



# Решение кейса

Подготовила команда «Экстравертированные интроверты»

# Концептуализация проблемы

Переживание несоответствия социальной норме

Низкая самооценка

Деструктивная  
перфекционистская  
модель  
поведения

# Концептуализация проблемы

- Обратиться к чувствам клиента
- Измерение уровня перфекционизма с помощью многомерной шкалы Хьюитта-Флетта
- Методика Будасси на самооценку
- Опрос о ярких, в том числе повторяющихся сновидениях клиентки с момента расставания с молодым человеком

# Цели терапии

- Сформировать у клиентки чувство полноценности и самостоятельности
- Развитие эмоционального интеллекта, а именно описания и понимания своих чувств
- Проработать отношение к родительским фигурам матери и бабушки

# Мониторинг прогресса клиентки

**Лонгитюдное исследование  
с помощью уже примененных  
диагностических методик**

# Возможный план психотерапии

- Создание и поддержание психотерапевтического альянса
- Создание безопасного пространства для терапии
- Формирующее открытое поведение психотерапевта
  
- Работа со «Внутренним критиком»
- Проработка самооценки посредством раскрытия личностных ресурсов и акцентирования ее индивидуальности