



SOCIOFOCUS+
Соціологічна служба
Дніпровський національний університет
імені Олеся Гончара

ЕМОЦІЙНА СТІЙКІСТЬ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

2026



Методологія

Дослідження емоційної стійкості студентської молоді було проведено Соціологічною службою ДНУ ім. Олеся Гончара SOCIOFOCUS+, в період з 01 жовтня 2025 р. по 31 травня 2026 року.

Було проведено онлайн анкетування в період з 01.04.2026 до 10.04.2026 р.

Кількість опитаних (n=1461). Статистична похибка з імовірністю 0,95:

- для показників, близьких до 50% = 2,6%
 - для показників, близьких до 25% та 75% = 2,2%
 - для показників, близьких до 5% та 95% = 1,1%
 - для показників, близьких до 1% та 99%= 0,5%
-



БЛОК 1. ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ

Вік респондентів:

17	9,8%
18	24,5%
19	21,9%
20	18,3%
21	14,4%
22	6,0%
23	1,2%
24-30	1,4%
<i>Відповідь відсутня</i>	2,5%

Стать респондентів:

Жіноча	68,2%
Чоловіча	29,3%
<i>Не хочу відповідати</i>	2,5%

Курс навчання:

1 курс	32,6%
2 курс	24,0%
3 курс	17,9%
4 курс	15,4%
1 курс магістратури	8,2%
1 курс прискорена форма	0,1%
2 курс прискорена форма	0,1%
3 курс прискорена форма	0,1%
<i>Курс не вказано*</i>	1,5%



БЛОК 1. ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ

Факультет навчання:

Біолого-екологічний	92	6,3%
Економіки	171	11,7%
Історичний	78	5,3%
Медичних технологій діагностики та реабілітації	67	4,6%
Механіко-математичний	40	2,7%
Прикладної математики та інформаційної технологій	168	11,5%
Психології та спеціальної освіти	218	14,9%
Систем і засобів масової комунікації	82	5,6%
Суспільних наук і міжнародних відносин	83	5,7%
Української й іноземної філології та мистецтвознавства	345	23,6%
Фізики, електроніки та комп'ютерних систем	40	2,7%
Фізико-технічний	11	0,8%
Хімічний	41	2,8%
Юридичний	25	1,7%



БЛОК 1. ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ

4. Чи змінювали Ви місце проживання після початку повномасштабної війни?

Так 36,8%

Ні 63,2%

серед тих, хто змінив місце проживання після початку повномасштабного вторгнення (n=537)

4.1. Де Ви перебуваєте зараз?

в іншому населеному пункті в межах України 57,7%

за кордоном 23,5%

повернувся(лася) до попереднього місця проживання 18,8%

4.2. Чи маєте Ви статус внутрішньо переміщеної особи (ВПО)?

