

УДК 159.922
Doi: 10.26456/vtspyped/2024.2.072

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ГИБКОСТЬ КАК СОСТАВЛЯЮЩАЯ САМОУПРАВЛЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ ПСИХОЛОГОВ И МЕДИЦИНСКИХ РАБОТНИКОВ

О.Б. Полякова¹, Т.И. Бонкало^{2,3}

¹Центр психологии развития, г. Москва

²ГБУ «НИИ организации здравоохранения и медицинского менеджмента
Департамента здравоохранения города Москвы», г. Москва

³ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет», г. Краснодар

При рассмотрении психологической гибкости как составляющей самоуправления практических психологов и медиков (без проведения сравнительного анализа между специалистами) использовались опросники на завершение суждений в разработке сотрудников лаборатории azps.ru, способности самоуправления Н.М. Пейсахова, психологической гибкости В.Н. Карандашева, критерий корреляции К. Пирсона, шкала Чеддока – Снедекора. Выявлены уровни выраженности активного образа жизни, анализа противоречий, коррекции, критерия оценки качества, планирования, принятия решения, прогнозирования, психологической гибкости, самоконтроля, способности к самоуправлению и целеполагания. Установлены связи между всеми компонентами самоуправления практических психологов и медицинских работников.

Ключевые слова: *психологическая гибкость, самоуправление, практические психологи, медики.*

Введение

Специфика профессиональной деятельности практических психологов и медиков предъявляет ряд требований к психологическому портрету специалистов, работающих в основном в стрессогенных условиях с трудным контингентом.

Одно из профессионально важных качеств – это самоуправление практических психологов и медиков, понимаемое как способность осуществления необходимых функций регулирования без внешних вмешательств, проявляющаяся в поведении и общении, как свойство субъекта деятельности (он же выступает в роли объекта) формировать и реализовывать программу собственного развития и функционирования.

Самоуправление включает в себя совокупность компонентов, среди которых наиболее важными являются анализ противоречий, коррекция себя и собственных действий, оценка качества, планирование, принятие решения, прогнозирование, самоконтроль, самостоятельность, самопрограммируемость, сознательность, целенаправленность, свобода воли, целеполагание и готовность к изменению целей, а также психологическая гибкость.

© Полякова О.Б.,
Бонкало Т.И., 2024

Психологическая гибкость как составляющая самоуправления практических психологов и медиков – это способность осознавать сложности и трудности, эффективно адаптироваться в стрессовых ситуациях, принимать верные решения с учетом собственных ценностных ориентаций и убеждений.

Практические психологи и медики с высоким уровнем психологической гибкости в профессиональной деятельности готовы к коррекции собственного поведения и собственной точки зрения под воздействием аргументов, дипломатично выстраивают межличностные отношения, менее подвержены стрессу, преодолевают негативные проявления, признают собственные ошибки, справляются с обязанностями, стремятся к достижению целей, умело фокусируются на главном, учитывают трудности и неудачи на пути к целям.

Краткий обзор исследований

Актуальность рассмотрения психологической гибкости как составляющей самоуправления практических психологов и медиков подтверждается исследованиями зарубежных и отечественных медиков и педагогов, психологов и социологов: взаимосвязи психологической и когнитивной гибкости и гедонизма и благополучия [21], осознанности жизненных и профессиональных ситуаций [19], стрессоустойчивости [17], тревожности [20], ценностных ориентаций [22]; взаимосвязи управления рисками и самоуправления [2]; жизнедеятельности [24], жизнестойкости [11]; малоадаптивных видов и форм вины [9]; механизмов психологической гибкости [18]; профессионального стресса [1]; профиля профессионального кризиса [10]; разработки методического инструментария диагностики психологической гибкости [16, 25] и самоуправления [6]; самооценки в структуре самоуправления [12]; самоуправления как феномена [13] и самоуправления будущих специалистов [23]; соотношения психологического благополучия и психологической гибкости [3]; способности к самоуправлению [7]; формирования психологической гибкости [15]; элементов психологической гибкости [14].

Методы и методики

Цель исследования – рассмотреть психологическую гибкость как составляющую самоуправления практических психологов и медиков (без проведения сравнительного анализа между специалистами).

