

КИЇВСЬКА ШКОЛА ЕКОНОМІКИ

МАГІСТЕРСЬКА ПРОГРАМА «СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ»

ДИПЛОМНА РОБОТА

«СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ПОВЕРНЕННЯ УКРАЇНСЬКОЇ
МОЛОДІ З-ЗА КОРДОНУ В УКРАЇНУ ПІД ЧАС ПОВНОМАСШТАБНОЇ ВІЙНИ»

Студентка:

Ткачинська (Курень) Марія Ярославівна

Науковий керівник:

Яровий Дмитро Олександрович

Для здобуття освітнього ступеня: Магістр
за спеціальністю: С4 Психологія
Освітня програма «Соціальна психологія»

Київ – 2026

ЗМІСТ

АНОТАЦІЯ.....	4
ВСТУП.....	5
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ.....	8
1.1 Класичні підходи до вивчення процесів міграції.....	8
1.2 Соціально-психологічні підходи до пояснення міграційних рішень.....	10
1.3 Теоретичні підходи до питання зворотної міграції.....	15
1.4 Український контекст: масштаб переміщення, стан досліджень та дослідницька прогалина.....	17
Висновки до розділу 1.....	18
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	20
2.1 Концептуалізація ключових понять дослідження.....	20
2.2 Теоретична рамка дослідження.....	21
2.3 Обґрунтування вибору методологічного підходу.....	22
2.4 Опис методології.....	24
2.5 Пояснення даних.....	27
РОЗДІЛ 3. РЕЗУЛЬТАТИ ТА ДИСКУСІЯ.....	29
3.1 Результати дослідження.....	29
3.2 Інтерпретація отриманих даних.....	45
3.3 Робочі передбачення про певні тенденції.....	46
ВИСНОВКИ.....	48
ПРОПОНОВАНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ.....	52

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	56
ДОДАТКИ.....	62

АНОТАЦІЯ

Повномасштабна війна росії проти України спричинила масштабну хвилю вимушеної міграції українців за кордон. Водночас частина молоді ухвалила рішення повернутися в Україну попри збереження безпекових ризиків та часто більш сприятливі умови життя в країнах перебування. Така ситуація ставить під сумнів достатність класичних моделей пояснення міграційних процесів і актуалізує необхідність вивчення, як соціально-психологічні чинники впливають на рішення про повернення.

У теоретичному розділі проаналізовано класичні економічні теорії міграції та їхню критику, а також розглянуто соціально-психологічні підходи до осмислення процесу міграції та повернення. Емпірична частина роботи реалізована в межах якісного пошукового, теоретично інформованого дизайну. Дослідження ґрунтується на 12 напівструктурованих глибинних інтерв'ю з молодими людьми віком 18–35 років, які після 24 лютого 2022 року перебували за кордоном щонайменше шість місяців, а згодом повернулися в Україну. Аналіз даних здійснено за допомогою тематичного аналізу.

У результаті дослідження було встановлено, що рішення про повернення не зводиться до економічного чи безпекового розрахунку, а формується як наслідок складної взаємодії нематеріальних чинників. В межах аналізу було виділено чотири ключові, пов'язані з поверненням молоді: трансформація та захист ідентичності, відчуття дому, суб'єктність, а також реінтеграція після повернення. У межах кожної теми були визначені механізми, через які відповідні соціально-психологічні чинники впливали на рішення про повернення.

Робота робить внесок у дослідження міграції, зміщуючи фокус із намірів повернення на досвід фактичного повернення та демонструючи, що соціально-психологічні чинники можуть мати вирішальне значення для ухвалення рішення про повернення в умовах війни, а також аналізуючи через які механізми проявляється рішення про повернення.

Ключові слова: повернення мігрантів, рееміграція, українська молодь, повномасштабна війна, вимушена міграція, соціальна ідентичність, відчуття дому, суб'єктність, агентність, реінтеграція, тематичний аналіз.

Кількість слів: 15009

Вступ

Повномасштабна війна росії в Україні спричинила одну з найбільших хвиль міграції в Європі з часів Другої світової війни. Понад шість мільйонів українців опинилися за кордоном, ще кілька мільйонів залишаються внутрішньо переміщеними всередині країни (UNHCR, 2024). Водночас поряд з масовим виїздом виник і інший важливий феномен – повернення частини українців назад в Україну, попри те, що основний фактор, який мотивував до виїзду, тобто загроза безпеці, не зник. Важливим також є повернення молоді, яка, перебуваючи за кордоном, нерідко мала доступ до кращих економічних умов та стабільнішої інфраструктури. Ці факти ставлять під сумнів достатність пояснення класичних моделей міграції, які інтерпретують переміщення переважно як раціональний вибір між більш і менш вигідними умовами життя.

У сучасній науковій дискусії міграційні рішення дедалі рідше пояснюються виключно економічними стимулами, натомість увага зміщується до соціально-психологічних чинників, зокрема ролі ідентичності та відчуття дому. Для українського контексту ця дискусія є особливо актуальною оскільки більшість існуючих досліджень переважно фокусуються на роботі з людьми, які перебувають за кордон, досліджуючи їхні наміри про повернення, проте існує певний розрив між намірами про повернення і фактичним поверненням, а нематеріальні чинники: ідентичність, відчуття дому, прагнення контролювати своє життя виявляються не менш значущими, ніж безпека чи економічні умови.

Наукова проблема полягає в тому, що класичні підходи до пояснення міграції та повернення не є вичерпними для пояснення рішення української молоді повертатися додому, поки триває війна, в умовах збереженої загрози і за об'єктивно стабільніших умов за кордоном. Водночас існує брак досліджень, які працювали би саме з досвідом молоді, яка вже повернулася назад в Україну після міграції. Це вимагає іншої аналітичної рамки: такої, що пояснює, як ідентичність, переживання дому, досвід інтеграції або неінтеграції, та прагнення відновити контроль над власним життям перетворюються не просто на намір повернутися, а на реальну дію.

Дослідницьке питання: як соціально-психологічні чинники впливають на рішення молоді повернутися в Україну в умовах, коли основний виштовхувальний фактор, загроза безпеці, не зник?

Мета дослідження: виявити та проаналізувати соціально-психологічні чинники, що впливають на рішення української молоді повернутися з-за кордону після періоду міграції.

Для досягнення поставленої мети в роботі передбачено розв'язання таких завдань: проаналізувати класичні й сучасні теоретичні підходи до пояснення міграції та повернення, окреслити соціально-психологічні чинники, релевантні для пояснення рішення про повернення в умовах війни, зібрати й проаналізувати емпіричні дані про досвід молодих українців, які повернулися з-за кордону, виявити ключові чинники й механізми, що впливають на повернення, інтерпретувати отримані результати у зв'язку з ширшою теоретичною дискусією про міграційні рішення, а також на основі отриманих результатів сформулювати рекомендації, які будуть впливати на повернення української молоді в Україну.

У роботі використано якісні методи дослідження. Емпіричну основу становлять напівструктуровані глибинні інтерв'ю з 12 молодими людьми віком 18–35 років, які після 24 лютого 2022 року перебували за кордоном щонайменше шість місяців, а згодом повернулися в Україну. Аналіз дає змогу не лише виявити соціально-психологічні чинники повернення, а й зрозуміти механізми, через які вони впливають на рішення про повернення.

Теоретичні очікування дослідження полягають у тому, що: по-перше, досвід тривалого перебування в «чужому» середовищі та неможливість повноцінно реалізувати й підтвердити власну ідентичність посилюють відчуття ідентичності, що може стимулювати повернення, по-друге, для частини молодих мігрантів психологічне переживання дому, пов'язане з мовою, близькими людьми, культурними кодами та відчуттям соціальної впізнаваності, виявляється важливішим за фізичну безпеку, по-третє, коли інтеграція в приймаючому суспільстві переживається як втрата суб'єктності, «зрада» попереднього життя або розрив життєвого наративу, це може послаблювати адаптацію за кордоном і підсилювати орієнтацію на повернення, по-четверте, повернення може бути способом відновлення суб'єктності і почуття контролю над власним життям.

У дослідженні використано якісний пошуковий характер, але водночас він є теоретично інформованим. Його перевага полягає в тому, що він дає змогу виявити складні, багатовимірні й не завжди очевидні механізми ухвалення рішення про повернення, які важко схопити за допомогою стандартизованих кількісних методів. На основі теоретичного аналізу було окреслено можливі соціально-психологічні чинники повернення, однак вони не розглядалися як жорсткі гіпотези для перевірки, а радше як орієнтири для подальшого аналізу емпіричного матеріалу. Напівструктуровані інтерв'ю дали змогу працювати з індивідуальними сенсами, емоційними інтерпретаціями та життєвими наративами респондентів, а тематичний аналіз – індуктивно систематизувати ці дані в

аналітично значущі теми. Результати дослідження формувалися у взаємодії між теоретичними очікуваннями та емпіричними даними.

Розділ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ

1.1 Класичні підходи до вивчення процесів міграції

Перші і найвпливовіші спроби теоретично пояснити процес міграції зводилися до простої ідеї: люди переміщуються туди, де краще. В основі концепції «виштовхування-притягування» (push-pull) лежить уявлення про мігранта як про раціонального актора, що зважає очікувані вигоди і витрати, передусім через зарплату, зайнятість і та загальний добробут, і обирає варіант, який пропонує найкращі можливості.

За цією концепцією, фактори «виштовхування» (наприклад, безробіття, бідність, нижчий рівень життя, загроза фізичній безпеці) у країні походження та фактори «притягування» (вищі заробітні плати, кращі інфраструктурні умови) у країні призначення формують своєрідний баланс, що пояснює напрямок та інтенсивність переміщень людей (Lee, E.S, 1966, Bilecen, 2022).

Продовжуючи логіку раціонального вибору, неокласична економічна теорія міграції визначає головною причиною переміщення – різницю в заробітній платі та очікуваних доходах між країнами. Згідно такого підходу люди, що мігрують продовжують діяти суто раціонально та прагматично: переміщуватися з метою максимізації своїх доходів протягом усього життя постійно зважуючи фінансову сторону, витрати та вигоди. У цій парадигмі міграція виступає переважно як однобічний процес, де ідеальним сценарієм вважається постійне осідання в новій країні, що свідчить про економічний успіх індивіда (Tezcan, 2018).

Показово, що навіть в новітніх дослідженнях неокласична модель все ще залишається впливовою: дослідження міграційних процесів між США та Канадою показує, що очікуваний розрив у доходах є ключовим фактором, що визначає рішення про переїзд в іншу країну. Оскільки ці країни мають подібне географічне, економічне та культурне середовище, вплив неекономічних мотивів мінімізується (Park, Lee, & Park, 2024).

На противагу неокласичній моделі нова економіка трудової міграції пропонує інших погляд, що зміщує фокус з однієї окремої людини на родину. Цей підхід розглядає міграцію не стільки як спосіб збільшити дохід, а більше як колективну стратегію виживання, спрямовану на диверсифікації ризиків та подолання недоліків ринку у країні походження. Відповідно до цієї логіки, мігранти планують свій виїзд з метою накопичення певного капіталу чи досягнення конкретних фінансових цілей (Riosmena, 2024).

Трохи інший сучасний підхід, відмінний від попередніх має транснаціоналізм, що стирає чіткі межі між мобільністю та постійним поверненням.

Транснаціональні зв'язки з батьківщиною та інтеграція в країні перебування не виключають одне одного, а утворюють єдину матрицю, де людина може одночасно бути глибоко інтегрованою за кордоном і підтримувати тісний контакт із домом. Подібні практики, такі як регулярні візити до країни походження, можуть як готувати мігранта до остаточного повернення, так і слугувати повноцінною альтернативою йому, дозволяючи вести життя на дві країни одразу (Carling & Erdal, 2014).

Проте, такі підходи до осмислення міграції піддаються критиці через надмірну спрощеність. Дослідники говорять про те, що, наприклад, концепція «виштовхування-притягування» зводить складний процес ухвалення міграційного рішення до простої автоматичної реакції на зовнішні чинники, але при цьому ігнорують агнетність мігрантів, державні політики тощо (de Haas, 2021). Окрім того, сама ідея того, що люди завжди раціонально зважують витрати та вигоди не знаходить підтвердження в реальності, де рішення доволі часто ухвалюють в умовах стресу, невизначеності чи обмеженого доступу до інформації, що робить суто раціональний, прагматичний розрахунок скоріше теорією, яка не знаходить підтвердження серед опису реальної поведінки людей (Czaika et al., 2021).

В межах нашої роботи важливо розмежувати два питання: чим пояснюється міграція та як її класифікувати. Сучасні дослідження показують, що міграцію важливо розрізняти не лише за причинами, що вплинули на це рішення, але також і за масштабом, тривалістю і ступенем примусу. При цьому поділ на «добровільну» і «вимушену» дедалі рідше трактується як жорстка бінарна схема, натомість йдеться про континуум, у межах якого конкретні форми мобільності поєднують елементи і вибору, і обмеження (de Haas 2021; Erdal, M. B., & Oerppen, C. 2018). Це особливо відчутно у випадку міграції пов'язаної з воєнними діями. Коли люди залишають країну через збройний конфлікт, на перший план виходять не міркування про зарплату чи кар'єру, а загроза життю, доступ до базової безпеки і уявлення про те, яким може бути майбутнє.

Дослідження з міграції показують, що рішення про переміщення формуються в умовах повної невизначеності, обмежених часових рамках, а також складних соціальних відносин, а тому неможливо їх описати лише через класичну модель «виштовхування-притягування» (Czaika et al., 2021). Саме тому аналіз вимушеної міграції потребує окремої рамки: такої, що враховує примус,

вразливість і обмежену агентність, а не лише розрахунок вигод (Quinn & Ruiz, 2022).

Сучасні дослідження також підтверджують, що подібний підхід не здатний повною мірою пояснити наміри воєнних мігрантів повернутися додому. Хоча класичний прагматичний розрахунок продовжує відігравати свою роль, рішення біженців формуються під впливом зовнішніх факторів, які здатні змінювати уявлення людини про те, де її місце. У цьому контексті на перший план виходять інші психологічні чинники: насамперед сила національної ідентичності, яка здатна створювати тяжіння для повернення і здатні переважати інші вигоди від інтеграції в країнах перебування (Vakhitov, Zaika, & Kandul, 2025).

Отже, класичні економічні теорії є важливою відправною точкою, оскільки вони описують, як міграція пов'язана з оцінкою можливостей, ресурсів та ризиків. Проте їхня пояснювальна сила слабшає, коли мова заходить не лише про міграцію в іншу країну, але й про зворотну міграції в країну походження, вимушену мобільність або ситуації, де вирішальну роль відіграють родинні зв'язки, ідентичність та емоційні чинники. Перехід до соціально-психологічних підходів – це не відмова від економічного пояснення, а його необхідне розширення, спроба побачити ті виміри рішення, які раціональна модель просто не здатна охопити (de Haas, 2021; Hagen-Zanker, J., Hennessey, G., & Mazzilli, C, 2023).

1.2 Соціально-психологічні підходи до пояснення міграційних рішень

На відміну від класичної «виштовхування-притягування» логіки, соціально-психологічні підходи розглядають міграцію не як одномоментний раціональний акт, а скоріше як багатовимірний, складний процес, у якому переплітаються і уявлення про майбутнє, і відчуття належності, і ідентичність, а також емоційна складова та суб'єктивне сприйняття безпеки. Через таку призму рішення про виїзд, повернення чи рішення залишатися в країні міграції формуються не лише під впливом об'єктивних умов, а й через те, які ці умови інтерпретуються конкретною людиною у її власному біографічному та соціальному контекстах (de Haas, 2021; Czaika, Bijak & Prike, 2021).

Найбільш аргументованою альтернативою класичній моделі «виштовхування-притягування» є концепція (aspirations-capabilities) де Хааса (de Haas, 2021). Її центральна ідея: люди не виштовхують і не притягуються зовнішніми силами, вони мають власні цілі і діють відповідно до них в межах наявних ресурсів і можливостей. Рішення про виїзд чи повернення є результатом взаємодії між тим, чого людина прагне, і тим, що вона реально може зробити в

конкретному структурному контексті. Сучасні дослідники (Hagen-Zanker et al., 2023) підтверджують цю думку далі, показуючи, що суб'єктивні й нематеріальні чинники: відчуття морального обов'язку, прихильність до певних цінностей, бажання бути причетним до важливих подій, здатні визначати міграційні рішення у нюансований і часом об'єктивно ірраціональний спосіб.

