

**КИЇВСЬКИЙ ІНСТИТУТ СУЧАСНОЇ ПСИХОЛОГІЇ ТА
ПСИХОТЕРАПІЇ**

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

на тему:

**Чинники формування міграційних намірів студентів в умовах
повномасштабної війни**

Здобувача (ки) 2 курсу МЗ-241 групи
Спеціальності 053 Психологія
Освітньо-професійна програма
Психологія забезпечення ментального здоров'я
Наталії БОРДУН-КОМАР
(прізвище та ініціали)

Керівники
Наталія МАКСИМОВА, д.психол.н., проф.,
Євгенія ІВАНОВА, к.психол.н.
(прізвище та ініціали, вчене звання, науковий ступінь)

Робота рекомендована до захисту
рішенням кафедри клінічної психології та кафедри соціальної психології

Протокол № 11 від « 22 » червня 2026р.

Зав. кафедри клінічної психології _____ д.психол.н., с.н.с., Лисенко І.П.
підпис (наукова ступінь, вчене звання, прізвище, ім'я, по батькові)

Зав. кафедри соціальної психології _____ к.психол.н., доц., Трофімова Д.О.
підпис (наукова ступінь, вчене звання, прізвище, ім'я, по батькові)

Київ–2026

АНОТАЦІЯ

У роботі досліджено психологічні чинники формування міграційних намірів студентської молоді в умовах повномасштабної війни. Проведено кількісне кореляційне онлайн-опитування 80 студентів закладів вищої освіти України віком 17–25 років. Виміряно загальну самоефективність (GSE), сприйняту соціальну підтримку (MSPSS), психологічний дистрес воєнного часу, етнічну ідентичність (MEIM) та міграційні наміри за авторською анкетой. Дані опрацьовано в Jamovi за допомогою кореляційного аналізу та множинної регресії. Установлено, що значущими чинниками міграційних намірів є психологічний дистрес ($\beta = .250$) та етнічна ідентичність ($\beta = -.236$), тоді як ресурсні характеристики особистості з намірами не пов'язані. Новизна роботи полягає у виявленні чинників міграційних намірів студентської молоді в умовах війни та визначенні концептуальних засад побудови психодіагностичного інструмента їх вимірювання.

Ключові слова: міграційні наміри, психологічний дистрес, етнічна ідентичність, студентська молодь, повномасштабна війна, психодіагностичний інструмент.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ МІГРАЦІЙНИХ НАМІРІВ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ.....	10
1.1. Поняття та теоретичні підходи до дослідження міграційних намірів.....	10
1.2. Психологічні особливості міграційних намірів студентської молоді.....	21
1.3. Міграційні наміри в умовах воєнного стану.....	29
Висновки до розділу 1.....	45
РОЗДІЛ II. МЕТОДОЛОГІЯ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	48
2.1. Обґрунтування дизайну дослідження та підбір методичного інструментарію.....	48
2.2. Характеристика дослідницької вибірки.....	53
Висновки до розділу 2.....	56
РОЗДІЛ III. АНАЛІЗ ТА ІНТЕРПРЕТАЦІЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ.....	58
3.1. Самоефективність і соціальна підтримка у формуванні міграційних намірів.....	58
3.2. Психологічний дистрес і етнічна ідентичність як чинники міграційних намірів.....	62
3.3. Концептуальні засади створення психодіагностичного інструмента вимірювання міграційних намірів студентської молоді.....	72
Висновки до розділу 3.....	82
ВИСНОВКИ.....	84
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	86
ДОДАТКИ.....	95

ВСТУП

Повномасштабна війна суттєво вплинула на міграційні процеси в Україні, і студентська молодь виявилася однією з груп, яку ці зміни зачепили найбільше: вона поєднує готовність до навчання за кордоном, відкритість до зміни місця проживання та невизначеність щодо власного майбутнього в Україні. При цьому важить не так масштаб виїзду, як те, що психологічно стоїть за самим наміром виїхати, – адже намір, на відміну від одномоментного рішення, формується задовго до можливого переїзду й піддається вивченню.

Актуальність дослідження зумовлена кількома обставинами. По-перше, міграційні наміри студентської молоді в умовах війни в Україні стають дедалі більш значущим соціально-психологічним феноменом, що позначається і на освітній сфері, і на перспективах людського капіталу країни. По-друге, в науковій літературі досить ґрунтовно описано макросоціальні, економічні та мережеві чинники міграції, однак менш чітко висвітлено, як саме вони перетворюються на конкретний намір окремої молодої людини. По-третє, у вітчизняному дослідницькому полі недостатньо розроблені психодіагностичні інструменти, зорієнтовані на вимірювання міграційних намірів студентів, зокрема в умовах повномасштабної війни.

Аналіз наукових джерел показує, що міграційні наміри пояснюються в різних теоретичних межах. У класичних і сучасних теоріях міграції акцент робиться на виштовхувальних і притягувальних чинниках, соціальних мережах, відмінностях у ресурсах і можливостях, а також на співвідношенні прагнення до виїзду й реальної спроможності його здійснити. На соціально-психологічному ж рівні особливого значення набувають такі чинники, як самоєфективність, сприйнята соціальна підтримка, психологічний дистрес та національна (етнічна) ідентичність.

В українській науці міграційні наміри досить повно описані в соціологічному, економічному та правовому вимірі, проте психологічний ракурс проблеми залишається менш розробленим. Науковці А. Стеблянко та

І. Хозлу (2023) переконливо простежили роль воєнних конфліктів як чинника міграції, щоправда на макрорівні, не виходячи на психологію окремого рішення. К. Новосад і В. Щур (2024) вивчали трудову міграцію молоді, а К. Кріжік (2026) запропонувала розглядати міграційні наміри як складний результат взаємодії індивідуальних розрахунків, інституційних рамок та соціальних мереж. Ці роботи дають важливий контекст для розуміння зовнішніх умов міграційних намірів, але залишають відкритим питання психологічних чинників, які їх визначають.

Однією з найбільш ґрунтовних у вітчизняній психологічній літературі є концепція М. Слюсаревського й О. Блинової (2015, 2018), які запропонували розглядати міграційну готовність як багаторівневий конструкт. Її сильна сторона – у цілісному психологічному поясненні переходу від невдоволення до наміру, однак вибудовано її переважно на теоретичному матеріалі, без емпіричної перевірки на студентській молоді воєнного часу. Значний внесок у заповнення цієї прогалини зробили Б. Гвоздецька і колеги (2025), які емпірично дослідили, як повномасштабне вторгнення Росії вплинуло на громадянську ідентичність та міграційні наміри студентів у прикордонних регіонах України.

У більшості наукових досліджень міграційний намір описується як проміжна ланка між установками, цінностями, суб'єктивним контролем і реальною поведінкою. Проте сучасні емпіричні результати свідчать, що далеко не кожен намір реалізується у фактичний виїзд, тому доцільно розглядати його як самостійний об'єкт психологічного аналізу. Саме такий підхід дає змогу точніше виявити, які саме переживання, ресурси та смислові орієнтири пов'язані з міграційною спрямованістю студентської молоді в умовах війни.

Повномасштабна війна змінює конфігурацію чинників міграційних намірів. Якщо у довоєнних умовах серед молоді частіше акцентувалися економічні, освітні та професійні мотиви, то в сучасній ситуації дедалі більшого значення набувають психологічний дистрес, втома від війни, страх за власне майбутнє, переживання невизначеності та питання збереження зв'язку з країною й своєю спільнотою. Це робить необхідним вивчення як зовнішніх

умов, так і внутрішніх психологічних механізмів, через які воєнний досвід впливає на готовність студента розглядати виїзд як можливий життєвий сценарій.

Попри значний суспільний і науковий інтерес до міграції, психологічні чинники формування міграційних намірів студентської молоді в умовах повномасштабної війни досліджено лише фрагментарно; бракує й психодіагностичного інструментарію для їх вивчення.

Теоретико-методологічну основу дослідження становлять провідні підходи до розуміння міграційної поведінки та психологічних чинників, що її визначають. Робота базується на теорії запланованої поведінки І. Айзена (1991), у якій намір постає центральною ланкою між настановами особистості та реальною дією, а сприйнятий контроль над поведінкою – одним із його чинників; на модель прагнень і спроможностей Г. Де Хааса (2021), що розрізняє бажання виїхати й реальну змогу це зробити; на модель «цінність–очікування» Г. Де Йонга та Дж. Фосетта (1981), за якою намір формується як зважування очікуваної користі від переїзду; а також на ціннісний підхід Ш. Шварца (2007), який пов'язує схильність до міграції з певною конфігурацією базових цінностей.

Об'єкт дослідження – міграційні наміри студентської молоді.

Предмет дослідження – міграційні наміри студентської молоді в умовах повномасштабної війни.

Мета дослідження – виявити чинники формування міграційних намірів студентської молоді в умовах повномасштабної війни та на їх основі визначити концептуальні засади створення психодіагностичного інструмента вимірювання міграційних намірів студентської молоді.

Завдання дослідження:

- Вивчити теоретичні підходи до розуміння міграційних намірів і чинників їх формування у психологічній науці.

- Обґрунтувати методичний інструментарій дослідження та дібрати психодіагностичні методики для вимірювання досліджуваних чинників і міграційних намірів.

- Емпірично дослідити чинники формування міграційних намірів студентської молоді в умовах повномасштабної війни та встановити характер їхнього взаємозв'язку у студентській вибірці.

- Визначити концептуальні засади побудови психодіагностичного інструмента вимірювання міграційних намірів студентської молоді.

Методи дослідження. Теоретичні методи – аналіз, систематизація та узагальнення психологічної літератури з проблеми міграційних намірів. Емпіричні методи – стандартизовані психодіагностичні методики: Шкала загальної самоефективності (GSE; Schwarzer & Jerusalem, 1995; адаптація І. Галецької, 2015) – для вимірювання впевненості студентів у власній здатності долати зміни та складні рішення, зокрема пов'язані з міграцією; Багатомірна шкала сприйняття соціальної підтримки (MSPSS; Zimet et al., 1988; адаптація Ю. Мельника та А. Стадніка, 2023) – для оцінки впливу підтримки від сім'ї, друзів і значущих осіб на рішення щодо міграції; Шкала психологічного дистресу, пов'язаного з війною (І. Галецька, М. Кліманська, Л. Кліманська, 2022) – як показник ситуативного психологічного впливу війни на міграційні наміри; Методика етнічної ідентичності (MEIM; Phinney, 1992; адаптація А. Османової, Л. Співак, 2023) – для аналізу ролі етнічної ідентичності у формуванні міграційних намірів; авторська анкета міграційних намірів студентів – як інструмент вимірювання залежної змінної. Методи опрацювання даних – описова статистика, перевірка внутрішньої узгодженості (α Кронбаха, ω Макдональда), кореляційний аналіз (коефіцієнти Пірсона та Спірмена), порівняння груп (U-критерій Манна–Уїтні, однофакторний дисперсійний аналіз у модифікації Велча) та множинний лінійний регресійний аналіз; статистичне опрацювання виконано у програмі Jamovi.

Характеристика дослідницької вибірки. Дослідження проведено на вибірці студентів закладів вищої освіти України. До участі залучено здобувачів

першого (бакалаврського) та другого (магістерського) рівнів вищої освіти денної форми навчання віком від 17 до 25 років. Остаточний обсяг вибірки склав 80 осіб (57 жінок і 23 чоловіки). Збір даних здійснено в першому півріччі 2026 року за допомогою онлайн-опитування.

Дослідницькі питання:

- Які чинники визначають міграційні наміри студентів в умовах повномасштабної війни?
- Який із досліджуваних чинників – самоефективність, соціальна підтримка, психологічний дистрес чи етнічна ідентичність – має найбільшу прогностичну силу щодо міграційних намірів студентів?
- Які принципи слід враховувати при створенні інструментарію вимірювання міграційних намірів студентів?

Теоретична значущість роботи полягає в уточненні розуміння міграційного наміру студентської молоді як багаторівневого конструкта, окремого від міграційної поведінки; у систематизації психологічних чинників його формування в умовах війни, а також в обґрунтуванні принципів конструювання психодіагностичного інструмента вимірювання міграційних намірів.

Практична значущість роботи полягає в тому, що визначені концептуальні засади можуть стати основою для створення психодіагностичного інструмента вимірювання міграційних намірів студентів. Отримані результати можуть використовуватися психологічними службами закладів вищої освіти для раннього виявлення студентів, які потребують підтримки, та для планування профілактичної роботи зі студентською молоддю в умовах війни.

Структура та обсяг роботи. Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел і додатків. Загальний обсяг роботи становить 99 сторінок, з них основного тексту – 80 сторінок. Робота містить 8 таблиць і 6 рисунків. Список використаних джерел налічує 74 найменування. Робота має 5 додатків.

РОЗДІЛ І. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ МІГРАЦІЙНИХ НАМІРІВ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

1.1. Поняття та теоретичні підходи до дослідження міграційних намірів

Міграція належить до тих явищ, які погано вкладаються в межі однієї дисципліни. Її важко описати лише мовою демографії чи економіки. Це водночас і рух населення, і форма соціальної мобільності, і спосіб економічного виживання, і наслідок політичних рішень, і дуже особистий вибір, що перекроює біографію людини, її ролі, зв'язки й образ майбутнього (Безуглий, 2018; Бортник & Мороз, 2016; Слюсаревський & Блинова, 2018). Не дивно, що за останні десятиліття інтерес до цієї теми лише посилюється: що більше світ дестабілізується, то частіше люди змушені змінювати місце проживання, а дослідники – виходити за межі вузьких моделей пояснення (Грищенко & Лясота, 2021; Слюсаревський & Блинова, 2015).

У найпростішому визначенні міграцію описують як переміщення людей у просторі зі зміною місця проживання, перебування, навчання чи праці на певний час або назавжди. Узагальнюючи наявні підходи, Г. Назарова та В. Остапчук (2025) виокремлюють ключові ознаки цього поняття – перетин кордону, зміну постійного місця проживання, чинники й наслідки переміщення – і наголошують, що усталені концепції міграції потребують оновлення з огляду на її нові форми, зокрема вимушену, спричинену війною чи кліматичними змінами (Назарова & Остапчук, 2025). Але, як слушно підкреслюють М. Слюсаревський та О. Блинова, обмежитися лише переїздом означає грубо спростити картину: разом із географією життя змінюються статус, повсякденні практики, система контактів, відчуття безпеки й належності (Слюсаревський & Блинова, 2015, 2018). Міграція означає щось більше за фізичне переміщення – це глибша зміна умов життя людини, її оточення, зв'язків і звичного укладу, і саме тому вона закономірно стає предметом соціально-психологічного аналізу (Слюсаревський & Блинова, 2015).

Не кожне переміщення в просторі є міграцією. Слідом за Рибakovським тут варто розрізняти мобільність – саму здатність до переміщення, готовність рушити – і міграцію як уже здійснене переселення зі зміною місця проживання (Слюсаревський & Блинова, 2015). Так, відрядження чи робота вахтовим методом – це мобільність, але ще не міграція: людина не збирається там залишатися надовго. Власне міграцію згадані автори визначають як «просторову активність індивіда, спрямовану на оволодіння ресурсами нових територій і пов'язану зі зміною місця проживання», у якій «є три параметри: зміна індивідом координат свого перебування (чинник мобільності), намір поліпшити своє матеріальне і (або) соціальне становище (чинник потреб) та прагнення обжитися на новому місці й вважати його «другою батьківщиною» (чинник стабільності)».

Види міграції розрізняють за різними ознаками. За напрямом вона буває внутрішньою, у межах країни, і міждержавною – виїзд за кордон називають еміграцією, а в'їзд – імміграцією. За тривалістю розрізняють постійну й тимчасову міграцію. Важливо також, добровільне це рішення чи вимушене: коли причина лежить поза людиною і вона змушена тікати, ідеться про вимушену міграцію, до якої належать біженці та внутрішньо переміщені особи. Окремо виділяють трудову міграцію – виїзд на заробітки, який нерідко має на меті згодом залишитися в новій країні. За законністю перетину кордону міграцію поділяють на легальну й нелегальну. Є й особливі форми: маятникова, коли людина щодня чи щотижня їздить на роботу або навчання до іншого міста й повертається додому, та сезонна – виїзд на тимчасові роботи в певну пору року. Слюсаревський і Блинова наголошують, що жодна типологія не є вичерпною: реальні переміщення часто поєднують кілька ознак, а між «добровільним» і «вимушеним» лежить широка проміжна зона (Слюсаревський & Блинова, 2015).

Щоб зрозуміти, навіщо суспільству міграція, дослідники описують її функції. Перша – функція розвитку населення: переїжджаючи, люди розширюють світогляд, набувають нових знань і навичок, обмінюються

досвідом. Друга – селективна: у міграції беруть участь не всі однаково, адже певні групи рушають частіше за інших – зазвичай це молодші, освіченіші, неодружені люди, тож міграція ніби відбирає учасників за віком, статтю й рівнем освіти. Найважливішими Слюсаревський і Блинова вважають економічну й соціальну функції. Економічна полягає в тому, що міграція вирівнює попит і пропозицію робочої сили між регіонами та країнами. Соціальна ж – у задоволенні потреб людини, причому не лише матеріальних: ідеться про всю їх ієрархію, від потреби в безпеці й належності до групи до потреби в самореалізації та вищому соціальному статусі (Слюсаревський & Блинова, 2015). Як підсумовують автори, «в основі міграції завжди лежить незадоволеність людини своїм місцем проживання та (або) становищем», яка супроводжується психічним напруженням і спонукає шукати кращих можливостей.

У цьому контексті з'являється потреба говорити не тільки про міграцію як уже здійснений крок, а й про те, що їй передує, – про міграційні наміри. Якщо сам переїзд – це факт, то намір – внутрішній проєкт, у якому людина вже приміряє до себе можливість змінити країну, місто чи університет. Доцільно розуміти міграційний намір як відносно стійку, більш-менш усвідомлену спрямованість на переїзд, що формується на тлі оцінки власної ситуації, доступних ресурсів, ризиків та уявлень про майбутнє (Assfaw & Minaye, 2022; Слюсаревський & Блинова, 2018). Дослідники, зокрема А. К. Assfaw та А. Minaye, показують, що це не разове рішення, а процес: намір може посилюватися, відступати, змінюватися разом із життєвими обставинами (Gödrö & Feleky, 2017; Шмарова, 2019).

Для аналітики важливо не змішувати близькі, але різні рівні: міграційні настрої, наміри, готовність і, зрештою, поведінку. Настрої – це скоріше фон: людина «загалом не проти виїхати» або, навпаки, «по-своєму прив'язана» до місця. Намір – наступний крок, коли переїзд уже розглядається як реалістичний варіант. Міграційна готовність означає, що людина не тільки допускає міграцію, а й внутрішньо зібрана на її реалізацію. Поведінка – це вже

здійснений переїзд. Панельне дослідження I. Gödri та G. A. Feleky (2017) показало, що значна частина тих, хто декларує намір виїхати, так і не переходить до практичних кроків: із тих, хто планував еміграцію, реалізувала її лише частина (Gödri & Feleky, 2017). Це ще раз підкреслює: намір – самотійний об'єкт аналізу, а не просто крок, що неминуче переходить у дію.

Українські дані підтверджують, що висловлене бажання виїхати не тотожне сформованому наміру. Ще до повномасштабної війни опитування студентів виявило, що кількість жінок, охочих емігрувати, помітно перевищувала кількість тих, хто мав реальні наміри це зробити, хоча у чоловіків такого розриву не спостерігалось (Мельничук, 2009). Щоправда, сам автор пояснює це швидше прагматичнішою оцінкою перешкод з боку жінок, аніж слабкістю їхніх намірів.

Спираючись на ідеї Д. Узнадзе про установку, Слюсаревський і Блинова вибудовують ланцюжок внутрішніх станів, що поступово підводять людину до переїзду: міграційна настанова – міграційна мотивація – міграційна готовність – міграційна потреба. Настанова – це загальна налаштованість людини, її позитивне чи негативне ставлення до можливої зміни місця життя. Мотивація додає рушійну силу: вона показує, заради чого людина готова їхати – заради вищого доходу, безпеки, самореалізації. Готовність означає, що людина вже внутрішньо зібрана й допускає переїзд як реальний варіант. А потреба – це момент, коли бажання змінити життя стає достатньо сильним, щоб людина почала діяти.

Цей перехід не миттєвий: як зауважує Т. Титаренко, спершу людина переживає лише невиразну незадоволеність своїм життям, і тільки згодом ця незадоволеність означається – набуває форми конкретних думок, планів і намірів щодо переїзду (Слюсаревський & Блинова, 2015). Саме цей шлях, від «відчуття неясної туманної незадоволеності власним життям, оточенням, світом, який людина собі побудувала; прагнення щось міняти, покращувати, прискорювати, приймати якісь кардинальні рішення» – до здійснення

міграційного переміщення, автори вважають психологічним змістом міграційної поведінки.

Ще одне важливе поняття – міграційна готовність. Дослідники визначають її як психологічне утворення, прояв самоорганізації особистості, що у змістовому плані є настановою на добровільну зміну місця проживання та праці. Вона виникає із суперечності між образом світу людини (її оцінками теперішнього й бажаного майбутнього) і реальним способом життя, які не узгоджуються між собою. За структурою готовність охоплює когнітивний (знання про можливості влаштування деінде), емоційно-оцінковий (позитивна оцінка життя за кордоном на тлі негативної оцінки власного регіону) та поведінковий компоненти.

Слідом за концепцією настанови О. Асмолова автори вирізняють у ній два рівні: смисловий – загальну особистісну налаштованість на зміну, що відображає міграційні настанови, – і цільовий, пов’язаний уже з підготовкою до конкретного виїзду. Головне навантаження несе саме перший рівень, тоді як другий може й залишитися нереалізованим (Слюсаревський & Блинова, 2015). Готовність тлумачиться тут як явище кризового характеру: вона детермінується кризою ідентичності в основних сферах самоздійснення – етнокультурній, професійній, сімейній – та депривацією потреби в самореалізації, коли людина не знаходить умов для неї у своїй країні. Саме таке розуміння окреслює проміжну ланку між наміром і поведінкою: готовність – це більше, ніж бажання виїхати: це внутрішня налаштованість, яка може лишатися нереалізованою, якщо не вмикається перехід від смислового рівня до цільового.

Концептуально міграційний намір доцільно обґрунтувати в кількох визнаних теоретичних моделях, які по-різному пояснюють, як прагнення перетворюється на рішення діяти. Перша – теорія запланованої поведінки І. Айзена (1991), де намір постає центральною ланкою між установками, соціальними нормами й сприйнятим поведінковим контролем, з одного боку, і реальною дією – з іншого; у міграційних дослідженнях саме сприйнятий

поведінковий контроль виявляється значущим предиктором наміру виїхати (цит. за Assfaw & Minaye, 2022; Dennison, 2024).

Інший підхід пропонує модель прагнень і спроможностей Г. Де Хааса, яка розрізняє прагнення мігрувати й реальну спроможність це здійснити, що допомагає пояснити, чому декларований намір далеко не завжди переходить у виїзд (цит. за Șerban-Oprescu та ін., 2021).

Нарешті, ціннісний підхід Ш. Шварца (1992) показує, що схильність до міграції пов'язана з певною конфігурацією базових цінностей – самоствердженням і відкритістю до змін на противагу збереженню. Емпіричним підтвердженням цієї логіки слугує дослідження Тартаковського і Шварца, які виокремили три типи міграційної мотивації – збереження, саморозвиток і матеріалізм – і встановили, що орієнтація на безпеку обернено пов'язана з відкритістю до змін (Tartakovsky & Schwartz, 2001).

Ці моделі доповнюють одна одну: теорія запланованої поведінки описує внутрішню механіку наміру, модель Г. де Хааса – розрив між наміром і дією, а ціннісний підхід – те, чому за однакових умов наміри в різних людей різні.