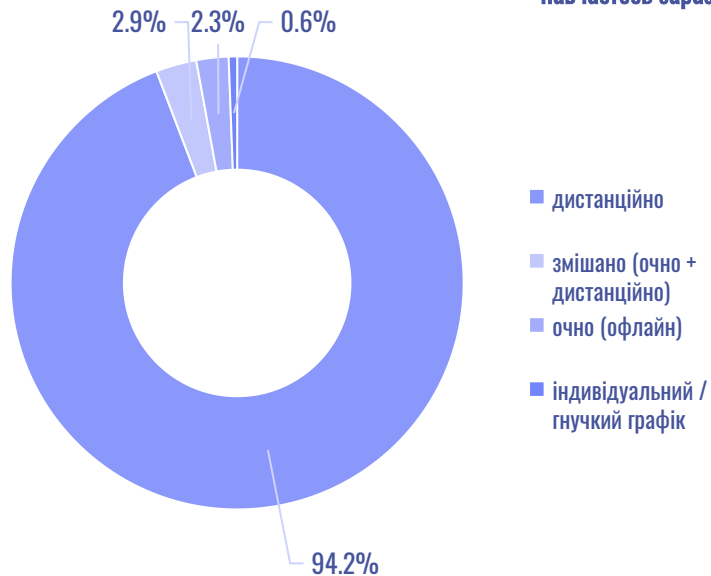
Так 43,8%

Ні 56,1%

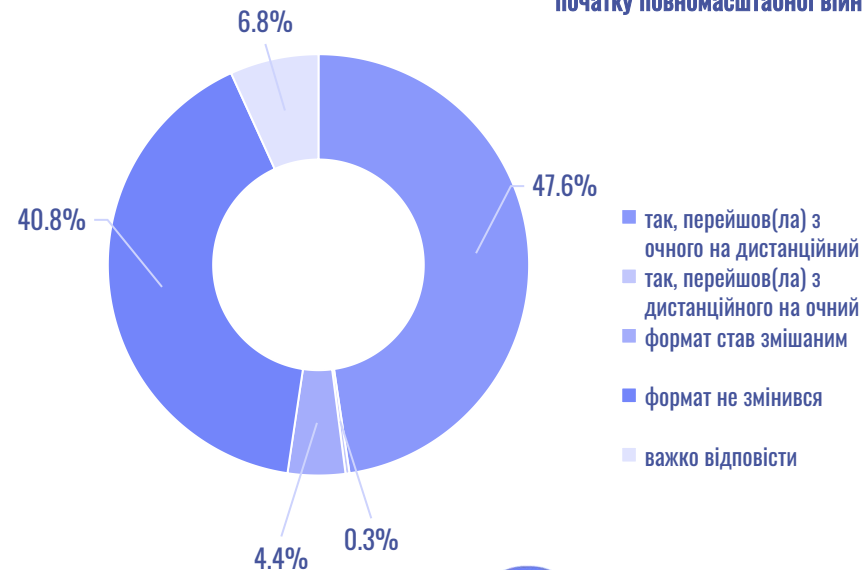
Важко відповісти 0,2%

БЛОК 1. ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ

5. У якому форматі Ви переважно навчаєтесь зараз?

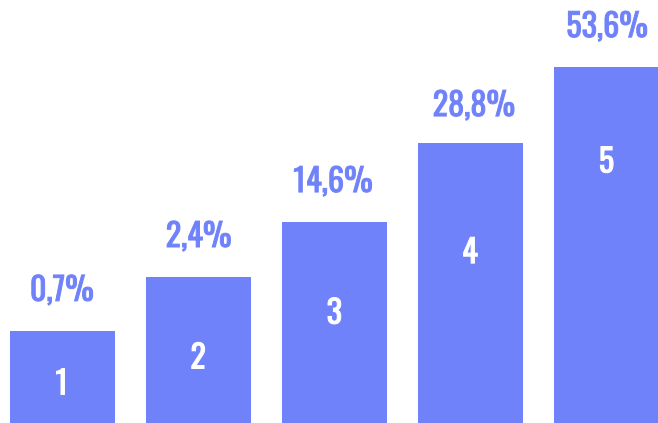


6. Чи змінився формат Вашого навчання після початку повномасштабної війни?





БЛОК 1. ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ



7. Оцініть, наскільки формат навчання є для Вас психологічно комфортним?
(від 1 до 5, де 1 – зовсім не комфортно, 5 – комфортно)





БЛОК 2. ДИНАМІКА ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ І ФАКТОРИ ВПЛИВУ

8. Оцініть свій загальний емоційний стан:

	Пригнічений	Скоріше пригнічений	Нейтральний	Скоріше піднесений	Піднесений
На початку повномасштабної війни	32,0%	23,8%	27,2%	12,5%	4,5%
На сьогоднішній день	7,0%	16,9%	42,9%	27,7%	5,4%

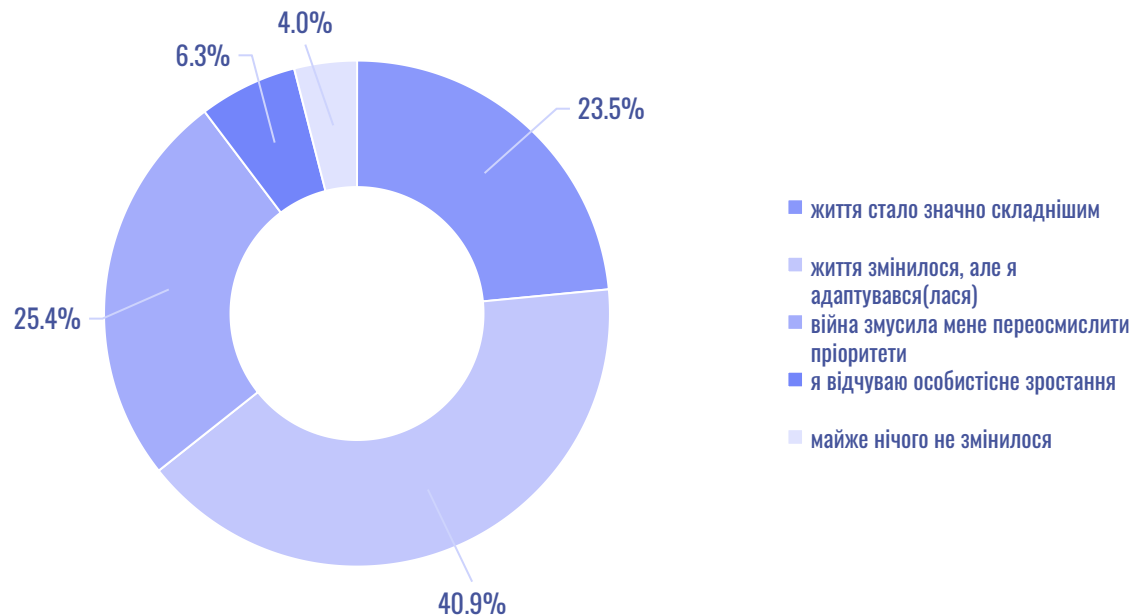
БЛОК 2. ДИНАМІКА ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ І ФАКТОРИ ВПЛИВУ

