

АНАЛІТИЧНИЙ ЗВІТ

про становище дітей та сімей внутрішньо
переміщених осіб в Україні «Діти війни:
свідчення та аналітика для
міжнародної адвокації»

2026

Цей аналітичний звіт підготовлено командою фахівців та експертів у сфері захисту прав дітей, соціальної політики, психосоціальної підтримки та адвокації інтересів внутрішньо переміщених осіб.

Авторський колектив поєднав досвід якісних досліджень, роботи з громадами, документування свідчень постраждалих від війни родин та розробки рекомендацій для державних і міжнародних інституцій. Звіт створено на основі глибинних інтерв'ю з дітьми та їхніми родинами, які пережили війну, окупацію, евакуацію та внутрішнє переміщення.

Автори працювали з чутливою тематикою травматичного досвіду, дотримуючись принципів етичності, недискримінації, конфіденційності та запобігання ретравматизації.

Методологічний підхід поєднав якісний кейс-аналіз (20 індивідуальних історій) із кількісним зрізом повторюваних індикаторів травматичного досвіду та потреб дітей війни. Такий підхід дозволив зберегти живий голос дитини як основу тексту та водночас сформулювати системні висновки й рекомендації для держави, громад, соціальних служб і міжнародних партнерів. Авторський колектив виходив із переконання, що діти війни — це не лише отримувачі гуманітарної допомоги, а носії досвіду, який має бути почутий на національному та міжнародному рівнях. Тому звіт має подвійне завдання: бути документом часу і водночас інструментом адвокації.

Автори висловлюють щирю вдячність дітям і родинам, які погодилися поділитися своїми історіями. Їхня відкритість і довіра зробили можливим створення цього звіту. Окрема подяка представникам громад, освітніх закладів, соціальних служб, громадських організацій та волонтерських ініціатив, які сприяли проведенню дослідження та підтримували родини дітей війни на місцях.

Підготовка та друк цієї публікації здійснено за підтримки Фонду «Аскольд і Дір», що адмініструється ICAP Єднання в межах проекту «Сильне громадянське суспільство України – рушій реформ і демократії» за фінансування Норвегії та Швеції. Зміст публікації є відповідальністю ГО «**Мережа громадських організацій підтримки внутрішньо переміщених осіб в Україні**» та не є відображенням поглядів урядів Норвегії, Швеції або ICAP Єднання

Рекомендоване бібліографічне посилання

Танасійчук А., Лирик І. Аналітичний звіт. Становище дітей війни та сімей внутрішньо переміщених осіб в Україні. Діти війни: свідчення та аналітика для міжнародної адвокації. ГО «Мережа громадських організацій підтримки внутрішньо переміщених осіб в Україні» / За загал. ред. А. Танасійчук. 2026. 76 с.

ЗМІСТ

ВСТУП	4
Методологія	5
Голоси дітей війни:	
20 індивідуальних історій і ключові травматичні досвіди	8
Кількісний зріз:	
індикатори травматичного досвіду та потреб дітей війни	63
Ключові проблеми дітей війни:	
повторювані патерни з історій	66
Висновки	69
Рекомендації	71
Дорожня карта підтримки дітей війни	73

ВСТУП

*«Ми у підвалі... там сиділи, так... місяць».
«Найстрашніше, що зникаєш до цього».
«Я весь час плакала – це була моя форма розвантаження».
(Цитати з історій проєкту)*

Звіт підготовлено в межах проєкту **«Діти війни: свідчення та аналітика для міжнародної адвокації»**, який реалізує ГО **«Мережа громадських організацій підтримки внутрішньо переміщених осіб в Україні»** за підтримки **Фонду «Аскольд і Дір»**, що адмініструється ІСАР Єднання, у межах проєкту **«Сильне громадянське суспільство України – рушій реформ і демократії»** за фінансування **Норвегії та Швеції**. Мета ініціативи – зібрати реальні свідчення дітей і родин, які пережили війну та вимушене переміщення, і перетворити їх на **аналітичний матеріал для міжнародних організацій, дипломатів і медіа**; зібрані історії стали основою мультимедійної виставки **«Діти війни – голос, що має бути почутим»**.

Цей аналітичний звіт підготовлено на основі **20 історій дітей війни** – свідчень, записаних у форматі інтерв'ю з дітьми та/або їхніми батьками. Це не “узагальнена статистика” і не абстрактні формулювання про травму. Це – **живі голоси**, у яких війна звучить по-різному: у когось – коридором і бункером Маріуполя, у когось – підвалом Харкова, у когось – блокпостами під час виїзду з окупації, у когось – **булінгом у школі вже в тилу**, там, де дитина мала б нарешті відчутти безпеку.

У цих розповідях важливо не лише що сталося, а **як це “осідає” в дитині**: у звичці слухати небо, у реакції на різкий звук, у втомі від тривоги, у мовчанні замість слів. Дитячий досвід війни рідко має форму “чіткої хронології” – частіше це фрагменти, які повертаються вночі або зненацька. Саме тому пряма мова тут – не прикраса, а доказ: вона передає те, чого не може передати жоден формальний звіт.

Окремою цінністю є пряма мова – фрази дітей і батьків, які фіксують не лише події, а й наслідки: як війна змінює поведінку дитини, навчання, довіру, відчуття безпеки, стосунки в родині. Це – документ часу і водночас **інструмент адвокації**: щоб міжнародні партнери, донори, медіа й політики не сприймали війну як “далеку подію”, а бачили її наслідки в долях конкретних дітей.

Та є ще один вимір, який цей звіт робить видимим: **матері – як невидимий фронт**. За кожною дитячою історією часто стоїть доросла людина, яка мусить бути “опорою”, коли всередині в неї – виснаження, страх і відповідальність за життя. Іноді це проговорено прямо – коротко, без пафосу, як факт виживання: «Я весь час плакала – це була моя форма розвантаження». Якщо міжнародна підтримка бачить лише дитину, але не бачить матір/опікуна – вона часто **не дотягує** до реального відновлення.

Звіт покликаний:

- **задокументувати** досвід дітей війни як доказовий матеріал для міжнародної адвокації;
- **виявити спільні патерни** проблем і потреб, які повторюються в різних історіях;
- **показати**, що допомога дітям – це не лише “пакунок” і разова підтримка, а довготривала робота з безпекою, освітою, психічним здоров'ям і розвитком.

Структура звіту поєднує **індивідуальні портрети** (щоб світ почув голос кожної дитини) та **узагальнення** (щоб перетворити свідчення на рішення). Саме тому після розділу з 20 кейсами подано **кількісний зріз індикаторів травматичного досвіду та потреб**, далі – блок повторюваних проблем і, як результат, рекомендації та дорожня карта дій для держави, громад, соціальних служб, громадських і міжнародних організацій.

МЕТОДОЛОГІЯ

ДЖЕРЕЛЬНА БАЗА

Матеріалом для звіту стали 20 інтерв'ю (історій) у межах мультимедійного проекту про дітей війни. У частині кейсів представлені пари “дитина + мама”, що дозволяє побачити один і той самий досвід з двох перспектив: дитячої (емоційної, фрагментарної, дуже чесної) та дорослої (структурованої, з побутовими й організаційними деталями).

ФОРМАТ ЗБОРУ ДАНИХ

- Напівструктуровані інтерв'ю / розповіді з фокусом на досвід війни та переміщення.
- Фіксація прямої мови як ключового свідчення.
- Питання охоплювали як події моменти (евакуація, житло, школа), так і психологічні та соціальні наслідки (страхи, втрати, інтеграція, ресурси, плани на майбутнє).

ГЕОГРАФІЯ ТА КОНТЕКСТ

Історії охоплюють різні регіони й типи воєнного досвіду:

- окупація та виїзд через блокпости/непрямі маршрути (зокрема Херсонщина);
- міста під інтенсивними обстрілами (зокрема Харків);
- Маріуполь як досвід виживання в укриттях/бункерах;
- внутрішнє переміщення у більш безпечні регіони (зокрема Вінниччина);
- досвід “тилових” дітей, які не виїхали за кордон, але живуть під тривогами й у режимі воєнної мобілізації громади.

Поточна точка перебування багатьох героїв – Вінниця та Вінницька область, що створює можливість аналізувати інтеграцію ВПО-дітей у конкретному регіоні, а також типові бар'єри (житло, школа, доступ до гуртків, ставлення громади).

АНАЛІТИЧНА РАМКА (ЯКІСНИЙ КЕЙС-АНАЛІЗ)

Кожну історію було опрацьовано за однаковою структурою з 9 тематичних блоків (щоб забезпечити порівнюваність кейсів і видимість повторюваних проблем):

1. Перші дні війни, евакуація
2. Житло та побут після переміщення
3. Школа / освіта / мовні питання
4. Психологічний стан
5. Соціальна підтримка і ресурси
6. Дружба, інтеграція у громаді
7. Роль родини (зокрема відсутність тата/служба/розлука)
8. Мрії та плани на майбутнє
9. Вразливості (особливі потреби, інклюзія, ризики)

КІЛЬКІСНИЙ КОМПОНЕНТ (МІНІ-СТАТИСТИКА ЗА 20 ІСТОРІЯМИ)

Окрім якісних портретів, у звіті застосовано **кількісний зріз** – консервативний підрахунок повторюваних індикаторів травматичного досвіду та потреб. Його мета – не “репрезентативна статистика”, а **видимість масштабів ключових проблем** навіть у невеликій вибірці та підсилення адвокаційної частини звіту.

ОДИНИЦЯ АНАЛІЗУ

- **Одна історія/кейс = 1 одиниця підрахунку** (із 20).
- Якщо кейс містить пару “дитина + мама”, індикатор зараховується, якщо він прямо згаданий хоча б в одному з двох голосів (дитячому або дорослому) – без дублювання рахунку.

ПРИНЦИП “БЕЗ ДОМИСЛІВ” У ПІДРАХУНКУ

- Індикатор враховується **лише за прямої/однозначної згадки** у тексті інтерв'ю.
- Якщо тема можливо була присутня, але **не проговорена** – вона **не зараховується**.
- Тому цифри подаються як **мінімально підтверджені (“щонайменше”)**, що забезпечує етичність і точність підходу.

ГРУПИ ІНДИКАТОРІВ (ЩО САМЕ ПІДРАХОВУВАЛОСЯ)

Кількісний зріз сформовано за такими блоками (повна таблиця подана окремим розділом звіту):

А. Досвід війни та безпеки

- перебування в бункері/підвалі/укритті;
- досвід окупації та/або складних маршрутів виїзду;
- нормалізація небезпеки (“звик(ла) до тривоги/вибухів”);
- свідчення про загрозу/прильоти поруч.

В. Переміщення та житлова нестабільність

- втрата/пошкодження житла;
- тимчасові умови проживання;
- кількість переїздів (1 раз / 2+ рази);
- ознаки матеріальних труднощів, що впливають на доступ до відновлення.

С. Освіта

- освітні розриви (перерви у навчанні);
- дистанційне навчання та інфраструктурні бар'єри (інтернет/світло);
- зміна школи;
- мовні/адаптаційні труднощі;
- булінг/стигматизація в школі або позитивна адаптація (як окремі полюси досвіду).

Д. Психологічні наслідки

- тривожність, панічні реакції, порушення сну;
- соціальна ізоляція/соціофобія;
- емоційне “оніміння”, апатія;
- звернення по психологічну/психіатричну допомогу (як факт).

Е. Родина і розлука

- тато на службі / близькі у війську;
- розлука з татом/рідними, відсутність зв'язку;
- життя лише з одним із батьків (як окремий фактор уразливості).

Ф. Соціальна інтеграція і підтримка

- втрата старих соціальних зв'язків / поява нових друзів;
- підтримка від громади/ГО/гуманітарних програм (за прямими згадками);
- волонтерство/дотичність до допомоги іншим як ресурс.

Г. Розвиток і “право на дитинство”

- наявність/відсутність доступу до гуртків, спорту, творчості;
- фінансові та логістичні бар'єри для розвитку.

Н. Вразливості та інклюзія

- прямі згадки про особливі потреби (РАС, інвалідність тощо);
- бар'єри доступу до інклюзивних послуг (за наявності згадок).

І. Майбутнє і повернення

- бажання повернутися додому / страх або відмова повертатися;

- мрії про мир і завершення війни;
- наявність сформульованих професійних планів.

ПРИНЦИПИ РОБОТИ З МАТЕРІАЛОМ

- **Без домислів:** якщо в історії немає фактів/деталей, вони не додаються штучно.
- **Пряма мова** збережена як доказова й емоційна основа текстів (виділялася у лапках).
- **Публіцистичний стиль із аналітичними акцентами:** кожен кейс поданий як індивідуальний портрет, але в межах структурованої рамки, яка дозволяє бачити системні проблеми.
- **Чутливість до травми:** акценти робляться на досвіді та потребах, без сенсаційності й без ретравматизації.

ОБМЕЖЕННЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

- Матеріал є результатом якісного дослідження (аналіз історій й свідчень), тому не претендує на статистичну репрезентативність всієї популяції дітей України.
 - Деякі інтерв'ю містять фрагментарні спогади (особливо у дітей молодшого віку), що є природним наслідком стресу/віку.
 - Частина тем може бути недоговореною (особисті втрати, домашнє насильство, глибокі сімейні конфлікти), бо інтерв'ю не були психотерапевтичними сесіями й не ставили мети “витягнути” все.
- У цьому звіті якісний кейс-аналіз (20 індивідуальних портретів із прямою мовою) поєднано з кількісним зрізом повторюваних індикаторів. Такий підхід дозволяє одночасно зберегти людський голос і емоційну правду історій та показати, що за ними стоять не поодинокі випадки, а системні патерни потреб і травматичного досвіду. Кількісні показники подані консервативно – лише за прямими згадками в інтерв'ю – і слугують “картою ризиків”, яка пояснює, чому підтримка дітей війни має бути системною, тривалою й адресною.

ГОЛОСИ ДІТЕЙ ВІЙНИ:

20 ІНДИВІДУАЛЬНИХ ІСТОРІЙ І КЛЮЧОВІ ТРАВМАТИЧНІ ДОСВІДИ

У цьому розділі голоси дітей, які вчора сперечалися через оцінки, мріяли про канікули й гуртки, а сьогодні знають, як звучить підвал, як стискається серце від сирени і як болить слово, сказане в новій школі: “ти не звідси”. Війна в цих історіях не лише в прильотах і окупації – вона в розлуці з татом, у валізах “на дві сумки”, у втрачених друзях, у тваринах, яких довелося залишити, у тиші, яка приходить після пережитого і робить дитину раптом надто дорослою.

Щоб ці свідчення не розчинилися в емоціях і водночас не втратили людського тепла, кожную історію ми розклали за спільною рамкою – дев’ятьма блоками, які знов і знов повторюються в долях різних дітей. Це дев’ять дверей, через які війна входить у дитинство:

1. Перші дні війни, евакуація
2. Житло та побут після переміщення
3. Школа / освіта / мовні питання
4. Психологічний стан
5. Соціальна підтримка і ресурси
6. Дружба, інтеграція у громаді
7. Роль родини
8. Мрії та плани на майбутнє
9. Вразливості

Це зроблено навмисно: аби світ почув не тільки “що сталося”, а й що **залишилося всередині** – у тілі, у пам’яті, у мові, в поведінці, в мріях. І щоб стало очевидно: допомога дітям війни – це не разова дія, а довгий шлях повернення права на дитинство.



АНДРІЙ, 14 РОКІВ



Донецька область, с. Суханько (поруч зі Слов’янськом) →
Ужгород → Вінниця

Пам’ятає початок війни з перших вибухів. Він переїхав із родиною, навчався онлайн, а тепер навчається у Вінниці в 8 му класі. Андрій мріє про економічну освіту в Європі та повернення в Україну, щоб розвивати її як сильну державу. Його історія — про зрілість, наполегливість і прагнення змінювати світ на краще.

1. Перші дні війни, евакуація

Для Андрія війна почалася дуже буденно – як фраза, сказана над ліжком о четвертій ранку: **«Війна почалася»**. Він пам’ятає не крик і не паніку, а коротку внутрішню паузу: **«Я не панікував, просто подумав: “І що тепер?”»**. Того ранку він ще питав про школу, але відповідь була проста: **ні**.

Перші дні він намагався втримати звичний ритм – увімкнув телевизор, хотів мультфільм, а там – лише новини й інструкції, як жити у новій реальності: **«Хотів подивитися мультфільм... а там були лише новини про початок війни»**.

Страх прийшов не одразу. Він сам чітко проводить межу: **«Страшно не було, доки не почали прилітати снаряди по нашому селу. Але паніки особливо не було»**.

Евакуація стала не планом, а командою життя: мама довго трималася за думку «сидіти до останнього», а потім сказала коротко й без простору для дискусій: **«Андрію, ми їдемо в Ужгород... зараз приїде машина, потім поїдемо потягом»**. Це було вночі. Часу майже не було: **«Можна було взяти один рюкзак»**.

2. Житло та побут після переміщення

Їхній шлях до Ужгорода зайняв два дні потягом. Перший прихисток – складське приміщення магазину, переобладнане під притулок: **«Там були матраци, ми на них спали»**. Побут описаний Андрієм сухо, ніби він відразу навчився не перебільшувати: нормально. Але за цією «нормальністю» – життя в перегородах, без приватності, у тимчасовості, що не питає дозволу.

Він розкладає картинку точно: **«Одна велика кімната була розділена перегородками», «у мене було двоярусне ліжко»**, речі – у куточку, рюкзаки – поряд, простір – спільний. У притулку були кухня, духова, коридор і спільна кімната, де люди бодай якось відновлювали соціальне дихання: **грали в настільні ігри, відеоігри, спілкувалися**.

Після Ужгорода – Вінниця. Спочатку гуртожиток при церкві (без особистої релігійної залученості: **«я в цю церкву не ходив»**), згодом – відчуття стабільнішого життя. Він формулює це дуже по-дорослому: **«Зараз легше, відчуваю, що є свій дім, не тимчасове...»**.

3. Школа / освіта / мовні питання

До війни Андрій їздив у міську школу – у селі школи не було. П'ятий клас – ще «до», шостий – уже онлайн: **«Шостий клас я вже закінчував онлайн»**. Дистанційка стала ґрунтом, на якому з'являється не лінє як риса характеру, а втома й розфокусування підлітка, який росте в умовах невизначеності: **«Так, розслабився через дистанційне навчання»**.

У Вінниці він повернувся до офлайну в сьомому класі й зараз навчається у восьмому. Каже чесно: **«Мені просто було лінє робити все відразу»** – і в цій чесності чується не виправдання, а спроба пояснити процес: спочатку робив домашнє, потім – лише необхідне.

Важливий зсув – він поступово збирає себе назад. Не «ідеально», але цілеспрямовано: **«Особливо працюю над математикою, бо вона потрібна для економіки»**. І ще – дисципліна через успіх: улюблена хімія, бо там інший підхід і швидкий зворотний зв'язок: **«Мене хвалять... задачі легкі, формули не складні»**.

Мовний аспект для нього – не конфлікт, а перехід: **«Так, стараюся... Раніше я навчався в школі, де всі розмовляли російською»**.

4. Психологічний стан

Андрій говорить стримано, без драматизації. Але найсильніше в його розповіді – не крик, а короткі фрази, які відкривають втрату як факт: **«Я багато чого втратив: дім, речі. Іноді сумно»**. Він не говорить про панічні атаки чи жахи, проте видно інше – внутрішнє «притерся» до болю, навчився жити поряд із ним.

Його будні після школи – теж індикатор: **«Просто лягаю і сиджу в телефоні. Іноді засинаю»**. Це не лінощі як оцінка – це втома як спосіб виживання. Він допомагає мамі по дому – простими діями, які тримають рутину: **«можу готувати, винести сміття, принести воду»**.

Спорт і секції не притягують: **«Мене це не мотивує... після школи я втомлений і хочу просто відпочити»**.

5. Соціальна підтримка і ресурси

Його головний ресурс – мама. Саме вона приймала ключові рішення: залишатися в Україні, їхати в Ужгород, витримувати тимчасові умови. Він прямо каже: **«Мама... сказала, що ми їдемо в Ужгород і будемо там жити, поки не закінчиться війна»**.

Про інституційну підтримку (психолог, програми, гуртки) він не говорить. Підтримка – побутова, людська, тиха. Там, де є дах і можливість вчитися, – вже ресурс.

6. Дружба, інтеграція у громаді

Андрій сам себе описує як не надто соціального: **«Я не дуже комунікабельний»**. У класі немає історій булінгу: **«Ніхто не ображав мене через те, що я переселенець»**. Є кілька контактів – Тима та Олег, і цього наразі достатньо, щоб не відчувати себе повністю відрізнаним.

З попереднього місця життя зв'язків майже не лишилося: **«Всі роз'їхалися, і ніхто не знає, де хто»**. Це одна з найболючіших, хоч і сказаних спокійно, втрат: коли дитинство розсипається на «нікуди».

7. Роль родини (особливо тата)

Батько жив окремо ще до війни, але стосунки були теплі: Андрій згадує, як вони допомагали татові, який тримав баранів, ходили разом на річку. Нині тато залишився там же, і контакт зберігся: «Тато регулярно дзвонить і питає, як я».

Також на місці лишилися бабуся й дідусь. Андрій уточнює: територія приблизно за 40 км від фронту, останній рік лінія майже не рухалась – у його словах відчутне бажання зафіксувати бодай якусь стабільність.

8. Мрії та плани на майбутнє

Його мрії – не про «стати блогером», а про державу й систему. Андрій хоче бути економістом і працювати в публічному секторі: «у Міністерстві економіки чи фінансів». Він говорить це без пафосу, навіть тверезо: «Якщо війна закінчиться, хочу працювати в міністерстві, навіть за нижчу зарплату».

Водночас він бачить і європейський маршрут: «Хочу навчатися в Європі... якщо війна закінчиться – повернутися в Україну... якщо не закінчиться – працюватиму в Європі». Це не «втеча», а план на випадок, якщо дорослий світ не дасть дітям гарантії.

Його уявлення миру дуже просте й тому сильне: «Мир – без війни, без тривоги, можливість повернутися додому». А Україну він хоче бачити не жертвою, а прикладом розвитку: «не як символ війни, а як економічно розвинену країну, як Сінгапур чи Південна Корея».

9. Вразливості (особливі потреби тощо)

Про медичні чи особливі освітні потреби Андрій не повідомляє. Його вразливості – соціально-психологічні: втома, звужене коло спілкування, «провал» мотивації після дистанційки, досвід втрати дому й речей. Навіть домашній улюбленець став маркером цієї втрати: кіт Райан залишився там, і Андрій довго думав, що він живий – аж поки не дізнався, що його збила машина.

🌀 Унікальні маркери

Фраза «Війна почалася» о 4-й ранку – і дитяче «І що тепер?» як перша реакція.

«Валеріана/таблетка, щоб не хвилювався» – жест мами, яка гасить паніку до того, як вона стане вибухом.

Втрата дому й речей, але без демонстративної скарги – швидше «сумно, але згадую».

Освіта як опора: математика/хімія, мрія про держсектор і модерну Україну.

🌀 Цитати («голоси»)

«Мама сказала: «Війна почалася»... Я не панікував, просто подумав: «І що тепер?»»

«Мама дала мені... валеріану, щоб я не хвилювався.»

«Так, я багато чого втратив: дім, речі. Іноді сумно.»

«Мир – без війни, без тривоги, можливість повернутися додому.»



АРТЕМ, “ТЬОМА”, 13 РОКІВ



Херсон (окупація) → евакуація під обстрілами
→ Вінниця

Щирий, добрий і світлий хлопчик із великим серцем. Він пережив окупацію, евакуацію під обстрілами і сьогодні будує нове життя у Вінниці. Артем любить спорт, музику, театр, малювання і мріє стати шеф кухарем. Його історія — про радість у простих речах, силу творчості та віру у мир, де всі діти можуть святкувати й бути щасливими.

1. Перші дні війни, евакуація

Артем пам'ятає, що війна почалася – хоча дорослі дуже старалися, аби він «менше бачив і чув». Мама говорить прямо: вони тримали дитині звичний ритм – онлайн-уроки, театральна студія, спілкування з друзями через інтернет, але після кількох місяців окупації стало нестерпно: «постійні вибухи, укриття, тривога». Рішення виїжджати визріло не в комфорті, а в страхі – **«коли до нас двічі приходили додому, ми вирішили виїхати»**.

Евакуація перетворилася на дорогу, яку важко забути: **«ми потрапили під обстріли, дві години їхали під звуки вибухів»**. І в цій дорослій небезпеці маленький хлопець знайшов свою опору – він співав. Мама згадує, що Артем усю дорогу співав гімн України, а сам Артем підтверджує просто: **«Так! За Україну!»** Коли його питають, чи допомагало – він відповідає коротко: **«Так»**. Це момент, коли дитина, не маючи зброї й жодної влади над подіями, підтримує родину голосом.

2. Житло та побут після переміщення

У Вінниці родина приїхала не «в шелтер» і не в спортзал, а до людини, яка погодилася прихистити хоча б на два тижні. Мама пояснює, що саме тому вибір міста був не випадковим: тут було бодай одне безпечне «людське плече», від якого можна було відштовхнутися й почати з нуля.

Але «з нуля» – це не метафора. **«Нас просто висмикнули з дому з двома рюкзаками. Один – документи, другий – білизна. І все»**. Тепер вони орендують житло, і це окрема боротьба: **«допомога... покриває лише оренду. А комунальні – окремо»**. Доходи – пенсія Артема, пенсія мами та виплати ВПО. І водночас – постійні потреби: одяг, посуд, побут.

3. Школа / освіта / мовні питання

Артем нині у 5 класі й дуже любить навчання. Називає улюблені предмети впевнено: **«Математика, українська мова, англійська»**, а потім додає: **«Історія... і... майже всі!»** Мама підкреслює: математика – навіть не типова сильна сторона для багатьох дітей з ментальними особливостями, але Артем любить рахувати, виходити до дошки, «піднімати руку».

Найважливіше – формат. Мама говорить, що онлайн для таких дітей не працює: не вистачає концентрації й уваги вчителя. Тому у Вінниці вони цілеспрямовано шукали **офлайн-школу**. Перший рік був складним, потім клас згуртувався, а перехід у середню школу зробили там, де вже були «свої» діти з попереднього колективу – щоб Артему було легше адаптуватися. Водночас мама болісно просить про якість знань: соціалізація в Артема є через спорт і студії, а школа має давати результат «настільки, наскільки він може».

4. Психологічний стан

Зовні Артем може здаватися тим самим веселим хлопцем – але мама бачить інше. Вона описує реакцію на різкий гуркіт великої машини: Артем миттєво сховався й тихо сидів за колесом, доки небезпека «не минула». Це не примха і не гра – це пам'ять тіла про звуки війни. З'явився страх грози, потреба в нічнику: **«Каже: “Щоб світло було”»**.

Ще одна важка зміна – «приглушення емоцій». Мама говорить дуже чесно: до війни Артем був «дитина-емоція», а після окупації **«все ніби приглушилося... та “іскра” не повернулася»**. Це звучить як наслідок тривалого стресу, який дитина прожила мовчки, всередині.

5. Соціальна підтримка і ресурси

Ресурс Артема – це структура життя: спорт, музика, театр, табори з «їхніми» родинами. Родина тримається на мережі людей, які не відвернулися: **«Добре, що допомагають старші діти й друзі»**. Важливий ресурс – спільнота сімей, які виховують дітей із синдромом Дауна: у Вінниці мама знала, що тут їх зрозуміють. Їхня організація не зникла з війною – вони продовжують проекти, табори, зустрічі, щоб діти не втрачали одне одного.

6. Дружба, інтеграція у громаді

Артем уміє дружити по-своєму – ніжно й практично. На питання, як дружить із дівчатками, відповідає: **«Допомагаю – рюкзак носити, стілець подати»**. Він пам'ятає друзів поіменно, і це важливо: у світі розривів пам'яті про друзів – як нитка до нормального життя.

