

7. Олійник О. С. Тенденції розвитку туристично-рекреаційної сфери. *Економіка та суспільство*. 2024. Вип. 70. DOI: 10.32782/2524-0072/2024-70-59.
8. Тучковська І. І. Тенденції розвитку медичного та оздоровчого туризму в Україні та світі. *Підприємництво і торгівля*. 2024. № 41. С. 96-103. DOI: 10.32782/2522-1256-2024-41-13.
9. Шаповалова О., Сапа Ю. Сучасні тенденції розвитку «SPA» і «wellness» туризму. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія: Міжнародні відносини. Економіка. Країнознавство. Туризм*. № 1042. С. 154-158. URL: <https://periodicals.karazin.ua/irtb/article/view/6220>.
10. Щука Г. П., Ханас У. Я., Омельченко Г. Ю. СПА vs велнес: сучасні підходи до оздоровлення в туризмі. *Acta Academiae Beregsasiensis: Geographica et Recreatio*. 2025. № 2. DOI: 10.32782/2786-5843/2025-2-8.

Канд. екон. наук Самойленко А. О.

Дніпровський національний університет імені Олеся Гончара (Україна)

DIGITAL DETOX ЯК ІННОВАЦІЙНИЙ НАПРЯМ РОЗВИТКУ WELLNESS-ТУРИЗМУ В ІНДУСТРІЇ ГОСТИННОСТІ

У сучасних умовах цифровізації суспільства інформаційні технології стали невід'ємною складовою повсякденного життя людини. Зростання інтенсивності використання цифрових пристроїв зумовлює інформаційне перевантаження, підвищення рівня стресу, порушення сну та зниження продуктивності. У таких умовах формується новий споживчий запит на відпочинок, спрямований не лише на фізичне відновлення, а й на досягнення психоемоційного балансу. Посилення цифрової залежності також супроводжується зростанням рівня так званого «цифрового стресу», що проявляється у постійній потребі перевірки повідомлень, зниженні концентрації уваги та формуванні синдрому інформаційного виснаження. У зв'язку з цим відпочинок дедалі частіше розглядається не лише як фізична релаксація, а як інструмент відновлення когнітивних і емоційних ресурсів особистості.

У відповідь на зазначені виклики в межах розвитку wellness-туризму формується новий напрям, пов'язаний із концепцією digital detox, яка передбачає свідоме обмеження використання цифрових технологій з метою відновлення внутрішнього ресурсу людини. Зазначена концепція поєднує елементи психологічного відновлення, екологічного мислення та усвідомленого споживання туристичних послуг. Особливої актуальності digital detox набуває в індустрії гостинності, де відбувається трансформація традиційних підходів до організації

відпочинку. Курортні готелі поступово переходять від моделі надання стандартних послуг до створення комплексного досвіду, орієнтованого на гармонізацію фізичного та емоційного стану гостя. У цьому контексті впровадження програм цифрового розвантаження виступає важливим інструментом підвищення конкурентоспроможності закладів розміщення.

Сутність концепції digital detox полягає у свідомому тимчасовому обмеженні або відмові від використання цифрових пристроїв, зокрема смартфонів, комп'ютерів і соціальних мереж, з метою досягнення психологічного, емоційного та фізичного відновлення. У контексті індустрії гостинності ця концепція трансформується у спеціалізований сервіс, спрямований на створення умов для відновлення внутрішнього балансу гостя. Важливо зазначити, що концепція digital detox не передбачає повної відмови від технологій у довгостроковій перспективі, а орієнтована на формування культури їх раціонального використання. Таким чином, вона виступає інструментом розвитку усвідомленого ставлення до цифрового середовища та сприяє підвищенню якості життя.

Сучасні курортні готелі дедалі частіше впроваджують елементи digital detox як складову wellness-програм. Це включає обмеження доступу до Wi-Fi у певних зонах, створення «тихих просторів» та організацію активностей, що не передбачають використання гаджетів. Такі підходи відповідають сучасним тенденціям розвитку туризму, орієнтованого на усвідомлене споживання та якість досвіду [1].

Зростання популярності таких програм пов'язане зі зміною споживчих пріоритетів, де ключовими стають не матеріальні атрибути розкоші, а емоційний досвід, автентичність та можливість відновлення внутрішнього ресурсу. Це відповідає глобальним тенденціям розвитку індустрії гостинності, орієнтованої на персоналізацію послуг і створення унікального клієнтського досвіду.