Рассмотрение психологической гибкости как составляющей самоуправления практических психологов и медиков осуществлялось с помощью опросников: 1) Завершение суждений (ЗС) в разработке сотрудников лаборатории azps.ru для выявления доминирования или активного, или созерцательного образа жизни, определения уровня активного (преобразовательного) образа жизни (Σ ЗС) [4], автор модификации интерпретации результатов – О.Б. Полякова (табл. 1); 2) Способность самоуправления Н.М. Пейсахова (ССУ П) для установления

степени выраженности способности к самоуправлению (Σ ССУ П) и его компонентов: анализа противоречий (АП), прогнозирования (Пр), целеполагания (ЦП), планирования (Пл), критерия оценки качества (КОК), принятия решения (ПР), самоконтроля (СК), коррекции (К) [8], автор модификации интерпретации результатов – О.Б. Полякова (табл. 1); 3) Тест психологической гибкости В.Н. Карандашева (ТПГ К) для определения уровня психологической гибкости (Σ ТПГ К) [5], автор модификации интерпретации результатов – О.Б. Полякова (табл. 1), а также критерия корреляции К. Пирсона и описания связей по шкале Чеддока-Снедекора для определения тесноты (силы) связи корреляции.

Таблица 1

Балльные шкалы уровней психологической гибкости и самоуправления
практических психологов и медиков

Аббревиатуры опросников и компонентов психологической гибкости и самоуправления		Уровни компонентов психологической гибкости и самоуправления практических психологов и медиков				
		низкий Н	ниже среднего НС	средний С	выше среднего ВС	высокий В
ЗС	Σ ЗС	0 – 8,44	8,45 – 16,44	16,45 – 24,44	24,45 – 32,44	32,45 – 40
ССУ П	АП, Пр, ЦП, Пл, КОК, ПР, СК, К	0 – 1,44	1,45 – 2,44	2,45 – 4,44	4,45 – 5,44	5,45 – 6
	Σ ССУ П	0 – 9,44	9,45 – 19,44	19,45 – 28,44	28,45 – 38,44	38,45 – 48
ТПГ К	Σ ТПГ К	от -5 до -2,45	от -2,44 до 0,44	от +0,45 до +4,44	от +4,45 до +7,44	от +7,45 до +10

Примечание: ЗС – Завершение суждений, Σ ЗС – общий показатель активного (преобразовательного) образа жизни, ССУ П – Способность самоуправления Н.М. Пейсахова, АП – анализ противоречий, Пр – прогнозирование, ЦП – целеполагание, Пл – планирование, КОК – критерий оценки качества, ПР – принятие решения, СК – самоконтроль, К – коррекция, Σ ССУ П – общий показатель способности к самоуправлению, ТПГ К – Тест психологической гибкости В.Н. Карандашева, Σ ТПГ К – алгебраическая сумма психологической гибкости

Результаты

Результаты рассмотрения психологической гибкости как составляющей самоуправления практических психологов и медиков показали:

1) выше среднего уровень:

– активного образа жизни (25,85, активности поиска средств жизнедеятельности, генерирования идей, желания творческой работы, личной и коллективной ответственности, мотивации достижений, ориентации на процесс и результат труда, преобразовательной позиции, прогнозирования, самообразования, склонности к преобразованиям в жизни, стремления к новым впечатлениям, целеполагания) (табл. 2);

– планирования (4,59, желания получения отличных результатов, опоры на себя, плановости, последовательности, пошаговости в работе, представления о специфике выполнения деятельности, проговаривания, продуманности планов, самоуправления, стремления к

достижению задуманного, умственных действий) (табл. 2);

– принятия решения (4,54, взвешивания всех «за» и «против», влияния целей на решения, возможностей в реальности, определения с приоритетами, осмотрительности при наличии умеренности риска, перехода от плана к действиям, самоприказа к выполнению дел, стремления к приему срочных решений, учета последствий решений и всех плюсов и минусов) (табл. 2);

– прогнозирования (5,16, верного ожидания поступков от людей, заглядывания вперед в делах и поступках, предвосхищения хода событий, предусмотрительности, самоуправления, свершения планов и прогнозов, составления моделей-прогнозов, умственной деятельности, четкого представления собственных планов жизни) (табл. 2);

– способности к самоуправлению (31,54, количества встреч с необычными ситуациями, поиска новых решений и средств достижения запланированного, постановки целей, создания нового творческого подхода, управления собственной активностью (деятельностью, общением, переживаниями и поведением), целенаправленного изменения) (табл. 2);