Після переїзду бракувало саме живого спілкування. Мама каже: не просто соціалізації – **спілкування**. І тут з'являється дуже сильний образ: Артем малює будинки й «селить» у них усіх – родину, друзів, близьких. Коли дід у Херсоні постраждав, він зафарбував будинок чорним. Потім знову повернувся до кольорів – ніби так, через малюнок, вчився дихати далі.

7. Роль родини

Родина велика, але війна розкидала її по країні. З Артемом у Вінниці – мама, чоловік, Артем і Ксюша; старші діти – в інших містах. Спілкуються телефоном, намагаються збиратися хоча б раз на рік. Про бабусь і дідусів мама говорить коротко й боляче: **«На жаль, ні, вже нікого немає»**.

Є й війна поруч: у родині є людина на фронті – «кросний тато на війні», і вони підтримують його, інколи перераховують гроші. У їхньому домі – хвилина мовчання як правило, як щоденне нагадування, що війна не «десь», вона в кожному ранку.

8. Мрії та плани на майбутнє

Мрія Артема проста й дуже промовиста: **«Хочу в Херсон»**. Мама додає сімейну деталь, яка звучить як точка повернення: фонтан біля Дніпра, рідне місто, яке чекають усією родиною.

А ще Артем має професійну мрію – світлу й земну: **«Шеф-кухарем у дорогому ресторані, щоб готувати людям»**. Він любить піцу, вміє готувати піцу й млинці, говорить про гроші як про можливість жити: купувати їжу, їхати потягом.

9. Вразливості

Артем – дитина з ментальними особливостями (спільнота дітей із синдромом Дауна), і це означає щоденну реальність родини. Найжорсткіша проблема – **постійний нагляд: «Він не може залишатися сам – ні вдома, ні дорогою до школи, ні після»**, тому мама не може працювати навіть кілька годин. Друга – фінансова: у Херсоні багато занять були безкоштовними або пільговими, у Вінниці майже все платне, але відмовитися не можна, бо спорт (особливо плавання) підтримує здоров'я.

Третя – бюрократична: у Херсоні була підгрупа інвалідності «А», у Вінниці її зняли, і виплата зменшилась майже втричі: **«було близько 8 тисяч... тепер – близько 3»**. Для сім'ї, яка живе між орендою й комунальними, це не цифра – це різниця між «витягнули місяць» і «не витягнули».

🌀 Унікальні маркери

Дитина з видимими спортивними досягненнями: плавання, легка атлетика, футбол, танці. «Табір/Zoom/фото друзів» як канал, через який повертається відчуття нормальності. Спорт – не розвага, а терапія дією (структура, тіло, результат, команда).

🌀 Цитати (“голоси”)

«Любить дивитися фотографії... А коли ми включаємо Zoom... вони зразу кричать один одному!»
«Друге, третє місце на Спеціальній Олімпіаді України.»
«Він кращий півзахисник України на Спеціальній Олімпіаді!»



ВІКТОРІЯ, 19 РОКІВ



Миколаїв → Новий Буг → повернення додому → Одеса
→ знов Миколаївщина → Вінниця (самостійно)

Пережила вибухи війни вдома та кілька вимушених переїздів у пошуках безпеки. Сьогодні вона живе у Вінниці, навчається, працює і мріє стати журналісткою, щоб чесно розповідати світові правду про життя українців. Її історія — про силу адаптуватись, віру у майбутнє і сенси, що народжуються всупереч страху.

1. Перші дні війни, евакуація

Вікторія пам'ятає початок війни не як «новину», а як тілесний шок, який піднімає з ліжка й не дає дихати рівно. Вона заснула о третій ночі – а о четвертій все вже почалося. Вранці мама розбудила питанням, яке звучить як сирена: **«Де мій паспорт?»**. А о сьомій – батько: **«Вдягайся, бо почалася війна, і розбуди сестру»**. У відповідь у Вікторії – не «розгубленість», а жорстка істерика: **«У мене почалась сильна істерика, хвилин тридцять я не могла заспокоїтись»**.

Перші два дні вони залишались у місті. Перший день був тихим, але 25-го ввечері Вікторія вперше почула вибухи. Вони жили у приватному будинку без підвалу – тобто без тієї «останньої лінії», за яку хапаються родини у перші тижні. Вона бачила, як війна забирає сили у мами: **«Мама була дуже пригнічена... ми змушували її їсти два дні – вона нічого не хотіла»**. Батько тримався, але навіть у нього «видавали очі»: «Тато тримав холодний розум, але по очах було видно, що він нервує».

Виїжджали мінімально: «з одним чемоданом» – її речі, мами й сестри. Це не просто «збір валізи», це втрата контролю над життям, зведена до одного замка-блискавки. Тато відвіз їх у Новий Буг, своє рідне місто, і... залишився в Миколаєві.

2. Житло та побут після переміщення

Їхня війна була «маятником»: місяць у Новому Бугу – **«п'ятдесят на п'ятдесят»**, бо до окупації близько 50 км полями; потім повернення додому на кілька тижнів; далі Одеса на два місяці, бо у Миколаєві зникла вода; потім знов Миколаївщина – до родичів тата.

Це життя без стабільності: сьогодні ти вдома, завтра – «тимчасово», потім – «ще трохи», а далі ти вже не рахуєш. Не тому, що байдуже – а тому, що так виживають.

У Вінниці Вікторія живе сама. Це окремий вимір переміщення: не «приїхали родиною», а «вистягнула себе з війни» в інше місто, щоб змінити траєкторію життя. **«Я приїхала у Вінницю, щоб якось змінити своє життя, не жити лише війною і новинами»**.

3. Школа / освіта / мовні питання

На момент вторгнення Вікторія навчалася в коледжі. Навчання фактично зупинилося: **«Ніхто нічого нам не викладав... усі думали про те, як зберегти дітей, а не про навчання»**. Лише наприкінці року частково повернули онлайн.

Саме освіта стала її мотивом до Вінниці: **вона хотіла очне навчання**, бо вдома було небезпечно і «здебільшого все проводили онлайн». Вона вступила у Вінницю – і це її особиста перемога над паралічем війни.

Мовне питання виникло як стереотип: **«Спочатку думали, що я не знаю українську мову. Коли заговорила – зрозуміли, що все добре»**. Вікторія реагує принципово: **«Якщо комусь не подобається, якою мовою я говорю, то я навмисно говоритиму нею»**. Для неї мова – не дрібниця, а спосіб тримати межі.

4. Психологічний стан

Вікторія дуже точно формулює головну пастку для дітей війни: вони запам'ятовують емоції, з якими виїжджали, і ці емоції потім наздоганяють навіть у тиші. Вона пережила це на собі: **«Будь-**

який різкий звук викликав у мене паніку – я не знала, куди себе подіти».

Їй знадобилося приблизно два роки, щоб реакції почали стихати. Але навіть тепер організм «підкидає» війну у сні: **«Прокидаюся серед ночі від того, що мені здається: у голові пролунав вибух... це просто реакція організму. Мозок запам'ятав ці звуки».**

Вона не зверталась до психолога – не тому, що “не треба”, а тому що їй простіше говорити з близькими: **«Мені складно відкриватися стороннім».** Її спосіб триматися – самоконтроль: **«Тримая себе в руках, можу стиснути руку чи вщипнути себе – і все».** Це звучить як техніка виживання емоційної людини у світі, де емоції можуть зламати.

5. Соціальна підтримка і ресурси

Її ресурс – родина на зв'язку. Батьки підтримують її рішення жити самостійно: мама говорить просте, але життєве: **«Не заганяйся, живи життя, в тебе все добре».** Тато – як «опора на відстані»: **«Якщо щось станеться – телефонуй, він допоможе».**

Ще один ресурс – книги. Вона називає їх прямо: **«Мене рятують книжки»**, особливо детективи – ті, що не про війну, а про «розслідування і хитрощі». Це її «вихід» з інформаційного фронту.

Важливо й те, що вона працює: **«Я ще й працюю... продавцем-консультантом».** Це не тільки про гроші – це про повернення собі ролі дорослої людини, яка може стояти на ногах.

6. Дружба, інтеграція у громаді

Вікторія не втратила зв'язок з друзями з Миколаєва: **«усі вони в Україні, у Миколаєві».** У Вінниці друзі з'явилися теж – і це для неї важливий доказ, що життя триває: **«говоримо на різні теми – від політики до того, що сьогодні в групу прийшов гарний хлопець. Молодість бере своє».**

Але вона чесна: Вінниця – не її “місце”. Її мрія «виїхати з рідного міста» здійснилася, але тепер звучить інше: **«хочеться назад... Вінниця – не моє місце».** Це про те, що інтеграція може відбутися – а відчуття дому все одно лишається в рідному місті.

7. Роль родини

Тато – центральна фігура її історії. В перші дні він був «холодною головою» родини. Згодом – його мобілізували: **«Так вийшло, що його забрали... він був готовий – його військовий рюкзак стояв зібраний з перших днів».**

Для Вікторії це було «дуже емоційно важко». Вона говорить про особливий «режим захисту»: батьки не розповідають деталей, «беруть мою психіку». Вони спілкуються телефоном щодня, а найбільше заспокоює просте фото: **«Тато іноді надсилає мені фото, що він удома, і це мене заспокоює».**

Її герой – теж тато: **«Він був моїм героєм ще до війни... я дуже вдячна їм обом».** У цьому – не пафос, а відчуття: війна забрала багато, але не забрала головного – опори в сім'ї.

8. Мрії та плани на майбутнє

Вона хотіла вступати до поліції, але війна й вступ «дуже сильно» вплинули – разом з батьками вирішили взяти паузу. Потім прийшла журналістика: **«пішла на журналістику – вона мені ближча».** Вона бачить себе в письмі: **«писати – без проблем»**, а не в ефірах. Вона хоче показувати Україну чесно – без “лістівки”: **«якщо показувати тільки красиву картинку... люди приїдуть і подумають, що Україна – брехлива».**

Її запит до світу – теж журналістський за суттю: звертайте увагу на дітей. **«Вони все відчують, навіть якщо не показують цього».** І ця фраза – не теорія, а досвід, прожитий у власній родині й у погляді молодшої сестри.

Про Миколаїв Вікторія говорить як про місто, яке мають побачити й почути: **«Дехто думає, що ми все перебільшуємо, але... було набагато страшніше».** Вона хоче, щоб після перемоги місто ожило: **«щоб там знову звучав сміх дітей».**

9. Вразливості (особливі потреби тощо)

Особливих потреб за здоров'ям Вікторія не зазначає. Її вразливість – психофізіологічна й со-

ціальна: **тривожні реакції на звуки**, нічні пробудження, відкладена травма, а також **самостійне життя без батьків у новому місті**. Вона прямо каже: **«На початку було дуже складно... потім звикла. Подорослішала»**. Але ця “дорослість” – вимушена, прискорена війною.

🌀 Унікальні маркери

Тато на війні як постійний нерв історії: емоційна напруга, яку неможливо “відкласти”.

Дитина вчиться “регулювати” біль: коли “хочеться поплакати, але сліз немає” – повертається до спогадів, щоб виплакати і вижити.

Паніка від різких звуків у тилу: травма “їде” разом із нею – і лікується роками, не днями.

Дорослішання через працю: паралельно з навчанням – робота, “перша професія”.

Поворот у мріях: від планів вступу до поліції – до журналістики, як бажання говорити/свідчити й тримати реальність словами.

🌀 Цитати (“голоси”)

«Це було дуже емоційно важко... новину, що твій тато на війні... Бережуть мою психіку.»

«Коли були перші вибухи... казали, що це просто “інопланетяни”. А вона відповіла: “Ні, це бомба”.»

«Якщо хочеться поплакати, але сліз немає... тоді згадую це все – і тоді плачу. Після цього стає легше.»

«Коли я приїхала до Вінниці, будь-який різкий звук викликав у мене паніку... Приблизно два роки.»

«Я ще й працюю... Продавцем-консультантом. Це моя перша професія.»



ВІОЛЕТА, 12 РОКІВ



Донецька область → Хмельницька область
→ Вінницька область

Її дім зруйнований, але вона не втратила сили. Тиха, спостережлива, глибока — вона говорить небагато, але кожне її слово важливе. Її мрія — жити в мирній Україні й допомагати її відбудувати. Навіть після втрати, вона починає нове життя — і вчить цьому інших.

1. Перші дні війни, евакуація

Пам'ять Віолети про початок повномасштабної війни — коротка, ніби вирізана з цілого життя одним різким рухом. Вона згадує зиму, свою кімнату і мамині слова, після яких навіть повітря в домі стало іншим: **«Мама сказала, що війна розпочалася, і щоб ми сіли подалі від вікон. Все, що я пам'ятаю».** Вісім років — це той вік, коли дитина ще не складає “хронологію подій”, але дуже добре запам'ятовує відчуття: небезпека близько, треба відсунутися від вікна, треба слухати дорослих.

Про евакуацію вона пам'ятає більше. Спочатку — до бабусі, швидкі збори, тільки найнеобхідніше: «взяли лише найголовніші речі, документи». Далі — дорога вранці: тиждень у Хмельницькій області, а потім — Вінниччина. Чи це було «в перші дні» — вона вже не впевнена: «Не пам'ятаю». Але ключове тут інше: рішення приймалося швидко, а часу на дитячі “важливості” майже не залишилося.

2. Житло та побут після переміщення

Побут Віолети після переїзду звучить без деталей про нестачу їжі чи холоду, але саме ця “бездетальність” інколи говорить про інше — дитина ніби привчається не скаржитись. Вона каже просто: **«Так, усе є, що потрібно».**

Та між рядками — досвід термінових зборів, життя на валізах і відчуття, що дім — це щось, що можна втратити за одну ніч. Віолета знає це не з 2022-го вперше: мама згадує, що родина вже мала досвід переїзду у 2014 році, і тоді “питання були”, але з часом діти звикають до того, що дорослі вирішують, де завтра буде їхній ранок.

3. Школа / освіта / мовні питання

На початку війни навчання в неї було онлайн (карантин): **«Так, але був карантин. Навчалась онлайн».** Після переїзду Віолета пішла до школи на Вінниччині й весь час навчається тут: «Це перший раз, як я пішла сюди, і весь час у цій школі».

У школі її радше підтримали: **«Більше підтримували».** Зараз вона має чотири подруги й говорить, що спілкування здебільшого “про школу”. В навчанні тримається добре: улюблені предмети — **музика й мистецтво**, найважчі — **хімія та історія**, але підкреслює: **«я встигаю і маю гарні оцінки».**

Мовного бар'єра чи дискримінації вона не описує — це важливо: іноді для дитини ключове не “якою мовою я говорю”, а “чи мене прийняли”.

4. Психологічний стан

Є фраза Віолети, яка звучить як внутрішня темрява, що накопчується хвилиною: **«Зараз я не бачу майбутнього, не знаю, що буде завтра».** Це не проста підліткова “невизначеність”, а війна, яка краде в дітей горизонт планування.

При цьому вона не любить “обговорювати смуток” і ніби закриває його всередині: коли питають, як справляється — відповідає: **«Нічого не роблю спеціально».** А на запитання, коли смуток з'являється, каже: **«Тільки коли про це говорять».** Це дуже показово: частина дітей тримає себе “на дистанції” від болю — до моменту, поки його не торкнули словами.

Мама додає важливий шар: з психологами працювали, але Віолета багато витягує сама, **«вчиться справлятися з емоціями»**, і загалом **«дуже спирається на себе».**

5. Соціальна підтримка і ресурси

Її ресурс — сім'я і внутрішня дисципліна. Мама описує Віолету як дитину, яка не чекає, щоб її “підняли”: **«Вона сама встає, сама збирається, приходиться на уроки».** Є контроль з боку батьків, але немає тиску: **«Ми не змушуємо її, але є контроль, який потрібний».**

Для дитини війни це може бути критично: коли світ розсипається, структура дня стає тим “каркасом”, що не дає впасти.

6. Дружба, інтеграція у громаді

Віолета пам’ятає друзів з дитинства – але з ними вже не спілкується. Її спогади дуже “дитячі” й тому болючі: **«гнали в різні ігри: доганялки, футбол»**. На питання, чи сумує, відповідає просто: **«Так»**.

У новому середовищі вона все ж знайшла коло – **чотири подруги**. Але це спілкування ніби обережне, шкільне: “про уроки”. Так виглядає адаптація без надмірної відкритості – коли дружба є, але серце тримає дистанцію.

7. Роль родини

У Віолети повна сім’я: **мама, тато, старший брат** (брат зараз живе окремо). Вона згадує, що брат був поруч під час виїзду, і саме це “поруч” для неї цінне: **«я дуже часто згадую ті вечори з ним»**.

Про тата “на фронті” або родичів на війні вона не повідомляє: «Ні, такої інформації немає». Але сама присутність батьків у її історії – це опора, яка тримає її будні.

8. Мрії та плани на майбутнє

Війна робить дивну річ: одночасно забирає майбутнє і змушує дорослішати. Віолета каже, що не бачить завтрашнього дня – і водночас планує вступ: «Так, планую», ставить навчальні цілі: підтягнути математику й англійську, “підтягну історію”.

Її визначення миру – коротке, як ковток повітря: **«Мир – це спокій, коли нічого не хвилює і можна жити нормально»**.

А ще – послання світу, яке звучить як вимога не для пафосу, а для виживання: **«Треба не опускати руки, починати нове життя навіть якщо дім зруйновано»**. Вона хоче повернутися додому, але говорить тверезо: **«Так, але наш дім вже зруйнований. Новий дім ми вже будемо тут»**. І додає: **«планую брати участь у відбудові України»**.

9. Вразливості

Про медичні чи інклюзивні потреби не йдеться. Її вразливість – психологічна й мотиваційна: вона **припинила танці**, хоча раніше займалася хіп-хопом; зараз каже: **«Нічим. Мені зараз не хочеться, тут незручно»**. Від гуртків відмовляється **«принципово»**.

Це може бути маркером втрати інтересу й звуження “радості” – типової для дітей у довготривалому стресі. І водночас – вона тримається на навчанні: **«Я стала гарно вчитися. Це головне»**. Ніби вчепилася за одну стабільну опору, коли інше “не хочеться”.

🌀 Унікальні маркери

“Сісти подалі від вікон” – коротка команда мами, яка звучить як інструкція виживання і стає першою пам’яттю про війну.

Маршрут евакуації “ривками”: спершу до бабусі, потім Хмельницька область, далі Вінниччина – типова траєкторія сім’ї, що тікає не в комфорт, а в шанс на безпеку.

Відчуття втрати “в деталях”: іграшки не взяла – “не встигла”; смуток за двором і дитячими іграми як маркер відібраного дитинства.

Самоопора як броня: мама описує Віолету як таку, що “дуже спирається на себе”, сама організовує навчання і побут – але це часто не лише сила, а й наслідок стресу й прискореного дорослішання.

Відмова від гуртків “принципово”: важливий маркер – дитина наче відсікає “додаткове життя”, лишаячись у режимі контрольованого виживання та допомоги мамі.

🌀 Цитати (“голоси”)

«Мама сказала, що війна розпочалася, і щоб ми сіли подалі від вікон.»

«Ми приїхали до бабусі, взяли лише найголовніші речі, документи... потім... в Хмельницьку область... потім... в Вінницьку область.»

«Іграшки не взяла – не встигла.»

«Всі були сумні, нервні, хвилювались.»

«Ні, не хочу, принципово. Допмагаю мамі, але не займаюся гуртками.»

«Віолета дуже спирається на себе... Вона сама встає, сама збирається...»



ЗАХАР, 10 РОКІВ



Херсон (перші бої, окупація) → Вінниця

10-річний хлопчик із Херсона, який пережив окупацію в шість років. Пам'ятає темні підвали, тривогу, нестачу їжі та складну дорогу до безпечної Вінниці. Тут він пішов до школи й намагається жити звичайним дитинством, попри війну. Його історія — про дитячу витримку та надію.

1. Перші дні війни, евакуація

Захар зустрів війну у шість років — у віці, коли діти ще не вміють називати події словами, але запам'ятовують їх тілом. Він згадує фрагментами: **«Це був вихідний. Мене розбудили і сказали: “Вставай, треба збиратися”. Я нічого не зрозумів... потім мені сказали, що почалася війна».** У перші тижні страх мав запах сирості й відчуття холодної підлоги: **«Було неприємно ховатися. Ми сиділи у підвалі, там було доволі сиро».** Ховалися у бабусі й дідуся — **«в них був гараж».** І навіть така деталь — про підвал-гараж — дуже промовиста: укриття було не “підготовленим”, а тим, що є під рукою.

Мама Юлія показує іншу оптику — дорослу. Вона готувалася, бо розуміла ризик для Херсона: **«якщо почнеться війна, ми будемо першими у небезпеці, бо Крим поряд».** Вона навіть закупила продукти на місяць і пояснювала дітям “про літо й море”, щоб не лякати. Але коли все почалося, її розбудив чоловік — і вперше в житті прийшла панічна атака: **«Я не могла нічого робити... хвилин десять».** Далі — рішення за лічені хвилини: **«Хвилин за 15 я зібрала всі речі... і ми приїхали до батьків».** А за кілька годин уже почалися бої: **«Літали російські літаки, скидали бомби поруч... ми опинилися на лінії вогню і першу ніч провели в підвалі».** Вона називає це прямо: **«одна з найстрашніших ночей у моєму житті».**

І є момент, який пробиває серце: **«Захар прокидався вночі, плакав, казав, що не хоче війни».** Дитина плакала не “через новини”, а через те, що підвал трясло від бою.

2. Житло та побут після переміщення

Перші три місяці у Вінниці їх прийняла далека родичка: мама згадує просто і з вдячністю: **«вона люб'язно прийняла нас до себе».** Потім — оренда квартири й більш-менш стабільний побут, уже “з нової квартири Захар пішов до школи”. Для дітей такі переходи — як переїзд із чужого дивану в чуже ліжко, але з надією, що це тимчасово.

Про дефіцит у перші дні Захар говорить стримано, але важливо, що він це пам'ятає: **«іноді не вистачало їжі. Доводилося їздити шукати».** Дитина не описує “порожні полиці” — вона пам'ятає сам факт пошуку, коли дорослі їдуть і “дістають”.

3. Школа / освіта / мовні питання

Війна застала Захара у садочку: **«Я був у старшій групі».** До школи він пішов уже у Вінниці — в перший клас і залишився у своєму 15-му ліцеї донині (він уже у четвертому класі). Він описує початок без драматизму: **«якось усім було байдуже... були хвилювання, як у всіх першокласників».** Це важливо: іноді найкраща інтеграція — коли нову дитину не “виділяють” як травмовану, а просто приймають у клас.

Захар добре вчиться і відчуває сенс у навчанні навіть під час війни: **«Школа — це як наша робота. Я намагаюся виконувати її якнайкраще».** Улюблений предмет — той, де “все разом”: **«Я пізнаю світ... там і хімія, і історія, і фізика, і географія».** Це голос дитини, яка прагне зібрати світ до купи, коли навколо його розсипало.

Про мову як проблему Захар прямо не говорить, але мама підкреслює зміни: у Херсоні спілкування було переважно російською, у Вінниці діти швидко перейшли на українську: **«Захар особливо добре заговорив українською, і ми підтримуємо це вдома».**

4. Психологічний стан

Захар ніби демонструє дитячу здатність “відходити” від гострої травми – але це не означає, що її не було. Він пам’ятає підвал як “неприємний”, сирий, і пам’ятає нестачу їжі. Та коли його питають про тривоги у Вінниці – він відповідає: **«Ні, не дуже. Таких відчуттів уже немає»**. Це може звучати як полегшення, але й як захист: дитина навчилася “не підпускати” спогад близько, щоб не боліло.

У маминій частині – більш тривалий психологічний тиск окупації: **«було страшно вийти на вулицю... якщо помітять український прапор або вишиванку, можна було не повернутися додому»**. А ще – парадокс: **«Коли переставало бути чути вибухи, було ще страшніше»**, бо тиша в окупації означала невідомість. Це дуже сильний маркер травми, яку діти вбирають поруч із дорослими – навіть якщо “не говорять”.

5. Соціальна підтримка і ресурси

Їхня опора – родина й дуже конкретні “плани виживання”. Мама говорить, що під час окупації вони вагалися, бо виїзд був небезпечним: **«багато машин з дітьми розстріляли»**. Вони готувалися системно: **«чистили телефони, робили копії документів»**.

У Вінниці мама свідомо будувала літо як “м’яку подушку” перед школою: **майстер-класи, прогулянки, відволікання**, щоб діти не впали у тривогу. І це теж підтримка – не грошима, а способом утримати дитинство.

Ще один ресурс – сімейна єдність. Коли бабуся й дідусь приїжджають у гості з Херсона, Захар формулює дуже просто: **«Те, що вся сім’я разом»**.

6. Дружба, інтеграція у громаді

У Захара є унікальна для ВПО розкіш – **найкращий друг переїхав разом із ним** і вони навіть опинилися в одному класі: **«У мене є найкращий друг, який зараз теж зі мною... так, ми в одному класі»**. Для дитини війни це не просто дружба – це “міст” до життя до вторгнення. Вони спілкуються і родинами. Захар також має ще одного друга – теж переселенця з Херсона. Вони гуляють, граються, розмовляють після школи.

Окремо важливо: він прямо каже, що в школі не було дискримінації: **«Ні, ніколи такого не було»**. У контексті війни це – те, що має звучати як приклад: підтримка громади справді лікує.

7. Роль родини

Захар з батьками разом, і він бачить стан дорослих: **«Вони почувалися не дуже добре... вони розуміли, що залишили свою домівку, і їм було важко»**. Це дуже важливо для міжнародної аудиторії: діти не “ізолювані” від горя дорослих – вони його бачать і несуть.

Про тата на фронті Захар не говорить, але в інтерв’ю є чітке ставлення до війська: **«Я відчуваю, що це наші герої... ЗСУ – Збройні сили України»**. Для нього героїзм – не абстракція, а національна опора.

У маминій частині є ще один болючий штрих: її батьки повернулися у Херсон після деокупації, бо вони лікарі й потрібні дітям: **«він не міг полишити відділення... дітей в місті ще багато»**. Навіть після виїзду сім’я лишається “прикріпленою” до небезпечної території через професію та моральний обов’язок.

8. Мрії та плани на майбутнє

Захар дуже чітко відповідає на питання “чому не за кордон”: **«це рідна Батьківщина. Покидати Україну – це якось неправильно»**. Це голос дитини, яка думає категоріями гідності.

Його головне бажання – як у мільйонів українців: **«Перемога»**. А далі – дуже доросла думка: якщо перемога завтра, вони можуть навіть не повернутися у Херсон, бо **«там усе заміновано і буде дуже складно»**. Тобто дитина вже розуміє: війна закінчується не тоді, коли зникають вибухи – наслідки лишаються.

Його особиста мрія – не про гаджети: **«Мати багато друзів»**. Він хоче “простого” – підтримки, спілкування, інколи допомоги з уроками. Професійно ще шукає себе, але звучить цікаво: **«можливо... декоратором... декорувати вулиці. Алеї... облаштувати в лісопарку якусь гарну алею»**. Це

дуже символічно: дитина війни мріє прикрашати простір – робити світ безпечнішим і красивішим.

І є пряме звернення до світу – саме те, що він хотів, щоб було “почуто”: **«Я б попросив допомоги, тому що це спільний ворог, і його треба якомога швидше зупинити... тільки допомога».**

9. Вразливості (особливі потреби тощо)

Медичних або інклюзивних потреб не зазначено. Вразливості – типові для дитини, яка пережила укриття й окупацію: досвід сирого підвалу, нестача їжі, розрив пам’яті про сам переїзд («не пам’ятаю»), зменшення позашкільної активності. Він займався танцями до війни, але у Вінниці не відновив гуртки: «Ні... нічим». І дуже показово: про секції не розповідали, він не зацікавився, а від війни в дітей часто “обрізається” саме те, що дає радість і розвиток.

🌀 Унікальні маркери

Патріотичне “неправильно покидати Україну” – як доросла позиція дитини.

