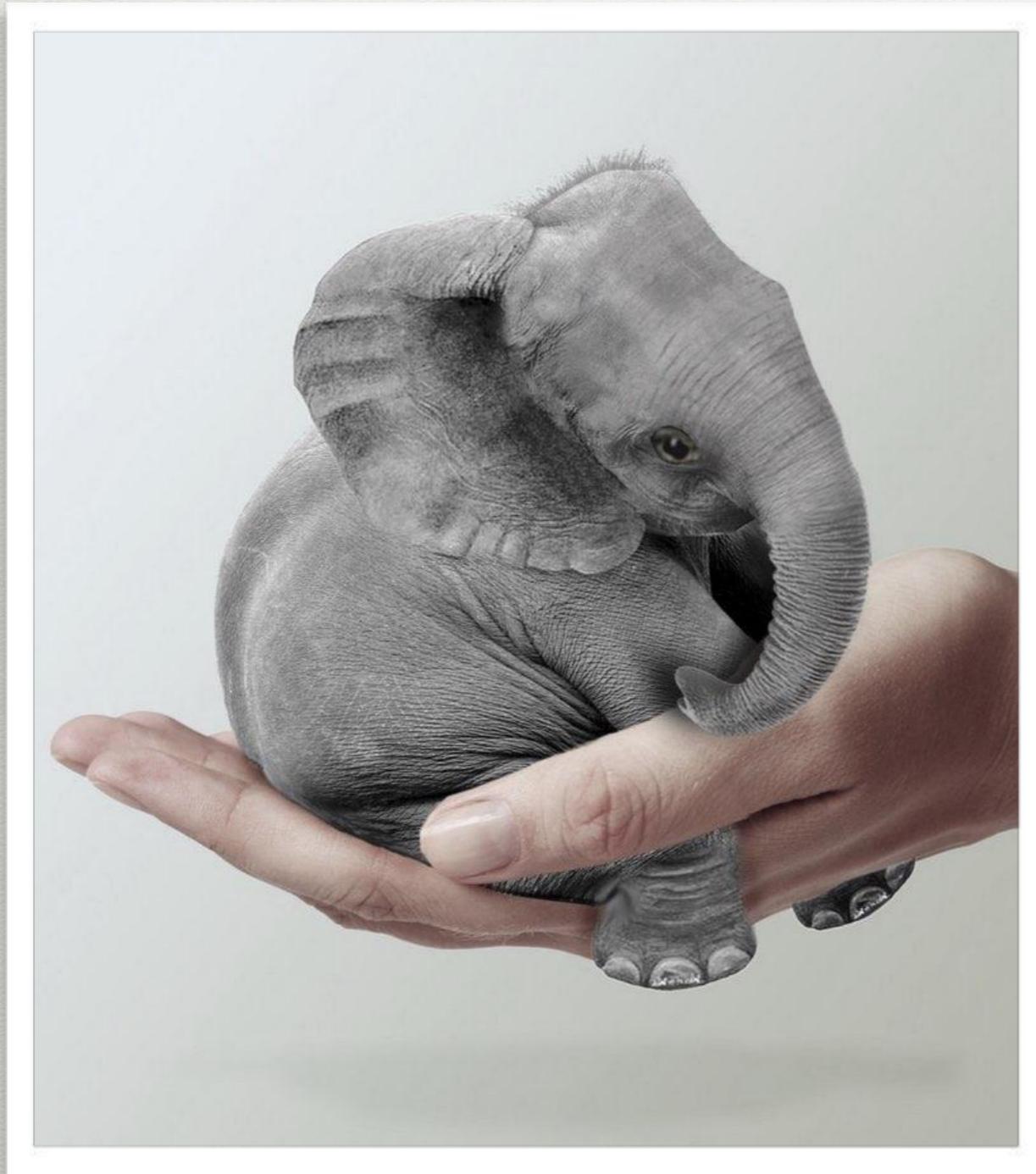


ОБРУШЕНИЕ СМЫСЛОВ:
КАК ВЕРНУТЬ СЕБЕ ЖЕЛАНИЕ ЖИТЬ
ПОСЛЕ БОЛЬШОЙ ПОТЕРИ?

