

TESTIMONY ID: 1081

AGE: 18

AGE RANGE: 18-20

GENDER: f

MARITAL STATUS: single

REGION: Volyn region

OCCUPATION STATUS: Never occupied

FORCIBLY DISPLACED: no

EDUCATION: complete secondary education

DATE OF TESTIMONY: 2022-08-05

DATE RANGE: 2022 Summer

DESCRIBE YOUR EXPERIENCE OF THE WAR (ENG):

The war came to my house very unexpectedly. At first, no one believed that this had happened, but after turning on the news on television and scrolling through the feed on social networks, it was clear to everyone: "The war has begun." Fear and the feeling that tomorrow would not come covered my thoughts. I, as well as my friends and loved ones, in the first days, did not understand how to proceed and what would happen to the lives of each of us. For the first time in quite a long time, I remembered again what "being in great danger" is. I panicked, was afraid to fall asleep at night, and tried to sleep during the day but not at night. A week after the start of the war, I realized that this could not continue. I started looking for different ways to avoid falling into such a state. To forget a little about everything happening around me, communication with friends and relatives helped me and is still helping me, namely, live communication. I was always looking for an opportunity to talk or see friends. Although our conversations were only about the war, it was much better than being alone with these thoughts. Movies and music also helped me survive the war; However, society does not quite understand people who listen to music during the war - my opinion is this: we should not limit ourselves to what makes us feel good because as long as we have the opportunity to experience such moments - we have to use it. I, like many other Ukrainians, was forced to come to another country for temporary residence. I was there only with my mother; my grandparents stayed at home. It was terrifying to have nowhere and no one to return to. But I was reassured by the thoughts that the Armed Forces would do everything possible to ensure peace in my region. While abroad, I slept a little better; I didn't wake up several times at night from the thought that something had happened. Being abroad literally, reset my brain. Now I feel much more at ease and calmer; I worry less, although the fear still exists. We began to get used to war, and there is proof

because not everyone will now name what day of war today is. And it's bad enough because we gradually stop paying attention to sirens; we don't run for cover. This poses a direct threat to our lives. The war became a turning point in the life of every Ukrainian, and each of us now feels great pain for our home – Ukraine. Maybe time will heal, but for Ukrainians, it will take a long time for this pain to pass. Peace will soon come, and we will remember the war as a terrible dream.

НОМЕР СВИДЧЕННЯ: 1081

ВІК: 18

ВІКОВИЙ ДІАПАЗОН: 18-20

СТАТЬ: жін

СІМЕЙНИЙ СТАН: неодружений/а

ОБЛАСТЬ: Волинська область

ОКУПОВАНІСТЬ ТЕРИТОРІЙ: Не були окуповані

ПЕРЕМІЩЕНА ОСОБА: Ні

ОСВІТА: середня

ДАТА ОПИТУВАННЯ: 2022-08-05

Проміжок часу: 2022 Літо

ОПИШІТЬ СВІЙ ДОСВІД ПЕРЕЖИВАННЯ ВІЙНИ:

Війна прийшла у мій дім дуже несподівано. Спочатку ніхто не вірив, що це сталося, але, включивши новини на телебаченні та гортаючи стрічку в соцмережах, усім було зрозуміло: «Розпочалася війна». Страх та відчуття, що завтра не настане охоплювало мої думки. Я, як і мої друзі та близькі, в перші ж дні не розуміли, як діяти далі, що буде з життям кожного з нас. Вперше за досить довгий період часу я знову згадала, що таке «бути в великій небезпеці». Я панікувала, боялася засинати вночі, старалася спати вдень, а вночі ні. Через тиждень після початку війни я зрозуміла, що так не може далі продовжуватись. Я почала шукати різні способи, аби не впадати в такий стан. Для того, щоб хоч на трошки забути про усе, що відбувається довкола, мені допомагало та і зараз допомагає спілкування з друзями та рідними, а саме живе спілкування. Я завжди шукала змогу поговорити або побачитись з друзями. Хоч наші розмови і були лише про війну, проте це набагато краще, ніж залишатися з цими думками на самоті. Також переживати війну мені допомагали фільми та музика, хоча суспільство не зовсім правильно розуміє людей, які слухають музику під час війни – моя думка така: не треба обмежувати себе тим, що робить нам добре, адже поки ми маємо змогу переживати такі моменти – ми маємо цим користуватися. Я, як і багато інших українців була змушена приїхати на тимчасове проживання в іншу країну. Там я була лише з мамою, бабуся та дідусь

залишилися вдома. Було дуже страшно, що я не матиму куди і до кого повернутися. Але мене заспокоювали думки, що ЗСУ зроблять усе можливе, аби в моїй області було спокійно. Коли я була закордоном, я трішки краще спала, не просиналася вночі по декілька разів від думки, що щось сталося. Будучи закордоном, мій мозок в прямому сенсі перезавантажився. Зараз мені набагато легше та спокійніше на душі, я менше переживаю, хоча страх іще присутній. Ми почали звикати до війни і цьому є доказ, адже не кожен зараз назве, який сьогодні день війни. І це досить таки погано, адже ми поступово перестаємо звертати увагу на сирени, не біжимо в укриття. Це несе пряму загрозу нашому життю. Війна стала переломним моментом у житті кожного українця і кожному з нас зараз дуже боляче за свою домівку — Україну. Можливо, час дійсно лікує, але для українців пройде дуже багато часу аби цей біль минув. Я впевнена, що скоро настане мир і ми згадуватимемо війну як страшний сон.

COPYRIGHT:

This document is licensed CC BY-NC-ND 4.0. This material may not be redistributed for commercial purposes and may not be altered; no derivatives are permitted. If you wish to redistribute this material, attribution must be given.