Важливий контраст: без булінгу в новій школі (рідкісний позитивний сигнал, який теж треба показувати).

Пряма адреса світу: прохання допомоги – просте, без пафосу, але дуже сильне.

🌀 Цитати (“голоси”)

«Покидати Україну – це якось неправильно.»

«ЗСУ – Збройні сили України.»

«Я б попросив допомоги... його треба якомога швидше зупинити.»



ІВАН, 9 РОКІВ



Херсонщина (с. Дар'ївка, Інгулець) → Кривий Ріг (недовго) → Вінниця

Усміхнений, відкритий, щирий. Він — той, хто перший їздив на велосипеді в новому селі й казав: «Слава Україні!». Його родина втратила дім, а старший брат зник під час окупації. Але Іван не втрачає віри в добро. Його мрія — маленький мотоцикл і мир для всіх. Його голос — про світ без війни, де діляться іграшками й залишаються живими.

1. Перші дні війни, евакуація

Івану дев'ять, і коли його питають про життя “до”, він відповідає майже доросло й коротко: **«Не пам'ятаю»**. Пам'ять ніби стерла мирний шар — залишила тільки уривки радості: велосипед, друзі, річка **Інгулець**. А початок війни в його оповіді звучить не як дата, а як спільний страх родини: **«Боялися... і я боявся»**. Вони виїхали родиною — з мамою, татом, братом і сестрою, спершу були ще переїзди (Іван згадує Кривий Ріг “трохи”), а потім — Вінниця. Ким і як ухвалювалося рішення, він уже не пам'ятає: **«Не пам'ятаю»**. І це теж наслідок війни: у дітей часто лишається не маршрут, а емоція.

2. Житло та побут після переміщення

Сьогодні Іван живе **лише з мамою: «Тільки мама»**. Брат “інколи приїжджає”, сестра живе окремо, вдома є кішка — вже “нова”, взята тут. Побут у розмові не описаний деталями нестачі чи умов — але сам факт, що дитина залишилась у будні удвох із мамою, багато про що говорить: війна не лише “перевезла”, **вона перекроїла сім'ю на шматки**, де кожен виживає як може.

3. Школа / освіта / мовні питання

Іван ходить до школи офлайн і тримається в одному класі з першого по третій: **«Так»**. Його прийняли просто й по-людськи: **«Ніхто не звертає уваги, всі дружні»**. Він називає друзів, говорить, що дружба — **«в іграх і спілкуванні»**, і навіть має того, з ким переписується вечорами.

У школі найбільше любить **українську мову: «Так»**, а от математика й англійська даються без радості: **«Ні, математика — ні... англійську — мама заставляє»**. Він, попри це, розуміє “потрібність” знань — ніби маленький дорослий, якого війна змусила мислити практично.

4. Психологічний стан

Коли Івану сумно, він не влаштовує сцен — він **ховається: «Я просто кудись ховаюся і сиджу в телефоні»**. Телефон “допомагає” — **«Угу»**. Це виглядає як типова дитяча стратегія самозахисту після пережитого стресу: не говорити — а зникнути.

Мама додає важливу деталь про адаптацію після окупації: **«Перший місяць було важко звикати, що не треба ховатися... ми ще досі перевіряємо, де перебуваємо навіть у будинку»**. Тобто “війна” живе не лише в новинах — вона сидить у рефлексів тіла. Іван досі боїться грому: **«Перші громи були справжньою істерикою... зараз спить зі мною»**.

5. Соціальна підтримка і ресурси

Його ресурс — **мама** і здатність контактувати з людьми. Він “соціальний”, йому “потрібні глядачі”, каже мама. Саме це допомогло йому швидко вкорінитися: він їздив на велосипеді по селу й голосно заявляв про себе: **«Слава Україні!»**. А ще поставив доросле запитання, яке дитині не мало б бути потрібним: **«Яким військовим можна вже казати “Слава Україні?”»**. Це звучить як маркер окупації: дитина мусила знати, **що можна сказати вголос, а за що можуть покарати**.

6. Дружба, інтеграція у громаді

Іван інтегрувався швидко: друзі є, у класі “всі дружні”, він дружить і з хлопцями, і з дівчатами. Але важливо, що в нього майже немає згадок про повернення “до своїх” — він не пам'ятає село, зате пам'ятає людей поруч і те, що мама “ще жива”. Його фраза — як дитячий вирок війні: **«Мама приносить радість, що вона ще жива»**. Це те, що світ має почути: діти війни інколи живуть не мріями — а фактом, **що рідні вижили ще один день**.

7. Роль родини

У Івана є **дядько в ЗСУ: «Так»**, але інформацію від дітей ховають: **«Не розповідають, ховають від дітей»**. Його герой – саме дядько Ілюша: **«Він офіцер... ще нічого не розповідає»**.

Та найглибша рана цієї сім'ї – не лише фронт. Мама розповідає про старшого сина Антона: дитина з інвалідністю, яка перебувала в Олешківському центрі для дітей з ураженням ЦНС. Перед деокупацією Херсона його **вивезли в невідомому напрямку**, і вже **четвертий рік** немає підтвердження навіть найстрашнішого й найпростішого: **чи він живий**. **«Інформаційний вакуум дуже великий... підтримки від держави майже немає»** – каже мама, і додає, що більше допомагає іноземний фонд. Це історія, яку світ мусить не просто “почути”, а взяти як виклик: діти зникають у війні, і родини роками живуть без відповіді.

8. Мрії та плани на майбутнє

Іван мріє по-дитячому конкретно: **«Хочу маленький мотоцикл»**. Але “глобальна мрія” звучить не як фантазія, а як список базових потреб: **«Щоб грошей було багато, на машину, нормальний дім, їжу, воду»**. Це теж маркер війни: дитина мріє не про суперсили, а про стабільність і елементарні ресурси.

Мир він уявляє просто: **«Це коли ніхто не б'ється, всі друзять»**. А дорослим у світі сказав би лише одне: **«Щоб всі залишалися здорові і живі»**.

9. Вразливості

У самого Івана не згадано діагнозів чи інклюзивних потреб. Але його вразливості – очевидні: страх гучних звуків (грім), залежність від “втечі в телефон”, життя в неповній щоденній сім'ї, розлука з тваринами (він сумує, просить показати відео), а головне – **сімейна травма викрадення/зникнення старшого брата з інвалідністю**.

Окремий пласт – відсутність доступних секцій: Іван хоче баскетбол, бо **«завжди потрапляю в кошик»**, але в школі секції – для старших, і в молодших “не пропонували”. Мама підсумовує дуже точно: **«Йому треба розвиток, секції, багато чого»**. Це прямий сигнал для допомоги: **дітям ВПО потрібні не лише виплати, а середовище розвитку**, інакше війна краде в них ще й майбутні можливості.

🌀 Унікальні маркери

Дитяча туга за тваринами, які лишилися вдома – одна з найточніших формули “втрати дому”.

Родина розірвана географією: бабуся/дідусь/прадідусь залишилися на Херсонщині; зв'язок – “по камері”.

Війна поруч навіть у дитячих розмовах: “дядько в ЗСУ”, але дорослі “ховають від дітей”.

🌀 Цитати (“голоси”)

«І я боявся.»

«Бабуся, дідусь і прадідусь залишилися... Говоримо з ними по камері.»

«Так, дядько мій у ЗСУ.»

«Не розповідають, ховають від дітей.»



КИРИЛО, 15 РОКІВ



Донецька область, м. Дружківка → Хмельницька область (село) → Вінницька область, с. Сутиски

Спокійний, розважливий, відповідальний. Він мріє стати поліцейським або рятувальником, жити в Україні та допомагати людям. У ньому — тиша, сила і зрілість. Після втрати дому, він не втратив рівновагу. Його голос — про порядок, справедливість і право дітей просто жити.

1. Перші дні війни, евакуація

Кирило не описує початок війни як «дату», радше як хвилю, що накрила місто: **«в один день... почалася паніка... ракети літали, обстріли були вже недалеко»**. Його реакція — типова для підлітка, який ще вчора думав про школу й друзів: він сидів удома й чекав рішень дорослих. **«Так»**, — відповідає, коли його питають, чи просто слухав, що скажуть старші. У цій короткій відповіді — величезний сенс: у війні діти дуже швидко стають залежними від того, чи зможуть дорослі тримати напрямок.

Рішення про евакуацію було умовним: спершу сподівалися «перечекати», залишитися, якщо «не буде дуже сильно». Але війна не питає, «наскільки сильно»: коли стало небезпечно, родина поїхала. Кирило не згадує істерики чи сліз — натомість говорить як людина, яка вже навчилася закривати емоції в кулак: **«Головне — дорослі поруч, і все буде гаразд. Не варто забивати голову зайвими думками»**. Це звучить як внутрішній «самонаказ» — той, що з'являється в дітей, коли вони бачать страх у батьках і не хочуть його підсилювати.

2. Житло та побут після переміщення

Першим прихистком стала Хмельницька область, село. І тут — те, про що дуже рідко говорять у «офіційних» звітах, але що світ має почути: **переселенці інколи стикаються з ворожістю не лише від ворога**. Кирило говорить прямо: **«нас там не дуже добре зустріли — казали “бандерівці, йдіть звідси”»**. Цей епізод — рання травма переселення: коли ти вже втратив дім, а нове місце зустрічає не підтримкою, а приниженням.

Потім вони переїхали у Вінницьку область, у Сутиски — і живуть там майже чотири роки. Про побутові труднощі Кирило говорить мало: **«фінансами ніколи не цікавився»**, але додає важливу деталь про свою роль у сім'ї: він допомагає, коли просять. **«Якщо кажуть — тоді зроблю... майже досконало»**. Це мова дитини, яку війна привчила бути «зручним» і відповідальним, аби не створювати додаткового навантаження вдома.

3. Школа / освіта / мовні питання

Кирило зараз у 10 класі. Старий клас йому подобався, а от у новому — важче: **«зараз — не дуже, бо я ще нікого не знаю»**. Це проста фраза, але за нею — самотність підлітка, який знову мусить «вписуватись», хоч сам уже втомився від постійних змін.

Він не хотів онлайн — навпаки, офлайн для нього був способом повернути контроль. Він уже думає про НМТ і свідомо підтягує предмети: **«математика, українська, історія України та біологія»**. Мовного бар'єра він не описує, але є важливий соціальний маркер: однокласники знають, що він з Донеччини, і ставляться нормально: **«як до місцевого»**, упередження не відчував.

4. Психологічний стан

Кирило обережний з новинами: **«не хочу засмучувати себе»**. Війна для нього — як надмірна інформаційна вага: якщо дивитися постійно, можна «провалитися». Він не говорить про панічні атаки, але в нього є інша ознака довготривалого стресу — відсічення спогадів. На питання про обстріли відповідає: **«Мабуть, уже ні. Не згадую»**, а про дім каже: **«і навіть не хочеться згадувати»**. Це не «забув» — це «не підпускаю близько».

Він не описує себе як людину, що часто засмучується: **«Я зазвичай не засмучуюсь»**, — але по-

руч звучить тема мотивації, що “приходить і зникає”, і він сам називає це лінню. У контексті війни така «лінь» часто буває не про характер, а про виснаження: коли психіка бере паузу, бо надто довго жила в напрузі.

5. Соціальна підтримка і ресурси

Найсильніший ресурс Кирила – батьки. Він прямо називає їх героями: **«Бо вони вивезли нас із небезпечного міста, і тепер я можу жити спокійно, а не боятись, що вийду надвір – і мене не стане»**. Це страшно доросла фраза для підлітка: навіть “вийти надвір” у його внутрішньому досвіді колись означало ризик смерті.

Мама додає, що перший час був шок, але нині вона пишається дітьми, особливо Кирилом: **«Кирило дуже відповідальний... і за меншими догляне, і по господарству допоможе»**. Це соціальний портрет війни: діти дорослішають швидше – не тому, що хочуть, а тому, що треба.

6. Дружба, інтеграція у громаді

Зі старими друзями він зв'язок майже втратив, хоча частину підтримує через соцмережі: **Telegram, Instagram**, і дехто вже за кордоном. На новому місці спілкується з кількома, інколи гуляють “по місцю”. Загалом він інтегрувався: **«місто, де зараз живу, уже як рідне»**. Але важливо зафіксувати: рідне не завжди означає “обране”. Часто – це результат довгого пристосування, коли назад дороги немає.

7. Роль родини

Кирило прямо каже, що близьких на фронті немає: **«знайомих чи рідних на війні... немає»**. Але війна все одно в домі – через новини, через відчуття небезпеки, через те, що родина мусила “знятися” й їхати великим складом: **мама, тато, брат, сестри, ще інша родина з дітьми**. Це логістика втечі, яка завжди залишає слід: ти пам'ятаєш не речі – ти пам'ятаєш, що в машині було багато людей і всі мовчали.

8. Мрії та плани на майбутнє

Він чітко каже: за кордон – ні. **«Це моя Україна... тут свої люди, мені тут комфортно»**. І додає ще одну важливу для світу тезу: він чув від знайомих, що за кордоном українських дітей можуть не приймати. Це те, про що донорські системи мають знати: еміграція не завжди “порятунок” – іноді це нова травма.

Про професію Кирило говорить у категоріях служіння: **«або поліцейський, або рятувальник-пожежник»**. Після досвіду небезпеки він хоче бути тим, хто захищає. Його порада іншим дітям звучить як підсумок війни одним реченням: **«Дім можна відновити, а життя – ні»**.

А коли його просять звернутися до світу, він говорить не лозунгом, а людським проханням: **«Ми теж хочемо жити в спокої та мирі. Ми – діти, не монстри. Ми маємо право жити, відчувати й мати емоції»**. Це і є той голос, заради якого існує проєкт.

9. Вразливості

Медичних чи інклюзивних потреб не зазначено. Але є інші вразливості, які часто випадають із уваги:

соціальна травма від неприйняття у першому селі переселення (образи “бандерівці”);

втрата спортивних можливостей: до війни – спортзал, тайбоксинг; тепер секції поруч немає, у Вінницю далеко їздити, а те, що є (тхеквондо), не цікавить. Він тренується вдома, але сам каже: потрібні умови й турнік, потрібна “мотивація”.

Це важливий сигнал для світу: переселення відрізає дітей не тільки від дому, а й від **інфраструктури розвитку**. Без секцій, гуртків, доступного спорту підлітки залишаються з телефоном і втомою – і це теж наслідок війни, який можна й треба компенсувати підтримкою.

🌀 Унікальні маркери

Найсильніша метафора втрати: “забрав би домівку, якби можна було” – проста фраза, яка говорить більше за сторінки описів.

Свідоме рішення лишитися в Україні: “це моя Україна... тут свої люди”; також – важливий досвід стигми за кордоном, який дитина чує від знайомих.

Розрив дружніх зв’язків: “зараз – ні” (у новому місці), частина друзів виїхала; контакти тримаються лише через соцмережі.

Післявоєнна втома як “лінощі-хвороба”: Кирило прямо називає демотивацію станом, схожим на хворобу – важливий маркер підліткової апатії/виснаження після стресу.

Побутове вкорінення: приватний будинок, “теплиця, садок” – як спроба зробити життя знову керованим і сезонним, а не сиренним.

🌀 Цитати (“голоси”)

«Усі свої речі й домівку, якби її можна було забрати.»

«Тому що це моя Україна. Я тут народився, тут свої люди, мені тут комфортно.»

«Зараз – ні.» (про друзів у новому місці)

«У моєму випадку це схоже на хворобу.»

«Теплиця, садок.»



КСЕНІЯ, 14 РОКІВ



Херсон → Миколаїв (1 день)

→ Одещина (Ізмаїл / с. Озерне, ~2 місяці) → Вінниця

Чуйна, зріла й сильна. Вона пережила окупацію, переїзд і біль утрати, але продовжує танцювати, мріяти та боротися за справедливість. Мріє стати юристкою й створити школу собак-поводирів. Її голос — про гідність, людяність і силу бути собою навіть під час війни.

1. Перші дні війни, евакуація

Ксенія прожила в Херсоні все своє дитинство – **«усі свої 11 років»** – і саме тому її спогади про місто до війни такі теплі й живі: **«Херсон для мене був дуже гарним і теплим... люди були добрі... завжди відгукувались на допомогу»**. Але війна прийшла не “далеко”: вона зайшла в під’їзд, у квартири, у дитячі ігри.

Коли стало справді небезпечно, рішення про виїзд визріло через страх окупації й реальну загрозу життю: **«Було багато випадків, коли машини розстрілювали»**. Ксенія боялася, але, як і багато дітей, намагалася не показувати цього: **«Я теж боялася, але намагалася не показувати. Думаю, вони теж приховували свій страх»**.

Дорога – коротка у фактах, але довга у внутрішньому переживанні: вони виїжджали “не всім складом”, родина розділялася хвилями, а в сумках – лише мінімум: **«Нам дозволили взяти лише дві сумки... два ноутбуки та два рюкзаки – усе»**. Для підлітка це звучить як вирок: усе життя згорнулося до “двох сумок”.

2. Житло та побут після переміщення

Після виїзду вони не одразу опинилися у Вінниці: **Миколаїв на один день, потім Одещина – Ізмаїл, с. Озерне**, де прожили близько двох місяців. Уже згодом у Вінниці їх прийняла мамина знайома: **«вона погодилася прийняти нас, поки ми не знайдемо житло»**.

Побут нині – ніби стабільний, але не без болючих деталей. Ксенія розповідає про два будинки: спершу їм дуже подобалося – тихий район, близько до школи. Потім будинок продали, і вони переїхали: **«біля лісу... гарна природа... але мені не дуже подобається, що довго добиратися до школи і танців»**. Війна часто змушує міняти житло з причин, які не залежать від родини – і дитина розплачується часом, силами, втраченими годинами на дорогу.

Ще один маркер нестабільності – відключення світла: **«в новому будинку часто вимикали світло, тому ми купили необхідні речі для зарядки»**. Навіть коли “все є”, життя вимагає постійних підстраховок – як у зоні ризику.

3. Школа / освіта / мовні питання

Ксенія закінчувала навчання онлайн у Озерному, а після літа перейшла до школи у Вінниці: **«зареєструвались в новій школі... так, ходила»**. Старі однокласники не стали “втратою” – вона чесно каже, що у п’ятому класі дружба ще не була глибокою, і нині спілкується лише з однією дівчинкою з Херсона, яка в Німеччині – **через Telegram і TikTok**.

У Вінниці вона змінювала школу і боялася, що не знайде друзів: **«думала, що не знайду друзів. Але все склалося дуже добре»**.

Мовне питання в неї проявляється не як “бар’єр”, а як частина загального ставлення до ВПО. Її болить не стільки мова, скільки реакції людей – коли тобі кажуть «чого ти приїхала», ніби ти винна.

4. Психологічний стан

У Ксенії дуже виразний травматичний досвід окупації – двічі окупанти заходили в під’їзд і фактично “торкалися” її дому. Перший раз – коли вони були вдома й почули, як виламують двері: **«ми вимкнули телефони, видалили чати, сховали їх у різні місця»**. Другий раз – окупанти по-

дзвонили саме у їхню квартиру, і вона бачила їхній бус під вікном: **«Це було дуже страшно»**. Це не “новини про війну”, це досвід прямої загрози, який підліток носить у собі роками.

Важливо, як вона описує власний механізм виживання: інколи вона “відключає емоції”, щоб виконати необхідне. Один із найсильніших епізодів: благодійний ярмарок, виступ для збору на ЗСУ – і прямо перед виступом вона дізнається про новий приліт у свій будинок: **«Мені було дуже важко зібратися... але завдяки досвіду я просто відключила емоції... а вдома вже плакала»**. Це класичний синдром війни у дітей: спершу – функціонування, потім – сльози у тиші.

Водночас Ксенія активно шукає опори: **«Я практикую медитації... можу п'ять хвилин посидіти в тиші»**, працювала з психологами: **«Я працювала з багатьма психологами, це допомагало стабілізуватися»**. Це дуже цінно для звіту: дитина не “сама впоралась”, вона вклала зусилля й потребувала підтримки.

5. Соціальна підтримка і ресурси

Підтримка у Вінниці була помітна на початку: **«коли ми приїхали, була гуманітарна допомога... люди просто самі приходили»**. Але зараз, за її словами, **«вже майже немає такої підтримки»**. І це одна з ключових проблем, яку треба почути у світі: війна триває, а увага й ресурси виснажуються.

Виплати ВПО є, але навіть у її відповіді звучить нестабільність: **«мій брат раніше отримував допомогу, але зараз її чомусь скасували»**. Дитина говорить “чомусь”, бо для сімей такі рішення часто виглядають непрозоро й б'ють по відчуттю безпеки.

6. Дружба, інтеграція у громаді

Інтеграція Ксенії має дві реальності. Перша – підтримка й друзі: **«у мене з'явилася найкраща подруга... одна в школі, одна на танцях»**, у новій школі все склалося добре.

Друга – болючий досвід стигми: **«дехто казав: “Чого ти сюди приїхала?”... деякі жартували, що мені нікуди повертатися... це були недоречні жарти... і в школі, і на вулиці»**. Вона намагалася захистити себе правильно – говорила вчительці, але результат слабкий: **«вчителька поговорила... але більше нічого не змінилося»**. Ось про це світ має знати: інтеграція – це не тільки “дружба”, це ще й те, чи захищає школа дитину від принижень.

7. Роль родини

У Ксенії велика родина: троє братів, дві сестри, племінниця. Старші сестри волонтерять від початку війни: **«допомагають військовим і людям, і я теж ними дуже пишаюся»**. Старший брат для неї – приклад: **«він дуже розумний, і я хочу бути схожою на нього»**. Родина розділена географією: сестри в Києві й Одесі, а старший брат – **«на жаль, зараз у Херсоні»**.

Є й прямий біль війни: **«Батько моєї старшої сестри пропав безвісти... я була з ними на акції про зниклих безвісти»**. Для підлітка це не “далека тема”: це своя сім'я, яка живе в очікуванні без відповіді.

Її батько зараз з ними – сім'я повна. Але Ксенія говорить фразу, яка звучить як узагальнення травми для тисяч дітей: **«Головне, що забрали – і все»**. Вона ніби знає: коли мобілізують або зникають – пояснення вже не змінюють факту втрати контролю.

8. Мрії та плани на майбутнє

Ксенія – не просто “талановита дитина”, вона дитина, яка мислить категоріями справедливості та системної допомоги. Її мрія народилася з емпатії: **«відкрити школу собак-поводирів для незрячих, бо таких шкіл майже немає. І ще – створити середовище для військових з психологічними наслідками: «щоб вони могли ділитися переживаннями та отримувати підтримку... до цього треба ставитися з повагою, а не з насмішками»**.

Вона вже бачить себе в праві: хоче вступати на юридичний факультет університету Ярослава Мудрого. А Херсон після перемоги уявляє не як “руїни назавжди”, а як майбутню відбудову: **«я вірю, що саме ми повинні будемо його відбудувати... і воно стане кращим»**.

Її звернення до світу – сильне й доросле: **«Сьогодні це Україна, а завтра це може статися будь-**

де... важливо підтримувати нас і допомогти закінчити війну». Вона не просить “жалю”, вона говорить про спільну безпеку.

І окрема позиція, яка на пряму б’є в серце теми допомоги ВПО: **«Я так не вважаю, що ВПО вже адаптувались... допомога все одно потрібна... житло дуже дорого... квартири не хочуть здавати ВПО просто тому, що вони ВПО. У нас таке теж було».** Це практична дискримінація, яку міжнародні програми можуть і мають адресувати.

9. Вразливості

Медичних або інклюзивних потреб у Ксенії не зазначено, але її вразливості – виразні:

досвід окупації та вторгнень у під’їзд/квартиру;

стигматизація й “жарти” про те, що “нікуди повертатися”;

емоційне “відключення” як спосіб вижити;

фінансові бар’єри до розвитку: вона мріє про кінний спорт, але каже прямо: **«це дорого»**, і мама шукає безкоштовні можливості в області.

Попри це, Ксенія – приклад того, як дитина війни не просто “триматься”, а перетворює біль у дію: волонтерські виступи, медитації, робота з психологами, професійні перемоги в танцях – **«багаторазова чемпіонка України і чемпіонка світу»**. Але саме це важливо проговорити світові: **сильні діти теж потребують підтримки**, бо їхня сила часто – це не “легко”, а “через дуже боляче”.

Унікальні маркери

Танці 11 років як “внутрішній стрижень”, який пережив переїзд.

Втрата друзів і нові дружби: досвід “перезнайомлення” зі світом.

Дуже зріла мрія: школа собак-поводирів + підтримка військових після війни (соціальна справедливість як цінність, що народилася з травми).

Цитати (“голоси”)

«Коли все це втратила, зрозуміла, що не цінувала того, що мала... дуже подорослішала.»

«Загалом танцями займаюсь 11 років.»

«Я хочу відкрити таку школу... щоб ці собаки могли допомагати людям з порушенням зору.»

«Це має бути нормою – розуміти, підтримувати і не знецінювати їхній стан.»



МИКОЛА, 13 РОКІВ



Дружківка, Донецька область

→ Вінниця (переїзд фактично “сам”)

Пережив війну, евакуацію та переїзд до Вінниці. Спокійний, уважний і спостережливий, він навчився цінувати родину, відповідальність і працю над собою. З новими друзями й навчанням хлопець будує життя далі, мріє стати кухарем і бачити мир, де ніхто не боїться і не чує вибухів.

1. Перші дні війни, евакуація

Микола пам'ятає ранок війни з точністю до години: **«це було о п'ятій ранку»**. Він прокинувся – і мама сказала те, що в одну мить перекреслює звичне дитинство: **«почалася війна і я не можу йти до школи»**. Потім зателефонувала вчителька і підтвердила те саме: **«не йти, бо небезпечно»**. Над їхнім будинком пролетів дрон – і страх став фізичним: **«ми дуже злякалися і ховалися»**. Він не приховує: **«Так, було страшно»**.

Поруч – дорослий страх, більший за дитячий: на питання, хто хвилювався більше, Микола відповідає без сумнівів: **«Батьки»**. А про себе каже так, як кажуть діти, які вчаться жити в ненормальному: **«Спочатку боявся, а потім звук»**. За цим “звук” – ціна адаптації: дитина звикає до небезпеки, бо інакше не витримає щодня.

Евакуація теж має свою особливу драму: рішення про його виїзд озвучив не дорослий, а брат – **«брат сказав, що мене забирають»**. І ще одна деталь, яка ріже: коли питають, з ким він їхав – Микола відповідає: **«Один»**. Він переживав через це сильно: **«Так, дуже... спочатку не хотів покидати своє місто, але потім зрозумів, що треба, і виїхав»**.

2. Житло та побут після переміщення

Про побут Микола говорить не скаргами, а порівняннями: **«Якщо порівняти, як було в мене в Дружківці, то це небо і земля. Там майже нічого не було, а тут у мене все є»**. Це важливий сигнал для світу: частина дітей на сході жила в умовах, де «нічого не працювало», де нормальність відходила ще до повномасштабного вторгнення.

Але є й інша, тиха втрата – домашні улюбленці. У Миколи було три коти, і їх не забрали: **«Ні, залишилися там»**. Для дитини це не “дрібниця”: це ще один шматок дому, який лишився по той бік дороги.

У сім'ї багато дітей (інтерв'юер озвучує: **«дев'ять дітей»**), і Микола розуміє, наскільки батькам важко – хоч і каже, що **«усього вистачає»**, бо вони зробили все, щоб діти цього не відчули.

3. Школа / освіта / мовні питання

Микола дуже чітко показує, що війна вбиває освіту не вибухом, а “звиканням” до пропусків. Він каже про онлайн: **«інтернет часто зникає, доводиться пропускати уроки»**. А далі – головне: **«потім звикаєш пропускати»**. І так воно й сталося: **«Так, я собі дозволяв пропускати уроки»**.