Теоретичним фундаментом для розуміння того, як ідентичність впливає на міграційні рішення, є теорія соціальної ідентичності (Tajfel & Turner, 1979, 1986). Її основна ідея: приналежність до соціальних груп – це не просто описова характеристика людини, а джерело її самооцінки, сенсу і психологічного благополуччя. В умовах міграції ця система може зазнавати суттєвих порушень: людина частково втрачає звичне групове членство у країні свого походження і водночас зіштовхується труднощами формування нової ідентичності у країні перебування. Ідентичність тут постає не як культурна ознака, а як психологічно необхідний ресурс і його дефіцит має цілком відчутні наслідки. Дослідження серед вимушених мігрантів показують: відсутність значущих групових зв'язків у приймаючій країні пов'язана з депресивними симптомами і відчуттям відчаю, тоді як збереження ідентифікаційної безперервності пом'якшує ці наслідки (Smeekes et al., 2017).

Для українських вимушених мігрантів, які виїхали внаслідок повномасштабного вторгнення, теорія соціальної ідентичності набуває особливої ваги. Як показують дослідження, сильна національна чи етнічна самоідентифікація є одним із ключових факторів, що стимулюють наміри мігрантів щодо повернення на батьківщину (Tezcan, 2018).

Збереження ідентифікації з Україною, її культурою та суспільством виступає не лише психологічним ресурсом в еміграції, але й чинником, що підтримує наміри до повернення, попри об'єктивні безпекові чи економічні ризики (Khelashvili & Kabanets, 2025).

Сучасні дані про українських мігрантів також підтверджують зв'язок між ідентичністю та поверненням: експериментальне дослідження В. Вахітов, Н. Заїка, С. Кандул показало, що активізація національної ідентичності підвищує наміри повернення (Vakhitov, Zaika & Kandul (2025)).

Інше дослідження, проведене в Сполучених Штатах Америки серед мексиканських мігрантів, показує, що соціально-психологічні фактори, зокрема те, як мігранти себе сприймають та з ким взаємодіють, є визначальними для формування рішення про повернення чи навпаки про вкорінення в приймаючій країні. Зокрема, збереження міцної національної самоідентифікації (сильна

ідентифікація себе саме як мексиканця) суттєво підвищує ймовірність повернення, тоді як переймання ідентичності приймаючого суспільства (сильна американська ідентифікація) зменшує шанси на повернення та сприяє намірам залишитися. Важливу роль відіграє і соціальне оточення: мігранти, які розвивають і підтримують дружні зв'язки переважно зі своїми співвітчизниками, значно частіше планують зворотну міграцію порівняно з тими, хто має переважно міжетнічне коло спілкування. Водночас впливовим фактором, що виштовхує мігрантів назад на батьківщину, є досвід дискримінації та расизму. Мігранти, які стикаються з расизмом (зокрема через темніший колір шкіри), мають значно вищі наміри повернутися додому порівняно з тими, хто має світлішу шкіру і легше інтегрується в нове суспільство (Tezcan, 2018).

Для розуміння ідентичності як рушія дії важливо також звернутися до теорії наративної ідентичності McAdams (1996). Відповідно до цієї теорії, людина конструює себе через безперервний особистісний наратив – безперервну розповідь про те, ким вона є, звідки прийшла і куди прямує. Міграція здатна цей наратив розривати одразу в кількох точках: минуле стає далеким і недосяжним, теперішнє – чужим, майбутнє – розмитим. З цієї перспективи повернення є не просто географічним переміщенням, а й способом відновити безперервність цієї розповіді.

В цьому контексті також важливим й інші дослідження, що показують, що міграційні рішення, зокрема про повернення, часто продиктовані не лише прагматичними факторами, а й етнічними особливостями, відчуттям приналежності, пошуком власного коріння, ностальгією та історичною прив'язаністю до рідної країни. Глибока туга за батьківщиною може перетворювати рішення про зворотну міграцію на ірраціональний, з економічної точки зору, крок (Bilecen, 2022). У випадку українських вимушених мігрантів цей концепт знаходить своє емпіричне підтвердження: емоційний зв'язок з країною, прагнення перебувати у звичному соціокультурному середовищі та патріотичні почуття виступають одними з головних рушіїв намірів повернутися додому (Khelashvili & Kabanets, 2025).

Поняття «відчуття дому» є одним із центральних у соціально-психологічному осмисленні міграції і повернення. Офіційна позиція УВКБ ООН виходить із того, що добровільна репатріація можлива лише тоді, коли вона відбувається «в умовах безпеки та гідності» (UNHCR), тобто фізична безпека тут розглядається як необхідна передумова. Проте концепт психологічного дому пропонує зовсім іншу оптику. Якщо «дім» є передусім психологічною категорією

– простором приналежності, впізнаваності, можливості бути собою, – то відчуття цієї приналежності може давати людині більше суб'єктивного комфорту, ніж об'єктивна безпека в чужому просторі.

Дослідження прив'язаності до місця показують, що «дім» не є суто географічним ресурсом, а також виступає психологічним ресурсом – джерелом ідентичності, стабільності та відчуття належності (Gustafson, 2001).

Для пояснення емоційного зв'язку мігрантів із середовищем дослідники використовують концепти «належності» (belonging) – глибокого відчуття себе «вдома» та в безпеці і «прив'язаності до місця» (place attachment) (Yuval-Davis, 2006). М. Антоніч запропонував аналітичну рамку, яка пояснює формування особистого відчуття «дому» через п'ять факторів: автобіографічні (пам'ять, проведений у місці час), реляційні (соціальні зв'язки), культурні (мова, традиції), економічні та правові (Antonsich, 2010).

Нещодавнє дослідження польських та литовських мігрантів, які мали досвід повернення з Великої Британії назад у країну свого походження підтвердили, що культурні, автобіографічні та реляційні фактори формують прив'язаність до місця після повернення значно сильніше, ніж успіх на ринку праці. Зокрема, відчуття культурної «відмінності» від земляків стало головною перешкодою для реінтеграції, тоді як ностальгія та повернення саме у своє рідне місто найбільше відновлювали відчуття дому. Натомість поточний статус зайнятості (навіть безробіття) не мав значущого впливу на цей процес. Це підтверджує, що для тих, хто повертається, глибока емоційна «ідентичність місця» (place identity) важить більше, ніж суто економічна залежність від нього (Trabka et al., 2022)

Зеттер (Zetter, 2021) показує, що в міграції «дім» підтримується насамперед через пам'ять та уяву, і саме тому «уявний дім», сконструйований за кордоном, після повернення нерідко не збігається з тим, що людина знаходить насправді. У контексті України ця розбіжність набуває особливої уваги, оскільки люди, які мають досвід повернення назад в Україну можуть зіштовхнутися з розчаруванням, який призведе до нової міграції.

Міграційне рішення про повернення часто супроводжується гострим дистресом для через руйнування внутрішнього образу дому. Перебуваючи за кордоном, люди схильні психологічно «консервувати» у пам'яті незмінний, довоєнний образ своєї домівки, що діє як своєрідний захисний механізм і допомагає зберегти відчуття стабільності та контролю в умовах важких змін. Проте під час фактичного повернення цей ідеалізований образ болісно стикається

зі зміненою воєнною реальністю, зруйнованими спорудами та порушеною повсякденністю (Кочубейник, 2025).

Крім того дослідження показують, що уявлення про майбутнє місце і спосіб життя, оптимізм, емоційна прив'язаність і ціннісні переконання здатні визначати міграційні рішення у нюансований і часом об'єктивно ірраціональний спосіб (Hagen-Zanker et al., 2023). Саме ці чинники можуть виявитися вирішальними там, де економічні й безпекові розрахунки однозначно вказують проти повернення і де, попри це, люди все одно повертаються.

Попри наявність емоційного зв'язку з батьківщиною та бажання повернутися, мігранти стикаються з низкою потужних стримуючих факторів (бар'єрів), які змушують їх відкладати або скасовувати свої плани (Bilecen, 2022). Насамперед це економічні чинники, такі як розрив в очікуваних доходах, відсутність кар'єрних перспектив та страх безробіття вдома (Park, Lee, & Park, 2024), що часто посилюється житловою проблемою – втратою чи руйнуванням власного дому на батьківщині на противагу доступу до кращих житлових умов або соціальної підтримки в країнах перебування (Khelashvili & Kabanets, 2025). Наявність дітей також кардинально змінює наміри. Тескан наголошує, що якщо діти мігранта вже пішли до школи в країні перебування, ймовірність повернення додому різко падає через занепокоєння батьків щодо освітнього майбутнього дітей та складнощів їхньої адаптації до іншої системи (Tezcan, 2018). До цього додаються соціально-психологічні перешкоди: страх культурного відчуження після повернення, а також побоювання щодо можливого суспільного осуду чи негативного ставлення з боку тих співвітчизників, які не виїжджали (Khelashvili & Kabanets, 2025; Trąbka et al., 2022; Tezcan, 2018). Однак, у випадку українських вимушених мігрантів, усі ці побутові, соціальні та психологічні міркування перекриваються або диктуються додатково безпековим фактором: триваючою військовою агресією, тимчасовою окупацією територій, постійними ракетними загрозами та зруйнованою критичною інфраструктурою (Khelashvili & Kabanets, 2025; Rostetska, Shvets, & Ilkiv, 2023).

Парадокс повернення молоді в Україну під час триваючого збройного конфлікту постає в тому, що основний «виштовхувальний» чинник не зник. Сильна ідентифікація з Україною, відчуття морального та громадянського обов'язку, переживання розриву між «психологічним домом» і місцем фізичного перебування – усе це є важливим соціально-психологічними чинниками, що впливають як на сам процес адаптації в приймаючій країні, так і на рішення

повернутися.

1.3 Теоретичні підходи до питання зворотної міграції

Питання повернення мігрантів тривалий час залишалося на периферії міграційних досліджень, які переважно зосереджувалися на поясненні причин виїзду та процесів інтеграції в країнах перебування. Внаслідок цього повернення часто розглядалося або як завершальний етап міграційного циклу, або як індикатор «успішності» чи «неуспішності» міграційного досвіду (Bilecen, 2022, Tezcan, 2018). Однак сучасні дослідження показують, що зворотна міграція не є просто дзеркальним відображенням еміграції: вона має власну логіку, різні типи, відмінні мотивації та нерідко пов'язана не лише з оцінкою умов у країні перебування, а й з тим, як мігрант сприймає свої ресурси, можливості та перспективи після повернення.

Одним із перших підходів до осмислення повернення є неокласична економічна теорія, згідно якої, мігранти повертаються у випадку, якщо їхні очікування щодо життя за кордоном не виправдалися або якщо економічні можливості в країні походження стають більш привабливими. У цій логіці повернення часто інтерпретується як наслідок «невдачі» міграції (Dustmann & Weiss, 2007). Водночас альтернативний підхід, розроблений у межах нової економіки трудової міграції, пропонує інше бачення: міграція розглядається як стратегія домогосподарства, а повернення – як запланований і успішний етап цього процесу, що відбувається після досягнення конкретних цілей, зокрема накопичення фінансового капіталу чи здобуття кваліфікації (Massey et al., 1993). Обидва підходи по-різному оцінюють результат, але залишаються в межах одного припущення: повернення є раціональним розрахунком.

Сучасний транснаціональний підхід долає традиційне уявлення про повернення як остаточну кінцеву точку міграції, розглядаючи його натомість як гнучкий етап, де межа між постійним поверненням та безперервною просторовою мобільністю часто розмивається. Згідно з цим підходом, транснаціональні практики мігрантів (наприклад, грошові перекази) діють як інвестиції в майбутню соціальну реінтеграцію на батьківщині, тоді як регулярні візити додому слугують своєрідною «перевіркою реальності» перед переїздом або ж стають комфортним замінником остаточного повернення. Більше того, цей підхід чудово пояснює парадокс: набуття громадянства чи легального статусу в країні перебування не завжди остаточно вкорінює мігранта, а часто діє як транснаціональний «запобіжний клапан», що психологічно стимулює повернення, гарантуючи

можливість безперешкодно поїхати назад у разі невдачі вдома (Carling & Erdal, 2014).

Ще одним важливим зрушенням стало переосмислення самого поділу на «добровільне» і «вимушене» повернення. Як ми вже говорили раніше, сучасні дослідники дедалі частіше відмовляються від цієї бінарної схеми на користь континууму: конкретне рішення про повернення майже завжди поєднує елементи і вибору, і примусу (Erdal & Oerppen, 2018). Це особливо важливо для біженців і вимушених мігрантів, для яких повернення може бути формально добровільним, але фактично зумовленим обмеженими можливостями інтеграції, правовим статусом або соціально-психологічними труднощами в країні перебування. Така перспектива дозволяє уникнути спрощеного трактування повернення як виключно вільного вибору та підкреслює складність цього процесу, тим самим відкриваючи простір для аналізу цього процесу.

Кожна теорія має обмеження: неокласична фокусується на економічних невдачах, нова економіка трудової міграції сліпа до фактору війни, структурна не бачить внутрішньої логіки мігранта, а транснаціональна не пояснює різницю в рішеннях людей з однаковими зв'язками. Тому найефективнішим є інтегративний підхід, що розглядає проблему одночасно через призму ресурсів, структурних обставин та психології людини. Зокрема, жодна з них не пояснює, чому люди можуть повертатися в умовах об'єктивної небезпеки – як у випадку триваючої повномасштабної війни, і як нематеріальні чинники: ідентичність, емоційна прив'язаність, відчуття дому перетворюються на конкретні дії.

Окремою проблемою є розрив між намірами повернутися і самим поверненням. Наміри – важливий, але недостатній предиктор дії: навіть сильне бажання повернутися далеко не завжди реалізується (Sheeran & Webb, 2016). Це означає, що між «хочу повернутися» і «повертаюся» відбувається щось іще, якийсь психологічний процес, який існуючі теорії міграції здебільшого не описують.

На практиці дослідницький фокус дуже часто зміщується саме до намірів повернення, тоді як вивчення вже здійсненої дії потребує довготривалого відстеження траєкторій мігрантів. Дослідники де Хаас і Фоккема наголошують про важливість розрізнення наміру про повернення і самого повернення, як дії (de Haas & Fokkema, 2011). Навіть коли початкові плани виявляються сильним предиктором повернення, між наміром і реалізацією зберігається помітний розрив.

Лонгітюдне дослідження Adema et al. (2024) підтверджує, що наміри повернення є значущим предиктором фактичного повернення, проте між наміром і дією залишається певний розрив: із тих, хто спочатку планував повернутися найближчим часом, реально це зробили лише 33%. При цьому загальна частка тих, хто зберігав намір повернутися, знизилася з 66% у 2022 році до 54% наприкінці 2023 року.

Це свідчить про те, що є певний розрив між намір повернутися і самою дією повернення, що підсвічує важливість дослідження групи, яка вже мала досвід повернення.

1.4 Український контекст: масштаб переміщення, стан досліджень та дослідницька прогалина.

Повномасштабне вторгнення Росії у лютому 2022 року спричинило одну з найбільших хвиль вимушеного переміщення в Європі з часів Другої світової. Станом на 2024–2025 роки понад шість мільйонів українців перебувають за кордоном у статусі біженців або тимчасово переміщених осіб (UNHCR, 2024). Наслідки цієї мобільності виходять далеко за межі гуманітарного виміру – вони торкаються демографічної структури суспільства і матимуть довготривалий вплив на його розвиток України.

Ситуацію ускладнює те, що демографічна криза в Україні існувала ще до 2022 року: висока еміграція, низька народжуваність, старіння населення (Libanova, 2019). Вимушена міграція ці тенденції загострила: серед тих, хто виїхав, непропорційно велику частку становлять молоді жінки з дітьми, що створює додаткові дисбаланси у статеві-віковій структурі. На цьому тлі питання повернення набуває виміру, що виходить за межі індивідуального вибору: без повернення людей відновлення людського капіталу країни є принципово ускладненим.

Українські дослідники наголошують, що війна різко поглибила економічні виклики для України через колосальну втрату трудового потенціалу. За попередніми даними понад 8 мільйонів українців (що становить близько 20% населення країни станом на лютий 2022 року) опинилися за кордоном. Ця безпрецедентна хвиля міграції, яка є найбільшою в Європі з часів Другої світової війни, має прямий та руйнівний вплив на українську економіку (Rostetska, Shvets, & Ilkiv, 2023).

Водночас емпіричні дані показують неоднозначну динаміку намірів повернення. На початку повномасштабного вторгнення більшість українців за

кордоном декларували намір повернутися найближчим часом, але з плином часу ці показники знижуються (Adema et al., 2024). Водночас навіть серед тих, хто має досвід тривалої інтеграції в приймаючих країнах, зберігається висока національна ідентичність і емоційний зв'язок з Україною, і саме ці чинники найстійкіше асоціюються з намірами повернутися (Vakhitov, Zaika & Kandul, 2025).

