

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

**ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
МІСЬКОГО ГОСПОДАРСТВА імені О. М. БЕКЕТОВА**

Навчально-науковий інститут економіки та менеджменту

Кафедра туризму і готельного господарства

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

до кваліфікаційної роботи бакалавра

на тему «Концепція digital detox сервісу у готельному бізнесі»

Виконала: здобувачка 4 курсу
групи ХарГРС22-1з
спеціальності
241 Готельно-ресторанна справа
Славуцька С. Г.
(прізвище та ініціали)

Керівник: Андренко І. Б.
(прізвище та ініціали)
Рецензент: Матвєєва Н.М.
(прізвище та ініціали)

Харків – 2026 р.

Керівник роботи _____



(підпис)

«19» « червня » 2026 р.

Висновок кафедри про кваліфікаційну роботу.
Кваліфікаційна робота розглянута. Здобувач Славуцька С. Г.
допускається до захисту даної роботи в екзаменаційній комісії

(підпис)

Зав. кафедри ТiГГ
доц., канд. екон. наук Писарева І. В.

(прізвище, ініціали)

«20» « червня » 2026 р.

**ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ МІСЬКОГО
ГОСПОДАРСТВА ІМЕНІ О. М. БЕКЕТОВА**

Навчально-науковий інститут економіки і менеджменту

Кафедра туризму і готельного господарства

Освітній рівень бакалавра

Спеціальність 241 «Готельно-ресторанна справа»

(шифр і назва)

ЗАТВЕРДЖУЮ
Зав. кафедри ТіГГ
Доц., к. е. н. Писарева І.В.

_____ « 2 » « березня » 2026 р.

**З А В Д А Н Н Я
НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ ЗДОБУВАЧА**

Славуцької Соф'ї Геннадіївни
(прізвище, ім'я, по батькові)

1. Тема роботи «Концепция digital detox сервісу у готельному бізнесі»
керівник роботи Андренко Ірина Борисівна, доц. к.е.н.
затверджені наказом вищого навчального закладу від 2.03.2026 р. № 198-03
2. Термін подання здобувачем роботи 20.06.2026 р.
3. Вихідні дані до роботи: наукові, навчальні джерела, періодичні видання, Державні стандарти України, відкриті дані з мережі Інтернет, відкриті матеріали сайтів готельних мереж, готельних закладів і професійних сайтів.
4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки (перелік питань, які потрібно розробити): ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ DIGITAL DETOX У ГОТЕЛЬНОМУ БІЗНЕСІ. АНАЛІЗ ПЕРЕДУМОВ ВПРОВАДЖЕННЯ КОНЦЕПЦІЇ DIGITAL DETOX СЕРВІСУ. РОЗРОБКА ТА ВПРОВАДЖЕННЯ КОНЦЕПЦІЇ DIGITAL DETOX СЕРВІСУ В ГОТЕЛІ N
5. Перелік графічного матеріалу (з точним зазначенням обов'язкових креслень): Мета, об'єкт, предмет, завдання кваліфікаційної роботи. Теоретичні основи digital detox у готельному бізнесі. Організаційно-економічна характеристика готельного підприємства. Аналіз передумов впровадження концепції digital detox сервісу. Розробка та впровадження концепції digital detox сервісу в готелі N

6. Консультанти розділів роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультантів	Підпис, дата	
		Завдання видав	Завдання прийняв
Основна частина	Андренко І. Б., доцент		
Нормоконтроль	Рябев А. А., доцент		

7. Дата видачі завдання: 2 березня 2026 р.

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів дипломної роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1.	<i>Збір і обробка первинної інформації</i>	<i>2.03. – 21.03</i>	
2.	<i>Робота над теоретичною частиною</i>	<i>23.03 – 11.04</i>	
3.	<i>Робота над дослідницько-аналітичною частиною</i>	<i>13.04 – 02.05</i>	
4.	<i>Робота над рекомендаційною частиною</i>	<i>04.05 – 23.05</i>	
5.	<i>Розробка і оформлення графічного матеріалу</i>	<i>25.05 – 30.05</i>	
6.	<i>Оформлення пояснювальної записки.</i>	<i>01.06 – 6.06</i>	
7	<i>Перевірка на плагіат Передзахист</i>	<i>8.06 – 20.06</i>	

Здобувач

 Славуцька С. Г.
(підпис, прізвище, ініціали)

Керівник роботи

 Андренко І.Б.
(підпис, прізвище, ініціали)

ЗМІСТ

ВСТУП	4
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ DIGITAL DETOX У ГОТЕЛЬНОМУ БІЗНЕСІ	7
1.1 Сутність та особливості концепції digital detox.....	7
1.2 Світові тенденції розвитку digital detox туризму та готельних послуг	17
1.3 Роль digital detox сервісів у формуванні конкурентних переваг готелів	26
РОЗДІЛ 2 АНАЛІЗ ПЕРЕДУМОВ ВПРОВАДЖЕННЯ КОНЦЕПЦІЇ DIGITAL DETOX SERVICU	33
2.1 Організаційно-економічна характеристика готелю.....	33
2.2 Дослідження потреб споживачів щодо digital detox послуг	43
2.3 Оцінка можливостей впровадження концепції digital detox.....	48
РОЗДІЛ 3 РОЗРОБКА ТА ВПРОВАДЖЕННЯ КОНЦЕПЦІЇ DIGITAL DETOX SERVICU В ГОТЕЛІ N	53
3.1 Формування концепції digital detox сервісу	53
3.2 Організаційне забезпечення впровадження проєкту.....	60
3.3 Оцінка ефективності запропонованих заходів	65
ВИСНОВКИ	75
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ПОСИЛАНЬ.....	78
ДОДАТКИ	84

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. У сучасних умовах цифровізації суспільства використання смартфонів, комп'ютерів та інших цифрових пристроїв стало невід'ємною складовою повсякденного життя. Постійний доступ до інформації, соціальних мереж та онлайн-комунікацій сприяє підвищенню рівня цифрового навантаження, що нерідко призводить до інформаційного перевантаження, емоційного виснаження, погіршення якості сну та зростання рівня стресу. У зв'язку з цим дедалі більшої популярності набувають практики digital detox, спрямовані на тимчасове обмеження використання цифрових технологій та відновлення психоемоційного стану людини.

Для підприємств індустрії гостинності концепція digital detox відкриває нові можливості для формування конкурентних переваг, розширення асортименту послуг та залучення нових сегментів споживачів. Особливо актуальним є впровадження таких програм у діяльність готелів wellness- та рекреаційного спрямування, які мають необхідні ресурси для організації комплексного відновлювального відпочинку. Саме тому дослідження можливостей розробки та впровадження концепції digital detox сервісу в діяльність готельного підприємства є актуальним як з наукової, так і з практичної точки зору.

Метою роботи є обґрунтування теоретичних засад та розробка практичних рекомендацій щодо впровадження концепції digital detox сервісу в діяльність готельного підприємства для підвищення його конкурентоспроможності та якості обслуговування гостей.

Об'єктом дослідження є процес організації та надання готельних послуг у сучасних умовах розвитку індустрії гостинності.

Предметом дослідження є теоретичні, організаційні та економічні аспекти впровадження концепції digital detox сервісу в діяльність готельного підприємства.

Для досягнення поставленої мети визначено такі завдання:

1. Дослідити теоретичні засади концепції digital detox та її роль у розвитку сучасної індустрії гостинності.
2. Проаналізувати світовий досвід впровадження digital detox програм у діяльність готельних підприємств.
3. Визначити сучасні тенденції розвитку wellness-послуг та їх взаємозв'язок із концепцією digital detox.
4. Надати організаційно-економічну характеристику готелю N.
5. Провести аналіз діяльності готелю та оцінити передумови впровадження концепції digital detox.
6. Дослідити потреби споживачів щодо використання digital detox послуг шляхом анкетного опитування.
7. Провести SWOT-аналіз можливостей впровадження концепції digital detox у діяльність готелю.
8. Розробити концепцію Digital Detox Retreat для готелю N.
9. Обґрунтувати організаційний механізм впровадження запропонованої концепції.
10. Оцінити економічну та соціальну ефективність реалізації проєкту.

Методи дослідження. Для досягнення поставленої мети у роботі використано комплекс загальнонаукових та спеціальних методів дослідження. Метод аналізу та узагальнення наукової літератури застосовано для дослідження теоретичних засад концепції digital detox та сучасних тенденцій розвитку індустрії гостинності. Метод порівняльного аналізу використано під час вивчення світового досвіду впровадження digital detox програм. Для оцінки діяльності готелю N застосовано методи економічного аналізу, групування та узагальнення даних. Соціологічні методи, зокрема анкетне опитування, використано для вивчення потреб і ставлення споживачів до digital detox послуг. SWOT-аналіз застосовано для оцінки внутрішніх і зовнішніх факторів впровадження концепції. Економіко-статистичні методи та метод прогнозування використано для розрахунку ефективності запропонованих

заходів. Табличний і графічний методи застосовано для наочного подання результатів дослідження.

У першому розділі досліджено теоретичні засади концепції digital detox, розкрито її сутність, принципи та особливості застосування в індустрії гостинності, проаналізовано світовий досвід впровадження digital detox програм та сучасні тенденції розвитку wellness-послуг.

У другому розділі здійснено аналіз діяльності готелю N, досліджено передумови впровадження концепції digital detox, проведено анкетне опитування споживачів, оцінено ресурсне забезпечення підприємства та визначено можливості реалізації проєкту за допомогою SWOT-аналізу.

У третьому розділі розроблено концепцію Digital Detox Retreat для готелю N, обґрунтовано організаційний механізм її впровадження, запропоновано комплекс практичних заходів та проведено оцінку економічної і соціальної ефективності реалізації проєкту.

Обсяг і структура кваліфікаційної роботи. Повний обсяг роботи – 83 сторінок, зокрема основного тексту – 77 сторінок. Робота містить 49 таблиць, 8 рисунків, 8 формул, список використаних посилань (47 найменувань, викладених на 6 сторінках), додатки.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ DIGITAL DETOX У ГОТЕЛЬНОМУ БІЗНЕСІ

1.1. Сутність та особливості концепції digital detox

У сучасних умовах цифрові технології стали невід'ємною складовою повсякденного життя людини, професійної діяльності, комунікації, дозвілля та подорожей. Смартфони, соціальні мережі, месенджери, онлайн-платформи бронювання, мобільні застосунки та сервіси швидкого доступу до інформації значно спростили комунікацію між споживачами й підприємствами сфери гостинності. Водночас постійна присутність людини в цифровому середовищі зумовлює нові виклики, пов'язані з інформаційним перевантаженням, залежністю від гаджетів, зниженням концентрації уваги, порушенням сну та зростанням рівня стресу.

Актуальність проблеми підтверджується статистичними даними. За інформацією DataReportal, на початок 2025 року в Україні налічувалося 31,5 млн користувачів інтернету, що становило 82,4 % населення країни. Крім того, в Україні було зафіксовано 21,6 млн користувачів соціальних мереж, тобто 56,4 % населення [1]. Такі показники свідчать про високий рівень цифрової залученості українського суспільства та формують передумови для розвитку сервісів, спрямованих на тимчасове обмеження цифрового навантаження.

Поняття digital detox у загальному розумінні означає свідому тимчасову відмову або обмеження використання цифрових пристроїв, зокрема смартфонів, планшетів, ноутбуків, соціальних мереж та онлайн-комунікацій. Метою digital detox є зниження рівня інформаційного перевантаження, відновлення психологічної рівноваги, покращення якості сну, підвищення концентрації уваги та повернення людини до безпосередньої взаємодії з навколишнім середовищем.

У готельному бізнесі digital detox доцільно розглядати не лише як особисту практику саморегуляції, а як окрему сервісну концепцію. Вона

передбачає створення в готелі спеціальних умов, за яких гість може добровільно обмежити користування цифровими пристроями та зосередитися на відпочинку, відновленні, спілкуванні, природному середовищі, wellness-процедурах, творчих або релаксаційних активностях. У цьому контексті digital detox стає інноваційною додатковою послугою, здатною підвищити цінність готельного продукту.

Українські наукові джерела також підтверджують зростання уваги до цього напрямку. Зокрема, у праці І. Б. Андренко «Цифровий детокс як нова тенденція сервісу в готелях» digital detox розглядається як перспективний формат готельного сервісу, що відповідає сучасним потребам гостей у психологічному розвантаженні та відновленні [2]. У дослідженні «Концепція digital detox у готельному сервісі: сутність, особливості, переваги та обмеження впровадження» акцентовано увагу на тому, що така концепція може стати інструментом диференціації готельного підприємства та формування нової конкурентної переваги [3].

Водночас digital detox не заперечує значення цифровізації готельного бізнесу. Навпаки, сучасний готель може поєднувати цифрові інструменти управління, онлайн-бронювання, CRM-системи, мобільні додатки та безконтактне обслуговування з окремими зонами або пакетами відпочинку, орієнтованими на зменшення цифрового впливу. У працях, присвячених цифровізації обслуговування клієнтів у готельних закладах України та цифровій трансформації управління готелем, підкреслюється, що цифрові технології підвищують ефективність сервісу, але потребують гнучкого та клієнтоорієнтованого використання [4; 5]. Саме тому digital detox можна розглядати як не протилежність цифровізації, а її збалансоване доповнення.

Значною передумовою розвитку digital detox сервісів є поширення wellness-туризму. За даними Global Wellness Institute, у 2024 році обсяг світових витрат на wellness-туризм становив 893,9 млрд дол. США [6]. Це свідчить про зростання попиту на подорожі, спрямовані не лише на зміну місця перебування, а й на фізичне, психологічне та емоційне відновлення людини. У

цьому контексті digital detox може бути складовою wellness-продукту готелю поряд зі SPA-послугами, йогою, медитацією, здоровим харчуванням, прогулянками на природі та програмами покращення сну.

Додатково варто врахувати результати дослідження McKinsey, згідно з яким глобальний wellness-ринок оцінюється приблизно у 2 трлн дол. США, а покоління міленіалів та Gen Z дедалі частіше сприймають wellness як щоденну персоналізовану практику, а не як разову послугу [7]. Це важливо для готельного бізнесу, оскільки саме молодші та економічно активні споживачі часто є найбільш залученими до цифрового середовища, але водночас зацікавлені у відновленні психологічного балансу.

Проблема надмірного екранного часу має міжнародний характер. За даними Ofcom, у 2025 році дорослі користувачі у Великій Британії проводили онлайн у середньому 4 години 30 хвилин на день, а молодь віком 18–24 роки – близько 6 годин 20 хвилин щоденно [8]. Хоча ці дані стосуються британського ринку, вони демонструють загальну тенденцію до зростання часу перебування людини в цифровому середовищі. Для готельного бізнесу це означає появу нової потреби: не лише забезпечити гостя швидким інтернетом, а й запропонувати йому можливість якісно відпочити від постійного онлайн-контакту.

