

Увесь контент ліцензовано за умовами [Creative Commons BY 4.0 International license](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

**РОЗВИТОК ТУРИСТИЧНОГО, ГОТЕЛЬНОГО ТА РЕСТОРАННОГО
ГОСПОДАРСТВА
THE DEVELOPMENT OF TOURISM, HOTEL AND RESTAURANT BUSINESS**

УДК 338.48:364.2

doi: <https://doi.org/10.15330/apred.2.22.103-116>

Кирилюк І. М.¹, Литвин О. В.², Барвінок Н. В.³

**ПОТЕНЦІАЛ РЕГЕНЕРАТИВНОГО ТУРИЗМУ ДЛЯ МЕНТАЛЬНОГО
ВІДНОВЛЕННЯ НАСЕЛЕННЯ УКРАЇНИ В УМОВАХ СУСПІЛЬНИХ
ТРАНСФОРМАЦІЙ**

¹ Херсонський державний аграрно-економічний
університет,
кафедра готельно-ресторанного та туристичного бізнесу,
просп. Університетський, 5/2, м. Кропивницький,
Кіровоградська область,
25031, Україна,
тел.: +380974872048,
e-mail: irina_kurul@ukr.net
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9814-195X>

² Херсонський державний аграрно-економічний
університет,
кафедра готельно-ресторанного та туристичного бізнесу,
просп. Університетський, 5/2, м. Кропивницький,
Кіровоградська область,
25031, Україна,
тел.: +380972715078,
e-mail: okslit79@ukr.net
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2616-468X>

³ Уманський національний університет,
кафедра туризму та готельно-ресторанної справи,
вул. Інститутська, 1, м. Умань, Черкаська обл.,
20301, Україна,
тел.: +380671071971,
e-mail: nataliia.barvinok@unu.edu.ua
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6661-4780>

Анотація. Статтю присвячено дослідженню потенціалу регенеративного туризму як інструменту ментального відновлення населення України в умовах системних суспільних трансформацій, спричинених тривалим соціально-економічним напруженням, війною та зростанням психоемоційного навантаження на населення. Актуальність дослідження зумовлена необхідністю переосмислення традиційних підходів до організації туристично-рекреаційної діяльності та пошуку моделей, здатних одночасно сприяти ментальному благополуччю особистості, соціальній згуртованості громад і відновленню природного та соціокультурного потенціалу туристичних дестинацій. Метою статті є обґрунтування потенціалу та інструментарію регенеративного туризму для ментального відновлення населення України в умовах системних суспільних трансформацій та визначення перспективних форматів його розвитку. Обґрунтовано, що ментальне відновлення доцільно розглядати не як пасивний

відпочинок, а як інтегративний процес, що охоплює психоемоційний, екосенсорний та соціокультурний компоненти. Розроблено концептуальну модель ментального відновлення, яка відображає взаємозв'язок між внутрішніми ресурсами саморегуляції людини та зовнішніми чинниками рекреаційного середовища. Запропоновано організаційно-функціональну модель взаємодії суб'єктів у забезпеченні ментального відновлення туристів, що передбачає координацію чотирьох рівнів: державного регулювання, територіальних громад, суб'єктів господарювання та рекреантів. Встановлено взаємозалежність між процесами індивідуального ментального відновлення рекреанта та відновленням природного, соціального й культурного потенціалу туристичної дестинації, а регенеративний туризм розглянуто як модель взаємного відновлення особистості, території та локальної спільноти. Визначено перспективні формати адаптації туристичного ринку до трансформації споживчої поведінки та зростання попиту на відновлювальні форми рекреації. До них віднесено ретрит-туризм, оздоровчий і велнес-туризм, а також практики повільного туризму. Обґрунтовано, що їх поєднання може створювати передумови для переходу від фокусу на індивідуальному благополуччі до формування взаємної цінності для рекреанта, місцевої громади та території дестинації. Практична значущість отриманих результатів полягає у можливості використання запропонованих моделей та обґрунтованих підходів органами державної влади й місцевого самоврядування, суб'єктами туристичного бізнесу та іншими учасниками туристичної діяльності під час розроблення програм ментального відновлення, туристичних продуктів і стратегій розвитку дестинацій в умовах кризових викликів та повоєнного відновлення України.

Ключові слова: відповідальний туризм, психоемоційне відновлення, ментальне здоров'я, екосенсорне відновлення, соціокультурне відновлення, рекреаційний потенціал, ретрит-тури, велнес-туризм, повільний туризм, територіальні громади, резильєнтність дестинацій, управління.

Kyryliuk I.M.¹, Lytvyn O.V.², Barvinok N.V.³

THE POTENTIAL OF REGENERATIVE TOURISM FOR THE MENTAL WELL-BEING OF THE UKRAINIAN POPULATION AMID SOCIAL TRANSFORMATIONS

¹ Kherson State Agrarian and Economic University,
Department of Hotel, Restaurant and Tourism Business,
Universitetsky Avenue, 5/2, Kropyvnytskyi,
Kirovohrad Region,
25031, Ukraine,
тел.: +380974872048,
e-mail: irina_kurul@ukr.net
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9814-195X>

² Kherson State Agrarian and Economic University,
Department of Hotel, Restaurant and Tourism Business,
Universitetsky Avenue, 5/2, Kropyvnytskyi,
Kirovohrad Region,
25031, Ukraine,
тел.: +380972715078,
e-mail: okslit79@ukr.net
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2616-468X>

³ Uman National University,
Department of Tourism and Hospitality Business,
Instytutska Str., 1, Uman, Cherkasy Region,
Ukraine, 20301
тел.: +380671071971,
e-mail: nataliia.barvinok@unu.edu.ua