До вже названих моделей близька й давніша, але впливова модель «цінності й очікування» Г. де Йонга та Дж. Фосетта. Вони запропонували розглядати рішення про міграцію як поєднання двох речей: наскільки цінні для людини певні життєві цілі – добробут, безпека, статус, самореалізація – і наскільки вона вірить, що саме переїзд допоможе їх досягти. Якщо обидва складники високі, намір мігрувати посилюється. Уже тоді автори вважали просту схему «виштовхування–притягання» недостатньою для розуміння окремої людини й пропонували натомість зважувати в її свідомості очікувані вигоди й втрати від переїзду (De Jong & Fawcett, 1981).

Питання чому люди мігрують здається простим лише на перший погляд. Українські науковці не зводять відповідь лише до бідності чи безробіття. З одного боку, міграція розгортається на перетині економічної нерівності, політичних рішень і крихкості інститутів (Безуглий, 2018). Інші автори, досліджуючи психологію міграції, наголошують на переживанні цих умов: для

когось нестабільність – це тимчасовий дискомфорт, а для когось – відчуття глухого кута, з якого немає внутрішньо прийняттого виходу (Слюсаревський & Блинова, 2015, 2018). Н. Шмарова додає сюди ще один штрих: міграційні наміри часто супроводжуються вираженою фрустрацією – тривожно-фрустраційним фоном, зумовленим страхом невідомого, – тож виїзд для частини людей – це і прагнення до кращого життя, і реакція на це напружене переживання (Шмарова, 2019). У психологічному сенсі міграція так само пов'язана з переживанням безвиході, як і з пошуком нових можливостей.

Більшість сучасних авторів погоджуються, що пояснювати міграцію варто на кількох рівнях. Низка робіт чітко описують макровимір: нерівномірність розвитку, війни, державна політика, демографічні дисбаланси (Безуглий, 2018; Грищенко & Лясота, 2021). Інші вчені показують, як до цього додається мезорівень – мережі, родинні сценарії, досвід знайомих, готові маршрути та канали підтримки (Gödrö & Feleky, 2017). На мікрорівні дослідники виходять на психологічні змінні: рівень тривоги, відчуття контролю, толерантність до невизначеності, цінності, образ майбутнього (Assfaw & Minaye, 2022; Шмарова, 2019).

Аналіз цих робіт показує: багато авторів детально описують структурні та мережеві чинники, однак значно менше уваги приділяють тому, як саме вони перетворюються на конкретний намір окремої людини.

У класичних теоріях акцент довгий час лишався на макрорівні. Е. Равенштайн ще в XIX столітті прагнув сформулювати «закони міграції», фіксуючи повторювані закономірності переміщення населення. Пізніше цей підхід продовжили моделі «push–pull» і неокласичні теорії, де міграція постає як раціональна реакція на різницю в доходах, можливостях працевлаштування й рівні життя (Грищенко & Лясота, 2021; Безуглий, 2018). Вчений систематизує ці концепції й показує їхній пояснювальний потенціал для опису міграційних потоків, але водночас підкреслює його межу: вони майже не пояснюють, чому в однакових умовах одні люди наважуються на переїзд, а інші – ні (Безуглий, 2018).

Цю логіку впорядкував американський дослідник Е. Лі (1966). Він описав міграцію через чотири групи чинників. Виштовхувальні – те, що відштовхує людину від місця, де вона живе: безробіття, нестабільність, брак перспектив. Притягувальні – те, що вабить до іншого місця: вища оплата, краща освіта, безпека. Проміжні перешкоди – усе, що стоїть на шляху між двома точками: відстань, кордони, вартість переїзду, візові обмеження. І, нарешті, особистісні чинники – вік, освіта, риси характеру, через які ті самі умови різні люди оцінюють по-різному. Саме останній складник – особистісні характеристики – дає змогу перейти до психологічного погляду на міграцію: він переносить увагу з самих обставин на те, як їх сприймає й оцінює конкретна людина.

Сучасні теорії міграції зручно поділити на дві великі групи. До першої належать теорії, що пояснюють причини й чинники міграції: чому люди взагалі вирішують їхати. До другої – теорії, які пояснюють, чому міграція, раз почавшись, підтримує сама себе й розростається. Простіше кажучи, перша група відповідає на питання «що штовхає до виїзду», а друга – «чому потік, виникнувши, не спиняється» (Слюсаревський & Блинова, 2015; Безуглий, 2018).

До першої групи входить кілька теорій. Неокласична економічна теорія пояснює міграцію різницею в рівні життя: там, де робочих рук багато, а платять мало, люди їдуть туди, де заробіток вищий.

Неокласична мікроекономічна теорія переносить погляд на окрему людину: перш ніж рушити, вона ніби зважує витрати й вигоди переїзду – як грошові (квитки чи оформлення документів), так і психологічні (розрив зі звичним оточенням, чужа мова, життя в новому середовищі).

Концепція просторової самоорганізації населення, яку розробила І. Прибиткова, додає, що людину штовхає до виїзду невідповідність між тим рівнем життя, якого вона прагне, і тим, що доступний їй удома. А концепція нової економіки трудової міграції О. Старка звертає увагу на сім'ю: рішення про виїзд нерідко ухвалює не окрема людина, а ціле домогосподарство – щоб

підтримати родину й зменшити ризики, коли, наприклад, хтось лишається працювати вдома, а хтось їде на заробіток (Слюсаревський & Блинова, 2015).

Друга група теорій пояснює, чому міграція, раз почавшись, підтримує сама себе. Теорія соціального капіталу показує, що для переїзду замало самого бажання – потрібні ще й ресурси: знання, освіта, зв'язки; тому першими зазвичай їдуть не найбідніші, а ті, хто має більший запас таких можливостей.

Теорія міграційних мереж додає до цього найважливіший механізм: коли в іншій країні вже є родичі, друзі, знайомі, виїзд для наступних стає значно легшим – є в кого спитати поради, де перші дні пожити, як знайти роботу. Що більше людей виїхало, то простіше їхати решті, і потік сам себе підтримує.

Теорія сукупної причинової зумовленості Д. Массея (1990) пояснює це так: кожен переїзд трохи змінює середовище – у громаді міграція стає звичною, ледь не очікуваною, і наступні виїзди вже сприймаються як норма.

Соціологічна теорія ризиків розглядає мігрантів як людей, що діють в умовах невизначеності й беруть на себе ризики – від поганих умов праці до порушення їхніх прав.

Інституційна теорія звертає увагу на те, що навколо міграції виростають цілі структури – агенції з працевлаштування, посередники, а інколи й чорний ринок нелегальних послуг, – які теж підтримують потік.

Нарешті, теорія трьох стадій Л. Рибаківського описує міграцію як процес із трьох етапів: спершу в людини формується готовність до переїзду, потім відбувається сам переїзд, а далі – приживання на новому місці; і що більше міграційного досвіду накопичує суспільство, то рухливішим воно стає (Слюсаревський & Блинова, 2015).

Ці теоретичні узагальнення мають і конкретний вимір на рівні окремого рішення. Міграційне рішення майже ніколи не приймається у вакуумі: воно вбудоване в систему стосунків, очікувань і зобов'язань. Якщо в колі друзів і родини міграція сприймається як нормальний і навіть бажаний крок, намір виїхати формується легше. Натомість сильні прив'язаності до місця, відповідальність за близьких, досвід підтримки тут і зараз часто стримують

навіть за наявності об'єктивних стимулів до виїзду. Українські автори відзначають, що міграційна готовність студентів пов'язана не так з браком можливостей, як з тим, як у їхньому середовищі сприймається трудова міграція – скоріше як очікуваний і прийнятний спосіб забезпечити базові потреби, ніж як виняток (Блинова та ін., 2019).

Психологічний ракурс робить картину ще об'ємнішою. Дослідження показують, що в людей із вираженими міграційними намірами фрустрація постає як один із найтипівіших психостанів, а низька фрустраційна толерантність робить їх особливо вразливими до напруження очікування й невизначеності (Шмарова, 2019). Інші науковці фіксують роль суб'єктивного контролю, віри у власні сили й очікуваної підтримки в країні призначення (Assfaw & Minaye, 2022). Міграційний намір тут постає не стільки як реакція на бідність чи наслідок війни, скільки як спосіб повернути собі суб'єктність там, де вона здається втраченою.

Серед форм міграції, найрелевантніших для студентської молоді, – освітня міграція, яку вчені визначають як напрям академічної мобільності, спрямований на диверсифікацію джерел знань і досвіду та вплетений у глобалізаційні процеси. Для молоді вона нерідко є і способом здобути освіту, і спробою заздалегідь облаштувати власне майбутнє: молодь їде за кордон, щоб насамперед забезпечити собі на майбутнє конкурентоздатність на ринку праці, перспективи професійного кар'єрного зростання (Черушева & Пархоменко, 2025, с.79).

Для молоді питання міграції також тісно пов'язане з безпекою й довгостроковими перспективами: коли держава не дає відчуття захищеності й можливості планувати майбутнє, міграційна мобільність зростає (Голбанос, 2025). Деякі вчені, досліджуючи українських студентів, доходять висновку, що міграційна готовність тримається насамперед на прагматичних мотивах – вищим заробітком за кордоном і новим досвідом, тоді як престиж професії та підвищення соціального статусу відіграють тут переважно другорядну роль.

Сама трудова міграція сприймається студентами як вимушений спосіб задовольнити базові потреби (Блинова та ін., 2019).

На рівні власне психологічних змінних дослідники називають толерантність до ризику й готовність до невизначеності (Orosova та ін., 2017; Dennison, 2024). Натомість довіра до власного суспільства та страх невідомого швидше утримують людину від переїзду (Şerban-Oprescu та ін., 2021). Разом із цим, жоден із цих чинників окремо не пояснює міграційну готовність – йдеться про взаємодію характеристик, які або підштовхують до виїзду, або утримують людину у своєму середовищі.

Повномасштабна війна додає до цієї картини ще один вимір. Аналітики Центру Разумкова показують, як за лічені місяці змінилася карта переміщень і структура міграційних рішень: до економічних та освітніх мотивів додався мотив фізичного виживання, збереження психічного здоров'я, доступу до більш-менш стабільної освіти (Центр Разумкова, 2023). У цих умовах міграційні наміри студентів вже не можна розглядати тільки як кар'єрну стратегію чи освітню мобільність – значною мірою це спосіб витримати затяжну невизначеність, у якій опинилося ціле покоління.

Міждисциплінарність міграції добре видно з того, як кожна наука висвітлює свою ділянку проблеми. Демографи уважно рахують потоки й структуру мігрантів, соціологи шукають закономірності в мережах і стратифікації, економісти говорять про ринки праці й людський капітал, юристи – про статус і права, політологи – про політику й безпекові виклики, психологи – про мотивацію, стрес, адаптацію, ідентичність. Аналіз досліджень показує, що кожен із цих ракурсів важливий, однак саме психологічний вимір – внутрішня логіка переходу від невдоволення до сформованого наміру – усе ще описаний найменш чітко.

Міграційні наміри студентської молоді варто розглядати як багаторівневий конструкт. З одного боку, в них відбиваються структурні реалії: економічна нестабільність, воєнні загрози, стан університетської освіти, доступність каналів виїзду. З іншого – це спосіб внутрішнього самовизначення,

спроба знайти простір, у якому майбутнє не здаватиметься суцільною загрозою. Саме в точці перетину зовнішніх обставин і внутрішнього переживання і виникає міграційний намір як окремий психологічний феномен.

У такому розумінні поняття міграційних намірів описує не стільки сам факт думки про виїзд, скільки внутрішню роботу, під час якої людина зіставляє свої потреби, цінності, емоції й життєві сценарії з тим, що пропонує їй реальність тут і там. Саме на цьому теоретичному ґрунті доцільно переходити до аналізу психологічних особливостей міграційних намірів студентської молоді, зокрема вже в контексті воєнного досвіду й тривалої невизначеності, у якій молоді люди змушені будувати свій життєвий план.

1.2. Психологічні особливості міграційних намірів студентської молоді

Міграційний намір рідко народжується з однієї причини. Зазвичай це наслідок того, що на людину водночас тиснуть кілька обставин – і кожна важить по-своєму. Дослідники давно намагаються впорядкувати цей перелік, і більшість сходиться на тому, що чинники міграційної мобільності молоді варто згрупувати в кілька блоків. С. Голбанос виокремлює серед них безпекові, економічні, освітні, інституційні та мережеві, додаючи, що на індивідуальному рівні до них долучаються власне психологічні причини (С. Голбанос, 2025). Така класифікація зручна тим, що показує: міграційне рішення – це не одна розвилка, а ланцюжок виборів, на кожному з яких різні умови підштовхують людину то залишитися, то поїхати.

Проте сам по собі перелік зовнішніх обставин ще не пояснює головного. Економічна скрута, брак роботи чи близькість кордону діють на всіх приблизно однаково, але одні студенти за цих самих умов залишаються, а інші починають готуватися до виїзду. Отже, справа не так в обставинах, як у тому, як людина їх сприймає, наскільки гострою бачить проблему і наскільки спроможною відчувається щось змінити. Саме тому в нашій роботі ми зосереджуємося на соціально-психологічних чинниках – передусім на сприйнятій соціальній

підтримці та самоефективності, – а економічні й освітні обставини розглядаємо як тло, на якому ці психологічні механізми спрацьовують.

Економічний бік традиційно очолює перелік причин, через які українські студенти задумуються про виїзд. Вітчизняні дослідники, опитавши майже пів тисячі студентів, встановили, що в оцінці роботи за кордоном молодь орієнтується насамперед на вищий заробіток – на цьому наголосили 77,6% опитаних – та на можливість здобути новий досвід (О. Блинова та ін., 2019). Свіжіші дані цю картину лише підтверджують: у моніторингу першокурсників західного регіону низька заробітна плата впевнено вийшла на перше місце серед причин можливого виїзду, причому за кілька років її вага помітно зростає (Б. Гвоздецька та ін., 2025а).

Цікаво, проте, що престиж самої роботи за кордоном студенти цінують значно менше – у дослідженні О. Блинової його обрали лише 4,7% опитаних. Це дрібна на перший погляд деталь, але вона багато говорить: молодь їде не по статус, а по можливість забезпечити базові потреби, яких не дає життя вдома. Тому й самі автори трактують працю за кордоном як вимушену міру, а не як вільний вибір кращого життя (О. Блинова та ін., 2019).

Економічний чинник діє на намір не так прямо, як здається. Річ не стільки в тому, скільки людина заробляє, скільки в тому, чи бачить вона можливість реалізувати себе там, де живе. Несприятливі економічні умови лише запускають міграційну готовність, тоді як справжньою її причиною стає блокування потреби в самореалізації – відчуття, що власний потенціал тут лишається незатребуваним (Н. Шмарова, 2019). Близьку думку озвучує й О. Блинова, яка пов'язує міграційну готовність із кризою ідентичності – неспроможністю людини здійснити себе у професійній, економічній та інших сферах свого життя вдома (О. Блинова, 2010).

Сприйнята соціальна підтримка – це не стільки наявність допомоги, скільки суб'єктивне відчуття людини, що поруч є ті, на кого можна покластися – емоційно, порадою чи ділом. Серед психологічних чинників міграційних намірів вона посідає важливе місце. Для студентів найближчими джерелами

такої підтримки зазвичай є сім'я, близькі друзі, партнер, іноді – університетське середовище; загалом сімейні зв'язки виявляються однією з вагомих причин міграційних рішень молоді (І. Сапенсо та ін., 2025). Серед соціальних мотивів виїзду дослідники називають саме потреби особистого й сімейного характеру – возз'єднання з родиною, турботу про дітей і здоров'я близьких (Ю. Неговська та ін., 2025).

Здавалося б, міцні зв'язки мали б тримати людину на місці, і частина досліджень це підтверджує. Г. де Йонг і Дж. Фосетт показали, що прагнення зберегти зв'язки з рідними та друзями у місці, де людина живе, є важливою причиною рішення нікуди не їхати (G. F. De Jong & J. T. Fawcett, 1981). Сильні прив'язаності до місця й відповідальність за близьких часто стримують виїзд навіть тоді, коли зовнішні обставини штовхають до нього: підтримка тут працює як якор, що укорінює студента в його середовищі. Це дозволяє припустити, що для частини студентів соціальна підтримка може бути чинником, який ускладнює рішення про виїзд.

Ширший погляд на підтримку дає концепція соціального капіталу. Ще в українській демографічній традиції соціальні зв'язки особи трактували як різновид капіталу: запас, що формується завдяки вкладеним зусиллям і дає віддачу, а соціальні мережі з родинних, дружніх і сусідських зв'язків поставали важливою темою в дослідженні міграцій (О. Позняк, 2010). У цьому контексті підтримка – це і емоційне тепло, і доступ до інформації, порад та ресурсів, які знижують ризики й витрати переїзду. Сучасні автори описують мережі мігрантів як ключове джерело інформації, підтримки й ресурсів, що зменшують невизначеність міграції (К. Кріжік, 2026). Саме тому в емпіричному дослідженні має сенс вимірювати підтримку насамперед на рівні сім'ї, друзів і значущих інших – тих зв'язків, які реально впливають на рішення студента.

Проте та сама підтримка може діяти й у протилежний бік, і ключове питання – де саме розташована мережа, на яку спирається людина. Йонг і Фосетт звертають увагу, що рідні та друзі у країні призначення, навпаки, заохочують до переїзду й часто визначають, куди саме їхати. Вони дають

інформацію про умови й можливості та реально допомагають облаштуватися на новому місці, чим знижують відчуття ризику (G. F. De Jong & J. T. Fawcett, 1981). Схвалення з боку значущих людей саме по собі прогнозує намір виїхати, а соціальні мережі за кордоном підсилюють перехід від позитивної установки до наміру і водночас послаблюють утримувальну дію прив'язаності до місця (A. K. Assfaw & A. Minaye, 2022).

Цю амбівалентність добре видно й на українському матеріалі: зв'язки за кордоном полегшують виїзд і зменшують стимул повертатися, тоді як зв'язки з рідними та друзями вдома становлять своєрідний «капітал повернення», що втримує людину (К. Кріжік, 2026). Якщо локальні зв'язки прив'язують до дому, то закордонні – відкривають дорогу до виїзду й роблять його прийнятним життєвим сценарієм. Утім, як показало велике міжнародне дослідження, мережі формують саме бажання виїхати, а не його перетворення на конкретний план: соціальні й сімейні зв'язки впливають на намір, але майже не визначають, чи буде він зрештою реалізований (S. Milasi, 2020).

Підтримка ж надходить як від сім'ї та друзів, так і від інституційного оточення, і тут вона теж неоднозначна. У дослідженні міграційних намірів українські науковці показали, що соціальна атмосфера в робочому колективі прямо пов'язана з готовністю виїхати. Одні описують середовище, де є підтримка й теплі стосунки, інші – де їх не цінують і створюють перешкоди; саме друга ситуація підштовхує до пошуку роботи за кордоном (Є. Поліщук та ін., 2021).

Звідси впливає й методологічне зауваження. Більшість опитувальників вимірюють соціальну підтримку як єдиний, загальний показник – задоволеність допомогою й розумінням з боку сім'ї, друзів і значущих інших, – не розрізняючи, де ця мережа міститься: вдома чи за кордоном. Через це в одному числі можуть змішуватися і зв'язки, що втримують в Україні, і зв'язки, що полегшують виїзд, а це ускладнює тлумачення зв'язку між рівнем підтримки й силою міграційного наміру. На нашу думку, сприйняту соціальну підтримку не доцільно розглядати як однозначно стримувальний чи спонукальний чинник,

оскільки його дія залежить від того, як саме розподілені соціальні зв'язки студента, і в умовах війни це доволі часто змінюється.

Наступне питання стосується самої людини: наскільки студент почувається спроможним здійснити рішення про виїзд. Тут на перший план виходить самоефективність – віра людини у власну здатність організувати й довести до результату дії, потрібні для досягнення мети, попри перешкоди.

Саме поняття самоефективності запровадив А. Бандура: під ним розуміють переконання людини в тому, що вона здатна організувати й виконати дії, потрібні для досягнення бажаного результату. Ідеться не про наявні знання чи вміння як такі, а про віру у власну спроможність скористатися ними в конкретній ситуації. У нашому дослідженні ми спираємося на генералізовану версію цього конструкта, яку запропонували Р. Шварцер і М. Єрусалем (1995), – узагальнене відчуття, що людина дасть раду з новими, складними чи стресовими вимогами в найрізноманітніших обставинах. Практичне значення такої віри в тому, що вона скеровує поведінку: від неї залежить, чи візьметься людина за важку справу, скільки зусиль докладе і наскільки наполегливо триматиметься, коли натрапить на перешкоди.

Переїзд до іншої країни належить саме до таких вимогливих справ. Він розгортається як тривалий ланцюг завдань, кожне з яких потребує дій в умовах, де багато що може скластися не так, а результат наперед не гарантований. Тому людина, яка загалом вірить у власну здатність долати труднощі, і людина, яка в собі сумнівається, по-різному оцінюють саму досяжність переїзду. Через це самоефективність і розглядають як один з особистісних ресурсів у психологічному вивченні міграції – показник того, наскільки людина почувається готовою подужати виклики, пов'язані з переїздом та адаптацією.

У контексті міграції це переконання не так у бажаності переїзду, як у його реалістичності: що вистачить сил зібрати документи, пройти відбір, опанувати мову, прижитися в новому середовищі. Чим сильніша ця віра, тим впевненіше людина перетворює загальне бажання на конкретний план.

Роль самоефективності виразніше проявляється на переході від наміру до дії. За даними, отриманими у 2015 році на вибірці понад тисячі потенційних мігрантів з Іспанії до Німеччини (А. Норре & К. Fujishiro, 2015), вона пов'язана насамперед із підготовчою та діяльнісною фазами – пошуком інформації й практичним облаштуванням переїзду. Для людей із нижчою самоефективністю вирішальнішими стають очікувані вигоди. Це відповідає розумінню готовності як ланки, що опосередковує перетворення загального наміру на конкретні кроки.

Про сприйнятий поведінковий контроль – упевненість людини, що вона впорається з переїздом, йшлося також у дослідженні. (А. К. Assfaw & А. Minaue, 2022). Там, де студент почувається спроможним, намір міцніє й набуває реальніших обрисів.

У колективній монографії словацьких дослідників, у межах якої виконано це дослідження, самоефективність постає не ізольованим чинником, а частиною ширшого набору чинників, що підтримують міграційні плани. Поряд із потребою у змінах, відчуттям здійсненності переїзду та доступністю ресурсів; їм протистоять обставини, що ці плани стримують, – задоволеність життям, домом і родиною (за ред. О. Orosová, М. Kulanová). Ще показовіший інший результат: вплив культурних орієнтацій на намір виявився не прямим, а опосередкованим – він проходив саме через відчуття власної спроможності. Самоефективність тут діє як канал, крізь який на рішення впливають інші чинники, а не як окрема, самодостатня сила.

Проте напрям цього зв'язку неоднозначний. Висока самоефективність – це загальна здатність діяти, а не наперед задана відданість виїзду. Теоретично цей ресурс можна вкласти й в облаштування життя вдома. А міграційна готовність українських студентів пов'язана не так із заробітком, як із пошуком умов для самореалізації, яких вони не знаходять вдома. Тоді питання самоефективності повертається іншим боком: чи вірить студент, що зможе реалізувати себе, залишившись в Україні, чи лише змінивши країну. На нашу думку, вирішальне значення може мати не стільки загальний рівень

самоефективності, скільки те, з яким баченням власного майбутнього вона поєднується. Впевнена в собі людина, яка бачить перспективу вдома, спрямує ресурс на життя тут. Та сама впевненість без такої перспективи стає підставою для виїзду. Прямого підтвердження цьому в опрацьованих джерелах ми не знайшли, тож трактуємо це як робоче припущення, що потребує емпіричної перевірки.