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

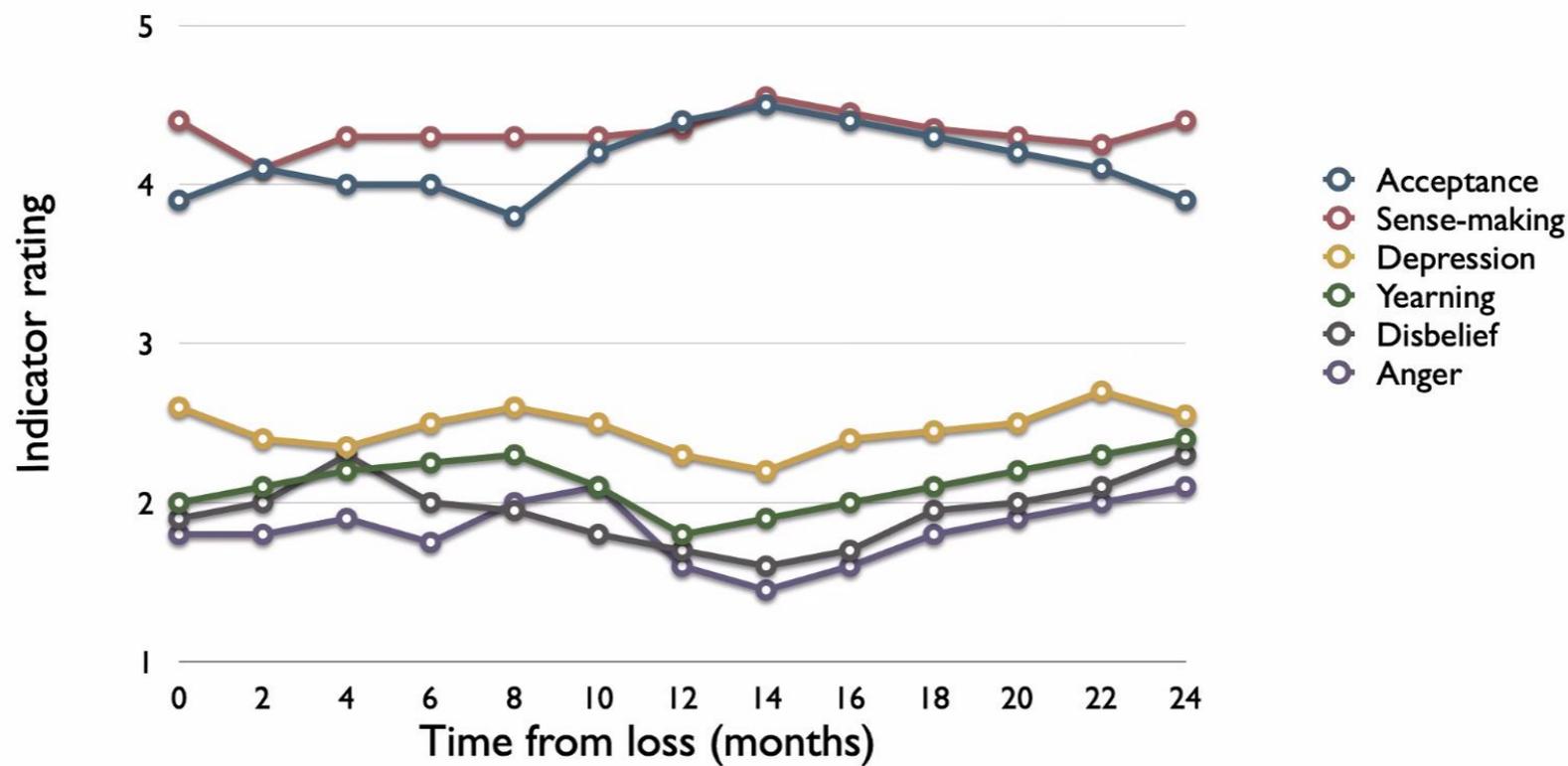
- Автор метода психотерапии горя через реконструкцию смыслов.
- Директор Портлендского института психологии горя, потерь и переходов.



