

# Заскоцька І. М. Особливості резильєнтності та стресостійкості педагогічних працівників з різними сенсожиттєвими орієнтаціями

## АНОТАЦІЯ

Магістерська робота присвячена особливостям резильєнтності та стресостійкості педагогічних працівників з різними сенсожиттєвими орієнтаціями. Виявлено, що педагогічні працівники, які більше орієнтовані на цінності універсалізму, відзначаються вищим рівнем стресостійкості, ніж їхні колеги, у яких такі цінності є менш вираженими. Доведено, що педагогічні працівники, які орієнтовані на вихід за межі власного Я та збереження, у стресових ситуаціях частіше схильні використовувати уяву, мрії та спогади як стратегію подолання негативного стресового впливу, порівнюючи з їхніми колегами, які орієнтуються на самозвеличення та зміни. Встановлено, що резильєнтність педагогічних працівників, орієнтованих на збереження та вихід за межі власного Я прямо корелює з їхньою орієнтацією на цінність доброзичливості. Показано, що педагогічні працівники з різними сенсожиттєвими орієнтаціями не відрізняються між собою за рівнем професійної життєстійкості.

**Ключові слова:** резильєнтність, стресостійкість, опірність до стресу, педагогічні працівники, сенсожиттєві орієнтації, індивідуальні цінності, професійна життєстійкість, стратегії поведінки у стресових ситуаціях.

## ANNOTATION

The master's thesis is devoted to the features of resilience and stress resistance of pedagogical workers with different life orientations. It was found that teachers who are more oriented towards the values of universalism have a higher level of stress resistance than their colleagues who have less pronounced values. It has been proven that, in stressful situations, teachers who are focused on going beyond their own self and preservation are more likely to use imagination, dreams, and memories as a strategy to overcome negative stress, compared to their colleagues who are focused on self-aggrandizement and change. It has been established that the resilience of pedagogical workers focused on preserving and going beyond the limits of their own self is directly correlated with their orientation on the value of benevolence. It is shown that teachers with different life orientations do not differ among themselves in the level of professional sustainability.

**Key words:** resilience, stress resistance, resistance to stress, teaching staff, meaningful life orientations, individual values, professional resilience, behavioral strategies in stressful situations.