

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ И ИННОВАЦИИ В ТУРИЗМЕ И ГОСТЕПРИИМСТВЕ

УДК 911.3

Г.М. ЗАВАРИКА, канд. геогр. наук, доцент,
доцент кафедры международной экономики и туризма¹



К.С. ФЕДОРЕНКО

магистрант¹

¹Восточноукраинский национальный университет
имени Владимира Даля,
г. Северодонецк, Украина



Статья поступила 1 октября 2020 г.

ВЕЛНЕС-ТУРИЗМ КАК ВОЗМОЖНОСТЬ РАЗВИТИЯ ТЕРРИТОРИИ В УСЛОВИЯХ ПОСТКОНФЛИКТА И ПАНДЕМИИ

В статье говорится о перспективах развития велнес-туризма и о возможностях велнес влиять на развитие территории в условиях постконфликтов и пандемии. Применена методика исследования, сочетающая в себе философские и общенаучные принципы, которые выступают методологическими основами научного исследования и включают ряд законов и категорий. В исследовании использовались аналитический, статистический, сравнительно-географический, исторический методы исследования. Проанализировано происхождение термина «велнес», важность велнеса и его влияние на здоровье человека. Анализ показал, что велнес положительно влияет не только на физическое здоровье человека, но и на эмоциональное, духовное, ментальное состояние человека. Показано, что на сегодняшний день велнес-индустрия имеет глобальные масштабы и стремительно развивается, что может поспособствовать развитию территорий, пострадавших во время военных конфликтов и пандемии COVID-19. Выявлены велнес-инновации, такие как велнес-питание, велнес-отели, новые технологии в сфере велнес-услуг и систематизированы их формы, виды и специфика, которые позволят лучше трансформироваться туристско-рекреационным комплексам с целью оздоровления населения. Предложено широкое внедрение велнес-индустрии и велнес-туризма на постконфликтных территориях, что будет способствовать оздоровлению населения на фоне пандемии и любых глобальных катастроф.

Ключевые слова: велнес, велнес-индустрия, велнес-туризм, велнес-инновации, постконфликтные условия, пандемия.

ZAVARIKA G.M., PhD in Geog. Sc.,
Associate Professor of International Economics and Tourism Department¹

FEDORENKO K.S.

Student¹

¹Volodymyr Dahl East Ukrainian National University

WELLNESS TOURISM AS A POSSIBILITY OF TERRITORY DEVELOPMENT IN THE CONDITIONS OF POST-CONFLICT AND PANDEMIC

The article states about prospects for the development of wellness tourism and the possibilities of wellness to influence the development of the territory in the context of post-conflict and pandemic. The research methodology is applied, combining philosophical and general scientific principles, which are the methodological principles of scientific research and include a number of laws and categories. The research used analytical, statistical, comparative geographical, historical research methods.

The article analyzes the origin of the term wellness, its importance and impact on human health. The analysis showed that wellness has a positive effect not only on the physical health of a person, but also on the emotional, spiritual, and mental state of a person. It is shown that today the wellness industry has a global scale, and is rapidly developing, which can contribute to the development of territories affected by military conflicts and the COVID-19 pandemic. The article analyzes wellness innovations such as wellness meals, wellness hotels, new technologies in the field of wellness services. The main wellness innovations, their forms, types and specifics, which will allow better transformation of tourist and recreational complexes in order to improve the health of the population, have been systematized. It has been suggested that introduction of the wellness industry and wellness tourism in post-conflict territories will contribute to the improvement of the population's health.

Keywords: *wellness, wellness industry, wellness tourism, wellness innovations, post-conflict conditions, pandemic.*

Введение. Развитие территорий в пост-конфликтных условиях является очень сложным процессом, что связано с большим количеством причин, усложняющих его. К большому сожалению, в мире постоянно наблюдаются конфронтация и напряжение, приводящие к конфликтным ситуациям, что негативным образом отражается на здоровье местного населения. А ведь именно на него, прежде всего, ложится нагрузка по восстановлению пострадавших от конфликта территорий, поэтому так важно, чтобы физическое, психическое и эмоциональное состояние людей было в норме. Согласно статистическим данным, как военные, так и гражданские лица страдают похожим набором расстройств и психологических последствий, вызванных экстремальной травмой, включая посттравматическое стрессовое расстройство, депрессию, тревожность, зависимость, соматизацию с хронической болью, диссоциацию, психосоциальные дисфункции, суицидальное поведение и т. д. Военные конфликты, глобальные пандемии, террористические

