

УДК 379.85

Теліченко В.В.¹

Ковальова А.М.²

¹студ. гр. 17-21 ЗГК ЗНТУ

²викл.-метод. ЗГК ЗНТУ

ПСИ-ТУРИЗМ – НОВИЙ ВИД ВІДПОЧИНКУ

Останнім часом починають з'являтися нетрадиційні напрямки туристичної діяльності, що охоплюють все нові і нові галузі, які відрізняються від звичайних туристичних продуктів. Одним з таких напрямків стає психологічний туризм, що зародився в Україні і Росії порівняно недавно і поступово набирає свою силу, охоплюючи все більше число суб'єктів і територій.

На сьогоднішній день пси-туризм є спеціально розробленою технологією для відновлення та підтримки психічного здоров'я людини в сучасних умовах.

Кожен турист при бажанні може взяти участь в подорожі, в якій його супроводжує або психолог, а може навіть і група психологів-організаторів, чия присутність є умовою програми відпочинку. Ці люди є якимось гарантом того, що подорож вдасться на вищому рівні.

В силу того, що психологічний туризм – це новий щабель у відпочинку, багатьох приваблює його глибина занурення в корені психіки людини, що дозволяє поєднати корисне з приємним – подорожі та психологію. Тому не дивно те, що з кожним днем подібний відпочинок набуває все більшої популярності.

Головний козир психологічного туризму полягає в тому, що він дозволяє ефективно відпочити як одній людині, так і всій родині. Це можливо завдяки поєднанню відразу трьох видів діяльності:

- відпочинок, який сприяє розслабленню і відновленню сил;
 - психологічне розвантаження, яка відбувається при супроводі групи туристів психологів-професіоналів;
 - навчання (тренінги, семінари) для зростання і особистісного розвитку.
- Серед безлічі форм пси-туризму головними є наступні види:
- подорож в гори з провідником і психологом,
 - поїздки на різні курорти, де відпочинок супроводжується тренінгом,
 - екотуризм, де у людини буде можливість зануритися в чарівний світ природи. Під час таких програм туристи проживають в наметах і в виключно чистих природних умовах,

- цивілізований туризм. Він проводиться в сучасних містах за спеціальними програмах, які супроводжуються спеціальним тренінгом.

З огляду на різноманіття пропонованих низкою підприємств турів перспективними напрямками психологічного туризму є:

- для колективів підприємств і окремих підрозділів: тренінги, професійні навчальні програми, корпоративні семінари, формування і впорядкування мотивацій, профілактика професійного вигорання, командоутворення, підвищення згуртованості колективу та ін.;

- для невеликих груп і окремих клієнтів: розвиток творчих здібностей, інтуїції, креативності, самоактуалізація, особистісний ріст, досягнення внутрішньої гармонії, управління стресами і конфліктами, робота зі страхами, розвиток комунікативних навичок, вивчення та коригування поведінки в незвичайних і екстремальних ситуаціях, сімейна терапія (для однієї або декількох сімей) і ін.;

- для дітей і школярів: ігри та тренінги на розвиток пам'яті, уваги, мислення, уяви, творчості і креативності, впевненості, на корекцію поведінки, уміння вести себе в колективі, засвоєння окремих навчальних дисциплін, вироблення корисних практичних навичок і т.д.

З кожним роком психологічний туризм стає все більш привабливим і все більш затребуваним. Він сприяє не просто відновленню фізичних сил і психічного здоров'я, але сприяє духовному зростанню та самопізнанню.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. **Дугельная, Т.** Психологический туризм – дань моде или отдых на все 100 % [Электронный ресурс] / Т. Дугельная – Режим доступа: <http://vedeart.com/articles/140-psikhologicheskij-turizm-dan-mode-ili-otdykhna-vse-100.html>

2. **Подмаркова, И.П.** Анализ опыта и перспектив развития психологического туризма в Украине [Текст] / И.П. Подмаркова // Вісник ДІТБ. – 2013. – № 17. – С.168–173.