

## НЕВИДИМА РЕКРЕАЦІЯ: ВІДНОВЛЕННЯ БЕЗ ПОДОРОЖІ ТА ТУРИСТИЧНОГО ПРОДУКТУ

Ємчук Тетяна Володимирівна

*кандидат географічних наук, доцент,*

*Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича*

У рекреаційній географії та туризмознавстві рекреація традиційно трактується як форма відновлення фізичних і психоемоційних ресурсів людини, що реалізується переважно через подорожі, зміну місця перебування та споживання туристичного або рекреаційного продукту. Такий підхід ґрунтується на уявленні про рекреацію як організований вид дозвілля, відокремлений від повсякденного життя й локалізований у спеціалізованих просторах – курортах, туристичних центрах, рекреаційних зонах.

Водночас сучасні соціальні трансформації, зокрема воєнні дії, обмеження мобільності населення, економічна нестабільність та зростання рівня тривалого стресу, актуалізують потребу переосмислення класичних рекреаційних моделей. За умов, коли можливість подорожувати або користуватися туристичними послугами є обмеженою або недоступною, процеси відновлення не зникають, а набувають альтернативних форм, що реалізуються в межах повсякденного простору та не фіксуються традиційними інструментами рекреаційного аналізу.

У цьому контексті доцільно звернутися до поняття «**невидимої рекреації**», під яким розуміються форми відновлення, не пов'язані з подорожжю, туристичним продуктом чи спеціалізованою інфраструктурою, але такі, що виконують важливу рекреаційну функцію. Осмислення цього феномену дозволяє розширити наукове уявлення про рекреацію як соціально й просторово розосереджений процес, а також виявити обмеженість туристоцентричного підходу до аналізу відновлювальних практик.

Метою роботи є теоретичне осмислення феномену невидимої рекреації як альтернативної форми відновлення фізичних, психоемоційних і соціальних ресурсів людини, що реалізується без подорожі та туристичного продукту, а також обґрунтування її місця в сучасній системі рекреаційно-туристичних досліджень.

У наукових дослідженнях з рекреаційної географії та туризмознавства рекреація традиційно розглядається як діяльність, спрямована на відновлення працездатності та психоемоційного стану людини, що реалізується переважно через зміну середовища перебування, дозвілля та споживання рекреаційних або туристичних послуг [2–3]. Такий підхід

сформувався в межах туристоцентричної парадигми, у якій рекреаційні процеси тісно пов'язуються з подорожами, рекреаційними ресурсами та інфраструктурою.

Класичні визначення рекреації акцентують увагу на її просторовій локалізації та організованому характері. Зокрема, рекреаційний простір ототожнюється з курортними територіями, туристичними центрами, зонами відпочинку та іншими спеціалізованими локаціями, що виконують відновлювальні функції [2]. Відповідно, рекреаційна діяльність у таких підходах постає як чітко окреслений у просторі й часі сегмент життєдіяльності людини, відокремлений від повсякденної праці та соціальних обов'язків.

Водночас у сучасних умовах зростає усвідомлення обмеженості такого трактування. Соціальні кризи, війна, економічні труднощі та обмеження мобільності значної частини населення призводять до ситуації, за якої традиційні рекреаційні практики стають малодоступними або неможливими [1]. Проте потреба у відновленні фізичних, психоемоційних і соціальних ресурсів не зникає, що зумовлює формування альтернативних форм рекреаційної діяльності, які не вкладаються в класичні моделі.

У цьому контексті доцільно звернутися до поняття невидимої рекреації, під яким розуміються форми відновлення, що не пов'язані з подорожжю, туристичним продуктом або спеціалізованою рекреаційною інфраструктурою, але фактично виконують рекреаційну функцію. Їх «невидимість» зумовлена тим, що такі практики не ідентифікуються як рекреаційні ні самими учасниками, ні дослідниками, оскільки не відповідають усталеним уявленням про відпочинок і дозвілля.

До невидимої рекреації можна віднести волонтерську діяльність, участь у громадських ініціативах, спільну працю в локальних спільнотах, неформальні соціальні контакти, творчі й ремісничі заняття, а також різні форми взаємодопомоги. Ці практики зазвичай не мають комерційного характеру, не передбачають споживання туристичних послуг і не фіксуються статистикою туризму, однак сприяють зниженню рівня стресу, формуванню відчуття сенсу та соціальної підтримки [4–5].

Особливістю невидимої рекреації є те, що відновлення в її межах відбувається не через пасивний відпочинок, а через активну діяльність. На перший погляд така діяльність може сприйматися як додаткове навантаження, однак саме залученість, соціальна значущість дій і переживання причетності виступають джерелами рекреаційного ефекту. У цьому сенсі невидима рекреація суперечить гедоністичній моделі відпочинку, у межах якої рекреація ототожнюється виключно з комфортом і розвагами.