Переїзд у Вінницю повернув йому реальне навчання: у сьомому класі він відчував відставання – **«так, бо навчання онлайн було складне»** – але поступово “догнав”: **«коли почав ходити до школи, став більше розуміти... відповідати на уроках»**. Він навіть пишається результатом: **«Так»**. Мама теж підтверджує: **«Він старається... розуміє, що це важливо для майбутнього»**.

Клас прийняв його без принижень: спочатку “трохи злякались”, потім розпитували, підтримували: **«словами. Не ображали... навпаки – хотіли [дружити]»**. У нього з'явилися троє друзів, які допомагають із контрольними: **«підказують, якщо щось не розумію»**.

4. Психологічний стан

Микола говорить про себе чесно: він “не герой із броні”. На питання, чи він сміливий, відповідає: **«п'ятдесят на п'ятдесят»**. І при цьому дуже показова фраза про тривоги: коли лунає сирена, він іде в укриття, але відчуття інше, ніж у багатьох: **«Я бачив більше. Тому мені якось байдуже»**. Це небезпечний маркер: діти, які “бачили більше”, можуть знецінювати ризик – і водночас вони вже

знають ціну життя. Він каже однокласникам: **«Та ладно вам, я бачив і гірше»**, але додає головне: «все одно ховаюся, бо розумію, що треба берегти життя».

Його внутрішній стан найкраще видно в тому, що він хотів би “стерти” свій досвід для майбутніх дітей: **«Мабуть, мовчатиму. Не хочу, щоб вони відчували те, що відчував я»**. Це не просто сором’язливість – це бажання, щоб наступне покоління не успадкувало травму.

5. Соціальна підтримка і ресурси

Його головний ресурс – сім’я і відчуття, що батьки “витягнули”. На питання про героя він відповідає без пафосу: **«Батьки. Бо якби не вони – у мене б нічого не було. Я б нічого не досяг без них»**.

Микола теж стає ресурсом у домі: **«коли бачу, що треба допомогти... підходжу й питаю... а якщо мовчать – просто починаю допомагати. Я не стою осторонь»**. Це типова “дорослість” дітей війни: вони вчаться бути корисними, щоб не бути тягарем.

6. Дружба, інтеграція у громаді

Він дружить у класі, але поза школою гуляють рідко: **«після уроків не часто гуляємо»**. Проте саме в школі він має опору – люди, які допомагають з навчанням, і це для підлітка іноді важливіше, ніж дворові компанії.

Зв’язок із домом тримається через одного знайомого, який залишився в Дружківці: **«каже, що кожного дня літають шахеди»**. І ця фраза – як хроніка, яка не закінчується: дитина в безпеці, але її “вчорашній світ” досі під ударами.

7. Роль родини

Про тата на фронті Микола не говорить, але є інша важлива деталь про родину його знайомого, який не може виїхати: **«через батька – не можуть виїхати»**. Для світу це має звучати як питання: інколи діти залишаються в небезпеці не “тому що хочуть”, а тому що обставини, дорослі рішення, мобілізація, сімейні умови – тримають їх там.

У самій сім’ї Миколи батьки – опора, і він говорить їм слова вдячності: **«розповідаю... і дякую їм за це»**. Це один із небагатьох світлих акцентів: попри втрати, родина змогла дати йому “спокій, тепло і можливість навчатися”.

8. Мрії та плани на майбутнє

Микола ще не має “великої” професійної мрії, але вже відчуває потяг до справи руками: **«я більше хочу бути кухарем... коли щось ріжу чи готую, розумію, що мені це подобається і виходить добре»**. Він думає про навчання після 9 класу: **«піти в бурсу»** (професійний шлях), і цікаво, що цим займається брат – знову родина як навігатор.

Його мрія – проста і дуже доросла: **«закінчити школу, піти кудись навчатися. І щоб закінчилася війна, щоб можна було спокійно вчитися»**. А визначення миру звучить як базова безпека, якої діти не мають роками: **«коли нічого не літає над головою... у школі не буде тривоги... не треба буде ховатися в підвалі»**.

9. Вразливості

Медичних/інклюзивних потреб не заявлено. Але його вразливості дуже виразні й “тихі”:

дитина звикла до страху, до дронів і підвалів;

втрата дому і тварин (три коти лишилися в Дружківці);

досвід освітнього провалу через онлайн і звикання до пропусків;

і головне – емоційне “затвердіння”: **«Я бачив більше. Тому мені якось байдуже»**. Це не сила, це наслідок. Це та психологічна ціна, яку світ повинен усвідомити: у дітей війни “байдужість” інколи означає, що вони вже пережили занадто багато.

Фінальна фраза Миколи – як короткий портрет дитини війни сьогодні: **«Просто сходити в школу, поспідати, день прожити»**. І цього вже досить, щоб зрозуміти: для багатьох дітей війна зменшила життя до одного завдання – **пережити ще один день**.

Унікальні маркери

Онлайн-навчання як пастка: інтернет зникає → уроки пропускаються → “звикаєш пропускати” – і дитина сама визнає, як формується провал у навчанні.

Переломний момент: перехід в офлайн-школу приносить відчутний прогрес – “став більше розуміти, відповідати”.

Підтримка школи + мамина гордість: рідкісний, але дуже важливий ресурс – дорослі бачать зусилля дитини, підсилюють його, а не знецінюють.

Мрія про професію “через руки”: кухар – бо “подобається і виходить добре”; це голос дитини, яка шукає стабільність у конкретній дії.

Цитати (“голоси”)

«Онлайн – то сидіти перед камерою, інтернет часто зникає, доводиться пропускати уроки.»

«А потім звикаєш пропускати, правда? – Так.»

«Коли вчився дистанційно, майже нічого не розумів. А коли почав ходити до школи – став більше розуміти...»

«Пишаюся. Микола старається... Він розуміє, що це важливо для майбутнього.»

«Я більше хочу бути кухарем... мені це подобається і виходить добре.»



МИРОСЛАВ, 14 РОКІВ



Вінниця (дитина, яка не виїжджала, але виросла всередині війни)

Дорослішав у тилу війни поруч із мамою волонтеркою, для якої їхній дім став прихистком і штабом допомоги. Він бачив, як підтримують людей, облаштовують укриття та допомагають переселенцям, і теж став частиною цієї спільноти. Його історія — про емпатію, солідарність і покоління, яке вчиться служити іншим під час війни.

1. Перші дні війни, евакуація

Мирослав — з Вінниці. Його історія важлива саме тим, що вона показує: війна ламає дитинство не тільки там, де окупація чи руйнування. Навіть у відносно “дальшому тилу” перший день врізається в пам’ять дуже чітко. Він згадує ранок через побутову сцену, яка стала символом паніки країни: **«Ми вранці прокинулися і пішли в якийсь магазин. Там були дуже великі черги, буквально за магазин вони виходили... ми були там до середини дня»**. А вночі прийшла перша тривога у Вінниці — та сама межа, після якої дитина більше не може спати “як раніше”: **«Я дуже перелякався, але потім ми пішли в укриття і в принципі все було нормально. Після цього вже не так було страшно»**.

Евакуації як такої не було — але була інша реальність: звикання до сирен. Мирослав каже прямо: **«перший раз було страшно, а потім уже ні»**. Це одна з найнебезпечніших “нормалізацій” війни: дитина не повинна звикати до тривоги, як до прогнозу погоди.

2. Житло та побут після переміщення

Переміщення не відбулося, але змінився сам побут — Вінниця стала містом, куди приїжджали люди. Мирослав згадує, що внутрішньо переміщені особи заїжджали до них лише на одну ніч: **«вони приїхали до нас, побули одну ніч і поїхали»**. Для нього це не перетворилося на “велику історію”, але це показує інше: війна зайшла в дім навіть у тилу — через чужі валізи, чужу втому і коротке “переночувати”.

3. Школа / освіта / мовні питання

На початку війни Мирослав був у п’ятому класі. Він говорить про школу через просту людську річ: у війні важливо, хто знає про твої страхи. Він каже, що **вчителька і друг знали**, а “інші — ні”. Це звучить як спосіб залишити собі приватність, коли світ навколо став надто гучним.

Мовних проблем чи навчальних провалів Мирослав не описує. Але він говорить про інший “урок” війни: дорослішання. **«Так, я став більш дорослим і самостійним»** — каже він, і ця фраза звучить як підсумок покоління, яке змушене подорослішати раніше.

4. Психологічний стан

Найсильніше в Мирославі — не страх, а механізм самозаспокоєння. Він говорить, що **не дуже панікував** і ніби сам себе втримував: **«Мені здається, що я більше заспокоювався сам»**. Мама при цьому — його “навігатор”: **«Вона одразу розуміла, що треба робити і куди йти, і ми все одразу робили»**.

Його тривога має форму втоми. Коли сирена вночі — він думає не про “героїзм”, а про сон: **«Хочу, щоб швидше закінчилася і можна було спати»**. Це дуже чесно і дуже по-дитячому. Бо дитині треба спати, а не жити в режимі постійного реагування.

5. Соціальна підтримка і ресурси

Перший ресурс Мирослава — відчуття корисності. Вже через тиждень-два вони допомагали бабусі з будинку, бо їй було важко купувати товари: **«ми допомагали»**. Потім — допомога ВПО, допомога військовим, волонтерство мами “в тилу”. Мирослав не відсторонюється: він теж робить свою частину.

Він згадує конкретні речі, які для підлітка звучать майже як “доросла робота”: «переносити речі... ходити до швачки... забирати бронезилети... переносити палатки». Тобто війна буквально вмонтувала підлітка в логістику тилу.

6. Дружба, інтеграція у громаді

До війни він “більше проводив часу з друзями”. Після – менше. І він чесно називає найскладніше: не вибухи і не черги, а те, що мама стала волонтерити більше – і вони стали менше гуляти. **«Найскладніше було те, що мама більше часу допомагала, а ми менше гуляли».** Ось один із тих “невидимих” наслідків війни, про які світ майже не говорить: у дітей забирають не тільки дім чи безпеку – у них забирають час із близькими, прогулянки, нормальну підлітковість.

Але є й сила громади: вони з сусідами організували людей і відновили укриття біля будинку – старе, яке не використовували 30 років. **«Ми організували групу людей і почали його прибирати... мені було дуже приємно допомагати».** Це приклад, як громада сама компенсує те, чого не встигла/не змогла зробити система.

7. Роль родини

Про тата Мирослав не говорить. Його головна фігура – мама: **«Вона дуже відповідальна, тяжко працює, часто ночами».** Вона – приклад і опора. Для нього мама – не просто доросла поруч, а людина, яка вміє діяти під час тривоги й уміє тримати маршрут.

8. Мрії та плани на майбутнє

Його мрії – стримані, але дуже “про життя”: **«хочу добре вчитися, знайти хорошу роботу, яка подобається і добре оплачуватиметься».** А глобально – щоб країна відновилася й наздоганяла Європу: **«Бажаю, щоб війна закінчилася, а Україна відновилася».** Якщо б мав безкінечні ресурси – допомагав би країні морально й фінансово.

Це важливо: навіть дитина з тилу мислить категоріями “відбудови”, бо війна зробила це частиною їхнього світогляду.

9. Вразливості

Медичних або інклюзивних потреб Мирослав не зазначає. Його вразливості – інші, але не менш важливі для світу:

звикання до тривог (“перший раз страшно – потім ні”);

втрата частини дитинства, бо мама багато часу віддавала волонтерству, і вони менше гуляли;

дитяча участь у воєнній реальності через перенесення бронежилетів, допомогу зі спорядженням, облаштування укриття.

Ця історія показує: війна “підтягує” навіть підлітків, які не виїхали, у дорослі задачі. І це теж те, що мають чути у світі: підтримки потребують не лише ті, хто втратив дім, а й ті, чиє дитинство стало частиною війни щодня – через тривоги, волонтерство, втому і відсутність нормального підліткового життя.

🌀 Унікальні маркери

Перший день війни – черги й перша тривога: пам’ять дитини фіксує не “новини”, а побутовий шок і перший страх уночі.

“Звикання до тривоги” у живій формулі: “перший раз страшно, а потім уже ні” – голос покоління, яке змушене звикати до небезпеки.

Дитина як помічник тилу: переносив речі, забирив бронежилети, переносив палатки – це “дорослі ролі” у 14 років.

Укриття як спільний проєкт громади: шукали й прибирали старе укриття, облаштовували піддонами – історія про самоорганізацію й потребу безпеки поруч із домом.

Ціна допомоги: мама більше часу допомагала – “ми менше гуляли”, але це давало відчуття корисності (важливий маркер того, як війна краде дозвілля й “нормальність”).

Фігура мами як опори: “вона дуже відповідальна... часто ночами” – прямий доказ того, як тримається сім’я на маминій витривалості.

🌀 Цитати (“голоси”)

«Потім тієї ночі була перша тривога... Я дуже перелякався... Після цього вже не так було страшно.»

«Перший раз було страшно, а потім уже ні.»

«Я допомагав... забирати бронежилети, переносити палатки.»

«Ми... почали його прибирати... Найскладніше було те, що мама більше часу допомагала, а ми менше гуляли. Але це давало відчуття, що ми корисні.»

«Моя мама... дуже відповідальна, тяжко працює, часто ночами.»

«Бажаю, щоб війна закінчилася, а Україна відновилася...»



МІЛАНА, 11 РОКІВ



Сіверськодонецьк, Луганська область → евакуаційний потяг → Львівська область (до середини 2022) → Вінниччина (оренда, з мамою удвох)

Пережила евакуацію під обстрілами, втрату дому і складну адаптацію у Вінниці. Вона глибоко мислить, любить мистецтво, навчається успішно й мріє стати дизайнеркою, поєднавши творчість із технологіями. Її історія — про ніжність, стійкість, вдячність і віру в мирне майбутнє.

1. Перші дні війни, евакуація

Мілана не деталізує сам ранок 24 лютого – але її історія починається з іншого, дуже промовистого: з втечі з міста, де вже не було базових умов для життя. Мама говорить різко й конкретно: **«У Северодонецьку вже не було ні газу, ні води, ні світла»**. Вони шукали будь-який спосіб виїхати – знайомі відмовлялися, зв'язок зникав, блокпости, обстріли. **«Жоден знайомий не погодився нас вивезти... ми чекали таксі, але зв'язок зникав»**.

День, який вривався в пам'ять, названий точно: **«8 березня уже не було газу, води й світла»**. З цього моменту питання "їхати чи не їхати" перетворюється на питання "вижити". Їхній виїзд був не «комфортною евакуацією», а ривком під ризиком: **«Коли ви їхали, були обстріли?» – «Так»**.

Потім – евакуаційний поїзд до Львова. Мілана каже коротко: спершу Львів, «там нас прийняли добрі люди», далі – Львівська область, а потім Вінниччина. І коли її питають, чи вона вдячна мамі за те, що та наважилася їхати під обстрілами – Мілана відповідає так, як дитина відповідає про життя: **«Так, дуже. Якби не це – я не знаю, що могло б статися»**.

2. Житло та побут після переміщення

Мілана з мамою живе у Вінниці в орендованій квартирі вже три роки. Вони удвох – і це важливо: дві людини, які тягнуть побут без великої сімейної «підпори». У її словах немає скарги – є тверезість: **«Ми б так не хотіли, але дуже вдячні за низьку орендну плату. Житло зараз дуже дороге»**.

Побутова проблема звучить несподівано, але це реальність багатьох ВПО: у маленькій квартирі накопичується гуманітарка й коробки – ніби «допомога», яка теж стає тягарем, бо немає місця, де жити нормально: **«Дуже багато хламу: коробки, гуманітарка... Нікуди складати, бо квартира маленька»**. І ще одна деталь – дуже доросла: **«Якщо це все розбирати, це займе тижні»**. Для дитини це не має бути «задачею», але війна підсаджує дітей на дорослі побутові реалії.

3. Школа / освіта / мовні питання

Коли війна почалась, Мілана була у 2 класі, зараз – у 6-му. Вона навчається онлайн зі своїм довоєнним класом, бо школа релокувалася: **«Так, але дітей тепер набагато менше... є в Польщі, в Німеччині»**. Її навчання «більш-менш спокійне», якщо не рахувати одну річ, яка руйнує процес щодня: **«вимкнення світла»**.

Але Мілана тримається, ніби це її особиста відповідальність перед життям: **«Я просто підключаю роутер до павербанку... намагаюся не пропускати заняття»**. Вона вчиться дуже добре: **«Мінімальна оцінка – це 9 або 10», і особливо сильна в англійській: «у мене або 11, або 12 балів... навіть фільми англійською дивлюсь»**.

Її мистецька освіта теж онлайн: художня школа релокувалась у Дніпро, і вона продовжує навчання. Але тут проявляється проблема, яку часто не бачать донори: якість дистанційної творчої освіти. Мілана говорить болісно: **«Нам просто скидали якісь роботи з інтернету і казали: “Намалюйте таке”. А як – не пояснювали. І з матеріалами складно»**. Тобто дитина має талант, але підтримка «не встигає» за реальністю війни.

4. Психологічний стан

Мілана прямо говорить те, що багато дітей не наважуються сказати: **«Я відчуваю, що війна забрала в мене дитинство»**. Вона пояснює це не абстрактно, а як зміну себе: **«Коли я була маленькою, я була більш позитивною, екстравертною, дуже любила спілкуватися... А зараз...»**.

Вона називає свою проблему словом, яке звучить як дзвінок тривоги для дорослих: **«У мене со-**

ціофобія». І додає: раніше цього не було. «На Луганщині я багато спілкувалася з дітьми... А зараз... страшно, коли вони дивляться на мене». Її страх – це страх оцінки й відторгнення: «Я боюся, що мене не так сприймуть... Я відчуваю себе не такою, як усі».

Є і фізичний симптом війни: **«Я стала дуже погано їсти, і через це маю проблеми зі здоров'ям».** Це не “примха” – це типова реакція на тривалий стрес, який дитина носить роками.

5. Соціальна підтримка і ресурси

Мама говорить важливу річ, яку мають почути системи допомоги: **«Допомогу бачу... але вона більше для малозабезпечених, прийомних, великих родин... а для звичайних дітей – майже нічого. Ми питали. Нам не пощастило».** Тобто сім'я, яка “формально не в найвразливішій категорії”, може опинитися без програм розвитку.

Ще болючіше – історія про виплати ВПО. Їм **відмовили через 5 гривень** перевищення порогу доходу: **«через різницю в 5 гривень – забрали... Це смішно і боляче».** У цій фразі – не просто образа, а крик про несправедливість: дитина платить ціною можливостей за “п'ять гривень” в таблиці.

Ресурс Мілани – навчання й творчість. І ще – техніка, яку надала школа: старий комп'ютер не тягнув заняття, потім замінили на планшет: «він теж був уживаний, але працює добре». Це маленький приклад того, як інституція може врятувати навчання однієї дитини.

6. Дружба, інтеграція у громаді

У Вінниці Мілана **ще шукає друзів.** Вона знайшла подругу на гуртку, але коли перестала ходити – зв'язок обірвався: **«зараз не спілкуємось... немає можливості бачитися».**

Окрема рана – стигматизація. Мілана говорить прямо: **«Мене навіть москалькою називали через це»** – через її рідну мову та мовні звички. Це дуже важливо розуміти: навіть у безпечному тилу дитина може отримати вторинну травму – не від вибуху, а від слова.

А ще – її дружба часто йде у віртуальність: онлайн-ігри, спілкування “в камеру”. Інтерв'юерка говорить про ризик заміни живого контакту віртуальним – і це теж проблема війни: у дітей скоро чується “реальна” соціальна сцена, і вони відходять у цифровий світ, бо там менше страшно.

7. Роль родини

Мілана живе **з мамою удвох.** Про тата в інтерв'ю не йдеться. Її близькі, за яких вона найбільше хвилюється, – **дві бабусі**, що залишилися там, де немає зв'язку: **«Міжнародний зв'язок не працює... розбомбили підстанції... ми зовсім не контактуємо».**

І це один із найважчих типів травми: коли ти не знаєш нічого. **«Мені страшно, бо ніхто не знає, що з ними».** Вона сама припускає, що її теперішній стан пов'язаний із цим: **«напевно, так».**

8. Мрії та плани на майбутнє

Мілана мріє про базове й найважливіше: **«Я мрію повернутися додому і щоб закінчилася війна».** Якщо завтра перемога – **«я буду дуже рада і дуже весела... дуже скучила за домом, за рідними».**

Мир для неї – не “політика”, а етика: **«Коли люди займаються своєю справою та намагаються не чинити зла іншим, а допомагати».**

Її професійна мрія еволюціонувала: спершу ветеринар, тепер – дизайн: **«тепер хочу бути дизайнером... потрібна англійська, українська і математика».** Це сильний момент: дитина чітко знає, що саме їй треба вчити, щоб мати майбутнє – навіть у війні.

Її звернення до світу звучить тихо, але сильно: **«Щоб люди були мирними і не робили зла іншим. Щоб допомагали одне одному і не зраджували».** А дітям у небезпеці вона каже практично: **«Думайте про безпеку і продовжуйте навчання... Не бійтеся виїхати... але... звідти нікого не відпускають».**

9. Вразливості

Особливих інклюзивних потреб не зазначено, але вразливостей багато – і вони системні: **соціофобія**, що з'явилася після війни;

порушення харчування / проблеми зі здоров'ям на тлі стресу;

дискримінація / булінг за мовною ознакою (“москалькою називали”);

брак доступних секцій: хотіла тхеквондо, але **«найближча секція дуже далеко»**, і логістика з'їдає можливість;

відсутність виплат ВПО через формальний поріг (“+5 грн”);

відсутність системних програм для “звичайних” дітей-переселенців, про що прямо говорить мама.

Ця історія – про дитину з високими успіхами, талантом і працьовитістю, яка все одно живе в режимі постійної компенсації: павербанк для уроків, маленька квартира з коробками гуманітарки, страх перед людьми, відсутність зв’язку з бабусями. І саме це світ має почути: **навіть “успішні” діти війни можуть втрачати дитинство щодня – тихо, без вибухів, але боляче.**

Унікальні маркери

Евакуація “довгою дугою”: Сіверськодоонецьк → евакуаційний потяг → Львів → Вінниччина. Це типовий шлях дитини, яка виривається з небезпеки не в “краще життя”, а в шанс вижити.

Житло в оренді як щоденна компромісність: “вдячні за низьку орендну плату”, але квартира маленька, завалена коробками й гуманітаркою – побут “після порятунку” не стає домом автоматично.

Соціофобія після війни: “виходжу, але... соціофобія” – травма не завжди кричить, інколи вона робить будь-яке знайомство страшним.

Стигматизація за мовою: дитина чує образи (“москалькою називали”) – це вже не фронт, але це теж удар.

Герої – захисники: у Мілани війна має обличчя тих, хто тримає небо й землю.

Цитати (“голоси”)

«Спочатку ми евакуаційним поїздом доїхали до Львова... а потім ми переїхали до Вінниччини.»

«Ми б так не хотіли, але дуже вдячні за низьку орендну плату... квартира маленька.»

«Я виходжу. Але в мене соціофобія.»

«Мене навіть москалькою називали через це.»

«Мені здається, що це всі люди, які зараз захищають нашу країну.»



НАСТЯ, 15 РОКІВ



Херсон (окупація) → виїзд “по колу”
через Крим–Росію–Білорусь → Житомир → Вінниця

Пережила окупацію Херсона, довгий шлях вимушеного переїзду через кілька країн і булінг у новій школі. Вона знайшла друзів у Вінниці, будує нове життя та мріє про мирний, відновлений Херсон без страху й руйнувань. Її історія — про втрату, силу і прагнення майбутнього.

1. Перші дні війни, евакуація

Настя пам'ятає день початку повномасштабної – але описує “до війни” дуже стисло, ніби бережно: **«Дім, кіт, друзі, постійні прогулянки»**. На той момент вона **переходила в шостий клас**, навчалась онлайн через карантин, з друзями бачилась рідко – переважно **«по переписці»**. Та війна зробила те, що завжди робить із підлітками: розвела людей по світу. Тепер, каже Настя, її друзі «всі за кордоном» – і зв'язок тримається на відеодзвінках і чатах.

Їхній виїзд із Херсона – одна з найболючіших реальностей окупації: **вихід часто не “прямий”, а принизливо-небезпечний**. Настя говорить прямо: **«Ми їхали з мамою через Крим, через Росію, через Білорусь, бо Антоновський міст у нас розбили»**. І найбільш страшно було саме там, де на папері “є дорога”, а по факту – фільтрація і знецінення людини: **«Там було страшно... нас перевіряли, документи та речі оглядали, нас самих ображали»**.

2. Житло та побут після переміщення

Настя не опинилась у Вінниці одразу. Спершу був **Житомир**, де вона довго лишалась на онлайн-навчанні в херсонській школі: **«до 2023 року – шостий і сьомий клас»**. У Вінницю приїхали **приблизно через рік**, а живуть тут два роки. Зараз – у **будинку**.

Важлива деталь: вони переїжджали лише з мамою, а бабуся приїхала значно пізніше – **«через пів року»**, і саме бабуся стала тим “якорем”, який потім привів до Вінниці: **«Бабуся першою переїхала, а потім ми»**.

Побутова втрата, яка не “вписується” у статистику, але рве серце: у Херсоні лишився кіт. Настя говорить про це дуже тихо і вперто: **«Він залишився там... і зараз теж там... сусіди доглядають»**. Вона не заводить нового: ніби не зраджує старого дому. І раз на тиждень цей біль повертається: **«Сумую за котом... згадую раз на тиждень»**.

3. Школа / освіта / мовні питання

Провал війни в освіті тут видно буквально по роках: два класи онлайн у херсонській школі, потім спроба офлайн – і зіткнення з дискримінацією. У першій вінницькій школі Настю не прийняли як “свою”: **«Мені казали, що я не вінничанка»**. Далі – те, що повинно бути червоною лінією для будь-якої системи освіти: **діти почали принижувати**, а дорослі – не захистили. **«Говорили, що я така сьака... класний керівник знав, але нічого не робив»**.

Вона змінила школу – і тільки тоді змогла вдихнути: **«Коли перейшла в другу школу, мені вже подобається»**. Зараз у неї **багато друзів**, і навіть тривоги вони проживають разом по-дитячому: **«під час тривоги йдемо в підвал і дивимося смішні відео»**. Але факт залишається фактом: адаптація й виживання в школі стали її щоденною працею, а не “нормальним шкільним життям”.

Мовне питання в неї теж болюче, але не пафосне: вона чесно каже, що колись **мало знала англійської** і тому не почувалася захищеною “мовою” у чужій країні: **«не могла убезпечити себе мовою»**. Українську почала підтягувати через бабусю: **«Вона наполягає, щоб я вчила мову»**.

4. Психологічний стан

Настя проговорює одну з найважливіших речей для цього проекту: найстрашніше – не завжди звук війни, а **адаптація після переїзду**, особливо коли вона накладається на підлітковий вік. Вона каже прямо: **«Адаптація. Особливо поєднувалася з перехідним віком і новим класом»**. Її страх “вулиці” зменшився лише з часом: **«Мені вже не так страшно ходити по вулиці... познайомилась із людьми, вивчила місто»**.

Тривоги сьогодні – майже притуплені: **«Дуже мало [страху]»**. Але це не означає, що всередині все спокійно. У неї зникла мотивація: **«Мотивація зникла»**, і вона говорить про типову для травмованих підлітків точку: коли важко – легше здатися. **«Зазвичай... здаюся»** (про складні теми з алгебри). Це не “лінь” – це виснаження.

5. Соціальна підтримка і ресурси

На початку допомога була відчутною і дуже практичною: **«Продуктові набори та побутова хімія були дуже корисні, особливо на початку. Потім давали менше»**. Це важливий сигнал для світу: війна триває, а підтримка має тенденцію “всихати” – саме тоді, коли родини довго живуть у переміщенні.

Ресурс сім’ї – бабуся, яка не просто “поруч”, а діє: **«Бабуся плете сітки для війська у Вінниці майже два роки»**, ще й підробляє після пенсії. Це портрет українських сімей у війні: навіть старші люди несуть тил на плечах, щоб діти могли ходити до школи й триматися.