У сучасній теорії та практиці готельного менеджменту концепція цифрового детоксу (digital detox) переросла рамки короткотривалого споживчого тренду, перетворившись на фундаментальну стратегію рекреаційної діяльності та відновлення ментального здоров'я [2].

Теоретичне підґрунтя цієї концепції базується на критичному аналізі феномену «цифрового перевантаження» та «техностресу», які є невід'ємними супутниками життєдіяльності людини в епоху тотальної цифровізації. Постійна онлайн-присутність, безперервний потік нотифікацій та синдром «безперервної часткової уваги» тримають нервову систему людини в стані перманентної бойової готовності [9]. Це призводить до патологічного підвищення рівня гормону стресу – кортизолу, що, у свою чергу, провокує

розвиток хронічної тривожності, депресивних станів, когнітивного виснаження та глибокого порушення сну [2].

Наукове визначення цифрового детоксу в контексті індустрії гостинності трактує його як інноваційну сервісну технологію, що полягає у свідомому, добровільному та тимчасовому обмеженні або повному виключенні використання електронних пристроїв (смартфонів, планшетів, ноутбуків) під час перебування гостя в засобі розміщення [2]. У науковій літературі це явище також класифікують як «туризм без цифрових технологій» (digital-free tourism), «відключений туризм» (unplugged tourism) або «офлайн-відпочинок». [9, 10, 14]. З погляду фізіології рекреації, ефект детоксикації досягається не просто через механічне вилучення гаджетів, а завдяки активізації дефолт-системи мозку. Ця нейронна мережа активується лише в стані спокою та відсутності зовнішніх цифрових подразників, забезпечуючи процеси глибокої консолідації пам'яті, саморефлексії, творчого мислення та довгострокового психоемоційного відновлення [9].

Особливості впровадження концепції цифрового детоксу в готелях характеризуються наявністю психологічного бар'єра перших 24–48 годин перебування гостя в ізоляції [11]. У цей період клієнти найчастіше відчують виражений синдром FOMO (fear of missing out – страх втраченої вигоди), що супроводжується фантомними вібраціями смартфона, тривогою та компульсивним бажанням перевірити оновлення в мережі [11]. Тому сервісна модель детокс-готелю має передбачати комплексне заміщення цифрових подразників природними та тілесними практиками [12]. Ефективність терапевтичного впливу суттєво підвищується за умови поєднання ізоляції від екранів із лісовою терапією (shinrin-yoku), спа-процедурами, медитаціями та споживанням екологічно чистої локальної гастрономії [13].

Одже, надмірне використання цифрових технологій може негативно впливати на психоемоційний стан людини, якість її відпочинку та загальне самопочуття. Водночас впровадження практик digital detox сприяє зниженню рівня стресу, відновленню психологічної рівноваги та підвищенню

задоволеності відпочинком. Механізм впливу концепції digital detox на якість відпочинку гостя наведено на рис. 1.1.



Рис. 1.1. Механізм впливу концепції digital detox на якість відпочинку гостя

До основних елементів digital detox сервісу в готелі можна віднести: номери без телевізора або з обмеженим доступом до цифрових пристроїв; спеціальні бокси чи сейфи для зберігання смартфонів; зони без Wi-Fi; програми медитації та йоги; SPA-процедури; арт-терапію; читальні простори; прогулянки природними локаціями; майстер-класи; здорове харчування; консультації з психологічного відновлення; тематичні ретрити вихідного дня. Такі послуги можуть реалізовуватися як окремий пакет, додаткова опція до проживання або як повноцінна концепція спеціалізованого готелю.

Залежно від рівня обмеження цифрових технологій, тривалості програми та особливостей організації сервісу в сучасній практиці гостинності можна виокремити декілька основних форматів реалізації концепції digital detox [2, 3].

Найбільш поширеним є частковий digital detox, який передбачає обмеження використання окремих цифрових сервісів або доступу до мережі Інтернет у визначених зонах готелю. У цьому випадку гості можуть користуватися гаджетами лише у спеціально відведених місцях або протягом певних часових проміжків. Такий формат вважається найбільш комфортним для клієнтів, оскільки не створює різкого розриву зі звичним цифровим середовищем і водночас сприяє поступовому зниженню інформаційного навантаження [2].

Більш радикальним різновидом є повний digital detox, за якого гостям пропонується повністю відмовитися від використання смартфонів, планшетів, ноутбуків та інших цифрових пристроїв протягом усього періоду перебування. У деяких готелях гаджети добровільно здаються на зберігання при заселенні, а гостям пропонуються альтернативні форми дозвілля. Такий формат найчастіше використовується у wellness-курортах, еко-готелях, глемпінгах та ретрит-центрах, розташованих у природних локаціях [3, 11].

Окрему категорію становлять короткострокові digital detox програми вихідного дня. Їхня тривалість зазвичай становить від одного до трьох днів, що дозволяє гостям тимчасово відновити психологічний баланс без суттєвого відриву від професійної діяльності. Подібні програми часто включають прогулянки на природі, заняття йогою, арт-терапію, медитацію та інші активності, спрямовані на емоційне розвантаження [12].

Значного поширення останніми роками набули wellness-retreat програми, які інтегрують digital detox із комплексом оздоровчих заходів. У межах таких програм цифровий детокс розглядається як один із компонентів загальної концепції добробуту та гармонійного способу життя.

Крім обмеження використання гаджетів, гостям пропонуються SPA-процедури, дихальні практики, заняття йогою, збалансоване харчування, консультації з ментального здоров'я та практики усвідомленості (mindfulness) [6, 13].

Перспективним напрямом є також корпоративні digital detox ретрити, орієнтовані на працівників компаній та бізнес-команди. Основною метою таких програм є профілактика професійного вигорання, зниження рівня стресу, покращення командної взаємодії та підвищення продуктивності праці. Під час корпоративних ретритів учасники тимчасово відмовляються від використання цифрових засобів комунікації та залучаються до командоутворюючих заходів, спортивних активностей і психологічних тренінгів [9].

У сучасній міжнародній практиці також виокремлюють digital-free tourism або туризм без цифрових технологій. Його особливістю є повна орієнтація туристичного продукту на відпочинок поза межами цифрового середовища. Такі подорожі передбачають проживання в екологічних засобах розміщення, мінімізацію використання сучасних технологій та максимальне занурення в природне середовище.

Дослідники розглядають цей формат як окремий напрям розвитку сучасного туризму, пов'язаний зі зростанням суспільного запиту на усвідомлений відпочинок і покращення ментального здоров'я [9].

Таким чином, концепція digital detox характеризується значною різноманітністю форм реалізації – від помірного обмеження використання гаджетів до повної відмови від цифрових технологій. Вибір конкретного формату залежить від цільової аудиторії, рівня сервісу, місця розташування готелю, його ресурсних можливостей та стратегічного позиціонування на ринку гостинності.

З метою систематизації існуючих підходів до організації цифрового детоксу в готельному бізнесі доцільно узагальнити основні формати реалізації даної концепції.

Вони відрізняються за рівнем обмеження використання цифрових технологій, тривалістю програм, цільовою аудиторією та очікуваними результатами для гостей.

Узагальнену характеристику основних форматів digital detox на основі [2, 3, 6, 9, 11–14] наведено в таблиці 1.1.

Таблиця 1.1

Класифікація форматів реалізації концепції digital detox у готельному бізнесі

Вид digital detox	Характеристика	Основні заходи	Цільова аудиторія	Очікуваний результат
Частковий digital detox	Передбачас обмеження використання окремих цифрових сервісів або доступу до мережі Інтернет у певних зонах чи часових проміжках	Зони без Wi-Fi, обмеження користування гаджетами, «тихі» простори для відпочинку	Широке коло гостей, які не готові до повної відмови від технологій	Зменшення цифрового навантаження без втрати комфорту
Повний digital detox	Тимчасова повна відмова від використання цифрових пристроїв протягом усього періоду перебування	Здача гаджетів на зберігання, відсутність телевізорів та Wi-Fi, офлайн-активності	Гості, орієнтовані на глибоке відновлення та усамітнення	Максимальне психологічне розвантаження та відновлення концентрації
Digital detox вихідного дня	Короткострокова програма тривалістю від одного до трьох днів	Йога, медитація, прогулянки, арт-терапія, обмеження користування гаджетами	Міські жителі, офісні працівники, бізнес-туристи	Швидке відновлення психоемоційного стану
Wellness-retreat digital detox	Поєднання цифрового детоксу з оздоровчими програмами	SPA-процедури, медитація, здорове харчування, mindfulness-практики	Споживачі wellness-послуг, прихильники здорового способу життя	Комплексне фізичне та психологічне оздоровлення
Корпоративний digital detox	Програми для працівників компаній та команд	Тимбілдинг, тренінги, спортивні активності, тимчасова відмова від цифрових комунікацій	Бізнес-команди, корпоративні клієнти	Зниження професійного вигорання та покращення командної взаємодії
Digital-free tourism	Повне занурення в середовище без цифрових технологій	Проживання в еко-готелях, глемпінгах, природних локаціях, відсутність цифрової інфраструктури	Туристи, орієнтовані на усвідомлений та екологічний відпочинок	Відновлення зв'язку з природою та підвищення рівня усвідомленості

Дані таблиці свідчать, що концепція digital detox може реалізовуватися в різних форматах залежно від потреб цільової аудиторії та ресурсних можливостей готельного підприємства. Найбільш універсальним форматом є частковий digital detox, тоді як wellness-retreat програми та digital-free tourism забезпечують найвищий рівень занурення у процес цифрового відновлення. Різноманітність форматів реалізації створює широкі можливості для адаптації концепції до різних типів готельних закладів та сегментів споживачів.

Практична реалізація концепції digital detox спостерігається в діяльності багатьох готельних підприємств світу. Зокрема, мережа Westin Hotels & Resorts впроваджувала програму Digital Detox Package, а курорт Grand Velas Riviera Nayarit пропонує спеціальні послуги, спрямовані на зменшення використання цифрових пристроїв під час відпочинку. Подібні практики підтверджують зростання попиту на альтернативні формати дозвілля та психологічного відновлення гостей [3, 11].

Особливістю digital detox сервісу є його добровільність. Гість не повинен відчувати примусового обмеження доступу до цифрових технологій. Навпаки, готель має чітко комунікувати переваги такого формату відпочинку та пропонувати його тим клієнтам, які свідомо прагнуть зменшити цифрове навантаження. Це особливо важливо для бізнес-туристів, IT-фахівців, фрилансерів, мешканців великих міст, людей із високим рівнем стресу та гостей, які шукають тишу, усамітнення й емоційне відновлення.

Разом із перевагами digital detox має певні обмеження впровадження. До них належать можливий опір частини гостей через звичку постійного перебування онлайн, потреба в додатковому навчанні персоналу, необхідність розробки спеціальних стандартів обслуговування, витрати на створення відповідної інфраструктури та ризик неправильного позиціонування послуги. Саме тому впровадження digital detox має бути поступовим і базуватися на аналізі цільової аудиторії, ресурсів готелю та конкурентного середовища.

Вплив надмірного використання цифрових технологій проявляється не лише на поведінковому рівні, а й відображається на фізіологічному,

когнітивному та психоемоційному стані людини. Водночас впровадження digital detox програм дозволяє мінімізувати негативні наслідки цифрового перевантаження та сприяє відновленню психологічного благополуччя. Для наочного порівняння негативних проявів цифрової залежності та позитивних ефектів цифрової детоксикації доцільно розглянути дані, наведені в табл.1.2.

Таблиця 1.2

Вплив цифрового перевантаження та терапевтичний ефект digital detox програм

Сфера впливу	Патологічні прояви цифрового перевантаження	Терапевтичний ефект digital detox програм
Нейробиологічна активність	Пригнічення дефолт-системи мозку, постійна стимуляція дофамінових петель через швидке споживання контенту.	Активація default mode network, відновлення процесів довгострокового планування та глибокого самоаналізу.
Ендокринний баланс	Хронічно підвищений рівень кортизолу та адреналіну внаслідок безперервного надходження новин та повідомлень.	Зниження рівня гормонів стресу, стабілізація вегетативної нервової системи, зниження частоти серцевих скорочень.
Гігієна сну та циркадні ритми	Блокування синтезу мелатоніну через вплив синього світла екранів, фрагментація фаз швидкого сну.	Природне відновлення циркадних ритмів уже після 2–3 днів перебування без штучного випромінювання екранів.
Когнітивна сфера	Ефект «розпорошеної уваги», погіршення робочої пам'яті, зниження здатності до аналітичного мислення.	Покращення концентрації, реактивація креативного потенціалу, підвищення здатності до тривалого фокусування.
Психоемоційний стан	Зростання рівня тривожності, розвиток депресивних симптомів, емоційне вигорання, відчуття ізоляції.	Зниження депресивних проявів, відновлення відчуття присутності «тут і зараз», підвищення задоволеності життям.

Дані таблиці 1.2 свідчать, що digital detox має комплексний позитивний вплив на фізіологічний, когнітивний та психоемоційний стан людини, що обґрунтовує доцільність використання цієї концепції у сфері гостинності.

Отже, концепція digital detox є одним із перспективних напрямів розвитку сучасного готельного бізнесу, що відповідає тенденціям wellness-туризму та зростаючій потребі споживачів у психологічному відновленні. Впровадження програм цифрового детоксу сприяє покращенню якості відпочинку гостей, формуванню конкурентних переваг готелю та створенню інноваційного туристичного продукту, орієнтованого на підтримку фізичного та ментального здоров'я клієнтів.

1.2. Світові тенденції розвитку digital detox туризму та готельних послуг

Сучасний розвиток індустрії гостинності характеризується посиленням попиту на послуги, спрямовані не лише на розміщення та побутовий комфорт гостей, а й на відновлення фізичного, психологічного та емоційного стану людини. У цьому контексті digital detox туризм формується як один із перспективних напрямів wellness-туризму, що поєднує тимчасове обмеження використання цифрових технологій, природне середовище, усвідомлений відпочинок, релаксаційні практики та персоналізований готельний сервіс [2, 3, 14].

Світові тенденції розвитку digital detox туризму значною мірою зумовлені високим рівнем цифрової залученості населення. За даними DataReportal, у 2025 році у світі налічувалося понад 5,24 млрд активних користувачів соціальних мереж, а їх кількість за рік зросла на 4,1 % [15]. Це свідчить про постійне розширення цифрового середовища та збільшення часу, який люди проводять онлайн. Водночас надмірне використання цифрових платформ формує протилежну потребу – бажання тимчасово відключитися від гаджетів, соціальних мереж і безперервного інформаційного потоку.