– целеполагания (4,68, доведения дел до конца, осмысления главных целей жизни, прогнозирования, разнообразия альтернатив и целей, рациональности, самоуправления, составления субъективной модели должного и желаемого, целеустремленности, умственной деятельности, четкого представления будущего результата) (табл. 2);

2) средний уровень:

– анализа противоречий (3,27, вычленения главного в трудных обстоятельствах, определения собственных возможностей, ориентировки в ситуациях, попытки достижения полной ясности, прилива сил и энергии, психической деятельности, раздумий о желаниях и обязанностях, самоуправления, составления субъективной модели ситуаций, терпения) (табл. 2);

– коррекции (2,56, доведения дел до конца, желания закончить работу, изменения испорченных отношений и реальных действий, общения, поведения и системы самоуправления, исправления допущенных ошибок, самосовершенствования, совершенствования законченной работы, стремления к изменению собственных привычек) (табл. 2);

– критерия оценки качества (2,71, анализа собственной мотивационно-потребностной сферы, ориентации на главное, оценивания собственного труда, собственных действий и успехов в реализации планов, решения нравственных вопросов, точности ориентиров, чувства меры в межличностных отношениях) (табл. 2);

– психологической гибкости (+4,11, быстрого засыпания и пробуждения, быстроты усвоения нового, включения в новые виды деятельности, деятельности, испытывания тяги к новым впечатлениям, любви к быстрой работе, осваивания в незнакомой обстановке, переключаемости, подвижности, стремления в новое

общество, стремления к реагированию на аргументацию, схождения с незнакомыми людьми, формирования привычек) (табл. 2);

– самоконтроля (4,03, внимательности за собеседниками во время дискуссий, отдачи себе отчета, отслеживания последствий собственных высказываний, самопроверки, сбора информации о выполнении планов, сдержанности) (табл. 2).

Результаты установления взаимосвязи между психологической гибкостью и компонентами самоуправления практических психологов и медиков показали:

1) высокую связь:

– между активным образом жизни и прогнозированием (0,837), и планированием (0,815), и принятием решения (0,792), и целеполаганием (0,774), и способностью к самоуправлению (0,724), то есть чем выше активный образ жизни (преобразовательная позиция, прогнозирование, самообразование, склонность к преобразованиям в жизни, стремление к новым впечатлениям, целеполагание), тем выше планирование, принятие решения, прогнозирование, способность к самоуправлению, целеполагание (табл. 2);

– между планированием и принятием решения (0,761), и способностью к самоуправлению (0,718), то есть чем выше планирование (представление о специфике выполнения деятельности, проговаривание, продуманность планов, самоуправление, стремление к достижению задуманного, умственные действия), тем выше принятие решения, способность к самоуправлению (табл. 2);

– между принятием решения и способностью к самоуправлению (0,725), то есть чем выше принятие решения (переход от плана к действиям, самоприказ к выполнению дел, стремление к приему срочных решений, учет последствий решений и всех плюсов и минусов), тем выше способность к самоуправлению (табл. 2);

– между прогнозированием и целеполаганием (0,824), и принятием решения (0,802), и планированием (0,791), и способностью к самоуправлению (0,747), то есть чем выше прогнозирование (свершение планов и прогнозов, составление моделей-прогнозов, умственная деятельность, четкое представление собственных планов жизни), тем выше планирование, принятие решения, способность к самоуправлению, целеполагание (табл. 2);

– между целеполаганием и планированием (0,775), и принятием решения (0,758), и способностью к самоуправлению (0,729), то есть чем выше целеполагание (самоуправление, составление субъективной модели должного и желаемого, умственная деятельность, целеустремленность, четкое представление будущего результата), тем выше планирование, принятие решения, способность к самоуправлению (табл. 2);

2) заметную связь:

– между активным образом жизни и анализом противоречий (0,681), и самоконтролем (0,665), и психологической гибкостью (0,647), и

критерием оценки качества (0,625), и коррекцией (0,606), то есть чем выше активный образ жизни (активность поиска средств жизнедеятельности, генерирование идей, желание творческой работы, личная и коллективная ответственность, мотивация достижений, ориентация на процесс и результат труда), тем выше анализ противоречий, коррекция, критерий оценки качества, психологическая гибкость, самоконтроль (табл. 2);

