

338.48

Шевцова Ю.І.¹, Діденко А.В.²

¹ студ. гр. Тб-4, КЗВО «Хортицька національна навчально-реабілітаційна академія» ЗОР, м. Запоріжжя

² канд. екон. наук, доцент, КЗВО «Хортицька національна навчально-реабілітаційна академія» ЗОР, м. Запоріжжя

РОЛЬ РЕАБІЛІТАЦІЙНОГО ТУРИЗМУ ПІД ЧАС ВІЙНИ

Війна в Україні трансформувала всі процеси, що відбувалися в країні, економіці та суспільстві, змінила демографічну ситуацію та психологічний стан українців. Значно зросла кількість військовослужбовців та ветеранів, які потребують комплексної фізичної, психологічної та соціальної реабілітації внаслідок бойових дій. Традиційні підходи відновлення часто є недостатніми, необхідне застосування комплексних та інноваційних методик, зокрема реабілітаційного туризму.

Реабілітаційний туризм поєднує відпочинок з участю у різноманітних відновлювальних програмах, зокрема, медичних, оздоровчих, психологічних, які спрямовані на покращення якості життя та реінтеграцію військових і ветеранів у суспільство. Як зазначають у [1] «туризм з метою реабілітації застосовують з лікувальною та профілактичною ціллю з використанням фізичних вправ та природних факторів для відновлення здоров'я, фізичного стану та працездатності хворих та осіб з інвалідністю». Тобто, на відміну від звичайного оздоровчого туризму, реабілітаційний туризм має індивідуалізований та системний характер, що складається з багатьох напрямків, які інтегровані в туристичний контекст [2].

Ефективність реабілітаційного туризму базується на синергії кількох компонент:

1. Вихід зі звичного травматичного середовища, що сприяє зменшенню тригерів, зниженню рівня стресу та прискоренню психологічного відновлення. Природні локації (гори, ліси, морське узбережжя) забезпечують позитивний вплив на психоемоційний стан.

2. Виконання адаптованих фізичних навантажень (кінні прогулянки, іпотерапія, сплави на воді, походи) у туристичну діяльність сприяє відновленню фізичної форми.

3. Спільна участь у подорожах створює безпечне соціальне середовище, сприяє відновленню довіри та взаємопідтримки.

4. Досвід подорожей та досягнення туристичних цілей (наприклад, проходження маршруту) відновлює самоефективність, почуття контролю та власної значущості.

Реабілітаційний туризм використовує різні формати, які відрізняються за рівнем фізичного навантаження, психологічної інтенсивності та основними терапевтичними методами.

Перший формат, це екстремальний, пригодницький туризм або горотерапія: походи для військових, ветеранів, родин полеглих захисників і військових волонтерів, який фокусується на подоланні викликів та відновленні самоефективності, командної взаємодії через фізичні активності. Прикладом такого формату є tuReCOVERY - проєкт фізичного та психологічного відновлення ветеранів та чинних військових через мандри у горах, на воді та в печерах, метою цього проєкту є сприяння фізичній та психологічній реабілітації ветеранів війни та військових шляхом залучення їх до активного відпочинку, а також зміцнити їх віру в себе та жагу до життя [3]. Або програма Сила Гір, яка передбачає, що протягом 4 днів ветерани російсько-української війни під керівництвом досвідченого ветерана-тимлідера - військового психолога Максима Чубика пройдуть туристичний маршрут. Також в Україні за підтримки Американсько-Британської Благодійної Організації «Ukrainian Action» для ветеранів, які зазнали психоемоційних і фізичних травм під час бойових дій, а також їхніх дружин, створено програму реабілітації «Українська Дія. Герої». В межах цієї програми передбачено навчання гірськолижному спорту на спеціальному обладнанні, надання психологічної підтримки, арт-терапію, йогу [4].

Наступним форматом може бути реабілітаційний туризм, який базується на використанні відновлювального потенціалу природи для зниження стресу, тривожності та покращення сну. Наприклад, на Хмельниччині створено Бакота Хаб, в якому для ветеранів пропонують безплатні табори, що передбачає занурення в атмосферу природи Бакоти, Подільських Товтр і Дністровського каньйону, протягом цієї програми також є можливість дослідити історію, культуру та гастрономію регіону через екскурсії та різноманітні програми дозвілля.

Також це можуть бути тематичні формати, наприклад, іпотерапія або гарденотерапія. Так, наразі функціонує безплатна іпотерапевтична програма реабілітації чинних військовослужбовців та ветеранів «Коні і Герої» [5], яка передбачає відновлення психічного, фізичного, емоційного здоров'я та життєвої сили військових. Програма передбачає піші походи в гори, заглиблення у мальовниче місце в горах та у табун коней, та загалом, відпочинок у спокійному, безпечному природному середовищі, що сприяє як ментальному, так і фізичному відновленню. А в Центрі ветеранського розвитку Запорізької області за ініціативи громадської організації «Широкий степ» запроваджено проєкт «Соціальна реінтеграція ветеранів засобами гарденотерапії», який є ефективним методом психологічної та фізичної реабілітації.

Отже, ключова роль реабілітаційного туризму полягає у його гнучкості та можливості поєднання різних форматів, створенні безпечного та підтримуючого середовища для комплексного фізичного, психоемоційного відновлення. Попри низку громадських ініціатив та проєктів у сфері реабілітаційного туризму, визнаючи важливість цього напрямку, необхідна системна державна підтримка, розвиток безбар'єрної інфраструктури та науково обґрунтованої стандартизації програм.

Список використаних джерел:

1. Оздоровчий туризм : навч. посібник для студентів денної форми навчання / Є.Є. Павленко, Г.С. Ільницька, В.О. Павленко. Харків : НФаУ. 2021.

114 с.

2. Омельчак Г. В. Вплив війни на стан лікувально-реабілітаційного туризму України. Innovative technologies in the field of human services : The XV International Scientific and Practical Conference (April 15-17, 2024, Stockholm, Sweden). European Conference, 2024. С. 229.

3. tuReCOVERY: шлях до відновлення. URL: <https://ture.ua/recovery-veterans/> (дата звернення: 01.11. 2025)

4. Лижі, арт-терапія та йога – ветеранів з дружинами запрошують пройти програму реабілітації. URL: <https://veteran.com.ua/news/view/lizhi-artminusterapiya-ta-joga-veteraniv-z-druzhinami-zaproshuyut-projti-programu-reabilitatsii> (дата звернення: 01.11. 2025)

5. Коні і Герої. URL: <https://www.hutsulkoni.com/heroes> (дата звернення: 01.11. 2025)