Проблема екранного часу є однією з ключових передумов розвитку digital detox туризму. За даними Ofcom, у 2025 році дорослі користувачі у Великій Британії проводили онлайн у середньому 4 години 30 хвилин на день,

а молодь віком 18–24 роки – близько 6 годин 20 хвилин щоденно [8]. Такі показники демонструють, що цифрове середовище займає значну частину повсякденного життя людини. У зв'язку з цим туристичні й готельні підприємства дедалі частіше розглядають digital detox як можливість запропонувати гостям альтернативний формат відпочинку, орієнтований на зменшення інформаційного навантаження.

Важливою тенденцією є інтеграція digital detox у структуру wellness-туризму. За даними Global Wellness Institute, світова wellness-економіка у 2024 році досягла 6,8 трлн дол. США, а витрати на wellness-туризм становили 893,9 млрд дол. США [6]. Прогнозується, що wellness-економіка продовжить зростати й досягне 9,8 трлн дол. США у 2029 році [6]. Такі дані підтверджують, що оздоровчі, рекреаційні та психологічно орієнтовані послуги стають одним із найдинамічніших напрямів розвитку світової індустрії гостинності.

Додатково дослідження McKinsey свідчить, що глобальний wellness-ринок оцінюється приблизно у 2 трлн дол. США, а представники поколінь міленіалів і Gen Z дедалі частіше сприймають wellness як щоденну персоналізовану практику, а не як разову послугу [7]. Це має важливе значення для готельного бізнесу, оскільки саме молодші покоління є активними користувачами цифрових технологій і водночас демонструють зацікавленість у практиках ментального відновлення, усвідомленості та зниження стресу.

Однією з помітних світових тенденцій є поєднання високотехнологічного сервісу з можливістю цифрового відключення. За даними Hilton Trends Report 2025, 63 % мандрівників вважають важливою наявність цифрового ключа від номера, однак 24 % глобальних туристів зазначають, що під час відпустки вони частіше відключаються від соціальних мереж, ніж раніше [16]. Це свідчить про формування подвійної моделі поведінки сучасного гостя: з одного боку, він очікує швидкого, зручного й технологічного сервісу, а з іншого – прагне мати можливість відпочити від цифрового середовища.

Ще однією тенденцією є розвиток JOMO-туризму (Joy of Missing Out),

тобто подорожей, орієнтованих на задоволення від добровільної відмови від постійного інформаційного залучення. На відміну від FOMO, що означає страх пропустити важливу подію або інформацію, JOMO пов'язаний із прагненням до спокою, усамітнення, повільного ритму життя та якісного відпочинку. У звіті Expedia Unpack '25 JOMO-подорожі визначено серед важливих трендів 2025 року [17]. Для готельного бізнесу це означає зростання попиту на тихі локації, природне середовище, приватність, мінімізацію цифрових подразників і програми емоційного відновлення.

Узагальнюючи наведені тенденції, можна стверджувати, що розвиток digital detox туризму є результатом впливу комплексу взаємопов'язаних соціальних, технологічних та поведінкових чинників. Вони формують нові потреби туристів та стимулюють підприємства гостинності до розробки інноваційних форматів відпочинку. Основні фактори розвитку digital detox туризму у світі наведено на рисунку 1.2.

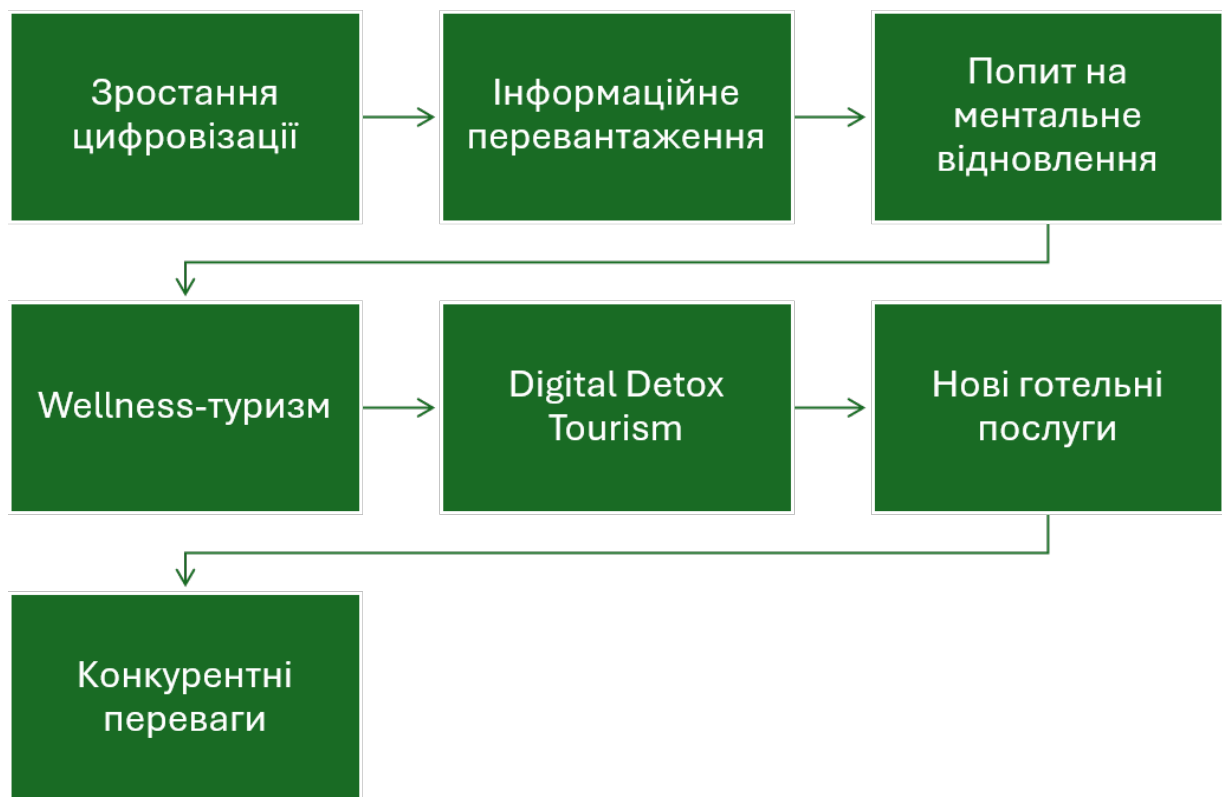


Рис. 1.2. Основні фактори розвитку digital detox туризму у світі

Дані рисунка 1.2 свідчать, що розвиток digital detox туризму є закономірною реакцією туристичного ринку на наслідки надмірної цифровізації суспільства. Посилення попиту на психологічне відновлення, wellness-послуги та усвідомлений відпочинок створює сприятливі умови для впровадження нових форматів сервісу в діяльність готельних підприємств.

У практиці світових готелів digital detox реалізується в різних форматах. Одні підприємства пропонують окремі номери або зони без Wi-Fi, інші – спеціальні пакети вихідного дня, ретрити, програми медитації, йоги, SPA-відновлення, лісової терапії, творчих майстер-класів або усвідомленого харчування. Такі послуги часто поєднуються з еко-туризмом, глемпінгом, slow travel і wellness-retreat програмами [3, 11, 12, 13].

Практичні приклади підтверджують поступове поширення digital detox у готельному бізнесі. Зокрема, мережа Westin Hotels & Resorts упроваджувала Digital Detox Package, що передбачав тимчасове обмеження користування гаджетами та залучення гостей до альтернативних форм дозвілля. Курорт Grand Velas Riviera Nayarit у Мексиці пропонує програму Digital Detox Concierge, орієнтовану на допомогу гостям у зменшенні використання цифрових пристроїв під час відпочинку [3, 11].

Такі приклади демонструють, що digital detox поступово переходить від нішевого формату до елемента конкурентної стратегії готельних підприємств.

Аналіз світової практики свідчить, що digital detox реалізується через різні формати сервісу залежно від концепції закладу, цільової аудиторії та рівня залучення гостей до процесу цифрового відновлення. Для узагальнення міжнародного досвіду доцільно розглянути найбільш відомі приклади впровадження digital detox програм у діяльності підприємств гостинності (табл. 1.3).

Дані таблиці 1.3 свідчать, що підприємства гостинності використовують різні підходи до реалізації digital detox, проте їх об'єднує орієнтація на психологічне відновлення гостей, зменшення цифрового навантаження та створення альтернативних форматів дозвілля.

Світовий досвід впровадження digital detox програм у готельному бізнесі

Готель / країна	Формат digital detox	Особливості реалізації
Westin Hotels & Resorts (США)	Digital Detox Package	Тимчасова відмова від гаджетів, альтернативні активності
Grand Velas Riviera Nayarit (Мексика)	Digital Detox Concierge	Індивідуальні програми цифрового відновлення
Chiva-Som (Таїланд)	Wellness Digital Detox	Обмеження гаджетів у громадських просторах
Eremito (Італія)	Digital-Free Retreat	Відсутність телевізорів та цифрових сервісів
Castle Hot Springs (США)	Nature Detox	Відпочинок без телевізорів у природному середовищі

Для систематизації світових тенденцій розвитку digital detox туризму та готельних послуг доцільно узагальнити ключові напрями їх прояву в сучасній індустрії гостинності. Основні тенденції наведено в таблиці 1.4.

Дані таблиці 1.4 свідчать, що digital detox туризм розвивається на перетині кількох глобальних трендів: цифрового перевантаження, wellness-орієнтації, попиту на природне середовище, персоналізації сервісу та бажання туристів отримати більш усвідомлений досвід подорожі. Це дозволяє готельним підприємствам формувати нові конкурентні переваги через створення не лише комфортного, а й психологічно відновлювального середовища.

Для України розвиток digital detox послуг поки що перебуває на початковому етапі, однак має значний потенціал. З одного боку, українське суспільство характеризується високим рівнем цифрової залученості: за даними DataReportal, у 2025 році 82,4 % населення України користувалося інтернетом [1]. З іншого боку, зростає потреба у відпочинку, спрямованому на зниження стресу, відновлення ментального здоров'я та психологічної рівноваги. У цьому контексті digital detox може бути перспективним напрямом для готелів, розташованих у рекреаційних, природних, курортних і заміських локаціях.

Світові тенденції розвитку digital detox туризму та готельних послуг

Тенденція	Зміст тенденції	Прояв у готельному бізнесі	Очікуваний ефект
Зростання цифрового перевантаження	Збільшення часу перебування людей онлайн та активне використання соціальних мереж і цифрових платформ	Формування попиту на номери, зони та програми без цифрових подразників	Зниження інформаційної втоми та рівня стресу гостей
Розвиток wellness-туризму	Орієнтація подорожей на фізичне, психологічне та емоційне відновлення	Інтеграція digital detox у SPA-комплекси, yoga-retreat, mindfulness та sleep-програми	Комплексне оздоровлення та підвищення якості відпочинку
Поширення JOMO-подорожей (Joy of Missing Out)	Добровільна відмова від постійної онлайн-присутності та інформаційного перевантаження	Пропозиція тихих локацій, природного середовища, slow travel і програм усвідомленого відпочинку	Формування більш глибокого та усвідомленого туристичного досвіду
Поєднання high-tech і low-tech servisu	Використання цифрових інструментів на етапах бронювання та обслуговування при мінімізації використання гаджетів під час відпочинку	Онлайн-бронювання, цифрові ключі, мобільні застосунки поряд із безекранними зонами та офлайн-активностями	Баланс між технологічністю сервісу та психологічним комфортом гостей
Розвиток ретритів і природно орієнтованого відпочинку	Зростання популярності віддалених природних локацій для відновлення ментального здоров'я	Глемпінги, еко-готелі, лісові будиночки, wellness-retreat центри	Відновлення зв'язку з природою, зниження рівня тривожності та емоційного виснаження
Персоналізація digital detox програм	Адаптація послуг відповідно до потреб різних категорій гостей	Спеціалізовані програми для бізнес-туристів, IT-фахівців, сімейних туристів, корпоративних груп	Підвищення задоволеності клієнтів та їхньої лояльності
Інтеграція digital detox у корпоративний туризм	Використання програм цифрового детоксу для профілактики професійного вигорання працівників	Корпоративні ретрити, командні тренінги, програми відновлення персоналу	Покращення продуктивності праці та командної взаємодії
Зростання попиту на ментальне здоров'я та емоційне благополуччя	Посилення уваги туристів до психологічного комфорту та профілактики стресу	Впровадження програм mindfulness, медитації, цифрового детоксу та психоемоційного відновлення	Покращення ментального здоров'я та якості життя гостей

Українські наукові джерела також підтверджують актуальність цього напрямку. Digital detox розглядається як нова тенденція сервісу в готелях та інноваційна концепція, що має переваги, але водночас потребує врахування організаційних, ресурсних і психологічних обмежень упровадження [2, 3]. Крім того, у дослідженні цифрових детоксикаційних подорожей підкреслюється важливість такого формату для відновлення людини в умовах постійного інформаційного навантаження [14].

Важливим підтвердженням перспективності розвитку digital detox туризму є позитивна динаміка відповідного сегмента світового туристичного ринку. Аналітичні дослідження свідчать про стабільне зростання попиту на програми цифрової детоксикації та збільшення інвестицій у розвиток відповідної інфраструктури.

Слід також відмітити, що глобальний ринок оздоровчого туризму демонструє стрімку трансформацію, в якій цифрова детоксикація перетворилася з екзотичної пропозиції на стабільний та високомаржинальний сектор економіки гостинності [18]. Статистичний аналіз провідних дослідницьких центрів підтверджує стрімку динаміку інвестицій у цей напрям. Зокрема, загальний глобальний ринок цифрового детоксу (який включає програмні рішення, велнес-платформи та корпоративні програми) оцінюється у 62,4 мільярда доларів США з прогнозованим зростанням до 201,8 мільярда доларів США до 2033 року при середньорічному темпі зростання (CAGR) на рівні 18,6% [19]. Водночас ринок безпосередньо туристичних послуг та спеціалізованих засобів розміщення з концепцією digital detox розвивається за двома ключовими аналітичними моделями [20], представленими у звітах Dataintel [19] та Polaris Market Research [21].

Дані таблиці 1.5 свідчать, що незалежно від методики оцінювання аналітичні агентства прогнозують стабільне зростання ринку digital detox туризму. Це підтверджує високий рівень перспективності даного напрямку для підприємств гостинності та інвесторів.

