

Маринчак Л. Р. к.е.н., доцент
кафедри фінансів, обліку та оподаткування,
Івано-Франківський національний технічний університет нафти і газу
Рудик К. здобувач першого (бакалаврського) рівня
Івано-Франківський національний технічний університет нафти і газу

РЕКРЕАЦІЯ ЯК ЗАСІБ ЕМОЦІЙНОГО ВІДНОВЛЕННЯ НАЦІЇ: ВИКЛИКИ, ІННОВАЦІЇ ТА ПЕРСПЕКТИВИ В УМОВАХ ВІЙНИ ТА МИРУ

Війна в Україні спричинила глибокі соціальні та психологічні потрясіння. У цих умовах рекреаційна діяльність набуває особливого значення як інструмент емоційного відновлення населення. Рекреація сприяє зниженню рівня стресу, покращенню психоемоційного стану та зміцненню соціальних зв'язків.

Війна призвела до значного скорочення туристичних потоків та обмеження доступу до багатьох рекреаційних зон. За даними Державного агентства розвитку туризму України, у 2023 році кількість внутрішніх туристів зменшилася на 60% порівняно з 2021 роком. Особливо постраждали національні природні парки, де туристична активність знизилася на 70%.

У повоєнний період рекреація стане ключовим елементом у процесі реабілітації населення. Вона сприятиме відновленню психічного здоров'я, соціальної інтеграції та економічному зростанню. Зокрема, розвиток зеленого туризму та створення реабілітаційних центрів на базі рекреаційних зон допоможуть задовольнити потреби населення у відпочинку та оздоровленні [1].

В умовах війни українське суспільство почало активніше звертатися до альтернативних та безпечних форм рекреації. Зокрема, все більшої популярності набули:

- тиха рекреація в межах міста – це міні-сквери, бібліотеки, внутрішні дворики з зеленою зоною – стали оазисами спокою для мешканців;
- психологічна рекреація – українці надають перевагу арт-терапія, майстер-класи, зустрічі на підтримку – ці заходи стали частиною емоційного порятунку людей у стресових умовах;
- онлайн-рекреація набуває популярності віртуальні тури, йога через Zoom, цифрові екскурсії дозволили зберігати контакт із природою й культурою навіть під час небезпеки.

Особливо цінною є ініціатива органів місцевого самоврядування щодо створення реабілітаційних зелених зон для ветеранів та ВПО, де кожен охочий може відновити емоційне здоров'я [2].

У табл. 1 показано основні показники рекреаційного розвитку в Україні у 2021-2024 рр.

Таблиця 1 – Показники рекреаційного розвитку в Україні

Показник	2021 рік	2022 рік	2023 рік	2024 рік
Кількість внутрішніх туристів (млн. осіб)	13,5	5,4	5,9	6,8
Відвідування нац. парків (млн. осіб)	4,2	1,3	1,5	2,1
Доходи від туризму (млрд. грн.)	107,3	38,6	41,2	52,0
Кількість працюючих у сфері туризму (тис. осіб)	245	98	105	120

Джерело: складено на основі [3, 4]

Згідно з аналізом статистичних показників рекреаційної діяльності в Україні за період 2021–2024 років, спостерігається чітка динаміка падіння галузі у 2022 році внаслідок початку повномасштабної війни, з подальшим поступовим відновленням у 2023–2024 роках. Так, кількість внутрішніх туристів скоротилася з 13,5 млн. осіб у 2021 році до 5,4 млн. у 2022 році, що становить зниження на понад 60%. Проте вже у 2023 та 2024 роках видно зростання – до 5,9 та 6,8 млн. відповідно, що свідчить про поступове відновлення інтересу до рекреаційних послуг. Аналогічна ситуація спостерігається у відвідуванні національних природних парків: після критичного спаду з 4,2 млн. до 1,3 млн. у 2022 році, у 2024 році кількість відвідувань зросла до 2,1 млн.