акты и информационные войны, усиленные технологически развивающимися средствами массовой информации – интернетом и социальными сетями, усиливают общее ощущение нестабильности и беспокойства, охватывая все более широкие контингенты во всем мире. Поэтому актуальным будет развитие велнес-индустрии и велнес-туризма на пост-конфликтных и подверженных глобальным катаклизмам территориях, поскольку это будет способствовать всеобщему оздоровлению населения, а также предупреждению возможных проблем со здоровьем.

Многие международные организации и ученые занимаются исследованиями актуальных вопросов поиска возможностей развития территорий в постконфликтных условиях. Проблемы развития велнеса изучали такие авторы, как А.Н. Корякина, М. Парчева, Дж. Миллер, М. Смитт, Г. Джакетт. Б. Редер Нэш, Дж. Трэвис [1, 2, 3, 4, 5]. Авторы рассматривают велнес применительно к различным областям жизни. В своей книге «Foundations of wellness» («Основы велнеса»)

М. Смитт, Г. Джакетт. Б. Регер-Нэш дают понятие велнесу применительно к здоровью человека как предотвращение проблем со здоровьем с помощью собственных сил без использования медикаментов [4, с. 25].

Автор статьи ранее предлагала провести структурно-функциональную реорганизацию карпатских курортов как курортов велнес-типа, что способствовало бы завоеванию выгодной ниши европейского рекреационного сервиса благодаря продвижению на рынок себя как центров релаксационного велнес-досуга [6, с. 66-75]. В условиях пандемии и необходимости решения вопросов после конфликта эти предложения приобретают еще большую актуальность уже в других регионах.

Целью данной работы является анализ возможностей велнес-туризма для развития территорий в постконфликтных и пандемических условиях.

Основная часть. Внимание к здоровью – это не просто забота о своем будущем, но и стиль жизни, определенное мировоззрение. Стройным и спортивным, красивым и здоровым, радостным и в гармонии с окружающим миром сегодня быть модно. Способов держать себя в форме достаточно: многие занимаются бегом, ходят в фитнес-центры, соблюдают диету и борются с вредными привычками. Технологии и оборудование в сфере красоты постоянно совершенствуются, а на базе общего беспокойства о здоровье возникают целые индустрии, одна из которых – велнес. Велнес-индустрию сегодня относят к одной из наиболее стремительно развивающихся сфер в экономике, которая обладает потенциалом устойчивого роста [7].

Главной задачей велнеса является предотвращение и профилактика болезней, а также признаков старения, как внешних, так и внутренних. Велнес – это философия благополучия человека во всех сферах его бытия: духовного, социального и физического. Человек, который живет в соответствии с философией велнеса, полон энергии, оптимистичен и бодр независимо от возраста. Он уделяет внимание своему внешнему виду, придерживается принципов здорового питания, занимается физической активностью. Основные принципы философии велнес – движение, умственная активность, расслабление и гармония, красота и уход за телом, сбалансированное питание [5, с. 17-21].

Первая письменная запись термина «велнес» зафиксирована в оксфордском словаре и датирована 1654 годом. В ней Арчибалд Джонстон отметил: «Я благословил Бога за благополучие моей дочери» (in English: «I ... blessed God ... for my daughter's wealnesse»). «Wellness» как антоним «illness» (болезнь) продолжал иметь общее значение слова до середины двадцатого века [3, с. 84-85].

Хорошее самочувствие – это индивидуальное стремление, и мы несем ответственность за свой выбор, поведение и образ жизни, но на него также значительно влияет физическая, социальная и культурная среда, в которой мы живем. Хорошее самочувствие часто путают с такими терминами, как здоровье, благополучие и счастье. На рисунке 1 показано, как велнес влияет положительно не только на физическое здоровье человека, но и на другие аспекты.