– между планированием и анализом противоречий (0,637), и самоконтролем (0,625), и психологической гибкостью (0,604), и коррекцией (0,582), и критерием оценки качества (0,569), то есть чем выше планирование (желание получения отличных результатов, опора на себя, планомерность, последовательность, пошаговость в работе), тем выше анализ противоречий, коррекция, критерий оценки качества, психологическая гибкость, самоконтроль (табл. 2);

– между принятием решения и коррекцией (0,651), и психологической гибкостью (0,649), и критерием оценки качества (0,635), и самоконтролем (0,627), и анализом противоречий (0,566), то есть чем выше принятие решения (взвешивание всех «за» и «против», влияние целей на решения, возможности в реальности, определение с приоритетами, осмотрительность при наличии умеренности риска), тем выше анализ противоречий, коррекция, критерий оценки качества, психологическая гибкость, самоконтроль (табл. 2);

– между прогнозированием и анализом противоречий (0,673), и критерием оценки качества (0,655), и коррекцией (0,639), и психологической гибкостью (0,618), и самоконтролем (0,594), то есть чем выше прогнозирование (верное ожидание поступков от людей, заглядывание вперед в делах и поступках, предвосхищение хода событий, предусмотрительность, самоуправление), тем выше анализ противоречий, коррекция, критерий оценки качества, психологическая гибкость, самоконтроль (табл. 2);

– между способностью к самоуправлению и коррекцией (0,592), и критерием оценки качества (0,584), и психологической гибкостью (0,579), и самоконтролем (0,565), и анализом противоречий (0,551), то есть чем выше способность к самоуправлению (количество встреч с необычными ситуациями, поиск новых решений и средств достижения запланированного, постановка целей, создание нового, творческий подход, управление собственной активностью (деятельностью, общением, переживаниями и поведением), целенаправленное изменение), тем выше анализ противоречий, коррекция, критерий оценки качества, психологическая гибкость, самоконтроль (табл. 2);

– между целеполаганием и анализом противоречий (0,652), и критерием оценки качества (0,637), и коррекцией (0,616), и психологической гибкостью (0,588), и самоконтролем (0,569), то есть чем выше целеполагание (доведение дел до конца, осмысление главных целей жизни, прогнозирование, разнообразие альтернатив и целей,

рациональность), тем выше анализ противоречий, коррекция, критерий оценки качества, психологическая гибкость, самоконтроль (табл. 2);

3) умеренную связь:

– между анализом противоречий и психологической гибкостью (0,371), и самоконтролем (0,365), и коррекцией (0,352), и критерием оценки качества (0,349), то есть чем выше анализ противоречий (вычленение главного в трудных обстоятельствах, определение собственных возможностей, ориентировка в ситуациях, попытка достижения полной ясности, прилив сил и энергии, психическая деятельность, раздумия о желаниях и обязанностях, самоуправление, составление субъективной модели ситуаций, терпение), тем выше коррекция, критерий оценки качества, психологическая гибкость, самоконтроль (табл. 2);

– между коррекцией и психологической гибкостью (0,405), то есть чем выше коррекция (доведение дел до конца, желание закончить работу, изменение испорченных отношений и реальных действий, общения, поведения и системы самоуправления, исправление допущенных ошибок, самосовершенствование, совершенствование законченной работы, стремление к изменению собственных привычек), тем выше психологическая гибкость (табл. 2);

– между критерием оценки качества и коррекцией (0,375), и психологической гибкостью (0,361), и самоконтролем (0,359), то есть чем выше критерий оценки качества (анализ собственной мотивационно-потребностной сферы, ориентация на главное, оценивание собственного труда, собственных действий и успехов в реализации планов, решение нравственных вопросов, точность ориентиров, чувство меры в межличностных отношениях), тем выше коррекция, психологическая гибкость, самоконтроль (табл. 2);

– между самоконтролем и психологической гибкостью (0,355), и коррекцией (0,349), то есть чем выше самоконтроль (внимательность за собеседниками во время дискуссий, отдача себе отчета, отслеживание последствий собственных высказываний, самопроверка, сбор информации о выполнении планов, сдержанность), тем выше коррекция, психологическая гибкость (табл. 2).