Abstract. This article examines the potential of regenerative tourism as a tool for the mental recovery of the Ukrainian population amidst systemic societal transformations caused by prolonged socio-economic strain, war and increasing psycho-emotional stress experienced by the population. The relevance of this research stems from the need to rethink traditional approaches to the organisation of tourism and recreational activities and to identify models capable of simultaneously promoting individual mental well-being, social cohesion within communities, and the restoration of the natural and socio-cultural potential of tourist destinations. The aim of this article is to substantiate the potential and tools of regenerative tourism for supporting the mental recovery of the Ukrainian population in the context of systemic societal transformations and to identify promising formats for its development. It is substantiated that mental recovery should be viewed not as passive rest, but as an integrative process encompassing psycho-emotional, eco-sensory and socio-cultural components. A conceptual model of mental recovery has been developed, reflecting the interconnection between an individual's internal self-regulatory resources and external factors of the recreational environment. An organisational and functional model of interaction between stakeholders in supporting the mental recovery of tourists has been proposed, providing for the coordination of four levels: state regulation, territorial communities, business entities, and recreational tourists. Interdependence has been established between the processes of individual mental recovery of recreational tourists and the restoration of a tourist destination's natural, social, and cultural potential, while regenerative tourism is conceptualised as a model of mutual restoration involving the individual, the territory, and the local community. Promising formats for adapting the tourism market to transformations in consumer behaviour and the growing demand for restorative forms of recreation have been identified. These include retreat tourism, health and wellness tourism, as well as slow tourism practices. It has been substantiated that combining these elements can create the conditions for a shift from a focus on individual well-being to the creation of mutual value for recreational tourists, the local community, and the destination. The practical significance of the findings lies in the potential for the proposed models and substantiated approaches to be utilised by state and local government bodies, tourism businesses, and other stakeholders in the tourism sector when developing mental recovery programmes, tourism products, and destination development strategies in the context of crisis challenges and Ukraine's post-war recovery.

Key words: responsible tourism, psycho-emotional regeneration, mental health, eco-sensory regeneration, socio-cultural regeneration, recreational potential, retreat tours, wellness tourism, slow tourism, local communities, destination resilience, management.

Вступ. Сучасна трансформація соціально-економічного простору, що супроводжується інформаційним перенавантаженням, прискоренням життєвих ритмів та тривалою соціально-економічною нестабільністю, зумовлює зростання психоемоційного тиску на особистість. В умовах геополітичних криз та війни в Україні хронічний стрес, синдром емоційного вигорання, психофізична втома та депресивні стани набули системного характеру, трансформувались із локальних деструктивних проявів у масштабний виклик для ментального здоров'я, соціальної згуртованості та життєстійкості суспільства. Зазначені виклики актуалізують пошук ефективних соціокультурних та екологічно орієнтованих інструментів підтримки ментального здоров'я та психоемоційного відновлення, серед яких важливе місце може посідати туристична діяльність.

У сучасних умовах туризм поступово виходить за межі традиційного розуміння як сфери дозвілля та споживання туристичних послуг і набуває ознак дієвого соціорекреаційного інструменту ментального відновлення. Зміна геопросторового та соціального оточення, мінімізація інформаційного тиску, а також цілеспрямована взаємодія з природними ресурсами дестинацій можуть створювати сприятливі умови для психологічного відновлення, саморегуляції та адаптації особистості. Унаслідок цього характер суспільного запиту на туристичні послуги змінюється. Пріоритетом для

споживача стає не просто зміна локації для фізичного відпочинку, а відновлення психоемоційного балансу, зниження рівня стресу та відновлення внутрішніх ресурсів особистості. Традиційна модель масового, пасивного чи екскурсійного споживання послуг не завжди спроможна повною мірою задовольнити духовні та ментальні потреби сучасної людини. Більше того, серед окремих вразливих категорій населення, зокрема внутрішньо переміщених осіб та ветеранів, потреба у відпочинку може поєднуватися з особливими психологічними та етичними переживаннями, пов'язаними з досвідом війни, вимушеним переміщенням і перебуванням у відносно безпечному середовищі. За таких обставин переосмислення рекреаційного потенціалу туризму створює передумови для розгляду його як одного з можливих ресурсів відновлення психоемоційного стану та підтримки життєстійкості суспільства.

Дослідження останніх років доводять, що рекреаційна та туристична діяльність може відігравати важливу роль у підтримці ментального благополуччя в умовах системних криз. У науковій літературі значення туризму для психічного добробуту розглядається крізь призму зниження рівня тривожності, психологічного відновлення після повсякденного стресу, нівелювання проявів прискореного темпу життєдіяльності та відновлення внутрішнього ресурсу особистості шляхом занурення у сприятливе рекреаційне середовище. На системний зв'язок між туризмом на природі, суб'єктивним відчуттям щастя та покращенням ментальних показників указує R. Buckley. Автор розглядає природні території та парки як середовища, здатні забезпечувати позитивний внесок у ментальне благополуччя людини [1]. M. Qiu та співавтори доводять, що відновлювальний потенціал реалізується через складну взаємодію людини та природи, де туризм на природі постає не просто формою відпочинку, а важливим чинником суспільного добробуту та ментального відновлення [2]. Результати сучасних систематичних оглядів та метааналітичних досліджень також засвідчують, що природоорієнтовані втручання можуть позитивно впливати на показники ментального здоров'я та доповнювати традиційні підходи до психологічної підтримки [3]. Це узгоджується з висновками D. Heinen-Stach та співавторів, які у своєму систематичному огляді узагальнили результати досліджень ефективності природоорієнтованих втручань для покращення ментального здоров'я та психологічного благополуччя [4].