У практичній діяльності готельних підприємств концепція digital detox реалізується через комплекс взаємопов'язаних елементів, які формують цілісну атмосферу відновлення. До них належать спеціальні no-phone зони (ресторани, SPA-комплекси, зони релаксації), організація активностей на природі (піші маршрути, йога, медитація), використання wellness-практик (ароматерапія, sound-терапія, mindfulness), а також створення середовища, орієнтованого на природність і спокій. Важливим аспектом є також формування культури усвідомленого споживання, зокрема відмова від використання гаджетів під час

прийому їжі. Систематизацію ключових елементів digital detox у курортному готелі представлено в табл. 1. Комплексне впровадження зазначених елементів дозволяє сформувати цілісну концепцію відпочинку, у якій поєднуються фізичне оздоровлення, психологічна релаксація та соціальна детоксикація. Такий підхід сприяє підвищенню рівня задоволеності гостей та формує довгострокову лояльність до бренду готелю.

Таблиця 1

Основні елементи концепції digital detox у курортному готелі

Елемент	Характеристика	Очікуваний результат
No-phone зони	Обмеження використання гаджетів у певних просторах	Зниження інформаційного навантаження
Активності на природі	Прогулянки, ретрити, фізична активність	Відновлення фізичного та емоційного стану
Wellness-програми	Йога, медитація, SPA-процедури	Гармонізація психоемоційного стану
Харчування	Усвідомлене споживання без гаджетів	Підвищення якості відпочинку
Простір	Натуральні матеріали, природне освітлення	Формування атмосфери спокою

Джерело: складено автором на основі [1-3]

Світова практика демонструє зростаючу популярність digital detox-програм. Наприклад, Eremito Hotelito del Alma пропонує повну відмову від цифрових технологій, створюючи атмосферу тиші та усамітнення. У Treehotel акцент зроблено на взаємодії з природою та мінімізації цифрового впливу. Водночас Vana Retreat впроваджує концепцію «digital silence», що передбачає відмову від гаджетів протягом усього періоду перебування. Такі приклади свідчать про формування нового типу туристичного продукту, де ключовою цінністю є не технологічність, а можливість відновлення внутрішнього ресурсу людини [2]. Варто підкреслити, що такі практики активно підтримуються на міжнародному рівні та інтегруються у концепції сталого розвитку туризму. Вони сприяють зменшенню надмірного споживання цифрового контенту та стимулюють більш екологічний і усвідомлений спосіб життя.

В українських умовах розвиток digital detox-туризму має значний потенціал. Природні ресурси Карпатського регіону, Полісся та бальнеологічних курортів створюють сприятливі передумови для формування відповідних туристичних продуктів. Впровадження програм на кшталт «тиждень без гаджетів» або

«усвідомлені вихідні» не потребує значних інвестицій, проте дозволяє створити унікальний туристичний досвід. Разом із тим розвиток цього напрямку потребує системного підходу, зокрема формування відповідної маркетингової стратегії, підвищення рівня обізнаності споживачів та інтеграції digital detox-програм у загальну концепцію розвитку wellness-туризму в Україні. Важливою умовою є підготовка персоналу, орієнтованого на принципи усвідомленої гостинності та психологічного комфорту гостей [3].

Список використаних джерел:

- 1 Global Wellness Institute. The Global Wellness Economy: Country Rankings 2023. URL: <https://globalwellnessinstitute.org>.
- 2 OECD. Tourism Trends and Policies 2022. OECD Publishing. URL: https://www.oecd.org/en/publications/oecd-tourism-trends-and-policies-2022_a8dd3019-en.
- 3 UNWTO. Global Report on Wellness Tourism 2023. URL: <https://www.unwto.org>.

Канд. екон. наук Самойленко А. О., Луценко Я. М.

Дніпровський національний університет імені Олеся Гончара (Україна)

ПОДІЄВИЙ ТУРИЗМ ЯК ІНСТРУМЕНТ ФОРМУВАННЯ КОНКУРЕНТОСПРОМОЖНОГО ІМІДЖУ РЕГІОНУ

У сучасних умовах глобалізації та посилення конкуренції між територіями особливого значення набуває формування позитивного іміджу регіонів як ключового чинника їх соціально-економічного розвитку. Регіони змушені активно шукати ефективні інструменти підвищення туристичної привабливості, інвестиційної привабливості та впізнаваності на національному й міжнародному рівнях. Одним із таких інструментів виступає подієвий туризм, який забезпечує не лише залучення туристичних потоків, але й формування позитивного інформаційного середовища.

Подієвий туризм охоплює широкий спектр заходів – культурних, спортивних, гастрономічних, ділових та розважальних, які здатні формувати унікальний образ території та виступають ефективним засобом територіального брендингу. Особливістю цього виду туризму є його здатність створювати емоційний зв'язок між споживачем туристичного продукту та дестинацією, що значно підсилює