Терапия горя через реконструкцию СМЫСЛОВ

Empirical Stages of Grief Following Natural Death

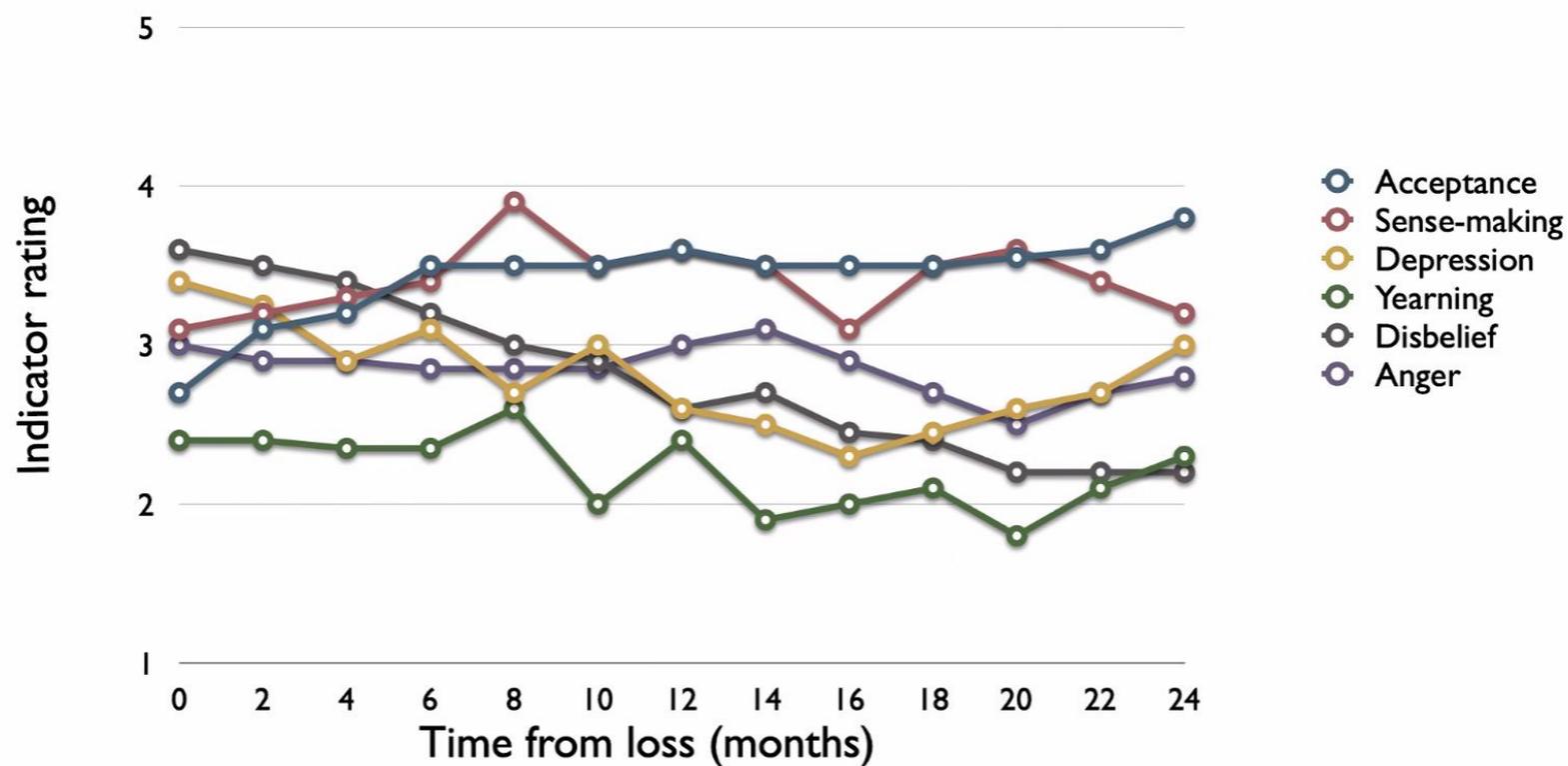
Holland & Neimeyer



Терапия горя через реконструкцию СМЫСЛОВ

Empirical Stages of Grief Following Violent Death