Водночас більшість досліджень зосереджується переважно на відновлювальному потенціалі природного середовища, велнес-туризму або окремих природоорієнтованих практик. Значно менш дослідженим залишається питання комплексного поєднання ментального відновлення туристів із відновленням екологічного, соціального та культурного потенціалу територій. Саме ця дослідницька прогалина актуалізує звернення до концепції регенеративного туризму.

З огляду на сучасні тенденції сталого розвитку та зростання суспільного запиту на соціально та екологічно відповідальні форми туристичної діяльності, ефективно задовольнити цей суспільний запит може концепція регенеративного туризму, яка виступає не лише альтернативою традиційним моделям сталого туризму, а й перспективним напрямом їх подальшого розвитку. На відміну від класичних моделей туризму, орієнтованих на індивідуальне споживання, регенеративний напрям базується на парадигмі відновлення та взаємного збагачення людини, території та місцевої спільноти. Він передбачає, що відновлення природних екосистем, соціокультурного середовища місцевих громад та якості життєвого простору дестинації може бути взаємопов'язаним із психологічним відновленням туриста. Зміна ролі мандрівника від пасивного споживача ресурсу до активного учасника відновлення реалізується завдяки його інтеграції у природоохоронні, соціальні, культурні та громадські регенеративні практики.

Наукове осмислення регенеративного туризму в сучасних наукових працях базується на синергії екологічного відновлення території та покращення добробуту суспільства. Вчені наголошують, що регенеративний підхід переорієнтовує туризм із моделі мінімізації негативного впливу на модель створення позитивної цінності для природних екосистем, місцевих громад і самих відвідувачів [5]. Практичний потенціал цього підходу розкривається через залучення туристів до природоохоронних та соціокультурних ініціатив, участь у яких може посилювати відчуття соціальної залученості, особистої значущості та зв'язку з місцем [6]. Водночас важливим здобутком для вітчизняного наукового дискурсу є систематизація базових принципів та організаційно-економічних засад впровадження регенеративного туризму [7; 8].

Попри активізацію наукового інтересу до регенеративного туризму, його потенціал як інструменту ментального відновлення населення в умовах суспільних трансформацій залишається недостатньо дослідженим. Особливо актуальним є визначення можливостей адаптації регенеративних підходів до українського контексту, що характеризується тривалими наслідками війни, високим рівнем психоемоційного навантаження, масштабними соціальними трансформаціями та необхідністю відновлення територій і громад....

Постановка завдання. Метою статті є обґрунтування потенціалу та інструментарію регенеративного туризму для ментального відновлення населення України в умовах системних суспільних трансформацій та визначення перспективних форматів його розвитку.

Для досягнення поставленої мети використано комплекс загальнонаукових і спеціальних методів дослідження. Методи узагальнення та групування застосовано для систематизації наукових підходів до визначення потенціалу регенеративного туризму та виокремлення основних чинників його впливу на процеси ментального відновлення. Методами аналізу та синтезу досліджено теоретичні засади ментального відновлення як складової збереження та підтримки ментального благополуччя населення України, яке зазнало впливу повномасштабної війни. Метод індукції та проблемно-орієнтований підхід використано для обґрунтування перспективних форматів розвитку регенеративного туризму та його адаптації до умов суспільних трансформацій. Метод моделювання застосовано для розроблення концептуальної моделі ментального відновлення рекреанта та організаційно-функціональної моделі взаємодії суб'єктів туристичної дестинації. Системний підхід використано для дослідження взаємозв'язків між туристами, суб'єктами туристичної діяльності, місцевими громадами, природними ресурсами та інституційними учасниками процесу забезпечення ментального відновлення.

Результати. Аналіз емпіричних даних свідчить про критичний стан ментального здоров'я населення України внаслідок воєнних дій. За результатами досліджень Всесвітньої організації охорони здоров'я понад 70% дорослого населення України повідомили про симптоми тривоги, депресії або сильного стресу, проте лише кожен п'ятий звернувся за професійною допомогою [9]. Масштабність цієї проблеми підтверджується науковими розвідками. Зокрема, у дослідженні S. Wang та співавторів доведено, що через рік після повномасштабного вторгнення росії в Україну 44,2% респондентів мали симптоми депресії, 23,1% – симптоми тривожного розладу, 14,4% – ознаки ймовірного посттравматичного стресового розладу, 8,9% – ознаки хронічного посттравматичного стресового розладу, а 38,6% демонстрували значний рівень самотності. При цьому якість життя респондентів позитивно корелювала із застосуванням ними адаптивних стратегій подолання стресу [10].

Додатковим деструктивним чинником, що посилює психоемоційне напруження, є вимушена міграція. Вченими досліджено, що вимушене переміщення осіб із постійного

місця проживання та, особливо, інтеграція у нове соціокультурне середовище значною мірою сприяють виникненню порушень психічного здоров'я, зумовлених безпосереднім переживанням травматичного досвіду війни [11].

За таких умов рекреаційно-туристична діяльність може виступати одним із дієвих інструментів покращення психоемоційного стану та формування адаптивних стратегій подолання стресу. Зміна оточення та тимчасовий вихід із зони постійного стресу дозволяють відновити внутрішній адаптаційний ресурс особистості, сприяють зниженню рівня тривожності, відновленню емоційної рівноваги та підвищенню індивідуальної психологічної стійкості [12; 13]. Додатковим фізіологічним чинником такої трансформації є те, що перебування у природному середовищі під час мандрівок діє як ефективне немедикаментозне втручання. Зокрема, воно знижує рівень кортизолу в організмі, нівелює депресивні стани та запускає природні внутрішні механізми психологічної адаптації індивіда [1].