Для студентської молоді в умовах війни ця двозначність набуває особливої гостроти. Найбільш ресурсна частина покоління – ті, хто почувається спроможним діяти, – опиняється в точці напруженого вибору. Висока самоефективність підвищує шанси успішно реалізувати намір виїхати: такі студенти активніше шукають освітні програми, гранти й канали переїзду і менше відкладають рішення через тривогу. Але та сама впевненість, поєднана з відчуттям відповідальності за близьких і власну спільноту, може ставати підставою залишитися й вкладати сили у відновлення країни.

Самоефективність – не єдина внутрішня диспозиція, що скеровує міграційний намір. Дж. Деннісон, обґрунтовуючи соціально-психологічну модель міграції, показав, що прагнення до переїзду помітно посилюють певні особистісні цінності – насамперед самоствердження й відкритість до змін – а також толерантність до ризику: люди, схильні цінувати новизну й не уникати ризику, частіше мають міграційні прагнення (J. Dennison, 2024). Інші автори серед мотивів залишитися називають саме уникання ризику, довіру до суспільства походження та прихильність до родини й друзів (G.-L. Șerban-Oprescu та ін., 2021). Ставлення до ризику постає ще однією диспозицією, що обертається до виїзду одним боком (готовність ризикнути) і до осілості іншим (обережність і прагнення стабільності).

Ще один чинник – суб'єктивне благополуччя. У пілотному дослідженні студентської міграції вчені виявили, що студенти з вищим рівнем суб'єктивного благополуччя рідше схильні до виїзду, причому благополуччя прогнозує таку тиху міграцію точніше, ніж рівень доходу (G.-L. Șerban-Oprescu та ін., 2021). Задоволеність власним життям удома працює як стримувальний

чинник, тоді як її дефіцит вивільняє намір – навіть тоді, коли самі по собі матеріальні умови не є критичними.

Розглянуті досі внутрішні чинники мають і психологічний бік, і цілком відчутний зовнішній відповідник – освіту. Диплом, знання мов, академічний досвід – усе це той ресурс, який обертає невиразне бажання поїхати на здійснений план. Освіченіші люди частіше доводять задумане до кінця: вони краще орієнтуються в можливостях і бар'єрах, тож їхні наміри рідше лишаються самими лише мріями (I. Gödri & G. A. Feleky, 2017). Освіта тут діє подібно до самоефективності – додає тієї ж упевненості, тільки спертої не на самовідчуття, а на реальний багаж.

Та сама освіта, проте, відкриває й двері назовні. Навчання за кордоном – це легальний і соціально схвалюваний спосіб виїхати, який згодом нерідко перетворюється на осідання. К. Новосад і В. Щур звертають увагу на показову закономірність: коротка поїздка має властивість затягувати – хто виїхав одного разу, найімовірніше поїде знову, а сезонний чи тимчасовий мігрант поступово стає довгостроковим і вже майже не повертається (К. Новосад & В. Щур). Освітня поїздка вписується в цю логіку як умовний «м'який вхід» у довгострокову міграцію: формально тимчасова, вона створює передумови для подальшого, уже тривалішого переїзду.

У воєнні роки ці двері відчинилися ширше. Т. Щередіна та К. Глубоченко описують освітню міграцію через знайому пару чинників – тих, що відштовхують, і тих, що притягують. До перших належать безпекові ризики, руйнування навчальної інфраструктури, перебої з електрикою, через які дистанційне навчання вдома стає важко можливим; до других – статус тимчасового захисту, європейський диплом без потреби нострифікації, гранти й сама можливість жити в безпеці (Т. Щередіна & К. Глубоченко, 2026). Не заглиблюючись тут у масштаби цих потоків – це предмет підрозділу 1.3, – зауважимо лише, що для багатьох студентів навчання за кордоном стало способом перечекати небезпеку, а не свідомою освітньою стратегією.

Було б, однак, спрощенням бачити в освіті лише місток на виїзд. Та сама обставина здатна й утримувати. Т. Щередіна та К. Глубоченко описують поширену ситуацію, коли студенти намагаються поєднати очне навчання за кордоном із дистанційним в українському виші – щоб не втратити свій диплом і зв'язок із вітчизняною освітою (Т. Щередіна & К. Глубоченко, 2026). Навчання вдома залишається прив'язкою, що тримає людину в українському просторі навіть на відстані.

Але прив'язка ця тримає лише доти, доки студент бачить у ній сенс. Коли ж він не вірить, що зможе застосувати здобуті знання вдома, освіта починає штовхати в протилежний бік. Б. Гвоздецька та колеги фіксують у сучасного студентства кризу професійної ідентичності: молоді люди не бачать, де докласти фах на місці, і цей розрив між освітою та реальними перспективами посилює міграційні настрої (Б. Гвоздецька та ін., 2025а). Освітній чинник тут поводить ся так само двоїсто, як і соціальна підтримка: він водночас і прив'язує, і відкриває двері, а що переважить – залежить від того, чи бачить студент перспективу реалізувати свій диплом удома.

Розглянуті чинники не діють поодиночі – і саме в їхньому поєднанні криється відповідь на питання, чому за схожих умов люди роблять різний вибір. С. Голбанос слушно зауважує, що тип міграційної поведінки визначає не окремий чинник, а їх поєднання (С. Голбанос, 2025). Економіка й освіта в цьому поєднанні задають тло – окреслюють поле можливостей і загроз, – тоді як психологічні складники, передусім сприйнята підтримка й самоефективність, визначають, у який бік людина зрештою поверне.

Ще одна спільна риса розглянутих чинників – їхня двоїстість: і соціальна підтримка, і самоефективність, і освіта можуть діяти по-різному залежно від того, як вони вплетені в життя студента і яким він бачить своє майбутнє. Ці чинники не стільки задають напрям міграційного наміру, скільки підсилюють той, що вже намітився.

Розглянуті чинники – економічні, соціально-психологічні, освітні – формують міграційні наміри молоді в будь-яких умовах. Проте

повномасштабна війна додала до них окрему, вагому групу обставин, що діють за іншою логікою – безпекових, емоційних і пов’язаних із відчуттям належності до країни.

1.3. Міграційні наміри в умовах воєнного стану

Якщо в попередньому підрозділі йшлося про чинники, що діють незалежно від обставин, то тут у центрі уваги – те, що привнесла війна. Донедавна міграційні наміри української молоді пояснювали передусім економікою. Картина, що склалася в дослідженнях до повномасштабного вторгнення, була доволі однорідною: молода людина прагне виїхати, бо вдома не бачить гідного заробітку, перспектив працевлаштування за фахом і впевненості в завтрашньому дні. А. Фесенко, аналізуючи зовнішньоміграційні настрої української освіченої молоді, описував їх насамперед як похідну кризового стану молодіжного ринку праці – неактуальності здобутого фаху, браку робочих місць, низької конкурентоспроможності випускників, неофіційної зайнятості й ризику застійного безробіття (А. Фесенко, 2018). Подібно Е. Лібанова оцінювала масштаби зовнішньої трудової міграції українців – від 1,5 до 5 млн осіб, що одночасно працюють за кордоном, – пояснюючи її передусім розривом в оплаті праці та умовах життя між Україною та країнами призначення (Е. Лібанова, 2018).

Уже в цих довоєнних працях військовий чинник починає проступати – але саме як доданий, а не визначальний. А. Фесенко зауважує, що в останні перед публікацією роки до звичних економічних мотивів долучилися труднощі й загрози, які сформувалися в контексті збройного конфлікту на сході (А. Фесенко, 2018). Ще до 2022 року намір виїхати поставав скоріше як реакція на сукупність обставин, де війна була однією зі складових поряд із заробітком і невлаштованістю, а не тлом, що визначає все інше. Саме від цього довоєнного тла повномасштабне вторгнення й змістило міграційні настрої молоді.

З початком повномасштабної війни ця рівновага чинників різко змінилася. Те, що раніше було переважно добровільним економічним вибором,

для мільйонів людей перетворилося на вимушене переміщення під прямою загрозою життю. Як зазначалося в підрозділі 1.1, межа між добровільною й вимушеною міграцією не є чіткою лінією, а скоріше широкою смугою переходів; проте війна змістила центр ваги саме в бік вимушеності, коли рішення про від'їзд постає не з прагнення кращого, а з потреби врятуватися. Саме тому міграційні наміри воєнного часу не можна аналізувати тими самими мірками, що й довоєнні: змінилися не так масштаби, як сама природа причин, які підштовхують людину до думки про виїзд.

Перш ніж розглядати ці чинники, варто уточнити, про кого саме йдеться. У підрозділі 1.1 вимушену міграцію вже схарактеризовано як загальне поняття; тут достатньо розрізнити її основні правові статуси, бо за ними стоять різні життєві й психологічні позиції. Я. Теслюк, спираючись на норми міжнародного права, розрізняє біженця (особу, яка перетнула міжнародно визнаний кордон і шукає захисту іншої держави), внутрішньо переміщену особу (яка переселилася в межах країни, кордону не перетинаючи) та шукача притулку (того, хто заявив намір отримати статус, але ще його не має) (Я. Теслюк, 2024). Для нашого дослідження це розрізнення суттєве: студент-біженець за кордоном і студент – внутрішньо переміщена особа в межах України перебувають у різних обставинах, і їхні міграційні наміри логічно очікувати неоднаковими.

Нарешті, варто від початку розрізнити два напрями міграційного наміру, які в умовах війни виявляються однаково важливими. Перший – намір виїхати, тобто готовність залишити країну або, для тих, хто вже виїхав, не повертатися найближчим часом. Другий – намір повернутися, що для воєнних мігрантів є не простим запереченням першого, а самостійним рішенням зі своєю логікою та своїми причинами. Вважаємо, що повноцінний аналіз міграційних настроїв студентства під час війни потребує врахування обох напрямів: вони описують одне явище з різних боків і разом дають об'ємнішу картину, ніж кожен окремо. Далі ми розглянемо спершу чинники, що формують намір виїхати, а потім – окремо – ті, що визначають намір повернутися.

Зв'язок між збройним конфліктом і міграцією не є новим для науки. А. Стеблянко та І. Хозлу, простежуючи воєнні конфлікти як чинник міграційних хвиль у сучасному світі, показують, що війна щоразу запускає масове вимушене переселення, яке належить до найгостріших проблем сучасності й тягне за собою серйозні геополітичні, економічні, соціальні та політичні наслідки (А. Стеблянко та І. Хозлу, 2023). Міграція воєнного часу відрізняється від трудової не так масштабом, як самою природою: якщо економічний мігрант зважає, де він житиме краще, то людина, яка тікає від обстрілів, передусім питає, де їй житиме безпечніше. Загроза життю діє як причина іншого порядку – вона не додається до економічних міркувань, а відсуває їх на другий план.

Війна спричиняє переміщення одразу у двох напрямках. А. Стеблянко та І. Хозлу зауважують, що збройна агресія водночас збільшує і зовнішню міграцію, і кількість внутрішньо переміщених осіб (А. Стеблянко та І. Хозлу, 2023): одні виїждять за кордон, інші переселяються в безпечніші області всередині країни – і обидва рішення народжуються з тієї самої загрози. Для нашого дослідження це означає, що студентство воєнного часу неоднорідне: частина опинилася за кордоном, частина – у статусі переселенців удома, і ці групи варто розглядати окремо, не зводячи їх до спільного потенційного мігранта.

Саме ця зміна логіки – від питання «де краще» до питання «де безпечніше» – і є тим, що вирізняє міграційні наміри воєнного часу й вимагає окремого аналізу. Економічні мотиви, які десятиліттями стояли в центрі досліджень української міграції, нікуди не зникли, але війна надбудувала над ними новий, вагоміший набір чинників – безпекових, емоційних та пов'язаних із самим відчуттям приналежності до країни. Саме до них ми переходимо далі, розглядаючи спершу те, що штовхає студента до виїзду.

Що саме підштовхує до виїзду під час війни? На перший план виходить безпека, за нею – житло й дохід (В. Вахітов та ін., 2025а). Загострення загрози найсильніше підвищує ймовірність того, що людина залишить свій населений пункт. Житло виявляється другим за силою чинником, що випереджає навіть рівень доходу: його втрата різко підштовхує до переїзду, і це тлумачать як

ознаку того, що саме житло прив'язує людину до місця. Повна втрата доходу діє подібно до втрати житла, причому в обох випадках люди частіше переміщуються в межах України, ніж за кордон; натомість суто закордонний виїзд частіше пов'язаний із політичною кризою та припиненням міжнародної допомоги. Варто одразу зауважити, що ці дані стосуються жінок, тож переносити їх на студентство загалом слід лише умовно – проте сама ієрархія чинників, де безпека й житло випереджають економічні міркування, добре лягає в цю зміну логіки воєнної міграції.

Не менш важливо, що рішення виїхати має зворотний бік – рішення залишитися, яке довго випадало з поля зору дослідників. У міграційних студіях це відоме як упередження мобільності (*mobility bias*): надмірна зосередженість на чинниках і наслідках самого переміщення, за якої поза увагою лишається досвід тих, хто залишається в умовах конфлікту (Schewel, 2020; Biehler, 2023, цит. за В. Вахітов та ін., 2025a). А це суттєво: попри міцну прихильність до країни, 20% жінок хотіли б виїхати, але не мають для цього можливостей. Інакше кажучи, намір і його втілення – різні речі: помітна частина тих, хто залишається, робить це не з власного вибору, а через брак ресурсів для від'їзду.

Особливий міграційний досвід мають студенти – внутрішньо переміщені особи: вони вже пройшли переселення. О. Богучарова, досліджуючи акультурацію студентів-переселенців зі сходу України, показала, що така молодь проходить адаптацію всередині країни, причому стратегії акультурації різняться залежно від середовища, у яке вона потрапляє (О. Богучарова, 2021).

Як саме цей досвід позначається на намірі виїхати за кордон – питання відкрите, і наявні дані тут не збігаються. З одного боку, можна припустити, що той, хто вже пройшов одне вимушене переміщення, легше наважується на наступне; з іншого – що, заново вкорінившись у новому середовищі вдома, він зрештою залишиться. На користь неоднозначності свідчать і самі дані: серед жінок-переселенок частка тих, хто хотів би виїхати, але не може, навіть вища за середню (27% проти 20%), а поширене уявлення, ніби ВПО більше схильні залишатися, не підтвердилося (В. Вахітов та ін., 2025a). Обидва припущення ми

свідомо лишаємо відкритими: який із напрямів переважає серед студентства, має показати емпіричне дослідження, до результатів якого ми повернемося в розділі 3.

Зовнішні обставини, що підштовхують до виїзду, людина переживає не відсторонено: вони лягають на певний емоційний стан, і цей стан сам стає чинником міграційного рішення. Психологічний дистрес, пов'язаний із війною, – це те ситуативне тло, на якому студент узагалі починає думати про від'їзд. Огляди соціально-психологічного стану населення України показують, що війна супроводжується хронічною напругою, тривогою й відчуттям невизначеності майбутнього: суспільство демонструє водночас високу активність і помітно знижену емоційну стійкість та відчуття контролю над власним життям (С. Чуніхіна, 2024). Сама фахова спільнота, обговорюючи стан досліджень, наголосила на потребі глибше вивчати чинники, які впливають на міграційні наміри, – тобто зв'язок дистресу й готовності виїхати усвідомлюється як відкрите питання.

На рівні студентської молоді цей стан описано вже доволі детально. Дослідження воєнного періоду фіксують у студентів підвищену тривожність, емоційне виснаження, порушення сну й зниження навчальної мотивації (Н. Савелюк, 2022; Т. Пономаренко & Ю. Сидоренко, 2025). Огляд досліджень психічного здоров'я студентів у зонах воєнних дій показує стійко підвищені рівні депресії, тривоги та ПТСР, що погіршують якість життя й соціальне функціонування молоді. (Psychosomatic Medicine and General Practice, 2025). Окремо вирізняється становище студентів, змушених покинути домівку: дослідження показують, що в переселенців тривожність і стресове напруження виражені особливо сильно (Н. Шиліна, 2023). До схожих висновків щодо виснаження веде й О. Яковенко, аналізуючи емоційне вигорання студентів в умовах повномасштабної війни (О. Яковенко, 2023). За цими різними зрізами стоїть спільне: тривала загроза виснажує психологічний ресурс молоді людини ще до того, як вона свідомо порушує питання про міграцію.

Глибший вимір цього стану розкривав Т. Титаренко ще до повномасштабного вторгнення, описуючи наслідки воєнної травматизації для життєвого світу особистості. Тривале травмування здатне підірвати відчуття цілісності, довіру до світу й здатність вибудовувати життєві перспективи (Т. Титаренко, 2017). Цікаво, що дослідниця не зводить наслідки травми лише до руйнування: поряд із негативними проявами вона виокремлює й посттравматичне зростання, активізацію життєтворення. Це важливо для розуміння міграційних намірів: той самий воєнний досвід може як знесилювати, штовхаючи до втечі від нестерпних обставин, так і мобілізувати, спонукаючи шукати новий життєвий проєкт, – і міграція в обох випадках може поставати як один із можливих виходів.

Як саме дистрес змикається з наміром виїхати? Психологічний дистрес виступає медіатором між виштовхувальними чинниками – фінансовими труднощами, економічною нестабільністю, проблемами добробуту родини – і наміром мігрувати, причому для низки з них ця медіація виявилася повною (Y. M. Sabti & S. Sri Ramalu, 2024). Інакше кажучи, зовнішні обставини часто перетворюються на намір виїхати не прямо, а саме через емоційний стан, який вони породжують. Цей механізм проступає й в інших спостереженнях: деякі дослідження описують переїзд як прагматичну відповідь на безвихідь, коли наявна ситуація сприймається як глухий кут (A. K. Assfaw & A. Minaye, 2022), а українські дані додають специфічний фрустраційний відтінок – Н. Шмарова встановила, що фрустрація, зумовлена блокуванням значущих потреб, є одним із найтипівіших станів людей із міграційними намірами (Н. Шмарова, 2019).

Втім, та сама напруга, що штовхає до виїзду, може спрямовуватися й інакше – у дієву залученість. Українські науковці показують, що частина студентів долає воєнний стрес через волонтерство, перетворюючи переживання загрози на участь у спільній справі (О. Кікінежді та ін., 2023). Самі автори пов'язують волонтерство передусім із подоланням стресу, а не з міграційним рішенням; проте можна припустити, що така залученість зміцнює відчуття приналежності й сенсу, а отже, скоріше втримує людину, ніж виштовхує її.

Загалом зв'язок дистресу з наміром навряд чи прямолінійний. Логічно припустити, що помірне напруження справді штовхає до дії – пошуку безпечнішого середовища, тоді як надмірна інтенсивність переживань навпаки знесилює: людина усвідомлює загрозу, але не бачить реалістичного шляху виходу й застигає в невизначеності. Прямого підтвердження цієї тези в опрацьованих джерелах ми не знайшли, тож подаємо її як застереження, що потребує перевірки. Дистрес у воєнний час доцільно розуміти не як просту рушійну силу міграції, а як тло, дія якого залежить від інших чинників. У поєднанні з браком підтримки й опори він може підштовхувати до виїзду, а разом зі збереженим відчуттям сенсу й належності – навпаки, спонукати шукати способи витримати, не змінюючи країни.

Те відчуття належності, про яке щойно йшлося, виводить нас на ще один рівень міграційного рішення – той, де людина співвідносить себе не з окремими обставинами власного життя, а з великою спільнотою, до якої почувається причетною. Саме тут на перший план виходить національна та етнічна ідентичність. На відміну від попередніх чинників, її здебільшого описують не як те, що штовхає до виїзду, а навпаки – як те, що втримує, прив'язує людину до власної країни (Гвоздецька та ін., 2025б). Тож логічно розглянути, яким чином почуття належності до нації втручається у формування намірів залишитися чи поїхати.

Вчені наводять таке визначення ідентичності - це «багатозначний життєвий і загальнонауковий термін, який характеризується такими властивостями як постійність, тотожність, спадкоємність індивіда та розвитком його самосвідомості під впливом різноманітних чинників». (В. Купчишина, 2025).

Під національною ідентичністю розуміють усвідомлення людиною своєї належності до конкретної національної спільноти, що має власну назву, історичну територію, спільну історичну пам'ять, культуру, мову та однакові для всіх права й обов'язки (Османова & Співак, 2023). У соціально-психологічній традиції етнічну ідентичність трактують як складову соціальної

ідентичності особистості – результат когнітивно-емоційного процесу, у ході якого людина усвідомлює себе представником певного етносу, певною мірою ототожнює себе з ним і водночас відмежовує від інших етнічних груп. Іншими словами, ідентичність – це і знання про те, до кого людина належить, і переживання цієї належності, її особистісна вагомість.

Тут варто розрізняти три поняття, які в побутовому й навіть науковому вжитку часто зливаються в одне. Громадянська ідентичність описує належність до політичної спільноти, до держави як інституції – це позиція «я громадянин України». Етнічна спирається на походження, культуру, мову й історичну спадщину – це скоріше «я українець» за корінням. Національна ж виступає узагальнювальним поняттям, що поєднує обидва виміри.

Розрізнення в даному контексті не суто термінологічне. Емпіричні дані свідчать, що ставлення людини до цих складників може бути неоднаковим. Г. Пирог і К. Хохлова (2023) показали, що вислів «Я – українець» і вислів «Я – громадянин України» викликають у досліджуваних різні емоційні відгуки, тобто етнічне та громадянське в межах однієї особистості живуть дещо окремим життям.

У структурі ідентичності традиційно вирізняють три компоненти. Когнітивний охоплює знання та уявлення про свою спільноту – її історію, культуру, символи. Афективний – це почуття: гордість, солідарність, емоційна прив’язаність, відчуття належності. Конативний, або поведінковий, виявляється у готовності діяти на користь спільноти (Пирог & Хохлова, 2023). Дослідники етнічної ідентичності, описуючи цю саму структуру через тріаду «знання – ставлення – поведінка», на практиці зосереджуються передусім на когнітивному та афективному складниках як на тих, що найповніше характеризують ідентичність. Для нашої теми ця будова важлива тим, що вказує різні канали, якими ідентичність здатна впливати на життєвий вибір: через те, що людина знає про свою спільноту, через те, що вона до неї відчуває, і через те, що вона готова заради неї робити. До схожих висновків щодо

трикомпонентної природи національної ідентичності студентства доходять і І. Горячок зі співавторами (2023).

Усупереч припущенню, що екзистенційна загроза мала б розхитувати ідентичність, дослідження фіксують протилежне: повномасштабна війна стала сильним каталізатором національної самосвідомості українців. Ю. Поліщук (2024) на великому соціологічному матеріалі доводить, що війна перевела маркери ідентичності із символічної площини у практичну – належність до нації почала виявлятися не у словах, а у волонтерстві, спротиві, громадянській активності, – і дала поштовх до різкого зростання загальнонаціональної ідентичності. Д. Піонтковська (2022) додає до цього психологічне пояснення: за умов війни формування національної ідентичності відбувається інтенсивніше та пришвидшено порівняно з мирним часом, а каталізатором виступає наявність спільного ворога, який загострює потребу відмежуватися й чіткіше відчувати своїх. А. Сардак (2024) розглядає національну ідентичність як елемент інформаційно-психологічної безпеки суспільства, що набуває особливої ваги саме під час протистояння.

Емпіричним підтвердженням цих тенденцій стало порівняльне дослідження А. Османової та Л. Співак (2022): у воєнний період позитивність національної ідентичності студентської молоді суттєво зросла – високий її рівень зафіксовано у 98,8 % опитаних проти 78,4 % у довоєнний час.

