

TESTIMONY ID: 1455

AGE: 18

AGE RANGE: 18-20

GENDER: f

MARITAL STATUS: single

REGION: Ternopil region

OCCUPATION STATUS: Never occupied

FORCIBLY DISPLACED: No

EDUCATION: Secondary specialized education

DATE OF TESTIMONY: 2022-11-07

DATE RANGE: 2022 Fall

DESCRIBE YOUR EXPERIENCE OF THE WAR (ENG):

On February 24, my life, like that of every Ukrainian, changed dramatically. Back on February 23, I had a bad feeling, constant anxiety and panic. When it was necessary to go to bed, this condition worsened. In conclusion, on the night of February 23-24, I did not sleep at all. At 5 o'clock, I decided to look at my phone because I didn't even smell sleep in my head. And the first post I saw was Zelensky's appeal for an official invasion and the start of a full-scale war. The first emotion was a stupor. I absolutely could not believe that this was reality. Another hour after that, I tried to "wake up" and hoped that it was just a dream. A terrifying dream.

HOW I DID. I spent the first 2 weeks in absolute apathy. I didn't want to eat, sleep or talk. I gave free reign to my emotions. After 2 weeks of so-called "depression," I decided that I needed to pull myself together and distract myself. I really wanted to be beneficial to our country in such a difficult time, so I became a volunteer. It helped me a lot (and is helping me now). MY EXPERIENCES NOW The panic and apathy are entirely gone. Now I only hope that we will win soon and start rebuilding our state. I try to continue to help by all possible methods. I volunteer and send remittances to various meetings.

НОМЕР СВИДЧЕННЯ: 1455

ВІК: 18

ВІКОВИЙ ДІАПАЗОН: 18-20

СТАТЬ: жін

СІМЕЙНИЙ СТАН: неодружений/а

ОБЛАСТЬ: Тернопільська область

ОКУПОВАНІСТЬ ТЕРИТОРІЙ: Не були окуповані

ПЕРЕМІЩЕНА ОСОБА: Ні

ОСВІТА: середня спеціальна

ДАТА ОПИТУВАННЯ: 2022-11-07

Проміжок часу: 2022 Осінь

ОПИШІТЬ СВІЙ ДОСВІД ПЕРЕЖИВАННЯ ВІЙНИ:

24 лютого моє життя, як і кожного українця, змінилось кардинально. Ще 23 лютого у мене було погане передчуття, постійна тривожність та паніка. Коли потрібно було лягати спати цей стан погіршився. У висновку в ніч з 23 на 24 лютого я абсолютно не спала. О 5 годині я вирішила заглянути у свій телефон, бо сном у моїй голові навіть не пахло. І першим дописом який я побачила було звернення Зеленського про офіційне вторгнення та початок повномасштабної війни. Першими емоціями був ступор. Я абсолютно не могла повірити в те, що це реальність. Ще годину після цього я намагалась «проснутись» і надіялась, що це просто сон. Дуже страшний сон.

ЯК Я ВПОРАЛАСЬ.

Перших 2 тижні я провела в абсолютній апатії. Мені не хотілось ні їсти, ні спати, ні спілкуватись. Я дала волю своїм емоціям. Після 2 тижнів так званої «депресії» я вирішила, що потрібно брати себе в руки і відволікатись. Я дуже сильно хотіла бути корисною для нашої держави у такий складний час, тому стала волонтером. Це дуже сильно мені допомогло (і зараз допомагає).

МОЇ ПЕРЕЖИВАННЯ ЗАРАЗ

Зараз паніка та апатія повністю зникли. Зараз я лише надіюсь, що ми найближчим часом переможемо і почнемо відбудовувати нашу державу. Всіма можливими методами намагаюсь продовжувати допомагати. Займаюсь волонтерством та надсилаю грошові перекази на різноманітні збори.

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.