Доходи від туризму, які у 2021 році становили понад 107 млрд. грн., у 2022 зменшились до 38,6 млрд., але поступово зросли до 52 млрд. грн. у 2024 році. Кількість зайнятих у сфері туризму осіб також показує позитивну динаміку: від 245 тис. у 2021 році до мінімальних 98 тис. у 2022, з наступним підвищенням до 105 тис. у 2023 та 120 тис. у 2024 році. Ці показники демонструють не лише адаптацію галузі до нових умов, а й активізацію заходів щодо її реабілітації, що особливо актуально в умовах повоєнного відновлення. Після завершення війни рекреація стане не просто відпочинком — вона виконуватиме реабілітаційну, патріотичну та соціальну функції. Очікується розвиток таких напрямів:

- рекреаційно-психологічні комплекси для військових – центри відновлення з природно-терапевтичним компонентом;
- екотуризм і зелений туризм – популярні серед населення з підвищеною чутливістю до теми екології та стресу;
- інклюзивна рекреація – створення умов для активного відпочинку людей з інвалідністю та посттравматичним синдромом.

Це не лише можливість оздоровлення, а й інструмент національного єднання, який через спільний досвід природи, спокою та краси здатен зцілити країну [5].

Рекреаційна діяльність в Україні зазнала значних втрат через війну, проте вона має потенціал стати важливим інструментом у процесі відновлення нації. Інвестиції у розвиток рекреаційної інфраструктури, підтримка зеленого туризму

та створення програм психологічної реабілітації сприятимуть покращенню якості життя населення та зміцненню соціальної єдності.

Перелік використаних джерел

1. Філюк С. М., Зарічняк А. П. (2023). Ідентифікація загроз екосистемному відновленню безпеки туристично-рекреаційного потенціалу України у воєнний час, Академічні візії. Вип. 16. URL: <https://www.academy-vision.org/index.php/av/article/view/137/125ontu.edu.ua>
2. Національний інститут стратегічних досліджень (2024). Підтримка ментального здоров'я в часи війни. URL: <https://niss.gov.ua/news/komentari-ekspertiv/pidtrymka-mentalnoho-zdorovya-v-chasy-viyny>
3. Грищенко С. (2023). Туристична індустрія України: аналіз тенденцій та чинників розвитку в координатах повоєнного відновлення. Економіка та суспільство. № 52. URL: <https://economyandsociety.in.ua/index.php/journal/article/view/2548/2468>
4. Державне агентство розвитку туризму України. (2024). Статистика. URL: <https://www.tourism.gov.ua/statistic>
5. Державна служба статистики України. Туристична діяльність . Державна служба статистики України. 2024 р. URL: https://ukrstat.gov.ua/metaopus/2022/2_03_12_03_2022.htm
6. Машіка Г. В., Косовець А. І. (2023). Розвиток туристичної галузі України в сучасних умовах // Матеріали Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції «Вітчизняна наука на зламі епох: проблеми та перспективи розвитку». Переяслав, 2023р. Вип. 91, с. 5–7 с. URL: <https://dspace.uzhnu.edu.ua/jspui/bitstream/lib/57272/1/%d0%97%d0%b1%d1%96%d1%80%d0%bd%d0%b8%d0%ba%2091.pdf>

УДК 159.91

Марченко О.А., д.е.н., професор
Пилипенко К.А., д.е.н., професор
Рунчева Н.В., д.е.н., професор
Савків А. С., здобувач вищої освіти
Мелітопольський державний педагогічний університет
імені Богдана Хмельницького

МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ: ВИКЛИКИ ТА ШЛЯХИ ЇХ ПОДОЛАННЯ

Питання ментального здоров'я студентської молоді набуває дедалі більшої актуальності у наукових дослідженнях на межі медицини, психології та соціології.

Однією з найбільш актуальних проблем серед студентської молоді є хронічний стрес, який набув характеру психоемоційного розладу (Рис.1). Це