Особливо чітко цей зв'язок простежується в концепції регенеративного туризму, де залучення туриста до корисних ініціатив місцевих громад створює ефект взаємного зцілення, що значно підвищує рівень ментального благополуччя [5]. У межах регенеративного підходу відновлювальний потенціал реалізується не через пасивне споживання ресурсів рекреаційного середовища, а через активне, усвідомлене занурення в соціокультурний простір дестинації. Синергія особистісного оздоровлення рекреанта та проактивного розвитку території базується на принципах етичної взаємодії, підтримки місцевих спільнот та залучення туристів до корисних ініціатив місцевих громад. Трансформація подорожей у межах концепції регенеративного туризму дозволяє не лише забезпечити фізичний відпочинок, а й покращити психічне благополуччя та якість життя громадян, що сприяє загальному підвищенню резильєнтності суспільства в умовах війни.

Унікальність регенеративного туризму як інструменту ментального оздоровлення полягає у синергії особистісного відновлення туриста та проактивного розвитку дестинації, що реалізується через безпосередню взаємодію з місцевими громадами та громадськими ініціативами [6]. У контексті дефіциту професійної психологічної допомоги регенеративний туризм трансформується із пасивного відпочинку на природі на екологічно та соціально відповідальну стратегію подолання стресу, керовану місцевими громадами заради взаємного зцілення людини і простору.

Практичним інструментом реалізації регенеративного потенціалу подорожей для ментального відновлення в умовах війни є впровадження національної програми «Подорож до себе. Шляхи відновлення», ініційованої Державним агентством розвитку туризму України [14]. Вектор її практичної реалізації орієнтований на системне психофізичне та емоційне оздоровлення українців у межах внутрішнього туристичного простору України. Проєкт закладає підґрунтя для структурної модернізації вітчизняної індустрії гостинності, перетворюючи її на дієвий інструмент соціокультурної реабілітації. В основі цієї моделі лежить синергетичний ефект від інтеграції терапевтичного потенціалу природних ландшафтів, автентики культурної спадщини та м'яких практик стабілізації ментального стану особистості, де рекреант виступає активним суб'єктом відновлення соціоекономічного та культурного простору приймаючої громади.

Аналогічні підходи до організації відновлювальних рекреаційних практик наразі впроваджуються і на регіональному рівні. Прикладом цього є проєкт «Терапія мандрями», що реалізується за ініціативи Управління туризму та курортів Львівської обласної військової адміністрації в межах концепції підтримки Захисників та Захисниць [15]. Програма орієнтована на емоційне розвантаження та соціальну адаптацію військовослужбовців, які перебувають на реабілітації після поранень,

ветеранів та їхніх сімей. У контексті регенеративної філософії такі кейси доводять, що ментальне відновлення особистості відбувається паралельно із регенерацією соціальних зв'язків та інтеграцією ветеранів у відкрите, дружнє середовище дестинацій, перетворюючи регіональні туристичні ініціативи на ефективний немедичний інструмент підтримки ментального здоров'я у кризовий період.

Теоретичний базис регенеративного підходу переформатовує лінійні взаємозв'язки в межах тристоронньої системи партнерства між туристами, підприємницьким сектором та територіальною громадою. За такого підходу справедливий розподіл прибутків, створення нових робочих місць та відновлення місцевих культурних традицій є не просто випадковими наслідками подорожі. Вони стають головною умовою для формування довіри між туристами та громадою. Свідоме залучення туриста до життєдіяльності приймаючої спільноти дозволяє трансформувати його споживчий попит у стимул для розвитку та резильєнтності дестинації [16]. Цей ефект досягається через залучення мандрівників до екологічно й соціально відповідальних практик, підтримку локальних виробників та інтерактивну взаємодію з місцевим населенням.

Систематизація практичних інструментів регенеративного туризму дозволяє окреслити внутрішні механізми ментальної реабілітації рекреантів (рис. 1).



Рис. 1. Модель ментального відновлення у системі регенеративного туризму

Fig. 1. Model of Mental Recovery within the Regenerative Tourism System

Джерело: власна розробка авторів

Запропонована модель візуалізує трикомпонентну систему регенеративного туризму, у якій основні суб'єкти та об'єкти взаємодії перебувають у стані безперервного взаємного інформаційного, соціального та ресурсного обміну. На

відміну від традиційних рекреаційних моделей, заснованих на пасивному споживанні, структура цієї моделі базується на принципі взаємозалежності та двосторонньої взаємодії між рекреантом, природним середовищем і місцевою громадою. Відображені двосторонні зв'язки засвідчують взаємозв'язок між індивідуальним психоемоційним відновленням туриста та процесами екологічного й соціокультурного відновлення дестинації. Практична реалізація потенціалу ментального відновлення забезпечується через конкретні напрями, які активізують потенціал кожної підсистеми через відповідні інструменти. Зокрема, напрям психоемоційної регенерації особистості орієнтований на зниження проявів психоемоційного напруження та хронічного стресу шляхом активізації внутрішніх ресурсів саморегуляції індивіда. Водночас блок екосенсорної регенерації спрямований на зниження рівня тривожності та психоемоційного напруження через безпосередню взаємодію з відновлювальним потенціалом природного середовища, а напрям соціокультурної регенерації фокусується на посиленні соціальної залученості особистості, відновленні соціальних зв'язків та зменшенні відчуття відчуженості й самотності. Інтеграція та синергетичний ефект зазначених інструментів у межах єдиного рекреаційного простору створюють передумови для формування регенеративного балансу між індивідуальним благополуччям рекреанта, станом природного середовища та розвитком місцевої спільноти. В цьому контексті індивідуальне ментальне відновлення рекреанта може бути пов'язане з посиленням життєстійкості приймаючої громади та збереженням її природного, соціального й культурного ресурсного потенціалу.