Разом із тим український контекст ставить під сумнів низку базових припущень класичних теорій повернення. Зокрема, повернення відбувається в умовах, коли ключовий «виштовхувальний» фактор, загроза безпеці, не лише не зник, але й залишається визначальним для повсякденного життя. Це суперечить уявленню про повернення як процес, що можливий лише за умов стабілізації та безпеки. Крім того, економічні стимули також часто не сприяють поверненню: можливості працевлаштування, рівень доходів і соціальні гарантії в країнах перебування нерідко перевищують доступні в Україні умови, особливо в короткостроковій перспективі.

Попри це, частина українців повертається. Це свідчить про те, що поряд із структурними факторами важливу роль відіграють соціально-психологічні чинники: відчуття належності, ідентичність, моральні зобов'язання, уявлення про «дім» та власне майбутнє. Водночас існуючі дослідження здебільшого фокусуються на намірах повернення, а не на досвіді тих, хто вже здійснив цей крок, що залишає відкритим питання про механізми переходу від наміру до дії.

Український випадок не просто виявляє межі класичних теорій, він вимагає глибшого аналізу індивідуальних рішень в умовах невизначеності, ризику і трансформації ідентичності. Особливо це стосується молоді: вона перебуває на етапі, коли життєві стратегії тільки формуються, є найбільш мобільною і водночас найбільш чутливою до змін соціального середовища, і тому є особливо показовою групою для вивчення саме цих механізмів.

Висновки до розділу

Класичні міграційні теорії – push-pull та неокласичні підходи будуються на образі людини, що раціонально шукає найкращі можливості. Для аналізу міграції спричиненої воєнними діями цього виявляється недостатньо: ці моделі не враховують ні стресу, ні обмеженої агентності, що визначають реальний контекст переміщення. Досвід українських мігрантів доводить, що ці теорії не здатні пояснити феномен повернення в умовах, коли ключовий «виштовхувальний» чинник – загроза життю через повномасштабну війну – продовжує діяти, а економічні можливості за кордоном є об'єктивно вищими. Нездатність класичних

підходів повністю пояснити рішення мігрантів зумовлює потребу в розширенні теоретичної рамки через соціально-психологічні концепції.

Рішення про повернення чи залишення за кордоном формується не лише під тиском об'єктивних обставин, а й через вплив відчуття ідентичності та соціального оточення. В такому контексті нематеріальні та суб'єктивні чинники – уявлення про майбутнє, почуття обов'язку, уявлення про «дім» та емоційна прив'язаність виступають вирішальними факторами, які здатні переважати економічні та безпекові вигоди в приймаючих країнах.

Ідентичність є одним із фундаментальних механізмів, що може впливати визначають рішення мігрувати або повертатися. Збереження глибокої ідентифікації з Україною та її культурою є не лише психологічним ресурсом для подолання наслідків вимушеного переміщення, але й одним із найважливіших мотиваторів до повернення. Водночас більшість існуючих досліджень міграції зосереджені на вивченні намірів щодо повернення, однак емпіричні дані показують, що існує розрив між задекларованим бажанням повернутися та фактичною дією.

Масштаби вимушеної міграції українців з 2022 року загострили демографічну кризу, що ставить під загрозу післявоєнне відновлення людського капіталу. Особливу цінність у цьому контексті становить дослідження молоді як найбільш мобільної соціальної групи, яка формує свої життєві стратегії та є найбільш чутливою до змін соціального середовища. Український випадок вимагає з'ясувати, яким чином саме соціально-психологічні чинники спонукають молодих людей ухвалювати рішення про повернення всупереч фізичним ризикам і наявним альтернативам за кордоном.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1 Дослідницька рамка

Дослідницьке питання, яке ми ставимо в межах цього дослідження:

Як соціально-психологічні чинники впливають на рішення молоді повернутися в Україну в умовах, коли основний виштовхувальний фактор, загроза безпеці, не зник?

В межах цього дослідження важливо узгодити та охарактеризувати основні поняття, які ми будемо використовувати в межах цього дослідження. Це дослідження оперує чотирма ключовими поняттями, визначення яких потребує обґрунтування: міграція, повернення, соціально-психологічні чинники, ідентичність.

Міграція. У найширшому розумінні міграція визначається як переміщення людини через адміністративний або державний кордон з наміром змінити місце проживання – тимчасово або постійно. Для цього дослідження важливим є розмежування між трудовою (добровільною) і вимушеною міграцією. Вимушена міграція визначається як переміщення, здійснене під примусом обставин, що загрожують безпеці або базовим правам людини (UNHCR), і має певні відмінності, оскільки відбувається без повноцінного вибору альтернатив. Водночас, як показано в теоретичному розділі, межа між добровільним і вимушеним переміщенням не є жорсткою. У контексті цього дослідження міграція українців після 2022 року визначається як вимушена, спричинена загрозою фізичній безпеці, але такою, що зберігала елементи індивідуального вибору щодо напрямку, часу і умов виїзду.

Поняття **повернення** також потребує уточнення. У класичному розумінні повернення мігрантів – це переміщення назад до країни походження після перебування за кордоном. Проте це визначення приховує певну відмінність: повернення може бути кінцевою точкою міграційного циклу або ж проміжним етапом іншої мобільності. Для цього дослідження повернення визначається як свідоме рішення про переміщення назад в Україну, здійснене під час повномасштабної війни в Україні.

Поняття **«соціально-психологічні чинники»** є аналітичною категорією, що об'єднує нематеріальні та суб'єктивні виміри міграційного рішення на відміну від матеріальних і структурних: економічних, правових, інфраструктурних.

Дослідники виокремлюють чотири групи таких чинників: уяву і уявлення про майбутнє місце та спосіб життя, особистісні риси, емоції та почуття, а також переконання і цінності (Hagen-Zanker et al., 2023). Ширше до цієї категорії відносять ідентичність і відчуття приналежності, суб'єктивне сприйняття можливостей і загроз, емоційні зв'язки з людьми і місцем. Системним недоліком багатьох досліджень є або ігнорування цих чинників на користь матеріальних, або їхнє фрагментарне включення як контрольних змінних без теоретичного осмислення (de Haas, 2021). Для цього дослідження соціально-психологічні чинники визначаються як сукупність внутрішніх психологічних станів, міжособистісних відносин і культурно зумовлених уявлень, що формують суб'єктивний досвід мігрантів і впливають на їхні міграційні рішення незалежно від об'єктивних матеріальних умов.

Ідентичність. У межах соціально-психологічної традиції ідентичність розуміється або як стабільна характеристика, що визначає групову приналежність людини (Tajfel & Turner, 1986), або як динамічний процес, що безперервно конструюється і реконструюється через соціальну взаємодію та власний наратив (McAdams, 1996).

Для цього дослідження ідентичність визначається як динамічний процес суб'єктивного самовизначення, через який людина відповідає на питання «хто я» і «де моє місце», і який активно трансформується під впливом міграційного досвіду.

2.2 Теоретична рамка дослідження

Це дослідження виходить із припущення, що рішення про повернення української молоді з-за кордону є не лише раціональною реакцією на зовнішні обставини (економічні чи безпекові фактори), а формується через складний взаємозв'язок соціально-психологічних чинників. Центральним концептом теоретичної рамки є ідентичність, яка розглядається не як статична характеристика, а як безперервний динамічний процес і ключовий механізм, що спонукає до повернення.

Оскільки це дослідження має пошуковий, але водночас теоретично інформований характер і фокусується на глибинному розумінні процесу, суб'єктивного досвіду та смислів, у центрі уваги перебуває ключовий феномен – рішення молоді повернутися в Україну в умовах триваючої небезпеки.

Аналітичний фокус дослідження спрямований не на вимірювання сили окремих факторів, а на вивчення механізмів, через які це рішення стає дією. Дослідження зосереджується на тому, яким чином трансформація ідентичності, зміна переживання дому, досвід обмеження суб'єктності та прагнення відновити агентність можуть спонукати молодь до повернення в Україну, попри збереження об'єктивного «виштовхувального» фактора – війни.

На теоретичному рівні робота спирається на попередньо проаналізовану соціально-психологічну літературу, яка дозволяє окреслити низку можливих механізмів повернення. Ці механізми використовуються, як теоретичні орієнтири, які допомагають задати початкову рамку для подальшого аналізу. Подальше кодування і формування тем здійснювалося з опорою на емпіричні дані. Зважаючи на пошуковий характер дослідження теоретичні очікування щодо чинників та механізмів було сформульовано наступним чином:

1. В умовах вимушеного перебування в «чужому» середовищі та зіткнення зі неможливістю повноцінно реалізувати свою ідентичність і бути визнаним запускається механізм посилення ідентичності. За цих умов людина гостро відчуває розрив між своїм «Я» та приймаючим суспільством, що перетворює повернення у небезпечне, але «своє» середовище на спосіб захистити власну ідентичність.

2. Якщо поняття «дому» базується на глибокій психологічній прив'язаності до людей, рідної мови, культурних кодів та соціального контексту, що дають відчуття приналежності та комфорту, то гостра потреба у цій емоційній і психологічній безпеці (потреба бути у «своєму» середовищі) може переважати раціональні аргументи на користь об'єктивної (фізичної) безпеки в країнах перебування, стимулюючи мігранта до повернення.

3. Якщо інтеграція в приймаючому суспільстві суб'єктивно інтерпретується мігрантом як «зрада» минулого життя і призводить до втрати відчуття реальності власного майбутнього (розрив наративної ідентичності), то молодь буде схильна свідомо саботувати процес своєї адаптації за кордоном, щоб зберегти психологічний зв'язок з домом, що в підсумку прискорює рішення про повернення.

2.3 Обґрунтування вибору методологічного підходу

Дослідницьке питання цієї роботи – як соціально-психологічні чинники впливають на рішення молоді повернутися в Україну під час повномасштабної війни – вимагає відповіді про механізм, а не про розподіл. Відповідь на питання

«яким чином» є якісною: вона вимагає доступу до суб'єктивного досвіду людини, а не до статистично значущих ефектів.

Відповідно, це дослідження реалізує якісний пошуковий дизайн на основі глибинних інтерв'ю та тематичного аналізу. Вибір якісної методології є методологічною позицією, що випливає з природи дослідницького питання. Кількісні методи фіксують кореляції між змінними, але не дають доступу до психологічного процесу між ними. Якісні методи, натомість, дозволяють реконструювати цей процес з усіма його суперечностями, нюансами і суб'єктивними смислами (Braun & Clarke, 2006).

Рішення про повернення в зону збройного конфлікту є складним, суперечливим і часто нелінійним процесом: людина вагається, відкладає, долає зовнішній тиск, переосмислює власну ідентичність. Глибинні інтерв'ю, дозволяють респонденту розгорнути власну розповідь у часі і розкрити логіку, яка стоїть за рішенням.

Друга перевага – чутливість до несподіваних феноменів. Якісний підхід дозволяє виявити та описати нові механізми, які не могли б бути виявлені через кількісний підхід.

Третя перевага – можливість вивчати тих, хто вже повернувся, а не тих, хто лише декларує намір. Як показано в теоретичному розділі, є певний розрив між людьми, які висловлювали намір про повернення і між тим, хто дійсно повернувся. Якісне дослідження групи реальних повернень дає інший кут зору на механізм, ніж кількісне дослідження намірів.

Якщо говорити про обмеження обраного підходу, то перше і найбільше суттєве обмеження – відсутність статистичної узагальненості. Ми не можемо результати якісного дослідження на основі 12 глибинного інтерв'ю поширити на всю популяцію молоді, що повернулася в Україну під час повномасштабного вторгнення. І хоча результати дають глибоке розуміння соціально-психологічних чинників, які впливають на рішення молоді повернутися, вони не є універсальними. Обраний метод дослідження є достатнім для пошукових досліджень, про те вимагає подальших кількісних досліджень з метою розширити результати цього досліджень.

Ще одне обмеження – гендерна однорідність вибірки. Більшість респонденток є молодими жінками, що частково відображає реальну демографічну ситуацію українських мігрантів, але водночас обмежує можливість узагальнення щодо чоловіків, особливо призовного віку, які також є важливою категорією і дослідження рішень яких матиме додатковий вимір.

В межах дослідження більшу увагу було приділено реконструкції психологічних механізмів рішення, що не описані в літературі та опису суперечностей і схожості в досвіді респондентів, які є типовими для цього феномену, але зникають при кількісному вимірюванні.

Меншу увагу було приділено кількісним характеристикам вибірки (скільки респондентів описали той чи інший механізм) порівнянню підгруп за демографічними ознаками; узагальненням щодо всієї популяції повернень. Ці питання є важливими, але вони є предметом майбутніх кількісних досліджень на основі ширшої вибірки.

2.4 Опис методології

В нашому дослідженні ми використали якісний метод дослідження із напівструктурованими інтерв'ю на основі попередньо розробленого гайду. Ця методологія була обрана з декількох причин:

1) створити простір для вільного висловлення думок та зменшити дисбаланс сил між учасником та дослідниками

2) створити простір для нової інформації, аби уникнути попередньо заангажованих відповідей під впливом дослідників.

У дослідженні взяло участь 12 молодих людей (9 жінок і 3 чоловіки) з досвідом виїзду за кордон на початку 2022 року та перебуванням там понад 6 місяців. Оскільки після 12 інтерв'ю було досягнуто теоретичної насиченості даних, збір даних було зупинено. До дослідження долучилися молоді люди з різних регіонів України, а також люди з досвідом міграції в різні країни. При відборі людей до інтерв'ю дослідники намагалися диференціювати їх за віком, терміном перебування за кордоном, а також країною перебування, аби охопити якомога більшу групу. У таблиці нижче наведено огляд демографічної інформації про учасників та учасниць. Для збереження їх анонімності ми прибрали їх імена.

Таблиця 1

Демографічні дані учасників та учасниць

Номер інтерв'ю	Вік	Стать	Сімейний стан	Рік виїзду	Рік повернення	Країна	Регіон до якого повернулися
----------------	-----	-------	---------------	------------	----------------	--------	-----------------------------

1	20	Жінка	Не в стосунках, без дітей	2022	2022	Італія	Рівне
2	20	Жінка	Не в стосунках, без дітей	2022	2025	Німеччин а	Миколаїв
3	20	Чоловік	У стосунках, без дітей	2022	2022	Польща	Київ
4	21	Чоловік	Не в стосунках, без дітей	2022	2023	Польща	Миколаївщина
5	24	Жінка	У стосунках, без дітей	2022	2023	Польща	Київ
6	23	Чоловік	Не в стосунках, без дітей	2022	2025	Франція	Київська область
7	23	Жінка	У стосунках, без дітей	2022	2024	Великобританія	Київ
8	22	Жінка	У стосунках, без дітей	2022	2023	Австрія	Київська область
9	28		У стосунках, без дітей	2022	2024	Португалія, Канада	Київ
10	19	Небінарна / інша	Не в стосунках, без дітей	2022	2022	Німеччин а	Харків
11	31	Жінка	Не в стосунках, без дітей	2022	2025	Німеччин а	Київ
12	36 (35 на момент пове	Жінка	У стосунках, без дітей	2022	2025	Німеччин а	Київ

	рнен ня)						
--	-------------	--	--	--	--	--	--

Перед початком дослідження було отримано схвалення від етичного комітету університету. Також перед початком проведення інтерв'ю, учасники були ознайомлені з цілями інтерв'ю, проінформовані про запис і подальшу обробку інтерв'ю, а також про те, що у разі потреби вони можуть пропустити будь-яке питання, якщо будуть відчувати, що воно є некомфортним для них, а також, що вони в будь-який момент можуть зупинити інтерв'ю, окрім того, учасникам надавалася інформація про можливість отримання психологічної допомоги після інтерв'ю. Перед початком інтерв'ю учасники заповнювали форму збору демографічних даних, а також давали інформаційну згоду в онлайн-форматі.

Набір учасників відбувався через соціальні зв'язки та соціальні мережі. Перший контакт дослідники створювали через соціальні мережі (зокрема WhatsApp та Телеграм). Набір учасників тривав протягом 1,5 місяців.

Критерії включення:

Учасників проінформовували, що вони можуть взяти участь у дослідженні, якщо відповідають наступним критеріям:

- вік 18–35 років;
- громадянство України;
- перебування за кордоном після 24 лютого 2022 року не менше 6 місяців;
- факт повернення в Україну на момент участі в дослідженні;
- добровільна згода на участь.

Критерії виключення:

- неповнолітні особи на момент проведення інтерв'ю;
- особи, які на момент участі в дослідженні фактично не проживають в Україні, зокрема ті, хто після повернення перебував на території України менше 6 місяців протягом останнього року.
- відсутність інформованої згоди.