Порівняння прогнозів розвитку світового ринку digital detox туризму

Параметр оцінки ринку	Проекція ринку за даними Dataintel (Digital Detox Tourism Market) [19].	Проекція ринку за даними Polaris Market Research (Digital Detox Tourism Services) [21].
Базовий обсяг ринку (2025 р.)	2,8 мільярда доларів США	65,02 мільярда доларів США
Прогнозний обсяг ринку (2034 р.)	7,6 мільярда доларів США	466,58 мільярда доларів США
Середньорічний темп зростання (CAGR)	11,7%	24,5%
Домінантний географічний регіон	Північна Америка (36,2% від загального обсягу доходів)	Північна Америка (49,8% від загального обсягу доходів)
Найбільш динамічний регіон	Азійсько-Тихоокеанський (CAGR 14,3%)	Азійсько-Тихоокеанський (CAGR 24,9%)
Ключовий драйвер зростання	Посилення екранної втоми, розвиток ментального та корпоративного велнесу.	Швидка урбанізація, катастрофічне зростання депресивних розладів та вигорання.

Розбіжність в абсолютних цифрах між двома аналітичними моделями пояснюється різною глибиною охоплення інфраструктури: модель Dataintel фокусується суто на DESTINACIAX та готелях, що позиціонують себе виключно як безцифрові ретрити [19], тоді як Polaris Market Research включає у структуру ширший спектр послуг, зокрема велнес-готелі з інтегрованими детокс-пакетами, пригодницькі екотури та медитативні табори [21]. Проте обидва дослідження солідарні у визначенні географічних лідерів. Північна Америка (переважно США з великими хабами в Каліфорнії та Колорадо) утримує

домінантні позиції завдяки розвиненій культурі турботи про психічне здоров'я та високій платоспроможності споживачів [22]. Найбільш стрімке зростання попиту в Азійсько-Тихоокеанському регіоні зумовлене процесами надшвидкої урбанізації в Китаї та Індії, що викликає критичне підвищення рівня стресу серед працездатного населення [19].

Серед новітніх тенденцій, що безпосередньо пов'язані з розвитком digital detox туризму, можна виокремити декілька перспективних напрямів. До них належать:

«Тихі поїздки»: формування готельних просторів з абсолютною акустичною та візуальною ізоляцією, де відсутність шумів та екранів є головним об'єктом продажу [2, 23].

«Охолодження»: переорієнтація туристичних потоків у північні, прохолодні регіони (Скандинавія, високогір'я Альп), де природне зниження температури повітря підсилює ефект фізіологічного розвантаження від технологічного пресингу [2].

«Подорожі без плану»: свідоме нівелювання жорсткого розкладу та відмова від використання цифрових навігаторів, що дозволяє гостю відновити природний темпоритм життя та спонтанність сприйняття навколишнього середовища [2].

Особливого наукового та практичного значення концепція цифрового детоксу набуває в контексті трансформації туристичного простору України в умовах воєнного стану та повоєнного відновлення. Унікальне дослідження вітчизняного ринку, виявило глибоку зміну функціонального призначення українського туризму. Замість традиційних розважальних та гедоністичних сценаріїв, на перший план вийшли завдання солідарності, адаптації тимчасово переміщених осіб та, головне, психоемоційної реабілітації населення.

В умовах постійної загрози, безперервного моніторингу новинних каналів та сигналів повітряної тривоги, українське суспільство перебуває в стані хронічної інформаційної травматизації. Відтак, детокс-програми в готелях Карпатського регіону трансформуються з категорії преміального

велнесу в критично необхідний інструмент декомпресії та психологічної реабілітації військових і цивільних громадян, забезпечуючи короточасний вихід із травмуючого інформаційного поля для відновлення базових адаптаційних ресурсів організму.

Світові тенденції свідчать про поступове перетворення digital detox з вузького нішевого формату на перспективний напрям розвитку готельних і туристичних послуг. Його поширення зумовлене зростанням цифрової залежності, розвитком wellness-туризму, популярністю ЈОМО-подорожей, попитом на природне середовище та потребою туристів у глибшому психологічному відновленні. Для готельного бізнесу digital detox є не лише додатковою послугою, а й інструментом формування унікальної ринкової пропозиції, підвищення конкурентоспроможності та розширення цільової аудиторії.

1.3. Роль digital detox сервісів у формуванні конкурентних переваг готелів

Стратегічне управління сучасним готельним підприємством розгортається в умовах унікального парадоксу: з одного боку, готелі інвестують колосальні ресурси в діджиталізацію бізнес-процесів, безключовий доступ, автоматизовані системи управління будівлями та мобільні сервіси для підвищення конверсії та оптимізації операційних витрат. Шведський готель надає безкоштовні номери, якщо постояльці не заходять у соцмережі [29].

З іншого боку, саме повна технологізація простору викликає у споживачів зворотну реакцію – гостру потребу в «офлайн-резерваціях», де технології стають невидимими або повністю виключаються заради збереження приватності й спокою [26]. Відтак, здатність готелю запропонувати збалансовану концепцію цифрового очищення стає потужним інструментом диференціації та завоювання стійких конкурентних переваг [27].

Аналіз світової практики дозволяє виділити дві ключові моделі інтеграції детокс-послуг у структуру готельного продукту [11]:

Радикальна модель: передбачає жорстке проектування безцифрового середовища. Прикладом є готель James New York NoMad (Нью-Йорк), де діє програма фінансового заохочення гостей, які здають свої мобільні телефони на рецепцію при заселенні [28]. У шведському готелі Bellora (Гетеборг) інтегровано унікальну технологію Screen Help – вартість перебування в номері корелює зі свідченнями спеціальної смарт-лампи, що вимірює час активності гостя в соціальних мережах через готельний Wi-Fi: мінімальне використання гаджетів гарантує безкоштовне проживання [29]. Відомий американський курорт Castle Hot Springs (Аризона) повністю виключив телевізори з номерного фонду, замінивши їх панорамними краєвидами каньйону та термальними джерелами, створюючи умови, за яких відмова від пристроїв відбувається природно й без зусиль [30].

Гібридна модель: базується на створенні локальних зон, вільних від технологій, та м'якому стимулюванні клієнта до самообмеження [11]. Так, у тайському велнес-курорті Chiva-Som діє регламент, згідно з яким використання будь-яких гаджетів суворо обмежено житловими кімнатами, а у спа-зонах, ресторанах та парках панує абсолютна безтелефонна тиша [28]. Готель il Monastero (Італія) з 2000-х років свідомо відмовився від телебачення в кімнатах та заблокував Wi-Fi-покриття у внутрішніх садах, спонукаючи гостей до безпосередньої живої комунікації та споглядання природи [31].

Вітчизняний готельний бізнес демонструє успішні приклади адаптації концепції цифрового детоксу, використовуючи природно-рекреаційний потенціал України:

«Замок Радомисль» (Житомирська область) [32]: реалізує пакет «Digital detox weekend», у межах якого гості добровільно погоджуються на лімітування використання пристроїв. Комплекс компенсує цифрову ізоляцію зануренням у середньовічні ремесла (виготовлення паперу вручну на старовинній папірні), проведенням індивідуальних екскурсій та прогулянками ландшафтним парком

з унікальними природними скульптурами.

«TAOR Karpaty Resort & Spa» (Львівська область): позиціонує себе як простір подолання хронічного стресу та диджитал-виснаження. Розташування готелю в гірській улоговині з мінімальним природним покриттям мобільного зв'язку перетворено на ключову перевагу [23, 24, 33]. Рекреаційна програма включає карпатське спа (чани, бальнеотерапію), медитації під шум річки та спеціально розроблені маршрути для лісових прогулянок, що нівелюють прояви синдрому відміни гаджетів.

Курорт Буковель: пропонує концепцію «Silent Retreat Weekend» на базі Озера Молодості [34]. Програма ретельно регламентує добовий тайм-менеджмент гостей: від ранкових медитацій та споживання екологічних страв карпатської кухні до вечірніх ритуалів розслаблення й обов'язкового читання паперових книг перед сном у повній відсутності синього світла моніторів.

Етно-садиби зеленого туризму (наприклад, «Родинне гніздо» у селі Канава) [35]: пропонують радикальний формат детоксу через проживання у автентичних 100-річних сільських хатах-мазанках з очеретяними стріхами. Конкурентна перевага таких об'єктів будується на повній зміні поведінкових сценаріїв – гостям пропонуються майстер-класи з традиційного розпису, різьблення по дереву, гончарства та практичні побутові активності (наприклад, рубання дров), що повністю фокусують увагу на фізичній реальності.

Аналіз міжнародного та вітчизняного досвіду свідчить, що ефективність digital detox програм значною мірою залежить від правильного визначення цільової аудиторії. Різні групи споживачів мають відмінні мотиви участі у таких програмах, що потребує диференційованого підходу до формування готельного продукту.

Проведений аналіз міжнародного та українського досвіду дозволяє визначити основні групи споживачів, для яких digital detox є найбільш привабливим форматом відпочинку.

Саме орієнтація на потреби цих сегментів забезпечує формування конкурентних переваг готельного підприємства (табл. 1.6).

Основні сегменти споживачів digital detox послуг

Сегмент	Основна потреба	Очікуваний результат
Бізнес-туристи	Відпочинок від інформаційного навантаження	Зниження стресу
ІТ-фахівці	Тимчасова відмова від гаджетів	Психоемоційне відновлення
Корпоративні клієнти	Профілактика вигорання	Підвищення продуктивності
Молодь (Gen Z)	Усвідомлений відпочинок	Баланс між онлайн та офлайн
Сімейні туристи	Живе спілкування	Покращення сімейних відносин
Wellness-туристи	Комплексне оздоровлення	Поліпшення фізичного та ментального стану

Дані таблиці 1.6 демонструють, що потенційна аудиторія digital detox сервісів є достатньо широкою та охоплює як індивідуальних туристів, так і корпоративних клієнтів. Це створює додаткові можливості для сегментації ринку та розробки спеціалізованих готельних продуктів.

Визначені сегменти споживачів формують передумови для створення додаткової цінності готельного продукту. Узагальнення світового досвіду дозволяє оцінити, яким чином digital detox трансформується у стратегічні переваги підприємства гостинності (табл. 1.7).

Проведене дослідження теоретичних засад та практичних аспектів цифрового детоксу в готельному бізнесі дозволяє зробити висновок, що дана концепція є високоефективним інструментом сучасного менеджменту гостинності. Цифрове перевантаження та спричинений ним технострес сформували стійкий попит на якісно нові рекреаційні послуги, орієнтовані на збереження психічного й соматичного здоров'я споживачів.

Статистичні дані підтверджують стрімке зростання глобального ринку digital detox послуг, обсяг якого до 2034 року може досягти 466,58 мільярда доларів США, демонструючи вражаючий середньорічний темп зростання на рівні 24,5%.

Для готельних підприємств впровадження digital detox сервісів є дієвим механізмом формування стійких конкурентних переваг. Це досягається шляхом глибокої диференціації продукту, оптимізації витрат на технологічну

інфраструктуру та капіталізації специфічних ландшафтних умов віддалених рекреаційних зон. В унікальних соціокультурних та безпекових умовах сучасної України концепція цифрового детоксу виходить за рамки класичної велнес-індустрії, набуваючи важливого соціально-гуманітарного значення як невід’ємний елемент програм психологічної реабілітації та подолання інформаційної травматизації суспільства.

Таблиця 1.7

Матриця стратегічних переваг впровадження концепції digital detox у
готельному бізнесі

Напрямок формування переваг	Механізм реалізації в готельному бізнесі	Очікуваний бізнес-ефект
Ринкове позиціонування та диференціація	Створення чіткого, унікального образу готелю як «оази спокою та ментального відновлення» на тлі однотипних конкурентів, орієнтованих на стандартний велнес.	Залучення преміального сегмента платоспроможних клієнтів (топменеджмент, ІТ-сектор, креативні індустрії), зниження залежності від сезонних коливань попиту.
Оптимізація капітальних та операційних витрат	Свідоме обмеження потреби в розгортанні надшвидкісних бездротових мереж у рекреаційних зонах, зменшення витрат на закупівлю та обслуговування мультимедійних систем у номерах.	Зниження CAPEX на телекомунікаційне обладнання та OPEX на оплату трафіку й ліцензій ІТ-сервісів, спрощення інженерного обслуговування номерного фонду.
Підвищення клієнтської лояльності (LTV & NPS)	Надання гостю не просто послуги проживання, а глибокого фізіологічного та емоційного результату (нормалізація сну, зниження тривожності), що фіксується на рівні самопочуття.	Зростання показника чистих прихильників (NPS), формування ядра постійних клієнтів, які повертаються для регулярного ментального перезавантаження.
Капіталізація географічних обмежень	Перетворення інфраструктурних недоліків віддалених локацій (відсутність стабільного покриття GSM, віддаленість від магістралей) на ексклюзивну цінність.	Можливість встановлення високого середнього тарифу за добу (ADR) для готелів, розташованих у географічно ізольованих екологічних регіонах.

У результаті дослідження теоретичних основ digital detox у готельному бізнесі встановлено, що дана концепція сформувалася як відповідь на зростання рівня цифрового навантаження, інформаційного перевантаження та техностресу, які є характерними рисами сучасного суспільства. Digital detox передбачає свідоме тимчасове обмеження використання цифрових пристроїв з метою відновлення психоемоційного стану людини, покращення якості сну, підвищення концентрації уваги та загального рівня благополуччя.

Визначено, що в умовах розвитку індустрії гостинності digital detox трансформується з індивідуальної практики саморегуляції в окрему сервісну концепцію, яка може бути інтегрована до готельного продукту у вигляді спеціалізованих програм, тематичних пакетів послуг або концепції функціонування всього засобу розміщення. Узагальнення наукових підходів дозволило виокремити основні формати реалізації digital detox, серед яких частковий і повний digital detox, програми вихідного дня, wellness-retreat, корпоративні ретрити та digital-free tourism.

Дослідження світових тенденцій показало, що розвиток digital detox туризму безпосередньо пов'язаний із зростанням цифрової залученості населення, популярністю wellness-подорожей, поширенням JOMO-концепції, підвищенням уваги до ментального здоров'я та попитом на усвідомлений відпочинок. Статистичні дані свідчать про стабільне зростання світового ринку digital detox послуг і підтверджують перспективність цього напрямку для підприємств гостинності.

Аналіз міжнародного та вітчизняного досвіду засвідчив, що digital detox може успішно впроваджуватися в різних форматах залежно від концепції готелю, його місця розташування та потреб цільової аудиторії. Найбільш перспективними споживачами таких послуг є бізнес-туристи, ІТ-фахівці, корпоративні клієнти, представники поколінь Y та Z, сімейні туристи й прихильники wellness-відпочинку.

Встановлено, що впровадження digital detox сервісів сприяє формуванню конкурентних переваг готельного підприємства через

диференціацію готельного продукту, підвищення клієнтської лояльності, розширення цільових сегментів ринку та створення додаткової цінності для гостей. У сучасних умовах розвитку індустрії гостинності digital detox доцільно розглядати як перспективний інструмент підвищення конкурентоспроможності готелів та формування інноваційних сервісних пропозицій.