Обсуждение

Результаты рассмотрения психологической гибкости как составляющей самоуправления практических психологов и медиков коррелируют с психодиагностическими и экспериментальными данными исследований медиков и педагогов, психологов и социологов, направленных:

1) на выявление компонентов психологической гибкости и самоуправления [4, 5, 6, 16, 25], особенностей малоадаптивных видов и форм вины [9] и профиля профессионального кризиса [10], психологического компонента формирования психологической гибкости [15];

2) на определение психологических механизмов психологической

гибкости [18], соотношения психологического благополучия и психологической гибкости [3], специфики жизнестойкости [11], интегрирования элементов психологической гибкости в систему самоуправления [14], профессионального стресса [1] и самоуправления будущих специалистов [23], способности к самоуправлению [8], эффективности программ самоуправления [13];

3) на установление влияния динамического управления рисками на самоуправление [2], оценки способности к самоуправлению [7], самооценки в структуре самоуправления [12], связи психологической гибкости и гедонизма, благополучия [21], жизнедеятельности [24], мотивационно-потребностной сферой [22], осознанности стрессогенных факторов [19], стрессоустойчивости [17], тревожности [20].

Таблица 2

Показатели рассмотрения психологической гибкости как составляющей самоуправления практических психологов и медиков

Аббревиатуры опросников и компонентов психологической гибкости и самоуправления	ЗС	ССУ П									ТПГ К	
	∑ЗС 25,85 BC	АП 3,27 C	Пр 5,16 BC	ЦП 4,68 BC	Пл 4,59 BC	КОК 2,71 C	ПР 4,54 BC	СК 4,03 C	К 2,56 C	∑ССУ П 31,54 BC	∑ТПГ К +4,11 C	
ЗС	∑ЗС	1	0,681	0,837	0,774	0,815	0,625	0,792	0,665	0,606	0,724	0,647
ССУ П	АП	0,681	1	0,673	0,652	0,637	0,349	0,566	0,365	0,352	0,551	0,371
	Пр	0,837	0,673	1	0,824	0,791	0,655	0,802	0,594	0,639	0,747	0,618
	ЦП	0,774	0,652	0,824	1	0,775	0,637	0,758	0,569	0,616	0,729	0,588
	Пл	0,815	0,637	0,791	0,775	1	0,569	0,761	0,625	0,582	0,718	0,604
	КОК	0,625	0,349	0,655	0,637	0,569	1	0,635	0,359	0,375	0,584	0,361
	ПР	0,792	0,566	0,802	0,758	0,761	0,635	1	0,627	0,651	0,725	0,649
	СК	0,665	0,365	0,594	0,569	0,625	0,359	0,627	1	0,349	0,565	0,355
	К	0,606	0,352	0,639	0,616	0,582	0,375	0,651	0,349	1	0,592	0,405
	∑ССУ П	0,724	0,551	0,747	0,729	0,718	0,584	0,725	0,565	0,592	1	0,579
ТПГ К	∑ТПГ К	0,647	0,371	0,618	0,588	0,604	0,361	0,649	0,355	0,405	0,579	1

Примечание: аббревиатуры опросников и компонентов психологической гибкости и самоуправления см. в примечании табл. 1; аббревиатуры уровней см. в табл. 1; $p < 0,01$ – статистическая значимость корреляционной связи

Заключение

При рассмотрении психологической гибкости как составляющей самоуправления практических психологов и медиков получены следующие результаты:

1) диагностированы выше среднего уровень активного образа жизни, планирования, принятия решения, прогнозирования, способности к самоуправлению, целеполагания; средний уровень анализа противоречий, коррекции, критерия оценки качества, психологической гибкости, самоконтроля;

2) установлена высокая связь между: активным образом жизни и планированием, принятием решения, прогнозированием, способностью к

самоуправлению, целеполаганием; планированием и принятием решения, способностью к самоуправлению; принятием решения и способностью к самоуправлению; прогнозированием и планированием, принятием решения, способностью к самоуправлению, целеполаганием; целеполаганием и планированием, принятием решения, способностью к самоуправлению; заметная связь между активным образом жизни, планированием, принятием решения, прогнозированием, способностью к самоуправлению, целеполаганием и анализом противоречий, коррекцией, критерием оценки качества, психологической гибкостью, самоконтролем; умеренная связь между: анализом противоречий и коррекцией, критерием оценки качества, психологической гибкостью, самоконтролем; коррекцией и психологической гибкостью; критерием оценки качества и коррекцией, психологической гибкостью, самоконтролем; самоконтролем и коррекцией, психологической гибкостью;

3) доказано, что выявленная заметная связь психологической гибкости и активного образа жизни, анализа противоречий, коррекции, критерия оценки качества, самоконтроля дает возможность рассматривать психологическую гибкость как составляющую самоуправления практических психологов и медиков.