Збір даних

Від молодих людей було отримано інформовану згоду. Інтерв'ю проводила студентка Київської школи економіки, яка навчається на магістерській програмі

«Соціальна психологія». Студентка мала попередній досвід проведення інтерв'ю. Вона проводила зустріч в онлайн форматі, через платформу Zoom у заздалегіть запланований час. Перед початком інтерв'ю студентка надавала інформацію про мету дослідження, а також надавала інформацію про конфіденційність даних. Перед початком інтерв'ю учасникам було повідомлено в межах інтерв'ю немає правильних чи неправильних відповідей, а ключовим є їх досвід. Далі студентка рухалася по питанням, які були до цього пропрацьовані в гайді, за потреби зверталася до додаткових питань. Тривалість інтерв'ю становила в середньому 70-80 хвилин. Інтерв'ю проводилося українською мовою. Усі інтерв'ю були записані через платформу Zoom і в подальшому дослівно транскрибовані. Кількість проведених інтерв'ю визначалася моментом досягнення тематичного насичення даних. Аби визначити момент насичення, студентка аналізувала та інтерпретувала зміст інтерв'ю протягом всього процесу збору даних, кодуючи теми по мірі їх появи. Коли студентка переконалася, що зі збору даних не впливають нові дані, збір даних було завершено.

2.5 Пояснення даних

Студентка провела аналіз даних. Загальні теми, що були пов'язані з темами міграції, повернення та соціально-психологічних факторів впливу були висвітлені в межах п'ятиетапного тематичного аналізу, який спирається на методологію Брауна та Кларка. Було обрано цей вид аналізу через його теоретичну гнучкість, що дозволяла студентці проводити доволі широке та різноманітне кодування з використанням індуктивного підходу, який впливає з опрацьованих даних. Процес передбачав кодування від відкритого кодування до осьового з подальшим узагальненням даних перед описом тем пов'язаний з питаннями міграції, повернення та соціально-психологічних факторів впливу на ці рішення. Під час проведення інтерв'ю вони записувалися через платформу Zoom. Перед початком запису дослідниця попереджала респондентів про те, що інтерв'ю буде записувати і в подальшому транскрибуватися. Після запису інтерв'ю дослідниця транскрибувала інтерв'ю, прибираючи особисті дані респондентів.

На першому етапі дослідниця ознайомлювалася з даними наново, прослухавши записані інтерв'ю та прочитавши транскрибовані дані при цьому роблячи відповідні нотатки.

На другому етапі дослідниця починала створення кодів для текстових даних, акцентуючи увагу на ознаках пов'язаних з міграцією, поверненням та соціально-психологічними факторами, які впливали на рішення, як виїзду, так і

повернення, нотуючи ті, що повторювалися у наборі даних. Коди були у форматі коротких текстових фрагментів. Опісля коди були сегментовані на категорії, які мають схоже смислове навантаження, а після об'єднані в ширші теми.

На третьому етапі були викристалізовані теми, а наявні коди відзначені відповідно до кожної теми. Ці теми були переглянуті повторно під час четвертого етапу, під час якого дослідниця переглядала кожну тему, аби визначити чи складаються вони у цілісну історію, як окремо, так і всі разом. Через суб'єктивні особливості цього виду аналізу передбачалося, що особисті упередження та цінності можуть суттєво вплинути на кодування та інтерпретацію даних. Аби визнати ці упередження, а також врахувати їх можливий вплив дослідниця задокументувала їх в журналі рефлексії.

Коментар від дослідниці: Дослідниця вже тривалий спілкується та має в своєму близькому оточенні людей, які мали досвід міграції та повернулися назад, а також тих хто мігрував і не повертається. Дослідниця народилася в місті Харкові, і перші 6 місяців повномасштабної війни провела в місті маючи волонтерську діяльність. Після – переїхала до Києва. Мала досвід виїзду за кордон під час повномасштабної війни, як в межах робочих відряджень, так і відпустки, які тривали до 15 днів.

РОЗДІЛ 3. РЕЗУЛЬТАТИ ТА ДИСКУСІЯ

3.1 Результати

У результаті проведеного аналізу було виділено чотири основних теми, пов'язаних з поверненням молоді назад в Україні:

1. Трансформація і захист ідентичності
2. Відчуття дому
3. Суб'єктність
4. Реінтеграція: ейфорія та дисонанс

1. Трансформація та захист ідентичності

Аналіз 12 інтерв'ю з молодими людьми, які повернулися в України під час повномасштабної війни, показав, що ідентичність функціонує не як статистична характеристика, а як динамічний психологічний процес, через який активізується рішення про повернення. В межах нашого дослідження ми виділили три механізми, через які активізується ідентичність, що впливає на рішення про повернення:

Зіткнення з чужим середовищем

Більшість респондентів описували свою українську ідентичність до виїзду за кордон як «задану», але не усвідомлену, тобто ця ідентичність була, але скоріше не була осмислена, і не потребувала захисту. Респондентка 11 формулює цей стан наступним чином: *«до війни в мене не було такого усвідомлення, бо я просто «існувала»»*.

Контакт з чужим середовищем, не обов'язково ворожим, але відмінним. Відсутність рідної мови на вулицях, відмінні культурні коди, необхідність пояснювати очевидні для респондентів речі створюють ситуації, коли людина через контраст відчуває свою інакшість. Самі під час цього процесу ідентичність починає переходити в усвідомлений стан. Респондент 3 описує цей досвід наступним чином: *«Це, напевно, найцікавіше: ти не можеш побачити різницю, не бачачи інших варіантів. У цьому найбільший прикол. Коли я виїхав, то зрозумів, що я там не свій. А тут я свій. Коли починаєш про це думати... я навіть не можу пояснити це словами, воно працює на рівні відчуттів. Ти відчуваєш: оце – мої, а оце – не мої.»*. І до виїзду в респондента була присутня українська ідентичність, але така кристалізація відбувається саме під час перебування за кордоном.

Тобто цей процес розгортається наступним чином: зіткнення з «іншим» робить відчуття «свого» більш видимим та значущим.

Цікаво, що в респондентів, які до повномасштабного вторгнення могли ідентифікувати себе частково з російськомовним простором цей механізм запускав не просто усвідомлення ідентичності, а переосмислення того, що вважається своїм, а що ні. Респондентка 2 ділиться своїм досвідом: *«Я повністю перейшла на українську мову та припинила споживати будь-який російський контент. Це була моя перша реакція після виїзду. До війни я слухала російську музику, розмовляла російською, уся родина була російськомовною. Перехід був важким: навіть сни снилися російською, і спочатку українська здавалася чимось «не моїм». А зараз, коли згадую про те, що колись говорила російською, навіть не можу цього зрозуміти. До війни я думала, що українська культура – це «шароварицина», а коли почала заглиблюватися в питання, зрозуміла, як помилялася.»*

Мова стала своєрідним маркером цієї ідентичності, через яку респонденти частково також закривали потребу відокремитися від росіян за кордоном описуючи цей процес *«як повернення собі своєї сили»*. Респондент 6 розповідає досвід, як мова важлива, аби сепаруватися від росіян *«Важко було співіснувати з росіянами в одному просторі, в Парижі їх дуже багато. Коли чуєш російську на вулиці, не одразу розумієш: це росіянин чи українець»*.

Посилена ідентичність переростає в потребу середовища, де вона може бути реалізуватися без додаткових пояснень, тим самим мотивуючи респондентів повернутися до середовища де ця потреба не є чимось виключним і може бути легко реалізована без додаткових зусиль.

Безперервна включеність в український контекст

Всі респонденти фізично перебували за кордоном, але ментально вони насправді ніколи не покидали Україну: постійний моніторинг новин, долученість до українських онлайн-спільнот, робота для українських організацій, регулярні поїздки додому. Респондентка 1 рефлексувала цей досвід так: *«У студраді ми якраз тоді запустили TikTok академії. Кожного дня по 4–5 годин у мене йшло на всі ці справи. Згодом я рефлексувала: це був мій спосіб не втрачати контекст, бути постійно задіяною і не розірвати зв'язок зі своїми людьми та справами. Це допомагає тримати частинку того, що завжди приносило задоволення і робило мене мною.»*. Респондентка 5 розповідала, що крайню версію цього стану: фізично перебуваючи в горах у Франції вона зовсім не могла згадати тієї краси, просто тому що весь час жила виключно в телефоні стежачи за подіями в Україні, а

згодом вже після повернення не могла згадати закордонні супермаркети й інші доволі побутові, буденні речі.

Через постійно включеність в український контекст ідентичність постійно підтримується і відтворюється через постійну залученість у «свій» контекст. Водночас така залученість поступово спричиняє відчуття роздвоєності: фізично тіло знаходить в одному місці, але розум: думки, сенси, емоції, перебуває зовсім в іншому. Такий досвід стає виснажливим, оскільки вимагає постійного перемикавання між двома різними реальностями, жодну з яких людина не здатна прожити повністю. Респондентка 11 описувала своєрідний когнітивний дисонанс: *«При цьому я постійно перебувала в «нашому» контексті. У мене був когнітивний дисонанс: серцем і розумом я була вдома, читала всі новини, стежила за військовими діями та культурою, а коли виходила на вулицю – бачила зовсім іншу картинку. Ніби я там, але насправді тут.»*

На цьому моменті починається напруження між ідентичністю і середовищем. Постійне когнітивне «життя в Україні» на рівні ідентичності вступає в конфлікт зі фізичною присутністю в іншій країні, що створює внутрішню несумісність досвіду.

Важливо, що постійне перебування в українському інформаційному полі не давало людині змоги відпочити від війни навіть у безпечному місці. Одна з респонденток зізнавалася: *«перебуваючи за кордоном, я переживала в сто разів сильніше, ніж у Києві під вибухами»*.

Ще одна Респондентка 7 описувала свій досвід роздвоєння досвіду наступним чином: *«Тіло було в Британії, а мозок — у виживанні України.»*

У результаті накопичене виснаження і внутрішній розрив вимагають вирішення. Саме тут ідентичність безпосередньо впливає на рішення про повернення. З часом це виснаження стає нестерпним і змушує людину обирати. Вибір на користь повернення в цьому механізмі є не драматичним рішенням, а логічним завершенням процесу, що вже відбувався: людина і так жила в Україні ментально, а повернення лише з'єднує фізичне місце перебування з тим, де вона вже знаходилася весь час. Респондентка 1 описала цей досвід наступним чином: *«З ментального в мене було відчуття, що я повертаю собі себе. Це найголовніше. Я просто повертаю себе. Усе, я вдома»*.

Ідентичність у цьому механізмі виступає не лише як характеристика, а як динамічний процес, що визначає узгодженість між внутрішнім досвідом і зовнішнім середовищем та спрямовує рішення про повернення.

Відмова у реалізації ідентичності як загроза

На відміну від двох попередніх механізмів, які виникають зсередини, цей стимулюється зовні. Умовою є ситуація, коли приймаюче середовище явно або неявно відмовляє людині у праві на її ідентичність: або присвоює небажану ідентичність («refugee», «мігрант»), або ставить умову – повна інтеграція можлива лише через відмову від українського. При цьому йдеться не обов'язково про відкрити ворожість, механізм часто діє через буденну, спокійну впевненість приймаючого середовища у своєму праві визначати, чия присутність є повноцінною, а чия — ні.

Ідентичність у цьому механізмі стає видимою не через відмінність як таку, а через її заперечення або обмеження. Один з респондентів зіштовхнувся з цим у такій формі: *«я написав там «Слава Україні» французькою. Наступного дня приходжу, а воно закреслено пальцем. Ще через день прихожу, а там написано «Refugee» (біженець). Мене це збісило.»*

Коли зовнішнє середовище намагається нав'язати іншу рамку ідентичності або звужити можливості її реалізації, у відповідь ідентичність не послаблюється, а навпаки набуває більшої ваги та захисного характеру.

Інша форма загрози – усвідомлення, що інтеграція можлива лише ціною відмови від себе. Схожий досвід усвідомлення того, що інтеграція можлива тільки ціною відмови від себе описує респондентка 2 *«Навіть з доброю мовою ти ніколи не станеш «своєю», бо не росла в їхній культурі. Завжди будеш аутсайдером. Можна інтегруватися повністю, лише якщо відкинути все українське, а для мене ідентичність була дуже важливою»*, а респондентка 1 зіткнулася з прямим цензуруванням її переживань в Італії, коли координатор з яким вона працювала просив не розповідати про війну на ранкових нарадах, бо це нібито «псує настрій» на цілий день.

Респондент 4 переживав варіант цієї загрози зсередини, як загрозу зради себе: *«я саботував власну адаптацію ледь не спеціально. Хоча я людина комунікабельна і міг би легко вступити на навчання чи знайти хорошу роботу, я не хотів цього. Думка про те, щоб будувати нове життя в Гожові, здавалася мені зрадою всього того, що я мав у рідному місті»*.

Респондентка 11 переживала схожий досвід: *«Я не намагалася інтегруватися, навіть уникала цього. Створила собі «українську Бульбашку»*.

«З часом я зрозуміла, що підсвідомо уникала цієї інтеграції. Оскільки я соціальна людина, процес ішов сам собою, але я навмисно не досліджувала місто, в якому жила. Я завжди ходила однією і тією ж дорогою. Розуміючи за картами устрій міста, я навмисно не йшла новим шляхом, щоб не створювати нових

асоціацій і не запускати нові нейронні зв'язки. Мені це було не потрібно. Я просто виконувала тут свою функцію», поділилася одна з респонденток. Вона описала, що не просто не інтегрувалася, а розуміючи як працюють механізми прев'язування свідомо блокувала їх. Нові маршрути в місті – це нові нейронні зв'язки, а нові нейронні зв'язки – це нові асоціації і нова прив'язаність, що становить небезпеку для ідентичності. Це є найбільш розгорнутим описом саботажу як раціональної стратегії, а не емоційної реакції. Окрім того, дівчина використовувала вже знайомий їй досвід переміщенної молоді з Луганська як готову теоретичну рамку для власної поведінки: вона ще до виїзду була знайома з людьми, які відмовлялися соціально вмикатися в нове місто, «бо це відчувалося б як внутрішня зрада того місця, звідки нам довелося поїхати». Тобто механізм адаптації як зради був для неї не відкриттям, а свідомо обраною моделлю.

На цьому етапі механіка переходить у внутрішній вимір: зовнішнє обмеження трансформується у внутрішній конфлікт, де інтеграція починає сприйматися як втрата цілісності або зрада власного «я». Повернення тоді є не пошуком кращих умов, а захисною реакцією: способом опинитися там, де ця загроза зникає, де ідентичність не потребує ні доведення, ні захисту, ні компромісу. Респондентка 12 описує відчуття після повернення, яке найточніше передає логіку цього механізму: *«стало легше від відчуття, що я сама собі господиня.»*

«Був страх, що доведеться назавжди залишити все українське і жити за кордоном», описав ще один респондент.

2. Відчуття дому

Тема відчуття дому та приналежності виявилася однією з найбільш насичених у проаналізованих інтерв'ю. Аналіз показав, що «дім» у наративах респондентів та респонденток є значно складнішим поняттям, ніж просто географічний або фізичний простір. Він функціонує як багатовимірна психологічна категорія, що охоплює людей, мову, культурні коди, тілесний комфорт і відчуття безпеки, але безпеки не від фізичної загрози, а від невизначеності власного місця у світі. Саме через цей багатовимірний зміст туга за домом стає настільки інтенсивним переживанням, що здатна переважити раціональні аргументи безпеки.

Туга за домом

Туга за домом у більшості випадків з'являлася не одразу, це могла бути пов'язаним з певним рівнем несподіваності від виїзду, але що важливіше – туга

формувалася поступово, як накопичення через різні тригери: приготування знайомої їжі, почута рідна мова, друзі, що приїхали. Такі речі несуть у собі важливу пам'ятку про дім і саме через ці ж речі його відсутність стає відчутною.

Дім виступає як певний досвід, який неможливо повноцінно відтворити в іншому контексті, і який постійно з'являється через окремі моменти.

Одна з респонденток описує побутову ностальгію як щоденний ритуал підтримання зв'язку з домом: *«Я постійно готувала якісь суто домашні українські страви. Я, яка ніколи не любила ті зрази, там їх просто лупашила тільки так у морозилку. Бо мені це нагадувало про дім»*. Їжа ставала не просто стравою, вона була матеріальним замінником того, чого не вистачає, і водночас ритуалом, через який людина підтримує психологічний зв'язок з минулим. Цікаво, що декілька респондентів, коли згадували тугу про дім, а згодом повернення говорили про сир (творог), що їх дратувала відсутність можливості купити сир, як в Україні і що вони дуже раділи при поверненні, що мали можливість його купити.

Важливо, що туга не була постійним процесом – вона працювала хвилями, накопичуючись через окремі тригери і час від часу досягаючи пікових моментів.