Holland & Neimeyer

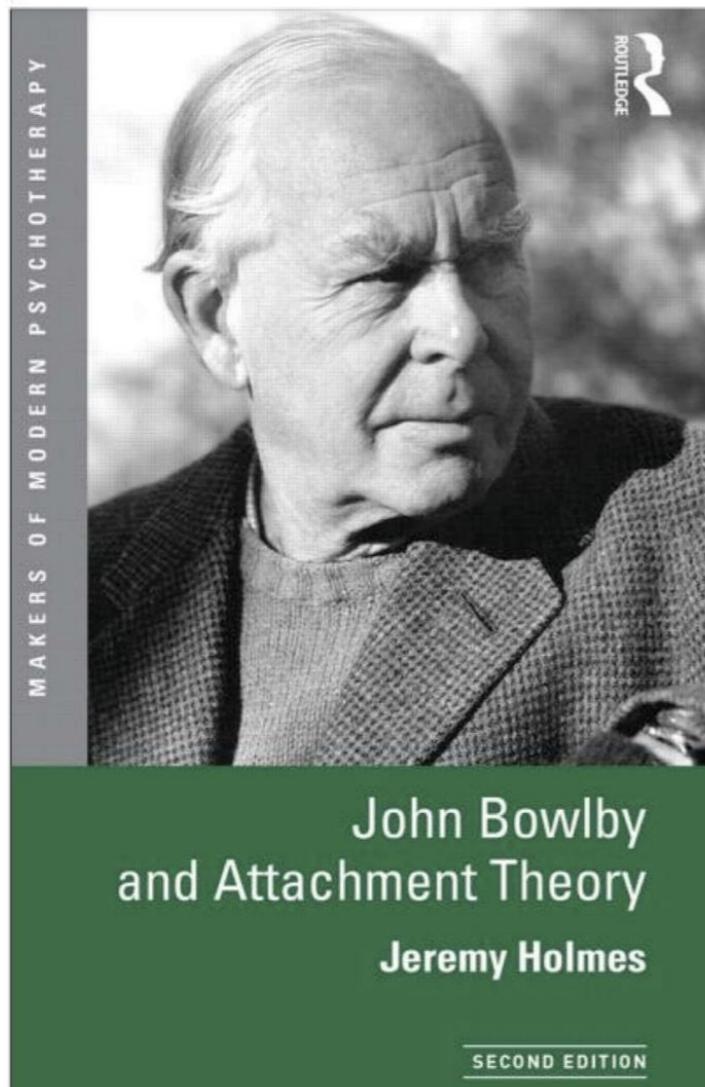


Терапия горя через реконструкцию смыслов



Реконструкция через безопасную привязанность

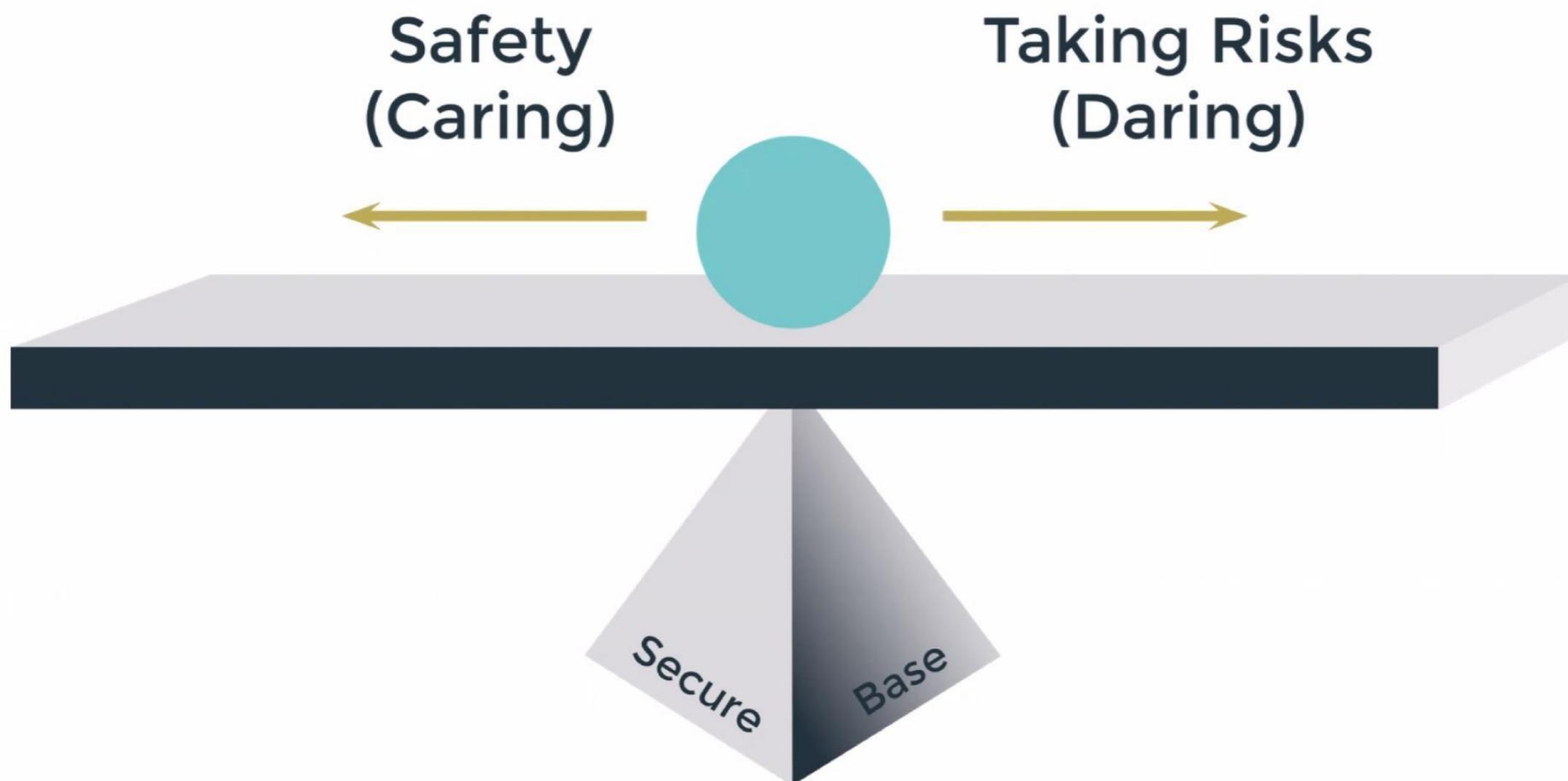
- Привязанность – как опора для выстраивания
НОВОГО СМЫСЛА.