Цю саму тенденцію докладно простежила Л. Чикур (2023), порівнявши два зрізи студентів гуманітарних спеціальностей – до повномасштабного вторгнення та під час війни. За методикою вільних самоописів «Хто Я?» частка студентів, які спонтанно зараховували себе до української нації, зросла з 33,6 % до 84,3 %, а сама ця ознака перемістилася на перші позиції в переліку самовизначень; за модифікованою шкалою етнічної ідентичності Дж. Фінні значуще зросли і когнітивний, і афективний її компоненти, причому зростання йшло насамперед за рахунок афективного – почуття прив'язаності та гордості за свій народ (Чикур, 2023).

Якщо війна так помітно зміцнює ідентичність, постає закономірне запитання: як це позначається на готовності молоді залишатися чи виїжджати.

Більшість досліджень схилиються до думки, що міцна ідентичність скоріше стримує міграційні наміри. Найпряміше це показала Б. Гвоздецька зі співавторами (2025б): у студентів прикордонних регіонів висока громадянська ідентичність, передусім гордість за українське громадянство, статистично значуще знижувала наміри виїхати за кордон. Подібний напрям зв'язку фіксували й поза українським контекстом. А. Ассфав і А. Мінає (2022), оглядаючи попередні розвідки, наводять дані сінгапурського дослідження Chan-Hoong і Soon (2011) та інших авторів, за якими національна гордість та ідентичність негативно корелюють із наміром мігрувати. Що сильніше людина ідентифікує себе зі своєю нацією, то слабший її потяг до виїзду (цит. за Assfaw & Minaue, 2022). За цією логікою ідентичність працює як своєрідний якір, що утримує людину в полі тяжіння власної країни.

І навпаки: там, де ідентичність розмита й невизначена, цей якірний ефект слабшає. О. Блинова та колеги, досліджуючи міграційну готовність українських студентів, припускають, що саме нечіткість, «розмитість» соціальної ідентичності, нездатність визначитися з життєвими планами, цінностями й орієнтирами пов'язана з більшою готовністю шукати самореалізації за кордоном (О. Блинова та ін., 2019). Хоча ці дані довоєнні, вони доповнюють картину з протилежного боку: якщо виразна ідентичність прив'язує людину до країни, то невизначена – навпаки, послаблює цей зв'язок.

В контексті війни особливої ваги набуває те, що національна ідентичність конструюється через досвід колективних травм. Спираючись на підхід В. Кириченка, можна зазначити, що такі події, як Голодомор та сучасна збройна агресія РФ, посилюють афективний компонент ідентичності – гордість і відчуття спільної долі – й тим самим амбівалентно впливають на міграційні наміри студентів. Для частини молоді посилене відчуття належності виступає «якорем», який утримує в країні. Для інших, що переживають травму інакше,

міграція стає способом дистанціюватися від травматичного досвіду й шукати безпечнішого життєвого простору (В. Кириченко, 2024).

Чому ідентичність здатна стримувати виїзд, найкраще пояснює механізм, пов'язаний із психологічною стійкістю. Узагальнюючи наявні дослідження, С. Бойко (2025), описує національну ідентичність як «психологічний щит» і ресурс стійкості молоді в кризі: вона дає базове відчуття безпеки, належності та сенсу, виконує роль «соціального клею», що згуртовує навколо спільних цінностей. Молодь із вираженою національною ідентичністю, за цими узагальненнями, демонструє нижчу тривожність та вищу емоційну стабільність перед зовнішніми загрозами. Саме тут пролягає місток між ідентичністю та міграційними намірами: можна припустити, що ідентичність діє на наміри не безпосередньо, а опосередковано – зміцнюючи стійкість і знижуючи рівень дистресу, вона послаблює той емоційний поштовх, що нерідко й спонукає до бажання поїхати. Належність до спільноти перетворює особистий досвід війни на частину спільного зусилля, і це позбавляє втечу статусу єдиного виходу.

Втім, трактувати ідентичність як безумовний якір було б спрощенням. Зв'язок між нею та міграційними намірами не лінійний і значною мірою залежить від контексту. Про це свідчить і те саме дослідження А. Ассфава й А. Мінає (2022): у їхній вибірці ефіопських старшокласників національна гордість виявилася не стримувальним, а навпаки – другим за силою чинником, що позитивно прогнозував намір виїхати. Автори пояснюють це особливостями місцевого контексту, де виїзд сприймається як спосіб допомогти родині й країні, а економічна безвихідь переважає почуття прив'язаності. До того ж прив'язаність до місця в цьому ж дослідженні взагалі не втримувала молодь: за відсутності роботи й перспектив вона переставала бути значущою.

Ще промовистіший – бо отриманий саме на українському воєнному матеріалі – результат Л. Чикур (2023): попри різке зростання етнічної ідентичності, патріотизму та громадянської активності, схильність студентів до еміграції за той самий період не зменшилася. Показник лояльності до України (несхильності емігрувати) залишився найнижчим серед складників

громадянської ідентичності й значуще не змінився ($p = .294$), а на рівні окремих пунктів частка тих, хто за можливості переїхав би до іншої країни, навіть зростає. Сама авторка пов'язує це з песимістичними уявленнями молоді про післявоєнне майбутнє та можливості самореалізації вдома. Цей випадок вагомий тим, що демонструє співіснування сильної національної ідентичності з незгасаючим міграційним наміром не в чужому, а в українському воєнному контексті, – і тим самим застерігає від спрощеного трактування ідентичності як безумовного чинника утримування.

Це перегукується зі спостереженням Б. Гвоздецької зі співавторами (2025б), за яким попри зростання громадянської ідентичності головними причинами відтоку залишаються низькі зарплати та брак перспектив. Отже, ідентичність і прагнення поїхати можуть співіснувати: за певних умов почуття належності до нації не нейтралізує, а навіть підсилює міграційний намір. Варто наголосити, що ефіопський контекст істотно відрізняється від українського воєнного – там ідеться про економічну, а не безпекову міграцію, – тож напрям цього зв'язку не можна автоматично переносити на українську ситуацію; він скоріше застерігає від спрощень, ніж дає готову відповідь.

Ідентичність неоднорідна й усередині себе. Уже згадане дослідження Г. Пирог і К. Хохлової (2023) виявило, що афективне ставлення до етнічної складової буває теплішим, ніж до громадянської, а частина досліджуваних ще до повномасштабного вторгнення припускала для себе можливість змінити громадянство. Хоча ці дані довоєнні й описують ситуацію до різкого піднесення національних почуттів, вони показують важливе: ідентичність не є монолітом, і її зв'язок з осілістю не зводиться до якогось одного показника. Людина може мати сильне етнічне самовідчуття й водночас прохолодніше ставитися до формального громадянства – і ці різні грані по-різному відгукуються в життєвих рішеннях.

Узагальнюючи, можна констатувати, що в наявних дослідженнях національна та етнічна ідентичність постає переважно як захисний чинник, який – діючи опосередковано, через психологічну стійкість і відчуття

належності, – скоріше стримує міграційні наміри студентської молоді. Однак цей зв'язок не є безумовним: він опосередкований контекстом, і за несприятливих економічних чи безпекових обставин навіть виражена ідентичність не гарантує осілості. Така суперечливість результатів і свідчить про те, що ідентичність варто розглядати не як прямий регулятор міграційного наміру, а як його опосередкований чинник, дія якого розкривається лише у зв'язку з іншими змінними.

Навіть ті дослідження, які вже вимірюють етнічну ідентичність студентів воєнного часу (Чикур, 2023), розглядають її динаміку та міграційні настрої паралельно, не перевіряючи прямого статистичного зв'язку між ними; переважна ж більшість праць узагалі оперує громадянською, а не власне етнічною ідентичністю. Тому роль етнічної ідентичності саме як чинника міграційних намірів української студентської молоді залишається майже не дослідженою емпірично.

Ця прогалина й обґрунтовує доцільність емпіричного звернення до етнічної ідентичності як однієї з причин, що потенційно впливають на міграційні наміри.

Намір повернутися – другий напрям міграційного рішення, і він має власну логіку, а не є простим запереченням наміру виїхати. К. Кріжік, вивчаючи, чому одні воєнні мігранти повертаються, а інші – ні, наголошує, що повернення – це не зворотний рух у вихідну точку, а соціально зумовлений процес, що розгортається на перетині індивідуальних прагнень, інституційних обставин і сімейних зв'язків та вбудований у ширшу послідовність життєвих подій (К. Кріжік, 2026). Інакше кажучи, на рішення повернутися впливає не один чинник, а поєднання – від відчуття безпеки вдома до наявності роботи, житла й близьких по обидва боки кордону.

Зарубіжний досвід повоєнних повернень показує, наскільки крихким буває цей процес. Аналіз повернення воєнних мігрантів у Боснії та Герцеговині, Косові й колишній Югославії свідчить, що головною перешкодою стає брак роботи та зруйноване середовище: у Косові відсутність зайнятості називали

основною причиною неповернення близько 90% опитаних (Дубровський та ін., 2024). Важливо й те, що час працює проти повернення – чим довше людина перебуває за кордоном, тим глибше вона інтегрується й тим менша ймовірність, що повернеться. Для українського випадку, де війна триває роками, ця закономірність має пряме значення.

Що ж спонукає повертатися? Серед чинників, які тягнуть додому, дослідники називають передусім поліпшення безпеки, а далі – тугу за домом і родиною, бажання, щоб діти навчалися в Україні, наявність власного житла та прагнення долучитися до відбудови країни; натомість за кордоном утримують успішна інтеграція й вищий рівень життя (Дубровський та ін., 2024). На українському матеріалі К. Новосад і В. Щур, узагальнюючи наявні оцінки, доходять висновку, що повернутися після завершення війни планує від 10% до 30% молоді залежно від віку, хоча конкретні оцінки різняться (К. Новосад & В. Щур, 2024).

Окреме місце серед чинників повернення посідає ідентичність – і тут вона повертається тим боком, якого не було видно в розмові про виїзд. В. Вахітов зі співавторами в експериментальному дослідженні українських біженців перевіряли, як актуалізація національної ідентичності та гордості впливає на намір повернутися. Виявилося, що коли в опитуваних актуалізували національну ідентичність, бажання повернутися трохи зростало; коли ж актуалізували національну гордість – навпаки, спадало, особливо в тих, у кого рівень гордості був нижчим (В. Вахітов та ін., 2025б). Можна припустити, що заходи, які зміцнюють ідентичність, можуть сприяти поверненню, тоді як апеляція до гордості потребує обережності. Це добре доповнює сказане про ідентичність як чинник виїзду. Ідентичність впливає і на намір виїхати, і на намір повернутися, але по-різному: одна її грань – почуття належності до нації – тягне додому, а інша – гордість – за певних умов, навпаки, від цього стримує.

Залишається врахувати ще одне, перш ніж переходити до власного дослідження: намір виїхати чи повернутися – це ще не сама дія. На українському матеріалі висловлене бажання виїхати далеко не завжди стає

рішенням (підрозділ 1.2). Зарубіжні лонгітюдні дослідження дають цьому ширше підтвердження. Вчені, простеживши за намірами й реальними переміщеннями впродовж кількох років, виокремили чотири типи людей: тих, хто не збирався виїжджати й не виїхав; тих, хто мав намір і втілював його; «мрійників», які планували виїзд, але так і не зважилися; і тих, хто виїхав несподівано, без попередніх планів (I. Gödri & G. A. Feleky, 2017). Більшість склали ті, хто залишився, а серед решти найчисленнішими виявилися саме «мрійники».

Схожий типологічний поділ на тих, хто має намір рухатися, і тих, хто лишається, застосували й Д. Санду та Г. де Йонг на матеріалі посткомуністичної Румунії (D. Sandu & G. F. De Jong, 1998). Сам по собі намір при цьому таки пов'язаний із реальним виїздом – він не визначає поведінку на пряму, але помітно підвищує її ймовірність.

У воєнному контексті цей розрив набуває особливої ваги. Дослідження намірів повернення українських біженців показує, що навіть сильний намір не гарантує дії: між готовністю повернутися й самим поверненням стоїть багато обставин – від безпекової ситуації вдома до глибини інтеграції за кордоном (В. Вахітов та ін., 2025б). Це суголосьне загальному висновку психології про розрив між наміром і поведінкою: намір є необхідною, але не достатньою умовою дії (Sheeran & Webb, 2016, цит. за В. Вахітов та ін., 2025б).

Для нашого дослідження з цього випливає важлива засторога. Вимірюючи міграційні наміри студентів, ми вимірюємо саме наміри – психологічний стан, вартий вивчення сам по собі, – а не прогноз того, хто зрештою виїде чи повернеться. Високий рівень намірів свідчить про настрої й готовність, але між ними та реальними переміщеннями лежить та сама смуга переходів. Саме тому в розділі 3 ми трактуємо отримані результати як показник міграційних настроїв студентства, а не як передбачення його майбутньої поведінки.

Підсумовуючи огляд, можна звести разом те, що формує міграційні наміри студентства під час війни. Картина, яка постає з розглянутих

досліджень, помітно складніша за довоєнну, де намір виїхати пояснювали передусім економікою. Війна не скасувала економічних мотивів, але надбудувала над ними вагомий набір чинників – безпекових, емоційних і пов'язаних із відчуттям належності до країни. На перший план вийшла безпека, за нею – втрата житла й доходу; поряд із цими зовнішніми обставинами на рішення впливає психологічний дистрес, через який загроза перетворюється на бажання поїхати, та національна й етнічна ідентичність, що найчастіше, навпаки, втримує людину вдома.

Що в цій картині узгоджене, а що лишається спірним? Згода дослідників доволі певна щодо того, що дистрес підсилює міграційні наміри, а безпека й житло є найвагомими виштовхувальними чинниками воєнного часу. Натомість роль ідентичності окреслена суперечливо. Більшість праць описують її як чинник, що стримує виїзд, діючи через психологічну стійкість і відчуття належності; проте дані з інших контекстів показують, що за певних обставин виражена ідентичність може й співіснувати з наміром виїхати, а то й підсилювати його. До цього додається ще один розрив – між наміром і реальною поведінкою: висловлене бажання виїхати чи повернутися далеко не завжди втілюється в дію.

З цих суперечностей і випливає потреба у власному дослідженні. Перше, що впадає у вічі під час огляду, – брак вітчизняних емпіричних даних саме про наміри виїзду студентської молоді в умовах повномасштабної війни: довоєнну міграційну готовність студентів вивчали, а воєнний зріз лишається майже не висвітленим. Друге – і для нашої роботи головне – переважна більшість досліджень оперує громадянською ідентичністю, тоді як роль власне етнічної складової у формуванні міграційних намірів української студентської молоді залишається майже не вивченою. Саме ці прогалини й окреслюють завдання емпіричної частини: простежити, як чотири чинники – самоефективність і сприйнята соціальна підтримка, розглянуті в підрозділі 1.2, та психологічний дистрес і етнічна ідентичність, на яких ми зосередилися тут, – пов'язані з

міграційними намірами студентів. Саме дистрес та етнічна ідентичність постають при цьому в наявних дослідженнях найсуперечливіше.

Висновки до розділу 1

1. Розмежовано міграційний намір і суміжні рівні – настрої, готовність та поведінку – й уточнено його розуміння як відносно стійкої, відносно усвідомленої спрямованості на переїзд, що формується на тлі оцінки людиною власної ситуації, ресурсів, ризиків та образу майбутнього; намір потрактовано як самостійний об'єкт аналізу, а не лише етап, що передує дії.

2. Систематизовано теоретичні моделі, на які спирається поняття міграційного наміру (внутрішня механіка наміру, розрив між наміром і дією, причини індивідуальних відмінностей за однакових зовнішніх умов), і на їх основі обгрунтовано розуміння міграційного наміру як багаторівневого конструкта, що виникає в точці перетину зовнішніх обставин і внутрішнього самовизначення особистості.

3. Установлено, що розглянуті психологічні чинники впливають на міграційні наміри неоднозначно: вирішальним виявляється не сам рівень ресурсу, а те, як студент оцінює свої перспективи в Україні. Тому такі чинники доцільно враховувати не як прямі предиктори рішення про виїзд, а як умови, дія яких залежить від суб'єктивного контексту.

4. Показано, що повномасштабна війна змінила співвідношення чинників: добровільна міграція значною мірою поступилася вимушеній, а провідним стало питання не «де краще», а «де безпечніше»; на перший план вийшли безпека, далі – втрата житла й доходу, тоді як економічні мотиви не зникли, але відступили. Обгрунтовано потребу розрізняти два напрями наміру – виїхати й повернутися, – оскільки повернення має власну логіку, а не є простим запереченням виїзду.

5. З'ясовано, що психологічний дистрес постає проміжною ланкою, через яку зовнішні обставини перетворюються на намір виїхати, і діє неоднозначно – може як підштовхувати до дії, так і знесилювати; натомість національна та

етнічна ідентичність діє переважно як захисний чинник, опосередковано – через психологічну стійкість і відчуття належності, – однак цей зв'язок залежить від контексту й не є безумовним.

6. Наголошено, що намір є необхідною, але не достатньою умовою дії: заявлене бажання виїхати чи повернутися далеко не завжди втілюється в переміщення; тому результати вимірювання намірів потрактовано як показник міграційних настроїв студентства, а не як прогноз його майбутньої поведінки.

7. Виявлено прогалину, що обґрунтовує перехід до емпіричної частини: бракує вітчизняних даних про зв'язок психологічних чинників із міграційними намірами студентської молоді саме в сучасному воєнному контексті; зокрема, самоефективність, соціальну підтримку, дистрес від війни, етнічну ідентичність вже досліджували як самостійні феномени, проте їх зв'язок саме з міграційними намірами студентів в умовах повномасштабної війни емпірично не перевірявся.

РОЗДІЛ II. МЕТОДОЛОГІЯ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Обґрунтування дизайну дослідження та підбір методичного інструментарію

За своїм типом проведене дослідження є кількісним, кореляційним і одномоментним: дані зібрано один раз, без повторних замірів, у форматі онлайн-опитування. Такий дизайн відповідає меті роботи – виявити чинники формування міграційних намірів студентської молоді – і впливає з її завдань. Нас цікавив не вплив штучно створених умов, а те, як досліджувані чинники природно пов'язані з міграційними намірами студентів, тому ми обрали неекспериментальну стратегію: змінні не задаються й не контролюються дослідником, а вимірюються такими, якими вони є у студентів в умовах війни. Цей вибір зумовлений і самим змістом змінних.

Проте одномоментний кореляційний дизайн має чітку межу, яку ми враховуємо в інтерпретації: він показує, що ознаки пов'язані між собою в певний момент, але не дає підстав говорити про причину й наслідок. Тому надалі чинники міграційних намірів ми трактуємо у статистичному, а не в причинному сенсі. Це відповідає висновку підрозділу 1.1: міграційний намір – самостійний предмет аналізу, а не просто крок перед дією, і значна частина висловлених намірів так і не втілюється в реальний виїзд. Саме тому намір ми вимірюємо як окреме психологічне явище, не ототожнюючи його з міграційною поведінкою.

У дослідженні виокремлено чотири чинники-предиктори – загальну самоефективність, сприйняту соціальну підтримку, психологічний дистрес, пов'язаний із війною, та етнічну ідентичність – і одну залежну змінну, міграційні наміри. Розподіл цих чинників відповідає логіці теоретичного розділу: самоефективність і соціальну підтримку як ресурси, що допомагають здійснити намір, ми розглянули в підрозділі 1.2, а дистрес і етнічну

ідентичність як чинники, що загострюються чи стають помітнішими в умовах війни, – у підрозділі 1.3. Щоб виміряти кожну зі змінних, нами дібрано окрему психодіагностичну методику; нижче подано їхній опис із зазначенням призначення, структури, формату відповідей і внутрішньої узгодженості, обчисленої на нашій вибірці.

Загальну самоефективність ми вимірювали Шкалою загальної самоефективності (General Self-Efficacy Scale, GSE), яку розробили R. Schwarzer та M. Jerusalem (1995), в українській адаптації І. Галецької (2015) (див. Додаток Б). Методика складається з 10 тверджень, що утворюють одну шкалу; відповіді дають за чотирибальною шкалою (від 1 – «ніколи» до 4 – «так, завжди»), а підсумковий бал є сумою балів за всіма пунктами. Зворотних пунктів методика не містить. Внутрішня узгодженість шкали висока ($\alpha = .866$), що підтверджує доцільність її використання для виміру самоефективності, про яку йшлося в підрозділі 1.2.

Для оцінювання сприйнятої соціальної підтримки застосовано Багатомірну шкалу сприйняття соціальної підтримки (Multidimensional Scale of Perceived Social Support, MSPSS) Zimet та ін. (1988) в адаптації Ю. Мельника та А. Стадніка (2023) (див. Додаток В). Шкала охоплює 12 тверджень, що утворюють три субшкали по чотири пункти – підтримка з боку сім'ї, друзів і близьких (значущих) осіб. Відповіді дають за семибальною шкалою (від 0 – «дуже не згоден» до 6 – «дуже згоден»). На відміну від інших методик, підсумковий показник тут рахують як середнє значення, а не суму балів, що ми враховували під час опрацювання даних. Зворотних пунктів шкала не містить. Її внутрішня узгодженість виявилася відмінною ($\alpha = .931$).

Психологічний дистрес, пов'язаний із війною, вимірювали шкалою, яку запропонували І. Галецька, М. Кліманська та Л. Кліманська (2022) (див. Додаток Г). Вона містить 6 пунктів, що утворюють єдину шкалу й оцінюють напругу, страх за власне життя, страх за близьких, страх за власне майбутнє, страх за майбутнє України та втому від війни. Кожен пункт оцінюють за десятибальною шкалою з окремими підписами полюсів, а підсумковий бал є

сумою (можливий діапазон – від 6 до 60). Ця методика дає змогу виміряти ситуативний вплив війни – ту проміжну ланку між зовнішніми обставинами й наміром виїхати, про яку йшлося в підрозділі 1.3. Надійність шкали прийнятна ($\alpha = .782$).

Етнічну ідентичність досліджено за Методикою етнічної ідентичності (Multigroup Ethnic Identity Measure, MEIM) J. Phinney (1992) в адаптації А. Османової та Л. Співак (2023) (див. Додаток Д). Методика складається з 12 тверджень, що охоплюють когнітивний і афективний боки етнічної ідентичності; відповіді дають за чотирма градаціями згоди – від «абсолютно погоджуюся» до «абсолютно не погоджуюся». Шкала показала високу внутрішню узгодженість ($\alpha = .909$). Етнічну ідентичність ми розглянули в підрозділі 1.3 як захисний чинник, що діє через відчуття належності та психологічну стійкість.

Залежну змінну – міграційні наміри студентів – ми вимірювали авторською анкетою, яку розробили для цього дослідження. Власний інструмент знадобився тому, що поки що немає валідизованого україномовного опитувальника саме для виміру міграційних намірів студентської молоді; наявні методики або стосуються міграційної поведінки загалом, або не враховують особливостей студентського досвіду в умовах війни. Анкета вимірює міграційний намір як окреме психологічне явище – так, як ми пояснили в підрозділі 1.1, де намір розглянуто окремо від реальної міграційної поведінки.

Анкета складається з 12 тверджень, що охоплюють чотири змістові блоки – різні сторони міграційних намірів. Перший блок – мотиви – об’єднує твердження про чинники, що спонукають замислюватися над виїздом: як виштовхувальні (вплив воєнної та економічної ситуації, відчуття невизначеності щодо власного майбутнього), так і притягувальні (очікування кращих можливостей для роботи за фахом за кордоном). Другий блок – плани й наміри – містить твердження про конкретніші наміри щодо виїзду: від загального розгляду такої можливості в найближчі роки до активного збору

інформації про навчання чи роботу за кордоном і бажання залишитися там після навчання. Третій блок – соціальний вплив – представлено твердженням про те, наскільки на власні наміри людини впливають рішення її друзів і знайомих; цей бік міграційних намірів змістовно пов’язаний зі сприйнятою соціальною підтримкою, про яку йшлося в підрозділі 1.2. Четвертий блок – наміри щодо повернення – охоплює твердження про прив’язаність до України, віру у власне майбутнє в ній і готовність повернутися.