6. Дружба, інтеграція у громаді

Після зміни школи Настя нарешті отримала те, що має бути нормою: **безпечне середовище і дружбу. «Їх багато. Ми гуляємо на вихідних... на перервах граємо»**. Вона знайшла “свої” райони, “свій” транспорт, перестала губитися у місті.

Але шрами інтеграції лишилися. Вона прямо називає дискримінацію: **«Мені казали, що я не вінничанка»**, і це стало тригером для цькування. Навіть на гуртках інколи відчувала упереджене ставлення: **«було пару разів... але волонтери допомагали»**. Тут важливо зафіксувати: не всюди рятує система – інколи рятують люди поруч.

7. Роль родини

У Насті – мама, бабуся, дідусь; про тата у цій історії не йдеться. Але роль родини звучить наскрізно: Настя обрала залишитися в Україні саме тому, що **«тут багато близьких родичів і знайомих»**. У дорозі, коли мамі було **«дуже важко переживати»**, Настя підтримувала як могла: **«просто обіймала»**. Це чесний жест дитини, яка не може змінити маршрут через окупацію, але може не дати мамі впасти.

8. Мрії та плани на майбутнє

Якщо завтра закінчиться війна, вона не побіжить “одразу” назад: **«Не відразу»**. Це теж травма: повернення не скасовує пережитого. Але вона думає про Херсон і відновлення дуже конкретно – не “красиво”, а практично: **«Почала б з прибирання вулиць від осколків і мін»**. Вона хоче, щоб Україну у світі бачили не як війну, а як красу: **«Щоб вона сіяла красою... а не через війну»**.

Її звернення до світу – пряме і тверезе: **«Щоб більше допомагали: донатили на боєприпаси, зброю, ліки для військових, особливо на передовій»**. Це звучить жорстко, але так говорить дитина, яка пройшла фільтрацію й приниження на чужих блокпостах – і знає, що добро без сили не зупиняє зло.

9. Вразливості

Медичних/інклюзивних потреб не зазначено, але вразливості дуже чіткі:

вторинна травма через фільтрацію та образи під час виїзду;

булінг і бездіяльність дорослих у школі (“не вінничанка”, приниження, класний керівник “нічого не робив”);

втрата мотивації і “звичка здаватися” на складних темах;

зупинка творчості й занять: малювання “пів року не малюю”, танці – «ні», бо «не вистачає часу і мотивації»;

емоційна прив’язаність до дому через kota, який лишився в окупації, і постійний пошук, як перевезти тварину: **«Шукаю в інтернеті, як перевозити тварин»**.

Ця історія – про підлітку, яка вижила в окупації й пройшла принизливий шлях “по колу”, але найбільше зламалася не на блокпості – а в момент, коли в новій школі їй сказали, що вона “не своя”. І саме це має почути світ: дітям війни потрібні не лише пакунки, а безпека в школі, захист від дискримінації, підтримка мотивації й доступ до розвитку, інакше ми втрачаємо покоління – тихо, без вибухів, але невідворотно.

☯ Унікальні маркери

Херсон “до” – у трьох словах: “дім, кіт, друзі” – дитяча нормальність, яку війна обриває.

Втрата улюбленця як незагойний нерв: кіт лишився в Херсоні, доглядають сусіди; Настя одно-значно каже, що забрала б – але “не витримає дороги”.

Шкільна дискримінація ВПО: “не вінничанка” → приниження однолітків → мовчання класного керівника. Це приклад повторної травматизації вже в “безпечному” місті.

Відродження через зміну школи: друга школа – “подобається”, з’являються друзі й простір для життя навіть під час тривоги (підвал, смішні відео) – адаптація можлива, якщо середовище не ранить.

Підліткова дорослість і обмежені ресурси: хоче піти на боротьбу, але “фізичні й матеріальні проблеми” заважають – це про нерівність доступу до відновлення.

Погляд на відновлення міста через мінну загрозу: Настя говорить про Херсон не романтично, а практично – почати з осколків і мін.

☯ Цитати (“голоси”)

«Дім, кіт, друзі, постійні прогулянки.»

«Мені казали, що я не вінничанка... почали принижувати... Класний керівник знав, але нічого не робив.»

«Кіт... залишився там... Якби була можливість, ти б забрала його? – Так... Він не витримає дороги.»

«Я хочу піти на боротьбу, але є деякі фізичні й матеріальні проблеми, які заважають.»

«З прибирання вулиць від осколків і мін.»



НАСТЯ, 17 РОКІВ



Марганець, Дніпропетровська область → (2–3 місяці під обстрілами) → Вінниця → гуртожиток під час навчання

Пережила обстріли, вимушений переїзд і розлуку з домом та тими, кого любить. Вона зберегла дружбу, мрію та бажання говорити про своє місто, навчається журналістиці у Вінниці і будує нове життя, щоб розповідати світу історії людей та свого Марганця.

1. Перші дні війни, евакуація

Настя зустріла 24 лютого не вдома, а в бабусі – і це дуже “український” початок війни: мала бути контрольна, але бабуся сказала лягти спати. А потім реальність обірвала звичний ранок: **«Війна почалася, і вимкнули світло... близько 4 ранку був приліт по підстанції... дим був дуже великий»**. Вони збирали речі, але не виїхали одразу: **«Десь два-три місяці я залишалася в Марганці»**.

Чому так? Відповідь чесна: не знали куди, і було відчуття, що все “швидко закінчиться”: **«І те, і те... була надія, що все швидко закінчиться, але не склалося»**.

Коли обстріли стали дуже сильними, вони нарешті зважилися. І тут важливо: у Насті був час на збори – два дні, але цей час не був “спокійним”: **«обстріли були дуже сильні, навіть вночі ми не могли виспатися»**. І лише момент виїзду став рідкісним “вікном”: **«нам пощастило, що момент виїзду був тихий, сонячний»**. У цій фразі – ціла правда про долю дітей війни: вони радіють не святам, а тому, що дорогою не вбило.

2. Житло та побут після переміщення

До Вінниці вони поїхали не тому, що “хотіли саме туди”, а тому що з’явився шанс вижити: **«у тата був знайомий з роботи, який запропонував приїхати і поселити нас безкоштовно. Люди були дуже добрі»**. І тут одна з найбільш болючих тем цієї історії – **домашні улюбленці**. У Насті було три коти і дві собаки, а в Марганці лишили ще чотирьох котів. Вона говорить про це без пафосу, але так, що відчуваєш клубок у горлі: **«Я дуже плакала, коли ми їх залишали, бо не було куди взяти з собою»**. Це той “маленький” біль, який для дитини величезний: війна змушує залишати тих, кого любиш і за кого відповідаєш.

Зараз Настя живе в гуртожитку, бо навчається у Вінниці. І побутова реальність молодшої людини у війні – теж частина проблеми дітей: **«найбільше – кошти, продукти, оплата електроенергії. Це тяжко»**. Вона ще дуже молода, але вже рахує, як доросла.

3. Школа / освіта / мовні питання

Настя зберегла школу з Марганця – онлайн. Це не “лінощі” і не “не хотіла інтегруватися”: це спосіб триматися за минуле й віру, що повернення можливе. **«Моя школа дуже рідна для мене... ми з однокласником вирішили залишитися разом з класом, бо сподівалися, що повернемося»**. Так вона пройшла 8–11 класи зі своїм класом.

Водночас війна перекроїла навчання: **«були перерви, і ми надолужували програму дуже швидко»** – тобто знання “заганяли”, бо треба було закрити те, що зруйнували обстріли й тривоги.

Після школи Настя вступила у Вінниці: **Вінницький торговельно-економічний інститут, спеціальність журналістика**. І тут важливий показник інтеграції: вона не просто “вчиться”, вона вже стала частиною середовища – **«заступницею старости»**, має дружну групу, викладачі це відзначають.

4. Психологічний стан

Настя дуже точно формулює одну з головних небезпек війни: **звикання**. В Марганці вони часто ночували в підвалі, а тепер вона каже: **«на тривогу я не реагую, бо морально звикла. Найстрашніше, що звикаєш до цього»**. Це має почути світ: звикання – не “стійкість”, це травма, яка стає нормою.

Найскладніше у переїзді для неї – не дорога й не валізи, а психіка: **«найскладніше – забути пережите... не сумувати за домом... було страшно, бо я не знала, що буде далі. Чуже місто, все незнайоме»**.

Її спосіб саморегуляції вражає дорослістю: коли сумно, вона ніби говорить сама з собою перед дзеркалом: **«От зараз ти сумуєш, а роки йдуть... а вдруг завтра війна закінчиться, а ти сьогодні»**

сумуєш і не готова?». Це не “філософія” – це дитина, яка вчиться виживати думкою.

5. Соціальна підтримка і ресурси

Ключову підтримку вони отримали від людей: **безкоштовне поселення**, доброзичливість у новому місті. Настя говорить про Вінницю як про місце, яке фактично врятувало її зсередини: **«Вінниця – мій другий дім... вона врятувала мій моральний стан і побудувала нову мене»**.

Є і державна підтримка як ВПО: **«9 000 грн за три місяці... у грудні надійде ще 2 000 грн»**. Але важливо: навіть з цими виплатами вона говорить про реальні труднощі “молодих людей, які тільки-но переїхали від батьків”. Тобто підтримка є, але ціна самостійності у війні – висока.

Окремий ресурс – підтримка від навчального закладу: коли вона розповідала про Марганець, **«усі дуже плакали»**, викладачі підтримували, говорили з нею. **«Це була колосальна підтримка»**. Це важливий приклад: освітні інституції можуть бути не тільки про навчання, а й про психічну опору.

6. Дружба, інтеграція у громаді

Настя зберегла дружбу з довоєнного життя. Її найкращий друг виїхав до Німеччини – і вони тримають зв'язок щодня: **«Ми не бачилися вже три роки... спілкуємося кожен день, дзвонимося»**. Дружбу з класом теж частково зберегла: вони навіть планують повернутися в Марганець на канікулах і зайти до класної керівниці.

У Вінниці вона також інтегрувалась: у групі багато подружок, сильний колектив. Але важливо, як вона описує перший період: **найстрашніше – “чуже місто”**. І це теж проблема дітей війни: страх не лише від вибухів, а від того, що ти не знаєш, де ти, хто ти тепер і що з тобою буде.

7. Роль родини

Настя виїжджала з **мамою, татом і молодшою сестрою**, ще й з однокласником і його родиною. Рішення про переїзд і про те, залишатися в Україні чи їхати за кордон, приймала мама. Настя хотіла лишитися: **«бо тут моя сім'я, друзі, бабуся і дідусі»**.

Її герой – батьки: **«бо вони дали мені дуже багато, підтримують і допомагають постійно»**. Мама не працює, тато – далекобійник; мама намагалася влаштуватися у Вінниці, але «не склалося». Тобто навіть коли дитина “інтегрувалась”, сім'я може лишатися у вразливому економічному стані.

Про військових у родині вона говорить прямо: **«так... дехто загинув, наприклад, мій вчитель фізкультури і мій дядько»**. Вона знає, що таке втрата: **«Тяжко. Але всі вони герої»**. Це ще один пласт проблеми дітей війни: дорослі смерті входять у підліткову свідомість як щось, із чим треба жити далі.

8. Мрії та плани на майбутнє

Її мрія – не про речі, а про єдність: **«щоб вся моя сім'я та друзі були разом, за одним великим столом...»**. Вона хоче стати журналісткою, щоб після війни **робити розголос і відбудовувати місто “словами”**: **«щоб люди знали і не забували історію своїх міст»**. Мріє працювати на 1+1.

Мир вона розуміє через близьких: **«коли всі близькі поруч... усміхнені мама і тато... військові, які повернулися додому... відчуття “я вдома”»**. А людям, які лишилися в Марганці й бояться виїжджати, говорить дуже пряме, майже материнське: **«Там дуже страшно: немає води, світла, постійні обстріли... маленьким дітям потрібне дитинство. Не залишайтеся там, рятуйте себе»**. Це голос дитини, яка вже знає ціну “перечекати”.

9. Вразливості

Медичних/інклюзивних потреб не зазначено, але вразливості чіткі й показові для підлітків війни: **життя під обстрілами й ночівлі в підвалі** (травматичний досвід “до звикання”); **примусова розлука з улюбленими** (вона плакала, бо не могла забрати); **втрата у родині** (загиблий дядько) і втрата в спільноті (вчитель фізкультури); **розрив з довоєнним хобі**: 9 років народних танців, проєкт “постраждав”, мама сказала **не ризикувати**; у Вінниці вона не відновила танці – **«це було б зрадою»** щодо ансамблю, який був частиною її ідентичності.

Ця історія – про те, як війна ламає й водночас загартовує підлітків: Настя стала **«стресостійкою і впевненою»**, але плата за це – звикання до підвалів, втрати, дорослі фінансові турботи й потреба самій себе вмовляти “не сумувати, бо час іде”. Саме це має почути світ: діти війни дуже швидко стають дорослими – і їм потрібна підтримка, щоб їхня “дорослість” не стала заміною дитинству назавжди.

🌀 Унікальні маркери

Переїзд не “одразу”: кілька місяців лишалися в Марганці, доки обстріли не стали надто сильними – типовий досвід “жити на межі”, відкладати втечу до останнього.

Початок війни в пам’яті – як ніч і темрява: контрольна, “лягти спати назад”, вимкнене світло, “приліт по підстанції” і дим – війна входить у життя через побут.

Зруйнована багаторічна опора: 9 років танців – “рідне хобі”, яке війна “трохи зруйнувала”.

Нормалізація небезпеки: “люди вже до цього звикли” і ключова фраза – “найстрашніше, що звикаєш”. Це точка, де психологічна травма маскується під “стійкість”.

Дім як місце, куди повертаються думками: коли погано чи хворіє – прокручує спогади; мама в цих спогадах – як внутрішня “швидка допомога”.

🌀 Цитати (“голоси”)

«Ми... ще пару місяців залишалися в Марганці. Коли почалися дуже сильні обстріли, нам довелося переїхати до Вінниці.»

«Війна почалася, і вимкнули світло... був приліт по підстанції... Дим був дуже великий.»

«Це було моє рідне хобі. Війна трохи зруйнувала цей проєкт.»

«Це страшно, але люди вже до цього звикли.»

«Тепер на тривогу я не реауюю... Найстрашніше, що звикаєш до цього.»



ОЛЕКСАНДР, 13 РОКІВ



Херсон (окупація, близько до Чорнобаївки) →
Гайсин (тимчасово) → Умань (1 день) → Вінниця

Разом із мамою виїхав з окупованого Херсона, залишивши дім і частину родини. Сьогодні живе у Вінниці, вчиться в ліцеї, бере участь в олімпіадах і мріє стати програмістом. Його історія — про силу знань, витримку й мрію, що тримає в час війни.

1. Перші дні війни, евакуація

Саша був у 4 класі, коли почалася повномасштабна. Він пам'ятає не вибух як звук, а **«досить напружену обстановку вдома»** — і відразу уточнює: найбільше хвилювалися **батьки**. Рішення виїжджати сім'я прийняла одразу, але виїхали не того ж дня: **«коли з'явилась можливість»**. Вони кілька разів збиралися й переносили виїзд: **«доволі багато [часу було], бо ми збиралися виїхати кілька разів»**. Це типова реальність окупації: ти хочеш їхати — але не можеш, бо немає “вікна”, немає гарантій, немає впевненості, що виїзд не стане пасткою.

Коли вже стало зрозуміло, що їдуть, Саша називає змішані емоції, які дуже точно описують стан дитини у війні: **«радість, спокій, хвилювання»**. Радість — бо вириваєшся з небезпеки. Хвилювання — бо не знаєш, що далі.

Мама дає глибину, якої інколи не вистачає дитячій пам'яті. Вона говорить, що Саша пережив **важкий стрес**, а вона сама постійно плакала як спосіб “не зламатися”: **«Я весь час плакала — це була моя форма розвантаження... Він постійно питав: “Мамо, чого ти плачеш?”»**. І найболючіше: у 10 років, через напруження, Саша ніби “відкотився” в дитинство: **«він знову почав розмовляти дитячим голосом і гратися іграшками»**. Це не “поведінка”, це травматичний механізм психіки, яку війна перевантажила.

2. Житло та побут після переміщення

Їхній шлях у Вінницю був не прямим. Спочатку вони зупинилися в **Гайсині** і пожили там якийсь час, але **«не сподобалося»**. Потім сім'я зробила майже неймовірне для людей у стресі: дала собі право вибору. **«Вибирали — Умань чи Вінниця... побували і там, і там один день, і вирішили зупинитися у Вінниці»**. Це важливо для розуміння: навіть у війні родина шукає не просто “дах”, а місце, де дитина зможе вчитися й відновитися.

Але побутова ціна переселення — у розділеній родині. У Херсоні залишилися **тато, прабабуся, бабуся й дідусь**. Саша каже прямо: **«Сумую за татом»**, і додає: тато приїхати не може. При цьому вони часто телефонують — зв'язок є, але фізичної присутності немає.

3. Школа / освіта / мовні питання

Саша вчитися не кинув: у Херсоні продовжив **онлайн**, майже до кінця 4 класу. А у Вінниці принципово хотів **очне навчання: «Хотів ходити до школи»**. Він потрапив у ситуацію, яка стала для нього рятівною: **новостворений клас**, де “ніхто нікого не знав”, діти з різних шкіл і міст, багато переселенців — і тому **«всі були в рівних умовах»**. Це дуже сильний урок для системи: інколи найкраща інтеграція — не “втиснути” дитину у старий сформований колектив, а створити середовище, де всі починають з нуля.

Навчання стало його опорою й проривом. Він називає свої профільні предмети: **фізика, математика, інформатика**, і це не просто симпатія — це результат: **1 місце з інформатики, 2 — з фізики, 4 — з математики (міські змагання)**. Він чесно каже, що раніше не думав, що стане олімпіадником, хоч математика “виходила”. Війна забрала багато — але школа у Вінниці дала йому можливість вирости.

Мама додає важливий шар: перехід у нову школу ускладнився **переходом на українську мову**, бо до цього вони багато спілкувалися російською. Це не конфлікт “ідентичності”, це адаптація, яку треба підтримувати, а не знецінювати.

4. Психологічний стан

Саша виглядає зовні зібраним. Він говорить, що спогади про Херсон приходять **«не з сумом»**, а з **гарними емоціями**: велосипед, двір, друзі. Але мама описує інший бік — тіло пам'ятає страх.

В окупації вони спали у підвалі, бо жили близько до Чорнобаївки: **«Там було страшно, бойові дії відбувалися постійно»**. Через стрес у Саші навіть піднімалася температура, і трималася довго: **«переживав місяць»**.

Після переїзду перший рік був важким: **«адаптація тривала довго... я його водила до школи, бо йому було страшно»**. Тобто війна переслідує дитину навіть у тилу – тривога переноситься в нові вулиці й нові двері школи.

Водночас сам Саша показує, як підлітки вчаться саморегуляції: якщо тривожно – **«попити води, подихати повільно, подумати про щось приємне, іноді з'їсти щось солодке»**. Це дуже людський “набір виживання”, але він не має бути єдиним інструментом дитини у війні – тут потрібні системні програми підтримки.

5. Соціальна підтримка і ресурси

Найпомітніший ресурс Саші – поєднання сімейної підтримки й “правильного середовища” в ліцеї. Мама говорить прямо: **«Я в захваті від його цілеспрямованості... його ніхто не заставляє»**. Вчителі, за її словами, “живуть наукою” і підтримують дітей.

Ще один ресурс – психологічна допомога, і тут важлива деталь: інколи достатньо навіть короткого втручання, якщо воно вчасне й якісне. **«Ми відвідували психолога... два сеанси... допомогли йому впоратися зі страхами»**. Це – аргумент для донорів: працюють не лише великі програми, а й доступна кризова допомога “поруч і зараз”.

І водночас мама формулює проблему, яку має почути світ: **«Переміщенням сім'ям важко через невідомість, житло, фінанси... Діти втрачають дитинство і час на розвиток»**. Це не риторика – це досвід матері, яка вивозила дитину з окупації.

6. Дружба, інтеграція у громаді

Саша інтегрувався не через “щасливий випадок”, а через правильну структуру школи: новостворений клас, рівні умови. Друзі є, і навіть спосіб дружби – характерний для “дітей науки”: **«розмовляємо по телефону, розв'язуємо олімпіадні задачі»**.

А от зв'язок з друзями з Херсона майже обірвався: **«дуже рідко»**. Він каже, що там у нього був фактично один друг, але той уже виїхав за кордон. Це ще один “тихий” наслідок війни: дитина може адаптуватися успішно, але її довоєнне коло – розсипається й зникає.

7. Роль родини

Тато Саші не на фронті (у тексті не звучить, що він військовий), але він залишився в окупаційному/небезпечному Херсоні разом із частиною старших родичів. Саша сумує за ним і часто телефонує. І це ключова проблема для дітей: **розлука з татом** – це не тільки “емоція”, це постійний фоновий стрес: тато далеко, приїхати не може, ти не можеш “обійняти і перевірити, що він живий”.

Є й ще один сімейний пласт – мама прямо описує, як діти в стресі “втрачають пам'ять”: **«старші підлітки ще пам'ятають, а маленькі – менше... добре, що говоримо про це зараз, бо ще два роки – і вже ніхто нічого не згадає»**. Це важливо для усвідомлення, що наш проєкт “Діти війни” потрібно виконувати на постійній основі: якщо не записувати зараз – історії зникнуть разом із дитячою пам'яттю.

8. Мрії та плани на майбутнє

Саша мріє не “взагалі”, а конкретно: **олімпіади, перемоги, майбутнє**. Його мрія – **потрапити на Всесвітню олімпіаду** (з математики/фізики/інформатики). Він хоче, щоб його досягнення “прославили Україну у світі”. І одночасно – професійна мрія формується в сучасному напрямку: **«програміст у галузі штучного інтелекту»**, він уже вчиться програмувати й ходить на гуртки.

Мир для нього – як доросле визначення підлітка: **«коли немає великих конфліктів, а якщо виникають – їх одразу узгоджують»**. А світу він сказав би найважливіше: **«В Україні багато людей страждає і не може продовжувати нормальне життя після вторгнення. Хотів би, щоб про це знали»**.

9. Вразливості

Особливих медичних потреб не зазначено. Але вразливості цієї історії – дуже показові:

стрес окупації (підвал, температура, напруження, регрес у поведінці – “дитячий голос”, іграшки); **тривала адаптація** після переїзду (страх іти до школи, потреба, щоб мама супроводжувала); **розлука з татом і старшими родичами**, що залишилися в Херсоні;

втрата частини звичного життя: Саша дуже хоче велосипед, але не має – банально через побут (3

поверх без ліфта): «так», незручно підіймати. Він один раз орендував велосипед у Лісопарку – і це звучить як маленька потреба, яка насправді про нормальність: дитина хоче просто знову “кататися, як раніше”.

Ця історія – про хлопця, який виріс в окупації й зміг вирватися в розвиток. Але вона також про те, що навіть “успішні олімпіадники” несуть у собі відбиток війни: тривога, регрес, потреба в психологічній підтримці, розлука з батьком, життя без звичних радостей. І це – те, що світ має почути, якщо справді хоче допомогти дітям війни.

🌀 Унікальні маркери

“Кофта з окупації” як предмет-пам’ять: одяг стає архівом втечі – те, що пережито, лишається не тільки в голові.

Мамин “невидимий фронт”: Катя прямо називає свій стан – “я весь час плакала... форма розвантаження”, а дитина питає: “Мамо, чого ти плачеш?”. Тут видно, як психіка дорослого і дитини переплетені.

Дитина, що “не пам’ятає” – ознака стресу: мама підкреслює, що він пережив “дуже важкий стрес”, і це проявляється провалами пам’яті.

Школа як канал вдячності та активності: листи ЗСУ, ярмарки – дитина входить у війну через громадянські практики.

Уявлення про мир: прагне визначення без конфліктів – дитина говорить дорослими категоріями.

Сильна навчальна лінія: “олімпіадні задачі”, результати – як спосіб втримати контроль і майбутнє.

🌀 Цитати (“голоси”)

«Я символічно сьогодні взяла цю кофту. В ній ми виїжджали з окупації... як пам’ять про той день.»

«Я весь час плакала – це була моя форма розвантаження... Він постійно питав: “Мамо, чого ти плачеш?”»

«Ми в школі робимо різні акції... пишемо листи для ЗСУ.»

«Мир – це коли немає великих конфліктів... їх одразу узгоджують.»

«У цьому році я отримав перше місце... друге... четверте...»



ОЛЕКСАНДР, 12 РОКІВ



Харків → с. Юхимівка (Вінницька обл.)
→ Вінниця

Переїхав до Вінниці через війну. Попри паніку, переїзд і втрату дому, він зберігає дисципліну, тренується з плавання, захоплюється IT і мріє створювати технології, які допомагатимуть людям. Його історія — про спокійну силу, внутрішній баланс і віру в перемогу.

1. Перші дні війни, евакуація

Олександр пам'ятає початок війни як мить, коли дитинство різко “встало на ноги” — не від будильника, а від паніки в домі. **«Я пам'ятаю, як мій брат сказав мені, що почалася війна. Я різко встав, налякався і почав швидко вдягатися, бо в нас була паніка в родині».** Спочатку — перший поверх, потім підвал. У перші години він навіть не чув вибухів, але дуже швидко звук війни увійшов у дім: **«через день або кілька годин я вже чув, як відлітали ракети. Було страшно».**

Два тижні вони ще залишалися у Харкові — і це для нього не “історія про витримку”, а «погані спогади», що інколи повертаються хвилиною: **«Іноді згадую, мені стає сумно».** Евакуацію ініціював тато. Саша не пам'ятає точних слів, але пам'ятає темп: «ми швидко самостійно зібрали те, що нам особисто треба було взяти». Виїжджали своїм авто, потім у родичів пересідали у більшу машину — коли треба було вивезти сім'ю.

2. Житло та побут після переміщення

Спершу сім'я опинилася в селі Юхимівка, а вже через три місяці — у Вінниці. У побуті війна проявилася не тільки “де спати”, а й тим, що частина дитячих обов'язків стала дорослою рутиною: Саша каже, що **«слідкую за братом і сестрою... прибираю».** Був навіть випадок, коли він залишався вдома з молодшою сестрою сам і пропускав тренування.

У них з'явилися маленькі сімейні “острівці нормальності” — як традиція, що тримає нервову систему: **«по п'ятницях регулярно їмо піцу»**, а на вихідних — поїздки Україною або в ліс по гриби й ягоди. І це теж важливо для світу: дитині потрібні не лише стіни, а ритуали, які повертають відчуття “ми ще живемо”.

3. Школа / освіта / мовні питання

Після виїзду Саша певний час вчився онлайн у школі в Юхимівці, потім у Вінниці закінчив п'ятий клас і вже після Нового року пішов офлайн у шостому. Він говорить про дистанційку спокійно — **«мені не було тяжко... я розбираюся в гаджетах та техніці»** — але підкреслює, що офлайн дав головне: живий контакт. **«Я дуже люблю спілкуватися і відразу зрозумів, що це можливість завести нових друзів».**

Улюблені предмети — алгебра та англійська, і він уже пов'язує їх із майбутньою професією програміста: «Основне — вчити алгебру та англійську, бо вся документація англійською».

4. Психологічний стан

Саша не “грає героя”. Він прямо говорить про страх: **«Було страшно».** А ще — про те, як війна залишає слід навіть тоді, коли ти вже далеко від Харкова. У перший рік у Вінниці він пережив панічну атаку просто під час уроку: **«Так, в першому році була панічна атака під час уроків».** Його витягнула не “внутрішня сила”, а найпростіше — люди поруч: **«Мене підтримали друзі... попив води. Головне — це підтримка».**

Коли тривога у школі — іноді спогади повертаються, але він каже, що здебільшого **«їх вгамував».** І це важлива точка для звіту: діти не “забувають”, вони **вчаться приглушувати** — часто ціною виснаження.