9. Як часто протягом останніх півроку Ви відчували такі емоційні стани?

	Дуже часто	Часто	Інколи	Рідко	Ніколи
Тривога	29,2%	27,8%	29,2%	11,3%	2,5%
Страх	12,3%	25,5%	38,3%	19,3%	4,7%
Роздратування	25,7%	34,1%	28,5%	10,0%	1,8%
Емоційне виснаження	29,9%	32,0%	25,0%	10,7%	2,4%
Пригніченість / смуток	17,8%	25,3%	33,7%	18,5%	4,7%
Невпевненість у собі	14,2%	18,3%	32,5%	23,4%	11,6%
Надія	16,6%	33,1%	32,2%	14,8%	3,4%
Відчуття внутрішньої зібраності	10,3%	31,0%	40,3%	15,7%	2,7%
Оптимізм	17,4%	35,7%	32,2%	11,5%	3,2%
Спокій	11,3%	33,7%	36,6%	15,6%	2,7%
Впевненість у собі	15,0%	33,9%	34,4%	14,3%	2,4%
Відчуття сенсу / значущості того, що відбувається	11,5%	28,5%	33,1%	18,5%	8,4%
Вдячність	22,9%	41,0%	23,8%	8,4%	3,8%
Інтерес до життя / подій	22,7%	38,5%	25,4%	10,7%	2,7%
Нагхнення	15,5%	32,8%	34,4%	13,8%	3,5%
Відчуття підтримки	20,8%	36,1%	28,1%	11,0%	4,0%
Звикання до ситуації	32,0%	42,7%	18,6%	4,5%	2,2%
Емоційна відстороненість	16,0%	26,1%	36,8%	14,8%	6,2%

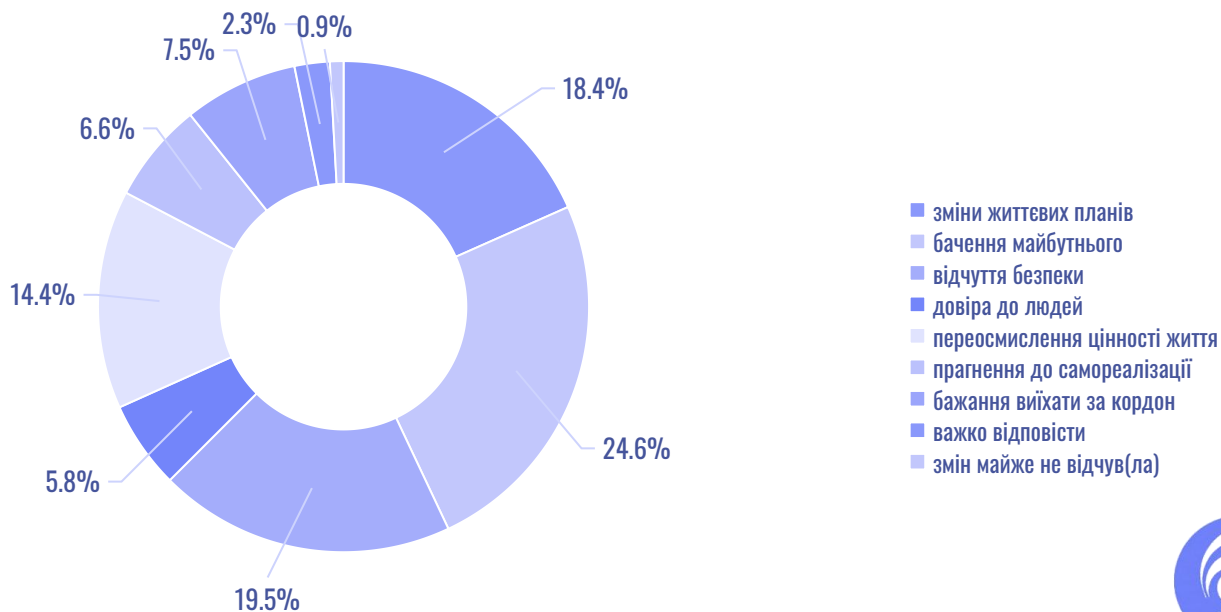
БЛОК 2. ДИНАМІКА ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ І ФАКТОРИ ВПЛИВУ