Твердження четвертого блоку (пункти № 2, 6, 12) сформульовано у зворотному напрямі: висока згода з ними свідчить про прив’язаність до України й, відповідно, про слабші міграційні наміри. Тому перед підрахунком підсумкового бала ці пункти було перекодовано, щоб напрям усіх відповідей став однаковим. Відповіді на всі твердження дають за п’ятибальною шкалою (від 1 – «повністю не погоджуюсь» до 5 – «цілком погоджуюсь»); підсумковий бал є сумою балів за всіма пунктами після перекодування зворотних, причому вищий бал означає сильніші наміри виїхати за кордон.

Після перекодування зворотних пунктів анкета показала високу внутрішню узгодженість ($\alpha = .912$), що дає підстави використовувати її як цілісний інструмент виміру міграційних намірів. Докладніший психометричний аналіз анкети – поведінку окремих пунктів – та концептуальні засади конструювання психодіагностичного інструмента на її основі подано в розділі 3. Повний текст анкети наведено у Додатку А.

Зведені показники внутрішньої узгодженості всіх застосованих шкал подано в таблиці 2.1.

Табл. 2.1

Показники внутрішньої узгодженості психодіагностичних шкал

Шкала	К-ть пунктів	α Кронбаха	ω Макдональда
GSE (самоефективність)	10	.866	.868
MSPSS (соціальна підтримка)	12	.931	.933
Шкала дистресу війни	6	.782	.784

Шкала	К-ть пунктів	α Кронбаха	ω Макдональда
MEIM (етнічна ідентичність)	12	.909	.910
Авторська анкета МН	12	.912	.916

Як видно з таблиці 2.1, усі шкали мають надійність від прийнятної до відмінної: найнижче значення – у шкали дистресу війни ($\alpha = .782$), найвище – у MSPSS ($\alpha = .931$). Це підтверджує, що дібрані методики придатні для подальшого аналізу.

Дослідження проведено з дотриманням етичних засад. Участь у ньому була добровільною, а саме опитування – повністю анонімним: жодних особистих даних (прізвища, електронної адреси, контактів) ми не збирали. Перед заповненням анкети учасникам подавали інформацію про мету, зміст і добровільний характер дослідження; окремий пункт про згоду на участь було зроблено обов’язковим, тож перейти до запитань без підтвердження згоди було неможливо. Частину вибірки склали 17-річні першокурсники, які за українським законодавством є неповнолітніми. З огляду на це ми зважали на зниження можливих ризиків: використані методики були короткими й неклінічними, а їх зміст стосувався повсякденних для студентів обставин воєнного часу, тож дослідження не передбачало втручання й не несло прогнозованих ризиків для добробуту учасників.

Збір даних здійснювали в першому півріччі 2026 року за допомогою онлайн-форми у сервісі Google Forms. Посилання на анкету поширювали різними каналами – через студентські чати й групи, соціальні мережі, розсилку викладачів та особисті контакти. Заповнювали анкету дистанційно, у зручний для учасника час. Спосіб формування й соціально-демографічний склад вибірки докладно описано в підрозділі 2.2.

Опрацювання даних виконано у програмі Jamovi (версія 2.7). Спершу обчислено описові статистики за всіма шкалами (середнє значення, медіану, стандартне відхилення, мінімум і максимум) та перевірено внутрішню узгодженість методик за коефіцієнтами α Кронбаха й ω Макдональда. Нормальність розподілу оцінювали за критерієм Шапіро–Вілка; залежно від

його результатів для кожної пари змінних обирали відповідний коефіцієнт кореляції – Пірсона за нормального розподілу або Спірмена за відхилень від нього. Для порівняння груп застосовано критерій Манна–Уїтні (для двох груп) і однофакторний дисперсійний аналіз у модифікації Велча (для трьох і більше груп); останній обрали тому, що він стійкий до нерівних дисперсій та різних за обсягом груп. Сукупний вплив досліджуваних чинників на міграційні наміри оцінювали методом множинної лінійної регресії. Конкретні результати цих процедур подано в розділі 3.

2.2. Характеристика дослідницької вибірки

Емпіричне дослідження проведено в першому півріччі 2026 року у форматі онлайн-опитування, про що йшлося в підрозділі 2.1. Вибірку формували не випадково, за принципом доступності: посилання на анкету поширювали через студентські чати й групи, соціальні мережі, розсилку викладачів та особисті контакти, тому до участі долучалися ті студенти, які побачили запрошення й відгукнулися на нього. Критеріями включення були студентський статус, навчання на денній формі, вік від 17 до 25 років і добровільна згода на участь. Усього анкету заповнили 82 особи; двох учасників (віком 49 і 27 років) вилучили як таких, що не відповідали критеріям вибірки за віком. Остаточний обсяг вибірки склав 80 осіб.

За статтю вибірка переважно жіноча: 57 жінок (71,2 %) і 23 чоловіки (28,8 %). Таке співвідношення типово для досліджень зі студентськими вибірками, де частка жінок традиційно вища.

Вік учасників – від 17 до 25 років. За віком відомо про 79 осіб: один учасник не вказав свого віку, тому віковий розподіл наведено для 79 респондентів, тоді як в інших характеристиках цей учасник враховується і загальний обсяг лишається 80. Середній вік становив 19,49 року ($SD = 1,91$; $Mdn = 19$). Як видно з рисунка 2.1, у вибірці переважають молодші студенти: майже дві третини – це учасники віком 17–19 років, причому найбільше серед них 18- і 19-річних.

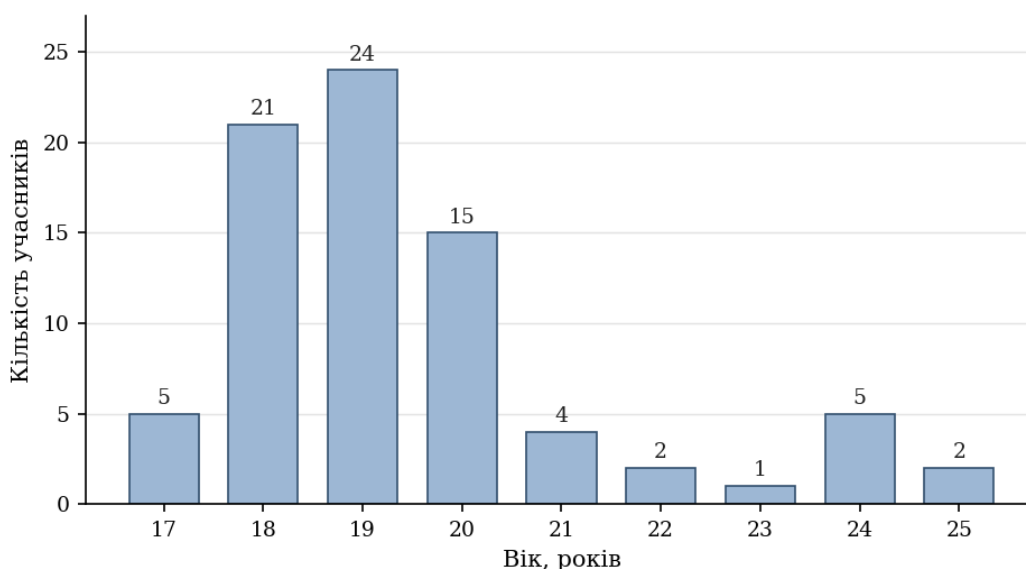


Рис. 2.1. Розподіл учасників за віком (n = 79)

Усі учасники навчалися на денній формі – на бакалаврському або магістерському рівні. Окремого розподілу за курсом навчання ми не фіксували.

Регіон постійного проживання учасники оцінювали самотійно, за трьома категоріями. Переважна більшість – 65 осіб (81,2 %) – зазначили, що проживають у регіоні, який зазнає ракетних або дронівих атак; 11 осіб (13,8 %) визначили свій регіон як відносно безпечний, ще 4 (5,0 %) – як близький до зони бойових дій. Проте ця оцінка суб'єктивна: студенти з того самого міста можуть по-різному визначати рівень його безпеки залежно від власного досвіду й сприйняття. Це варто враховувати, адже саме суб'єктивне відчуття небезпеки пов'язане з рівнем воєнного дистресу.

Учасників також запитували про досвід вимушеної зміни місця проживання після 24 лютого 2022 року. Майже половина – 39 осіб (48,8 %) – залишалися на постійному місці проживання, 24 (30,0 %) переїжджали в межах України, а 17 (21,2 %) мали досвід виїзду за кордон. Наявність у вибірці студентів із досвідом і внутрішнього, і закордонного переміщення робить її неоднорідною за цією ознакою.

Досвід участі в програмах академічної мобільності (навчання, стажування чи обміни за кордоном) мали 8 учасників (10,0 %), решта 72 (90,0 %) такого досвіду не мали. Через малу чисельність першої групи будь-які порівняння за

цією ознакою мають обмежену статистичну потужність, що враховано в інтерпретації.

Узагальнені соціально-демографічні характеристики вибірки подано в таблиці 2.2.

Табл. 2.2

Зведена соціально-демографічна характеристика вибірки

Характеристика	Категорія	n	%
Стать	Жінки	57	71,2
	Чоловіки	23	28,8
Регіон проживання	Відносно безпечний	11	13,8
	Зазнає ракетних / дронів атак	65	81,2
	Близько до зони бойових дій	4	5,0
Досвід переміщення	Залишились на місці	39	48,8
	Переїхали в межах України	24	30,0
	Мали досвід виїзду за кордон	17	21,2
Академічна мобільність	Брали участь	8	10,0
	Не брали участі	72	90,0

Примітка. n = 80. Віковий розподіл наведено окремо на рис. 2.1 (n = 79).

Описана вибірка має кілька обмежень, які впливають на узагальнення результатів. Добір був не випадковим, за принципом доступності, тому вибірка не є репрезентативною для всієї студентської молоді України. Помітний перебік у бік жінок, а також переважання учасників із регіонів, що зазнають обстрілів, звужують можливості поширювати висновки на інші групи. Окремі підгрупи – зокрема учасники з досвідом академічної мобільності (n = 8) та ті, хто живе

близько до зони бойових дій ($n = 4$), – нечисленні, тому результати щодо них варто трактувати лише умовно. Ці особливості ми враховуємо під час аналізу та інтерпретації даних у розділі 3.

Висновки до розділу 2

- Обґрунтовано дизайн дослідження як кількісний, кореляційний та одномоментний (онлайн-опитування); він відповідає меті роботи й дає змогу простежити природні зв'язки між чинниками та міграційними намірами без експериментального втручання.

- Дібрано стандартизовані методики для виміру чотирьох чинників: самооефективності – GSE, сприйнятої соціальної підтримки – MSPSS, воєнного дистресу – шкалу психологічного дистресу війни, етнічної ідентичності – MEIM.

- Розроблено авторську анкету міграційних намірів із 12 тверджень для виміру залежної змінної; зворотні пункти перед підрахунком перекодовано.

- Підтверджено надійність інструментарію: усі шкали показали внутрішню узгодженість від прийнятної до відмінної (α від .782 до .931), авторська анкета – $\alpha = .912$.

- Сформовано вибірку з 80 студентів денної форми навчання віком 17–25 років; вона переважно жіноча, молодша за віком і неоднорідна за регіоном проживання та досвідом вимушеного переміщення.

- Дотримано етичних засад: опитування проведено анонімно й добровільно, з обов'язковою інформованою згодою; враховано й участь неповнолітніх першокурсників.

- Опрацьовано отримані дані в програмі Jamovi із застосуванням описової статистики, перевірки надійності й нормальності розподілу, кореляційного аналізу, порівняння груп і множинної регресії; результати подано в розділі 3.

РОЗДІЛ III. АНАЛІЗ ТА ІНТЕРПРЕТАЦІЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

3.1. Самоефективність і соціальна підтримка у формуванні міграційних намірів

Емпіричне дослідження проведено на вибірці з 80 студентів денної форми навчання закладів вищої освіти України; докладну характеристику учасників подано в підрозділі 2.2. Нижче представлено результати аналізу двох чинників-предикторів міграційних намірів – загальної самоефективності та сприйнятої соціальної підтримки, – а також описову статистику всіх досліджуваних шкал як основу для подальшого аналізу.

Табл. 3.1

Описова статистика психодіагностичних шкал (n = 80)

Шкала	M	Mdn	SD	Min	Max
GSE_sum (самоефективність)	27.6	27.0	5.00	18	40
MSPSS_total (соц. підтримка)	4.34	4.67	1.29	1.00	6.00
Distress_sum (дистрес)	38.3	41.0	10.5	11	56
MEIM_sum (етн. ідентичність)	29.1	30.0	7.57	12	45
MN_sum (міграційні наміри)	33.9	33.0	10.9	13	58

Примітка. GSE – загальна самоефективність (діапазон 10–40); MSPSS – сприйнята соціальна підтримка, рахується як середнє (діапазон 0–6); Distress – психологічний дистрес, пов’язаний із війною (діапазон 6–60); MEIM – етнічна ідентичність (діапазон 12–48); MN – міграційні наміри (діапазон 12–60).

Як видно з таблиці 3.1, рівень міграційних намірів у вибірці є помірним (M = 33.9 при теоретичній середині шкали 36), проте розкид значний: від мінімального 13 до максимального 58 (рис. 3.1). Це свідчить про неоднорідність вибірки – поруч із тими, хто зовсім не думає про виїзд, є студенти з дуже

вираженими намірами. Рівень соціальної підтримки – відносно високий ($M = 4.34$ з максимальних 6.00), самоефективності – середній ($M = 27.6$; рис. 3.2), дистресу – підвищений ($M = 38.3$ при середині шкали 33).

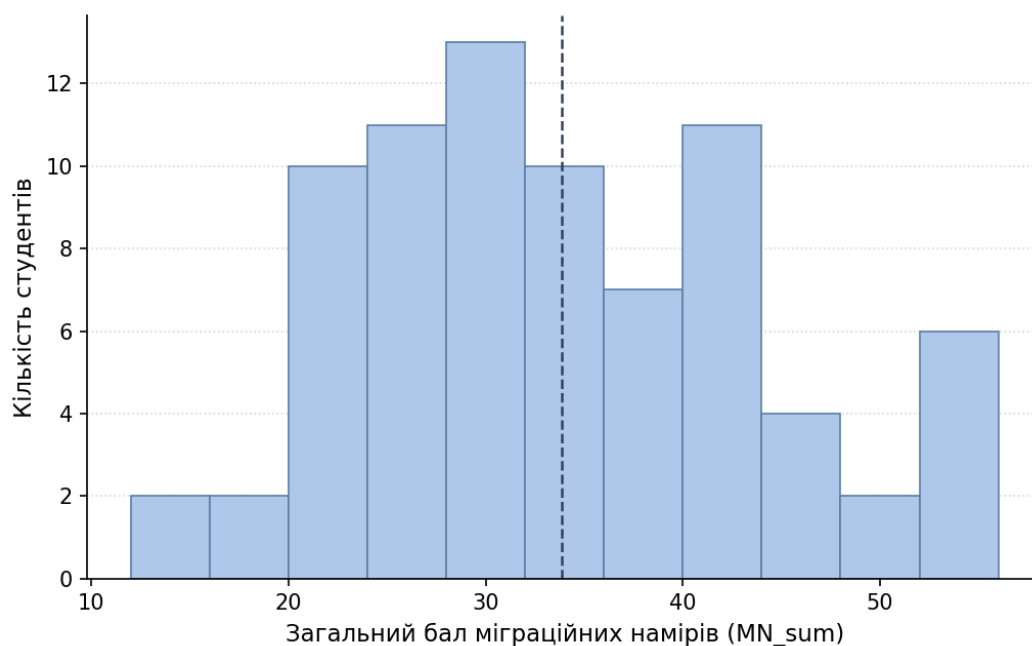


Рис. 3.1. Розподіл загального балу міграційних намірів (MN_sum) у вибірці студентів ($n = 80$)

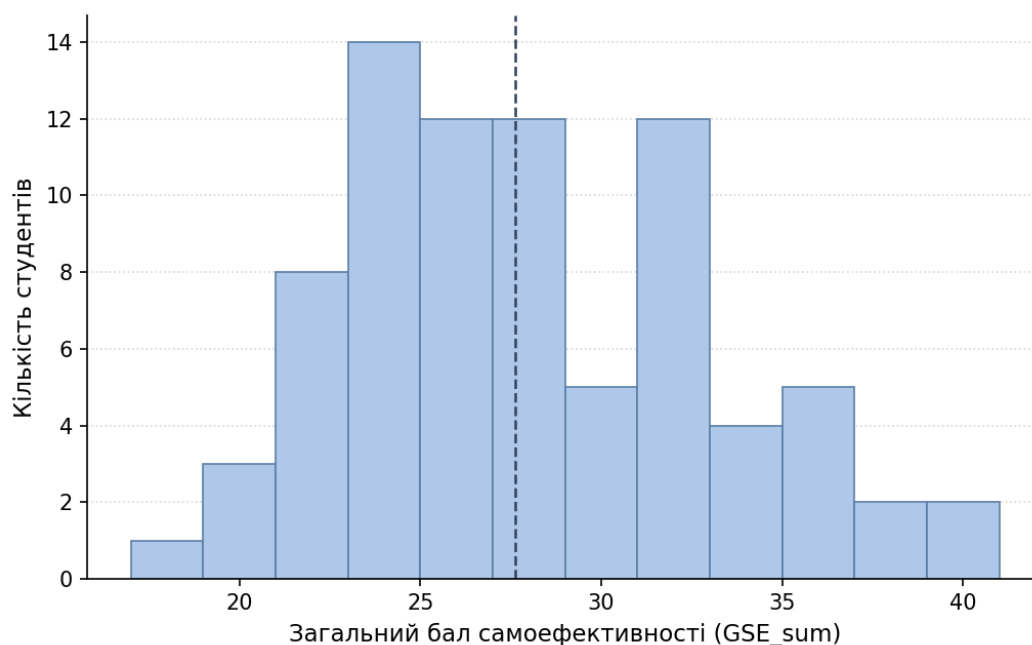


Рис. 3.2. Розподіл загального балу самоефективності (GSE_sum) у вибірці студентів ($n = 80$)

Перевірка нормальності розподілу за критерієм Шапіро–Вілка засвідчила відхилення від нормального в шести з восьми показників ($p < .05$). Нормальний

розподіл зберігається лише для MEIM_sum ($W = 0.977$, $p = .155$) і MN_sum ($W = 0.970$, $p = .059$). З огляду на це для оцінювання зв'язків між змінними обрано коефіцієнт рангової кореляції Спірмена, а для групових порівнянь – U-критерій Манна–Уїтні та ANOVA Велча. Множинний регресійний аналіз застосовано як метод, що дає змогу оцінити внесок кожного чинника за контролю решти; обґрунтування вибору цього методу подано в підрозділі 3.2.

Окремі пункти анкети МН показують, що саме стоїть за помірним загальним балом. Найвищі середні значення мають пункти, пов'язані з ситуативним тиском: «Через триваючу війну я відчуваю невизначеність щодо свого майбутнього в Україні» ($M = 3.52$), «Воєнна ситуація посилює моє бажання виїхати» ($M = 3.29$), «Економічна ситуація спонукає замислитись про виїзд» ($M = 3.19$). Натомість найнижчий бал – у пункту про активний збір інформації про можливості за кордоном ($M = 2.19$). Ця картина відповідає логіці теорії запланованої поведінки, розглянутій у підрозділі 1.1: намір і конкретні дії – різні рівні, і більшість учасників поки що перебуває на рівні переживання невизначеності, а не практичного планування виїзду. Переважають push-фактори – те, що виштовхує з України, – а не pull-фактори, що притягують за кордон.

Психологічне навантаження у вибірці розподілене нерівномірно: серед шести пунктів шкали дистресу найвищі середні – у страху за близьких ($M = 7.41$) і втоми від війни ($M = 7.16$), тоді як страх за власне життя помітно нижчий ($M = 5.17$; рис. 3.3). У 79 % учасників страх за близьких перевищував страх за себе, а середня різниця становила 2.24 бали. Це класичний патерн просоціальної тривоги в умовах колективної загрози. Примітно, що саме сімейна складова соціальної підтримки (MSPSS_family) виявилась статистично пов'язаною зі страхом за близьких ($r = .266$, $p = .017$): тісний сімейний зв'язок є водночас джерелом підтримки і джерелом тривоги за рідних. Причому це стосується саме сім'ї: підтримка друзів ($r = .010$) і значущих інших ($r = .180$) зі страхом за близьких не пов'язана. Двоє учасників (2.5 %) пропустили по одному-два зворотних пункти анкети МН; обидві мали значно вищі бали за

прямими пунктами, ніж решта вибірки ($M = 38.0$ vs 25.9), – що може свідчити про психологічний дискомфорт від необхідності відповідати на запитання про майбутнє в Україні. Для цих учасників MN_sum обчислено за наявними пунктами.

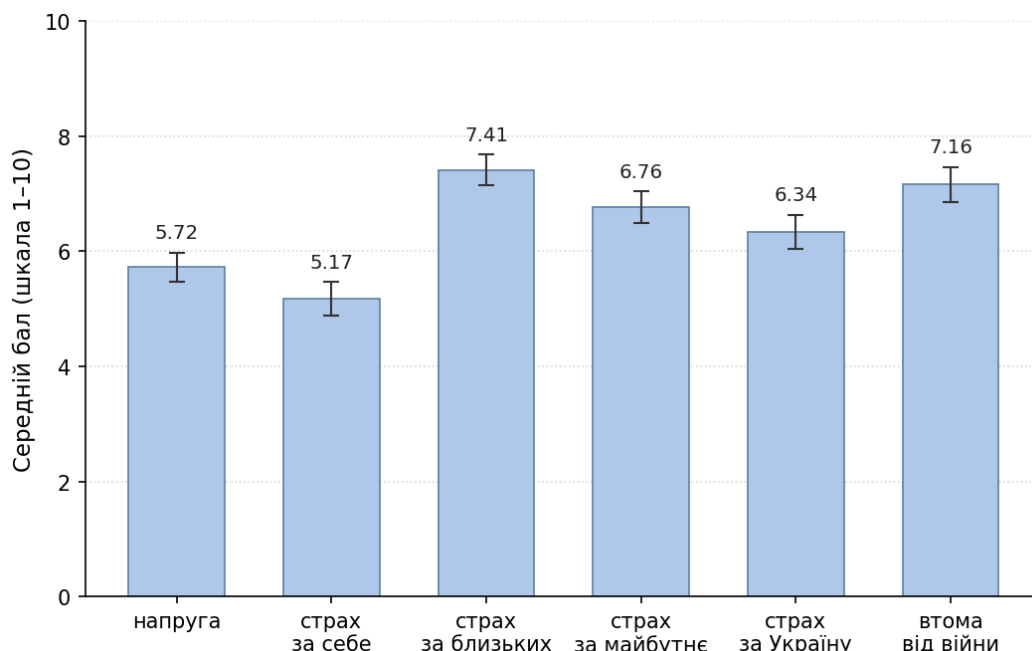


Рис. 3.3. Середні значення за пунктами шкали психологічного дистресу ($n = 80$)

Кореляційний аналіз не виявив статистично значущих зв'язків між ресурсними чинниками та міграційними намірами: самоефективність ($\rho = -.059$, $p = .606$) і соціальна підтримка ($\rho = -.051$, $p = .651$) не пов'язані з рівнем МН. Цей результат розходиться з даними довоєнних досліджень студентської молоді, де самоефективність була значущим предиктором намірів виїхати (Hajdich та ін., 2019; Assfaw & Minaye, 2022). Можливе пояснення полягає в тому, що в умовах активної збройної загрози ресурсні характеристики особистості втрачають диференціювальну силу: коли зовнішня ситуація однаково сприймається як некерована більшістю учасників, індивідуальні відмінності у відчутті власної спроможності вже не визначають напряму наміру. На це вказував і теоретичний аналіз у підрозділі 1.2: самоефективність скоріше посилює вже наявний напрям, аніж задає його самостійно. Схожа картина зі соціальною підтримкою: вона нейтральна щодо МН, що збігається з висновком підрозділу 1.2 про двобічну природу цього чинника.

