

УДК 338.48:159.906

Побігун Н.С.

студент гр. МНПм-23-1

Івано-Франківський національний технічний університет нафти і газу

м. Івано-Франківськ, Україна

наук. кер. – к.геогр.н., доцент Побігун О.В.

МЕНЕДЖМЕНТ ПСИХОЛОГІЧНОГО ТУРИЗМУ – ВИКЛИКИ СЬОГОДЕННЯ

Роль туризму у відновленні України та українців нині ще недооцінена, але неспростовним є ефективний вплив мандрівок на якість та тривалість життя людей. Менеджмент туристичної діяльності – це не лише підтримка бюджету країни, хоча така її функція є надзвичайно важливою, особливо в сьогоденні часи військових дій. Він також виступає в ролі способу хоч і короткочасної, проте ефективної психологічної реабілітації. Подорожі здатні позбавляти нас від серцево-судинних хвороб, тому що рятують від стресу, тривоги та емоційного вигорання, допомагають на деякий час переорієнтуватися, відпочити фізично та психоемоційно.

Виходячи із Закону України «Про туризм» [1], немає такого виду туризму як психологічний. Але на сьогоденній день все більш актуальним в туристичному менеджменті стає саме психологічний туризм, який є досить поширеним у багатьох країнах світу і часто трактується як тревел-терапія чи екотуризм. В Україні психологічний туризм є відносно новим напрямом. Найбільший його розвиток розпочався з 2014 року, тобто від початку проведення бойових дій в східних областях України. В наукових джерелах виділено декілька визначень поняття «психологічний туризм». Зазначено, що це «спеціально розроблена технологія для відновлення і підтримки психологічного здоров'я людини у сучасному світі, поєднання цікавого відпочинку з придбанням корисних психологічних умінь і навичок» [2]. Більша їх частина підкреслює значення психологічного туризму для відновлення психологічного здоров'я людини [3, 4]. Через постійний стрес та перебування у стані напруження, страху та відчаю люди як ніколи потребують можливості хоча б у невеличких радощах знайти відряду та тимчасовий спокій. Туристичні подорожі добре цьому сприяють. Психологічна реабілітація – це система психологічних, психолого-педагогічних, соціально-психологічних заходів, спрямованих на відновлення або компенсацію порушених психологічних функцій, станів, особистого і

соціального статусу людей, які отримали психічну травму. Метою психологічної реабілітації є надання людині допомоги у відновленні оптимального психічного здоров'я для продовження професійної діяльності у мирний час [5]. Психологічний туризм вченими розглядається як «технологія відновлення і збереження психологічного здоров'я сучасної людини. Це технологія, яка відновлює духовні сили, зміцнює волю, гармонізує енергетичну структуру особистості людини, створюючи, тим самим, сильну, здорову, цілеспрямовану, невідчужувану обставину людини» [6]. Сьогодні вже існують форми менеджменту психологічного туризму:

- похід разом з психологом і провідником;
- закордонна поїздка, яка передбачає можливість проходження відповідних тренінгів;
- екотуризм, який дає можливість людині пізнати світ, що оточує його, і набути корисних психологічних навичок.

Перш за все психологічний туризм - це новий вид відпочинку з глибинним зануренням у ресурсні стани психіки, який виник на перетині захопленості людьми подорожами і психологією, тут переплітається відпочинок (подорож) і розвиток. Він поєднує одночасно три види діяльності, які корисні та ефективні:

- 1) відпочинок, як спосіб розслабитися і відновити сили;
- 2) психологічна розвантаження в супроводі професіоналів;
- 3) саморозвиток.

Психологічний туризм передбачає не просто об'єднання туризму (подорожі, відпочинку і пізнання) з психологічною роботою через психотехнології, соціально-психологічні тренінги, психотерапію і консультування, але й вибудовування цілісного контекстного простору, в якому особистісний та груповий розвиток обумовлений впливом на нього соціокультурних і природних чинників середовища. Психологічні програми подорожей побудовані з урахуванням сучасного ритму життя і орієнтовані на людей. В програму включають:

- психологічні ігри та вправи з елементами тренінгу;

- релаксуючі та антистресові методики;
- ефективні методи і прийоми для зняття напруги та стресу;
- проведення тестування [7].

Мета психологічного туризму полягає в досягненні внутрішньої цілісності і гармонії людини за допомогою спеціального менеджменту туристської діяльності, а саме психологічного туризму; через психологічний супровід клієнта-туриста, що виражається в допомозі клієнту-туристу зорієнтуватися в просторі своєї психологічної реальності. Основні завдання психологічного туризму полягають у:

- вирішенні психологічних проблем через досягнення внутрішнього і зовнішнього буття;
- пізнанні клієнтом своєї психологічної реальності, своїх особистих ресурсів (прихованих фізичних і психологічних можливостей людини);
- розвитку «чуття» до життя (радощі буття, повноти життя, своєї «потреби»);
- вдосконаленні соціальної контактності клієнта, його здібності вступати і будувати соціальні контакти;
- формуванні та розвитку здатності приймати відповідальність за себе, свої думки, почуття та вчинки.

Таким чином, інтерпретуємо поняття психологічний туризм, як об'єднання подорожей і відпочинку по нових цікавих місцях з пізнанням світу душі, знайомство з прихованими силами, які ховаються усередині кожного з нас. За досить короткий термін людина зможе добре відпочити, а також навчиться прийомам медитації, комунікабельності, енергетичному диханню і багато чому іншому.

Література:

1. Закон України про туризм. Відомості Верховної Ради України (ВВР). 1995. № 31. ст. 24 URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/324/95-%D0%B2%D1%80#Text>
2. Погребняк Л.В., Гавришків Н.Б. Розвиток сільського туризму в Україні

в період пандемії COVID-19 // Sciences of Europe. 2020. №56 (2). С.11-15. URL : <https://www.europe-science.com/wp-content/uploads/2021/11/VOL-2-No-56-2020.pdf#page=11>

3. Туризм та повномасштабна війна. URL : <https://zruchno.travel/News/New/6183?lang=ua>

4. Психологічний туризм. URL : <https://infotour.in.ua/psi-turizm.htm>

5. Туризм в умовах війни! URL : <https://www.synevir.info/туризм-в-умовах-війни/>

6. Психологічний туризм. URL : https://tourlib.net/statti_ukr/chaban.htm

7. Принципи гештальтпсихології. URL : <https://osvita.ua/vnz/reports/psychology/28298>