Велнес индустрия приобрела глобальные масштабы. На сегодняшний день это не только велнес-центры, спортивные клубы, фитнес залы и т.п. Вместе с велнес-программами развиваются такие направления оздоровления, как таласо-, вино-, арома-, бальнео-, фанго-, апи-, галопа, стоун-, озono-, рефлексо-, крио, магнито-, электро-, цвето-, кинезио-, свето- и музыкотерапия. В частности, на саммите 2020 Global Wellness Institute были представлены новые велнес-направления (сон, велнес старше 60 лет, велнес по японским традициям, музыка, религиозный велнес) [9].

По оценкам Global Wellness Institute (GWI), велнес экономика – это колоссальная мировая индустрия, с прибылью в 4,2 трлн долларов, что составило примерно 5,3% мирового экономического производства в 2017 году. С 2014 года экономика велнеса выросла с 3,4 трлн долларов до 4,2 трлн долларов, или на 5,8% ежегодно. Эти темпы роста более чем в пять раз превышают рост мировой экономики (1,1% ежегодно) в период с 2013 по 2017 год [10, 18-20]. На сегодняшний день велнес-индустрия является одной из самых прибыльных отраслей в экономике и по размеру близкой к отрасли информационных и коммуникационных технологий, а также больше, чем спорт, фармацевтика и туризм [8, с. 1].

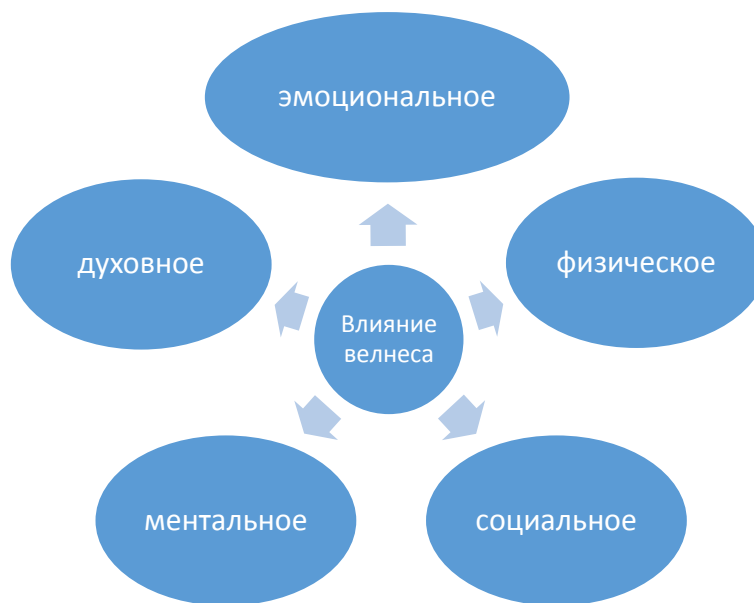


Рисунок 1. – Влияние велнеса на здоровье человека

Примечание – Источник [8, с. 1]

Ежегодно проводятся исследования, которые показывают, как здоровый образ жизни влияет на эмоциональное, психологическое и физическое здоровье человека. Исследование 2020 года, проведенное Калифорнийским университетом в Сан-Франциско, показало, что люди, которые ежедневно совершали пешие прогулки, при которых они замечали и сосредотачивались на объектах вокруг себя, находились в более оптимистичном настроении. Исследователи называют это «прогулкой с восторгом» (шагая, смотря на мир «детскими глазами»). Такая прогулка может улучшить психическое состояние человека. Еще одно исследование, проведенное в 2020 году в JAMA Oncology, показывает, что люди, ведущие малоподвижный образ жизни, примерно на 80% чаще умирают от рака [11].

Велнес-процедуры имеют огромный спектр услуг, и каждая страна может предложить что-то уникальное для путешественника в целях оздоровления.

Как и другие виды путешествий, велнес-направление – это не просто одно из однотипных направлений в оздоровительных целях. В различных странах существуют процедуры для оздоровления, связанные с местной культурой, природными богатствами, продуктами питания и т.д. Некоторым путе-

шественникам достаточно общего массажа, занятий спортом или смузи. Более взыскательные и искушенные путешественники в целях оздоровления (особенно представители поколения миллениалов) заинтересованы в том, что предлагает это место, то, что отличает его от других. Этот уникальный и аутентичный опыт может быть основан на местных методах исцеления, древних и духовных традициях, местных растениях и лесах, специальных грязях, минералах и водах, народной архитектуре, местной пище и кулинарных традициях, истории и культуре и т. д. В таблице представлены примеры велнес-процедур по странам мира.