Цей результат доповнює менш очевидне спостереження. Зазвичай і самоефективність, і соціальна підтримка вважаються чинниками, що пом'якшують переживання стресу. У нашій вибірці цього не сталося: ні самоефективність ($p = .023$), ні соціальна підтримка ($p = .026$), ні жодна з її субшкал не пов'язані з рівнем воєнного дистресу. Особистісні й соціальні ресурси, які за звичайних обставин послаблюють стрес, перед дистресом воєнного часу виявляються майже безсилями – імовірно тому, що загроза, яка йде ззовні і є спільною для всіх, мало піддається регуляції ресурсами окремої людини. Саме тому ці ресурси і не пов'язані з міграційними намірами, і не торкаються того переживання, яке наміри визначає, – психологічного дистресу, до якого ми повернемося в підрозділі 3.2.

При цьому самі по собі ці ресурси утворюють узгоджене ціле: самоефективність помітно пов'язана з усіма складниками підтримки (p від .25 до .37). Проте цей злагоджений «ресурсний» бік особистості лишається відокремленим від воєнної реальності – він не зчеплений ні з дистресом, ні з намірами виїзду.

Порівняльний аналіз за статтю не виявив значущих відмінностей ні у самоефективності ($U = 601$, $p = .565$), ні у соціальній підтримці ($U = 588$, $p = .473$). Міграційні наміри також не відрізняються між жінками та чоловіками ($U = 594$, $p = .513$): обидві статі однаково схильні думати про виїзд, незалежно від рівня ресурсів.

Отже, самоефективність і соціальна підтримка самі по собі не є чинниками, що диференціюють студентів за рівнем міграційних намірів в умовах повномасштабної війни. Це підтверджується і в регресійній моделі, де значущими виявились лише ті чинники, що безпосередньо відображають воєнний контекст.

3.2. Психологічний дистрес і етнічна ідентичність як чинники міграційних намірів

У підрозділі 3.1 ми показали, що ресурсні характеристики особистості – загальна самоефективність і сприйнята соціальна підтримка – самі по собі не диференціюють студентів за рівнем міграційних намірів в умовах війни. Тепер звернімося до двох чинників, які безпосередньо відображають воєнний контекст, – психологічного дистресу й етнічної ідентичності. Саме вони, як буде показано далі, виявилися значущими чинниками-предикторами намірів у регресійній моделі.

Для оцінювання зв'язків між змінними використано коефіцієнт рангової кореляції Спірмена (обґрунтування вибору непараметричного критерію подано в підрозділі 3.1). Повну матрицю кореляцій усіх п'яти шкал наведено в таблиці 3.2.

Табл. 3.2

Матриця кореляцій психодіагностичних шкал (ρ Спірмена, $n = 80$)

Шкала	GSE	MSPSS	Distress	MEIM	MN
GSE (самоефективність)	—				
MSPSS (соц. підтримка)	.341	—			
Distress (дистрес)	.023	.026	—		
MEIM (етн. ідентичність)	.248*	.170	.033	—	
MN (міграційні наміри)	-.059	-.051	.313	-.138	—

Примітка. * $p < .05$; $p < .01$. Коефіцієнт рангової кореляції Спірмена.

Як видно з таблиці 3.2, психологічний дистрес є єдиним чинником, що має статистично значущий додатний зв'язок з міграційними намірами ($\rho = .313$, $p = .005$): що вищий рівень дистресу, то сильніші наміри виїзду. Цей зв'язок унаочнює діаграма розсіювання (рис. 3.4): висхідна лінія регресії підтверджує додатний напрям, а помітний розкид точок навколо неї пояснює, чому він є помірним за силою. Натомість етнічна ідентичність на рівні простої кореляції з намірами не пов'язана ($\rho = -.138$, $p = .221$; рис. 3.5), що видно з майже

горизонтальної лінії на відповідній діаграмі. Ресурсні чинники теж не виявляють зв'язку (самоефективність $\rho = -.059$; підтримка $\rho = -.051$).

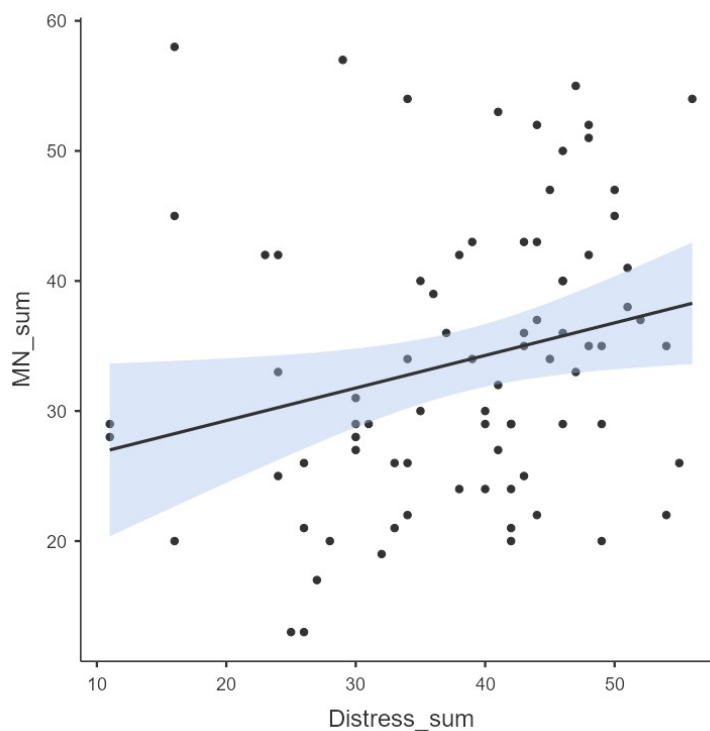


Рис. 3.4. Зв'язок психологічного дистресу (Distress_sum) та міграційних намірів (MN_sum) у вибірці студентів ($n = 80$)

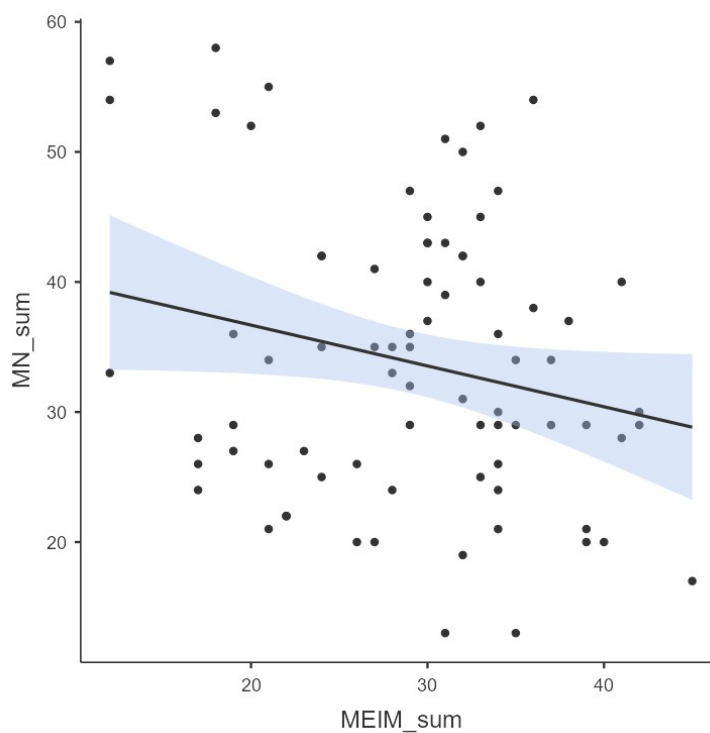


Рис. 3.5. Зв'язок етнічної ідентичності (MEIM_sum) та міграційних намірів (MN_sum) у вибірці студентів ($n = 80$)

Цікаво, що цей зв'язок тримається не на дистресі загалом, а на двох конкретних його складниках. Окремий аналіз пунктів шкали показав, що з намірами найсильніше пов'язані страх за власне майбутнє ($p = .434$, $p < .001$) і втома від війни ($p = .313$, $p = .005$), тоді як страх за власне життя, страх за близьких і страх за майбутнє України з намірами не пов'язані. Це показова деталь: до думки про виїзд схиляє не страх загинути, а відчуття, що тут немає особистого майбутнього, помножене на виснаження. Отриманий нами результат близький до даних Y. M. Sabti та S. Sri Ramalu (2024), які показали, що психологічний дистрес виступає проміжною ланкою між виштовхувальними чинниками й наміром виїхати. Той самий висновок звучав у підрозділі 1.2: дистрес не стільки створює намір, скільки підсилює дію інших обставин, перетворюючи зовнішню загрозу на внутрішній мотив.

Щоб оцінити внесок кожного чинника за умови контролю решти, ми застосували множинний лінійний регресійний аналіз, у якому всі чотири чинники-предиктори (самоефективність, соціальна підтримка, дистрес і етнічна ідентичність) уведено в модель одночасно. Результати наведено в таблиці 3.3.

Табл. 3.3

Множинна лінійна регресія міграційних намірів (MN_sum) за чотирма предикторами (n = 80)

Предиктор	B	SE	β	t	p
(Константа)	32.13	8.58	—	3.74	< .001
Самоефективність (GSE)	-0.004	0.264	-.002	-0.01	.989
Соціальна підтримка (MSPSS)	0.407	1.012	.048	0.40	.689
Психологічний дистрес	0.260	0.113	.250	2.29	.025
Етнічна ідентичність (MEIM)	-0.341	0.163	-.236	-2.09	.040

Примітка. $R^2 = .112$; скоригований $R^2 = .064$; $F(4, 75) = 2.36$; $p = .061$. $n = 80$.

Як видно з таблиці 3.3, модель загалом пояснює близько 11 % дисперсії міграційних намірів ($R^2 = .112$) і наближається до рівня статистичної значущості, проте не досягає його ($F(4, 75) = 2.36, p = .061$). Імовірно, це пов'язано з обмеженою потужністю аналізу за наявного обсягу вибірки ($n = 80$) і чотирьох предикторів, тому здобуті результати щодо окремих чинників ми тлумачимо як попередні. У межах моделі статистично значущими виявилися два предиктори: психологічний дистрес ($\beta = .250, p = .025$) із додатним внеском і етнічна ідентичність ($\beta = -.236, p = .040$) – із від'ємним. Ресурсні чинники, як і в кореляційному аналізі, виявилися незначущими (самоефективність $\beta = -.002, p = .989$; підтримка $\beta = .048, p = .689$), що підтверджує висновок підрозділу 3.1.

Поведінка етнічної ідентичності складніша: на рівні простої кореляції вона з намірами не пов'язана, а поділ вибірки на групи з низькою й високою ідентичністю не виявляє різниці в намірах. Проте в регресійній моделі, де враховано вплив дистресу й інших чинників, її внесок стає значущим і від'ємним. Така картина характерна для ефекту пригнічення (супресії): вплив ідентичності проступає лише тоді, коли усунено спільну дисперсію, яку вона поділяє з іншими предикторами. Це означає, що зв'язок ідентичності з намірами існує, але він тонкий і залежний від моделі, тому трактувати його слід без категоричності – не як «що нижча ідентичність, то сильніший намір», а як невеликий стримувальний внесок ідентичності за рівних інших умов.

Від'ємний напрям цього внеску змістовно логічний: сильніший зв'язок із власною етнічною спільнотою послаблює наміри виїзду. Отриманий нами результат узгоджується з висновками V. Vakhitov та ін. (2025б), які показали, що національна ідентичність і відчуття гордості пов'язані з намірами повернення українських біженців. Це доповнює розглянуте в підрозділі 1.3 уявлення про ідентичність як один із чинників, що втримує людину у зв'язку з батьківщиною навіть в умовах війни.

Окремо ми придивилися до тих студентів, у кого наміри виїзду найвищі, – і побачили дещо несподіване. Можна було б очікувати, що найсильніші наміри виїзду матимуть ті, хто вже зазнав вимушеного переїзду або живе в регіоні під

обстрілами. Але в наших даних це не так. Студенти з найвищими намірами не вирізняються ні досвідом переміщення (серед них переселенців навіть трохи менше, ніж у решті), ні регіоном проживання. Не вирізняє їх і загальний рівень дистресу – за сумарним балом вони такі самі, як усі інші. Тут діє та сама логіка, що й у підрозділі 1.3: зовнішня обставина сама собою не породжує наміру – він формується через те, як людина оцінює власні можливості й перспективи. Об’єктивна близькість війни виявляється слабшим орієнтиром, ніж суб’єктивне переживання того, чи бачить студент тут особисте майбутнє.

Що ж тоді їх вирізняє? Дві речі. Перша – втома від війни: у чверті студентів із найвищими намірами вона помітно вища ($M = 8.14$ проти 6.81 , $p = .014$), і це чи не найстійкіший маркер у всьому аналізі. Друга – страх за власне майбутнє: і що вищі наміри, то він виразніший. Серед десятка студентів із найбільшими балами цей страх сягає 8.80 з 10 проти 6.47 у решти ($p = .002$) – майже всі вони бояться саме за власну перспективу. Натомість страх за життя, за близьких чи за Україну в цій групі такий самий, як у всіх.

Ще одне спостереження ми подаємо лише як орієнтовне, бо статистично воно слабке, але лишати його поза увагою не хочеться. На самій верхівці – серед тих, хто має найвищі наміри, – помітно нижча етнічна ідентичність ($M = 23.3$ проти 29.9). На малій групі це лише натяк, проте натяк у тому самому напрямі, що й результат регресії: чим слабший зв’язок із власною спільнотою, то менше внутрішніх причин лишатися. Сумарно профіль цих студентів майже дослівно відтворює нашу регресійну модель – виснажені, тривожні за власне майбутнє, з ослабленою ідентичністю.

Протилежний полюс вибірки підтверджує цю саму картину з іншого боку. Студенти з найнижчими намірами виїзду вирізняються не якоюсь окремою рисою, а послабленням рівно тих самих двох переживань. У них нижча втома від війни ($M = 6.09$ проти 7.58 , $p = .021$) і менший страх за власне майбутнє ($M = 5.96$ проти 7.09 , $p = .020$). Серед десятка з найменшими балами втома спадає до 4.90 проти 7.49 ($p = .004$). Загальний дистрес у них теж нижчий – і цього разу значуще, – але тримається ця різниця знову ж таки на втомі й

страху за майбутнє, тоді як страх за життя чи за близьких лишається таким самим, як у решті. Обидва полюси шкали описуються однією віссю: помірне переживання – помірні наміри, виснаження і тривога за власну перспективу – наміри високі.

Симетрично поводить ся й етнічна ідентичність. Якщо серед найбільш налаштованих на виїзд вона знижена, то серед тих, хто думає про виїзд найменше, вона навпаки підвищена ($M = 34.8$ проти 28.2 у десятці з найнижчими намірами, $p = .015$). Те, що той самий зв'язок проступає з обох кінців шкали, додає йому ваги – попри те, що в загальній моделі внесок ідентичності лише межовий. Це й робить інтерпретацію переконливою: ми бачимо не дві окремі випадковості на краях, а єдиний градієнт уздовж усієї шкали намірів.

Окреме спостереження виходить за межі статистики, але видається нам важливим. Частину анкет ми збирали вранці, у групі студентів одного з київських закладів вищої освіти. Так склалося, що ніч перед тим Київ пережив одну з наймасованіших повітряних атак за останній час, і ці студенти провели її в метро та укриттях. Ми очікували, що вони покажуть особливо високу втому від війни, виражений страх за власне життя і, як наслідок, підвищені міграційні наміри. Та нічого з цього не справдилося: за жодним показником ця група не відрізнялася від решти вибірки – ні вищої втоми, ні сильнішого страху за себе, ні вищих намірів виїзду. Натомість у ній загострився інший, уже знайомий патерн: страх за життя близьких помітно переважав страх за власне життя (у 89 % цієї групи проти 79 % по всій вибірці), тоді як занепокоєння власною безпекою лишалося стриманим.

Ми наводимо це як спостереження, а не як результат: група мала, відмінності незначущі, будувати на них висновки не можна. Але сам факт, що досвід реальної загрози напередодні не підняв ні втоми, ні страху за себе, ні намірів виїхати, змушує замислитися. Найпростіше пояснення узгоджується з нашим головним результатом: міграційний намір – це стійка установка, що формується через тривале оцінювання власних перспектив, а не відповідь на

окрему подію, тож одна ніч під обстрілом не зрушує того, що формувалося місяцями. Імовірно, тут діє і гостра мобілізація: у перші години після загрози увага людини звужується до теперішнього і до захисту близьких, а не до довгострокових планів, – і саме тому на перший план виходить страх за рідних. Не варто відкидати й захисне зниження чутливості: після понад двох років війни психіка приглушує страх за себе, аби витримувати повторювані загрози, і зовнішня байдужість до власної безпеки може бути саме таким захистом.

Високий страх за близьких у цій групі міг бути пов'язаний не лише із загрозою під час атак. Частина студентів може мати рідних, які зараз воюють на фронті, і тоді ця тривога набуває іншого, ще зрозумілішого змісту. Ми не передбачили запитання про мобілізованих рідних, тож перевірити це припущення на наших даних не можемо, – і вважаємо це обмеженням, яке варто врахувати в подальших дослідженнях.

Порівняння за статтю виявило відмінності саме за тими чинниками, що визначилися як значущі предиктори. Жінки показали вищий рівень психологічного дистресу ($U = 452$, $p = .031$, $r = .31$) і вищу етнічну ідентичність ($U = 463$, $p = .040$, $r = .29$), ніж чоловіки (табл. 3.4). На рівні окремих пунктів найбільші відмінності стосувалися втоми від війни ($r = .42$) і страху за життя близьких ($r = .36$) – обидва переживання в жінок виражені сильніше. При цьому за рівнем самих міграційних намірів жінки й чоловіки не відрізняються ($U = 594$, $p = .513$; цей результат наведено в підрозділі 3.1). Вище психологічне навантаження, яке несуть жінки, не перетворюється на сильніший намір виїхати. Так само не пов'язаний з намірами і вік учасників ($p = .094$, $p = .412$): студенти молодших і старших курсів думають про виїзд приблизно однаково, тож зміщення вибірки в бік молодших не спотворює оцінку міграційних намірів.

Табл. 3.4

Відмінності за статтю в дистресі та етнічній ідентичності (U-критерій Манна–Уїтні)

Шкала	Чоловіки (n = 23), М	Жінки (n = 57), М	U	p	r
Психологічний дистрес	34.35	39.84	452	.031	.31
Етнічна ідентичність (MEIM)	26.17	30.23	463	.040	.29

Примітка. U – U-критерій Манна–Уїтні; r – рангово-бісеріальний коефіцієнт (розмір ефекту).

Порівняння міграційних намірів за регіоном проживання та досвідом вимушеного переміщення проведено за допомогою ANOVA Велча (стійкої до нерівних обсягів груп). Як видно з таблиці 3.5, у жодному випадку статистично значущих відмінностей не виявлено: ні за регіоном ($F(2, 7.1) = 1.82$, $p = .229$), ні за досвідом переміщення ($F(2, 39.5) = 0.96$, $p = .393$).

Табл. 3.5

Міграційні наміри (MN_sum) за регіоном і досвідом переміщення (ANOVA Велча)

Ознака / група	n	М	Критерій
Регіон проживання			
відносно безпечний	11	40.8	$F(2, 7.1) = 1.82$
зазнає ракетних / дронівих атак	65	32.7	$p = .229$
близько до зони бойових дій	4	33.5	
Досвід переміщення			
залишились на місці	39	34.8	$F(2, 39.5) = 0.96$
переїхали в межах України	24	31.2	$p = .393$
досвід виїзду за кордон	17	35.4	

Примітка. Наведено середні значення загального балу міграційних намірів (MN_sum).

Рівень намірів не залежить від об'єктивної близькості війни. Студенти з досвідом вимушеного переміщення – і ті, хто переїхав у межах України, і ті, хто виїжджав за кордон, – за намірами не відрізняються від тих, хто залишився на

місці. Це збігається зі спостереженням підрозділу 1.3: втрата житла й доходу хоч і є вагомими виштовхувальними чинниками воєнного часу, проте схиляє людей частіше переміщуватися в межах України, ніж за кордон. Інакше кажучи, вимушений переїзд усередині країни не стає сходинкою до еміграції – він може бути самодостатнім рішенням, що навіть прив'язує людину до батьківщини.

Подібну картину дає й досвід академічної мобільності: студенти, які брали участь у навчанні чи стажуванні за кордоном, за рівнем намірів не відрізняються від решти (їх у вибірці небагато, тож це лише спостереження). Короткий організований досвід за кордоном не стає кроком до еміграції.

Найвищі наміри спостерігаються не в зоні бойових дій, а в суб'єктивно безпечному регіоні ($M = 40.8$ проти 32.7 у зоні атак). Цей «парадокс безпечного регіону» не варто переоцінювати: група безпечного регіону мала ($n = 11$), а група близьких до зони бойових дій – лише чотири особи, тож відмінність незначуща й статистично крихка (саме це відображає й мала кількість ступенів свободи в тесті Велча, $df2 = 7.1$). Як зазначено ще в описі вибірки (підрозділ 2.2), запитання про безпечність регіону суб'єктивне: студенти з того самого міста – наприклад, зі Львова – можуть оцінювати його по-різному, одні як відносно безпечний, інші як такий, що періодично зазнає атак. Важлива тут не географія, а саме суб'єктивне відчуття людини, бо воно й пов'язане з рівнем дистресу від війни. Рівень дистресу по регіонах майже не відрізняється ($37.6 / 38.3 / 40.3$): суб'єктивно «безпечний» регіон не означає менше переживань.

Цю саму логіку можна умовно поширити й на тенденцію вищих намірів у студентів із суб'єктивно безпечних регіонів. Можливо, річ у наявності ресурсу: людина, чия увага не поглинута щоденним долаттям загрози, має більше простору для думок про майбутнє – зокрема й про виїзд, тоді як хронічний стрес від пережитого переміщення лишає менше сил на планування ще одного переїзду. Втім, наші дані цього механізму прямо не підтверджують: дистрес у переселенців не вищий, ніж у тих, хто залишився, а в безпечних регіонах він не нижчий, ніж у зоні атак. Тому таке пояснення ми пропонуємо як припущення,

що зводить розрізнені спостереження в цілісну картину, а не як доведений результат.

Отже, з чотирьох розглянутих чинників значущими предикторами міграційних намірів виявилися лише два – психологічний дистрес і етнічна ідентичність. Саме вони, на відміну від ресурсних характеристик, безпосередньо відображають воєнний контекст і його психологічне переживання. Цей висновок визначає й логіку наступного підрозділу: розроблюваний психодіагностичний комплекс доцільно будувати навколо цих двох чинників, доповнивши ними авторську анкету міграційних намірів.