Трансформація поведінкової культури туристів у межах регенеративного підходу стимулює реакцію позитивних змін у середовищі дестинації. Якщо індивідуальний рівень фіксує покращення психофізичного стану людини, то системний підхід актуалізує дослідження соціокультурних та фінансово-економічних зрушень у життєдіяльності місцевих громад. Концептуалізація цих ефектів підтверджує, що ментальне відновлення людини здатне активізувати економічний розвиток громад через залучення їхнього внутрішнього потенціалу та зміцнювати суспільну згуртованість у складних кризових умовах.

Економічна складова цього процесу виявляється у переорієнтації фінансових потоків всередині дестинації. Туристи, орієнтовані на регенеративні формати, віддають перевагу споживанню локальних екологічних продуктів, послугам місцевих виробників та майстрів крафтового виробництва. Це забезпечує диверсифікацію локальної економіки, утримання капіталу всередині громади та знижує залежність регіонального туристичного бізнесу від сезонних коливань.

Соціальний вплив регенеративного туризму має не менш вагоме значення і реалізується через актуалізацію історико-культурної спадщини. Запит рекреантів на автентичний досвід спонукає місцеве населення до переосмислення та збереження власних традицій, промислів та унікальних ландшафтів [17]. У кризовий період така взаємодія між туристами та громадою створює простір для взаємопідтримки, нівелює відчуття соціальної ізоляції та стимулює розвиток волонтерських і громадських ініціатив на базі туристичних локацій.

Реалізація соціально-економічного потенціалу регенеративного підходу та забезпечення терапевтичного ефекту ментального відновлення можливі лише за умови формування скоординованої системи взаємодії між усіма учасниками рекреаційного процесу. Саме спільна діяльність об'єднує інституційні можливості державного регулювання, ресурсний потенціал територіальних громад, інфраструктурну гнучкість суб'єктів господарювання та безпосередній запит туристів. Головне завдання органів державного регулювання полягає не в оперативному управлінні, а у формуванні нормативно-правового та стратегічного середовища. Територіальна громада є

безпосереднім розпорядником рекреаційного ресурсу і виступає платформою для взаємодії бізнесу та споживача туристичних послуг. При цьому суб'єкти підприємницької діяльності перетворюють концептуальні ідеї у кінцевий, якісний та безпечний сервісний продукт, а туристи виступають не просто пасивними отримувачами послуг, а активними учасниками відновлювального простору дестинації (рис. 2).



Рис. 2. Організаційно-функціональна модель взаємодії суб'єктів у забезпеченні ментального відновлення туристів

Fig. 2. An organisational and functional model of interaction between stakeholders in ensuring the mental recovery of tourists

Джерело: власна розробка авторів

Запропонована схема взаємодії відображає замкнений цикл формування відновлювального ефекту. Роль інституційного регулятора визначається загальним вектором розвитку, тоді як територіальна громада бере на себе функцію забезпечення та доступності рекреаційного простору. Своєю чергою, суб'єкти господарювання адаптують інфраструктуру під реальні потреби рекреантів, а туристи через свій свідомий запит повертають фінансовий ресурс у місцеву економіку у вигляді оплати локальних товарів та послуг, що згодом трансформується в податкові надходження громади. При цьому комерційні інтереси підприємців і стратегічні цілі громад

безпосередньо залежать від досягнення терапевтичного результату. Пряма залежність засвідчує, що якісніша організація простору для ментального відновлення забезпечує зростання тривалості перебування туриста в дестинації. Це зрештою забезпечує стабільний соціоекономічний ефект для регіону та гарантує збереження людського капіталу в довгостроковій перспективі.

Безпосередня реалізація відновлювального потенціалу дестинацій відбувається через впровадження конкретних форматів рекреації. Кожен із форматів по-різному поєднує інструменти впливу залежно від специфічних запитів рекреантів. У цьому контексті ретрит-тури визначаються як перспективна форма рекреації, що поєднує в собі інструменти зазначені в моделі ментального відновлення (рис. 1). Орієнтація таких турів на поєднання медитативних практик, психоемоційного розвантаження та цілеспрямованої взаємодії з природою дозволяє комплексно задіяти інструменти ментального відновлення. Це перетворює ретрит-тури з простої зміни простору на дієвий інструмент глибокої особистісної трансформації та перспективний напрям розвитку сучасної індустрії туризму [18]. Реалізація регенеративного потенціалу ретрит-турів в Україні на сучасному етапі спирається на високий рівень суспільного запиту на психоемоційне розвантаження, значний ландшафтно-кліматичний потенціал дестинацій та стрімку інтеграцію вітчизняного турпродукту в глобальний простір велнес-туризму [19]. Відповідно до запропонованої структури ментального відновлення, пріоритетними напрямками розвитку стають психореабілітаційні та медико-реабілітаційні моделі, спрямовані на індивідуальну саморегуляцію, локальні екоформати, а також корпоративні програми й культурно-ідентичні ретрити, що активізують соціокультурну регенерацію через взаємодію у спільноті.

Якщо ретрит-тури відображають цілеспрямовані та трансформаційно орієнтовані форми рекреації, то важливим інструментом для масового впровадження регенеративної моделі виступає традиційний оздоровчий та велнес-туризм. Він дозволяє системно інтегрувати екотерапевтичні та ментально-розвивальні практики в межах класичних оздоровчих програм, трансформуючи напрям суто індивідуального благополуччя у простір спільного добробуту рекреанта та громади, що повною мірою відповідає задекларованій філософії взаємодії суб'єктів на рівні територіальних громад та суб'єктів господарювання (рис. 2). Комплексна природа відновлювального потенціалу велнес-туризму відкриває можливості для його органічного включення у внутрішні механізми психоемоційної регенерації особистості. Цінність цього напрямку виявляється в одночасному досягненні фізичного тону, психоемоційної релаксації та конструктивної міжособистісної взаємодії, що стає можливим завдяки послідовному дотриманню принципів інклюзивності, безпеки та безбар'єрності [20].