По мере того как велнес-индустрия становится все более широко признанной и принимаемой, обычных фитнес-центров и спа-салонов в отелях часто недостаточно для удовлетворения ожиданий гостей, которые все больше и больше заботятся о своем здоровье. Представители отелей по всему миру находят разные способы участвовать в этой тенденции и пытаются извлечь выгоду из этой постоянно растущей экономики как на уровне недвижимости, так и с помощью стратегий брэндинга на корпоративном уровне.

Таблица – Велнес-процедуры по странам мира

Страна	Велнес-процедура
Колорадо	Пеший туризм в горах, йога
США	Велнес в отелях, спа
Великобритания	Отдых на уикенд, кемпинг
Норвегия	Скандинавский велнес
Финляндия	Сауна
Россия	Санатории, бани
Китай	Курорты с горячими источниками, традиционная китайская медицина
Австрия	Велнес в горных отелях
США, Калифорния	Похудение, детокс
Германия	Климатические курорты
Япония	Горячие источники
Франция	Талассотерапия
Коста-Рика	Тропический велнес
Аргентина	Термальные источники
Бразилия	Аквапарки с термальной водой
Африка	Водолечебные курорты, йога, вино
Танзания	Сафари-спа
Австралия	Серфинг, йога
Новая Зеландия	Горячие источники
Индия	Медитация, йога
Таиланд	Полное медицинское обследование
Египет	Песочные ванны
Марокко	Хамам с термальными источниками
Турция	Турецкие бани
Израиль	Воды Мертвого моря

Примечание – Источник: [10, с. 30-31]

Одним из новых трендов, который доступен почти в каждом отеле, является велнес-питание, которое имеет определенные правила, основанные на сформулированных ниже принципах:

- еду нужно готовить из свежих продуктов;
- основа рациона должна состоять из белков, углеводов, фруктов и большого количества свежих овощей;
- белки и углеводы не должны использоваться одновременно;
- мясо и мясные продукты с высоким содержанием жира следует заменять бобовыми, рыбой, птицей и нежирными сортами мяса, при этом порции мяса, рыбы и птицы должны быть небольшими;
- фрукты и фруктовые соки необходимо потреблять через 2 часа после еды;
- общее потребление поваренной соли с учетом ее содержания в хлебе и других продуктах, не должно превышать 1 чай-

ной ложки (6 г) в день (рекомендуется использовать только йодированную соль);

- потребление сахара, кофе и алкоголя следует ограничить, а продуктов, которые содержат искусственные пищевые красители, ароматизаторы и добавки свести к минимуму.

Следуя данным положениям, врач-диетологи вместе с велнес специалистами по желанию гостя могут составить для него рацион питания, учитывается возраст, пол, рост, вес и уровень физической активности человека. Правильное соотношение основных компонентов питания является индивидуальным и может отличаться при различных задачах организма. Персональный расчет помогает избавиться от дисбаланса в питании и выстроить оптимальный для поддержания здоровья рацион питания [12]. Помимо здоровых и органических продуктов питания и напитков, кулинарных мастер-классов, теперь в некоторых отелях можно забронировать номер, в котором уже есть тренажеры. К

примеру, с января 2020 года отель Four Seasons Silicon Valley в партнерстве с компанией Tonal, занимающейся технологиями тренажерных залов, предлагает отдельные номера для фитнеса с интеллектуальной фитнес-системой и персональным тренером, включая йогу, кардио, силовые тренировки и др. [13].

Стоит отметить, что велнес-индустрия также тесно связана с новыми разработками и технологиями. В 2019-2020 гг. были разработаны новые технологии в сфере оздоровления. Студенты университета Аджмана в ОАЭ разработали приложение, которое использует фотографии для диагностики дефицита витаминов. По их мнению, это приложение, удостоенное премии Джеймса Дайсона 2019 года, является первым приложением для диагностики дефицита витаминов. Французское приложение Yuka расшифровывает этикетки на продуктах питания и косметических товарах. Приложение сканирует штрихкод и оценивает продукты в режиме реального времени, предупреждая покупателей о нездоровых ингредиентах. Для пищевых продуктов рейтинг Yuka основывается на трех критериях: питательность, добавки и органический продукт [14].