Важливим аспектом невидимої рекреації є її колективний характер. Дослідження соціальних аспектів туризму та рекреації свідчать, що

спільна діяльність і соціальні зв'язки відіграють ключову роль у процесах відновлення та формування психологічної стійкості [4]. У кризових умовах колективні практики взаємодії дозволяють компенсувати дефіцит традиційних рекреаційних ресурсів і сприяють підтриманню соціальної згуртованості.

Таблиця 1

**Порівняльна характеристика традиційної та невидимої рекреації**

| ТРАДИЦІЙНА РЕКРЕАЦІЯ  | НЕВИДИМА РЕКРЕАЦІЯ  |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Подорож, зміна місця перебування</li> <li>✓ Туристичний продукт</li> <li>✓ Спеціалізована інфраструктура (курорти, дестинації)</li> <li>✓ Дозвілля, відпочинок</li> <li>✓ Індивідуальне споживання</li> <li>✓ Комфорт, розваги, гедонізм</li> <li>✓ Облік через туристичні показники (потоки, витрати, ночівлі)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Повсякденний простір</li> <li>✓ Відсутність продукту</li> <li>✓ Неформальні простори (громади, хаби, спільноти)</li> <li>✓ Соціально значуща діяльність</li> <li>✓ Колективна взаємодія</li> <li>✓ Сенс, участь, солідарність</li> <li>✓ Статистично нефіксована «невидима» для систем обліку</li> </ul> |

З позицій рекреаційної географії феномен невидимої рекреації пов'язаний із розширенням уявлень про рекреаційний простір. Він перестає бути локалізованим виключно в межах рекреаційних зон і набуває розсіяного, повсякденного характеру. Рекреаційні функції можуть виконувати простори, які формально не мають рекреаційного статусу: волонтерські центри, громадські осередки, навчальні та культурні простори, а також приватні й напівпублічні середовища [6].

Таким чином, невидима рекреація постає як важливий, але недостатньо осмислений компонент сучасних рекреаційних процесів. Її теоретичне обґрунтування дозволяє подолати туристоцентричну редукцію рекреації та створює підґрунтя для більш комплексного розуміння відновлення людини й спільнот у сучасних кризових умовах.

Проведене теоретичне осмислення дозволяє зробити висновок, що рекреація в сучасних умовах не може обмежуватися виключно подорожами, дозвіллевими практиками та споживанням туристичного продукту. Туристоцентричне трактування рекреації виявляється недостатнім для пояснення процесів відновлення, які реально відбуваються в умовах обмеженої мобільності, соціальної нестабільності та тривалого стресу.

Отже, обґрунтовано доцільність використання поняття невидимої рекреації для позначення форм відновлення фізичних, психоемоційних і соціальних ресурсів людини, що реалізуються в межах повсякденного простору та не фіксуються традиційними інструментами туристично-рекреаційного аналізу. Такі практики, попри відсутність туристичного сервісу й рекреаційної інфраструктури, виконують важливу

відновлювальну функцію та сприяють формуванню психологічної стійкості й соціальної згуртованості.

Встановлено, що ключовими ознаками невидимої рекреації є її нефінансовий характер, інтегрованість у повсякденну діяльність, колективна спрямованість і орієнтація на відновлення через соціальну взаємодію та переживання сенсу. Це дозволяє розглядати невидиму рекреацію як альтернативну форму рекреаційної активності, що доповнює, а не заперечує класичні моделі туризму та відпочинку.

З позицій рекреаційної географії феномен невидимої рекреації свідчить про розширення рекреаційного простору за межі спеціалізованих територій і туристичних дестинацій, що актуалізує потребу перегляду підходів до аналізу та планування рекреаційного розвитку. У цьому контексті особливої актуальності набуває врахування нефіксованих, неінституціоналізованих рекреаційних практик у дослідженнях і стратегіях сталого розвитку територій.

Отже, концептуалізація невидимої рекреації відкриває перспективи для подальших наукових досліджень, спрямованих на інтеграцію соціальних, просторових і культурних вимірів рекреації, а також для формування більш адаптивних моделей рекреаційної політики в умовах сучасних кризових викликів.

#### **Список використаних джерел:**

1. Крачило М. П. Рекреаційна географія : навч. посіб. Київ : Вища школа, 2004. 192 с.
2. Любіцева О. О. Ринок туристичних послуг. Київ : Альтерпрес, 2002. 436 с.
3. Ємчук Т.В. Арпуль О.В., Підгірна В.Н. Вплив пандемії COVID-19 на міжнародний туризм та його відновлення. *Інфраструктура ринку*. 2024. Випуск 81. С.240–249.
4. Hall C. M. *Tourism and Social Change*. London : Routledge, 2005.
5. Sharpley R. *Tourism, Tourists and Society*. Huntingdon : ELM Publications, 2008.
6. UNWTO. *Tourism and Community Development*. Madrid : World Tourism Organization, 2018.