Таким чином, результати теоретичного дослідження підтверджують актуальність і перспективність впровадження концепції digital detox у діяльність готельних підприємств, що обумовлює необхідність подальшого аналізу можливостей її практичного застосування на прикладі конкретного засобу розміщення у другому розділі роботи.

РОЗДІЛ 2

АНАЛІЗ ПЕРЕДУМОВ ВПРОВАДЖЕННЯ КОНЦЕПЦІЇ DIGITAL DETOX SERVICE

2.1. Організаційно-економічна характеристика готелю

Впровадження нових сервісних концепцій у діяльність підприємств гостинності потребує попередньої оцінки їхньої практичної доцільності та можливостей реалізації. Особливої уваги в цьому контексті заслуговують сервіси, орієнтовані на оздоровлення, відновлення емоційного стану та покращення якості відпочинку гостей. Однією з таких концепцій є digital detox, що передбачає свідоме обмеження використання цифрових технологій під час відпочинку з метою покращення психологічного стану, зниження рівня стресу та відновлення емоційного балансу.

Впровадження і розвиток концепції digital detox зумовлює необхідність дослідження ресурсного потенціалу готельних підприємств, особливостей їхньої сервісної діяльності та готовності до впровадження інноваційних послуг.

Для визначення перспектив реалізації концепції digital detox доцільно здійснити аналіз діяльності готельного підприємства, дослідити його організаційно-економічні характеристики, оцінити потреби споживачів та виявити наявні передумови для формування нового сервісного продукту.

Об'єктом дослідження обрано готельну мережу Ribas Hotels Group, яка є одним із провідних українських операторів у сфері управління готельною нерухомістю. Компанія здійснює діяльність у напрямках готельного менеджменту, консалтингу, девелопменту та франчайзингу, забезпечуючи повний цикл створення та управління готельними проектами [45].

Особливістю Ribas Hotels Group є орієнтація на впровадження сучасних форматів гостинності, серед яких апарт-готелі, курортні комплекси, глемпінги та об'єкти змішаного формату проживання. Такий підхід відповідає сучасним

тенденціям розвитку туристичного ринку, де дедалі більшого значення набувають персоналізовані послуги, wellness-концепції та нестандартні формати відпочинку [36, 38, 40].

Для узагальнення основних характеристик компанії доцільно представити їх у таблиці 2.1.

Таблиця 2.1

Основні характеристики Ribas Hotels Group

Показник	Характеристика
Вид діяльності	Управління готельними об'єктами
Основні напрями роботи	Hotel Management, Development, Consulting, Franchise
Географія діяльності	Україна та міжнародні проєкти
Формати об'єктів	Готелі, апарт-готелі, курортні комплекси, глемпінги
Власні бренди	Ribas Hotels, Ribas Rooms, WOL Home + Hotel, Mandra Glampings
Основні клієнтські сегменти	Туристи, бізнес-мандрівники, сімейні туристи, інвестори
Конкурентні переваги	Комплексне управління, стандартизація сервісу, інноваційність

Як видно з таблиці 2.1, Ribas Hotels Group працює одночасно в декількох сегментах індустрії гостинності. Компанія не лише управляє готелями, а й формує нові туристичні продукти, орієнтовані на сучасні потреби споживачів. Це дозволяє їй оперативно реагувати на зміни ринку та впроваджувати інноваційні сервісні рішення.

Важливим аспектом дослідження є визначення місця компанії серед інших українських готельних мереж. Відповідно до наукових досліджень, мережеві готелі мають низку переваг перед незалежними підприємствами, зокрема завдяки централізованому управлінню, впізнаваності бренду та єдиним стандартам обслуговування [46, 47].

Порівняльну характеристику окремих українських готельних мереж наведено в таблиці 2.2.

Порівняльна характеристика готельних мереж України

Готельна мережа	Основна спеціалізація	Характеристика
Ribas Hotels Group	Курортні та апарт-готелі	Інноваційні концепції сервісу
Reikartz Hotel Group	Бізнес і туристичні готелі	Найбільша мережа за кількістю об'єктів
Premier Hotels & Resorts	Преміум та бізнес-сегмент	Високий рівень сервісу
Optima Hotels	Бізнес та економ-сегмент	Стандартизоване обслуговування

Порівняльний аналіз свідчить, що Ribas Hotels Group займає особливу нішу на українському ринку гостинності. Незважаючи на те, що за кількістю готелів Ribas Hotels Group поступається найбільшим українським мережам, компанія активно впроваджує нові концепції гостинності, серед яких wellness-відпочинок, апарт-готелі, глемпінги, формати workation та інші сучасні туристичні продукти [36, 38, 40]. Саме тому дана мережа є перспективною платформою для реалізації концепції digital detox.

З метою проведення комплексного дослідження та забезпечення конфіденційності окремих показників діяльності в подальшому дослідженні використовується умовне позначення «готель N», створене на основі характеристик курортного апарт-готелю мережі Ribas Hotels Group, який розташований у Закарпатській області на території відомого бальнеологічного курорту Поляна [45].

Апарт-готель функціонує у рекреаційному середовищі Карпатського регіону, який традиційно асоціюється з оздоровленням, відпочинком та відновленням фізичних і психологічних ресурсів людини. Курорт Поляна відомий своїми природними лікувальними факторами, насамперед мінеральними водами та сприятливими кліматичними умовами. Це створює додаткові можливості для розробки комплексних програм відпочинку, спрямованих на боротьбу зі стресом та цифровим перевантаженням.

Вибір саме цього об'єкта обумовлений його рекреаційною

спрямованістю, наявністю природних ресурсів для оздоровлення та відповідністю сучасним тенденціям wellness-туризму. Основні причини вибору даного готелю наведено в таблиці 2.3.

Таблиця 2.3

Обґрунтування вибору готелю N для дослідження

Критерій вибору	Характеристика
Розташування	Закарпатська область, курорт Поляна
Тип засобу розміщення	Апарт-готель
Номерний фонд	104 номери
Wellness-інфраструктура	Наявна
Природні рекреаційні ресурси	Ліси, гори, мінеральні води
Потенціал для digital detox	Високий
Можливість створення нових сервісів	Висока

Готель функціонує у форматі сучасного апарт-комплексу та орієнтується на гостей, які прагнуть поєднати комфортне проживання з можливостями для відпочинку та відновлення. Формат апарт-готелю забезпечує більшу автономність проживання порівняно з традиційними готелями, що позитивно впливає на можливість впровадження програм digital detox.

Для характеристики матеріально-технічної бази готелю доцільно узагальнити основні елементи його інфраструктури (табл. 2.4).

Таблиця 2.4

Основні складові інфраструктури готелю N

Складова інфраструктури	Характеристика
Номерний фонд	104 апартаменти
Ресторан	Наявний
SPA-комплекс	Наявний
Зони відпочинку	Наявні
Паркінг	Наявний
Дитячі простори	Наявні
Рекреаційна територія	Наявна
Природне середовище	Гірська місцевість, ліси

Представлена інфраструктура створює необхідні передумови для

впровадження digital detox servisu. Зокрема, природне середовище може використовуватися для організації прогулянок без використання гаджетів, SPA-комплекс – для програм психологічного розвантаження, а спеціально облаштовані зони відпочинку – для проведення медитативних практик, читання та інших активностей, спрямованих на зменшення цифрового навантаження.

Одним із ключових елементів діяльності будь-якого засобу розміщення є номерний фонд, який визначає можливості підприємства щодо прийому гостей та формування доходів від основної діяльності. Для дослідження можливостей впровадження концепції digital detox доцільно розглядати умовний готель N, створений на основі характеристик курортного апарт-готелю мережі Ribas Hotels Group.

Номерний фонд готелю N представлений різними категоріями номерів, що дозволяє задовольняти потреби різних сегментів споживачів – від індивідуальних туристів до сімейних груп та гостей, які обирають довготривале проживання. Така структура створює сприятливі умови для розробки спеціалізованих пакетів послуг, у тому числі програм digital detox.

Таблиця 2.5

Структура номерного фонду готелю N

Категорія номерів	Характеристика	Частка номерного фонду, %
Studio	Однокімнатні апартаменти	35
Standard Apartment	Стандартні апартаменти	40
Family Apartment	Сімейні апартаменти	15
Premium Apartment	Покращені апартаменти	10

Як свідчать дані таблиці 2.5, основу номерного фонду формують стандартні та студійні апартаменти, які сумарно становлять понад дві третини номерів. Подібна структура є характерною для сучасних апарт-готелів та забезпечує високий рівень гнучкості у формуванні туристичного продукту. Водночас наявність сімейних та покращених номерів дозволяє адаптувати пропозицію до потреб різних категорій гостей та створювати спеціальні пакети

відпочинку, орієнтовані на оздоровлення і відновлення психологічного стану.

Важливим фактором конкурентоспроможності сучасного готелю є наявність додаткових послуг, які формують комплексний туристичний продукт та сприяють підвищенню рівня задоволеності гостей. Для курортних підприємств саме додаткові послуги (див. табл. 2.6) часто виступають джерелом формування додаткового доходу та інструментом диференціації на ринку.

Таблиця 2.6

Основні додаткові послуги готелю N

Послуга	Характеристика
SPA-комплекс	Відновлювальні процедури
Басейн	Оздоровчий відпочинок
Ресторан	Повний цикл харчування
Екскурсійне обслуговування	Організація дозвілля
Прогулянкові маршрути	Рекреаційний відпочинок
Паркінг	Для гостей готелю
Дитяча зона	Для сімейних туристів

Наявність широкого спектра додаткових послуг свідчить про орієнтацію готелю N на створення комплексного сервісного продукту. Особливе значення для впровадження digital detox мають SPA-послуги, прогулянкові маршрути та рекреаційні активності, які можуть бути інтегровані до спеціалізованих програм цифрового відновлення. Крім того, природне середовище створює додаткові можливості для організації заходів без використання цифрових пристроїв.

Таблиця 2.7

Основні сегменти споживачів готелю N

Сегмент	Характеристика
Сімейні туристи	Відпочинок із дітьми
Wellness-туристи	Оздоровлення та відновлення
Бізнес-мандрівники	Короткострокові поїздки
Workation-туристи	Поєднання роботи та відпочинку
Індивідуальні туристи	Пошук спокою та рекреації

Як свідчать дані таблиці 2.7, основними цільовими сегментами готелю N є сімейні туристи, wellness-туристи, бізнес-мандрівники, workation-туристи та індивідуальні туристи. Особливий інтерес для дослідження становлять wellness-туристи та workation-туристи, оскільки саме ці категорії найчастіше стикаються з цифровим перевантаженням та можуть бути потенційними споживачами послуг digital detox. Зростання популярності оздоровчих подорожей та форматів work-life balance створює додаткові передумови для впровадження відповідних сервісів у діяльність готелю.

Організаційна структура готелю (табл. 2.8) включає службу прийому та розміщення, службу номерного фонду, ресторанний підрозділ, SPA-службу, маркетинговий відділ, технічну службу та адміністративний персонал. Відповідно до підходів менеджменту готельно-ресторанного господарства, ефективність функціонування підприємства визначається рівнем координації роботи зазначених підрозділів та здатністю швидко реагувати на зміни ринкового середовища [43].

Таблиця 2.8

Організаційна структура готелю

Підрозділ	Основні функції
Адміністрація	Загальне управління діяльністю
Служба прийому та розміщення	Реєстрація та обслуговування гостей
Служба номерного фонду	Прибирання та утримання номерів
Ресторанний підрозділ	Організація харчування
SPA-служба	Надання оздоровчих послуг
Маркетинговий відділ	Просування послуг та комунікація з клієнтами
Технічна служба	Підтримка інфраструктури

Наявність розвиненої інфраструктури та відповідної організаційної структури створює необхідні передумови для впровадження digital detox сервісу.

Особливу роль у реалізації такої концепції можуть відігравати служба прийому та розміщення, SPA-підрозділ, маркетинговий відділ та служба

харчування, які забезпечуватимуть формування, просування та реалізацію нової послуги.

Таблиця 2.9

Основні показники діяльності готелю N у 2023–2025 рр.

Показник	2023 р.	2024 р.	2025 р.	Відхилення 25/23, %
Номерний фонд, од.	104	104	104	100,0
Коефіцієнт завантаженості номерного фонду, %	58,0	64,0	71,0	122,4
Кількість обслугованих гостей, осіб	8 150	9 470	10 980	134,7
Середня тривалість перебування, діб	3,4	3,6	3,8	111,8
Середня вартість номера за добу, грн	2 200	2 450	2 700	122,7
Дохід від реалізації послуг, тис. грн	21 850	26 740	32 680	149,6
Дохід від додаткових послуг, тис. грн	4 370	5 950	7 840	179,4
Загальний дохід, тис. грн	26 220	32 690	40 520	154,5
Рентабельність діяльності, %	12,5	15,1	18,4	+5,9 в.п.

Дані таблиці 2.9 свідчать про позитивну динаміку основних показників діяльності готелю N протягом 2023–2025 рр. Найбільш суттєве зростання спостерігається за показниками загального доходу та доходу від додаткових послуг. Загальний дохід підприємства збільшився з 26,22 млн грн у 2023 році до 40,52 млн грн у 2025 році, тобто майже на 55 %. Одночасно дохід від додаткових послуг зріс на 79,4 %, що свідчить про зростання ролі супутнього сервісу у формуванні фінансових результатів готелю.

Позитивною тенденцією є також збільшення коефіцієнта завантаженості номерного фонду з 58 % до 71 %, що вказує на підвищення попиту на послуги підприємства. Зростання середньої тривалості перебування гостей з 3,4 до 3,8 доби свідчить про підвищення привабливості готелю як рекреаційного об'єкта та ефективність існуючої сервісної концепції.

Особливу увагу привертає збільшення частки доходів від додаткових послуг. Саме цей показник є важливим для оцінки перспектив впровадження концепції digital detox, оскільки новий сервіс може бути інтегрований до структури додаткових послуг і забезпечити подальше зростання доходів

підприємства.

Крім того, підвищення рентабельності діяльності до 18,4 % свідчить про достатній фінансовий потенціал готелю для реалізації інноваційних проєктів та впровадження нових напрямів обслуговування [41, 42].

З метою узагальнення потенціалу впровадження концепції digital detox доцільно здійснити попередню оцінку ресурсного забезпечення готелю.

Таблиця 2.10

Попередня оцінка ресурсного забезпечення готелю

Ресурс	Оцінка потенціалу	Обґрунтування
Природне середовище	Високий	Гори, ліси, рекреаційна зона
Номерний фонд	Високий	Можливість створення detox-номерів
SPA-інфраструктура	Високий	База для оздоровчих програм
Персонал	Середній	Потребує додаткового навчання
Маркетингові можливості	Високий	Підтримка мережі Ribas Hotels Group
Фінансові ресурси	Середній	Необхідні інвестиції у запуск послуги

Оскільки фінансова звітність готелю N не є відкритою, оцінювання фінансово-економічного потенціалу доцільно здійснювати на основі ресурсного забезпечення підприємства.