Текущий год оказался сложным для туризма, в том числе пострадала и велнес-индустрия. Согласно исследованиям, представленным в отчете Global Wellness Institute за 2020 г., общий объем финансирования и сделок в 2020 г. снизился: объем финансирования снизился до 4,6 млрд долларов в первом полугодии 2020 г., что на 24% меньше, чем за аналогичный период 2019 г. Сделки снизились на 16% по сравнению с первым полугодием прошлого года.

В 2020 году инвесторы вложили более 1 млрд долларов в стартапы в области ментального здоровья и велнеса – это больше, чем в любой другой категории, представленной в отчете. Область ментального здоровья и велнеса также является лидером по активности сделок: в первом полугодии 2020 г. было заключено 106 сделок [10, 23-24].

Два фитнес-стартапа в этом году достигли оценки более чем в 1 млрд долларов: «Кеер» – китайский стартап, ориентированный на онлайн-фитнес, стал популярным с началом пандемии Covid-19, когда люди были вынуждены находиться дома; и американский «Classpass» – фитнес-программа для занятия дома и в залах.

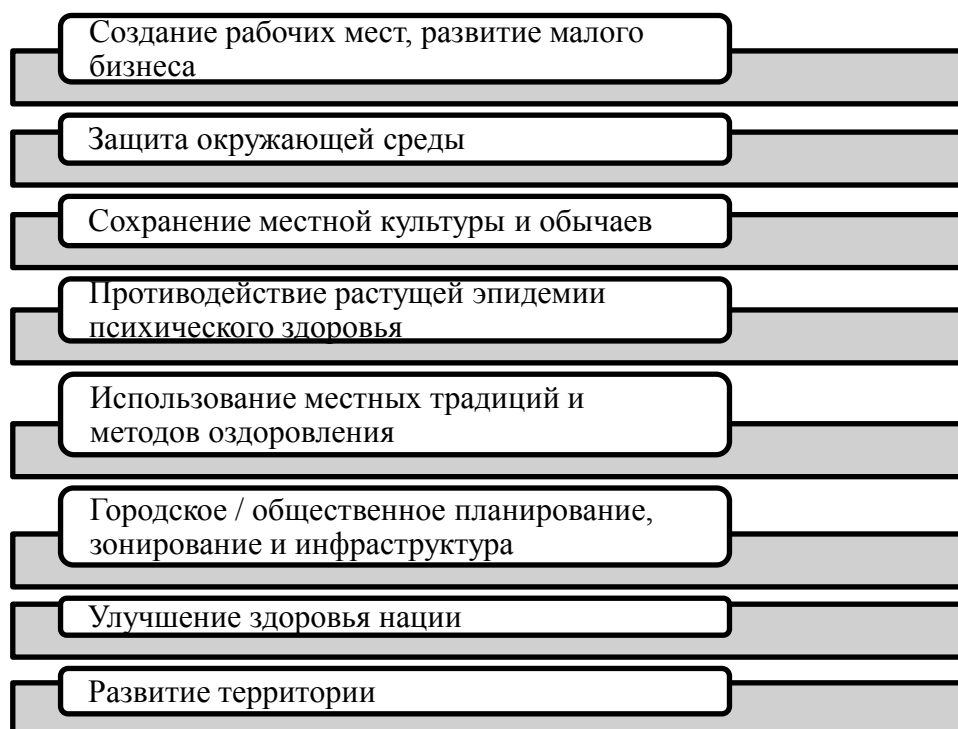


Рисунок 2. – Значение велнес-индустрии

Примечание – Источник: [8, с. 2-3]

Внимание инвесторов к цифровым и домашним оздоровительным решениям возросло после Covid-19: пандемия ускорила тенденцию внедрения оздоровительных продуктов и услуг – от тестов сна до фитнес-технологий дома, поскольку люди стремятся снизить риск заражения от посещения физических предприятий, таких как спа-салоны и студии.