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

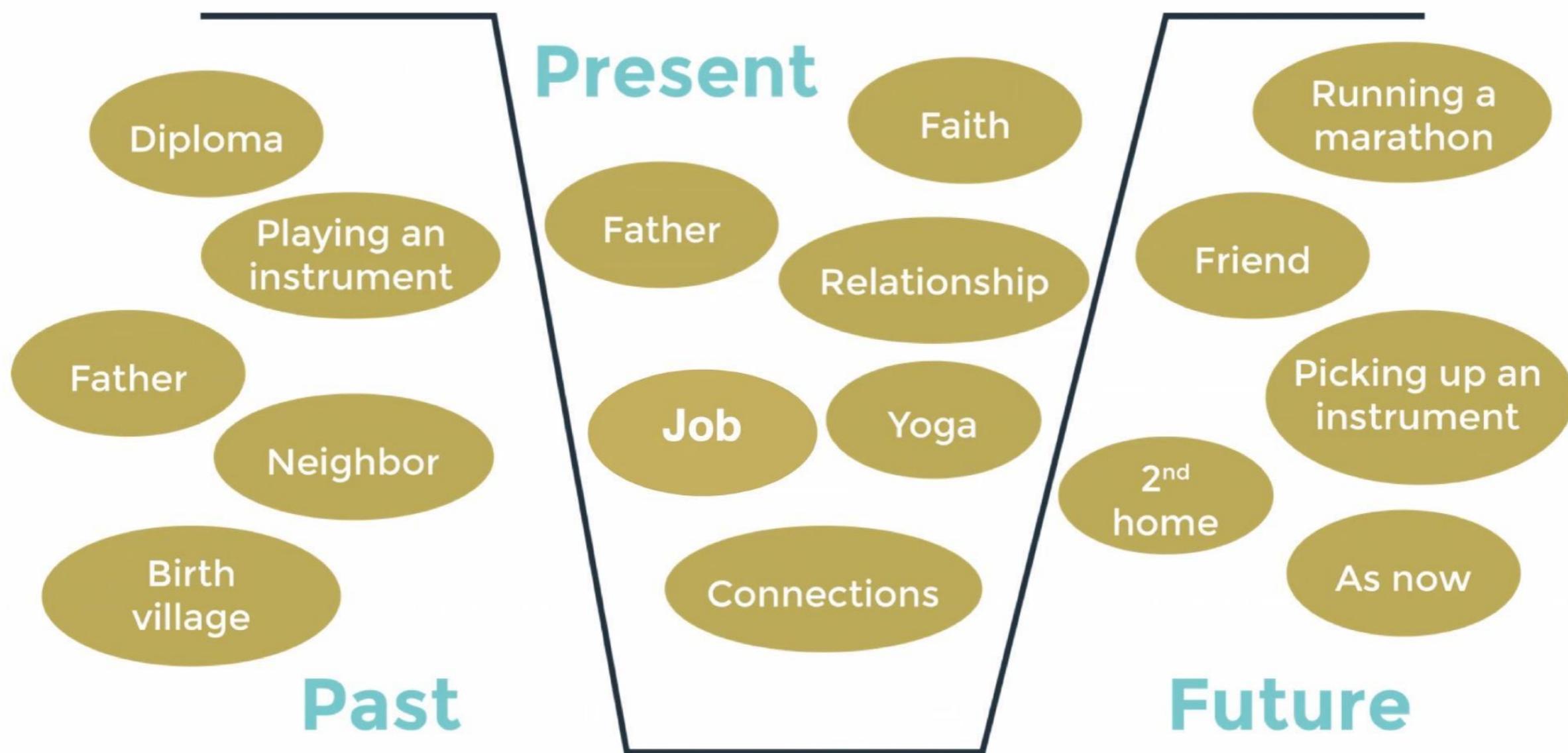


Создание новых привязанностей

- 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

4-7 февраля 2021 года