Туга може накопичуватися непомітно, а потім різко проявитися через один конкретний епізод. Та сама респондентка описує епізод в Італії, який став точкою зламу: *«Я стою і візуально бачу: українці. Ну от прямо видно. І мені було так «по кайфу», просто стояти з ними, чекати автобус. Коли вони приїхали, вийшли ці водії і почали гукати: «Дівчата! Та-ак! Бердичів!»*. Я не плакала, але я їхала назад і просто сиділа вражена. З того моменту мене ще сильніше наздогнала думка: *«Боже, ні, я хочу додому»*. Не можна назвати це рішення абсолютно раціональним, скоріше туга за домом досягла такого рівня піку, коли накопичені переживання стали перетворюватися у конкретні дії.

Інша респондентка розповідала, що туга за домом для неї досягла такого рівня, що вона просто припинила помічати, що відбувається навколо. У цьому випадку туга займає весь когнітивний та емоційний ресурс, фактично блокуючи можливість інтеграції в нове середовище.

Інша респондентка поділилася: *«Кожного разу після тижня вдома було неймовірно важко повертатися в Австрію, бо тут усе рідне, а там я почувалася некомфортно»* і *«зрозуміла, що вдома мені буде комфортніше, навіть попри обстріли»*.

В межах проведених інтерв'ю ми бачили, що повернення через відчуття туги додому працює через накопичення: існує певний поріг, після якого раціональні аргументи на користь перебування за кордоном втрачають свою силу.

Повернення тут є не стратегічним вибором, а способом припинити стан, який став нестерпним.

Відчуття приналежності

Потреба у «своєму» емоційному та культурному контексті реалізується через повернення в середовище, де ідентичність не потребує постійного підтвердження або перекладу. Дім у цьому випадку виступає не лише як фізичне місце, але як певний простір, де мова, жарти, політичний контекст є спільними і зрозумілими і не потребують додаткового пояснення.

За кордоном респонденти гостро відчували брак цього розуміння. Навіть за наявності соціальних контактів, взаємодія вимагає постійного пояснення, адаптації і самоконтролю. У результаті людина залишалася позначеною як «інша», як «українець серед поляків», а не просто частина соціуму. Один із респондентів формулює це прямо: *«Мені подобається бути серед українців. Мені потрібне відчуття ком'юніті, де я не «українець серед поляків», а просто частина свого соціуму... Саме соціальний аспект належності був вирішальним».*

Інший респондент описує цей досвід навпаки через дуже яскраве відчуття (не)свого: *«Я там не свій. А тут я свій...Мені ж тут спокійніше. Я наче у своєму болоті, у своїй тарілці. Ти розумієш, куди йти, що це за місце, ти краще орієнтуєшся...Ти знаєш, де твої люди збираються на протести, де проводять акції, де навчаються чи тусуються підлітки, які слухають нормальну музику, а не попсу.»*

Респондент 4 пов'язує приналежність із можливістю вільної комунікації: жартувати українською, бути в контексті спільних мемів і політики, висловлювати думки без бар'єрів і знати, що його зрозуміють. У цьому сенсі мова виступає не лише інструментом, а середовищем існування ідентичності, в якому вона може проявлятися без спрощення чи втрат.

Ще одна респондентка формулює цю потребу в її найпростішій формі: *«Просто внутрішнє відчуття: я хочу бути вдома і не хочу бути там».* Інша додає: *«Я відчула свою приналежність до цього місця: я тут була і я хочу тут бути».*

Іншою важливою категорією є просторова приналежність – зв'язок із конкретним містом як «своїм» середовищем. Дім у цьому випадку локалізується не лише в соціальних зв'язках, а й у міському просторі, який є знайомим, передбачуваним і емоційно насиченим. Респондентка 8 говорить: *«Це моє середовище, по-іншому вже не буде.»*. Часто респонденти говорили в контексті відчуття дому та своєї ідентичності, конкретні міста: Київ, Харків, Миколаїв.

Частина респондентів говорили про приналежність більше в контексті соціальної приналежності. Респондентка 10 сформулювала це дуже просто: *«Мені просто хотілося до друзів»*. Інша респондентка, яка провела півтора року у Відні, в якийсь момент підраховує, чому повернулася, і дає дуже чітку відповідь: *«Якщо всі інші причини разом – це 30%, то люди – це решта 70%. Це був найвагоміший фактор»*.

Повернення стає способом відновлення природного стану, в якому людина знову опиняється серед «своїх», соціально, культурно і просторово.

Коли людина відчуває свою приналежність, вона не потребує витрачання додаткових ресурсів, аби середовище її повністю приймало з її ідентичністю, оскільки вона вже підтримується.

Страх втрати дому

Третій механізм відрізняється від двох попередніх, оскільки він працює через страх. Молодь, так сильно боялася втрати дім та зв'язок з домом, що в якийсь момент це ставало нестерпним, або самими ж молодими людьми сприймалося доволі негативно в результаті чого вони приймали рішення повернутися *«поки є куди повертатися»*. Якщо туга звернена в минуле, бажання приналежності – у теперішнє. Страх втрати дому звернений у майбутнє: людина боїться не того, чого зараз не вистачає, а того, що сама можливість повернення може зникнути, або через зовнішні обставини, або через власну поступову відірваність від дому.

Одна з респонденток формує граничну версію цього страху *«Моя свідомість намагалася «обігнати» мій страх, щоб я думала про майбутнє, не заглиблюючись у його корінь. Мені було страшно, що я можу не повернутися. Але в результаті я дійшла висновку: краще я повернуся в країну у стані війни, ніж не повернуся нікуди.»*

Інша респондентка описує це також через страх *«Я хотіла додому і боялася, що чим більше заглиблюся в німецьке життя, тим більше втрачу зв'язок із власним домом»*.

Респондент 6 описує це також категорією страху *«Був страх, що доведеться назавжди залишити все українське і жити за кордоном.»*

Страх втрати дому веде до повернення через логіку, яка не схожа на логіку від туги і приналежності: не «мені погано без дому» і не «мені потрібні свої люди», а «якщо я не повернуся зараз, то може виявитися, що повертатися вже нікуди або нема до кого». Повернення тут стає способом зберегти саму можливість дому.

Це робить рішення про повернення терміновим навіть у тих випадках, коли туга ще не досягла критичного рівня, а інтеграція в нове середовище є відносно успішною.

3. Суб'єктність

Питання набуття суб'єктності та відчувати себе автором власного життя, а не коли інша країна чи люди приймають за тебе рішення, було наскрізним у всіх проаналізованих інтерв'ю. Проведене дослідження показало, що повернення суб'єктності проходило через три механізми, які в цілому були взаємопов'язаними: об'єктивізація, внутрішній бунт, набуття агентності через дію. В одних респондентів переходи між різними етапами проявлялися більш яскраво і були особливо видимим, коли, наприклад, респонденти приймали імпульсивні рішення про повернення, в інших – воно працювало плавніше і без яскравих моментів переходу. Але в обох варіантах логіка була спільною: повернення виступає способом відновлення права на авторство власного життя.

Об'єктивізація

Механізм запускається тоді, коли людина усвідомлює, що в чужому просторі вона існує не як суб'єкт, а як об'єкт чужих рішень, чужої системи, чужої турботи. Ця об'єктивізація проявляється через різні умови.

Для тих, хто виїхав під тиском родини, вихідною точкою була недобровільність самого виїзду. Один з респондентів формулює це прямо: *«Мене буквально вирвали з мого життя, за шкірки витягли»*. Принципово важливо, що травматичним був не досвід перебування за кордоном, а саме відсутність власного вибору: *«Сам досвід перебування за кордоном не був травматичним – там було класно. Травматичним був саме факт недобровільності»*. Коли виїзд сприймається як чужий сценарій, респонденти починали саботувати адаптації і всі подальші дії. Одна з респонденток говорить описує свій досвід: *«Бо мені не хотілося жити за планом, написаним для біженців урядом іншої країни»*.

Для деякого об'єктивізація приходила через зіткнення із системою приймаючої країни, яка класифікувала людину раніше, ніж вона встигала себе проявити. Одна з респонденток, претендентка на золоту медаль, опинилася в коледжі, де *«множать в стовпчик і шиють на машинці»*. Інший респондент зіштовхнувся з тим, що оточення сприймала його через ярлик «біженця». У обох випадках система не відкидала людину відкрито – вона просто визначала її місце, не питаючи.

Інший, менш очевидний тригер – це турбота. Одна респондентка описує її точно: *«Турбота людей навколо дуже швидко починає здаватися неприємною. Тому що це постійне нагадування про те, що ти тут не просто живеш, а про тебе піклуються, тебе взяли на «утримання» з доброти душевної»*. Доброзичливе позбавлення суб'єктності є менш виснажливою, ніж відкритий тиск, але воно так само утримує людину в позиції об'єкта.

Внутрішній протест або сепарація

Там, де об'єктивізація досягала критичної точки, вона запускала протест, відмову слідувати чужим правилам і сепарацію від нав'язаних очікувань. Цей етап є найбільш виразним у кейсах, де тиск був найгострішим.

Респондентка відмовилася від коледжу категорично: *«Я туди не піду. Робіть що хочете – я не піду»*. Після першого ж дня повернулася в шоці: *«мамо, з мене роблять швачку»*. Це не просто протест – це точка, коли людина повертає собі право визначати власну траєкторію. Інший респондент дочекався 18-річчя, зібрав речі і сів на автобус до Миколаєва, нікому не повідомивши: *«Я просто взяв ключі, гаманець, документи й замість зміни пішов на автобус до Миколаєва. Це було імпульсивне рішення. У голові був адекватний план пропрацювати ще кілька місяців, але щось у менталіті хруснуло»*. Імпульсивність тут є доступним способом розірвати чужий сценарій.

В інших кейсах бунт був менш драматичним. Він проявлявся не як розрив, а як усвідомлення, що рішення весь час було власним. Респондентка описує момент, коли побачила, як інша волонтерка просто встала і поїхала: *«В мені тоді щось перевернулося. Я подумала: «Блін, я ж теж не зобов'язана тут залишатися»»*. І далі формулює суть: *«Я ментально чогось чекала, але не усвідомлювала, що саме я розпоряджаюся своїм контрактом. У моїй голові політичні події в Україні вирішували все за мене»*. Тут немає конфлікту і немає розриву, є момент, коли людина повертає собі суб'єктність не через дію, а через усвідомлення: я вже маю право вирішувати, просто не помічала цього.

Проявлення суб'єктності через конкретну дію

На цьому етапі приходить усвідомлення про те, що потрібно зробити конкретну дію, яка допоможе повернути те саме «авторство» свого життя. І зазвичай цієї дією ставало повернення назад в Україну.

Респондентка 2 описує відчуття після повернення через образ свободи: *«в Україні я почуваюся вільною: можу поїхати, можу повернутися я сама господарка свого життя»*. Ця метафора є символічною: вільно пересуватися між країнами це не просто фізична можливість, а маркер суб'єктності, підтвердження

того, що рішення є власними. Респондентці 12 після повернення стало легше саме від того, що *«спав пресинг системи, яка змушувала йти працювати будь-куди, забувши про свою кар'єру та інтереси»*.

Показово, що в кількох кейсах агентність через повернення переживається фізично, як полегшення і розслаблення навіть попри реальну небезпеку.

Респондентка 11 формулює суть механізму найточніше: *«рішення повернутися додому – це те, що підтримує мене в найскладніші моменти. Навіть у найгірші ночі під час обстрілів чи після них, усвідомлення того, що я вдома і що це був мій свідомий вибір, дає мені колосальні сили»*. Повернення тут є не пошуком комфорту і не втечею від небезпеки – це акт, через який людина доводить собі, що вона є автором власного життя. І саме це авторство стає джерелом сили витримувати все інше.

Ще одна респондентка говорить про «повернення себе»: *«З ментального в мене було відчуття, що я повертаю собі себе. Це найголовніше. Я просто повертаю себе»*.

Інший респондент описує задоволення від самого факту автономного рішення:

«Мені подобається приймати власні рішення. Я не жалкую ні про те, що виїхав, ні про те, що повернувся. Задоволення від власних рішень».

4. Реінтеграція

Хоча тема самого процесу реінтеграції не є центральною темою нашого дослідження, ця тема виступає наскрізною темою в усіх інтерв'ю і оминати її було б некоректно, оскільки проведені інтерв'ю свідчать, що реінтеграція є окремим і складним процесом зі своєю власною динамікою, який має певні відмінності від того, як його уявляли респонденти до повернення. Саме в процесі реінтеграції проявляються деякі з найважливіших трансформацій ідентичності та суб'єктності. Окрім того, успішна реінтеграція значно зменшує вірогідність того, що людина повторно мігрує після розчарування в своєму поверненні.

Ейфорія після повернення

Є одним із найбільш стійких патернів у вибірці. Вона проявляється через радість від дрібних, буденних речей, що раніше сприймалися як належне: їжа, знайомі місця, рідна мова в публічному просторі, можливість просто зустрітися з близькими:

«Перший тиждень удома я була в ейфорії. Йшла в АТБ, купувала ці глазуровані сирки, мій улюблений «Бігмак»... Мені було так щиро добре! Пішла на

базар, купила домашній сир – там ти такого не знайдеш. Оці дрібниці приносили щастя».

«На початку адреналін та екстаз від повернення гасили всі негативні думки. Я відчував неймовірні позитивні емоції від того, що я знову в Україні й чую українську мову в магазинах. Це було просто неймовірно»

«Спершу була ейфорія. Мені здавалося, що в повітря щось розпилюють, настільки було добре»

Дівчина, яка близько року перебувала спочатку у Франції, а згодом у Польщі поділилися, що частково стан задоволення після повернення у неї залишається й досі:

«Протягом останніх кількох років я часто ловлю себе на думці: «Господи, як добре, що ми повернулися»»

Механізм ейфорії є зрозумілим: після тривалого психологічного голоду за «своїм» середовищем, навіть найбуденніші речі набувають надмірної цінності. Ця ейфорія є не ілюзією, а реальним психологічним полегшенням – зняттям хронічного напруження від перебування в «чужому» просторі. Проте вона, як правило, є тимчасовою і поступово змінюється складнішим, більш нюансованим станом.

Зіткнення з реальністю

Після ейфорійної фази більшість респондентів описують зіткнення з реальністю, яка не збігається з тим образом України, що сформувався під час перебування за кордоном. Це зіткнення проявляється в кількох формах. Перша і найбільш поширена: розчарування через пасивність суспільства.

«Але після Нового року я почала звертати увагу: «А чому всім байдуже?». Чому ми не ходимо в укриття? Чому зборів у стрічці стало менше? Мені здалося, що активність спала порівняно з тим, як я це пам'ятала або як це було гіперболізовано в моїй голові, поки я була за кордоном»

Інша респондентка описує схожих досвід через ціннісний вимір:

«Повертаючись у Київ, я була впевнена, що люди, які відчули страх війни на собі, матимуть спільні змінені цінності. Але, на жаль, це виявилось не завжди так».

Механізм цього явища пояснюється через специфіку онлайн-формату споживання інформації: людина за кордоном стежить за подіями через медіа, які за своєю природою висвітлюють екстремальні, а не буденні події. В результаті формується гіперболізований образ України як суспільства в стані максимальної мобілізації. Реальність виявляється складнішою: поряд із героїзмом і

самопожертвою існує й адаптація, звикання, втома, байдужість. Розрив між медійним образом і реальністю є одним із найбільш стійких джерел дисонансу після повернення.

Зворотна адаптація

Всі респонденти поділилися, що після повернення вони відчували потребу в зворотній адаптації, але вже у своїй країні. В одному кейсів респондентка поділилася, що повернення в Україну відчувається як еміграція у свою ж країну:

«Моя знайома, яка чотири роки вчилася на бакалавраті за кордоном, сказала дуже класну фразу: «Повернення в Україну зараз відчувається як еміграція у свою ж країну». Бо країна дуже змінилася. На початку було важко прийняти нові реалії через контраст»

Інша респондентка, яка повернулася після 1,5 роки у Відні ділиться схожим досвідом:

«Перші місяці після повернення був стан повної розгубленості, точно такий же, як коли я тільки приїхала у Відень. Тобі в будь-якому разі потрібен час на адаптацію. Хоча тут усе знайоме, за півтора року багато чого змінилося, і доводиться звикати заново. Повернення – це той самий закордон, тільки твоєю мовою: тобі знову треба вибудовувати своє життя»

Люди, що мають досвід повернення в свою ж країну часто описували, що мають відчуття певного когнітивного дисонансу, що виникає у вже знайомому фізичному просторі, але вже наповнений новими сенсами:

«Коли я приїхала, у мене був специфічний когнітивний дисонанс: на фізичному рівні мозок пам'ятає ці стіни, як це було раніше, але контекст змінився радикально. Я змінилася, я вже інша людина з абсолютно новим досвідом, а навколо ніби все те ж саме. Мені доводилося вести внутрішні діалоги, пояснювати собі: те, що я в цих стінах, не означає, що ми в тій самій точці минулого»

Ця «еміграція у власну країну» має кілька вимірів. Країна змінилася, з'явилися нові правила, нові звички, нова мова в публічному просторі, нові соціальні норми воєнного часу. Людина змінилася, вона повертається іншою після місяців або років досвіду за кордоном. Стосунки змінилися, ті, хто залишався, і ті, хто виїжджав, пережили різний досвід. Все це разом робить реінтеграцію окремим процесом, який потребує часу і зусиль.