Значний потенціал велнес-сегмента в системі психофізичного відновлення населення дозволяє не лише знижувати нервові напруження чи підтримувати адаптаційні ресурси організму, а й безпосередньо впливати на зміну поведінкових звичок рекреантів. З огляду на сучасні воєнні та повоєнні реалії України, пріоритетними завданнями менеджменту в цьому секторі є розширення локальних форматів внутрішнього відпочинку та безпосереднє залучення просторово-ресурсного потенціалу територіальних громад до процесів загальносуспільної регенерації. У цьому контексті аналіз потенціалу оздоровчого туризму дає змогу оцінити масштаби практичного втілення інструментів ментального відновлення на рівні вже існуючих туристичних продуктів.

Трансформація поведінкових звичок рекреантів у межах велнес-сегмента спонукає до переосмислення ними і часових параметрів відпочинку. Такий підхід актуалізує розвиток повільного туризму як важливого напрямку ментального відновлення. Якщо класичний оздоровчий відпочинок часто базується на

регламентованому споживанні послуг, то філософія повільного туризму пропонує радикальну зміну самого темпу рекреаційної діяльності. Уповільнення ритму подорожі, свідома відмова від насичених екскурсійних маршрутів та орієнтація на глибинне, неквапливе освоєння простору виступають ефективним механізмом нівелювання дефіциту часу та проявів повсякденного стресу [21]. Інтеграція філософії повільного туризму в структуру запропонованої моделі засвідчує, що мінімізація інтенсивності повсякденних зовнішніх впливів ініціює внутрішні механізми психоемоційної саморегуляції мандрівника, а вивільнений часовий ресурс дозволяє туристу глибше усвідомити екологічні та соціокультурні потреби дестинації й долучитися до їх вирішення. У практичному вимірі впровадження моделей повільного туризму забезпечує синергетичний ефект від взаємодії між місцевими громадами, органами влади та бізнесом, що створює необхідні передумови для масштабування регенеративних моделей розвитку туристичних дестинацій, збереження їхньої автентичної культурної спадщини та підвищення загальної інвестиційної привабливості регіонів.

Висновки. У межах проведеного дослідження обґрунтовано, що в умовах системної кризи та посилення психоемоційного навантаження на населення традиційні підходи до організації туристично-рекреаційної діяльності потребують переосмислення з урахуванням принципів регенеративного туризму. При цьому ментальне відновлення визначено не як пасивний відпочинок, а як складний інтегративний процес, що охоплює психоемоційні, екосенсорні та соціокультурні компоненти відновлення особистості. Розроблена концептуальна модель ментального відновлення відображає взаємозв'язок між внутрішніми ресурсами саморегуляції людини та зовнішніми чинниками рекреаційного середовища, формуючи теоретичне підґрунтя для використання туристично-рекреаційних практик у системі підтримки ментального благополуччя. Запропонована організаційно-функціональна модель взаємодії суб'єктів у забезпеченні ментального відновлення туристів обґрунтовує необхідність комплексної взаємодії чотирьох основних рівнів: державного регулювання, територіальних громад, суб'єктів господарювання та самих рекреантів. Такий підхід дає змогу розглядати ментальне відновлення не лише як індивідуальний процес, а як результат взаємодії особистості, туристичного бізнесу, громади та інституційного середовища дестинації.

Визначено основні інструменти адаптації вітчизняного туристичного ринку до трансформації споживчої поведінки та зростання попиту на відновлювальні форми рекреації. Зокрема, ретрит-туризм визначено як перспективний формат організації туристично-рекреаційної діяльності, орієнтований на комплексне відновлення психоемоційного стану, особистісну рефлексію та взаємодію з природним і соціокультурним середовищем. Оздоровчий і велнес-туризм можуть розглядатися як важливе підґрунтя для впровадження регенеративної моделі, оскільки створюють передумови для розширення традиційного фокусу на індивідуальному благополуччі до формування взаємної цінності для рекреанта, місцевої громади та території дестинації. Синергетичний потенціал регенеративного підходу може посилюватися завдяки використанню практик повільного туризму, які сприяють зниженню інтенсивності повсякденного інформаційного навантаження та надмірного темпу життєдіяльності. Уповільнення темпу туристичної діяльності, зниження інтенсивності повсякденних зовнішніх впливів та поглиблення взаємодії з природним і локальним соціокультурним середовищем створюють сприятливі умови для саморегуляції, психологічного відновлення та відновлення внутрішніх ресурсів рекреанта.

Перспективи подальших досліджень пов'язані з емпіричною перевіркою запропонованої моделі, оцінюванням ефективності окремих регенеративних практик та

розробленням системи індикаторів оцінювання їх впливу на ментальне благополуччя рекреантів і розвиток туристичних дестинацій.