Дані таблиці 2.10 свідчать про високий рівень потенціалу готелю щодо впровадження нових сервісних продуктів. Наявність розвиненої інфраструктури, привабливе розташування та широкий перелік додаткових послуг формують сприятливі умови для диверсифікації діяльності та отримання додаткових доходів.

Важливим етапом оцінки готовності готелю до впровадження концепції digital detox є аналіз відповідності існуючої сервісної концепції вимогам даного напрямку.

Для цього проведено порівняння наявних ресурсів та послуг підприємства з основними складовими digital detox сервісу (див. табл. 2.11-2.12).

Таблиця 2.11

Відповідність сервісної концепції готелю N вимогам digital detox

Елемент сервісної концепції	Рівень відповідності digital detox
Природне середовище	Високий
Wellness-послуги	Високий
SPA-комплекс	Високий
Рекреаційні активності	Високий
Спеціальні detox-програми	Низький
Digital detox пакети	Відсутні
Зони без гаджетів	Відсутні

Таблиця 2.12

Узагальнена оцінка готовності готелю N до впровадження digital detox

Критерій	Оцінка
Природне середовище	Висока
Інфраструктурне забезпечення	Висока
Кадрове забезпечення	Середня
Фінансові можливості	Середня
Маркетинговий потенціал	Висока
Загальна готовність	Висока

Дані таблиці 2.12 свідчать, що готель N характеризується високим рівнем загальної готовності до впровадження digital detox сервісу. Найбільш сильними сторонами є природне середовище, інфраструктурне забезпечення та маркетинговий потенціал. Водночас кадрове забезпечення та фінансові можливості потребують додаткового розвитку для успішної реалізації нового сервісного продукту.

Проведений аналіз сервісної концепції показав, що готель N вже володіє значною частиною ресурсів, необхідних для впровадження концепції digital detox. Водночас спеціалізовані послуги цифрового відновлення наразі відсутні. Це свідчить про наявність резервів для розвитку та можливість створення нового туристичного продукту без суттєвих змін у матеріально-технічній базі підприємства. Отримані результати підтверджують доцільність подальшого дослідження потреб споживачів щодо використання digital detox послуг, що буде розглянуто в наступному підрозділі.

2.2. Дослідження потреб споживачів щодо digital detox послуг

Важливим етапом оцінки можливостей впровадження концепції digital detox є дослідження потреб потенційних споживачів. Саме аналіз очікувань та уподобань гостей дозволяє визначити доцільність створення нового сервісного продукту, оцінити перспективний попит та сформувати перелік послуг, які найбільшою мірою відповідатимуть потребам цільової аудиторії.

З метою визначення рівня зацікавленості гостей у використанні digital detox послуг було проведено анкетне опитування клієнтів готелю N. У дослідженні взяли участь 150 респондентів, які користувалися послугами готелю протягом останніх дванадцяти місяців. Опитування проводилося у травні 2026 року шляхом онлайн-анкетування та особистого опитування гостей під час перебування у готелі.

Анкета включала питання щодо оцінки існуючих послуг готелю, рівня використання цифрових технологій у повсякденному житті, ставлення до проблеми цифрового перевантаження, зацікавленості у використанні digital detox послуг та бажаних складових нового сервісу.

Анкетування здійснювалося у двох формах. Частина респондентів заповнювала електронну анкету за допомогою Google Forms після отримання відповідного посилання через електронну пошту або соціальні мережі готелю. Інша частина гостей брала участь в опитуванні безпосередньо під час перебування у готелі шляхом заповнення паперової анкети, запропонованої працівниками служби прийому та розміщення.

Відбір респондентів здійснювався за принципом добровільної участі. Усі учасники були поінформовані про анонімність опитування та використання отриманих результатів виключно в узагальненому вигляді для наукових цілей. Це дозволило мінімізувати вплив суб'єктивних факторів та отримати більш об'єктивну оцінку ставлення споживачів до концепції digital detox.

Анкета складалася з трьох логічних блоків. Перший блок містив питання соціально-демографічного характеру. Другий блок був спрямований на оцінку

рівня використання цифрових технологій та ставлення респондентів до проблеми цифрового перевантаження. Третій блок передбачав визначення рівня зацікавленості гостей у використанні digital detox послуг та виявлення найбільш привабливих елементів майбутнього сервісу.

Шановний респондент! Просимо Вас взяти участь в опитуванні щодо можливостей впровадження digital detox послуг у діяльність готелю. Опитування є анонімним, а його результати будуть використані виключно в узагальненому вигляді для удосконалення роботи готелю.		
1. Ваша стать:	☐ Чоловіча	☐ Жіноча
2. Ваш вік:	☐ 18–25 років ☐ 36–45 років ☐ Понад 60 років	☐ 26–35 років ☐ 46–60 років
3. Як часто Ви користуєтеся послугами готелів?	☐ Один раз на рік ☐ Понад 3 рази на рік	☐ 2–3 рази на рік
4. Наскільки Ви задоволені існуючими послугами готелю?	☐ Повністю задоволений(а) ☐ Скоріше задоволений(а) ☐ Частково задоволений(а) ☐ Незадоволений(а)	
5. Скільки часу на день Ви проводите за смартфоном, комп'ютером або іншими цифровими пристроями?	☐ До 3 годин ☐ 5–8 годин	☐ 3–5 годин ☐ Понад 8 годин
6. Чи відчуваєте Ви цифрову втому або перевантаження від використання гаджетів?	☐ Часто ☐ Рідко	☐ Іноді ☐ Ніколи
7. Чи хотіли б Ви під час відпочинку тимчасово обмежити використання цифрових пристроїв?	☐ Так ☐ Важко відповісти ☐ Ні	☐ Скоріше так ☐ Скоріше ні
8. Чи скористалися б Ви спеціалізованою програмою digital detox у готелі?	☐ Так ☐ Важко відповісти ☐ Ні	☐ Скоріше так ☐ Скоріше ні
9. Які елементи digital detox сервісу були б для Вас найбільш цікавими? (можна обрати декілька варіантів)	☐ SPA та релакс-програми ☐ Прогулянки без гаджетів ☐ Йога та медитація ☐ Wellness-харчування ☐ Зони без Wi-Fi ☐ Detox-номер ☐ Тренінги з цифрового балансу	
10. Які додаткові послуги Ви хотіли б бачити у складі digital detox програми?		
Дякуємо за участь в опитуванні!		

Рис. 2.1. Зразок анкети гостей

Результати анкетного опитування гостей готелю N наведено в таблицях 2.13–2.18.

Таблиця 2.13

Соціально-демографічна характеристика респондентів

Показник	Кількість осіб	Частка, %
Чоловіки	63	42
Жінки	87	58
18–25 років	24	16
26–35 років	51	34
36–45 років	42	28
46–60 років	24	16
Понад 60 років	9	6
Раз на рік відвідують готелі	33	22
2–3 рази на рік	69	46
Понад 3 рази на рік	48	32

Як свідчать результати дослідження, найбільшу частку респондентів становили особи віком від 26 до 45 років (62 %), які є найбільш активними користувачами цифрових технологій та одночасно основною цільовою аудиторією сучасних wellness-послуг. Більшість опитаних регулярно користуються готельними послугами, що свідчить про достатній рівень обізнаності щодо сучасних тенденцій розвитку індустрії гостинності.

Таблиця 2.14

Рівень задоволеності гостей існуючими послугами готелю

Показник	Частка респондентів, %
Повністю задоволені	48
Скоріше задоволені	36
Частково задоволені	12
Незадоволені	4

Отримані результати свідчать про високий рівень задоволеності гостей послугами готелю. Сукупна частка задоволених клієнтів становить 84 %, що підтверджує позитивне сприйняття існуючої сервісної концепції та створює сприятливі передумови для впровадження нових послуг.

Таблиця 2.15

Оцінка рівня цифрового навантаження респондентів

Варіант відповіді	Частка, %
До 3 годин на день	8
3–5 годин	18
5–8 годин	37
Понад 8 годин	37

Результати дослідження свідчать, що 74 % опитаних проводять у цифровому середовищі понад п'ять годин щодня. Це підтверджує актуальність проблеми цифрового перевантаження та формує потенційну потребу у використанні спеціалізованих програм відновлення під час відпочинку.

Таблиця 2.16

Ставлення респондентів до проблеми цифрового перевантаження

Варіант відповіді	Частка, %
Часто відчуваю цифрову втоми	41
Іноді відчуваю	39
Рідко відчуваю	14
Не відчуваю	6

Близько 80 % респондентів зазначили, що періодично або регулярно стикаються з проявами цифрової втоми. Це свідчить про наявність потенційного попиту на послуги, спрямовані на тимчасове обмеження використання цифрових пристроїв.

Таблиця 2.17

Готовність користуватися digital detox послугами

Варіант відповіді	Частка, %
Так	58
Скоріше так	24
Важко відповісти	11
Скоріше ні	5
Ні	2

Сукупна частка позитивних відповідей становить 82 %, що свідчить про

високий рівень потенційного попиту на digital detox послуги серед гостей готелю N.

Таблиця 2.18

Найбільш бажані елементи digital detox сервісу

Елемент послуги	Частка респондентів, %
SPA та релакс-програми	76
Прогулянки без гаджетів	71
Йога та медитація	64
Wellness-харчування	59
Зони без Wi-Fi	48
Detox-номер	44
Тренінги з цифрового балансу	28

Отримані результати свідчать, що проблема цифрового перевантаження є актуальною для більшості гостей готелю N. Високий рівень зацікавленості респондентів у використанні програм цифрового відновлення дозволяє розглядати digital detox як перспективний напрям розширення асортименту послуг підприємства. При цьому найбільший попит очікується на комплексні програми, які поєднують оздоровчі, рекреаційні та психологічні елементи відпочинку. Найбільший інтерес респонденти виявили до послуг, пов'язаних із фізичним та психологічним відновленням. Це свідчить про доцільність формування комплексного digital detox продукту, який поєднуватиме wellness-послуги, рекреаційні активності та обмеження використання цифрових технологій. Узагальнення результатів дослідження подано в табл. 2.19.

Таблиця 2.19

Узагальнення результатів дослідження потреб споживачів

Показник	Результат
Частка задоволених гостей	84 %
Частка осіб, які користуються гаджетами понад 5 годин на день	74 %
Частка осіб, що відчують цифрову втому	80 %
Частка осіб, готових скористатися digital detox	82 %
Найбільш популярна послуга	SPA та релакс-програми
Загальний рівень потенційного попиту	Високий

Дані таблиці 2.19 узагальнюють результати проведеного опитування та підтверджують наявність високого потенційного попиту на digital detox послуги серед гостей готелю N. Отримані результати можуть бути використані для обґрунтування напрямів впровадження нового сервісу та формування його основних складових.

Результати проведеного дослідження підтвердили наявність інтересу споживачів до digital detox послуг. Більшість опитаних гостей відзначають високий рівень цифрового навантаження та періодично стикаються з проявами цифрової втоми. Водночас понад 80 % респондентів висловили готовність скористатися спеціалізованими програмами цифрового відновлення під час відпочинку.

Найбільш затребуваними елементами потенційного digital detox сервісу визначено SPA-програми, прогулянки на природі без використання гаджетів, медитації, wellness-харчування та спеціалізовані зони відпочинку. Отримані результати свідчать про наявність сприятливих ринкових передумов для впровадження концепції digital detox у діяльність готелю N та можуть бути використані при розробці відповідних заходів у наступному підрозділі.

2.3. Оцінка можливостей впровадження концепції digital detox

На основі результатів аналізу діяльності готелю N та дослідження потреб споживачів доцільно оцінити можливості впровадження концепції digital detox у діяльність підприємства. Така оцінка дозволяє визначити рівень готовності готелю до реалізації нового сервісного продукту, виявити наявні конкурентні переваги та можливі обмеження, а також обґрунтувати доцільність подальшої розробки відповідних заходів.

A. SWOT-аналіз можливостей впровадження концепції digital detox

Одним із найбільш поширених інструментів стратегічного аналізу є SWOT-аналіз, який дозволяє оцінити внутрішні та зовнішні фактори впливу на реалізацію інноваційного проєкту [41, 42, 44].

Сильні сторони (Strengths)	Слабкі сторони (Weaknesses)
Розташування в рекреаційній зоні	Відсутність досвіду надання digital detox послуг
Наявність SPA та wellness-послуг	Недостатня підготовка персоналу
Розвинена інфраструктура відпочинку	Необхідність додаткових інвестицій
Підтримка мережі Ribas Hotels Group	Відсутність сформованих програм digital detox
Позитивна репутація серед гостей	Низька обізнаність частини гостей про концепцію
Можливості (Opportunities)	Загрози (Threats)
Зростання популярності wellness-туризму	Посилення конкуренції
Підвищення уваги до ментального здоров'я	Економічна нестабільність
Розвиток оздоровчих форматів відпочинку	Зниження туристичної активності
Формування унікальної ринкової пропозиції	Недостатня готовність окремих споживачів відмовлятися від гаджетів
Залучення нових сегментів клієнтів	Швидка зміна туристичних трендів

Рис. 2.2. SWOT-аналіз можливостей впровадження концепції digital detox у готелі N

Результати SWOT-аналізу свідчать, що готель N має суттєві внутрішні переваги для впровадження концепції digital detox. Насамперед це природне рекреаційне середовище, наявність wellness-інфраструктури та широкий спектр додаткових послуг. Водночас відсутність спеціалізованих програм цифрового відновлення та необхідність додаткового навчання персоналу потребують відповідної управлінської уваги.

Серед зовнішніх факторів найбільший позитивний вплив має зростання популярності wellness-подорожей та підвищення уваги споживачів до збереження психологічного здоров'я. Це створює сприятливі умови для формування нового конкурентоспроможного продукту на ринку готельних послуг.

Б. Оцінка ресурсного забезпечення впровадження концепції

Ефективність реалізації концепції digital detox значною мірою залежить від наявності необхідних ресурсів [41, 43]. Тому доцільно здійснити оцінку кадрового, матеріально-технічного, фінансового та партнерського забезпечення готелю.

Таблиця 2.20

Оцінка ресурсного забезпечення впровадження digital detox сервісу

Вид ресурсу	Наявний стан	Оцінка готовності
Кадрові ресурси	Кваліфікований персонал готелю та SPA	Середня
Матеріально-технічна база	Номерний фонд, SPA, рекреаційні зони	Висока
Фінансові можливості	Можливість поетапного фінансування	Середня
Маркетингові ресурси	Підтримка мережі та онлайн-канали просування	Висока
Партнерські зв'язки	Туристичні агенції, wellness-фахівці	Середня

Кадрове забезпечення. Готель N має сформований штат працівників, які забезпечують функціонування основних підрозділів підприємства. Для впровадження digital detox сервісу доцільним є проведення додаткового навчання персоналу щодо особливостей комунікації з гостями, які користуються програмами цифрового відновлення, а також залучення фахівців у сфері wellness, йоги та психологічного консультування.