В частности, стоит отметить, что в исследовании 2020 г., опубликованном в Cambridge Open Engage (позволяющем распространять исследования до его рецензирования и официальной публикации), были проведены исследования среди людей, которые выполняли или не выполняли рекомендованные 150 минут в неделю умеренных физических упражнений во время пандемии, а также сообщали об их эмоциональном состоянии. Те, кто был физически активен во время изоляции, были значительно менее подавлены и более устойчивы психологически, чем те, чей уровень активности снизился.

В категориях велнеса по-прежнему делается упор на экологичность: от выращенного в лаборатории коллагена для ухода за кожей до детского питания из экологически чистых источников – темы устойчивости сохраняются в долгосрочной перспективе. Компании более четко ориентируются на определенные демографические группы, поскольку пространство оздоровления становится более инклюзивным [10, 40-43].

На рисунке 2 представлено значение велнес-индустрии для развития территории в условиях пандемии и постконфликта.

Заключение. Результаты проведенного исследования позволяют утверждать, что велнес – это отражение образа жизни, основанное на формировании эмоциональной гармонии души и физического состояния, это обеспечение физического, духовного и эмоционального здоровья, стиль и образ жизни, который может комплексно удовлетворить рекреационные потребности современного человека.

Это переход на новый уровень понимания качества жизни, сознательное отношение к себе, к своему психическому и физическому здоровью, чему нужно учиться с детства, именно аспект воспитания выходит на первый уровень.

Активное и широкое внедрение велнес-инноваций на постконфликтных территориях будет не только способствовать скорейшему восстановлению сил и здоровья населения, но и создаст предпосылки для преодоления последствий пандемии. Поэтому велнес-туризм можно назвать одним из способов развития территорий, пострадавших от любых глобальных катаклизмов, а также средством предупреждения возможных проблем со здоровьем.

Список литературы

1. Корякина, А. Н. Особенности формирования архитектуры спа-комплексов и велнес-центров в России и за рубежом / А. Н. Корякина // Вестник Томского государственного архитектурно-строительного университета. – 2008. – № 1. – С. 14–21.
2. Парчева, М. Проявление предпринимательской активности в спа- и велнес-индустрии / М. Парчева // Наука и образование в современном мире. – 2015. – № 1(1). – С. 15–21.
3. Miller, J.W. Wellness: The history and development of a Concept / J.W. Miller // Spektrum Freizeit 27. – 2005. – P. 84–106.
4. Reger-Nash, B. Foundations of wellness. Human Kinetics / B. Reger-Nash, M. Smith, G. Juckett. – 2015. – 256 p.
5. Travis, J.W. Wellness Workbook: how to achieve enduring health and vitality / J.W. Travis. – Berkeley, Calif.: Enfield: Celestial Arts, 2004. – 323 p.
6. Заваріка, Г. М. Курортна справа: навч. посіб. / Г. М. Заваріка. – К.: «Центр учбової літератури», 2015. – 264 с.
7. Гречишкіна, Е. А. Тенденции развития лечебно-оздоровительного туризма в Республике Беларусь / Е. А. Гречишкіна // Часопис економічних реформ : наукововиробничий журнал. – 2018. – № 2 (30). – С. 110-118
8. Yeung, O. Understanding wellness: opportunities and impacts of the wellness economy for regional development / O. Yeung, K. Johnston. – Global Wellness Institute, 2019. – 14 p.
9. Global Wellness Summit. Global wellness trends [Electronic resource]. – 2020. – Mode of access: <https://www.globalwellnesssummit.com/202>

