



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