10. Який із наведених висловів найбільше описує Ваше відчуття змін у житті через війну?



БЛОК 2. ДИНАМІКА ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ І ФАКТОРИ ВПЛИВУ

11. У яких сферах свого життя Ви найбільше відчули зміни після початку повномасштабної війни? (Оберіть не більше 3 варіантів)



SOCIOFOCUS+

Соціологічна служба
Дніпровський національний університет
імені Олеся Гончара



БЛОК 2. ДИНАМІКА ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ І ФАКТОРИ ВПЛИВУ

12. Оцініть вплив зовнішніх чинників на Ваш емоційний стан?

	Дуже впливає	Впливає	І так, і ні	Не впливає	Зовсім не впливає
новини про війну	18,9%	31,8%	30,8%	9,8%	6,2%
фінансові труднощі	34,0%	39,0%	17,5%	6,0%	1,9%
повітряні тривоги / небезпека	11,1%	24,6%	33,1%	18,4%	10,9%
навчальне навантаження	18,6%	35,1%	31,7%	10,9%	2,9%
невизначеність майбутнього	39,0%	32,3%	20,3%	5,3%	2,1%
сімейні обставини	23,3%	30,1%	25,5%	12,9%	6,6%



БЛОК 3. ПРАКТИКИ ПІДТРИМКИ ЕМОЦІЙНОЇ РІВНОВАГИ

13. Чи зверталися Ви за психологічною допомогою після початку повномасштабної війни?

так, звертався(лася) думав(ла) про це, але не звертався(лася)	12,7%
але не звертався(лася)	16,2%
не було потреби звертатися	15,9%
ні, не звертався(лася)	53,6%
важко відповісти	1,6%

у розрізі статі респондентів

	Жіноча	Чоловіча	Не хочу відповідати	Загальний результат
так, звертався(лася)	15,5%	6,3%	10,8%	12,7%
думав(ла) про це, але не звертався(лася)	19,7%	7,9%	16,2%	16,2%
не було потреби звертатися	14,6%	19,9%	8,1%	15,9%
ні, не звертався(лася)	49,4%	63,8%	48,6%	53,6%
важко відповісти	0,9%	2,1%	16,2%	1,6%

серед тих, хто звертався за психологічною допомогою після початку повномасштабного вторгнення (n=185)

13.1. Чи покращився Ваш психоемоційний стан після отримання допомоги?

так	22,7%
скоріше так, ніж ні	35,1%
і так, і ні	17,3%
скоріше ні, ніж так	21,6%
важко відповісти	3,2%

БЛОК 3. ПРАКТИКИ ПІДТРИМКИ ЕМОЦІЙНОЇ РІВНОВАГИ



SOCIOFOCUS+

Соціологічна служба
Дніпровський національний університет
імені Олеся Гончара



БЛОК 3. ПРАКТИКИ ПІДТРИМКИ ЕМОЦІЙНОЇ РІВНОВАГИ

14. Наскільки Ви погоджуєтесь із твердженнями:

	Так	Скоріше так	Скоріше ні	Ні	Важко сказати
Я відчуваю підтримку з боку родини	55,9%	29,3%	6,3%	3,0%	5,5%
Я відчуваю підтримку з боку друзів	49,3%	32,2%	7,7%	5,0%	5,7%
Я відчуваю підтримку з боку університету	14,9%	34,9%	19,2%	14,4%	16,6%
Я знаю, куди звернутися по психологічну допомогу	36,8%	27,0%	15,3%	13,7%	7,3%
Я відчуваю необхідність звернутися за допомогою до психолога	11,4%	15,3%	29,2%	35,5%	8,7%

БЛОК 3. ПРАКТИКИ ПІДТРИМКИ ЕМОЦІЙНОЇ РІВНОВАГИ

15. Коли Ви відчуваєте сильний стрес або емоційне напруження, як часто Ви робите такі дії? (можна обрати декілька відповідей)



16. Чи є доступною для студентів психологічна допомога в університеті?