Специфічним аспектом реінтеграції в умовах триваючої повномасштабної війни є процес нормалізації війни – звикання до реалій, які є об'єктивно ненормальними і стали основним факторами, які мотивували до цього виїхати з

країни. Більшість респондентів та респонденток описують цей процес як поступовий і неминучий, а водночас описують розрив між власним сприйняттям небезпеки після повернення і сприйняттям тих, хто не виїжджав.

Один з механізм нормалізації описав респондент, який мігрував зі сім'єю в березні 2022 року, а потім повернувся:

«Мозок зникає до всього – це такий захисний фокус. Найстрашніше було саме в момент повернення, а чим довше ти тут, тим більше адаптуєшся».

Інша респондентка описує власне здивування від того, як швидко вона адаптувалася до реакцій оточення:

«Я прийшла в Київ і почула тривогу. Почала шукати укриття на мапі. А потім бачу, що всім навколо абсолютно байдуже. Я подумала: «Точно, це ж наші люди! Чого я так налякалася?»».

Водночас, інша респондентка описує, що у неї інший спосіб адаптації до питань безпеки – оскільки у неї більш загострене відчуття небезпеки порівняно з тими, хто не виїжджав і вона обирає як спосіб адаптації – ходити та ночувати в укритті під час загрози атак в місті, де вона зараз перебуває:

«На роботі мене іноді називають панікеркою, бо я ходжу в шелтер або можу попередити, що почну працювати пізніше. Відчуваю, що мої відчуття небезпеки загостреніші, ніж у колег, які не виїжджали. Не знаю, чи це тому, що я половину війни тут не жила, чи просто я така людина»

Майже всі респонденти та респондентки, незалежно від рівня підготовки до повернення, описують фінансовий шок як одну з найскладніших складових реінтеграції. Різниця між рівнем доходів і вартістю життя в Україні та країні перебування виявляється болючою навіть для тих, хто свідомо на неї підготувався. Дівчина, яка повернулася з Німеччини в одне з прифронтових міст України описує свій перший досвід роботи після повернення:

«За перший місяць я отримала навіть не десять тисяч гривень, а десь 9,7. І це з графіком 4/2 по 12 годин на день. Після першої зарплати я була в розпачі. Я знімала однокімнатну квартиру за 6 тисяч гривень, і вона була посередньою. При тій зарплаті я щовихідних їздила до батьків і привозила звідти їжу, бо не могла дозволити собі купити продукти на місяць»

Інший респондент, попри диплом престижного іноземного навчального закладу і знання шести мов, описує «пекло співбесід»:

«Знайти адекватну, добре оплачувану роботу. Попри шість мов, диплом Сорбонни та круте CV, я пройшов через пекло співбесід».

Ще одна респондентка поділилася, що фінансова нестабільність як один із головних факторів, що гальмував повернення ще до рішення:

«Відчуття фінансової невпевненості. У Німеччині я отримувала допомогу – не великі гроші, але на життя вистачало. А щодо повернення я переживала: що я буду робити, чи зможу себе прогодувати»

Разом із фінансовим шоком майже всі респонденти відзначають повну відсутність інституційної підтримки від держави.

«Держава мені, грубо кажучи, нічого не дала для повернення. Це було суто моє рішення, воно ніяк не було простимульоване зверху» – цитата однієї з респонденток, яка перебувала за кордоном понад 2 роки. Інша дівчина, яка була за кордоном близько 3-х років підтверджує:

«Держава не відіграла ніякої ролі». Хлопець, який прожив за кордоном близько 3-х років описує розрив між очікуванням і реальністю:

«Це були мої ілюзії, що я повернуся «молодцом», мене всі любитимуть і засиплять оферами. Цього не сталося».

Ця відсутність підтримки є важливим практичним висновком дослідження, що має значення для розробки державної реінтеграційної політики.

Попри складність реінтеграційного процесу, більшість респондентів у довгостроковій перспективі описують стан як стабільний або позитивний. Повернення, навіть попри всі труднощі, оцінюється як правильне рішення. Одна з респонденток описує поступовий вихід із розгубленості:

«Лише десь пів року тому я нарешті відчула себе справді вдома, на своєму місці». Інша дівчина підсумовує лаконічно: *«Зараз усе афігенно, не можу ні на що поскаржитися. Я займаюся тим, чим хочу, працюю в класному місці з чудовими людьми».* Інша респондентка формулює стабілізацію через усвідомленість вибору: *«Рішення повернутися додому – це те, що підтримує мене в найскладніші моменти».*

Навіть у найгірші ночі під час обстрілів чи після них, усвідомлення того, що я вдома і що це був мій свідомий вибір, дає мені колосальні сили».

Важливо, що стабілізація у більшості кейсів пов'язана не з покращенням зовнішніх умов, а з внутрішньою роботою – терапією, нетворком, знаходженням нової ролі в суспільстві, формуванням нового кола спілкування. Один з респондентів описує ключові фактори адаптації:

«Допомогли психотерапія, знайомі, кішка. Також різні заходи, опен-коли, школа кураторства. Але найперше – робота. Коли я без діла, я гризу себе зсередини. Важливо відчувати, що тебе чують, і ти робиш щось суспільно»

значущі».

3.2 Інтерпретація отриманих даних

Отримані результати показують, що рішення української молоді повернутися назад в Україну під час повномасштабної війни не може бути поясненим лише через зіставлення класичних «виштовхування та притягування». Воно формується як результат взаємодії багатьох взаємопов'язаних механізмів. В цьому сенсі повернення для нас відкривається не як одноразовий акт, а скоріше як процес, у якому внутрішні психологічні зміни поступово переходять до конкретних дій.

Центральною темою була тема ідентичності, яка вплинула на рішення про повернення через три механізми.

Один з механізмів, який було нами виділено – посилення ідентичності через досвід відмінності. Перебування за кордоном, навіть у безпечному й доброзичливому середовищі, робило українську ідентичність усвідомленою через проживання «інакшості». До виїзду респонденти відмічали, що переживали ідентичність, як щось фонове, а після зіткнення з іншим вони більше її усвідомлювали. Повернення постає як спроба відновити відповідність між внутрішнім самовідчуттям і зовнішнім середовищем. Чим виразніше респонденти усвідомлювали себе українцями, тим менш нейтральним ставало для них перебування у просторі, де цю ідентичність потрібно було постійно пояснювати, відстоювати або захищати.

Інший важливий механізм, який через ідентичність впливав на повернення – постійне перебування в українському контексті. Більшість респондентів не випадали з українського контексту навіть під час перебування в інших країнах: вони постійно стежили за новинами, підтримували українські соціальні зв'язки, були включені у волонтерські, культурні або професійні ініціативи, пов'язані з Україною. У короткостроковій перспективі така включеність допомагала триматися, але в довшій перспективі створювала виснажливий стан роздвоєності. Тіло перебуває в одному просторі, тоді як емоції, думки зосереджені в іншому. Повернення в багатьох випадках відбувалося не як радикальна зміна життєвого курсу, а як завершення вже наявного внутрішнього процесу: людина фактично «жила в Україні» онлайн, а повернення лише знімало болісний розрив між внутрішнім і зовнішнім виміром досвіду.

Відчуття загрози ідентичності через неможливість її повноцінної реалізації в приймаючому середовищі впливала на їхнє подальше рішення про повернення.

Досвід того, що людину символічно зводять до статусу «мігранта» або «іншого», чия присутність є умовною й неповною сприймався як загроза ідентичності, або спроби нав'язати іншу ідентичність. Коли інтеграція починає переживатися як асиміляція або як необхідність частково відмовитися від українського виміру себе, може виникати захисна реакція – відсторонення, саботаж адаптації, уникання нових прив'язаностей, свідоме блокування вкорінення в новому місці. У такій логіці повернення є не пошуком кращих матеріальних умов, а способом вийти з простору, де цілісність «Я» постійно опиняється під загрозою. Чим сильніше інтеграція сприймається як втрата себе, тим вищою стає ймовірність, що повернення буде як акт самозбереження.

Суб'єктність виявилася наскрізним мотивом у всіх інтерв'ю та одним із ключових чинників повернення. Досвід міграції для більшості респондентів супроводжувався втратою контролю над власним життям – через недобровільність виїзду, залежність від системи приймаючої країни та нав'язані сценарії інтеграції.

Повернення через відновлення суб'єктності відбувалося через три механізми: об'єктивізацію та переживання себе як об'єкта чужих рішень, внутрішній протест або сепарацію та відмову приймати нав'язаний сценарій, відновлення агентності через дію та ухвалення власного рішення про повернення.

Незалежно від того, чи цей процес мав різкий чи поступовий характер, його логіка залишалася спільною: повернення виступає способом відновлення авторства власного життя. У цьому контексті воно є не лише просторовим переміщенням, а й способом повернути собі контроль над своїм життям, що часто переживається як психологічне й навіть тілесне полегшення, ряд респондентів відмічали, що під обстрілами їм спати набагато спокійніше, ніж за кордоном в умовній безпеці.

Відчуття дому постає як одна з ключових категорій у досвіді респондентів і значно виходить за межі фізичного простору.

Аналіз показав, що вплив дому на рішення про повернення реалізується через три взаємопов'язані механізми.

Туга за домом, яка формується поступово через повсякденні тригери та працює як накопичуваний стан, що в певний момент стає нестерпним і штовхає до повернення.

Потреба у приналежності, яка проявляється як прагнення бути в середовищі «своїх», де не потрібно постійно пояснювати себе і де ідентичність підтримується природно.

Страх втрати дому, орієнтований у майбутнє, побоювання втратити саму можливість повернення або зв'язок із домом, що надає рішенню терміновості.

Незалежно від домінуючого механізму, повернення в цьому блоці виступає як відновлення зв'язку з простором, де людина відчуває себе «своєю».

Тема реінтеграції не є фокусом нашого дослідження, але дає змогу інтерпретувати повернення не як завершення міграції, а як початок нового адаптаційного циклу. Повернення супроводжується коротким періодом ейфорії, коли буденні ознаки «свого» середовища переживаються як полегшення. Проте згодом більшість респондентів стикаються з дисонансом: країна змінилася, вони самі змінилися, а уявлення про повернення, сформоване на відстані, не збігається з реальністю. Саме тому реінтеграцію важливо пояснювати як не менш складний процес, ніж первинна адаптація за кордоном. Особливого значення тут набувають фінансовий шок, відсутність інституційної підтримки, потреба у повторному вбудовуванні в професійний сектор, а також поступова нормалізація воєнної реальності.

Повернення молодих українців у цьому дослідженні постає як результат взаємодії декількох механізмів. Спільна логіка цих механізмів: прагнення до цілісності. Повернення тут є не просто реакцією на зовнішні обставини, а спробою знову зібрати себе в цілісну позицію.

3.3 Робочі передбачення про певні тенденції

На основі проведеного дослідження можна сформулювати кілька робочих тенденцій щодо повернення молоді в Україну під час повномасштабної війни. Ці тенденції не претендують на статистичну репрезентативність, однак окреслюють напрямки, які виявилися стійкими в аналізованих даних та можуть бути важливими для подальших досліджень.

Імовірність повернення зростає тоді, коли досвід перебування за кордоном не послаблює, а, навпаки, підсилює українську ідентичність. Чим більше людина усвідомлює себе через контраст із чужим середовищем і чим менш природною для неї стає потреба постійно пояснювати або захищати свою належність, тим вищою є ймовірність, що повернення буде сприйматися як психологічно необхідне рішення.

Тривале перебування в українському контексті (навіть онлайн) за відсутності повноцінної інтеграції в приймаюче середовище, ймовірно, підвищує шанс повернення. Якщо людина фізично перебуває за кордоном, але емоційно,

когнітивно й морально залишається включеною в українську реальність, поступово накопичується стан внутрішньої несумісності, який робить повернення способом відновлення цілісності досвіду.

Чим сильніше приймаюче середовище обмежує суб'єктність людини або звужує можливості повноцінної реалізації її ідентичності, тим частіше повернення буде переживатися як акт відновлення контролю над власним життям. У цьому сенсі повернення мотивується не лише любов'ю до дому, а й відмовою залишатися в ролі об'єкта чужих рішень, чужої турботи чи чужих інституційних сценаріїв.

Повернення молодих українців, визначається не лише економічними чинниками, а й соціально-психологічними чинниками. Хоча безпека, житло та економічні можливості залишаються важливими, в межах цієї вибірки вони не пояснюють рішення про повернення вичерпно. Натомість вирішальними виявляються відчуття приналежності, внутрішня цілісність, моральна мотивація та потреба бути серед «своїх».

Саме ж повернення не слід розглядати як фінальну точку міграційної траєкторії. Отримані дані дозволяють припустити, що після повернення запускається новий адаптаційний цикл, який включає ейфорію, розчарування, зворотну адаптацію. Відтак успішність повернення значною мірою залежить не лише від мотивації повернутися, а й від якості подальшої реінтеграції.

Результати дозволяють висунути робоче передбачення, що рішення про повернення молоді під час війни й надалі залишатиметься багатofакторним, але ключовим вузлом цього рішення буде саме поєднання ідентичності, приналежності та суб'єктності. Інакше кажучи, повернення найімовірніше відбуватиметься там, де молода людина не лише хоче бути в Україні, а й бачить у цьому способі життя можливість залишатися собою, діяти від себе і жити в соціальному середовищі, яке переживається як «своє». Саме в цьому сенсі повернення може розглядатися не просто як міграційний рух у зворотному напрямку, а як форма відновлення узгодженості між ідентичністю, простором і можливістю діяти.

ВИСНОВКИ

Метою цього дослідження було виявити та проаналізувати соціально-психологічні чинники, які впливають на рішення української молоді повернутися з-за кордону в Україну під час повномасштабної війни, попри збереження безпекових ризиків. На основі дослідження, що спиралося на 12 напівструктурованих глибинних інтерв'ю з молодими людьми віком 18–35 років, які повернулися в Україну після щонайменше шестимісячного перебування за кордоном, було встановлено, що повернення не можна пояснити лише раціональним розрахунком безпеки чи економічної вигоди. Натомість воно формується внаслідок взаємодії соціально-психологічних чинників та механізмів, пов'язаних з ідентичністю, переживанням дому, потребою у відновленні суб'єктності та процесом реінтеграції після повернення.

Ідентичність, як одна з ключових тем проведеного дослідження, у досвіді респондентів і респонденток функціонує не як стабільна фоновіа характеристика, а як динамічний психологічний процес, який активізується під час досвіду міграції. Перебування в «чужому» середовищі, зіткнення з іншими мовними, культурними та соціальними нормами, постійна включеність в український контекст через новини, соціальні мережі та зв'язки з близькими, а також відчуття загрози для збереження цієї ідентичності будуть тільки посилювали її. У результаті повернення поставало не лише як фізичне переміщення назад, а як спроба відновити відповідність між внутрішнім переживанням себе та соціальним середовищем, у якому ця ідентичність може бути реалізована повною мірою.

Не менш важливою є роль дому та приналежності. Отримані результати показують, що дім у наративах молоді не зводиться до території, житла чи навіть безпеки. Він переживається як простір, де зрозумілі мова, жарти, культурні коди, норми поведінки. Молодь прагне повертатися в Україну зокрема з метою зберегти відчуття приналежності, а також через страх втратити цей самий дім, як у фізичному сенсі, так і на рівні емоційної прив'язаності. Саме тому повернення в Україну виявляється не лише поверненням до географічної точки, а й поверненням у простір, де людина може знову відчувати себе «свою». Це означає, що психологічне переживання дому в умовах війни може мати для молоді не менш пояснювальну силу, за індикатори стабільності чи фізичної безпеки.

Окремим важливим висновком є те, що повернення для багатьох респондентів було способом відновлення суб'єктності. Досвід вимушеного перебування за кордоном часто описувався як перебування в позиції об'єкта: чужої системи, чужої турботи, чужих правил або статусу «біженця». У такому контексті

повернення в Україну набуває значення повернення суб'єктності: свідомого рішення, через яке людина повертала собі відчуття авторства власного життя. Особливо показово, що навіть об'єктивно ризиковане рішення повернутися в країну, де тривають бойові дії, для багатьох учасників та учасниць дослідження переживається внутрішньо як більш цілісне, ніж подальше перебування у безпечному, але чужому середовищі.