Организатор Ольга Кавер 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



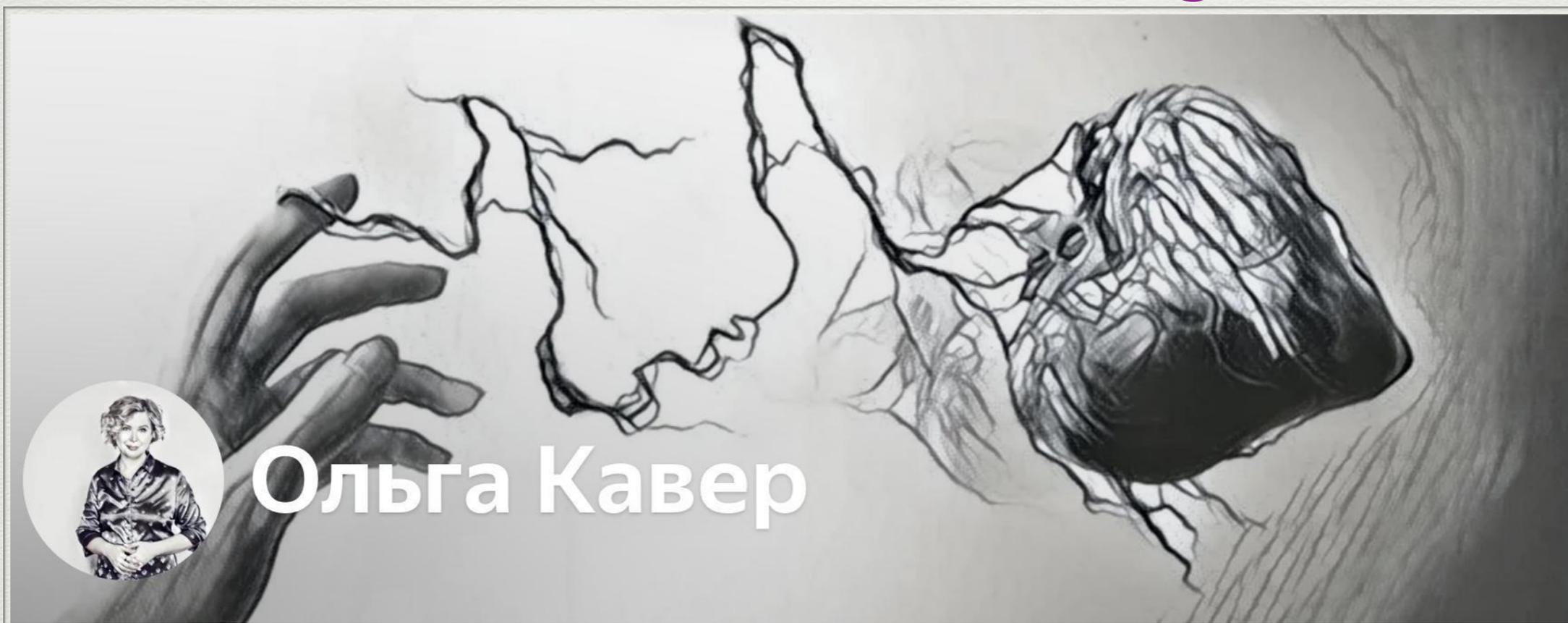
Ресурсы для горюющих родителей

Блог Ольги Кавер

для горюющих

родителей

www.renacer.ru/blog



Ольга Кавер

Берегите себя и близких!

