

УДК 159.923(075.8)

Бойчук В.–ст. гр. БП-31

Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя

АНАЛІЗ ЖИТТЄВИХ КРИЗ ІЗ УРАХУВАННЯМ СУЧАСНОЇ СИТУАЦІЇ В УКРАЇНІ

Науковий керівник: професор Стоцький Я. В.

Boichuk V.

Ternopil Ivan Puluj National Technical University

ANALYSIS OF LIFE CRISES TAKING INTO ACCOUNT THE CURRENT SITUATION IN UKRAINE

Supervisor: Professor Stotsky Y.V.

Ключові слова: життєва криза, військові дії, психічне здоров'я.

Keywords: life crisis, military operations, mental health.

У сучасній Україні життєва криза є тривалим емоційним стрес-фактором через військові дії, які призвели до дезорганізації повсякденного життя людей. Населення одночасно зіштовхується з небезпекою, втратою стабільності, невідомим майбутнім та нестачею ресурсів для фізичного, економічного та психічного відновлення.

В постійній небезпеці психіка людини функціонує у режимі виживання, а саме: хронічна тривога, емоційне виснаження, погіршення уваги та концентрації.

Значній кількості людей довелось пережити кризу втрати дому. В психологічному контексті дім — це не лише матеріальний об'єкт, це простір безпеки, спогадів, рутини, соціальної пристосованості та адаптації. Коли людина через загрозу життю вимушена покинути власне житло, вона відчуває втрату контролю над власним життям.

За останніми даними, зібраними Міжнародною організацією з міграції, «понад половина з 3,7 мільйона внутрішньо переміщених осіб (далі ВПО – В. Б.) (54%) проживають у орендованому житлі. Близько 2,5 мільйона людей володіють житлом, яке залишається переважно недоступним. Про понад половину (60%) таких домівок у місцях свого походження ВПО повідомляють як про пошкоджені» [1]. Ці дані вказують на те, що в Україні криза житла є довготривалою, вона має вплив на психічний стан, сімейні рішення та економічну поведінку.

Натомість життєва криза в дітей характеризується специфічним характером тому, що вони не мають того ж ресурсу для відновлення, як в дорослих. Їхній розвиток залежить від доступу до базових потреб, стабільного середовища, емоційної безпеки та освіти.

«Близько 70%, або 3,5 мільйона, дітей в Україні нині не мають доступу до базових товарів і послуг, зокрема, позбавлені належного харчування та житла. Таке становище засвідчують нові дані, оприлюднені ЮНІСЕФ. До повномасштабного вторгнення, у 2021 році цей показник становив приблизно 18%» [2].

Втрата фінансової опори поглиблює кризу. Війна вплинула на рівень зайнятості, доходів та витрат. За даними Світового банку: «Орієнтовний попередній рівень

бідності на 2025 рік становить 36,9%, залишаючись на тому ж рівні, що й у 2024 році (37,0%) і значно вищим, ніж до 2022 року» [3].

Отже, економічна криза особливо відчутна для вразливих верств населення, а саме: внутрішньо переміщених осіб, людей з інвалідністю, осіб похилого віку, багатодітних сімей, родин із низькими доходами.

Таким чином, життєві кризи в сучасній Україні слід розглядати як довготривалий, комплексний та взаємопов'язаний процес у якому воєнна небезпека, економічний тиск, втрати та психологічне виснаження взаємно підсилюють одне одного. Цей процес посилюється тим, що джерело стресу не зникає, а триває упродовж тривалого часу. Загалом криза в умовах сьогодення є кризою щоденного виживання.

Джерела та література:

1. Шапошнікова М. Більше мільйона переміщених українців змушені витратити заощадження на оренду житла. URL: <https://surl.li/dkjeot> (дата звернення: 23. 03. 2026).
2. Фрікер Т. 70% дітей в Україні не мають доступу до базових товарів і послуг. URL: <https://surl.li/pdqmbo> (дата звернення: 23. 03. 2026).
3. Опитування «Дослухаючись до громадян України». URL: <https://surl.li/qhkhgх> (дата звернення: 23. 03. 2026).