Дані також показують, що повернення не є автоматичним завершенням міграційного досвіду. Навпаки, реінтеграція постає як окремий і складний процес, що має власну динаміку: від початкової ейфорії до поступового зіткнення з дисонансом, фінансовими труднощами, змінами в соціальному середовищі та відчуттям «еміграції у власну країну». Повернення є не кінцевою точкою міграції, а новим етапом адаптації, який потребує окремого осмислення як на індивідуальному, так і на суспільному рівні.

Отримані результати загалом підтвердили теоретичні очікування, сформульовані на початку роботи. Зокрема, підтвердились теоретичні очікування про те, що перебування в «чужому» середовищі може посилювати національну ідентичність і стимулювати повернення, що переживання дому та приналежності може бути важливішим за фізичну безпеку, що інтеграція за кордоном у частини молоді може сприйматися як втрата цілісності або як відмова від себе, а також що повернення може бути способом відновлення контролю над власним життям. Водночас результати виділяють конкретні механізми, які більше розкривають чинники, що впливають на повернення.

Це дослідження підсилює позицію, згідно з якою класичні економічні підходи до міграції, зокрема логіка push-pull та моделі раціонального вибору, є недостатніми для пояснення повернення молоді в умовах війни. Якщо виходити лише з безпекового або економічного розрахунку, повернення в країну, де тривають бойові дії, виглядає парадоксальним. Однак результати цієї роботи показують, що нематеріальні чинники: ідентичність, залученість, відчуття дому, потреба в суб'єктності та прагнення психологічної цілісності, здатні переважати фізичні ризики й матеріальні втрати. Дослідження підтримує соціально-психологічну перспективу на міграцію та повернення, у якій рішення людини розглядається як вкорінене в сенсах, переживаннях і стосунках, а не лише в раціональній оцінці вигід і витрат.

Важливість цієї роботи полягає також у тому, що вона зміщує фокус з намірів повернення на досвід фактичного повернення. Більшість досліджень української воєнної міграції зосереджується на декларованих планах чи

установках щодо майбутнього, тоді як у цій роботі аналізується досвід тих, хто вже реалізував рішення повернутися. Це дозволяє виявити конкретні психологічні механізми, через які повернення, як дія, стає можливим.

Водночас дослідження має низку обмежень, які визначають межі інтерпретації його результатів. Через якісний характер дослідження та невеликий обсяг вибірки отримані висновки не можна статистично узагальнювати на всю популяцію української молоді, яка пережила досвід вимушеної міграції. Вибірка має гендерний дисбаланс: більшість учасниць є жінками, що обмежує можливість глибоко порівнювати жіночі та чоловічі траєкторії повернення, а також може зміщувати результати. Результати ґрунтуються на самозвітах і ретроспективних наративах, а частина мотивів могла бути переосмислена вже після повернення. Хоча реінтеграція виявилася однією з центральних тем, вона не була основним фокусом дослідження від початку і тому потребує глибшого окремого аналізу.

Попри ці обмеження, зібраних даних достатньо для досягнення мети саме пошукового якісного дослідження. Після 12 інтерв'ю було досягнуто теоретичної насиченості. Тому отримані дані є достатніми не для статистичних узагальнень, а для аналітичної реконструкції повторюваних патернів і формулювання робочих припущень щодо соціально-психологічних механізмів повернення. Ця робота не претендує на репрезентативність, але дає підстави для осмислених теоретичних висновків і подальших перевірок у ширших вибірках.

На основі цього дослідження можна сформулювати таке робоче узагальнення: в умовах повномасштабної війни повернення української молоді є більш імовірним тоді, коли перебування за кордоном супроводжується посиленням національної ідентичності, переживанням психологічної невідповідності між собою і місцем перебування, відчуттям обмеженої суб'єктності в приймаючому середовищі та прагненням відновити відчуття власної цілісності власного через повернення додому. Це узагальнення не є універсальним, однак воно окреслює тенденцію, яка потребує подальшої емпіричної перевірки.

Подальші дослідження цієї проблеми доцільно розвивати щонайменше в кількох напрямках. Насамперед варто провести порівняльний аналіз трьох груп: тих, хто вже повернувся, тих, хто має намір повернутися, але поки цього не зробив, і тих, хто свідомо обрав залишитися за кордоном. Перспективним є також лонгїтудне вивчення реінтеграції, яке дозволить зрозуміти, як змінюється досвід повернення через рік, два чи більше. Важливо окремо дослідити гендерно специфічні механізми повернення, а також роль професійної реалізації,

працевлаштування і матеріальної стабільності в післяповерненській адаптації. Нарешті, подальші дослідження можуть перевірити виявлені тут механізми кількісно, щоб оцінити їхню поширеність і співвідношення в більших вибірках.

ПРОПОНОВАНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ

Результати проведеного дослідження підсвітлюють, що політика повернення українських мігрантів має враховувати, що повернення – це не просто переїзд з-за кордону назад в Україну, а це значно складніший процес. Приймаючи рішення про повернення молодь спирається не лише на безпекові чи економічні фактори, а й не менш важливу роль відіграють ідентичність, відчуття дому та бажання знову контролювати своє життя. Знаючи, які соціально-психологічні механізми лежать в основі рішення про повернення, ми можемо будувати більш ефективні програми спрямовані на реінтеграцію.

Одним з центральних висновків нашого дослідження – ідентичність посилюється під час міграції. Респонденти описували, як їхнє відчуття себе українцями ставало виразнішим під час перебування за кордоном і саме це відчуття, згодом, ставало одним з мотиваторів повернення. Відповідно важливим є підтримка та збереження цієї ідентичності під час того, як людина перебуває в міграції. Програми за кордоном, які допомагають молоді підтримувати зв'язок з українською культурою, мовою і спільнотою в майбутньому можуть стати тим самим «містком», що приведе людину назад в Україну.

Такий підхід може бути реалізований у форматі культурних центрів, українських шкіл вихідного дня, мовних курсів, творчих резиденцій, волонтерських ініціатив, фактично все, що буде пов'язано з Україною і буде допомагати зберегти відчуття приналежності до України. Роль таких програм може частково нівелюватися і сприйматися другорядною в порівнянні з гуманітарною чи юридичною допомогою, проте дані дослідження показують, що саме збереження цієї ідентичності в майбутньому може відіграти одну з найважливіших ролей під час прийняття рішення про повернення.

Оремим важливий напярмок, як буде впливати на повернення молоді назад є розвиток цифрових платформ та онлайн-спільнот, які дозволяють українській молоді за кордоном підтримувати постійну включеність в український соціальний, культурний та громадський контекст. Результати дослідження показали, що навіть під час перебування за кордоном багато респондентів продовжували жити в українському інформаційному та емоційному просторі: стежили за подіями в Україні, підтримували тісні контакти з рідними та друзями, брали участь у волонтерських ініціативах або постійно співвідносили власні рішення з тим, що відбувається вдома. У цьому сенсі фізичне переміщення не завжди супроводжувалося психологічним або символічним віддаленням від країни.

Для частини учасників дослідження перебування за кордоном супроводжувалося відчуттям розриву між фізичним місцем перебування та внутрішнім переживанням власної приналежності. Попри успішну адаптацію до нового середовища, вони продовжували сприймати Україну як основний простір свого життя, майбутнього та соціальних зв'язків. За таких умов повернення ставало не лише зміною місця проживання, а й способом відновити відчуття цілісності між власною ідентичністю, повсякденним життям і середовищем, з яким людина себе ототожнює.

З огляду на це, важливим напрямом підтримки може стати розвиток цифрових платформ, які дозволяють молоді за кордоном залишатися активними учасниками українського суспільного життя незалежно від місця перебування. Такі платформи можуть забезпечувати доступ до освітніх, професійних, громадських і волонтерських можливостей, підтримувати горизонтальні зв'язки між молодими українцями та створювати простір для участі у суспільних процесах. Підтримання постійної включеності в український контекст може сприяти збереженню відчуття приналежності та зменшенню психологічної дистанції між молоддю за кордоном і країною походження, що потенційно створює більш сприятливі умови для майбутнього повернення.

Не менш важливим є підтримка фізичного контакту між молоддю, яка в Україні зараз і молоддю, яка за кордоном. В нашому дослідженні ми описували, що респонденти та респонденти доволі часто описували відсутність відчуття свого майбутнього за кордоном і водночас для них залишилося важливим відчуття «дому» в Україні, яке проявлялося через мову, культурні коди, відчуття приналежності та людей. Програми, які будуть формувати живі контакти між обома групами молоді зможуть працювати з цими двома механізмами. Вона показують, що тепер в людини в Україні є доволі конкретне середовище до якого вона може повернутися і це може допомогти сформувати образ майбутнього пов'язаний з цим середовищем. Звісно, що у випадку таких роду програм потрібне ще додаткове підкріплення, як можливість працевлаштуватися в Україні, або ж можливість навчатися в Україні, але маючи вже сформоване середовище в Україні ми підвищуємо можливість повернути назад молоду людину. Формат таких програм може бути: спільні проєкти, стажування, літні школи, волонтерські ініціативи, це також можуть бути програми, які направлені привозити молодь з-за кордону в Україну в умовно безпечні регіони, такі як Закарпатська область. Фінальною метою всіх таких форматів має бути формування спільноти, аби у людину формувалося відчуття приналежності до конкретної групи в Україні.

Водночас такі програми здатні зменшувати соціальну дистанцію між молоддю, яка має досвід проживання війни в Україні, та між молоддю, яка проживає цей досвід в іншій країні.

Важливим висновком нашого дослідження також було те, що повернення не завершується моментом безпосереднього фізичного приїзду. Реінтеграція – це окремий процес від якого залежить чи залишиться людина в Україні чи виїде знову. Проте в жодному з інтерв'ю респонденти не згадували про будь-яку форму державного впливу, як в самому рішенні про повернення, так і в підтримці після повернення. Повернення було описано як суто індивідуальне рішення, яке було реалізовано виключно особистими ресурсами респондентів. Для початку було б достатньо звести всі існуючі ресурси з підтримкою в одне місце. Один сайт, або додаток, аби людина, яка щойно повернулася і відчуває себе розгубленою, могла швидко знайти відповіді на базові питання: куди звернутися по безкоштовну психологічну допомогу, де отримати кар'єрну консультацію, як підтвердити іноземний диплом, які існують програми працевлаштування для молоді, де знайти спільноту людей з таким самим досвідом, які юридичні питання треба вирішити після повернення. В подальшому було б важливо мати окрему програму реінтеграції, яка буде працювати саме з людьми, які повернулися з-за кордону назад в Україну, аби полегшити процес адаптації.

Наше дослідження має певні обмеження, які ми вже окреслювали вище. Тому важливою залишається кількісна перевірка виявлених механізмів. Дослідження дозволило виявити певні механізми, про те ми не можемо визначити їхню поширеність. Як ці механізми впливають на рішення про повернення в залежності від країни міграції? Як розподіляються ці механізми за статтю, віком, тривалістю перебування за кордоном, регіоном походження? Кількісне дослідження на ширшій вибірці дозволило б відповісти на ці питання і визначити, які механізми є найбільш поширеними, а на які варто орієнтувати програми підтримки в першу чергу.

Окремо необхідно провести систематичне порівняння трьох груп: тих, хто повернувся, тих, хто має намір повернутися, але поки що не зробив цьому і тих, хто свідомо обрав залишитися залишитися закордоном. В межах нашого дослідження ми працювали тільки з першою групою, про те, без порівняння неможливо зрозуміти, що саме відрізняє тих хто переходить від наміру до дії.

Важливим напрямком подальших досліджень має стати вивчення реінтеграції як окремого процесу, а не просто завершальної фази міграційної траєкторії. Дані нашого дослідження показують, що повернення не є кінцевою

точкою міграційного досвіду, воно запускає новий адаптаційний цикл зі власною динамікою, власними ризиками і власними механізмами стабілізації. Попри те, що реінтеграція не була центральним фокусом цієї роботи, вона виявилася спільною темою у всіх респондентів. Для вивчення цього питання варто обрати лонгitudний дослідницький дизайн, який дозволяє відстежувати трансформацію досвіду в часі. Точки виміру через три, шість, дванадцять і двадцять чотири місяці після повернення дали б змогу зрозуміти, як змінюється суб'єктивне переживання рішення про повернення, де знаходяться критичні точки ризику повторної міграції, і які чинники найбільше сприяють довгостроковій стабілізації. важливо дослідити гендерно специфічні траєкторії реінтеграції. Досвід повернення та подальшої реінтеграції жінок, і досвід чоловіків призовного віку, які повертаються в умовах воєнного часу, може відрізнятися і потребує окремого осмислення. Розуміння реінтеграції як самостійного феномену є не лише академічно важливим, а й безпосередньо визначає ефективність будь-яких програм підтримки повернення, оскільки успішність повернення вимірюється не фактом приїзду, а тим, чи залишається людина в Україні у довгостроковій перспективі.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

- Adema, J., Aksoy, C. G., Giesing, Y., & Poutvaara, P. (2024). The effect of conflict on refugees' return and integration: Evidence from Ukraine. IZA Discussion Paper No. 16962. <https://docs.iza.org/dp16962.pdf>
- 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)
- Andrushko, Y., & Lupei, M. (2025). Acculturation processes and the experience of traumatization in the case of forced Ukrainian migrants. *International Journal of Psychology*, 60(2). <https://doi.org/10.1002/ijop.70036>
- Antonsich, M. (2010). Searching for belonging – an analytical framework. *Geography Compass*, 4(6), 644–659. <https://doi.org/10.1111/j.1749-8198.2009.00317.x>
- Berry, J. W., Phinney, J. S., Sam, D. L., & Vedder, P. (2006). Immigrant youth: Acculturation, identity, and adaptation. *Applied Psychology*, 55(3), 303–332. <https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.2006.00256.x>
- Braithwaite, A., Salehyan, I., & Savun, B. (2019). Refugees, forced migration, and conflict: Introduction to the special issue. *Journal of Peace Research*, 56(1), 5–11. <https://doi.org/10.1177/0022343318814128>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Braun, V., & Clarke, V. (2019). Reflecting on reflexive thematic analysis. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 11(4), 589–597. <https://doi.org/10.1080/2159676X.2019.1628806>
- Braun, V., & Clarke, V. (2021). Can I use TA? Should I use TA? Should I not use TA? Comparing reflexive thematic analysis and other pattern-based qualitative

- analytic approaches. *Counselling and Psychotherapy Research*, 21(1), 37–47.
<https://doi.org/10.1002/capr.12360>
- Bilecen, T. (2022). To stay or to return? A review on return migration literature. *Migration Letters*, 19(4), 367–385. <https://doi.org/10.33182/ml.v19i4.2092>
- Bolognani, M. (2007). The myth of return: Dismissal, survival or revival? A Bradford example of transnationalism as a political instrument. *Journal of Ethnic and Migration Studies*, 33(1), 59–76. <https://doi.org/10.1080/13691830601043497>
- Carling, J., & Erdal, M. B. (2014). Return Migration and Transnationalism: How Are the Two Connected? *International Migration*, 52(6), 2–12. <https://doi.org/10.1111/imig.12180>
- Conner, M., & Norman, P. (2022). Understanding the intention-behavior gap: The role of intention strength. *Frontiers in Psychology*, 13, Article 923464. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.923464>
- Czaika, M., Bijak, J., & Prike, T. (2021). Migration decision-making and its key dimensions. *The Annals of the American Academy of Political and Social Science*, 697(1), 15–31. <https://doi.org/10.1177/00027162211052233>
- de Haas, H., & Fokkema, T. (2011). The effects of integration and transnational ties on international return migration intentions. *Demographic Research*, 25, 755–782. <https://doi.org/10.4054/DemRes.2011.25.24>
- de Haas, H., Fokkema, T., & Fihri, M. F. (2015). Return migration as failure or success? The determinants of return migration intentions among Moroccan migrants in Europe. *Journal of International Migration and Integration*, 16(2), 415–429. <https://doi.org/10.1007/s12134-014-0344-6>
- de Haas, H. (2021). A theory of migration: The aspirations-capabilities framework. *Comparative Migration Studies*, 9(8). <https://doi.org/10.1186/s40878-020-00210-4>

