## Соколова Тетяна Анатоліївна, кандидат сільськогосподарських наук

Прикарпатський інститут ім. М. Грушевського ПрАТ «ВНЗ «МАУП»,

м. Трускавець

**ДЕМОГРАФІЧНІ ВИКЛИКИ: НЕВИЗНАЧЕНІСТЬ В ЖИТТІ УКРАЇНЦІВ ВНАСЛІДОК АГРЕСІЇ**

Питання переселення є одним з найбільш актуальних у сучасному світі. Мільйони людей змушені залишати свої домівки через війни, природні катаклізми, економічні кризи та політичні переслідування. Це призводить до значних демографічних змін.

В різні історичні періоди українці вимушені були переселятися з одних територій на інші через політичні та безпекові загрози. Так, наприклад, масові депортації українців, які організовувала радянська/совєтська влада протягом існування імперії та сучасна російсько-українська війна в Україні — дві різні епохи, але з подібним наслідком — масовим переміщенням населення. Примусові переселення, вигнання чи висилка з постійного місця проживання були наслідком політичних рішень радянської влади, які застосовувалися як по відношенню до українців, так і інших народів СРСР. Сучасна хвиля переселень викликана наслідками жорстокої війни, яку розпочала росія по відношенню до незалежної держави України.

Демографічна криза в Україні, спричинена російською агресією, призвела до значного скорочення населення. За останніми дослідженнями, як стверджує у своїй статті Хосе Мігель Гузман, доктор філософії, демограф, кількість населення в Україні може скоротитися на 24-33% і цей показник буде залежати від того, як довго ще буде тривати російсько-українська війна [2]. Війна забирає життя українців, наявне масове переселення людей в межах України, а також переїзд наших громадян до інших країн — і це справжні демографічні виклики, які можна назвати трагедією для українського народу. Але одним з найбільших серед інших викликів, з якими стикаються українці внаслідок російської агресії, є невизначеність щодо свого майбутнього – це один із найпоширеніших і найболючіших досвідів, який переживають переселенці. Невизначеність пронизує всі сфери їхнього життя, від побутових до екзистенційних.

Розглянемо наслідки такого стану, як невизначеність, для людей, які переживали трагедії (численні депортації в історії українського народу) і проживають їх в сучасній боротьбі з російським агресором.

1. Психологічні:

* тривога і стрес (постійна напруга через невідомість майбутнього, пошук житла);
* депресія (відчуття безнадії, втрати контролю над власним життям, постійна тривога за своє майбутнє і рідних);
* почуття провини (внутрішні конфлікти від неможливості змінити ситуацію: залишення рідного дому, втрата близьких);
* ізоляція (відчуття відторгнення у встановленні нових соціальних контактів).

1. Соціальні:

* труднощі з інтеграцією (мовні бар'єри, культурні відмінності);
* втрата соціального статусу (втрата соціальної ролі, що призводить до зниження самооцінки).

1. Економічні:

* втрата майна;
* матеріальна скрута (відсутність стабільного доходу, необхідність починати все спочатку).

Невизначеність проявляється як екзистенційний виклик, коли людина внаслідок агресії відчуває втрату сенсу життя, «розмивається» відчуття мети, свого місця в світі. Це постійна тривога за майбутнє, невідомість щодо того, де і як доведеться жити. Людина відчуває безпорадність, бо розуміє, що ситуація не залежить від її волі, що вона є лише жертвою обставин. Війна, насильство, втрати руйнують попередні плани і мрії, змушуючи шукати нові сенси, а втрата дому, близьких, соціального статусу, майна — це глибокі психологічні травми.

Українці у XX ст. внаслідок депортацій відчували себе жертвами політичних репресій, що посилювало їхні страждання. Депортованим за часів тоталітарного радянського режиму можливості для допомоги були обмеженими. Вони могли отримати допомогу тільки один від одного в нових місцях поселення. Спільні зусилля для збереження мови, культури, релігії часто ставали важким фактором виживання.

Українцям, які вимушені були покинути свої домівки внаслідок російсько-української війни, можуть очікувати на психологічну, соціальну, правову допомогу. Горе згуртувало український народ і ми всі допомагаємо один одному. Діє перший та найбільший в Україні сервіс пошуку безкоштовного житла для біженців «Прихисток», який був організований за ініціативи Галини Янченко. Понад 1 млн. українців проєкт допоміг знайти тимчасове житло [4]. Благодійна організація «Карітас України» організувала 42 центри по всій країні, формує гуманітарні програми, які допомагають людям долати наслідки війни, також безкоштовно проводяться психологічні тренінги, консультації для подолання стресу, депресії. Надано більш ніж 4 млн. послуг людям, які цього потребують [1]. Державна служба зайнятості надає популярні послуги: ваучер на навчання, тобто кошти від держави на отримання додаткової освіти, на Єдиному порталі вакансій можна знайти пропозиції від роботодавців, а також отримати підтримку від держави на створення свого бізнесу та ін. [5]. І таких прикладів багато.

Успішність адаптації до нових умов життя багато в чому визначається психологічним станом і настроєм самої людини [3]. У кризових умовах вимушеного переселення багато залежить від особистості, її здатності не тільки пережити важкі часи, але й пристосуватися до нових реалій, знайти сенс для свого майбутнього життя. Це вдається далеко не всім. Тому невизначеність у житті людини внаслідок політичної або військової агресії, як демографічний виклик, нам треба ще вчитися долати, бо вона виходить за межі конкретних проблем (житло, робота, документи) і торкається найглибших шарів особистості. Втрата дому, розрив соціальних зв'язків, невизначеність майбутнього — це універсальні досвіди, які поєднують людей різних поколінь. Однак, сучасні технології, розвиток гуманітарних організацій, зміна світогляду суспільства створюють нові можливості для подолання цих викликів, які є тривалим і складним процесом, що потребують часу і підтримки та вимагають зусиль як від самих сучасних переселенців, так і від суспільства в цілому.

**Література**

1. Війна в Україні: де отримати допомогу. *Карітас України:* веб-сайт. URL: [*https://caritas.ua/*](https://caritas.ua/)(дата звернення 10.09.2024).
2. Гузман Х. М. Демографічна трагедія України: другий голодомор? *Економічна правда*: веб-сайт. URL: <https://www.epravda.com.ua/publications/2022/06/28/688487/> (дата звернення 09.09.2024).
3. Гуляєва А. С. Психологічні особливості вимушеного переселення. *Проблеми сучасної психології.* 2017. Випуск 37. URL: <https://journals.uran.ua/index.php/2227-6246/article/view/156933/156279> (дата звернення: 10.09.2024).
4. Перший та найбільший в Україні сервіс пошуку безкоштовного житла для біженців. *Прихисток*: веб-сайт. URL: <https://prykhystok.gov.ua/> (дата звернення 10.09.2024).
5. Траєкторія твоєї кар'єри. *Державна служба зайнятості:* веб-сайт. URL: <https://dcz.gov.ua/> (дата звернення 10.09.2024).