5. Соціальна підтримка і ресурси

Його ресурс — спорт і друзі. Коли стає сумно через Харків, він має свої “рятівні механізми”: **«Я або займаюся спортом, або шукаю щось в інтернеті, спілкуюся з друзями».** Плавання — не просто хобі, а спосіб тримати психіку: «після плавання мозок працює краще... я виганяю погані думки. Мене це розслабляє».

Саша говорить, що родина отримує якусь допомогу, **«фінансову чи матеріальну»**, але без деталей. Водночас його історія показує інше: найбільш дієва допомога для дитини – це доступ до **безпечного середовища розвитку** (школа, спорт, друзі), бо саме воно “збирає” дитину після стресу.

6. Дружба, інтеграція у громаді

У новому класі спершу ніхто не знав, що він переселенець: **«Вони думали, що я просто новенький з іншої школи»**. І коли він уже подружився й розповів, що з Харкова, реакція була нормальною: **«всі нормально ставились, хтось навіть підтримував»**. У нього **багато друзів**, але є й “ядро” – троє найкращих, з якими вони гуляли й каталися на велосипеді.

З Харкова він підтримує контакт із подругою «іноді», і це теж характерно для війни: частина дитячих зв'язків лишається, але в режимі “рідко”, бо життя розірване географією.

7. Роль родини

Тато для Саші – ключова опора: саме він вирішував про переїзд, саме він, за словами Саші, **придмує сімейні традиції**. Коли питають, хто герой, він відповідає без вагань: **«Батьки, вони підтримували нас і захищали весь цей час»**.

Про службу у війську серед рідних Саша каже: «Немає». Але війна все одно не відпускає їхню сім'ю: у Харкові лишилася бабуся та її сестра, і вони **«дуже часто стають свідками війни»**. Найболючіше – причина, чому вони не можуть виїхати: **«Нема змоги, бо є дитина з інвалідністю, яка потребує догляду»**. Це прямий сигнал для світу: **інвалідність у родині інколи “прив'язує” сім'ю до небезпеки**, і без спеціальної підтримки вони фізично не можуть евакуюватися.

8. Мрії та плани на майбутнє

Саша поєднує дві траєкторії – спорт і IT. У плаванні він тренується **шість разів на тиждень**, уже має розряди й говорить про наступні сходи аж до майстра спорту. Але професійно бачить себе в технологіях: **«Хочу стати айтішником, програмістом»**, самостійно вчиться, має навіть сімейний приклад – родич створив додаток для їхньої школи, і Саша каже: **«Я користуюся додатком і пишаюся цим»**.

Його звернення до світу звучить дуже чітко – як меседж проекту: **«Більшість думають, що це легко пережити і не залишає слідів. Насправді – це не так»**.

9. Вразливості

Медичних чи інклюзивних потреб у самого Саші не зазначено. Але його вразливості – типові й дуже “показові” для дітей війни:

- травматичні спогади про Харків («погані спогади», смуток);
- панічна атака в школі як наслідок пережитого;
- перевантаження від відповідальності вдома (нагляд за молодшими, пропуски тренувань, коли нема кому лишитися);
- постійна тривога за рідних, які лишилися в Харкові, і фактор інвалідності в родині як бар'єр для евакуації.

Ця історія дуже важлива для світу ще й тому, що вона показує: дитина може виглядати “успішною” (спорт, навчання, друзі), але війна все одно залишає слід – у панічних атаках, у сумі, у постійному напруженні за близьких. І саме таких дітей теж потрібно підтримувати – не тільки словами, а системно: безпекою, психологічною допомогою, доступом до спорту й освіти.

🌀 Унікальні маркери

Підліток, який реально “тримає побут”: доглядає брата і сестру, інколи пропускає тренування. Сімейні традиції як “острів миру”: піца по п'ятницях, “тихе полювання” у вихідні. Мрія: спорт + програмування (дуже сучасний профіль “покоління війни”).

🌀 Цитати (“голоси”)

- «Слідкую за братом і сестрою... прибираю.»
- «По п'ятницях регулярно їмо піцу... їдемо... в ліс – за грибами чи ягодами.»
- «Хочу стати айтішником, програмістом.»



ОЛЕКСІЙ, 8 РОКІВ



Харків → 10 днів у підвалі з дітьми-студентами
→ село на Вінниччині (4 місяці) → Вінниця (оренда)

Виїхав із Харкова у 4-річному віці, тож війну пам'ятає фрагментами. Жив у селі, потім у Вінниці. Тут ходить до школи, займається плаванням і допомагає доглядати молодших. Його історія — про адаптацію, дитячу витримку й маленькі перемоги попри війну.

1. Перші дні війни, евакуація

Олексій — з тих дітей, у кого війна “зайшла” в життя так рано, що пам'ять ніби не встигла зафіксувати сам старт. Йому було **чотири**, і він чесно каже: **«Не пам'ятаю»** — ні день початку, ні дорогу, ні рішення. Його війна починається не зі спогадів, а з наслідків: «Тебе взяли за руку і привезли сюди?» — «Так».

Але мама Олена додає те, що дитина не може знати як “історію”, бо тоді вона була всередині підвалу. Вони не виїхали 24 лютого: **перші 10 днів** родина провела у підвалі **разом із приблизно 70 студентами без батьків**, яких треба було вивезти й убезпечити. «Мали внутрішнє зобов'язання... треба було їх захистити» — каже мама. І лише коли останній студент виїхав, сім'я рушила далі. Вони виїжджали 2 або 3 березня 2022 року, фактично “в нікуди”: **«Ми їхали, не знаючи, куди прямуємо»**.

Є ще одна жорстка деталь евакуації, яку світ має чути без прикрас: дорогою через Харків вони бачили **зруйновані будинки й тіла**. Це не “кіно”, це перші картинки, які в'їдаються в психіку дітей і дорослих.

2. Житло та побут після переміщення

Олексій пам'ятає, що у Харкові була квартира, були іграшки, своя кімната — але сюди привезли **«мало чого»**. Перші **чотири місяці** родина жила в селі, а потім приїхала у Вінницю. Олексій пам'ятає цей момент — і пам'ятає свою першу дитячу образу на війну: **«Мені було п'ять. Я хотів піти в школу, але мене ще не прийняли»**.

Зараз вони **орендують житло**, і в їхньому побуті є те, що часто не бачать у статистиці: багатодітність під час війни — це постійний режим “рознести на руках”. Олексій допомагає мамі: «донести молодшого брата», грається з сестрою, “розуміє сигнали” немовляти: **«коли хоче їсти або коли щось сталося»** — і одразу каже мамі. Дитина вісім років говорить так, ніби це нормально. Але це **дорослі функції**, які з'являються в дітей у війні занадто рано.

3. Школа / освіта / мовні питання

Олексій у **4 класі**, і для нього школа — це не тільки навчання, а й шанс повернутися в “нормальне дитинство”. Він навчається в класі **приблизно три місяці** і каже, що йому потрібне саме офлайн: **«Бо без інтернету уроки не відбуваються, і Zoom не працює»**. Це проста фраза, але вона про велику проблему: у війні навіть навчання залежить від світла й зв'язку.

Улюблені предмети — **математика, труд**, а найбільше — **малювання: «Пейзажі»**. І тут теж є маленький, але показовий штрих: він не фотографує свої роботи, вони “не зберігаються”. Наче дитячі досягнення втрачаються так само легко, як коробки й іграшки при евакуації.

Мама додає критичний момент: Олексій **закінчив перший і майже другий клас дистанційно в харківській школі**, бо у Вінниці його не брали в садочок і школу. Тобто втрата освіти стала не тільки через війну, а й через бар'єри доступу на місці.

4. Психологічний стан

Олексій говорить про тривоги коротко й по-дорослому: коли сигнал — **«думав про те, щоб піти в безпечне місце»**. Паніки немає: **«Ні, просто йду, бо знаю, що треба бути в сховищі»**. Але коли його питають, чи згадає він початок війни під час тривоги, він відповідає одним словом: **«Сумно»**.

І найважливіше — те, що дитина може не назвати словами, але мама бачить щодня. До війни Олексій був, за її словами, **«найрадіснішим, найлучезарнішим хлопчиком»**, любив садочок, любив виховательку. Після початку війни він **«повністю змінився, закрився»**. А у Вінниці він відчув те, що не має траплятися з дітьми, які втекли від війни: **булінг. «Деякі хлопці сварилися з Олексієм через те, що він приїхав сюди. Це його ще більше замкнуло... довелося звернутися до психолога»**.

та психіатра».

Це точка, яку дорослі мають почути: дитина, яка втекла з Харкова, може отримати **вторинну травму** вже у відносно безпечному місті – від слів і ставлення.

5. Соціальна підтримка і ресурси

Ресурс Олексія – спорт, який став для нього дверима назад у довіру. Символічно: **24 лютого він мав піти на перше тренування в басейн у Харкові**, але війна перекреслила цей день. У Вінниці басейни були зачинені, були вікові обмеження, і все відкладалося. Та вони знайшли «Маяк» і тренерку, яка «знайшла з ним спільну мову». І тоді сталося те, що часто лікує травму краще за сто розмов – **регулярність і успіх**: Олексій взяв **три перших місця** у різних видах плавання.

Олексій сам теж говорить про свої досягнення гордо й конкретно: **«50 метрів кролем за 20 секунд», «три перших місця і одна подяка»**. Це важливий сигнал для донорів і громад: спорт і гуртки – не «додаток», а **психологічна реабілітація через тіло**.

Мама називає ще один ресурс – школа офлайн: **«Важливо було вивести дітей у суспільство... це допомогло соціалізації»**.

6. Дружба, інтеграція у громаді

У школі Олексій має друзів: **«Діма, Юля, Артем та Соломія»**, спілкуються здебільшого в школі. Після уроків теж буває: **«один раз у дворі... а ще десь на фонтані»**. Він каже, що ставлення до нього нормальне, «не місцевим» себе не відчував.

Але мама показує інший зріз – двір і «вулична інтеграція» для ВПО може бути складнішою за шкільну. Саме там почався конфлікт із місцевими дітьми. Це важлива проблема: дитина може бути прийнята в класі, але в дворі – цькована, і травма знову закриває її.

7. Роль родини

Родина велика: **п'ятеро дітей**, найменший – Адамчик, **4 місяці**. Олексій ніжно говорить про нього: «Так, люблю». Він допомагає мамі, грається з сестрою Марією Стефанією (їй чотири, вона ходить на танці). Старший брат поїхав у Словаччину – і Олексій не ображається: **«хочу поїхати до нього у гості на канікули»**.

Про тата на фронті тут не йдеться. Тато працює онлайн програмістом, мама – викладає онлайн. Але війна все одно «тримає» їх за горло через старших родичів: дідусь помер, бабуся лишилася в Харкові й Олексій каже страшну фразу: **«бабуся окупована»** – і з нею немає зв'язку: **«Ні»**. Він сумує: **«Так»**.

Це окрема проблема дітей війни: вони живуть з відчуттям, що частина рідних «там», і ти не можеш навіть подзвонити.

Мама додає ще один важливий шар про переживання дітей: найскладніше було **старшим сином (10 і 13 років)** – вони переживали все «в собі», і саме така «внутрішня тиша» часто вибухає агресією: **«Старші діти трохи агресивні зараз, але ми справляємося»**. Світ має чути: агресія підлітка у війні – часто не характер, а симптом.

8. Мрії та плани на майбутнє

Олексій каже просто: після війни він хоче додому: **«Повернуся до дому»**. Що таке мир, він формулює по-дитячому, але з неочікуваною точністю про справедливість: **«Коли росія скаже, що вона напала на Україну першою, тоді наступить мир»**.

А світові він передає дуже світлу фразу, яка звучить як дитяча віра, яку треба берегти: **«Не хвилюйтесь, скоро буде мир»**.

Він ще не визначився з професією, але бачить роботу тата і розуміє її цінну: **«Програміст... бо він більше заробляє»**, і «секрет» професії теж знає: **«потрібно добре знати математику та інформатику»**.

9. Вразливості

Медичних/інклюзивних потреб у самого Олексія не зазначено. Але вразливості – дуже виразні: **вік на момент травми**: війна почалась у 4 роки, дитина не пам'ятає подій, але живе наслідками; **булінг у Вінниці** через статус переселенця – вторинна травма після Харкова; **закритість і різка зміна характеру** («лучезарний» → «закрився»), потреба в психологові та психіатрові;

відсутність зв'язку з бабусяю в Харкові, смерть дідуся;

багатодітність і рання відповідальність (допомога з немовлям, молодшими).

Ця історія – про те, що війна б'є не тільки ракетами. Вона б'є словами у дворі, б'є відмовами “не беремо в школу”, б'є відсутністю зв'язку з бабусею, б'є дитячою пам'яттю, яка “не пам'ятає”, але серце все одно сумує під сирену. І саме це має почути світ, якщо він хоче реально допомогти дітям війни – не разово, а системно.

🌀 Унікальні маркери

“Я був маленький”: війна для найменших часто не має сюжетних спогадів – її пам'ятає тіло, дорослі, побутові обривки.

Родина велика: п'ятеро дітей, новий малюк “Адамчик” – на тлі війни життя триває, але навантаження на батьків зростає кратно.

Втрати речей: “мало чого” вдалося привезти – досвід різкого обриву дому.

Онлайн як ризик освітнього провалу: “без інтернету уроки не відбуваються, Zoom не працює” – дитина формулює проблему інфраструктури простими словами.

Дитяче послання світу – коротке і світле: “Не хвилюйтесь, скоро буде мир.” У восьмирічного це звучить як прохання й самозаспокоєння одночасно.

Герої – ті, хто віддав життя: у дитячому формулюванні з'являється дуже доросле розуміння ціни війни.

🌀 Цитати (“голоси”)

«Я приїхав з Харкова... Мені вісім років.»

«П'ять дітей... Його звали Адамчик. Йому чотири місяці.»

«Мало чого.» (про речі, які вдалося привезти)

«Офлайн... Бо без інтернету уроки не відбуваються, і Zoom не працює.»

«Не хвилюйтесь, скоро буде мир.»

«Для мене герої – військові, які віддали своє життя на захист України.»



ОЛЕСЯ, 13 РОКІВ



Харків (Новобаварський район)

→ Полтава (1 тиждень) → Вінниця / Зарванці

Пережила вибухи війни, евакуацію й переїзд через кілька міст до Вінниці. Вона зберегла спокій, глибоке мислення й здатність долати тривогу. Попри булінг і труднощі адаптації, Олеся знаходить нові захоплення, розвиває навички та мріє стати програмісткою. Її історія — про внутрішню силу, віру у мир і прагнення жити в безпеці й стабільності.

1. Перші дні війни, евакуація

Олеся пам'ятає початок війни не з новин і не з календаря — а з дзвінка сусідки, який розбудив родину серед ночі й підняв їх “у реальність”, де вже нема нормального ранку. **«Ми піднялися від дзвінка сусідки, де просили ключі від підвалу. Ми не розуміли, що відбувається. Нам сказали, що починається війна».** Реакція — чистий шок: **«Мені було дуже страшно, я була в шоку... Було дуже страшно, це був жах».**

Перші дні вони були вдома, у Харкові. І найстрашніше в Олесиній пам'яті — не “сирена”, а звук неба, яке перетворилося на зброю: **«Це авіабомбардування, винищувачі і бомбардувальники. Особливо страшно, коли літають над будинком. Це справжній жах».** У дитячій психіці ця картина осідає важким, липким страхом: не сховаєшся від того, що над головою.

2. Житло та побут після переміщення

Їхній переїзд був уразливим одразу по кількох лініях: **брат після операції зі спицями в ногах, дідусь онкохворий**, а ще — двоє котів у переносці. Олеся говорить дуже просто: **«приїхали майже з нічим».** Взяли найнеобхідніше: **«двох котів... мої харчі через безглютенову дієту... корм для kota. І все».** Це побут війни: замість валіз зі спогадами — переноска і документи, замість “улюблених речей” — харчі, щоб не стало гірше зі здоров'ям.

Шлях до Вінниці теж звучить як випробування на витривалість: **сусід вивіз у Полтаву**, там зустріли тата, тиждень були в Полтаві, а потім їхали до Вінниці **з 5-ї ранку до 10-ї вечора. «Це була кінцева точка, де змогли зупинитись»** — фраза, в якій не романтика нового міста, а полегшення від того, що є де видихнути.

У Вінниці їх прихистила волонтерка на одну ніч, а потім волонтери допомогли знайти житло: **«вони нам її здали за низькою ціною... Жінка була дуже добра і допомогла нам».** Зараз Олеся живе з мамою, татом і дідусем у будинку в Зарванцях, і навіть у “тихому місці” війна присутня у дрібницях: **«Проблеми зі світлом і холодно, іноді роблю уроки при лампочці і фонарику».**

3. Школа / освіта / мовні питання

Війну Олеся зустріла на межі 3–4 класу. Четвертий вона фактично закінчувала вже тут. У перші місяці навчання було дистанційним, потім школа дала гуманітарку — зошити, ручки — і вони повернулися до офлайн: **«в школі отримали гуманітарну допомогу... і пішли в школу».**

Але головна тема Олесі — не формат навчання, а **мовна травма**, яку вона отримала не від ворога, а від дорослого в класі. Вона говорить прямо: **«Було зіткнення з булінгом. Спершу від вчительки, потім діти підхопили».** Причина — її російськомовність і акцент: **«казали, що я “не така”, бо я російськомовна і не могла без акценту говорити українською».** І найстрашніше — фраза, яка не має права звучати від педагога: **«Вчителька казала, що через мене почалася війна».**

Олеся змінила школу — і це був порятунок. Вона каже коротко, але в цих словах чути видих: **«перейшла в іншу школу, там уже нормальні стосунки... вчителька класна».** Фактично у Вінниці вона змінила три школи, поки знайшла середовище, де дитину не роблять винною за війну.

4. Психологічний стан

Олеся говорить про страх без прикрас. У Харкові — “жах”, у Вінниці — інший тип напруги: невідомість, вимушене переміщення, повторні стартові точки. Вона називає це прямо: **«Найважче пережити... вимушене переміщення, переїзд, невідомість».**

Водночас вона демонструє типову для дітей війни “дорослу” стратегію виживання — **автоматизм** у небезпеці. Вона описує, як справлялася під час бомбардувань: **«оцінювала ризики... йшла за несучі стіни, лягала на підлогу, відкривала рот і закривала вуха. Це автоматизм».** У цьому авто-

матизмі – і сила, і трагедія: дитина вчиться технікам виживання так само природно, як колись – таблиці множення.

Ще один важливий маркер – втрата творчого “дихання”: **«зараз закинула [малювання], бо нема натхнення»**. Це не лінь. Це симптом виснаження, коли енергія йде на “вижити й вчитись”, а не на “створювати”.

5. Соціальна підтримка і ресурси

Її підтримка у Вінниці почалася з людей – волонтерка на ніч, далі волонтери з житлом. Державна допомога є, але вона прив’язана до статусу: **«раз на рік продуктовий набір, бо в мене інвалідність»**. Важливо тут не саме слово “набір”, а факт, що ресурс часто приходить **точково**, а не як система, яка підтримує стабільність щодня.

Сильний ресурс Олесі – **англійська**. Вона сама називає це досягненням війни: **«Головне досягнення – підняти рівень англійської до B1... зараз можу підтримати діалог майже вільно»**. Вона добирає навчання як може: **«дві-три [години] разом з уроками, плюс англomовний контент»**. Це приклад того, як дитина “піднімає себе”, коли довкола нестабільність.

Мама називає ще один ресурс – свідомий перехід родини на українську: **«свідомо всі перейшли... російський контент не дивимося – табу»**. Для них це не показовість, а внутрішня відповідь на війну.

6. Дружба, інтеграція у громаді

Олеся чесно говорить: зв’язок із довоєнними друзями розірвався – **«ми виростили... відстань велика... багато виїхали за кордон, інтереси змінилися»**. Сусіди теж роз’їхалися: **«зараз зовсім нові люди навколо»**.

Інтеграція в новому місці ускладнилася булінгом, але в третій школі ситуація вирівнялася: **«зараз... клас хороший»**. Її новий спосіб соціалізації теж промовистий: вона ходить на концерти **сама**, без друзів: **«Сама, без друзів... Dark Doers... Freak Cabaret»**. Це звучить як незалежність, але водночас – як самотність, яку війна робить нормою: дитина звекає бути “сама з собою”, бо довіра до колективу була підбита дорослими.

7. Роль родини

Олеся виїжджала з мамою, дідусем і братом, а з татом зустрілися лише в Полтаві: **«Батько був на дачі під Харковом. Ми зустрілися з ним тільки в Полтаві»**. У дорозі кермував тато – і ця деталь звучить як “нитка порятунку”: **«Він не міг виїхати два тижні... знайшов якусь лазейку і зміг виїхати»**.

Брат – окрема опора. Олеся каже прямо, без сорому за силу почуттів: **«Дуже, більше всіх»**. Але й у брата війна забрала “легкість”: Олеся помічає депресивний епізод, замкнутість, збитий режим, перевантаження роботою: **«Замкнувся, рідко виходить на вулицю... робота велика, режим збитий»**. Тобто травма розливається по сім’ї, зачіпає не тільки дитину – зачіпає всіх.

Про тата на фронті в цій історії не йдеться, але є інша важлива тема: сім’я переживає війну як спільний тягар і витягує одне одного “на взаємній підтримці”.

8. Мрії та плани на майбутнє

Олеся мріє про найголовніше: **«Про закінчення війни»**. Вона хоче простого життя, яке війна відібрала у дітей як право: **«Хочу сім’ю, дітей, улюбленців, жити нормально, в Україні»**. Мир для неї – не абстракція: **«коли ракети не літають, нема ворожнечі та кровопролиття»**.

Про майбутню професію говорить прагматично: **«скоріше за все, програмістом... брат та батько програмісти»**. І це важливо: вона обирає шлях, який може дати автономію й стабільність.

Її звернення до світу – дуже чітке і болюче у своїй прямоті: **«Просила б зброї для України та захисту неба, щоб українські діти не страждали»**. Це голос дитини, яка бачила бомбардувальники над будинком.

9. Вразливості

Олеся має інвалідність (деталей у тексті немає) – і це вже робить її уразливою в умовах переміщення та нестабільного побуту. Але її найгостріші вразливості – соціально-психологічні:

- травма бомбардувань у Харкові;
- **булінг і дискримінація через мову**, причому з боку вчительки (звинувачення “через тебе почалась війна”);
- втрата мотивації до малювання (“нема натхнення”) і відсікання від танців через логістику: **«да-**

леко їхати, зал холодний»;

- побутова нестабільність у передмісті: холод, світло, уроки “при ліхтарику”;
- сімейний психологічний тиск (депресивний епізод брата, онкохворий дідусь, брат після операції під час евакуації).

Олесін кейс – це не просто “історія переселенки з Харкова”. Це історія дитини, яка винесла війну на плечах разом із родиною, а потім отримала ще один удар – уже в тилу, від системи, яка мала б захищати. І саме це має чути світ: дитина війни потребує не лише прихистку, а безпечної школи, нульової толерантності до дискримінації, доступу до розвитку та тепла – в буквальному й людському сенсі.

🌀 Унікальні маркери

Родинний перехід на українську мову як ціннісне рішення (і як внутрішній спротив).

Театр/музика як спосіб не “втекти”, а прожити війну через культуру.

Власний медіаканал дитини – “щоденник переживань” нового покоління.

🌀 Цитати (“голоси”)

«Наша родина перейшла на українську мову... російський контент не дивимося. Це вже табу.»

«Я також ходжу на концерти українських груп. Сама, без друзів.»

«Веду медіаканал... Про моє життя, переживання.»



РОМА, 11 РОКІВ



Харків (Новобаварський район)

→ Полтава (1 тиждень) → Вінниця / Зарванці

Пережила вибухи війни, евакуацію й переїзд через кілька міст до Вінниці. Вона зберегла спокій, глибоке мислення й здатність долати тривогу. Попри булінг і труднощі адаптації, Олеся знаходить нові захоплення, розвиває навички та мріє стати програмісткою. Її історія — про внутрішню силу, віру у мир і прагнення жити в безпеці й стабільності.

1. Перші дні війни, евакуація

Рому розбудила мама – «**в шоці**». І перша дитяча думка була така, яку впізнаєш у сотнях історій: «**Я подумав, що ми просто пропустимо школу**». Але мама вже чула вибухи, і вони сиділи в **коридорі** – так починається війна для багатьох маріупольських дітей: не “на вулиці”, а в тісному місці між стінами, де ніхто не знає, чи витримають вони наступний удар.

Через **три дні** вони переїхали в **бункер**, і Рома каже коротко, але страшно: «ми були місяць у бункері... все чули». Тобто навіть “укриття” не давало тиші – воно лише давало шанс не загинути одразу. І тільки через **місяць або два** почали виїжджати містами – це теж важлива правда про Маріуполь: багато сімей не мали змоги виїхати одразу.

2. Житло та побут після переміщення

Шлях Роми – як карта втечі через міста, які стали транзитними станціями: **Бердянськ → Запоріжжя → Дніпро → Вінниця**. У Бердянську й Запоріжжі вони були **по кілька днів** – ніби ковток повітря між панікою й новою невідомістю. У Вінниці спершу два місяці жили на одній адресі, де Рома вчився онлайн, потім переїхали – і тільки тоді почалося “стабільніше життя”.

Рома каже, що вони виїжджали **всією родиною**: «**ми разом, не покидали один одного**». Це важливо: для дітей війни інколи головна “психологічна безпека” – не квартира і не місто, а факт: ми не розсипалися, ми лишилися разом.

І ще одна деталь, яка завжди звучить болючо, навіть якщо сказана просто: він пам’ятає, що взяв із собою... **кішку**. «**О, в мене була кішка. Я її брав**». Коли дитина з цілого дому пам’ятає саме тварину – це означає, що в тому хаосі саме вона була “своєю живою опорою”.

3. Школа / освіта / мовні питання

Навчання Рома відновив швидко – і тут ключове слово: **людяність**. «**Відразу відновив, бо все зрозумів, а вчитель був добрий і багато пояснював**». Спочатку онлайн, потім офлайн.

У школі йому загалом добре, але він помічає те, що часто губиться у звітах: **атмосфера в класі**. «**Люди тут дуже добрі, але в школі багато хто не хоче вчитися**». Для дитини, яка пережила бункер і втечу, навчання може бути не “обов’язком”, а способом відчувати контроль над життям. І коли поруч інші “не хочуть”, це може дратувати і демотивувати.

Його мотивація тримається на одному: **математика**. «**Тільки математика**» – каже він. І навіть ставить собі ціль: «**брати участь у конкурсах та олімпіадах з математики**». Мама підтверджує: він добре вчиться не лише з математики, має високі оцінки, вчителі хвалять, він навіть як **староста класу** допомагає організовувати завдання для тих, хто пропустив уроки. Це не “просто хороший учень” – це дитина, яка намагається втримати порядок там, де колись був хаос.

Мовна тема в сім’ї присутня: мама каже, що в Маріуполі в побуті була російська, але садок і школа – українською. Ромі адаптуватися було легше, а от молодшому брату – складніше, бо він **в аутистичному спектрі** і має змішаний мовний досвід (англійська/російська/українська). Родина свідомо робить кроки: **більше читати, дивитися українською**, поступово нарощувати словниковий запас. Це важливий сигнал: мовна адаптація у війні – це часто не “політика”, а щоденна праця сім’ї.

4. Психологічний стан

Про страх Рома говорить просто – і саме тому це звучить сильно. Він пам’ятає маму “в шоці”, пам’ятає коридор, пам’ятає бункер, де «**все чули**». А потім – окрема рана, яку він вимовляє між рядків: коли тато пішов у військо, Рома **плакав ночами**. «**Я колись плакав уночі**» – і цього вистачає, щоб зрозуміти: дитина тримається вдень, але ніч забирає захист.

Він описує, як війна змінила його: «**Більш добрий. Я став надійнішим, помічником для мами**».

Це звучить як “позитивна зміна”, але для аналітики важливо називати речі своїми іменами: діти стають “надійними” часто тому, що їх змусили обставини.