- Dustmann, C., & Weiss, Y. (2007). Return migration: Theory and empirical evidence from the UK. *British Journal of Industrial Relations*, 45(2), 236–256. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8543.2007.00613.x>
- Eastmond, M. (2007). Stories as lived experience: Narratives in forced migration research. *Journal of Refugee Studies*, 20(2), 248–264. <https://doi.org/10.1093/jrs/fem007>
- Erdal, M. B., & Oeppen, C. (2018). Forced to leave? The discursive and analytical significance of describing migration as forced and voluntary. *Journal of Ethnic and Migration Studies*, 44(6), 981–998. <https://doi.org/10.1080/1369183X.2017.1384149>
- Gustafson, P. (2001). Roots and routes: Exploring the relationship between place attachment and mobility. *Environment and Behavior*, 33(5), 667–686. <https://doi.org/10.1177/00139160121973188>
- Hagen-Zanker, J., Hennessey, G., & Mazzilli, C. (2023). Subjective and intangible factors in migration decision-making: A review of side-lined literature. *Migration Studies*, 11(2), 349–359. <https://doi.org/10.1093/migration/mnad003>
- International Organization for Migration. (2019). Glossary on migration (International Migration Law, No. 34, 3rd ed.). IOM. <https://publications.iom.int/books/international-migration-law-ndeg34-glossary-migration>
- Lee, E. S. (1966). A theory of migration. *Demography*, 3(1), 47–57. <https://doi.org/10.2307/2060063>
- Lewicka, M. (2011). Place attachment: How far have we come in the last 40 years? *Journal of Environmental Psychology*, 31(3), 207–230. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2010.10.001>
- Libanova, E. (2019). Labour migration from Ukraine: Key features, drivers and impact. *Economics & Sociology*, 12(1), 313–328. <https://doi.org/10.14254/2071-789X.2019/12-1/19>

- Massey, D. S., Arango, J., Hugo, G., Kouaouci, A., Pellegrino, A., & Taylor, J. E. (1993). Theories of international migration: A review and appraisal. *Population and Development Review*, 19(3), 431–466. <https://doi.org/10.2307/2938462>
- McAdams, D. P. (1996). Personality, modernity, and the storied self: A contemporary framework for studying persons. *Psychological Inquiry*, 7(4), 295–321. https://doi.org/10.1207/s15327965pli0704_1
- Olivier-Mensah, C., & Scholl-Schneider, S. (2016). Transnational return? On the interrelation of family, remigration, and transnationality – An introduction. *Transnational Social Review*, 6(1-2), 2–9. <https://doi.org/10.1080/21931674.2016.1186371>
- Park, J., Lee, S., & Park, J. (2024). The Economic Decision of International Migration: Two Empirical Evidences from the United States and Canada. *Economies*, 12(8), Article 214. <https://doi.org/10.3390/economies12080214>
- Quinn, S., & Ruiz, I. (2022). Forced migration: Evidence and policy challenges. *Oxford Review of Economic Policy*, 38(3), 403–413. <https://doi.org/10.1093/oxrep/grac025>
- Razum, O., Sahin-Hodoglugil, N. N., & Polit, K. (2005). Health, Wealth or Family Ties? Why Turkish Work Migrants Return from Germany. *Journal of Ethnic and Migration Studies*, 31(4), 719–739. <https://doi.org/10.1080/13691830500109894>
- Riosmena, F. (2024). Worlds in Motion Redux? Expanding Migration Theories and Their Interconnections. *Population and Development Review*, 50(3), 677–726. <https://doi.org/10.1111/padr.12630>
- Rostetska, S., Shvets, S., & Ilkiv, O. (2023). Formation of a new paradigm of global political and migration processes under the influence of military activities in Ukraine. *Baltic Journal of Economic Studies*, 9(5), 241–251. <https://doi.org/10.30525/2256-0742/2023-9-5-241-251>

- Ryan, D., Dooley, B., & Benson, C. (2008). Theoretical perspectives on post-migration adaptation and psychological well-being among refugees: Towards a resource-based model. *Journal of Refugee Studies*, 21(1), 1–18. <https://doi.org/10.1093/jrs/fem047>
- Sheeran, P., & Webb, T. L. (2016). The intention–behavior gap. *Social and Personality Psychology Compass*, 10(9), 503–518. <https://doi.org/10.1111/spc3.12265>
- Smeeke, A., Verkuyten, M., Çelebi, E., Acartürk, C., & Onkun, S. (2017). Social identity continuity and mental health among Syrian refugees in Turkey. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 52(10), 1317–1324. <https://doi.org/10.1007/s00127-017-1424-7>
- Tajfel, H., & Turner, J. C. (1986). The social identity theory of intergroup behavior. In S. Worchel & W. G. Austin (Eds.), *Psychology of intergroup relations* (2nd ed., pp. 7–24). Nelson-Hall.
- Tezcan, T. (2018). ‘I (do not) know what to do’: how ties, identities and home states influence Mexican-born immigrants’ return migration intentions. *Migration and Development*, 7(3), 388–411. <https://doi.org/10.1080/21632324.2018.1457427>
- Tezcan, T. (2019). Return home? Determinants of return migration intention amongst Turkish immigrants in Germany. *Geoforum*, 98, 189–201. <https://doi.org/10.1016/j.geoforum.2018.11.013>
- Thompson, J. (2022). A guide to abductive thematic analysis. *The Qualitative Report*, 27(5), 1410–1421. <https://doi.org/10.46743/2160-3715/2022.5340>
- Trąbka, A., Klimavičiūtė, L., Czeranowska, O., Jonavičienė, D., Grabowska, I., & Werńska-Wiśnicka, I. (2022). Your heart is where your roots are? Place attachment and belonging among Polish and Lithuanian returnees. *Comparative Migration Studies*, 10(1), Article 29. <https://doi.org/10.1186/s40878-022-00301-4>
- UNHCR. Voluntary repatriation. United Nations High Commissioner for Refugees. <https://www.unhcr.org/what-we-do/build-better-futures/solutions/voluntary-repatriation>

- UNHCR. (2024). Lives on hold: Intentions and perspectives of refugees, refugee returnees and IDPs from Ukraine. Summary findings No. 6. United Nations High Commissioner for Refugees. <https://www.unhcr.org/ua/en/media/lives-hold-intentions-and-perspectives-refugees-refugee-returnees-and-idps-ukraine-6-summary>
- Vakhitov, V., Zaika, N., & Kandul, S. (2025). 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>
- van Tubergen, F., Wachter, G. G., Kosyakova, Y., & Kogan, I. (2024). Return intentions among Ukrainian refugees in Europe: A cross-national study. *International Migration*, 62(5), 181–198. <https://doi.org/10.1111/imig.13291>
- Yuval-Davis, N. (2006). Belonging and the politics of belonging. *Patterns of Prejudice*, 40(3), 197–214. <https://doi.org/10.1080/00313220600769331>
- Zapata-Barrero, R., & Yalaz, E. (2020). Qualitative migration research ethics: A roadmap for migration scholars. *Qualitative Research Journal*, 20(3), 269–279. <https://doi.org/10.1108/QRJ-02-2020-0013>
- Zetter, R. (2021). Refugees and their return home: Unsettling matters. *Journal of Refugee Studies*, 34(1), 7–22. <https://doi.org/10.1093/jrs/feab005>
- Заїка, Н., Вахітов, В. (2024). Шлях додому: хто з українських мігрантів і біженців планує повернутися. (Аналітичний звіт). Американ Юніверситі Київ. <https://er.auk.edu.ua/handle/234907866/94>
- Кочубейник, О. (2025). Дистрес репатріації: багатовимірні неочікування українців. Вчені записки Університету «КРОК», (1(77), 422–431. <https://doi.org/10.31732/2663-2209-2025-77-422-431>
- Кочубейник, О. (2025). Поствійна. Чи є дорога додому? [Монографія]. Інститут соціальної та політичної психології НАПН України; Імекс-ЛТД. <https://ispp.org.ua/wp-content/uploads/2026/01/kochubeynikmon2025maket.pdf>

Хелашвілі, А., & Кабанець, Ю. (2025). Вимушена міграція з України: думки та прийняття рішення про повернення. Український соціум, 3(94), 27–42.
<https://doi.org/10.15407/socium2025.03.027>

Гайд глибинного інтерв'ю

0) Вступний блок

Пояснення мети інтерв'ю, анонімності, відсутності правильних та неправильних відповідей. Прохання заповнити форму для збору демографічних даних.

1) Міграційна траєкторія

Розкажіть, будь ласка, коротко вашу історію виїзду за кордон і повернення в Україну.

Уточнювальні питання (за потреби):

1. Коли і куди ви виїхали з України?
2. Як довго ви перебували за кордоном?
3. У якій країні або місті ви жили?
4. З ким ви виїжджали та поверталися?
5. Коли саме ви повернулися в Україну?

2) Первинні мотиви виїзду

Що було для вас головною причиною виїзду за кордон у той момент?

Уточнювальні питання:

1. Чи сприймали ви виїзд як тимчасовий чи як довгостроковий?
2. Які очікування у вас були від життя за кордоном?
3. Що на той момент здавалося найважливішим?

3) Досвід життя за кордоном

Як ви загалом згадуєте свій досвід життя за кордоном?

Уточнювальні питання:

1. Що було найскладнішим у повсякденному житті?
2. Чи вдалося вам знайти роботу або навчання?
3. Чи могли ви реалізовувати свої навички?
4. Чи було відчуття, що ви “не на своєму місці”?
5. Чи виникали труднощі з інтеграцією? У чому саме?
6. Чи був момент, коли ви вперше серйозно подумали про повернення? → Що стало поштовхом?

4) Рішення про повернення

Розкажіть, будь ласка, як саме ви ухвалили рішення повернутися в Україну.

Уточнювальні питання:

1. Це було поступове рішення чи різкий переломний момент?
2. Які фактори найсильніше потягнули вас назад?
3. Які фактори стримували, але зрештою програли?
4. Чи було відчуття ризику? Якщо так — чому ви вирішили, що можете з цим ризиком жити?

5) Безпека

Як ви оцінювали безпекову ситуацію на момент свого повернення?

Уточнювальні питання:

1. Чи застерігали вас близькі від повернення?
2. Що для вас означало “достатньо безпечно, щоб повернутися”?
3. Чи змінилося ваше ставлення до ризику порівняно з 2022 роком?
4. Чи були у вас внутрішні “червоні лінії”?

6) Економічна ситуація та робота після повернення

Як склалося ваше економічне та професійне життя після повернення?

Уточнювальні питання:

1. Як ви уявляли своє життя до повернення?

2. Що справдилося, а що — ні?
3. Чи вдалося знайти роботу або стабільний дохід?
4. Наскільки зараз ви можете реалізовувати свої навички?
5. Якщо порівняти життя за кордоном і після повернення — у чому ви виграли, а у чому програли?

7) Соціальні зв'язки та відчуття “дому”

Яку роль у вашому поверненні відіграли люди та соціальні зв'язки в Україні?

Уточнювальні питання:

1. Чи була ваша родина або ваші близькі в Україні?
2. Що ви найбільше хотіли “повернути” разом із поверненням?
3. Як вас зустріло оточення після повернення?
4. Чи змінилося ваше відчуття “дому”?

8) Ідентичність та патріотизм

Чи було у вас відчуття, що ваше місце — саме в Україні?

Уточнювальні питання:

1. Як змінилося ваше відчуття української ідентичності після виїзду і повернення?
2. Чи було відчуття обов'язку повернутися?
3. Чи стало вам психологічно легше після повернення? Чому?

9) Психологічний стан і адаптація після повернення

Що виявилось для вас найскладнішим у психологічному плані після повернення?

Уточнювальні питання:

1. Чи було відчуття емоційного виснаження або розчарування?
2. Чи було відчуття, що повернення не виправдало очікувань?
3. Що допомогло вам адаптуватися?
4. Чи зверталися ви по психологічну підтримку?

10) Держава, інституції та середовище

Як ви оцінюєте роль держави або місцевої громади у вашому поверненні?

Уточнювальні питання:

1. З якими інституціями ви стикалися після повернення?
2. Чи було відчуття, що держава “бачить” тих, хто повернувся?
3. Що, на вашу думку, могло б полегшити повернення інших людей?

11) Рефлексія

Якби ви зараз озиралися назад, як би ви оцінили своє рішення повернутися?

Уточнювальні питання:

1. Чи вважаєте ви це рішення правильним?
2. У які моменти ви сумнівалися?
3. Що б ви сказали собі “там”, перед поверненням?
4. Що б ви порадили людям, які зараз вагаються?

12) Завершення

Чи є щось важливе, про що ми не поговорили, але ви вважаєте це значущим?

Подяка за участь.

Онлайн-форма для збору базових даних учасників дослідження

Блок 1. Соціально-демографічні характеристики

1.1. Вік:

- 18–22
- 23–27
- 28–35

1.2. Гендерна ідентичність:

- Жінка
- Чоловік
- Небінарна / інша
- Не бажаю відповідати

1.3. Сімейний стан:

- Не перебуваю у стосунках
- У стосунках / партнерстві
- Одружений/одружена
- Не бажаю відповідати

1.4. Наявність дітей:

- Так
- Ні
- Не бажаю відповідати

Блок 2. Досвід перебування за кордоном

2.1. Період виїзду з України:

- 2022 рік
- 2023 рік
- 2024 рік

2.2. Країна перебування за кордоном:

(коротка текстова відповідь)

2.3. Загальна тривалість перебування за кордоном:

- Менше 6 місяців
- 6–12 місяців
- 1–2 роки
- Понад 2 роки

2.4. З ким ви виїжджали за кордон?
(можна обрати декілька варіантів)

- Самостійно
- З партнером/партнеркою
- З дітьми
- З іншими родичами чи близькими

2.5. Рік повернення в Україну:

- 2022
- 2023
- 2024
- 2025

2.6. Регіон, до якого ви повернулися:
(коротка текстова відповідь)

2.7. Чи проживали ви до виїзду в цьому ж регіоні?

- Так
- Ні

Вітаю!

Мене звати Марія, я студентка магістерської програми «Соціальна психологія» Київської школи економіки. Я проводжу дослідження, присвячене соціально-психологічним чинникам повернення української молоді з-за кордону в Україну під час повномасштабної війни. Запрошую вас взяти участь у цьому дослідженні та поділитися власним досвідом і думками.

Це дослідження є важливим, оскільки дозволяє краще зрозуміти психологічні, емоційні та соціальні чинники, що впливають на рішення молодих людей повертатися в Україну. Отримані результати можуть бути використані виключно з науковою та освітньою метою, зокрема для глибшого розуміння досвіду українців у контексті війни та вимушеної міграції, а також для розробки рекомендацій і програм підтримки молоді.

Ваша участь у дослідженні є повністю добровільною. Ви самостійно вирішуєте, чи бажаєте брати участь в інтерв'ю, а також які запитання вам комфортно обговорювати. Ви маєте право не відповідати на будь-яке запитання без пояснення причин, якщо воно викликає дискомфорт або здається надто особистим. Ви також маєте право у будь-який момент припинити участь в інтерв'ю або повністю вийти з дослідження без жодних негативних наслідків для себе.

Інтерв'ю записуватиметься на аудіо виключно з метою подальшої транскрипції та аналізу даних. Усі зібрані матеріали використовуватимуться лише в межах цього дослідження. Доступ до первинних даних (аудіозаписів та транскриптів) матиме виключно дослідниця. Дані зберігатимуться в захищеному цифровому середовищі (хмарне сховище, захищене паролем) і не передаватимуться третім особам.

Усі дані будуть анонімізовані: ваше ім'я та будь-яка інформація, що може прямо або опосередковано ідентифікувати вас, буде видалена або змінена. У наукових текстах, презентаціях або кваліфікаційній роботі можуть використовуватися окремі фрагменти ваших висловлювань виключно в анонімізованому вигляді.

Ви маєте право відкликати свою згоду на участь у дослідженні та використання наданих вами даних до моменту завершення обробки та аналізу даних. У такому разі всі надані вами матеріали будуть видалені та не використовуватимуться в дослідженні.

У разі, якщо вам стане складно продовжувати розмову, інтерв'ю може бути призупинене, змінено або завершене за вашим бажанням. За потреби вам нададуть інформацію щодо можливості звернення по професійну психологічну підтримку.

Якщо у вас виникнуть запитання щодо дослідження або вашої участі в ньому, ви можете звернутися до дослідниці у будь-який зручний для вас момент за електронною адресою mkuren@kse.org.ua

Погоджуючись на участь у дослідженні, ви підтверджуєте, що ознайомилися з цією інформацією, зрозуміли її зміст та добровільно надаєте згоду на участь в інтерв'ю, аудіозапис та використання анонімізованих даних у наукових цілях. часті в ньому, ви можете поставити їх у будь-який момент до або під час інтерв'ю.

Підтвердження згоди

- Я ознайомлений_на із метою, процедурою та умовами проведення опитування, усвідомлюю порядок захисту моїх персональних даних, розумію, що окремі запитання можуть бути емоційно чутливими, і добровільно погоджуюся взяти в ньому участь.

Для підготування магістерської роботи інструменти штучного інтелекту було використано відповідно до політик Київської Школи Економіки. Вони застосовувалися виключно як допоміжний засіб для редагування тексту, уточнення формулювань та структурування матеріалу. Використання таких інструментів не впливало на змістовну складову дослідження: всі аналітичні рішення, інтерпретації отриманих результатів та формулювання висновків були здійснені авторкою самостійно відповідно до логіки обраного дослідницького дизайну та принципів академічної доброчесності.