3.3. Концептуальні засади конструювання психодіагностичного інструмента вимірювання міграційних намірів студентської молоді

З'ясувавши, що міграційні наміри студентів формують насамперед психологічний дистрес і етнічна ідентичність, ми можемо перейти до прикладного завдання дослідження – обґрунтування психодіагностичного інструмента, придатного для оцінювання міграційних намірів і чинників, що їх визначають. Потреба у власному інструменті випливає з того, про що йшлося в підрозділі 2.1: валідизованого україномовного інструмента саме для виміру міграційних намірів студентської молоді в умовах війни наразі немає, тож авторську анкету ми беремо за основу майбутнього діагностичного комплексу.

Перш ніж переходити до психометричної перевірки анкети, варто окреслити, на якому розумінні міграційного наміру вона будується, – бо саме воно задає, що і як інструмент має вимірювати. Міграційний намір доцільно трактувати не як одномоментне рішення, що неминуче переходить у виїзд, а як відносно стійку, усвідомлену спрямованість на переїзд, що формується на основі оцінки людиною власної ситуації, ресурсів і уявлень про майбутнє. Намір не збігається з поведінкою: між «настроями», «наміром», «готовністю» і реальним виїздом лежать окремі рівні, і значна частина висловлених намірів так і не втілюється. Звідси випливає вихідна вимога до майбутнього інструмента: він має вимірювати намір як самостійне психологічне явище, а не передбачати,

хто зрештою виїде. Саме тому й результати, отримані з його допомогою, ми трактуємо як показник міграційних настроїв, а не як прогноз поведінки.

З цього розуміння випливає і внутрішня будова анкети: її змістові блоки не довільні, а відтворюють ті складники наміру, які окреслено в теоретичному розділі. Блок мотивів спирається на класичне розрізнення виштовхувальних і притягувальних чинників та на уявлення про намір як зважування цінності бажаного й очікування, що переїзд його наблизить (підрозділ 1.1). Блок планів відображає поведінковий, цільовий рівень наміру – перехід від загальної спрямованості до конкретніших кроків. Блок соціального впливу враховує роль значущих інших і соціальних мереж, розглянуту в підрозділі 1.2, де підтримку показано як двобічний чинник, що залежно від розташування зв'язків здатний і втримувати, і виштовхувати. Нарешті, блок намірів щодо повернення відповідає тому, що в умовах війни намір повернутися постає окремим напрямом рішення зі своєю логікою, а не простим запереченням наміру виїхати (підрозділ 1.3). Разом ці чотири блоки описують намір як цілісне багаторівневе явище, а не просто набір запитань.

Розробка анкети відбувалася дедуктивно – від теоретичної моделі до конкретних тверджень. Спершу, спираючись на розуміння міграційного наміру з підрозділів 1.1–1.3, ми визначили його змістові складники й закріпили за кожним окремий блок анкети. Лише після цього в межах кожного блоку формулювали окремі твердження так, щоб вони операціоналізували відповідний складник наміру: одні пункти описували виштовхувальні й притягувальні мотиви, інші – конкретні плани та кроки, ще інші – вплив значущих інших і прив'язаність до України. Твердження, що стосувалися наміру повернутися, сформульовано у зворотному напрямі – як вияв прив'язаності до батьківщини, – тож перед підрахунком їх перекодовано (про що йшлося в підрозділі 2.1). Така послідовність – від складників наміру до тверджень – мала забезпечити, щоб кожен пункт спирався на теоретичне підґрунтя, а не добирався довільно.

Інструмент, однак, охоплює як сам намір, так і чинники, що його формують, – і їхній відбір теж спирається на теоретичний аналіз. Психологічний дистрес ми додали тому, що в теоретичному розділі він постає як ланка, через яку зовнішні обставини перетворюються на бажання виїхати, а не діють напряду (підрозділ 1.3); саме він і виявився найвагомим серед розглянутих чинників ($\beta = .250$). Етнічну ідентичність включено з двох міркувань: як протективний чинник, що діє опосередковано, через відчуття належності, і як складову, чий зв'язок саме з міграційними намірами української студентської молоді майже не перевірявся емпірично, на чому ми наголошували в підрозділі 1.3. Саме її від'ємний внесок у нашої моделі ($\beta = -.236$) цю прогалину частково заповнює.

Натомість ресурсні характеристики – самоефективність і соціальну підтримку – до інструмента не залучено: теоретичний аналіз уже вказував на їхню двобічність, на те, що вони скоріше підсилюють наявний напрям, ніж задають його (підрозділ 1.2). Емпірична перевірка в підрозділі 3.1 це підтвердила, не виявивши їхнього зв'язку ні з намірами, ні з дистресом. Окресливши, на яких теоретичних засадах будується інструмент, перейдімо до емпіричної перевірки його ядра – авторської анкети міграційних намірів.

Перш ніж пропонувати анкету для практичного використання, потрібно переконатися в її психометричній якості. Показники надійності окремих пунктів анкети наведено в таблиці 3.6.

Табл. 3.6

Показники надійності окремих пунктів авторської анкети міграційних намірів (n = 80)

№	Пункт анкети (стисло)	r (з рештою)	α без пункту
1	Розгляд виїзду в найближчі 1–3 роки	.683	.904
2 (зв.)	Упевненість у	.534	.910

№	Пункт анкети (стисло)	r (з рештою)	α без пункту
	майбутньому в Україні		
3	Війна посилює бажання виїхати	.769	.899
4	Кращі можливості за кордоном	.752	.901
5	Вплив рішень друзів і знайомих	.587	.908
6 (зв.)	Бачу своє майбутнє в Україні	.617	.906
7	Виїхав би за кордон уже зараз	.808	.897
8	Невизначеність щодо майбутнього в Україні	.658	.905
9	Активний збір інформації про виїзд	.706	.903
10	Економічна ситуація спонукає до виїзду	.705	.902
11	Намір жити й працювати в іншій країні	.731	.901
12 (зв.)	Намір повернутися до України	.255	.922

Примітка. r – кореляція пункту з рештою шкали (item-rest); α без пункту – α Кронбаха в разі вилучення пункту. Загальна $\alpha = .912$, $\omega = .916$. «(зв.)» – зворотні пункти (перекодовані перед аналізом).

Як видно з таблиці 3.6, анкета має високу внутрішню узгодженість ($\alpha = .912$, $\omega = .916$), що дає підстави використовувати її як цілісний інструмент. Більшість пунктів демонструють добрий зв'язок із загальною шкалою: кореляція пункту з рештою коливається від .534 до .808, причому найсильніше зі шкалою пов'язаний прямий пункт про готовність виїхати негайно (item-rest = .808). Пункти вимірюють спільний конструкт – загальну спрямованість на виїзд.

Помітно вирізняється поведінка зворотних пунктів. Усі три твердження, сформульовані у зворотному напрямі (про віру у власне майбутнє в Україні, прив'язаність до неї та готовність повернутися), мають найнижчі кореляції з рештою шкали: МН_2_r = .534, МН_6_r = .617, а пункт про повернення (МН_12_r) – лише .255, що нижче за прийнятний поріг .30. Зворотні пункти було перекодовано перед підрахунком (підрозділ 2.2). Проте їхня послідовно нижча узгодженість вказує на те, що зворотне формулювання працює тут як методичний чинник: твердження про прив'язаність до України вимірюють дещо інший психологічний зміст, ніж прямі твердження про наміри виїзду.

Тут варто зробити застереження, щоб уникнути хибного прочитання. У підрозділі 1.3 ми обґрунтували намір повернутися як окремий напрям міграційного рішення, а не просте заперечення наміру виїхати. Низька узгодженість пункту 12 з рештою шкали цього не спростовує, а навпаки підтверджує: цей пункт міряє дещо інше, ніж решта, і саме тому слабко з нею пов'язаний. Його слабкий зв'язок із сумарним балом – не ознака неякісного твердження, а наслідок того, що виїзд і повернення не лежать на одному континуумі.

Звідси роздільне рішення для двох рівнів. На рівні сумарного бала, який дає кількісний показник сили наміру виїхати, пункт про повернення доцільно вилучити. Без нього внутрішня узгодженість анкети зростає до $\alpha = .922$, тож оптимальною для підрахунку загального бала є скорочена версія з 11 пунктів (прив'язаність до України при цьому зберігають пункти 2 і 6). На рівні теоретичної моделі намір повернутися лишається самостійним змістовим

складником: саме його змістова самостійність і потребує окремої перевірки, тому питання, чи утворює повернення відмінний вимір, ми відносимо до факторної валідизації на більшій вибірці. Таке розмежування відповідає подвійній природі інструмента, про яку йдеться далі: сумарний бал слугує цілісним показником сили наміру, а змістові блоки — рамкою для якісної інтерпретації.

Пропоновану анкету доцільно розглядати не ізольовано, а як ядро ширшого діагностичного комплексу, доповненого шкалами психологічного дистресу та етнічної ідентичності.

На основі отриманих результатів можна окреслити концептуальну модель майбутнього психодіагностичного інструмента – тобто визначити, які конструкти, шкали та змістові блоки доцільно в нього закласти. Об'єктом вимірювання є міграційний намір як цілісний, переважно одновимірний конструкт, представлений авторською анкетною в оптимальній версії з 11 пунктів; її змістові блоки – мотиви, плани, соціальний вплив і наміри щодо повернення – описано в підрозділі 2.1.

Тут варто пояснити співвідношення між теоретичною та емпіричною будовою наміру. У теоретичному розділі (підрозділ 1.1) намір описано як багаторівневий конструкт, що поєднує когнітивний, емоційний і поведінковий складники. Емпірично ж пункти анкети утворили єдину узгоджену шкалу з високою внутрішньою консистентністю – тобто на рівні виміру намір поводить як переважно одновимірний. Ця розбіжність не є суперечністю: змістові блоки задають теоретичну рамку конструювання й забезпечують повноту охоплення наміру, тоді як висока узгодженість пунктів свідчить, що всі вони вимірюють спільну загальну спрямованість на виїзд. Для майбутнього інструмента це означає подвійну природу: змістові блоки лишаються основою для якісної інтерпретації профілю відповідей, а сумарний бал слугує цілісним кількісним показником сили наміру. Емпіричну перевірку самої факторної структури – чи розпадається намір на окремі виміри на більшій вибірці – ми відносимо до етапу повної стандартизації.

Запропонована модель є трикомпонентною, і кожна її складова має власне діагностичне призначення. Основою комплексу є авторська анкета міграційних намірів: вона вимірює намір прямо й цілісно – як загальну спрямованість студента на виїзд; це і є той показник, навколо якого будується вся діагностика. Решта дві складові додаються не довільно, а тому, що вимірюють чинники, які цей намір реально визначають.

Перший доповнювальний компонент – шкала психологічного дистресу. Її включення обгрунтоване і теоретично, і емпірично. У теоретичному аналізі (підрозділ 1.3) дистрес постає як проміжна ланка, через яку зовнішні обставини війни перетворюються на бажання виїхати: загроза, втрата, невизначеність діють на намір не прямо, а саме через емоційний стан, який вони породжують. Тому в діагностичному комплексі дистрес виконує особливу функцію – він показує не саму обставину, а її психологічне перетворення, тобто те, як студент переживає воєнну реальність. Це підтвердилося й емпірично: дистрес виявився найсильнішим значущим предиктором міграційних намірів ($\beta = .250$), причому діє він не як загальне тло переживань, а через цілком конкретні складники – страх за власне майбутнє і втому від війни. Звідси й діагностична цінність компонента: він дає змогу побачити психологічне підґрунтя наміру – чи зумовлене бажання виїхати виснаженням і тривогою за власну перспективу, чи є зваженим рішенням. Окремо варто враховувати, що дистрес діє неоднозначно: помірний рівень може спонукати до дії, а надмірний – знесилювати, тож високі його показники самі по собі є сигналом, який потребує уваги психолога незалежно від сили міграційного наміру.

Другий доповнювальний компонент – методика етнічної ідентичності (MEIM). Її роль у комплексі найкраще пояснює механізм, описаний у підрозділі 1.3: етнічна та національна ідентичність діє як своєрідний «психологічний щит» – джерело базового відчуття безпеки, належності та сенсу, що зміцнює психологічну стійкість молоді людини й знижує рівень тривоги. Належність до спільноти перетворює особистий досвід війни на частину спільного зусилля, і це послаблює той емоційний поштовх, що нерідко й спонукає до думки про

виїзд. Саме тому ідентичність діє на наміри не прямо, а опосередковано – через стійкість і дистрес, – урівноважуючи дію останнього.

Цей теоретичний механізм узгоджується з нашим емпіричним результатом: у регресійній моделі ідентичність дала значущий від’ємний внесок у наміри ($\beta = -.236$), тобто сильніший зв’язок зі своєю спільнотою послаблює спрямованість на виїзд. Тут важлива тонкість, відзначена в підрозділі 3.2: цей вплив проявляється саме в моделі, за умови контролю інших чинників (ефект супресії), а не на рівні простої кореляції. Через це MEIM має діагностичну цінність не ізольовано, а лише в поєднанні з дистресом — як чинник, що показує, чи має студент внутрішню опору, здатну стримати намір виїзду на тлі переживання війни. Утім, як застережено в підрозділі 1.3, цей зв’язок не безумовний і залежить від контексту, тож трактувати ідентичність як простий «гальмівний важіль» наміру не варто.

Нарешті, до комплексу свідомо не ввійшли ресурсні чинники – самоефективність і соціальна підтримка. Вони не диференціювали студентів за рівнем міграційних намірів і навіть не були пов’язані з рівнем воєнного дистресу (підрозділ 3.1). Додавати їх до діагностичного комплексу означало б збільшувати кількість шкал без діагностичної віддачі. Тому пропонується комплекс є свідомо економним: він охоплює лише ті конструкти, що довели свою прогностичну цінність, – сам намір і два чинники, які його формують.

Цю послідовність ми пропонуємо як концептуальні засади, а не як завершений інструмент. Конструювання психодіагностичної методики передбачає низку етапів – від розробки теоретичного конструкту й генерування завдань до пілотажу, аналізу окремих пунктів, перевірки надійності, дискримінативності, валідності та збору нормативних показників, причому факторний аналіз і повна валідація належать до пізніших із них (Нікітчук, 2015). У межах цієї роботи ми пройшли початкові етапи – обґрунтували конструкт, сформулювали завдання й перевірили надійність та узгодженість окремих пунктів анкети; повну психометричну валідацію, зокрема перевірку

факторної структури, залишаємо для окремого етапу стандартизації, що виходить за межі завдання дослідження.

Узагальнюючи сказане, можна сформулювати принципи, на яких має будуватися пропонований інструмент.

Перший – принцип розмежування наміру й поведінки: інструмент вимірює міграційний намір як самостійне психологічне явище й дає показник міграційних настроїв, а не прогноз реального виїзду.

Другий – принцип змістової повноти наміру: анкета охоплює всі його складники (мотиви, плани, соціальний вплив, наміри щодо повернення), а не лише пряме запитання про бажання виїхати.

Третій – принцип емпіричної обґрунтованості складу комплексу: до нього входять тільки ті чинники, що довели прогностичну цінність у дослідженні (психологічний дистрес та етнічна ідентичність), а чинники без такої цінності (самоефективність і соціальна підтримка) свідомо не залучено.

Четвертий – принцип діагностичної комплексності: вирішальне значення має не окремий показник, а поєднання наміру з його психологічним підґрунтям. П'ятий – принцип етапності: запропоноване є концептуальними засадами, що передбачають подальшу повну психометричну валідацію перед практичним упровадженням.

Запропонований комплекс може бути корисним насамперед для психологічних служб закладів вищої освіти. Його практична цінність у тому, що він дає змогу за фактом міграційних намірів побачити їхнє психологічне підґрунтя – тобто перейти від запитання «чи хоче студент виїхати» до запитання «що стоїть за цим бажанням». Регулярне застосування трьох складових – анкети намірів, шкали дистресу й методики ідентичності – могло б слугувати орієнтиром для раннього виявлення студентів, які потребують уваги й підтримки.

Найбільшу діагностичну вагу має не кожен показник окремо, а їхнє поєднання. На рівні практичного застосування підсумковий бал анкети (сума одинадцяти пунктів після перекодування зворотних) доцільно розглядати у

трьох орієнтовних діапазонах – низькі, помірні та виражені наміри, – конкретні межі яких має визначити подальша стандартизація на більшій вибірці. Проте робочим орієнтиром для психолога слугує не стільки сам бал, скільки поєднання трьох показників. Виражені наміри за високого дистресу – особливо зі страхом за власне майбутнє й втомою від війни – та ослабленої етнічної ідентичності окреслюють профіль, у якому бажання виїхати зумовлене більше виснаженням і тривогою, ніж зваженим життєвим планом. Саме така комбінація потребує насамперед психологічної підтримки й варта найпильнішої уваги.

Натомість виражені наміри за помірного дистресу скоріше відображають свідомий вибір, де доречніший не психологічний, а інформаційний супровід. Окремої уваги заслуговує й високий дистрес сам по собі, незалежно від міграційних намірів: він є сигналом про потребу в підтримці психологічного добробуту студента. Такий тривимірний «прапорцевий» підхід перетворює інструмент із простого вимірювача на засіб попереднього сортування для адресної роботи; при цьому комплекс не має на меті відмовляти від виїзду – він допомагає відрізнити зважене рішення від рішення, ухваленого з відчаю.

Конкретні форми такої роботи – від групових інформаційних занять до індивідуального супроводу – потребують окремого опрацювання й виходять за межі цього дослідження. Проте вже сама можливість бачити за міграційним наміром його психологічне підґрунтя робить запропонований комплекс практичним інструментом профілактичної роботи зі студентською молоддю в умовах війни.

Перехід від концептуальних засад до робочого інструмента передбачає як психометричну валідацію, так і проходження етичної експертизи. Подальша повна адаптація методики потребує погодження комітетом з етики наукових досліджень, зокрема щодо психометричних характеристик, добровільності та анонімності участі, – що особливо важливо з огляду на чутливість теми й участь неповнолітніх першокурсників, про яку йшлося в підрозділі 2.1.

Отже, авторська анкета міграційних намірів показала високу надійність і придатна для подальшого використання після незначного скорочення. Запропонована трикомпонентна концептуальна модель психодіагностичного комплексу спирається на емпірично підтверджені чинники й може стати основою для прикладної роботи психологічних служб ЗВО та для подальшої стандартизації інструмента.

Висновки до розділу 3

Установлено, що рівень міграційних намірів у вибірці є помірним ($M = 33.9$) за значного розкиду, а рівень воєнного дистресу – підвищеним; у структурі намірів переважають виштовхувальні чинники над притягувальними.

З'ясовано, що ресурсні характеристики особистості – загальна самооефективність і сприйнята соціальна підтримка – не пов'язані з міграційними намірами і не диференціюють студентів за їхнім рівнем; ці ресурси не пов'язані також із рівнем воєнного дистресу.

Виявлено, що психологічний дистрес є найсильнішим значущим предиктором міграційних намірів ($\beta = .250$); його зв'язок із намірами тримається насамперед на страху за власне майбутнє і втомі від війни, а не на страху за життя.

Установлено, що етнічна ідентичність є значущим стримувальним предиктором намірів ($\beta = -.236$), вплив якого проявляється в регресійній моделі за умови контролю інших чинників (ефект супресії).

Показано, що регресійна модель загалом пояснює близько 11 % дисперсії намірів і наближається до рівня значущості ($F(4, 75) = 2.36$, $p = .061$), тож результати щодо окремих чинників витлумачено як попередні.

З'ясовано, що міграційні наміри не різняться за статтю, регіоном проживання, досвідом вимушеного переміщення, академічною мобільністю та віком; водночас жінки показали вищий рівень дистресу й етнічної ідентичності, ніж чоловіки.

Виявлено стійкий патерн просоціальної тривоги: страх за життя близьких переважає страх за себе у переважній більшості учасників.

Підтверджено високу надійність авторської анкети міграційних намірів ($\alpha = .912$); за результатами аналізу окремих пунктів обгрунтовано її оптимальну скорочену версію з 11 пунктів ($\alpha = .922$).

Обгрунтовано теоретичні засади конструювання інструмента: міграційний намір визначено як багаторівневий конструкт, окремий від міграційної поведінки; структуру авторської анкети (блоки мотивів, планів, соціального впливу та намірів щодо повернення) виведено з теоретичної моделі наміру, розглянутої в підрозділах 1.1–1.3, а самі пункти сформульовано дедуктивно – від складників наміру до тверджень; на цій основі сформульовано п'ять принципів побудови інструмента (розмежування наміру й поведінки, змістової повноти, емпіричної обгрунтованості складу, діагностичної комплексності та етапності).

Обгрунтовано засади трикомпонентного психодіагностичного комплексу (анкета міграційних намірів, шкала психологічного дистресу та методика етнічної ідентичності), вибір складових якого спирається як на теоретичний аналіз ролі цих чинників (підрозділи 1.2–1.3), так і на емпіричні результати дослідження; комплекс може стати основою для роботи психологічних служб ЗВО після подальшої психометричної валідизації.

ВИСНОВКИ

Проведене дослідження дало змогу виявити психологічні чинники міграційних намірів студентської молоді в умовах повномасштабної війни та на цій основі визначити засади психодіагностичного інструмента їх вимірювання. Отримані результати дають підстави для таких висновків.

1. Виявлено, що в психологічному контексті міграційний намір доцільно розуміти як багаторівневий конструкт, який не зводиться до майбутньої поведінки: між загальною спрямованістю на виїзд і реальним переїздом лежать окремі рівні, тож намір є самостійним предметом вивчення.

2. Дібрано й обгрунтовано комплекс психодіагностичних методик для емпіричної частини, що охоплює чотири чинники (самоефективність, соціальну підтримку, психологічний дистрес і етнічну ідентичність) та авторську анкету міграційних намірів. Перевірка психометричних показників підтвердила достатню надійність усіх застосованих шкал, що дало змогу використати їх у подальшому аналізі.

3. Установлено, що ресурсні характеристики особистості – самоефективність і соціальна підтримка – не пов'язані з рівнем міграційних намірів і не диференціюють студентів за їхньою вираженістю; ці чинники не виявили зв'язку і з рівнем воєнного дистресу.

4. Виявлено, що визначальними серед розглянутих чинників є психологічний дистрес і етнічна ідентичність. Дистрес найбільше підсилює міграційні наміри, причому переважно через переживання за власне майбутнє і втому від війни, а не через страх за життя; етнічна ідентичність виявилася стримувальним чинником, вплив якого стає помітним за умови врахування інших змінних.

5. З'ясовано, що міграційні наміри не залежать від статі, регіону проживання, досвіду вимушеного переміщення та віку студентів. Регресійна модель, що поєднує чотири чинники, наближається до рівня статистичної значущості.

6. Запропоновано концептуальні засади психодіагностичного інструмента вимірювання міграційних намірів: його ядром є авторська анкета, доповнена шкалами психологічного дистресу та етнічної ідентичності – тобто чинниками, що довели свою прогностичну цінність. Структуру інструмента виведено з теоретичної моделі наміру, а не складено довільно. Запропонований комплекс може застосовуватися психологічними службами закладів вищої освіти для раннього виявлення студентів, які потребують підтримки, оскільки дає змогу бачити як наявність наміру, так і його психологічне підґрунтя.