1. Buckley R. Nature tourism and mental health: parks, happiness, and causation. *Journal of Sustainable Tourism*. 2020. Vol. 28, № 9. P. 1409–1424. DOI: <https://doi.org/10.1080/09669582.2020.1742725>
2. Qiu, M., Sha, J., Scott, N. Restoration of Visitors through Nature-Based Tourism: A Systematic Review, Conceptual Framework, and Future Research Directions. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2021. Vol. 18, № 5. 2299. DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph18052299>
3. Menhas R., Yang L., Saqib Z et al. Does nature-based social prescription improve mental health outcomes? A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Public Health*. 2024. Vol. 12. 1228271. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1228271>
4. Heinen-Stach D, Herbold E, Hendricks CL et al. The effectiveness of nature-based interventions on mental health: A systematic review. *Applied Psychology: Health and Well-Being*. 2026. Vol. 18, № 4. 70164. DOI: <https://doi.org/10.1111/aphw.70164>
5. Ramkissoon H., Karagöz D. Editorial: Regenerative tourism and wellbeing. *Frontiers in Sustainable Tourism*. 2026. Vol. 5. 1893479. DOI: <https://doi.org/10.3389/frsut.2026.1893479>
6. Thornton M., Bhatia M., Silkaitis C. Regenerative Tourism and Mental Health: The Clean Wave Foundation, Costa Rica. *Strategic Innovative Marketing and Tourism*. ICSIMAT 2023 / A. Kavoura, T. Borges-Tiago, F. Tiago (eds). Cham : Springer, 2024. P. 65–73. (Springer Proceedings in Business and Economics). DOI: https://doi.org/10.1007/978-3-031-51038-0_8
7. Красномоєць В. А. Принципи регенеративного туризму: основи організації та перспективи впровадження. *Таврійський науковий вісник. Серія: Економіка*. 2024. № 22. С. 304–312. DOI: <https://doi.org/10.32782/2708-0366/2024.22.35>
8. Красномоєць В. А. Регенеративний туризм: категоріальні особливості та специфіка трактування. *Бізнес інформ*. 2023. №12. С. 83–89. DOI: <https://doi.org/10.32983/2222-4459-2023-12-83-89>
9. World Health Organization. Regional Office for Europe. Health needs assessment of the adult population in Ukraine: survey report: April 2025. 58 p. URL: <https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/db496ed9-2745-4720-890d-ff24c34c07fb/content> (дата звернення: 21.06.2026).
10. Wang S., Barrett E., Hicks M. H. et al. Associations between mental health symptoms, trauma, quality of life and coping in adults living in Ukraine: A cross-sectional study a year after the 2022 Russian invasion, *Psychiatry Research*, 2024. Vol. 339. 116056. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2024.116056>
11. Lushchak O., Velykodna M., Bolman S., et al. Prevalence of stress, anxiety, and symptoms of post-traumatic stress disorder among Ukrainians after the first year of Russian invasion: a nationwide cross-sectional study. *The Lancet Regional Health – Europe*. 2024. Vol. 36. 100773, DOI: <https://doi.org/10.1016/j.lanepe.2023.100773>
12. Chen C.-C., Petrick J. F. Health and wellness benefits of travel experiences: A literature review. *Journal of Travel Research*, 2013. Vol. 52, № 6. P. 709–719. DOI: <https://doi.org/10.1177/0047287513496477>
13. Алдошина М. В. Вплив туризму на психологічний стан населення України в умовах війни. *Таврійський науковий вісник. Серія: Економіка*. 2026. Вип. 27. С. 248–257. DOI: <https://doi.org/10.32782/2708-0366/2026.27.28>
14. Подорож до себе. Шляхи відновлення : [вебсайт]. URL: <https://www.tourism.gov.ua/podorozh-do-sebe> (дата звернення: 20.06.2026).
15. Терапія мандрями: [вебсайт]. URL: <https://loda.gov.ua/useful-info/120429> (дата звернення: 20.06.2026).
16. Кирилюк І. М., Красномоєць В. А., Литвин О. В., Нещадим Л. М. Потенціал регенеративного туризму для розвитку дестинацій в умовах сучасних викликів. *Актуальні проблеми розвитку економіки регіону*. 2025. № 1 (21). С. 337–349. DOI: <https://doi.org/10.15330/apred.1.21.337-349>
17. Коваль О. І. Організаційно-економічний механізм розвитку солідарного туризму в умовах післявоєнної відбудови України. *Сталий розвиток економіки*. 2025. № 3(54). DOI: <https://doi.org/10.32782/2308-1988/2025-54-46>
18. Гищук Р., Скабара Р., Нодь О. Ретрит-тури як засіб відновлення ментального балансу: міжнародний досвід та перспективи впровадження в українському туризмі. *Економіка та суспільство*. 2026. Вип. 85. DOI: <https://doi.org/10.32782/2524-0072/2026-85-165>
19. Пальчук М. Б., Сухомлинов Р. О., Козакова К. Г., Бричук М. С. СПА- та Wellness-туризм в Україні: проблеми, перспективи розвитку. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова*. 2026. Серія 15. Вип. 1 (200). С. 165–171. DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2026.01\(200\).30](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2026.01(200).30)
20. Данилевич М., Іваночко В., Лабарткава В. Велнес-туризм у системі психофізичного відновлення населення в умовах воєнних викликів. *Економіка та суспільство*. 2026. Вип. 86. DOI: <https://doi.org/10.32782/2524-0072/D2026-86-137>

21. Липчук В., Липчук Н. Slow-tourism як альтернативна модель сучасного туризму. *Економіка та суспільство*. 2025. Вип. 76. DOI: <https://doi.org/10.32782/2524-0072/2025-76-105>