Ольга Кавер

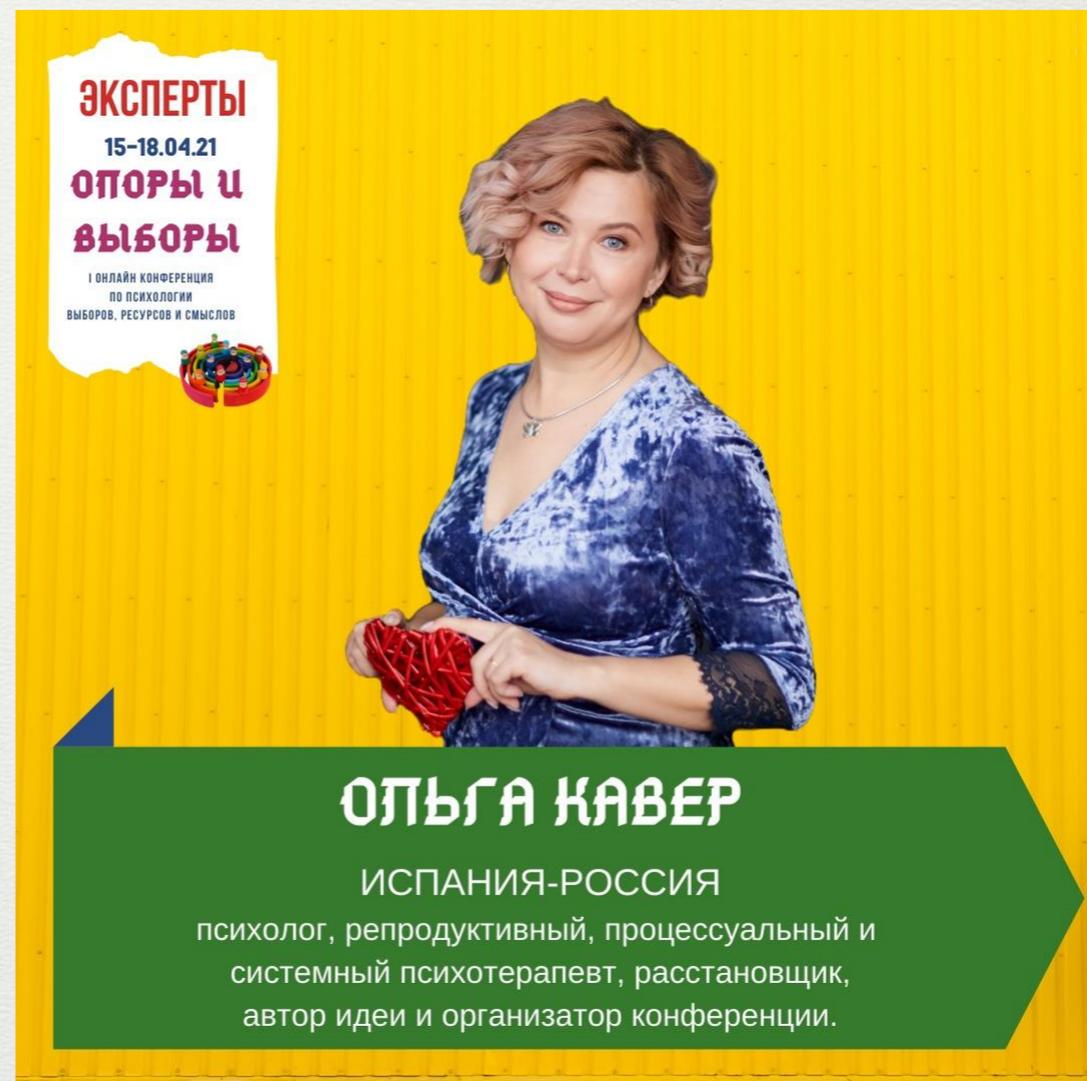
WhatsApp:

+34 677 338 395

Olga@Kaver.ru

www.kaver.ru

Менеджер Мария: 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.