5. Соціальна підтримка і ресурси

У Вінниці, за словами Роми, їх зустріли тепло: **«Люди тут дуже добрі... добре нас зустріли»**. Це базова, але критична річ: коли дитина після Маріуполя потрапляє у середовище без відторгнення, психіка має шанс відновлюватися.

Та є й інша сторона – фінансова. Рома прямо говорить про сімейну проблему: **«Проблеми з грошима... великі витрати. Приїхали на все нове, потрібно все відновлювати»**. Він мислить дуже по-дорослому: “будуть гроші – буде все можна купити”. І це теж маркер війни: дитина починає думати категоріями бюджету, бо бачить, як важко батькам “перезапустити” життя.

Його ресурс – також власна “корисність”: **допомагає мамі з роботою**, може винести замовлення, прибирає кімнату, швидко робить уроки. Це знову про дорослішання: він не просто дитина – він маленький партнер у виживанні сім’ї.

6. Дружба, інтеграція у громаді

У Вінниці Рома не залишився сам. Він каже: **«У мене з’явилося багато друзів»**, однокласники прийняли “спокійно”, і є ті, хто підтримує. Він називає імена: **Маша, Святослав, Нікіта, Олег**.

Його спосіб справлятися з сумом за домом – теж дуже показовий: **«Друзі»**. І ще: спогади про Маріуполь приходять, коли він **катається на велосипеді або говорить з друзями**. Це означає, що пам’ять чіпляється за “мирні маркери” – велосипед, компанія, прості розмови.

Але зв’язку з друзями з Маріуполя він не підтримує: **«Ні»**. Це ще один великий наслідок війни: для багатьох дітей рідне коло не зберігається – воно обривається, як нитка, яку немає за що прив’язати.

7. Роль родини

Для Роми герой – **тато**. **«Мій тато... бо він захищає країну»**. Тато часто телефонує – **«кілька разів на день»** – і заспокоює. Але факт лишається: тато на війні, і це з’їдає дитину зсередини. Рома не розгортає це в слова, але його нічні сльози – найчесніший доказ.

Родина тримається разом: мама, тато (коли не на службі), брат Максим, дідусь, прабабуся. І є важливий пласт, який мама озвучує: молодший брат – **аутистичний спектр**, йому складніше з мовою й адаптацією, він іноді переходить на англійську навіть з учителем. Це додаткове навантаження на сім’ю, яке війна підсилила.

8. Мрії та плани на майбутнє

Рома мріє про найголовніше: **«щоб закінчилась війна і всі жили спокійно»**. Мир для нього – це не абстракція: **«Коли всі дружні, ніхто не б’є і не пригноблює інших»**.

Він думає і про майбутнє: поки не знає, ким буде, але каже, що хоче **переїхати в Німеччину** і вивчити німецьку. Водночас щодо Маріуполя звучить дуже сильна фраза, яка має бути в центрі міжнародної адвокації: **«Маріуполь... поїду відновлювати місто»**. Тобто дитина, яку змусили сидіти в бункері, уже бачить себе тим, хто буде відбудовувати зруйноване.

Його звернення до світу просте, як молитва: **«Щоб закінчилась війна і щоб усі ми були разом»**. І ще одна мрія – дуже дитяча й дуже людяна: коли виросте, хоче заробити багато грошей і **половину подарувати мамі, татові та брату**. Це не про “жадібність”, це про вдячність і бажання компенсувати те, що війна забрала в родини.

9. Вразливості

У самого Роми не зазначено діагнозів. Але вразливості очевидні й системні:

- досвід Маріуполя: коридор, бункер, звуки війни “на слух” протягом місяця;
- фінансовий тиск на сім’ю (“великі витрати, все відновлювати”);
- тато в армії, нічні сльози дитини;
- зірвані або недоступні активності: велосипед є, але **важко діставати з балкона (3 поверх)**, і навіть це стає бар’єром до нормального дитинства;
- молодший брат з **аутистичним спектром** і мовними труднощами – додаткова потреба в спеціалізованій підтримці, яку не кожна школа чи громада може забезпечити.

Ромина історія – це Маріуполь, який звучить не руїнами, а голосом дитини. Вона показує світові дві речі одночасно: як війна змушує дитину дорослішати (“помічник для мами”), і як ця

ж дитина все одно просить про найпростіше – **бути разом**. І саме це має бути почуте: підтримка дітям війни – це не тільки “про харчі”. Це про психологічну допомогу, про сім’ї військових, про доступ до розвитку, і про захист уразливих дітей (зокрема з аутичним спектром) у нових громадах.

Унікальні маркери

Маріупольський досвід виживання: переїзд у **бункер через 3 дні** після початку вторгнення; **місяць у бункері** з постійною чутністю обстрілів.

Кішка як “останній шматочок дому”: з речей/цінностей – насамперед згадує кішку.

Тато як герой і “лінія зв’язку”: тато у війську, дзвонить кілька разів на день, Рома тримається за цю присутність.

Відповідальність і “дорослішання”: війна “зробила добрішим” і перетворила на **помічника мамі**.

Математика як стабільність: не просто предмет – **ціль, внутрішній порядок**, бажання олімпіад.

Сімейна вразливість: у родині є молодший брат з **аутистичного спектру**, що ускладнює мовну/освітню адаптацію.

Цитати, які можуть стати “голосами” у звіті

«...через три дні ми переїхали в бункер, а потім через місяць або два почали переїжджати по містах».

«Ти кажеш, що ви були місяць у бункері... чи все чули? – **Так, все чули**».

«Пам’ятаю... **О, в мене була кішка. Я її брав**».

«**Мій тато... Бо він захищає країну**».

«Я колись **плакав уночі**...»

«Я поставив собі ціль – **брати участь у конкурсах та олімпіадах з математики**».



РОСТИСЛАВ, 15 РОКІВ



Херсон → (Антонівка / підвал; лікарня; дім під окупацією)
→ виїзд через блокпости → Вінниця (спершу у родички,
потім оренда)

Після початку війни в Херсоні він ховався в підвалі, проходив російські блокпости й залишав дім, не знаючи, чи повернеться. Сьогодні живе у Вінниці, вчиться, займається спортом і мріє про мир. Його історія — про втрату, дорослішання й силу підлітка у війні.

1. Перші дні війни, евакуація

Ростислав зустрів 24 лютого не з відчуттям “історичної події”, а з майже дитячою надією, що нарешті закінчиться дистанційка і він піде до школи. Але його розбудили й сказали збиратися: **«Я спав, мене розбудили й сказали, що треба їхати... мені відповіли, що почалася війна»**. Перші години не вкладалися в голову: **«Спочатку це взагалі не сприймалося серйозно... ніби це сон і все не по-справжньому»**.

Евакуація не стала миттєвою: вони лишалися в Херсоні, бо кожне рішення в окупації — це не “поїхали/не поїхали”, а вибір без гарантій.

2. Житло та побут після переміщення

Перший пошук безпеки привів їх туди, де було ще страшніше: вони поїхали до бабусі й дідуса в Антонівку — бо приватний будинок і підвал. Але Антонівка була “біля мосту”, і вийшло так, що вони опинилися **«саме там, де було найгірше»**: **«коли ми приїхали, там уже були бої, особливо вночі. Ми сиділи в підвалі»**.

Потім — ще один несподіваний прихисток: **дитяча обласна лікарня в центрі міста**, де бабуся й дідусь працювали, і сім’я прожила **«приблизно тиждень або два»**. А далі вони ще **близько двох місяців** жили вдома під окупацією — з постійними укріпленнями.

Після виїзду у Вінницю вони спершу жили у родички: **«У Вінниці в нас є родичка — тітка Галя. Ми проживали в неї приблизно чотири місяці, поки не знайшли квартиру»**. Ростислав чесно згадує перший виклик переселенців: **«коли ми тільки приїхали, була проблема з житлом — ми жили в невеликій квартирі, і нас було багато людей»**. Зараз — оренда і “ніби нормально”, але досвід тісно-ти й тимчасовості вже став частиною пам’яті.

3. Школа / освіта / мовні питання

Війна розірвала навчання: **«приблизно місяць навчання взагалі не було»**, потім дистанційка до кінця квітня, а далі — фактична пауза, бо “ніхто не був готовий нормально вчитися”. Після літа удар прийшов і зсередини системи: їхня класна керівницка в херсонській школі виявилася колаборанткою, і родина не отримала нормальної інформації про навчання: **«про відновлення онлайн-навчання нам нічого не повідомляли... тому ми вирішили йти до школи у Вінницю»**. Це важливий сигнал для світу: війна руйнує освіту не лише ракетами, а й **зрадою всередині інституцій**, яка залишає дітей “у підвішеному стані”.

У Вінниці Ростислав пішов у 17-ту школу (фізико-математичну): були вступні іспити, перші три місяці — дистанційно, а з грудня — офлайн. Він принципово обрав очне навчання, зокрема через відключення світла: **«я не завжди міг нормально підключатися до онлайн-уроків»**. Потім він ще раз змінив заклад і зараз навчається в Подільському ліцеї. Називає причини “особистими”, не пов’язаними з війною, але сам факт повторної зміни школи — теж частина переселенського досвіду: дитина шукає середовище, де зможе вчитися й дихати.

4. Психологічний стан

У Ростислава є дуже показова риса дітей війни: він не заперечує біль, але вчиться **не жити в ньому**. Він сумує за Херсоном, та свідомо “відводить думки”: **«іноді я сумую... але намагаюся про це не думати. Просто переключаюся»**.

Він також уникає новин: **«Я намагаюся уникати новин. Я і так розумію, що там відбувається»**. Це не байдужість — це спосіб не згоріти психологічно, коли твоє рідне місто щодня під загрозою.

Є й інший маркер травми окупації — “побут безпеки”, який стає нормою: перед виїздом вони чистили телефони: **«щоб там не було нічого зайвого»**. Ростислав каже: **«я все одно все видалив...»**

нас попередили, що так потрібно». Для підлітка це означає, що навіть пам'ять у телефоні мусить бути стерильною, бо інакше – ризик.

5. Соціальна підтримка і ресурси

Їхнім “якорем” стала родина у Вінниці: **«це було єдине місто, де у нас були родичі»**. Саме ця проста річ – “є кому відчинити двері” – часто рятує сім'ї у перші місяці.

Ще один ресурс – залученість у спільну справу: Ростислав долучався до волонтерства разом із батьками: **«я разом із батьками ходив плести маскувальні сітки»**. Це важливо: дітям війни потрібні не лише “послуги”, а й можливість відчувати себе частиною спротиву – не з автоматом, а через підтримку.

6. Дружба, інтеграція у громаді

Спогади про Херсон він описує дуже тепло: **«ми якраз тільки заїхали в нову квартиру з ремонтом... у мене були друзі»**. Але війна розірвала ці нитки: **«зараз я майже ні з ким із Херсона не підтримую зв'язок»**. Лишився один друг, який тепер в Івано-Франківську, і Ростислав навіть їздив до нього в гості. Це типова географія війни: дружба не зникає “через образи” – вона зникає через відстань і розсипане життя.

У Вінниці інтеграція в школах пройшла без принижень: **«те, що я приїхав з іншого міста, нікого особливо не хвилювало»**, а друзі знають, що він ВПО, і ставляться спокійно: **«ніхто на цьому особливо не акцентує уваги»**. Але навіть при нормальному ставленні є те, що виснажує: постійно починати заново – місто, маршрути, колективи, правила.

7. Роль родини

У родині Ростислава четверо: мама, тато і брат. Бабуся й дідусь жили окремо, але виїжджали разом з ними. Для нього було принципово не розділятися: **«тато не міг виїхати за кордон... і ми не хотіли розділятися»**. Тут звучить одна з найболючіших правд війни: інколи “безпека за кордоном” означає втрату цілісності сім'ї – і діти вибирають залишитися, аби не розірвати родину.

Сьогодні бабуся й дідусь повернулися до Херсона: **«там, звичайно, дуже небезпечно»**. Вони приїжджають у гості, але сам факт їхнього повернення залишає фонову тривогу: частина сім'ї знову живе під ризиком.

8. Мрії та плани на майбутнє

Ростислав мислить доросло: він розуміє, що Херсон після війни буде іншим: **«багато зруйновано, багато територій заміновано»**. Він мріє про перемогу, але ставить собі прагматичну ціль: **«закінчити школу, вступити до вищого навчального закладу, бажано престижного, і здобути хорошу освіту»**. Він ще не визначився з професією, але чітко знає, що йому цікаво: **фізика**, а якщо обрати п'ять предметів – **фізика, алгебра, геометрія, географія та інформатика»**.

Його звернення до світу звучить не як прохання “пожаліти”, а як попередження і логіка безпеки: **«Україна потребує допомоги. Допомагаючи Україні, інші країни допомагають і собі...»**. І додає, що кожен може долучитися – донатами або волонтерством.

9. Вразливості

Медичних чи інклюзивних потреб у Ростислава не зазначено. Але його вразливості – типові для підлітків окупації й вимушеного переїзду:

досвід реальних боїв у перші дні (Антонівка, підвал) і життя під окупацією;

дорога через **російські блокпости**, страх і виснаження: **«було дуже багато блокпостів... це тривало дуже довго»**, ночівля в Умані;

“цифрова самоцензура” (чищення телефонів) як частина травми;

освітній розрив і колаборація в школі (втрата навчального року, невідомість);

зникнення більшості дружніх зв'язків з Херсона;

обмеження в ресурсах розвитку: він ходить вчитися грати на гітарі, але **«вдома гітари в мене немає»** – дрібниця, яка насправді про доступність хобі для ВПО-родин.

Історія Ростислава – про окупацію, яка змушує дитину дорослішати дуже рано. Про підвал як “норму безпеки”. Про телефони, які чистять перед виїздом, ніби стирають частину себе. Про школу, де вчитель може виявитися колаборантом, і дитина мусить починати навчання з нуля в іншому місті. І про підлітка, який уже розуміє: допомога Україні – це не благодійність, а захист майбутнього, де діти знову зможуть прокидатися не від війни.

🌀 Унікальні маркери

Розрив навчання як наслідок хаосу: “місяць навчання взагалі не було”, дистанційка урвалася – і сім’я вимушено “перезавантажувала” освіту вже на новому місці.

Фактор колабораціонізму у школі: ключовий, дуже сильний для звіту маркер – класна керівницка виявилася колаборанткою, інформації про навчання не давали.

Відключення світла як освітній бар’єр: онлайн не працює не через “лінощі”, а через інфраструктуру – він не міг нормально підключатися.

Портрет “спокійної адаптації”: у новому класі факт переїзду “нікого особливо не хвилював” – інколи це і плюс (без стигми), і мінус (без особливої підтримки).

Інтелектуальна опора: фізика, алгебра/геометрія – вибір предметів як “власний каркас майбутнього”.

Громадянський голос підлітка: формулює звернення до світу про необхідність допомоги Україні.

🌀 Цитати, які можуть стати “голосами” у звіті

«...класна керівницка в тій школі **виявилася колаборанткою**. Про відновлення онлайн-навчання нам нічого не повідомляли...»

«...були сильні **відключення світла**, і я не завжди міг нормально підключатися до онлайн-уроків».

«Найбільше мені подобається фізика...»

«Якби ти мав можливість звернутися до всього світу... – **“Україна потребує допомоги...”**»

«Як і всі, я мрію про **перемогу**... мрію, щоб **Херсон відбудувався...**»



ТИМОФІЙ, 11 РОКІВ



Слов'янськ → Ужгород → Вінниця (перший час гуртожиток, далі життя в місті з мамою)

Зі Слов'янська, переїхав до Вінниці з родиною через війну. Він адаптувався до нового життя, знайшов друзів і продовжує вчитися, зберігаючи практичний підхід до світу. Його історія — про спокійне сприйняття змін, піклування про близьких і мрію повернути порядок додому після перемоги.

1. Перші дні війни, евакуація

Тимофій пам'ятає початок війни уривками — не як “велику подію”, а як дитячу дію: **«погано пам'ятаю, але пам'ятаю, що ховалися в погребі під час перших тривог, а потім уже не ховалися»**. Важливо й те, чого він не пам'ятає: **«сильного шуму... ні»**. Іноді саме ця “порожнеча” в пам'яті говорить про стрес більше, ніж деталі.

Рішення про переїзд було швидким: **«десь день»** на збори. І як у багатьох дітей — перший набір речей був дуже “свій”: **«іграшки, планшет, книжки»**. Він думав, що виїзд — **«на рік, можливо більше»**. Це типова дитяча логіка війни: ніби є “термін”, після якого життя повернеться назад.

Вони не одразу приїхали до Вінниці: спершу був **Ужгород**, і лише потім — Вінниця. Але Тимофій з самого початку думав, що сім'я не поїде за кордон: **«Так, я думав, що ми не будемо виїжджати за кордон»**. І все одно було страшно: **«Так, було»**.

2. Житло та побут після переміщення

Перший досвід життя “як ВПО” для Тимофія — це гуртожиток: **«ми жили в гуртожитку. Там були друзі, наприклад, Міша»**. І вони досі спілкуються — що важливо: у війні навіть коротка дружба в тимчасовому прихистку може стати ниткою стабільності.

Побутова втрата звучить тихо, але боляче: у Слов'янську залишився **котик**, і його не забрали: **«Було котик, але ми його не брали. За ним доглядав тато»**. На новому місці тварин уже немає: **«Ні, нема»**. Дім без кота — це теж інший дім, і дитина це відчуває, навіть якщо не робить з цього драму.

Про побутові труднощі Тимофій каже чесно й дуже показово: **«Не знаю, мама береже мене від інформації»**. Це важливий сигнал для аналітики: діти часто живуть у “зоні тиші”, де дорослі не говорять про гроші, документи, страхи — і дитина відчуває це як фон, не маючи слів.

3. Школа / освіта / мовні питання

У Слов'янську Тимофій навчався офлайн (лише “трошки” онлайн під час карантину). Після переїзду у Вінницю він пішов у 6 клас і навчається фізично. Клас прийняв: **«Так, я їм розказав, вони добре сприйняли, ми подружились»**. Друзів багато, є близькі: **«Є друг Юра... іноді гуляємо після школи, проводжу його додому»**.

Мовне питання для Тимофія — не “теорія”, а страх першого контакту: **«перший основний страх був у тому, як ти будеш спілкуватися з людьми? — Так»**. Він знає і українську, і російську, і в реальному житті перемикається: **«зараз більше українською, але з друзями в школі — російською... іноді змішуємо»**. Це дуже типово для дітей зі сходу: мова — не “позиція”, а жива практика, і вона потребує прийняття, а не тиску.

Навчання він оцінює просто: **«нормально»**. Улюблені предмети — **«природа та фізкультура»**, бо “легка” і “добре знаю”. А інші — робить мінімум: **«Мало. Роблю домашнє завдання і все... для вчителя»**. Тут чути не лінощі, а типову підліткову втому й прагматизм: “зробити, щоб відчепилися”. В умовах війни це може бути симптомом виснаження й нестачі внутрішньої мотивації, яку раніше тримало стабільне життя.

4. Психологічний стан

Тимофій не розповідає про панічні атаки чи кошмари — але в нього є інший маркер травми: **сум за татом** і тим життям, яке було простим. **«Іноді сумую, бо проводив час із татом, ми гуляли, ходи-**

ли на річку». На питання “часто?” відповідає: **«Так»**. І додає ще чесніше: позитиву в цих спогадах майже немає – **«Ні, не дуже»**. Тобто пам’ять не гріє, а болить.

Він трохи цікавиться новинами і знає, що “бахає” поруч: **«у Краматорську щось бахає»**. Це теж психологічний тягар: навіть у відносній безпеці дитина живе поруч із мапою вибухів – у словах, у стрічці, у розмовах.

5. Соціальна підтримка і ресурси

Найсильніший ресурс Тимофія – мама. Коли питають про героя, він довго не шукає: **«Мама. Вона мене ростила, доглядала, забезпечувала дім і все необхідне»**.

Мама додає, що діти змінилися й стали самостійнішими: **«адаптувалися після переїзду... зараз ходять самі до школи, все роблять самостійно»**. Але поряд звучить і проблема системної підтримки: **«Минулого року допомогу знімали, зараз чекаємо документи»**. Тобто допомога не стабільна – вона “то є, то нема”, і сім’я живе в очікуванні рішень і паперів.

6. Дружба, інтеграція у громаді

У Вінниці Тимофій інтегрувався відносно добре: друзі є, після школи гуляють, проводжає друга додому. Але зв’язок із довоєнним класом – обірваний повністю: **«Ні, ні з ким»**. Це один із найбільш наслідків війни, який часто недооцінюють: дитина може “влитися” у новий клас, але старі зв’язки зникають – і разом із ними зникає частина ідентичності.

Є ще одна тиха проблема: бабуся лишилася “там”, бо дідусь і город, і вони садять город **«навіть попри бойові дії»**. Тимофій думав просити переїхати, але зупиняється на прагматичі: **«важко було б нам у місті»**. Тобто навіть дитина мислить категоріями виживання: “як ми потягнемо ще одну людину?”.

7. Роль родини

До війни Тимофій жив великим домом: **мама, тато, бабуся, дідусь**. Після переїзду – **«тільки з мамою»**. Це ключовий психологічний розлам: не просто зміна міста, а **стиснення сім’ї** до двох людей.

Тато залишився у Слов’янську і доглядав kota. Про тата на фронті не йдеться, але присутність тата – відсутня фізично, і саме це болить Тимофію найбільше. Він сумує “часто”, бо з татом були прогулянки, річка, нормальність.

8. Мрії та плани на майбутнє

Тимофій говорить про майбутнє дуже доросло – майже холодно, як план виживання: **«швидко стану самостійним, вивчусь на електрика, влаштуюся десь, буду відкладати на квартиру і виживати»**. Це слово – “виживати” – одна з найточніших характеристик того, як війна змінює горизонт мрій у дітей.

Професії він обирає з прагматичної причини: **«масажистом або електриком, бо вони добре заробляють... я проаналізував рівень їхніх зарплат»**. Для 11-річного хлопця це звучить як передчасне дорослішання: він уже міряє майбутнє не “ким хочу бути”, а “як вижити і заробити”.

Найбільша мрія – проста, як прохання дитини до світу: **«щоб війна закінчилась»**. Мир він уявляє як домовленість і право України “вирішувати свої справи”: **«щоб усі домовилися... і тоді війни не буде»**.

Якщо завтра перемога – він думає про повернення додому не романтично, а практично: **«пиду в нову школу, бо там не треба платити за квартиру... буду радий, що війна закінчилась і всі родичі живі»**. І додає: повертатися зараз не хоче – бо там все “позаростало”, комарі, мошки і **«війна... тому страшно»**. Це теж важливо: для дітей повернення не завжди = щастя, інколи повернення = страх.

9. Вразливості

Медичних/інклюзивних потреб не заявлено, але вразливості очевидні:

роз’єднання сім’ї (переїзд тільки з мамою, тато й дідусь/бабуся лишилися в небезпеці);

втрата домашнього улюбленця (кіт залишився у Слов’янську);

страх комунікації як перший бар’єр адаптації (“як спілкуватися з людьми”);

проблеми зі спиною через тривале сидіння: **«довго сидів і щось защемило»** – типовий наслідок дистанційки, стресу, “життя в телефоні”;

нестабільність допомоги та документообігу (мама: “допомогу знімали, чекаємо документи”); емоційна втома й знецінення навчання (“домашнє – для вчителя”), що може бути симптомом загального психологічного виснаження.

Тимофій говорить спокійно, майже без драматизації – і саме тому його історія така промовиста. Бо війна не завжди кричить. Іноді вона звучить тихо: **«сумую... часто», «мама береже мене від інформації», «буду відкладати на квартиру і виживати»**. І якщо світ справді хоче допомогти дітям війни – він має почути саме ці слова й побачити за ними не “побутові дрібниці”, а системну потребу: у цілісній сім’ї, у стабільній підтримці, у безпечному розвитку і в праві бути дитиною, а не планом виживання.

Унікальні маркери

Початок війни через “побутову пам’ять”: не про гучні кадри, а про реакцію тіла – ховалися у погребі під час перших тривог.

Маршрут переміщення: спочатку **Ужгород**, потім **Вінниця** – досвід “двох переїздів”, двох адаптацій.

Мовна реальність без пафосу: знає обидві мови, але в школі з друзями – російською, загалом більше переходить на українську (важливо для делікатної, некаральної мовної політики).

Сімейна розлука: переїхав лише з мамою, тато залишився в іншому місці (і навіть доглядав за котом).

Мама як центральний ресурс виживання: формулює прямо, без прикрас.

Повернення як страх: не романтизує “назад додому” – каже, що повертатися страшно.

Мрія проста й універсальна: кінець війни – як базова потреба, а не гасло.

Цитати, які можуть стати “голосами” у звіті

«Пам’ятаю, що ховалися в погребі під час перших тривог...»

«Спочатку ми переїхали в **Ужгород**, а потім уже у **Вінницю**».

«Зараз більше **українською**, але з друзями в школі – **російською**».

«А переїхали сюди з ким? – **Тільки з мамою**».

«**Мама. Вона мене ростила, доглядала, забезпечувала дім і все необхідне**».

«**...повертатися не хочу... і війна... страшно повертатися**».

КІЛЬКІСНИЙ ЗРІЗ:

ІНДИКАТОРИ ТРАВМАТИЧНОГО ДОСВІДУ ТА ПОТРЕБ ДІТЕЙ ВІЙНИ

У 20 історіях ми зафіксували не лише свідчення, а й повторювані ознаки (індикатори) досвіду війни: укриття/бункери, окупація, втрати дому, освітні розриви, психологічні симптоми, булінг у школі, розлука з батьками, (не)доступ до гуртків та інклюзії. Підрахунок здійснювався консервативно: індикатор враховувався лише тоді, коли він прямо згаданий у свідченні.

Принцип підрахунку: нижче – **лише те, що прямо зафіксовано в текстах інтерв'ю** (без домислів). Для кожного показника я додаю **приклад фрагмента** як підтвердження.

Важливо: через технічну помилку пошуку в одному з кроків інструмента (виліт запиту), частина показників може бути **недорахована** – тобто наведені значення варто читати як **“підтверджено мінімум у Х кейсах”**, а не як абсолютний “нуль”.

Таблиця 1. Кількісний зріз за 20 історіями: індикатори травматичного досвіду та потреб дітей війни

Показник (індикатор)	Що саме рахуємо (без домислів)	Підтверджено згадками (N/20)	Приклад / доказ (кейс + коротка цитата)
1. Бункер	Пряма згадка “бункер”	1	Рома: «...були місяць у бункері...»
2. Укриття/підвал під час тривоги	“укриття/підвал”, “йшов у підвал”	3	Мирослав: «...ми шукали укриття... почали його прибирати...»; Микола: «...ішов у підвал»; Захар: «...спускається в укриття...»
3. “Звик(ла) до небезпеки”	Пряме “звик/звикла”, “потім уже ні (страшно)”	2	Микола: «Спочатку боявся, а потім звик»; Мирослав: «...перший раз було страшно, а потім уже ні»
4. Окупація як джерело тривожності	Пряма згадка “окупація” + наслідки	1	Мама Івана: «Ця тривожність залишилася з окупації»
5. Виїзд через РФ/Крим/Білорусь	Прямий маршрут через ці території	1	Настя (Херсон): «...через Крим... Росію... Білорусь...»
6. Руйнування/пошкодження житла (удар/приліт)	Будинок/вікна пошкоджені, “попало”, “прилетіло”	2	Артем: «...попало в будинок, вікна побито...»; Андрій: «...будинок пошкоджений...»
7. Дитина/родина лишали тварин	Прямо: коти/тварини лишалися	2	Микола: «...три коти... не забрали, залишилися там»; Іван: «...тваринки... залишилися там»
8. Не встиг(ла) взяти іграшки/втрати дитячих речей	Пряма згадка “іграшки не взяла/залишилися”	1	Віолета: «Іграшки не взяла – не встигла»
9. Панічні реакції / гостра тривога	“паніка/істерика/дуже злякалися”, нічні пробудження	3	Вікторія: «...почалася паніка... я просипаюсь...»; Микола: «...дуже злякалися і ховалися»; Іван: «...перші громи були справжньою істерикою...»
10. Порушення сну / нічна тривога	“просинаюся”, “спить зі мною”	2	Вікторія: «...я просипаюсь...»; Іван: «Зараз спить зі мною...»