7. Перспективи подальших досліджень пов'язані з повною психометричною стандартизацією запропонованого інструмента – зокрема перевіркою його факторної структури на більшій і різноманітнішій вибірці, оцінкою ретестової надійності та конвергентної валідності.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Безуглий, П. Г. (2018). Теоретичні засади дослідження міграційних процесів. *Політичне життя*, (1), 5–13. <https://doi.org/10.31558/2519-2949.2018.1.1>
2. Блинова, О. Є. (2010). Психологічні основи вивчення міграційної готовності. *Збірник наукових праць: філософія, соціологія, психологія*. Івано-Франківськ: Вид-во Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника, вип. 15, ч. 2.
3. Богучарова, О. І. (2021). Особистісні чинники, психологічна акультурація та міжкультурна адаптація студентів-мігрантів сходу України. *Journal of Psychology Research*, 27(10). <https://doi.org/10.15421/102101>
4. Бойко, С. (2025). Національна ідентичність як основа стійкості молоді в умовах війни: освітній та виховний потенціал. *Нові технології навчання*, 99, 16–25.
5. Бортник, Н. П., & Мороз, Н. С. (2016). Міграціологія як наука про кількісно-якісні показники міграції населення. *Вісник Національного університету «Львівська політехніка»*. Серія: Юридичні науки, (850), 9–15.
6. Вахітов, В., Вахітова, Г., & Заїка, Н. (2025а). Жінки у війні: мотивації залишатися та причини виїжджати. Аналітична записка. Київ: Центр економічної стратегії.
7. Галецька, І. (2015). Клініко-психологічне дослідження: навчальний посібник (с. 210–212). Львів: Видавничий центр ЛНУ імені Івана Франка.
8. Галецька, І., Кліманська, М., & Кліманська, Л. (2022). Психологічний дистрес переживання дев'яти місяців війни цивільним населенням України. *Український психологічний журнал*, 2(18), 45–67. [https://doi.org/10.17721/upj.2022.2\(18\).3](https://doi.org/10.17721/upj.2022.2(18).3)
9. Гвоздецька, Б., Перхун, Л., & Гнатів, З. (2025а). Регіональні трудові перспективи першокурсника в умовах війни: соціологічний моніторинг та психолого-педагогічний аспект. *Вісник Львівського університету*. Серія педагогічна, 43, 191–201. <https://doi.org/10.30970/vpe.2025.43.13833>

10. Гвоздецька, Б., Варга, Н., Бартош, О., Токар, М., & Іваць, О. (2025б). Civic identity and migration decisions of university students in wartime borderlands of Ukraine. *Revista Eduweb*, 19(1), 210–222. <https://doi.org/10.46502/issn.1856-7576/2025.19.01.14>
11. Голбанос, С. С. (2025). Міграційна мобільність молоді: чинники зростання та безпекові наслідки. *Економіка та суспільство*, (79). <https://doi.org/10.32782/2524-0072/2025-79-38>
12. Горячок, І., Баранцова, І., & Тараненко, Ю. (2023). Формування національної ідентичності здобувачів вищої освіти в умовах сьогодення. *Науковий вісник Вінницької академії безперервної освіти. Серія «Педагогіка. Психологія»*, 4, 29–36.
13. Грищенко, Н. І., & Лясота, Л. І. (2021). Теорії міграції населення та їх значення для вивчення міграційних настроїв у ХХІ ст. *Вісник НТУУ «КПІ». Політологія. Соціологія. Право*, (2(50)), 15–21.
14. Дубровський, І., Черкашин, С., Вахітова, Г., & Гетман, О. (2024). *Воєнні мігранти: світ та Україна [аналітичний звіт]*. Київ: CASE Україна.
15. Єфімова, А. Г. (2025). Особливості соціально-психологічної адаптації українців до вимушеної міграції в умовах війни [Дис. ... д-ра філософії, ДЗВО «Університет менеджменту освіти» НАПН України]. Київ.
16. Кириченко, В. В. (2024). Колективні травми українців та національна ідентичність. *Журнал соціальної та практичної психології*, (4), 56–60. <https://doi.org/10.32782/psy-2024-4-9>
17. Кікінежді, О. М., Савелюк, Н. М., & Левчик, Н. С. (2023). Overcoming stress by Ukrainian students in the conditions of war through volunteering. *Logos. Збірник наукових праць* (Оксфорд, 23 червня 2023 р.). <https://doi.org/10.36074/logos-23.06.2023.63>
18. Кріжік, К. (2026). Проблема (не)повернення українських воєнних мігрантів: теоретична рамка дослідження. *Соціологія: теорія, методи, маркетинг*, (1). <https://doi.org/10.15407/sociology2026.01.044>

19. Купчишина, В. Ч. (2025). Теоретичні аспекти дослідження змісту поняття «ідентичність» як психологічного феномену. Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія, 36(1), 12–17. <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2025.1/03>
20. Лібанова, Е. М. (2018). Зовнішні трудові міграції українців: масштаби, причини, наслідки. Демографія та соціальна економіка, 2(33), 10–26.
21. Мельник, Ю. Б., & Стаднік, А. В. (2023). Багатомірна шкала сприйняття соціальної підтримки: методичний посібник. Харків: Науково-дослідний інститут ХОГОКЗ. <https://doi.org/10.26697/melnyk.stadnik.6.2023>
22. Мельничук, Д. П. (2009). Міграційні наміри студентської молоді та їх вплив на мотиваційну складову людського капіталу України. Міграція населення в контексті соціально-економічного розвитку, 116–124.
23. Назарова, Г. В., & Остапчук, В. В. (2025). Теоретико-концептуальні підходи до сутності міграції. Економіка та суспільство, (73), 151–157. <https://doi.org/10.32782/2524-0072/2025-73-35>
24. Неговська, Ю. М., Белень, М. В., & Грицишена, З. О. (2025). Міграційні процеси в Україні: виклики, економічні наслідки та шляхи реагування. Актуальні проблеми економіки, 3(285), 296–305.
25. Нікітчук, У. І. (2015). Психологічне тестування: навчально-методичний посібник. Острого: Видавництво Національного університету «Острозька академія».
26. Новосад, К. Я., & Щур, В. М. (2024). Вплив повномасштабної війни на трудову міграцію серед молоді. Український часопис соціології та права, (1), 43–48.
27. Османова, А., & Співак, Л. (2022). Національна ідентичність української студентської молоді у воєнний час. Психологія: реальність і перспективи, 18, 132–140.

28. Османова, А. М., & Співак, Л. М. (2023). Етнопсихологія: психодіагностичний практикум. Хрестоматія. Київ: Університет «Україна».
29. Пирог, Г. В., & Хохлова, К. І. (2023). Особливості структури національної ідентичності українців раннього дорослого віку. У А. Б. Коваленко & І. В. Остапенко (Ред.), Проблеми розвитку ідентичності особистості в освітньому просторі: збірник матеріалів II круглого столу (19 жовтня 2023 р.) (с. 75–80). Київ: Міленіум.
30. Піонтковська, Д. (2022). Психологічні особливості формування національної ідентичності українців в умовах російсько-української війни. Психологія: реальність і перспективи, 1(19), 119–128. <https://doi.org/10.35619/praprv.v1i19.313>
31. Позняк, О. В. (2010). Особливості розвитку міграційних процесів у регіонах України. Регіональна економіка, 1(55), 141–147. http://nbuv.gov.ua/UJRN/regek_2010_1_20
32. Поліщук, Є. А., Жабін, С. О., & Нагорна, О. В. (2021). Міграційні наміри вчених України. Вісник Сумського державного університету. Серія Економіка, (2), 126–133. <https://doi.org/10.21272/1817-9215.2021.2-15>
33. Поліщук, Ю. (2024). Національна та громадянська ідентичності в Україні в умовах російсько-української війни: константи та зміни. Політичні дослідження, 2(8), 73–93.
34. Пономаренко, Т. І., & Сидоренко, Ю. В. (2025). Тривожність і депресія у студентів: виклики для освітнього середовища в умовах війни. Ментальне здоров'я, 2, 70–78. <https://doi.org/10.32782/3041-2005/2025-2.12>
35. Савелюк, Н. (2022). Переживання стресу в умовах війни: досвід українського студентства. Психологія: реальність і перспективи, 18, 141–152. <https://doi.org/10.35619/praprv.v1i18.282>

36. Сардак, А. (2024). Феномен національної ідентичності в умовах інформаційної війни. Журнал соціальної та практичної психології, 3, 87–92.
37. Слюсаревський, М. М., & Блинова, О. Є. (2015). Міграція як соціально-психологічне явище: види, функції, чинники та закономірності. Світогляд, (5(55)), 41–54.
38. Слюсаревський, М. М., & Блинова, О. Є. (2018). Психологія міграції: навчальний посібник (2-ге вид., перероб. і допов.). Київ: Талком.
39. Стеблянко, А. В., & Хозлу, І. К. (2023). Воєнні конфлікти як чинник хвилі міграції в сучасному світі. Українська поліцейстика: теорія, законодавство, практика, 3–4(7–8), 44–48. <https://doi.org/10.32782/2709-9261-2023-3-4-7-8-9>
40. Теслюк, Я. (2024). Вимушена міграція у сфері міжнародного права. Вісник Національного університету «Львівська політехніка». Серія: Юридичні науки, 11(4(44)), 274–282. <https://doi.org/10.23939/law2024.44.274>
41. Титаренко, Т. М. (2017). Особистість перед викликами війни: психологічні наслідки травматизації. Проблеми політичної психології, 5(19), 3–10.
42. Фесенко, А. М. (2018). Зовнішньоміграційні настрої української освіченої молоді в контексті безпекової проблематики. У І. А. Мейжис & Л. А. Ляпіна (Ред.), Соціокультурний розвиток регіонального соціуму в контексті національної безпеки: міждисциплінарний вимір. Миколаїв: Вид-во ЧНУ ім. Петра Могили.
43. Центр Разумкова. (2023). Вплив міграційних процесів на перебіг повоєнного відновлення України, міграційну політику ЄС та країн Східного партнерства (Ю. Якименко, ред.). Київ: Центр Разумкова. <https://razumkov.org.ua/images/2023/10/25/2023-Pyshchulina-MIGRACIA.pdf>
44. Черушева, Г. Б., & Пархоменко, В. В. (2025). Міжнародна освітня міграція в умовах воєнного стану. Статистика України, (1), 79–88. [https://doi.org/10.31767/su.1\(108\)2025.01.08](https://doi.org/10.31767/su.1(108)2025.01.08)

45. Чикур, Л. Д. (2023). Формування національної ідентичності студентів в умовах повномасштабної війни. Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки, 22(67), 102–115. [https://doi.org/10.31392/UDU-ps.series12.2023.22\(67\).10](https://doi.org/10.31392/UDU-ps.series12.2023.22(67).10)
46. Чуніхіна, С. Л. (2024). Дослідження соціально-психологічного стану населення України в умовах війни: виклики для фахової спільноти. Вісник НАПН України, 6(1). <https://doi.org/10.37472/v.naes.2024.6143>
47. Шиліна, Н. Є. (2023). Проблема емоційного стану біженців та переселенців за умов військового конфлікту в Україні (на прикладі студентів 5 курсу). Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія, 34(73)(2), 30–36.
48. Шмарова, Н. (2019). Психологічні особливості фрустрації в людей із міграційними намірами. Психологічні перспективи, 34, 278–288. <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2019-34-278-288>
49. Щередіна, Т. О., & Глубоченко, К. О. (2026). Освітня міграція української молоді: трансформаційні виклики, статистичний вимір та стратегічні наслідки в умовах воєнного стану. Політичне життя, 2, 165–172. <https://doi.org/10.31558/2519-2949.2026.2.18>
50. Яковенко, О. В. (2023). Емоційне вигорання студентів НаУКМА в умовах повномасштабної війни. У В. М. Чернобровкін (наук. кер.), Особистість у просторі проблем ХХІ століття: програма і матеріали науково-практичної конференції (25 травня 2023 р., с. 66–68). Київ: НаУКМА.
51. Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 179–211. [https://doi.org/10.1016/0749-5978\(91\)90020-T](https://doi.org/10.1016/0749-5978(91)90020-T)
52. Assfaw, A. K., & Minaye, A. (2022). Explaining migration intention from selected psycho-social variables in South Wollo, Ethiopia. *Frontiers in Sociology*, 7, 960203. <https://doi.org/10.3389/fsoc.2022.960203>

53. Blynova, O. Ye., Popovych, I. S., Bokshan, H. I., Tsilmak, O. M., & Zavatska, N. Ye. (2019). Social and psychological factors of migration readiness of Ukrainian students. *Revista Espacios*, 40(36), 4.
54. Caunenco, I., Horozova, L., & Horozov, S. (2025). Migration intentions, intercultural interaction, and dreams: Psychological orientations of student youth. *New Trends in Psychology*, 7(2), 171–179.
55. de Haas, H. (2021). A theory of migration: The aspirations–capabilities framework. *Comparative Migration Studies*, 9(1), Article 8. <https://doi.org/10.1186/s40878-020-00210-4>
56. De Jong, G. F., & Fawcett, J. T. (1981). Motivations for migration: An assessment and a value-expectancy research model. In G. F. De Jong & R. W. Gardner (Eds.), *Migration decision making: Multidisciplinary approaches to microlevel studies in developed and developing countries* (pp. 13–58). New York: Pergamon Press.
57. Dennison, J. (2024). Towards a socio-psychological theory of migration (RSC Working Paper 2024/55). European University Institute, Robert Schuman Centre for Advanced Studies, Migration Policy Centre.
58. Gödri, I., & Feleky, G. A. (2017). Selection of migrants and realization of migration intentions – lessons from a panel study (Working Papers on Population, Family and Welfare No. 29). Budapest: Hungarian Demographic Research Institute. <https://doi.org/10.21543/WP.2017.29>
59. Hajduch, B., Orosová, O., & Štefaňáková, M. (2019). Migration factors related to emigration intentions among university students [Матеріали конференції].
60. Hoppe, A., & Fujishiro, K. (2015). Anticipated job benefits, career aspiration, and generalized self-efficacy as predictors for migration decision-making. *International Journal of Intercultural Relations*, 47, 13–27. <https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2015.03.025>
61. Lee, E. S. (1966). A theory of migration. *Demography*, 3(1), 47–57. <https://doi.org/10.2307/2060063>

62. Massey, D. S. (1990). Social structure, household strategies, and the cumulative causation of migration. *Population Index*, 56(1), 3–26.
63. Milasi, S. (2020). What drives youth's intention to migrate abroad? Evidence from international survey data. *IZA Journal of Development and Migration*, 11(1), 1–30. <https://doi.org/10.2478/izajodm-2020-0012>
64. Orosová, O., & Gajdošová, B. (Eds.). (2017). Emigration intentions and risk behaviour among university students. Košice: Pavol Jozef Šafárik University in Košice, Faculty of Arts.
65. Phinney, J. S. (1992). The Multigroup Ethnic Identity Measure: A new scale for use with diverse groups. *Journal of Adolescent Research*, 7(2), 156–176.
66. Sabti, Y. M., & Sri Ramalu, S. (2024). Home country economic, political, social push factors and intention to migrate in Iraq: Psychological distress as mediator. *Cogent Business & Management*, 11(1), 2299507. <https://doi.org/10.1080/23311975.2023.2299507>
67. Sandu, D., & De Jong, G. F. (1998). Political change, ideology and migration intentions. *Romanian Journal of Sociology*, IX(1).
68. Schwartz, S. H. (2007). Basic Human Values: Theory, methods, and application. <https://doi.org/10.1400/92271>
69. Schwarzer, R., & Jerusalem, M. (1995). Generalized Self-Efficacy scale. In J. Weinman, S. Wright, & M. Johnston (Eds.), *Measures in health psychology: A user's portfolio. Causal and control beliefs* (pp. 35–37). Windsor, UK: NFER-NELSON.
70. Șerban-Oprescu, G.-L., Badea, L., Novo-Corti, I., Stanef, M. R., Iacob, S. E., & Piroșcă, G. I. (2021). Socio-psychological dimensions of students migration: A pilot study. *Amfiteatru Economic*, 23(Special Issue No. 15), 1015–1030. <https://doi.org/10.24818/EA/2021/S15/1015>
71. A study of the mental health of students affected by war: Comorbidity, quality of life, and effective therapeutic approaches. (2025). *Psychosomatic Medicine and General Practice*, 10(1). <https://doi.org/10.26766/pmgp.v10i1.596>

72. Tartakovsky, E., & Schwartz, S. H. (2001). Motivation for emigration, values, well-being, and identification among young Russian Jews. *International Journal of Psychology*, 36(2), 88–99.
73. Vakhitov, V., Zaika, N., & Kandul, S. (2025⁶). Return intentions of Ukrainian refugees: The role of national identity and pride. *Journal of Behavioral and Experimental Economics*, 119, 102455. <https://doi.org/10.1016/j.socec.2025.102455>
74. Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30–41.

ДОДАТКИ

Додаток А

Авторська анкета дослідження міграційних намірів студентської молоді

Інструкція. Прочитайте кожне твердження і оберіть один варіант відповіді відповідно до шкали: 1 — повністю не погоджуюсь, 2 — швидше не погоджуюсь, 3 — важко відповісти, 4 — швидше погоджуюсь, 5 — цілком погоджуюсь.

1. Я розглядаю можливість виїзду за кордон у найближчі 1–3 роки.
2. Я відчуваю впевненість у можливості побудувати успішне життя в Україні.
3. Воєнна ситуація в Україні посилює моє бажання виїхати за кордон.
4. Я вважаю, що за кордоном матиму кращі можливості для професійної реалізації.
5. Рішення моїх друзів або знайомих виїхати за кордон впливає на мої власні міграційні наміри.
6. Попри труднощі воєнного часу, я бачу своє майбутнє в Україні.
7. Якби у мене була така можливість, я б виїхав(ла) за кордон уже зараз.
8. Через триваючу війну я відчуваю невизначеність щодо свого майбутнього в Україні.
9. Я активно збираю інформацію про можливість навчання або роботи за кордоном.
10. Економічна ситуація в Україні спонукає мене замислитися про виїзд за кордон.
11. Після завершення навчання я хотів(ла) б жити та працювати в іншій країні.
12. Я планую повернутися до України навіть після тривалого перебування за кордоном.

Ключ обробки. Зворотні пункти — № 2, 6, 12; перед підрахунком їх перекодовують (1 ↔ 5, 2 ↔ 4, 3 без змін). Підсумковий показник — сума балів за

всіма пунктами після перекодування. Вищий бал відповідає сильнішим намірам виїхати за кордон.

Додаток Б

Шкала загальної самоефективності (General Self-Efficacy Scale, GSE)

R. Schwarzer, M. Jerusalem (1995); українська адаптація І. Галецької (2015)

Інструкція. Прочитайте наведені твердження та зазначте, як часто Ви реагуєте таким чином: 1 — ніколи, 2 — інколи, 3 — переважно так, 4 — так, завжди.

1. Я завжди можу вирішити складну проблему, якщо достатньо постараюся.
2. Якщо хтось чинить мені опір, я завжди знайду спосіб досягнути свого.
3. Мені легко дотримуватися своїх намірів для досягнення мети.
4. Я переконаний, що успішно впораюся у несподіваних обставинах.
5. Завдяки власній розважливості я впораюся в неочікуваній ситуації.
6. Я здатний вирішити більшість проблем, якщо докладу необхідних зусиль.
7. Я зберігаю спокій перед труднощами, оскільки вмію долати проблеми.
8. Долаючи проблему, я завжди знаходжу кілька рішень.
9. Коли я в складній ситуації, я зазвичай знаю, що робити.
10. Незалежно від того, що трапилося, я завжди можу зарадити собі.

Ключ обробки. Одна шкала, зворотних пунктів немає. Підсумковий бал — сума балів за 10 пунктами (діапазон 10–40).

Додаток В

Багатомірна шкала сприйняття соціальної підтримки (Multidimensional Scale of Perceived Social Support, MSPSS)

G. Zimet та ін. (1988); українська версія Ю. Мельника, А. Стадніка (2023)

Інструкція. Уважно прочитайте кожне твердження і виберіть цифру відповідно до того, як ви оцінюєте його щодо себе: 0 — дуже не згодні, 1 — не згодні, 2 — трохи не згодні, 3 — нейтральні, 4 — злегка згодні, 5 — згодні, 6 — дуже згодні.

1. Є хтось, хто поряд, коли я в біді.
2. Є хтось, з ким я можу розділити свої біди і радощі.
3. Моя сім'я насправді хоче мені допомогти.
4. Я отримую емоційну підтримку, в якій маю потребу, від моєї сім'ї.
5. У мене є хтось, з ким я відчуваю себе добре.
6. Мої друзі насправді намагаються мені допомогти.
7. Я можу розраховувати на моїх друзів, коли мені погано.
8. Я можу говорити про мої проблеми з моєю сім'єю.
9. У мене є друзі, з якими я можу розділити свої біди і радощі.
10. Є хтось особливий в моєму житті, кого турбують мої почуття.
11. Моя сім'я хоче допомогти мені в прийнятті рішень.
12. Я можу говорити про мої проблеми з моїми друзями.

Ключ обробки. Три субшкали по чотири пункти: сім'я — 3, 4, 8, 11; друзі — 6, 7, 9, 12; значущі (близькі) особи — 1, 2, 5, 10. Зворотних пунктів немає. Показник — середнє значення (загальне та за кожною субшкалою).

Додаток Г

Шкала психологічного дистресу війни (War-Related Psychological Distress Scale, WRPD)

І. Галецька, М. Кліманська, Л. Кліманська (2022)

Інструкція. Оцініть, будь ласка, свої відчуття і переживання в ситуації війни на теперішній момент за шкалою від 1 до 10.

1. Рівень власної внутрішньої напруги (1 — абсолютно спокійний, 10 — відчуваю надзвичайно високу напругу).
2. Наскільки Ви боїтеся за власне життя та здоров'я (1 — не відчуваю жодного страху, 10 — переживаю надзвичайно сильний страх).
3. Наскільки Ви боїтеся за життя та здоров'я своїх близьких (1 — не відчуваю жодного страху, 10 — переживаю надзвичайно сильний страх).
4. Наскільки Ви боїтеся за власне майбутнє (1 — не відчуваю жодного страху, 10 — переживаю надзвичайно сильний страх).
5. Наскільки Ви боїтеся за майбутнє України (1 — не відчуваю жодного страху, 10 — переживаю надзвичайно сильний страх).
6. Ваш рівень втоми від війни (1 — сповнений сил, 10 — цілком виснажений).

Ключ обробки. Єдина шкала, зворотних пунктів немає. Підсумковий бал — сума балів за 6 пунктами (діапазон 6–60).

Додаток Д

Методика вимірювання етнічної ідентичності (Multigroup Ethnic Identity Measure, MEIM)

J. Phinney (1992); українська адаптація А. Османової, Л. Снівак (2023)

Інструкція. Визначте, наскільки Ви погоджуєтеся чи не погоджуєтеся з кожним твердженням, описуючи власну етнічну належність. Варіанти відповіді: «абсолютно погоджуюся», «швидше погоджуюся, ніж не погоджуюся», «швидше не погоджуюся, ніж погоджуюся», «абсолютно не погоджуюся».

1. Я витратив(ла) багато часу, намагаючись дізнатися якомога більше про свою етнічну групу, про її історію, традиції, звичаї.
2. Я беру активну участь в організаціях чи соціальних групах, які містять переважно представників моєї етнічної групи.
3. Я дуже добре знаю своє етнічне походження і розумію, що воно для мене означає.
4. Я багато думаю про те, як етнічна належність вплине на моє життя.
5. Мені радісно від того, що я належу до своєї етнічної групи.
6. Я чітко відчуваю зв'язок зі своєю етнічною групою.
7. Я добре розумію, що для мене означає моя етнічна належність.
8. Для того, щоб якомога більше дізнатися про свою етнічну групу, я розмовляв(ла) про неї з багатьма людьми.
9. Я пишаюся своєю етнічною групою.
10. Я дотримуюся традицій своєї етнічної групи.
11. Я відчуваю сильну прив'язаність до своєї етнічної групи.
12. Я добре ставлюся до свого етнічного походження.

Ключ обробки (за джерелом). Відповіді переводять у бали: «абсолютно не погоджуюся» — 1, «швидше не погоджуюся, ніж погоджуюся» — 2, «швидше погоджуюся, ніж не погоджуюся» — 3, «абсолютно погоджуюся» —

4. Загальний показник — середнє арифметичне за всіма твердженнями;
когнітивний компонент — середнє за пунктами 1, 2, 4, 8, 10.