- 0-global-wellness-trends/ – Date of access: 21.10.2020
10. Yeung, O. State of wellness H1'20 Report: investment and sector trends to watch / O. Yeung, K. Johnston. – Global Wellness Institute, 2020. – 162 p.
 11. Wellness evidence study: An «awe walk» boosts mental wellbeing [Electronic resource]. – 2020. – Mode of access: <https://globalwellnessinstitute.org/global-wellness-institute-blog/2020/10/06/wellness-evidence-study-an-awe-walk-boosts-mental-wellbeing/> – Date of access: 21.10.2020
 12. Ищенко, Т. И. Перспективы развития wellness-индустрии в гостиничном хозяйстве Украины [Электронный ресурс] / Т. И. Ищенко, О.Б. Шидловская, И.М. Стоян. – Режим доступа: http://dspace.nuft.edu.ua/jspui/bitstream/123456789/14216/1/welness_industry.pdf – Дата доступа : 21.10.2020
 13. Mackman, M. A. A deep dive into wellness hospitality [Electronic resource] / M.A. Mackman, S. Zhu, D.J. Voellm. – 2020. – Mode of access: <https://www.hvs.com/article/8847-A-Deep-Dive-into-Wellness-Hospitality> – Date of access: 21.10.2020
 14. Spring Wise Health and wellness innovations [Electronic resource]. – 2020. – Mode of access: <https://www.springwise.com/innovation-snapshot/keeping-healthy> – Date of access: 21.10.2020 innovations, post-conflict conditions, pandemic.
- References**
1. Koriakina A.N. *Osobennosti formirovaniia arkhitektury spa-kompleksov i welnes tse ntrov v Rossii i zarubezhom* [Features of the formation of the architecture of spa complexes and wellness centers in Russia and abroad]. Bulletin of the Tomsk State University of Architecture and Civil Engineering, 2008, no. 1, pp. 14–21. (In Russian)
 2. Parcheva M. *Proiavlenie predprinimatelskoi aktivnosti v spa i welnes industii* [Manifestation of entrepreneurial activity in the spa and wellness industry] Science and education in the modern world, 2015, no. 1 (1), pp. 15–21. (In Russian)
 3. Miller J.W. Wellness: The history and development of a Concept, Spektrum Freizeit 27, 2005, pp. 84-106. (In English)
 4. Reger-Nash B., Smith M., Juckett G. Foundations of wellness. Human Kinetics, 2015, 256 p. (In English)
 5. Travis J.W. Wellness Workbook: how to achieve enduring health and vitality, Berkeley, Calif.: Enfield: Celestial Arts, 2004, 323 p. (In English)
 6. Zavarika G.M. *Kurortna sprava: navch. posib.* [The health resort operations: study guide]. Kyiv, Center of educational literature, 2015, 264 p. (In Ukrainian)
 7. Grechishkina E.A. *Tendentsii razvitiya lechebno-ozdorovitelnoho turizma v Respublike Belarus* [Trends in the development of health tourism in the Republic of Belarus]. *Chasopys ekonomichnykh reform : naukovo-vurobnychi zhurnal* [Chasopys of economic reforms : scientific and production journal], 2018, no. 2(30), pp. 110-118. (In Russian)
 8. Yeung O., Johnston K. Understanding wellness: opportunities and impacts of the wellness economy for regional development, Global Wellness Institute, 2019, 14 p. (In English)
 9. Global Wellness Summit. Global wellness trends. (In English). Available at: <https://www.globalwellnesssummit.com/2020-global-wellness-trends/> (accessed: 21.10.2020).
 10. Yeung O., Johnston K. State of wellness H1'20 Report: investment and sector trends to watch, Global Wellness Institute, 2020, 162 p. (In English)
 11. Wellness evidence study: An «awe walk» boosts mental wellbeing: (In English). Available at: <https://globalwellnessinstitute.org/global-wellness-institute-blog/2020/10/06/wellness-evidence-study-an-awe-walk-boosts-mental-wellbeing/> (accessed: 21.10.2020).
 12. Ishchenko T.I. *Perspektivy rozvitiia wellness-industrii v hostinichnom khpziaistve Ukrainy* [Prospects for the development of the wellness industry in the hotel industry of Ukraine]. (In Russian). Available at: http://dspace.nuft.edu.ua/jspui/bitstream/123456789/14216/1/welness_industry.pdf (accessed: 21.10.2020).
 13. Mackman M.A., Zhu S., Voellm D.J. A deep dive into wellness hospitality. (In English). Available at: <https://www.hvs.com/article/8847-A-Deep-Dive-into-Wellness-Hospitality> (accessed: 21.10.2020).
 14. Spring Wise Health and wellness innovations. Available at: <https://www.springwise.com/innovation-snapshot/keeping-healthy> (accessed: 21.10.2020).

Received 1 October 2020