11. Звернення по психологічну допомогу	Прямо: “працювали з психологами”	1	Мама Віолети: «Так, працювали з психологами...»
12. “Не бачу майбутнього” (втрата відчуття перспективи)	Прямо сформульована безнадія щодо майбутнього	1	Віолета: «...я не бачу майбутнього...»
13. Дружба/інтеграція у новому середовищі	Прямо: з’явилися друзі	2	Ксенія: «...з’явилася найкраща подруга...»; Захар: «...є один... теж переселенець із Херсона»
14. Втрата/розрив старих соціальних зв’язків	“не спілкуюся з друзями”, дистанція/роз’їхалися	1	Віолета: «...спілкуєшся з ними сьогодні? – Ні...»
15. Онлайн-навчання як вимушена форма освіти	“навчалась/вчиться онлайн”, “дистанційно”	3	Віолета: «Навчалась онлайн»; Микола: «...школу закрили, він вчиться онлайн...»; Микола: «...два роки дистанційно...»
16. Брак інтернету/інфраструктурні бар’єри для навчання	Прямо: “не було інтернету”	2	Олексій: «...він не міг навчатися... тому що... не було інтернету»; Мілана: «...почали виключати інтернет... було важко...»
17. Дискримінація / стигма (у побуті або школі)	Прямі образливі маркери (“бандерівці”, “ви росіяни”)	2	Кирило: «...»а ви росіяни, ви бандерівці...»; Олеся: «Вчителька... “через мене почалася війна”»
18. Повторна травма через вчителя/шкільне середовище	Пряма згадка приниження/тиску від педагога	1	Олеся: «...вчителька... казала...»
19. Зміна школи	Пряма згадка “перейшла/перейшов в іншу школу”	2	Ксенія: «Коли я перейшла в іншу школу...»; Олеся: «...пішла в іншу школу...»
20. Батько/тато на війні (служба, фронт)	Прямо: тато військовий/на війні	2	Рома: «...тато військовий...»; Вікторія: «...тато на війні...»
21. Розлука з татом / тато залишився (не виїхав)	“тато не зміг виїхати / залишився”	2	Ростислав: «...тато не зміг виїхати...»; Микола (про друга): «Через батька – не можуть виїхати»
22. Військовий/офіцер серед близьких (не обов’язково тато)	“дядько офіцер/служить”	2	Іван: «...дядько... офіцер»; Артем: «...дядько офіцер...»
23. Особливі потреби в родині (аутичний спектр)	Пряма згадка “аутичний спектр”	1	Рома: «...у мого брата аутичний спектр...»
24. Потреба адаптації програми/підтримки під можливості дитини	Пряма згадка адаптації навчання/розвитку	1	Артем: «...адаптували програму під його можливості...»
25. Спеціалізовані інклюзивні/пара-ініціативи	Пряма згадка “Спеціальна Олімпіада”	1	Артем: «...Спеціальна Олімпіада України...»

26. Багаторазові переїзди (не один етап переміщення)	“спочатку... потім...”, кілька локацій	2	Кирило: «...спочатку... потім...»; Олександр: Харків → село → Вінниця
27. Зміна сімейної конфігурації / життя лише з мамою	Прямо: “зараз живе тільки мама”	2	Тимофій: «...виїхали... тільки з мамою...»; Іван: «...живе з тобою? – Тільки мама»
28. Дитина виїжджала/переміщалась сама	Прямо: “їхав один”	1	Микола: «...коли ви їхали... – Один»
29. Волонтерство/ допомога ЗСУ, тилова робота	Прямо: робили для військових, бронезилети, снеки	1	Мирослав: «...мама упаковувала їжу для військових... я допомагав... бронезилети...»
30. Дозвілля/гуртки як ресурс відновлення	Пряма згадка секцій/танців/плавання	3	Ксенія: танці 11 років; Мирослав: плавання; Захар: «ходив на танці»
31. Фінансовий бар’єр до розвитку	Прямо: “це дорого”	1	Ксенія: «...кінний спорт... це дорого...»
32. Відмова від гуртків як позиція/внутрішній протест	Прямо: “не хочу принципово”	1	Віолета: «Ні, не хочу, принципово»
33. Мрія про мир / кінець війни	Прямо: “щоб війна закінчилась”, “мир”	3	Іван: «...мир – це коли...»; Мирослав: «...щоб війна закінчилась...»; Мирослав: «...хочу, щоб швидше закінчилась...»
34. Бажання залишитися в Україні (не виїжджати за кордон)	Прямо: “хотів залишитися”	1	Микола: «...хотів залишитися в Україні...»
35. Повернення додому: амбівалентність/ відмова через руйнування	“хотів би, але... все зруйновано”	1	Микола: «Хотів би, але якщо там усе зруйновано – ні...»

КЛЮЧОВІ ПРОБЛЕМИ ДІТЕЙ ВІЙНИ:

ПОВТОРЮВАНІ ПАТЕРНИ З ІСТОРІЙ

Ці 20 історій різні за географією й долею, але в них повторюються ті самі вузли болю. Вони й утворюють карту потреб – того, що має бути почуте у світі та враховане в програмах підтримки.

1. Травматичний старт: вибухи, підвали, бункери, окупація і «дорога без гарантій»

Для частини дітей війна почалася як **мить шоку**, а далі – як виживання: коридор, підвал, укриття, темрява, черги, збір тривожної валізи.

Маріупольський досвід звучить найбільш оголено: **«ми були місяць у бункері... все чули»** (Рома).

Окупаційні маршрути теж є травмою: виїзд не “дорога”, а контроль, приниження, страх (Настя з Херсона: шлях через Крим–РФ–Білорусь; **«нас... ображали»**).

Є історії, де дитина виїжджає фактично “сама” або з мінімальною опорою – і це окрема зона ризику (Микола: **«Один»**).

Що важливо для висновків: травма починається не після переїзду – вона починається в перший день і “іде разом” у нове місто.

2. Втрата дому як втрата світу: житло, тіснота, нестабільність, «життя в коробках»

Переміщення для дітей – це не лише зміна адреси. Це відрив від звичного простору, речей, котів/собак, дворів, друзів.

У багатьох – досвід тимчасових місць: гуртожиток, короткі прихистки, “переночувати”, тісні кімнати.

Частина сімей роками живе в оренді й відчуває крихкість: Мілана прямо говорить про “побут на межі”: маленька квартира, гуманітарка, коробки, “нема де складати”.

Діти часто несуть побут на собі: Олексій (8 років) допомагає з молодшими, фактично виконує дорослі функції в сім’ї.

Що важливо: житлова нестабільність і брак приватного простору знижують відновлення – дитина не має де “видихнути”.

3. Освіта, яку війна розриває: онлайн, світло, відставання і «звикання пропускати»

Війна зруйнувала освітню траєкторію двома шляхами: фізично (небезпека/евакуація) і системно (онлайн без умов, перерви, відсутність доступу).

Микола формулює одну з найнебезпечніших змін: **«потім звикаєш пропускати»** – через нестабільний інтернет.

Мілана вчиться “на силі волі”: павербанк, онлайн-школа, вимкнення світла.

Ростислав описує цінність офлайн дуже прямо: онлайн “провисає”, а ще є фактор колаборації й хаосу в окупованій освіті (коли школа не дає інформації/система ламається).

Що важливо: без підтримки школи (техніка, світло, доступні формати, індивідуальна робота) діти накопичують відставання або знецінюють навчання.

4. Дискримінація й булінг у тилу: вторинна травма там, де мала бути безпека

Окрема болюча лінія: частина дітей отримала **вторинну травму** не від обстрілів, а від шкільного середовища.

Олеся пережила те, що має бути “нульовою толерантністю”: булінг через мову, який почався з дорослого: **«Вчителька казала, що через мене почалася війна»**.

Настя з Херсона чула: **«ти не вінничанка»** – і класний керівник “нічого не робив”.

Мілану називали **«москалькою»**.

Олексій (8 років) після переїзду закrywся ще більше через агресію дітей “бо він приїхав сюди”; родина була змушена звертатися до спеціалістів.

Що важливо: інтеграція – це не “само станеться”. Якщо школа не реагує, вона множить травму.

5. Психічне здоров'я: страх, “оніміння”, соціофобія, панічні атаки, втома і передчасне дорослішання

У багатьох історіях звучить не лише страх, а й адаптація ціною “звикання”. Це не норма – це захист психіки.

Микола: **«Я бачив більше. Тому мені якось байдуже»** – класичний маркер емоційного “оніміння”.

Настя (17): **«Найстрашніше, що звикаєш»**.

Олександр (Харків): панічна атака на уроці.

Мілана: **«війна забрала в мене дитинство»**, **«у мене соціофобія»**, проблеми з харчуванням і здоров'ям.

Що важливо: навіть “успішні” діти (олімпіади, спорт, високі оцінки) можуть носити всередині травму – і це часто непомітно, поки не стане критично.

6. Розлука з близькими: тато далеко/на службі/в окупації, родичі “там”, зв'язку нема

Це одна з найстійкіших тем: **розірвана родина**.

Рома плакав ночами, коли тато пішов у військо.

Саша з Херсона сумує за татом, який залишився і не може приїхати.

Тимофій живе лише з мамою й часто сумує за татом і тим “простим життям”, яке було.

Мілана не має зв'язку з бабусями: “ніхто не знає, що з ними” – це постійний фоновий жах невідомості.

Що важливо: сімейна розлука – не “емоція”, а довготривалий стрес, який впливає на навчання, поведінку, тривожність, мотивацію.

7. Втрата дружби й соціальна ізоляція: “роз'їхались”, “не спілкуюсь”, “страшно, як дивляться”

Війна зруйнувала дитячі мережі підтримки: друзі роз'їхались, контакти обірвались, соціальні навички “провисли”.

Тимофій: зі старими однокласниками – **«ні, ні з ким»**.

Ростислав: майже ні з ким із Херсона; лишився один друг “в іншому місті”.

Мілана: боїться поглядів, не відчувається “як усі”.

Що важливо: для багатьох дітей проблема не тільки в травмі війни, а в тому, що вони залишаються з нею **сам-на-сам**.

8. Доступ до розвитку і “права на радість”: спорт, гуртки, мистецтво як лікування – але не для всіх

Дуже сильна лінія історій: там, де з’являються спорт/гуртки/спільнота – діти відновлюються швидше. Там, де цього нема – психіка “провисає”.

Олексій відновився через плавання й успіхи на змаганнях.

Олександр (Харків) тримається за плавання як спосіб “вигнати погані думки”.

Мілана хоче секцію, але вона далеко – логістика з’їдає можливість.

Олеся “закинула малювання – нема натхнення”: коли розвиток не підтриманий, творчість зникає першою.

Що важливо: дитині потрібні не тільки уроки й їжа. Потрібні безпечні середовища радості, гри, руху, творчості – як частина відновлення.

9. Інклюзія та “невидимі” вразливості: аутичний спектр, інвалідність, бар’єри евакуації

У частині історій видно: вразливість посилюється вдвічі, якщо є особливі потреби.

У родині Роми молодший брат в аутистичному спектрі – це окремі мовні й поведінкові потреби, які школа має підтримати.

В історії Олександра (Харків) звучить, що родичі не можуть евакуюватися через дитину з інвалідністю, яка потребує догляду.

Олеся має інвалідність і залежить від обмежених форм підтримки.

Що важливо: програми “для всіх” часто не працюють для тих, у кого потреби складніші. Їх треба проектувати спеціально.

ВИСНОВКИ

20 історій показали, що підтримка дітей війни – це не “разова гуманітарка”. Це система, яка має працювати щодня: безпечна школа без булінгу, доступна психосоціальна допомога, стабільна освіта з інфраструктурою, можливість розвитку (спорт/мистецтво/підліткові простори), інклюзія, підтримка матерів/опікунів і спеціальні програми для сімей, розділених війною. Якщо світ справді хоче допомогти дітям війни, він має відповісти не разовою добротою, а довгою системною турботою – для різних дітей, з різними потребами і в різних життєвих обставинах.

Війна не закінчується на кордоні міста – вона “переїжджає” разом із дитиною. Навіть там, де не літають літаки й не рвуться снаряди, війна продовжується всередині: у пам’яті тіла, у звичці “слухати небо”, у тривожності, у втомі, у втраті довіри. Діти з Маріуполя несуть із собою досвід бункера й звуку війни крізь бетон; діти з Харкова – підвалів і ракет; діти з Херсона – окупаційних правил і виїздів, які інколи перетворювалися на приниження. Але навіть у безпечнішому місті війна повертається вночі сиренами, у школі – словами однолітків або мовчанням дорослих, у буднях – нав’язливими думками: “чи всі живі”. Ціна цього “внутрішнього фронту” часто невидима: це не завжди сльози, а інколи емоційне “оніміння”, соціальна замкненість, втрата мотивації, або навпаки – гіпервідповідальність, коли дитина стає “дорослою” раніше, ніж готова її психіка.

Один із найтривожніших сигналів – те, як діти “звикають” до небезпеки. “Звикання до тривоги” часто сприймають як витримку, але в реальності це може бути симптомом виснаження і захисного притуплення. Дитина каже “мені вже не страшно”, але це не означає, що їй не болять – це означає, що психіка вчиться виживати.

Школа може стати або місцем відновлення, або місцем повторної травми. Для багатьох дітей саме школа стала ключем до повернення в життя: рутина, друзі, підтримка вчителя, гуртки, конкурси. Але в частині історій школа стала простором, де дитину додатково ранили – булінгом, дискримінацією, стигмою за походженням або мовою. Найболючіше, що інколи травма починалася не від дітей, а від дорослого авторитету – вчителя чи класного керівника, який не захистив або навіть принизив. Це не приватні історії – це системний сигнал: **без протоколів реагування, навчання педагогів і реальної відповідальності інтеграція не відбудеться сама.**

Освіта у війні – це не лише програма, а доступ до світла, інтернету й стабільності. Частина дітей тримають навчання на павербанках і випадковому зв’язку, говорять про відключення, недоступність онлайн-занять, технічні зриви. І тут з’являється небезпечна точка: коли пропуски стають нормою, руйнується мотивація і віра в майбутнє. Війна зробила очевидним: освіта – це інфраструктура. Якщо інфраструктури немає, дитина платитиме майбутнім за те, що сьогодні “просто не було інтернету”.

Психічне здоров’я дітей – центральна потреба, а не “додаткова опція”. У 20 історіях звучать різні прояви травми: страхи, панічні реакції, соціальна ізоляція, порушення сну й харчування, втрата натхнення, емоційне оніміння, передчасне дорослішання. Важливий висновок: навіть 1–2 своєчасні консультації можуть дати відчутний ефект, якщо допомога доступна швидко. Але багато сімей не мають ресурсу шукати фахівців, оплачувати або чекати місяцями. Тому психосоціальна підтримка має бути **вбудована в школи й громади**, а не винесена “назовні” як приватна проблема родини.

Відновлення дітей нерівне – і це напряму залежить від ресурсу батьків. Там, де сім’я має час, гроші й сили, дитині легше: спорт, творчість, гуртки, теплі дорослі й спільнота працюють як “місток” назад до життя. Там, де батьки виснажені, багато працюють, шукають житло, живуть у

тісноті або відновлюють побут з нуля, дитина часто лишається з війною наодинці – не тому, що її не люблять, а тому, що сім'я на межі людських можливостей. Це означає: допомога дітям має включати підтримку дорослих, інакше вона не стане довготривалою.

Матері – це окремий фронт цієї війни, який має бути видимим. За дитячими голосами стоїть материнський шлях: евакуація під обстрілами, сумки й документи, ліки й переноски з котами, ночі в підвалах, пошук будь-якого житла “аби в безпеці”, боротьба за місце в школі, пошук лікарів і психологів, рішення на блокпостах, життя без зв'язку з рідними, фінансова нестабільність, постійна тривога за дитину. Діти часто відчували паніку дорослих навіть у мовчанні, а матері “розвантажувалися” сльозами, щоб витримати. Головний висновок тут простий і жорсткий: **допомога дитині неможлива без допомоги матері/опікуну** – без перепочинку, психологічної підтримки, соціального супроводу, стабільності та доступних послуг.

Розлука з батьком і рідними – фоновий біль, який не “перемикається”. Для багатьох дітей тато далеко, на службі або залишився в небезпеці; у когось немає зв'язку з бабусями/рідними; у когось – втрати. Це не “епізод”, а стан: очікування дзвінка, нічні сльози, спроби не думати, щоб не зламатися. Отже, потрібні окремі програми підтримки для сімей військових, дітей з досвідом окупації/фільтрації, дітей із втратою або тривалою невідомістю щодо близьких.

Інклюзія та “невидимі діти” – зона найбільшої уразливості. Аутичний спектр, інвалідність, потреба в інклюзивному супроводі подвоюють складність евакуації, навчання й адаптації. Частина сімей з особливими потребами не може евакуюватися або не може отримати послуги в новому місті через брак спеціалістів і сервісів. Це означає: допомога має бути диференційованою; “одна програма для всіх” залишає частину дітей поза підтримкою.

І попри все – діти не втратили здатності мріяти, але їхні мрії стали дорослими. Вони говорять про відбудову, навчання, користь для України, але часто мовою виживання: “заробляти”, “відкладати”, “щоб усі були живі”, “щоб можна було спати”. Це одночасно надія і сигнал тривоги: дитинство прискорено, і саме тому потребує особливої уваги.

РЕКОМЕНДАЦІЇ

1. Для органів влади

Психічне здоров'я дітей як базова послуга, а не “додатковий бонус”.

Впровадити у школах і громадах багаторівневу модель підтримки: від базової психосоціальної допомоги до спеціалізованої. Це відповідає загальновизнаному підходу “піраміди МНПСС” (IASC).

Нульова толерантність до булінгу/дискримінації ВПО-дітей.

Обов'язкові протоколи реагування, тренінги для педагогів, контроль виконання.

Освітня безперервність як інфраструктура: світло, інтернет, гаджети.

Підтримка “шкільних пунктів стабільного інтернету/електрики”, де діти можуть вчитися під час відключень.

Доступність гуртків, спорту, творчості як частина відновлення.

Транспортні/ваучерні рішення для дітей із віддалених районів, пільгові місця в секціях.

Адресна підтримка сімей з особливими потребами та сімей військових.

Розширені послуги кейс-менеджменту (соціальний супровід), програми перепочинку для батьків, пріоритетний доступ до інклюзивних послуг.

2. Для соціальних служб

Кейс-менеджмент для дітей ВПО (не “разова консультація”, а супровід): оцінка потреб, план підтримки, перенаправлення.

Раннє виявлення ризиків: тривожність, соціальна ізоляція, булінг, порушення харчування, агресія як симптом травми.

Підтримка батьків: короткі програми навичок батьківства в стресі, групи взаємопідтримки – бо часто саме виснаження батьків “забирає” у дитини шанс на відновлення.

3. Для громадських організацій

Дитячі простори та “after-school” програми: безпечне місце, де дитина може бути дитиною (гра, спорт, мистецтво, спілкування). Практика “Child-Friendly Spaces” широко використовується в гуманітарних відповідях як захисний і психосоціальний механізм.

Шкільні психосоціальні структуровані активності (арт, рух, музика, драматерапевтичні елементи) – як груповий формат, що підвищує резильєнтність. Є докази ефективності шкільних програм на кшталт PSSA у конфліктних умовах.

Інклюзивні програми (аутичний спектр, порушення слуху, інвалідність): адаптовані гуртки, супровід батьків, комунікаційні інструменти для шкіл.

Підліткові клуби / менторство: для тих, хто “закрився”, хто втратив друзів, хто живе з тягарем війни й соромом/страхом контакту.

Підтримка сімей військових: групи для дітей “тато на службі”, робота з нічною тривогою, стабілізаційні практики.

4. Для міжнародних організацій і донорів

Багаторічне фінансування: дитячі програми не працюють “після гранту на 3 місяці”. Відновлення триває роками.

Інтеграція МНПСС у всі сектори (освіта, захист, медицина): міжнародні підходи рекомендують планувати психосоціальну підтримку як мінімальний стандарт реагування.

Посилення первинної ланки психічного здоров'я: навчання неспеціалістів базовим протоколам підтримки дітей і підлітків у гуманітарних умовах (підхід mhGAP-HIG).

Таргетування “невидимих” груп: не тільки “найбідніші”, а й сім'ї, які формально “не проходять поріг”, але живуть на межі (як кейс “мінус допомога через +5 грн”), а також сім'ї, що не мають часу/ресурсу водити дітей на розвиток.

5. Для “допомогачів” на місцях: школи, бізнеси, громади, волонтери

Точки підтримки в школах: “тихі кімнати”, куточки стабілізації, групи підтримки, довірені дорослі.

Партнерства з секціями та студіями: стипендії/безкоштовні місця для ВПО-дітей, особливо підлітків.

Транспорт і логістика як допомога: інколи дитині не потрібен “психолог”, їй потрібна можливість доїхати на гурток.

Комунікація без стигми: “не вінничанка”, “москалька” – ці слова мають зникнути з дитячого простору. Це питання не моралі, а захисту.

ДОРОЖНЯ КАРТА ПІДТРИМКИ ДІТЕЙ ВІЙНИ

Таблиця 1. Дорожня карта підтримки дітей війни: узгоджені дії та показники результативності

Учасники системи підтримки	Проблема (з історій)	Рішення (що робити)	Очікуваний ефект	Індикатор (як виміряти)
Органи влади (МОН/обл- та міськвлада)	Булінг/дискримінація ВПО-дітей, мовна стигма, бездіяльність дорослих	Впровадити обов'язковий протокол реагування на булінг/дискримінацію + навчання педагогів + контроль виконання (аудити/перевірки)	Зниження вторинної травми, підвищення безпеки в школі	% шкіл з протоколом; # зареєстрованих/розглянутих кейсів; час реагування; опитування дітей про відчуття безпеки
МОН + директори шкіл	Діти бояться йти до школи, тривожність, панічні епізоди	У кожній школі: “довірний дорослий” + тиха кімната/простір стабілізації + регулярні групові заняття з емоційної регуляції	Менше зривів, більше відвідуваності, краще самопочуття	# шкіл із “тихою кімнатою”; # звернень; зміна пропусків уроків; самооцінка стресу (короткі опитувальники)
Органи влади (освіта/цифровізація/соціалітика)	Онлайн-освіта “ламається” через світло/інтернет; діти “звикають пропускати”	Створити пункти навчання з електрикою та інтернетом (у школах/бібліотеках/ЦНАПах), забезпечити гаджетами найуразливіших	Безперервність освіти, менше відставання	# пунктів; # дітей, що користуються; % пропусків через технічні причини; динаміка успішності
Органи влади + соціальні служби	Вразливі сім'ї “випадають” через формальні пороги (виплати/допомога), нестабільність підтримки	Запровадити гнучкі критерії для підтримки дітей ВПО (порогові “буфери”), пріоритетизацію сімей з дітьми	Менше сімей без допомоги “через формальність”, стабільніший побут	# відмов через “мінімальне перевищення”; частка сімей, що повернули доступ; задоволеність отримувачів
Соціальні служби (служби у справах дітей/ЦСС)	Дитина “закривається”, ізоляція, соціофобія, агресія як симптом травми	Ввести кейс-менеджмент: оцінка потреб → план підтримки → перенаправлення (психолог/гуртки/медичина/правова допомога)	Ранні втручання замість “коли вже критично”	# кейсів із планом; % сімей, що отримали ≥2 послуги; частка випадків, де стан стабілізувався
Соціальні служби + медицина	Психосоматичні прояви (сон, харчування, панічні атаки), без доступу до фахівців	Направлення на дитячого психолога/психіатра за потреби + короткі протоколи кризової допомоги + контроль “черги”	Менше загострень, профілактика хронічних станів	середній час очікування консультації; # направлень; % дітей з повторними кризами
Школи/заклади освіти	Мовний бар'єр/страх говорити; стигматизація через походження	Програми м'якої мовної інтеграції : розмовні клуби, наставництво “учень-учень”, без приниження/тиску	Менше стигми, швидша адаптація	# учасників клубів; опитування “мені комфортно говорити”; зниження конфліктів на мовному ґрунті

Учасники системи підтримки	Проблема (з історій)	Рішення (що робити)	Очікуваний ефект	Індикатор (як виміряти)
Школи + інклюзивно-ресурсні центри	Діти з РАС/інвалідністю мають бар'єри в навчанні та комунікації	Індивідуальні освітні траєкторії , супровід асистента, навчання педагогів, адаптації (сенсорні паузи, візуальні підказки)	Реальна інклюзія, а не "формальна присутність"	# ІПР; # дітей, що отримали супровід; прогрес за цілями ІПР; відвідуваність
Громади/місцева влада	Немає доступу до гуртків/секцій через логістику, дорожнечу, віддаленість	Ваучери/пільги на секції + транспортні рішення (партнерські маршрути, компенсації проїзду)	Більше дітей у спорті/творчості → краще відновлення	# ваучерів; % ВПО-дітей у секціях; зміна самооцінки добробуту/стресу
Громадські організації	Діти втрачають "право на радість": мало безпечних просторів, заміна живого спілкування гаджетами	Створювати дружні до дітей простори (after-school): спорт, арт, ігри, групи підтримки, менторство підлітків	Зниження ізоляції, формування дружби, повернення рутини	# відвідувань/місяць; % дітей, що "знайшли друга"; утримання учасників 3+ місяці
Громадські організації + школи	Батьки виснажені, багато працюють, не можуть "витягувати" дитину	Програми підтримки батьків: групи взаємодопомоги, короткі тренінги "батьківство в стресі", "перепочинок"	Батьки стабільніші → діти стабільніші	# груп/учасників; рівень батьківського стресу (до/після); % сімей, що продовжують участь
Міжнародні організації/донори	Короткі гранти не встигають дати ефект; діти потребують років відновлення	Багаторічне фінансування програм МНПСС + освіта + розвиток (комплексні пакети)	Стійкі програми, менше "обривів допомоги"	середня тривалість фінансування; % проєктів, що продовжені; охоплення дітей рік-до-року
Міжнародні організації + уряд	Нерівність доступу: "звичайні" ВПО-діти можуть не потрапляти в програми	Вимога до програм: квоти/таргетування на ВПО-дітей, сім'ї військових, інклюзивні кейси; активний пошук	Менше "невидимих дітей"	% учасників із цільових груп; частка інклюзивних кейсів; географія охоплення
Бізнес/місцеві донори/меценати	Фінансові бар'єри: секції, форма, техніка, проїзд	Стипендії/пакети підтримки : "спорт/мистецтво/техніка для навчання" + оплата участі в змаганнях	Доступ до розвитку не залежить від гаманця	# стипендій; # забезпечених дітей; успішність/участь у заходах; історії результату
Усі учасники системи підтримки	Допомога фрагментована: "пакунок" є, а траєкторії відновлення немає	Єдиний маршрут: "дитина ВПО → оцінка → план → послуги" з міжсекторальною координацією (освіта/соц/медичина/ГО)	Системна підтримка замість випадкової	# дітей з індивідуальним планом; % виконаних кроків плану; зниження кризових звернень

Дослідження проводилося ГО «Мережа громадських організацій підтримки внутрішньо переміщених осіб в Україні» за підтримки Фонду «Аскольд і Дір», що адмініструється ICAP Єднання в межах проєкту «Сильне громадянське суспільство України – рушій реформ і демократії» за фінансування Норвегії та Швеції. Зміст публікації є відповідальністю ГО «Мережа громадських організацій підтримки внутрішньо переміщених осіб в Україні» та не є відображенням поглядів урядів Норвегії, Швеції або ICAP Єднання.