Список литературы

1. Бонкало Т.И., Полякова О.Б. Специфика профессионального стресса медицинских работников в постковидный период // Проблемы социальной гигиены, здравоохранения и истории медицины. 2023. № 31(s2). С. 1197–1201.
2. Ванюрихин Ф.Г. Влияние динамического управления рисками на самоорганизацию и самоуправление в социально-экономических системах // Самоуправление. 2022. № 1 (129). С. 176–180.
3. Дёмин А.Н., Киреева О.В. Соотношение психологического благополучия и гибкости личности в разных видах занятости // Человеческий капитал. 2022. № 10 (166). С. 173–179.
4. Завершение суждений: опросник 2010, разработчик – лаборатория azps.ru. URL: http://azps.ru/tests/kit/zaversh_as.html (дата обращения 12.02.2024).
5. Карандашев В.Н. Как жить в условиях стресса. СПб., Вологда: Русь, 2002. 108 с.
6. Митина О.В., Рассказова Е.И. Методика исследования самоуправления Ю. Куля и А. Фурмана: психометрические характеристики русскоязычной версии // Психологический журнал. 2019. Т. 40. № 2. С. 111–127.
7. Новодворский Е.В., Сивенков В.А. Оценка способности к самоуправлению студентов-психологов ТОГУ разных возрастных групп: эмпирическое исследование // Проблемы современного образования: психолого-педагогический поиск (Хабаровск, 05–07.11.2020). Хабаровск: Тихоокеанский государственный университет, 2021. С. 126–128.
8. Пейсахов Н.М. Способность самоуправления: опросник. URL: <http://psychok.net/testy/257-metodika-sposobnost-k-samoupravleniyu-test-ssu-n-m-pejsakhov> (дата обращения 12.02.2024).
9. Полякова О.Б., Бонкало Т.И. Особенности малоадаптивных форм и видов

- вины медицинских работников в постковидный период // *Здравоохранение Российской Федерации*. 2023. Т. 67. № 5. С. 430–435.
10. Полякова О.Б., Бонкало Т.И. Особенности профиля профессионального кризиса медицинских работников с профессиональными деформациями в условиях пандемии COVID-19 // *Здравоохранение Российской Федерации*. 2022. № 66(6). С. 521–528.
 11. Полякова О.Б., Бонкало Т.И. Специфика жизнестойкости работников здравоохранения с профессиональными деформациями // *Здравоохранение Российской Федерации*. 2022. № 66(1). С. 67–75.
 12. Рожков Д.В., Абдурахманов Р.А. Самооценка в структуре самоуправления личности студента // *Всероссийская ежегодная декабрьская научно-практическая студенческая конференция (Москва, 02–14.12.2022)*. М.: Российский новый университет, 2023. С. 76–83.
 13. Рыбаков И.А. Эффективность образовательной программы управления здоровьем и благополучием // *Управление развитием персонала*. 2021. № 1. С. 2–10.
 14. Тайсаева С.Б., Скрипникова Н.Б. Интегрирование элементов психологической гибкости в систему управления коллективом в социальной сфере // *Проблемы теории и практики управления*. 2020. № 9. С. 156–166.
 15. Цур-Царь К.В. Психологический компонент как метод формирования гибкости // *Аллея науки*. 2022. Т. 1. № 1 (64). С. 555–559.
 16. Azadfar Z., Abdollahi A., Patra I., Chang Ya., Alghazali T., Talib S.G. The Iranian form of psychometric properties of the multidimensional psychological flexibility inventory // *Psicologia: Reflexao e Critica*. 2022. Т. 35. № 1. P. 1–14. DOI: 10.1186/s41155-022-00236-w
 17. Bas S., Ülbe S., Yüksel-Şengün O., Güngör D. Mediator role of psychological flexibility in the relationship between traumatic grief and psychological symptoms // XVI European congress of psychology (Moscow, 02–05.07.2019). Moscow: Moscow State University named after M.V. Lomonosov Publishing House, 2019. 2003 с.
 18. Faulkner J.W., Theadom A., Mahon S., Snell D.L., Barker-Collo S., Cunningham K. Psychological flexibility: a psychological mechanism that contributes to persistent symptoms following mild traumatic brain injury? // *Medical Hypotheses*. 2020. Т. 143. P. 110141. DOI: 10.1016/j.mehy.2020.110141
 19. Finkelstein-fox L., Pavlacic J.M., Buchanan E.M., Schulenberg S.E., Park C.L. Valued living in daily experience: relations with mindfulness, meaning, psychological flexibility, and stressors // *Cognitive Therapy and Research*. 2020. Т. 44. № 2. P. 300–310. DOI: 10.1007/s10608-019-10062-7
 20. Güldal Ş., Kılıçoğlu N.A., Kasapoğlu F. Psychological flexibility, coronavirus anxiety, humor and social media addiction during COVID-19 pandemic in Turkey // *International Journal for the Advancement of Counselling*. 2022. Т. 44. № 2. P. 220–242. DOI: 10.1007/s10447-021-09461-x
 21. Howell A.J., Demuyneck K.M. Psychological flexibility and psychological inflexibility are independently associated with both hedonic and eudemonic well-being // *Journal of Contextual Behavioral Science*. 2021. Т. 20. P. 163–171. DOI: 10.1016/j.jcbs.2021.04.002
 22. Mak W.W.S., Chio F.H.N., Chong K.S.C., Law R.W. From mindfulness to personal recovery: the mediating roles of self-warmth, psychological flexibility. And valued living // *Mindfulness*. 2021. Т. 12. № 4. P. 994–1001. DOI:

- 10.1007/s12671-020-01568-3
23. Petrova В. Ученического самоуправления през погледа на един психолог // Профессионално образование. 2022. Т. 24. № 4. С. 412–419. DOI: 10.53656/voc22-453ucen
24. Polyakova O.B., Bonkalo T.I. The specificity of the vitality of health care workers with professional deformations // Health Care of the Russian Federation. 2022. № 66(1). P. 67–75. DOI: 10.47470/0044-197x-2022-66-1-67-75
25. Terhorst Ya., Vaumeister H., Mccracken L.M., Lin J. Further development in the assessment of psychological flexibility: validation of the German committed action questionnaire // Health and Quality of Life Outcomes. 2020. Т. 18. № 1. С. 1–9. DOI: 10.1186/s12955-020-01497-8

Об авторах:

ПОЛЯКОВА Ольга Борисовна – кандидат психологических наук, доцент, практический психолог Центра психологии развития (127473, г. Москва, ул. Достоевского, 1/21 ст.1), e-mail: pob-70@mail.ru, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2581-5516>, spin-код (РИНЦ): 5176-0918

БОНКАЛО Татьяна Ивановна – доктор психологических наук, доцент, ведущий научный сотрудник ГБУ «НИИ организации здравоохранения и медицинского менеджмента Департамента здравоохранения города Москвы» (115088, г. Москва, ул. Шарикоподшипниковская, 9), профессор кафедры педагогики и психологии ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет» (г. Краснодар, ул. Ставропольская, д. 29); e-mail: bonkalotatyanaivanovna@yandex.ru, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0887-4995>, spin-код (РИНЦ): 6572-7417

PSYCHOLOGICAL FLEXIBILITY AS A COMPONENT OF SELF-GOVERNMENT OF PRACTICAL PSYCHOLOGISTS AND DOCTORS

O.B. Polyakova¹, T.I. Bonkalo^{2,3}

¹Center for Developmental Psychology, Moscow

²Research Institute of Healthcare Organization and Medical Management of the Moscow Department of Health, Moscow

³Kuban State University, Krasnodar

When considering psychological flexibility as a component of self-government of practical psychologists and physicians (without conducting a comparative analysis between specialists), questionnaires were used to complete judgments developed by employees of the azps.ru laboratory, the ability of self-government by N.M. Peysakhov, psychological flexibility V.N. Karandashev, K. Pearson correlation criterion, Chaddock-Snedecor scale. The levels of expression of an active lifestyle, analysis of contradictions, correction, quality assessment criteria, planning, decision-making, forecasting, psychological flexibility, self-control, ability to self-government and goal setting have been identified. Connections have been established between all components of self-government of practical psychologists and medical workers.

Keywords: *psychological flexibility, self-government, practical psychologists, doctors.*

Принято в редакцию: 26.02.2024 г.

Подписано в печать: 29.04.2024 г.