References

1. Buckley, R. "Nature Tourism and Mental Health: Parks, Happiness, and Causation." *Journal of Sustainable Tourism*, vol. 28, no.9, 2020, pp. 1409–1424, <https://doi.org/10.1080/09669582.2020.1742725>
2. Qiu, M., J. Sha, and N. Scott. "Restoration of Visitors through Nature-Based Tourism: A Systematic Review, Conceptual Framework, and Future Research Directions." *International Journal of Environmental Research and Public Health*, vol. 18, no. 5, 2021, p. 2299, <https://doi.org/10.3390/ijerph18052299>
3. Menhas, R., et al. "Does Nature-Based Social Prescription Improve Mental Health Outcomes? A Systematic Review and Meta-Analysis." *Frontiers in Public Health*, vol. 12, 2024, p. 1228271, <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1228271>
4. Heinen-Stach, D., et al. "The Effectiveness of Nature-Based Interventions on Mental Health: A Systematic Review." *Applied Psychology: Health and Well-Being*, vol. 18, no. 4, 2026, p. e70164, <https://doi.org/10.1111/aphw.70164>
5. Ramkissoon, H., and D. Karagöz. "Editorial: Regenerative Tourism and Well-being." *Frontiers in Sustainable Tourism*, vol. 5, 2026, p. 1893479, <https://doi.org/10.3389/frsut.2026.1893479>
6. Thornton, M., M. Bhatia, and C. Silkaitis. "Regenerative Tourism and Mental Health: The Clean Wave Foundation, Costa Rica." *Strategic Innovative Marketing and Tourism: ICSIMAT 2023*, edited by A. Kavoura, T. Borges-Tiago, and F. Tiago, Springer, 2024, pp. 65–73. Springer Proceedings in Business and Economics, https://doi.org/10.1007/978-3-031-51038-0_8
7. Krasnomovets, V. A. "Principles of regenerative tourism: organizational foundations in the system of sustainable development." *Tavriiskyi Naukovyi Visnyk. Seriya: Ekonomika*, no. 22, 2024, pp. 304–312, <https://doi.org/10.32782/2708-0366/2024.22.35>
8. Krasnomovets, V. A. "Regenerative Tourism: General Characteristics and Specifics of Interpretation." *Biznes Inform*, no. 12, 2023, pp. 83–89, <https://doi.org/10.32983/2222-4459-2023-12-83-89>
9. *Health Needs Assessment of the Adult Population in Ukraine: Survey Report: April 2025*. World Health Organization, Regional Office for Europe, 2025. *WHO Institutional Repository for Information Sharing (IRIS)*, iris.who.int/server/api/core/bitstreams/db496ed9-2745-4720-890d-ff24c34c07fb/content. Accessed 21 June 2026.
10. Wang, S., et al. "Associations between Mental Health Symptoms, Trauma, Quality of Life and Coping in Adults Living in Ukraine: A Cross-Sectional Study a Year after the 2022 Russian Invasion." *Psychiatry Research*, vol. 339, 2024, p. 116056, <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2024.116056>
11. Lushchak, O., et al. "Prevalence of Stress, Anxiety, and Symptoms of Post-Traumatic Stress Disorder among Ukrainians after the First Year of Russian Invasion: A Nationwide Cross-Sectional Study." *The Lancet Regional Health – Europe*, vol. 36, 2024, p. 100773, <https://doi.org/10.1016/j.lanepe.2023.100773>
12. Chen, C.-C., and J. F. Petrick. "Health and Wellness Benefits of Travel Experiences: A Literature Review." *Journal of Travel Research*, vol. 52, no. 6, 2013, pp. 709–719, <https://doi.org/10.1177/0047287513496477>
13. Aldoshyna, M. V. "The Impact of Tourism on The Psychological State of the Ukrainian Population In War Conditions." *Tavriiskyi Naukovyi Visnyk. Seriya: Ekonomika*, no. 27, 2026, pp. 248–257, <https://doi.org/10.32782/2708-0366/2026.27.28>
14. "Journey to Oneself. Paths of Recovery." *State Agency for Tourism Development of Ukraine*, www.tourism.gov.ua/podorozh-do-sebe. Accessed 20 June 2026.
15. "Travel Therapy." *Lviv Regional State Administration*, loda.gov.ua/useful-info/120429. Accessed 20 June 2026.
16. Kyryliuk, I. M., et al. "The Potential of Regenerative Tourism for The Development Of Destinations in The Face of Modern Challenges." *Aktualni Problemy Rozvytku Ekonomiky Rehionu*, vol. 1, no. 21, 2025, pp. 337–49, <https://doi.org/10.15330/apred.1.21.337-349>
17. Koval, O. I. "Organizational and Economic Mechanism for the Development of Solidarity Tourism in The Context of Ukraine's Post-War Reconstruction." *Stalyi Rozvytok Ekonomiky*, no. 3(54), 2025, <https://doi.org/10.32782/2308-1988/2025-54-46>
18. Hyshchuk, R., R. Skabara, and O. Nod. "Retreat Tours as a Means of Restoring Mental Balance: International Experience and Prospects for Implementation in Ukrainian Tourism." *Ekonomika ta Suspilstvo*, no. 85, 2026, <https://doi.org/10.32782/2524-0072/2026-85-165>
19. Palchuk, M. B., et al. "SPA and Wellness Tourism in Ukraine: Problems and Development Prospects." *Naukovyi Chasopys Ukrainskoho Derzhavnogo Universytetu Imeni Mykhaila Drahomanova. Seriya 15*, vol. 1, no. 200, 2026, pp. 165–71, [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2026.01\(200\).30](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2026.01(200).30)
20. Danylevych, M., V. Ivanochko, and V. Labartkava. "Wellness Tourism in The System Of Psychophysical Recovery of The Population Under War-Related Challenges." *Ekonomika ta Suspilstvo*, no. 86, 2026, <https://doi.org/10.32782/2524-0072/D2026-86-137>

21. Lypchuk, V., and N. Lypchuk. "Slow-Tourism as An Alternative Model of Modern Tourism." *Ekonomika ta Suspilstvo*, no. 76, 2025, <https://doi.org/10.32782/2524-0072/2025-76-105>.

Дата подання: 22.06.2026

Дата прийняття до друку: 24.07.2026