Матеріально-технічне забезпечення. Матеріально-технічна база готелю характеризується високим рівнем готовності до впровадження концепції. Наявність SPA-комплексу, зон відпочинку, природного рекреаційного середовища та розвиненої інфраструктури дозволяє реалізувати більшість заходів без значних капіталовкладень.

Фінансові можливості. Впровадження digital detox не потребує будівництва нових об'єктів або масштабної реконструкції. Основні витрати можуть бути пов'язані з навчанням персоналу, розробкою спеціалізованих програм, маркетинговим просуванням та облаштуванням окремих зон без

використання цифрових пристроїв.

Партнерські можливості. Для підвищення ефективності проєкту доцільно налагодити співпрацю з wellness-тренерами, психологами, інструкторами з йоги, туристичними компаніями та організаторами рекреаційних програм.

В. Узагальнення результатів дослідження

Узагальнення результатів дослідження здійснюється на основі аналізу діяльності готелю, результатів анкетування споживачів та проведеного SWOT-аналізу.

Таблиця 2.21

Узагальнення результатів оцінки можливостей впровадження digital detox

Напрямок оцінювання	Результат
Організаційно-економічний потенціал	Високий
Розвиненість інфраструктури	Висока
Готовність персоналу	Середня
Рівень зацікавленості гостей	Високий
Потенційний попит	Високий
Конкурентні переваги	Значні
Загальна доцільність впровадження	Висока

Аналіз результатів показав, що готель N має достатній рівень організаційної та ресурсної готовності до впровадження концепції digital detox. Проведене анкетування засвідчило наявність високого інтересу споживачів до послуг, пов'язаних із цифровим відновленням, зниженням рівня стресу та покращенням психологічного самопочуття. Більшість респондентів позитивно оцінили можливість використання таких послуг під час відпочинку та висловили готовність скористатися відповідними програмами.

Отримані результати свідчать про наявність сприятливих передумов для впровадження концепції digital detox у діяльність готелю N. Виявлені сильні сторони підприємства та високий рівень потенційного попиту дозволяють розглядати даний напрям як перспективний інструмент підвищення конкурентоспроможності та диверсифікації готельного продукту.

Таким чином, проведена оцінка можливостей впровадження концепції digital detox підтвердила доцільність реалізації даного напрямку в діяльності готелю N. Підприємство володіє необхідними матеріально-технічними ресурсами, має сприятливе природне середовище та достатній рівень організаційної готовності. Результати дослідження попиту також свідчать про зацікавленість гостей у використанні послуг цифрового відновлення. Це створює підґрунтя для розробки практичних заходів щодо впровадження концепції digital detox.

Проведене дослідження дозволило оцінити передумови впровадження концепції digital detox у діяльність готелю N. Аналіз організаційно-економічних характеристик підприємства показав, що готель має достатній рівень ресурсного забезпечення, розвинену wellness-інфраструктуру, сприятливе природне середовище та широкий спектр додаткових послуг, які можуть бути використані при формуванні нового сервісного продукту. Проведена оцінка діяльності підприємства засвідчила наявність необхідних організаційних та матеріально-технічних передумов для реалізації концепції digital detox.

Результати анкетного опитування гостей готелю підтвердили актуальність проблеми цифрового перевантаження серед споживачів та виявили високий рівень зацікавленості у використанні послуг цифрового відновлення. Більшість респондентів позитивно оцінили можливість участі у спеціалізованих програмах digital detox, а найбільш затребуваними елементами майбутнього сервісу визначено SPA-програми, прогулянки без використання гаджетів, медитації та wellness-харчування. Проведений SWOT-аналіз та оцінка ресурсного забезпечення засвідчили наявність значних конкурентних переваг готелю для реалізації даного напрямку та підтвердили високу доцільність впровадження концепції digital detox. Отримані результати створюють підґрунтя для розробки практичних заходів щодо впровадження та просування нового сервісу, які будуть розглянуті у третьому розділі роботи.

РОЗДІЛ 3

РОЗРОБКА ТА ВПРОВАДЖЕННЯ КОНЦЕПЦІЇ DIGITAL DETOX СЕРВІСУ В ГОТЕЛІ N

3.1. Формування концепції digital detox service

На основі результатів дослідження діяльності готелю N та аналізу потреб споживачів запропоновано впровадження концепції Digital Detox Retreat, спрямованої на зниження цифрового навантаження, відновлення психоемоційного стану гостей та формування умов для якісного відпочинку в природному середовищі.

Концепція передбачає добровільне обмеження використання цифрових пристроїв під час перебування у готелі та заміну часу, який зазвичай витрачається на користування гаджетами, оздоровчими, рекреаційними та wellness-активностями.

Запропонована концепція відповідає сучасним тенденціям розвитку wellness-туризму та орієнтована на створення унікального сервісного продукту, що поєднує природні ресурси Карпатського регіону, можливості SPA-комплексу та спеціально розроблені програми психологічного відновлення.

Основною метою впровадження концепції Digital Detox Retreat є створення умов для відновлення фізичного та психоемоційного стану гостей шляхом тимчасового обмеження використання цифрових технологій та залучення їх до оздоровчих, рекреаційних і wellness-практик.

Для досягнення поставленої мети передбачається вирішення таких завдань:

- зниження рівня цифрової втоми гостей;
- покращення якості сну;
- зменшення рівня стресу та тривожності;
- підвищення задоволеності відпочинком;

- формування конкурентних переваг готелю;
- розширення асортименту додаткових послуг;
- збільшення доходів від wellness-сервісів.

Основні принципи концепції наведено в табл. 3.1.

Таблиця 3.1

Принципи концепції Digital Detox

Принцип	Зміст реалізації
Добровільність	Гість самостійно обирає рівень обмеження використання гаджетів
Комплексність	Поєднання проживання, SPA, рекреації та wellness-активностей
Персоналізація	Можливість вибору індивідуальної програми
Природоорієнтованість	Максимальне використання ресурсів Карпатського регіону
Wellness-спрямованість	Орієнтація на фізичне та психологічне відновлення
Баланс цифровізації	Відмова не від технологій загалом, а від їх надмірного використання

Визначені принципи формують основу концепції Digital Detox Retreat та забезпечують її відповідність сучасним тенденціям розвитку wellness-туризму. Їх реалізація дозволяє створити сервісний продукт, орієнтований на відновлення психоемоційного стану гостей без повної відмови від цифрових технологій, а шляхом досягнення збалансованого їх використання.

Цільова аудиторія концепції. Результати проведеного анкетування дозволили визначити основні сегменти споживачів, які можуть бути зацікавлені у використанні digital detox сервісу.

Цільову аудиторію концепції представлено в табл. 3.2.

Як видно з таблиці 3.2, найбільш перспективними споживачами digital detox сервісу є wellness-туристи, IT-фахівці та бізнес-мандрівники, які найбільше схильні до цифрового перевантаження.

Таблиця 3.2

Цільова аудиторія концепції Digital Detox Retreat

Сегмент	Основна потреба	Очікуваний результат
Бізнес-туристи	Відпочинок від інформаційного навантаження	Зниження стресу
ІТ-фахівці	Тимчасова відмова від гаджетів	Відновлення концентрації
Wellness-туристи	Оздоровлення та релаксація	Поліпшення самопочуття
Корпоративні клієнти	Профілактика вигорання	Підвищення продуктивності
Молоді туристи (25–40 років)	Баланс між онлайн та офлайн	Психоемоційне відновлення
Сімейні туристи	Живе спілкування	Покращення сімейної взаємодії

Складові пакету послуг Digital Detox Retreat.

Концепція передбачає створення комплексного пакету послуг, який охоплюватиме проживання, харчування, оздоровлення та дозвілля. Структуру пакету послуг наведено в табл. 3.3.

Таблиця 3.3

Структура пакету Digital Detox Retreat

Напрямок	Послуги
Проживання	Detox-номер
Харчування	Wellness-меню
SPA	Масажі, ароматерапія, сауна
Активності	Йога, медитація
Рекреація	Прогулянки Карпатами
Арт-терапія	Майстер-класи
Соціальна взаємодія	Настільні ігри, книжковий клуб
Ментальне відновлення	Практики усвідомленості

Як видно з таблиці 3.3, концепція передбачає комплексний підхід до організації відпочинку та охоплює всі основні елементи туристичного продукту: проживання, харчування, оздоровлення та дозвілля. Такий підхід дозволяє забезпечити максимальний ефект від проходження програми digital

detox та підвищити цінність послуги для споживача.

Пакет може реалізовуватися у форматі:

- 1. Weekend Detox (2–3 доби);
- 2. Wellness Detox (5–7 діб);
- 3. Corporate Detox Retreat (3–5 діб).

Однією з ключових складових концепції є створення спеціалізованих detox-номерів.

Detox-номер являє собою номер підвищеного рівня комфорту, в якому мінімізовано цифрові подразники та створено умови для відновлення психоемоційного стану гостя.

Основні характеристики detox-номера:

- відсутність телевізора;
- можливість добровільної здачі гаджетів у сейф;
- паперовий інформаційний гід;
- книги та настільні ігри;
- аромадифузор;
- ортопедичний матрац;
- затемнювальні штори;
- чайний набір із трав’яними чаями;
- освітлення з режимом підготовки до сну;
- відсутність рекламних повідомлень та цифрових екранів.

Елементи оснащення detox-номера наведено в табл. 3.4.

Таблиця 3.4

Елементи оснащення detox-номера

Елемент	Призначення
Сейф для гаджетів	Добровільне обмеження користування
Книжкова полиця	Альтернатива цифровому дозвіллю
Ароматерапія	Релаксація
Wellness-набір	Відновлення
Освітлення Sleep Mode	Покращення сну
Щоденник рефлексії	Усвідомлення власного стану

Запропоноване оснащення detox-номера спрямоване на створення комфортного середовища для відпочинку та мінімізацію факторів, що стимулюють постійне використання цифрових пристроїв. Водночас концепція не передбачає примусової відмови від гаджетів, що відповідає принципу добровільності та клієнтоорієнтованості.

Програми перебування гостей

Для різних категорій споживачів доцільно розробити декілька програм перебування. Основні програми перебування гостей представлено в табл. 3.5.

Таблиця 3.5

Програми Digital Detox Retreat

Програма	Тривалість	Основні активності
Weekend Detox	2–3 доби	SPA, прогулянки, медитації
Wellness Detox	5–7 діб	Повний цикл відновлення
Family Detox	3–5 діб	Сімейні активності
Corporate Detox	3–5 діб	Антистрес та командоутворення

Розроблені програми дозволяють адаптувати концепцію до потреб різних категорій гостей. Наявність декількох форматів перебування забезпечує ширше охоплення цільової аудиторії та підвищує привабливість нового сервісу для різних сегментів споживачів.

Wellness-активності. Основою концепції є комплекс wellness-заходів, що дозволяють компенсувати відмову від цифрових пристроїв.

До основних активностей належать:

- ранкова йога;
- дихальні практики;
- медитації;
- скандинавська ходьба;
- лісотерапія (Shinrin-yoku);
- арт-терапія;
- SPA-процедури;
- чайні церемонії;

- wellness-харчування;
- вечори настільних ігор;
- читальні простори;
- майстер-класи з творчості.

Орієнтовний розпорядок дня наведено в табл. 3.6.

Таблиця 3.6

Орієнтовна програма одного дня Digital Detox Retreat

Час	Захід
07:30–08:00	Ранкова йога
08:00–09:00	Wellness-сніданок
09:00–11:00	Лісотерапія або прогулянка
11:00–12:00	Медитація
12:00–13:00	Обід
13:00–15:00	Вільний час, читання
15:00–17:00	SPA-процедури
17:00–18:00	Арт-терапія
18:00–19:00	Вечеря
19:00–21:00	Настільні ігри або чайна церемонія
після 21:00	Підготовка до сну без гаджетів

Запропонована програма дня побудована таким чином, щоб забезпечити поступове зниження цифрового навантаження та заміну часу, який зазвичай витрачається на використання гаджетів, оздоровчими та рекреаційними активностями. Поєднання фізичної активності, відпочинку на природі, SPA-процедур та практик усвідомленості сприяє комплексному відновленню гостя.

Очікувані переваги від впровадження концепції наведено в табл. 3.7.

Дані таблиці 3.7 свідчать, що впровадження концепції Digital Detox Retreat забезпечить позитивний ефект як для гостей, так і для готелю. Для споживачів основними перевагами стануть покращення психоемоційного стану, зниження рівня стресу та підвищення якості відпочинку. Для підприємства реалізація концепції сприятиме формуванню конкурентних переваг, підвищенню лояльності клієнтів та збільшенню доходів від додаткових послуг.