Так	21,0%
Скоріше так, ніж ні	25,7%
Скоріше ні, ніж так	6,9%
Ні	5,5%
Важко відповісти	40,9%





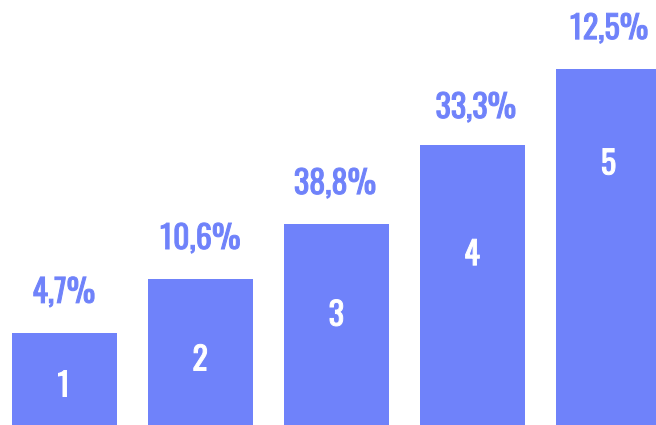
БЛОК 3. ПРАКТИКИ ПІДТРИМКИ ЕМОЦІЙНОЇ РІВНОВАГИ

17. Оцініть, наскільки Ви погоджуєтеся з наведеними твердженнями:

	Так	Скоріше так, ніж ні	І так, і ні	Скоріше ні, ніж так	Ні	Важко відповісти
Зараз я загалом почуваюся емоційно стабільно	23,3%	29,4%	24,0%	13,5%	8,6%	1,3%
Я часто відчуваю сильну тривогу	18,5%	20,5%	26,0%	19,8%	14,4%	0,8%
Я часто відчуваю емоційне виснаження	25,5%	26,1%	25,2%	12,3%	9,6%	1,3%
У моєму повсякденному житті присутнє відчуття надії	23,2%	31,6%	27,6%	9,2%	5,1%	3,4%
Я відчуваю, що можу контролювати своє життя навіть у складних умовах.	22,1%	30,7%	27,8%	10,3%	5,8%	3,2%
Я зміг / змогла адаптуватися до умов воєнного стану	39,6%	34,8%	18,3%	2,8%	2,8%	1,7%
Я знаю способи, які допомагають мені знижувати емоційне напруження.	35,4%	33,1%	20,1%	6,2%	2,7%	2,5%
Я регулярно використовую способи емоційного самовідновлення	20,9%	24,8%	27,2%	10,7%	10,1%	6,1%



БЛОК 3. ПРАКТИКИ ПІДТРИМКИ ЕМОЦІЙНОЇ РІВНОВАГИ



18. Оцініть за 5-ти бальною шкалою своє бачення майбутнього?
(де 1 – дуже песимістичне, 5 - дуже оптимістичне)

у розрізі статі респондента

	Жіноча	Чоловіча	НХВ	ЗР
1	0,9%	2,4%	3,6%	1,4%
2	5,4%	8,0%	12,7%	6,3%
3	34,6%	33,5%	40,9%	34,4%
4	40,4%	37,8%	29,1%	39,4%
5	18,8%	18,3%	13,6%	18,5%



БЛОК 3. ПРАКТИКИ ПІДТРИМКИ ЕМОЦІЙНОЇ РІВНОВАГИ

18. Оцініть за 5-ти бальною шкалою своє бачення майбутнього?
(де 1 – дуже песимістичне, 5 - дуже оптимістичне)

у розрізі того, чи змінили респонденти місце проживання після початку повномасштабної війни

	Так	Ні	Загальний результат
1	1,5%	1,3%	1,4%
2	6,1%	6,4%	6,3%
3	36,5%	33,2%	34,4%
4	38,7%	39,8%	39,4%
5	17,2%	19,2%	18,5%



РЕАЛІЗАЦІЯ ПРОЄКТУ

Головний координатор проєкту:

Ходус Олена, д-р філософ.н., професор кафедри політології, соціології та публічного управління

Учасники проєкту:

Гудзенко Олеся, к. соціол.н., доцент кафедри політології, соціології та публічного управління

Бойко Віталій, здобувач PhD кафедри політології, соціології та публічного управління

Буциченко Софія, здобувачка II рівня вищої освіти, спеціальність 054 Соціологія

Семенюта Дмитро, здобувач I рівня вищої освіти, спеціальність 054 Соціологія

Дизайн презентації:

Топчієнко Аліна, фахівець Соціологічної служби SocioFocus+

