

А. Синько, К. Спесивцева

ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ ТУРИЗМУ В УКРАЇНІ У ПІСЛЯВОЄННИЙ ЧАС

A. Synko, K. Spesyvtseva

PROSPECTS FOR THE DEVELOPMENT OF TOURISM IN THE POST-WAR UKRAINE

Як відомо, міжнародний туризм завжди був особливо чутливим до усіх світових подій. Чи то пандемія, чи політичний конфлікт — туризм реагував відразу. Тому у січні 2022 р. уряди багатьох країн надіслали своїм громадянам попередження щодо подорожей до України, оскільки ЗМІ почали поширювати інформацію про можливе вторгнення з боку росії. Безумовно, ми поважаємо ці рішення. Однак ми не можемо ігнорувати той факт, що це негативно вплинуло на індустрію туризму. Економіка України зазнала небуvaloї шкоди. Із цієї причини ми вирішили віднайти шляхи до відновлення туристичної галузі в нашій державі та зазначити ймовірні особливості, з якими можемо зіткнутися в найближчому майбутньому.

Ніщо не впливає на туризм швидше, ніж політична нестабільність, особливо якщо це повномасштабне вторгнення та війна. У 2014 р. країна спостерігала величезне падіння туристичних потоків після анексії росією Криму. Попри військові дії в окремих регіонах нашої країни, які тривали 8 років, у середньому 13 млн міжнародних туристів на рік все одно відвідували Україну та робили свій внесок в економіку нашої країни.

Зараз вже рік як триває повномасштабне вторгнення росії на території України, проте ми повинні шукати шляхи відновлення туризму вже нині. Сьогодні іноземці асоціюють Україну з війною. Важливо зберегти й інший імідж нашої держави: добре розвиненої країни з багатою історією та автентичною культурою. Ми маємо величезний туристичний потенціал і плануємо його реалізувати. Туризм в Україні одноznачно відновиться досить швидко після закінчення війни та виведення військ. Туристи повернуться, як тільки буде гарантована повна безпека. Будуть додаватися нові дестинації, оскільки іноземці вже зараз виявляють інтерес до таких міст, як Буча, Ірпінь, Бородянка, Маріуполь. На щастя, Захід України війна не так сильно зачепила, а от Схід та Південь України зазнали жаклимих руйнувань, тому потребуватимуть реставрації та відбудови закладів туристичної індустрії.

Безумовно, з'являться нові вимоги до туристичних подорожей територією держави. Кожен туристичний об'єкт має бути забезпечений бомбосховищем або підвалом із хоча б мінімальним запасом їжі та води. Деякі локації, зокрема ліси та поля, будуть обмежені у відвідуванні через можливе замінування територій. Це стосується Донеччини і таких міст, як Ізюм, Херсон. Ми схильні вважати, що іноземні туристи зацікавляться культурою та історією України. Річ у тім, що Україна асоціювалася з росією, коли обидві входили до складу СРСР. Чималій кількості іноземців було складно сприймати Україну як незалежну державу. Тому після нашої перемоги ми матимемо чудову можливість показати світу свою унікальну культуру та історію. Ми можемо розповісти про унікальність вишиванок, характерних для кожного регіону. Ми можемо приготувати туристам традиційні українські страви, зокрема борщ і вареники.

Отже, повернути туризм в Україні на довоєнний рівень буде важко, але можливо. Наша країна має фантастичний потенціал. Трагічні події минулого року змусили світ говорити про Україну та молитися за неї. Майже всі були стурбовані

майбутнім нашої країни та були вражені героїзмом українців. Нині багато інвесторів з усього світу виявили бажання взяти участь у відбудові нашої країни. Завдяки такій позитивній тенденції ми віримо в майбутню відбудову України та її подальший розвиток як незалежної та туристичної країни.

Я. Фадєєва

ВИКОРИСТАННЯ ТУРИЗМУ ДЛЯ ПОДОЛАННЯ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО СТРЕСОВОГО РОЗЛАДУ, СПРИЧИНЕНОГО ВІЙНОЮ

Y. Fadieieva

USING TOURISM TO OVERCOME POST-TRAUMATIC STRESS DISORDER CAUSED BY WAR

ПТСР (посттравматичний стресовий розлад) — це психічний стан, який виникає в результаті травматичної ситуації та може проявлятися різними симптомами, такими як нічні кошмари, тривожність, роздратування, відчуття відстороненості від навколишнього світу, гіпервігільянтність (збільшена уважність, підвищена чутливість до зовнішніх подразників). Ці симптоми можуть з'являтися як негайно після подій, так і затримуватися на довгий період після повернення додому. ПТСР є серйозним психічним розладом, який потребує допомоги у різних проявах. В умовах війни важко порахувати кількість людей в Україні, які на сьогодні мають посттравматичний стресовий розлад, але можна припустити, що в регіонах активних бойових дій ця кількість становить до 100 %.

Україна наразі не має розвинутої системи психологічної допомоги населенню. Тож необхідно відшукувати додаткові способи допомоги людям з ПТСР.

Щодо туризму, зазначимо, що він може бути корисним як додатковий елемент лікування ПТСР. Такі програми туризму можуть забезпечити військовослужбовцям та іншим постраждалим можливість відчувати себе знову корисними та позитивними, дозволяючи їм зустріти нових людей, відвідати нові місця та займатися цікавими заняттями. А також у цьому можуть допомогти різні туристичні практики:

- Туризм з метою відновлення зв'язку з природою: прогулянки в лісі, піші прогулянки в горах, кемпінг, риболовля тощо.
- Туризм з метою культурної взаємодії: поїздки в інші країни з метою вивчення культури та традицій, інших способів життя із загальним принципом усвідомлення різних світоглядів.
- Туризм з метою фізичного відновлення: курортний відпочинок, відпочинок на морі або гірському повітрі, йога, масаж.
- Туризм з метою відволікання: відпочинок на пляжі, відвідування розважальних закладів, екскурсії, спортивні заходи.

Природа може мати позитивний вплив на психічний стан людини, знижуючи рівень стресу та тривоги. Участь у квесті може сприяти відчуттю контролю над ситуацією та власним життям, що може бути особливо важливим для людей з ПТСР, які можуть відчувати втрату контролю над своїм життям. Туристичний квест на природі може також допомогти постраждалим відновити віру в себе та свої можливості, оскільки виконання завдань та досягнення цілей може дати їм почуття успіху та задоволення від власних досягнень. Крім того, квест на природі дозволяє відвідувачам насолоджуватися красою природи та повітрям, що може допомогти позбутися стресу та поліпшити настрій.