Таблиця 3.7

Очікувані переваги концепції Digital Detox Retreat

Для гостя	Для готелю
Зменшення стресу	Формування конкурентної переваги
Покращення якості сну	Зростання доходів від додаткових послуг
Психоемоційне відновлення	Залучення нових сегментів клієнтів
Баланс цифрового навантаження	Посилення іміджу інноваційного готелю
Підвищення задоволеності відпочинком	Підвищення лояльності гостей

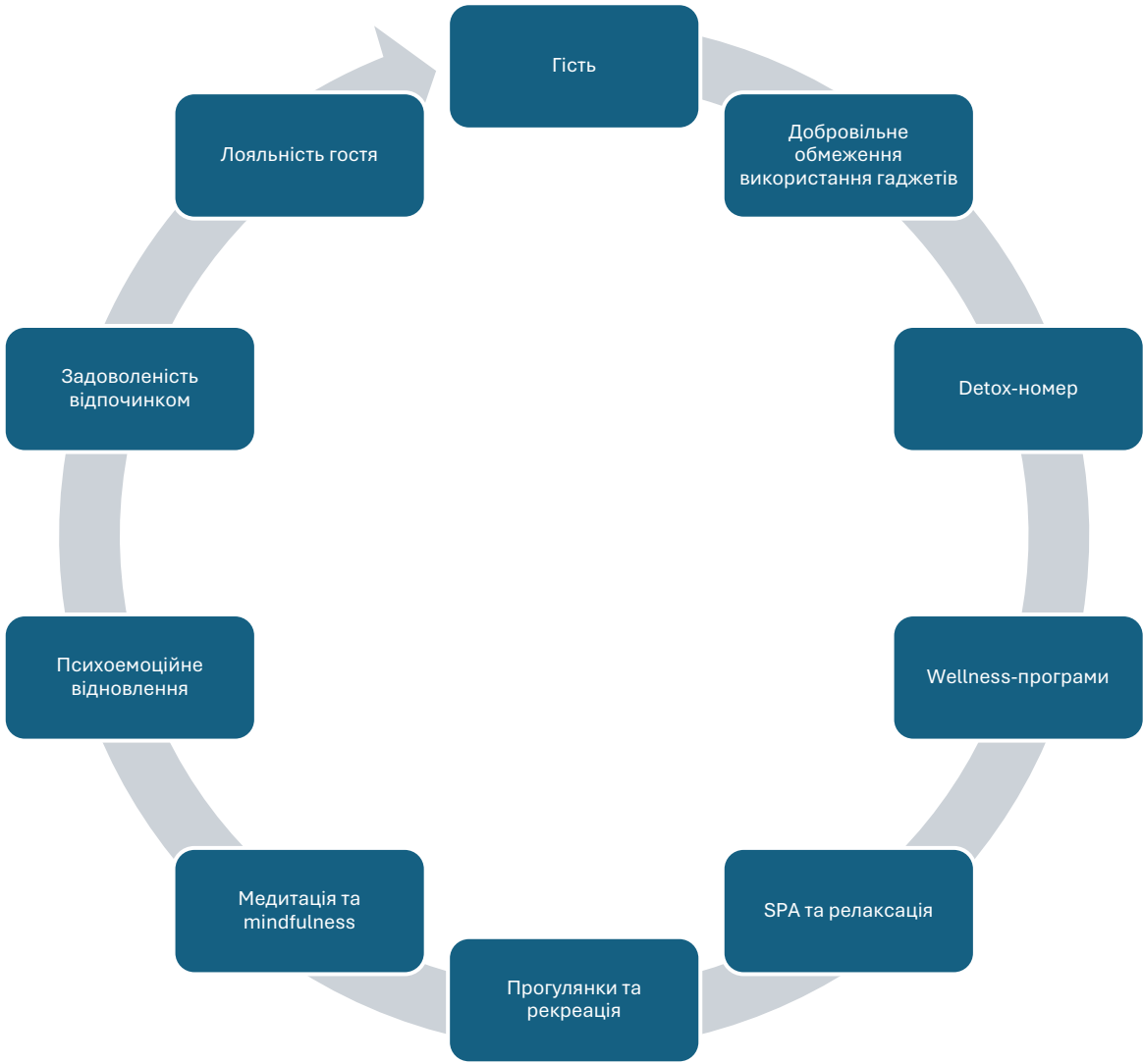


Рис. 3.1. Концептуальна модель servісу Digital Detox Retreat

Дані рисунка 3.1 свідчать, що концепція Digital Detox Retreat базується на комплексному підході до відновлення фізичного та психоемоційного стану гостей. Поєднання обмеження цифрового навантаження з wellness-активностями, рекреаційними заходами та природними ресурсами Карпатського регіону дозволяє сформувати унікальний туристичний продукт, спрямований на підвищення якості відпочинку та формування довгострокової лояльності клієнтів.

Отже, розроблена концепція Digital Detox Retreat ґрунтується на поєднанні природно-рекреаційного потенціалу готелю N, wellness-послуг та спеціалізованих програм цифрового відновлення.

Запропонована концепція враховує результати проведеного дослідження потреб споживачів і спрямована на формування конкурентоспроможного сервісного продукту, здатного забезпечити підвищення рівня задоволеності гостей та зміцнення ринкових позицій підприємства. Водночас ефективна реалізація запропонованої концепції потребує розробки організаційного механізму її впровадження, визначення необхідних ресурсів, відповідальних підрозділів та послідовності виконання запланованих заходів, що буде розглянуто в наступному підрозділі.

3.2. Організаційне забезпечення впровадження проєкту

Ефективність реалізації концепції Digital Detox Retreat значною мірою залежить від належного організаційного забезпечення процесу впровадження. Навіть за наявності сформованої концепції та високого рівня зацікавленості споживачів успішність проєкту визначається якістю планування, координацією діяльності структурних підрозділів готелю та готовністю персоналу до надання нового виду послуг.

З метою забезпечення результативного впровадження концепції Digital Detox Retreat доцільно розробити поетапний механізм реалізації проєкту, що охоплюватиме підготовчі, організаційні, маркетингові та контрольні заходи.

Етапи впровадження концепції.

Впровадження нового сервісного продукту доцільно здійснювати поступово, що дозволить мінімізувати ризики та забезпечити ефективне використання ресурсів підприємства.

Таблиця 3.8

Етапи впровадження концепції Digital Detox Retreat

Етап	Зміст робіт
Підготовчий	Розробка концепції та планування
Організаційний	Підготовка інфраструктури
Кадровий	Навчання персоналу
Маркетинговий	Просування нового сервісу
Запуск проєкту	Початок реалізації програм
Контрольний	Оцінка результатів та коригування

Як видно з таблиці 3.8, реалізація концепції передбачає послідовне виконання комплексу взаємопов’язаних заходів, що дозволяє забезпечити якісну підготовку готелю до надання нових послуг.

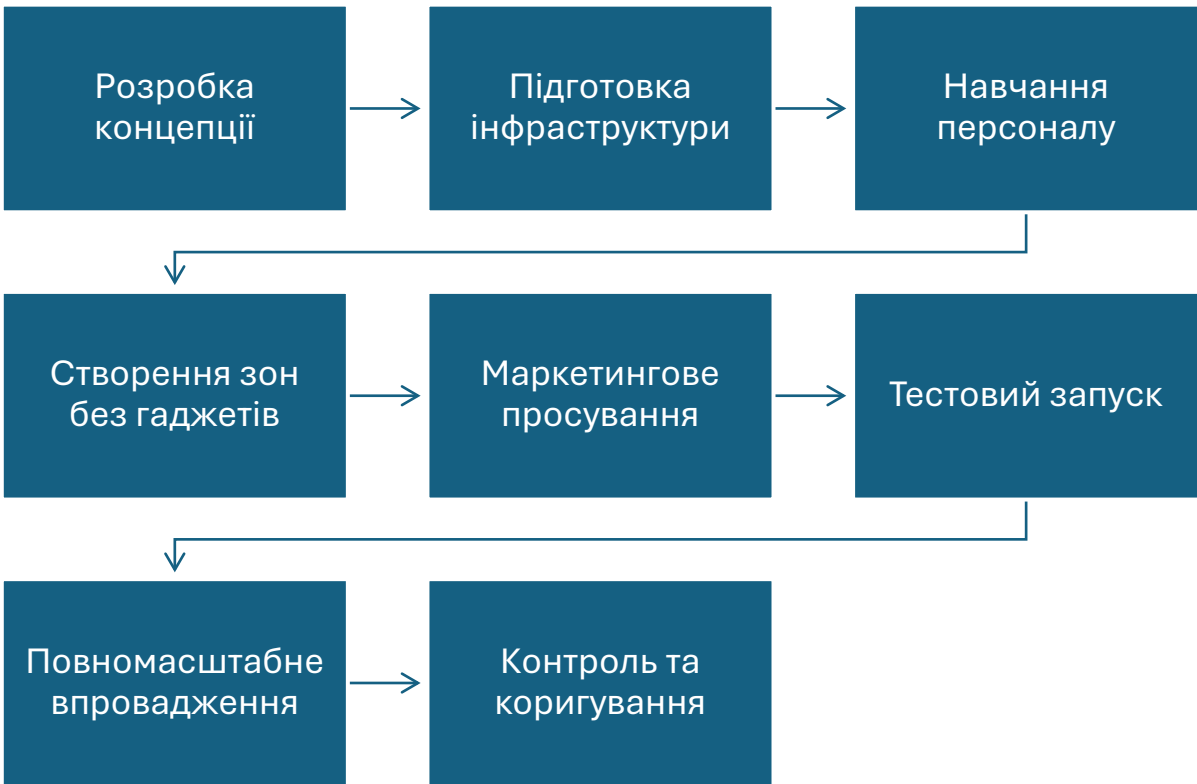


Рис. 3.2. Етапи впровадження концепції Digital Detox Retreat

Дані рис. 3.2 демонструють послідовність реалізації проєкту Digital Detox Retreat та взаємозв'язок основних етапів його впровадження. Запропонований алгоритм дозволяє забезпечити поетапну підготовку підприємства до надання нового сервісного продукту та мінімізувати ризики організаційного характеру.

Відповідальні підрозділи. Реалізація концепції потребує координації роботи декількох структурних підрозділів готелю. Розподіл відповідальності між підрозділами подано у табл. 3.9.

Таблиця 3.9

Розподіл відповідальності між підрозділами

Підрозділ	Основні функції
Адміністрація	Загальна координація проєкту
Служба прийому та розміщення	Інформування гостей
SPA-служба	Реалізація wellness-програм
Ресторан	Формування wellness-меню
Маркетинговий відділ	Просування послуг
Служба номерного фонду	Підготовка detox-номерів
Технічна служба	Облаштування спеціальних зон

Визначення відповідальних підрозділів сприяє підвищенню ефективності реалізації проєкту та забезпечує належний рівень координації між службами готелю.

Навчання персоналу. Важливою умовою успішного впровадження концепції є підготовка працівників до роботи з новим сервісним продуктом.

Навчання персоналу доцільно проводити за такими напрямками:

- основи концепції digital detox;
- психологія спілкування з гостями;
- принципи wellness-сервісу;
- організація рекреаційних програм;
- особливості роботи з корпоративними клієнтами;
- стандарти обслуговування в межах Digital Detox Retreat.

Програма навчання персоналу

Напрямок підготовки	Тривалість
Основи digital detox	4 год
Wellness-сервіс	6 год
Комунікація з гостями	4 год
Організація програм	6 год
Практичне відпрацювання	8 год

Загальна тривалість навчання становитиме близько 28 годин, що дозволить підготувати працівників до якісного надання нових послуг.

Створення зон без гаджетів. Одним із ключових елементів концепції є формування спеціальних просторів, у яких гості можуть відпочивати без використання цифрових пристроїв.

Доцільно передбачити створення низки зон без гаджетів (див. табл. 3.11)

Таблиця 3.11

Зони без гаджетів у готелі N

Локація	Призначення
Detox Lounge	Читання та спілкування
Relax Garden	Відпочинок на природі
Meditation Space	Медитація та mindfulness
Tea Corner	Чайні церемонії
Art Space	Творчі заняття

Облаштування таких зон не потребує значних капіталовкладень, оскільки більшість необхідної інфраструктури вже наявна в готелі.

Маркетингове просування концепції. Для забезпечення комерційної ефективності проєкту необхідно реалізувати комплекс маркетингових заходів.

Особливу увагу доцільно приділити просуванню концепції серед бізнес-аудиторії, IT-фахівців та wellness-туристів, які становлять основну цільову аудиторію нового продукту.

Маркетингові заходи просування Digital Detox Retreat в готелі подано у табл. 3.12.

Таблиця 3.12

Маркетингові заходи просування Digital Detox Retreat

Захід	Очікуваний результат
Оновлення сайту	Інформування потенційних клієнтів
Просування в соціальних мережах	Формування впізнаваності
Співпраця з блогерами	Розширення охоплення аудиторії
Email-маркетинг	Залучення постійних клієнтів
Співпраця з туроператорами	Збільшення продажів
PR-публікації	Формування позитивного іміджу

Календарний план реалізації проєкту. Для координації процесу впровадження доцільно розробити календарний план реалізації проєкту (див. табл. 3.13, рис. 3.3).

Таблиця 3.13

Календарний план впровадження концепції Digital Detox Retreat

Етап	Термін виконання
Розробка концепції	1 місяць
Підготовка інфраструктури	1 місяць
Навчання персоналу	2 тижні
Створення detox-зон	2 тижні
Маркетингове просування	1 місяць
Тестовий запуск	1 місяць
Повноцінне впровадження	після завершення тестування



Рис. 3.3. Календарний план реалізації проєкту

Таким чином, загальний термін впровадження концепції становитиме близько чотирьох місяців, що є реалістичним для готелю N та не потребує суттєвих змін у його організаційній структурі.

Отже, запропоновані організаційні заходи створюють необхідні умови для успішного впровадження концепції Digital Detox Retreat у діяльність готелю N. Реалізація проєкту передбачає поетапне виконання підготовчих, кадрових, інфраструктурних та маркетингових заходів, що забезпечить ефективне функціонування нового сервісного продукту. Наступним етапом дослідження є оцінка економічної та соціальної ефективності запропонованих заходів, що дозволить визначити доцільність їх практичного впровадження.

3.3. Оцінка ефективності запропонованих заходів

Оцінка ефективності впровадження концепції Digital Detox Retreat є необхідним етапом обґрунтування доцільності запропонованого проєкту. Вона дозволяє визначити обсяг необхідних витрат, очікуваний попит на нову послугу, прогнозований дохід, вплив на завантаженість номерного фонду, конкурентоспроможність готелю та соціальний ефект для гостей.

Оскільки проєкт передбачає використання наявної матеріально-технічної бази готелю N, основні витрати пов'язані не з будівництвом або масштабною реконструкцією, а з адаптацією номерів, облаштуванням зон без гаджетів, навчанням персоналу, розробкою програм перебування та маркетинговим просуванням.

Основні витрати на впровадження концепції Digital Detox Retreat наведено в табл. 3.14.

Дані таблиці 3.14 свідчать, що загальна сума стартових витрат на впровадження концепції становитиме приблизно 650 тис. грн. Найбільшу частку витрат становлять облаштування detox-номерів, створення зон без гаджетів та маркетингове просування. Водночас такий обсяг інвестицій є помірним, оскільки проєкт не потребує будівництва нових приміщень або

значної реконструкції готелю.

Таблиця 3.14

Орієнтовні витрати на впровадження концепції Digital Detox Retreat

Стаття витрат	Сума, тис. грн
Облаштування 10 detox-номерів	180
Закупівля сейфів для гаджетів	40
Придбання книг, настільних ігор, wellness-наборів	55
Облаштування зон без гаджетів	120
Розробка wellness-програм	35
Навчання персоналу	45
Маркетингове просування	90
Інформаційні матеріали та друковані гід	25
Резерв непередбачених витрат	60
Разом	650

Для оцінки потенційного попиту використано результати анкетування, згідно з якими 82 % респондентів висловили готовність скористатися digital detox послугами. Водночас для розрахунку доцільно використовувати обережний прогноз, оскільки не всі зацікавлені гості фактично придбають послугу.

У 2025 році готель N обслуговував 10 980 гостей. Для прогнозу приймемо, що на першому етапі реальною цільовою аудиторією стане 12 % від загальної кількості гостей.

Формула розрахунку потенційної кількості споживачів:

$$K_{\text{п}} = K_{\text{г}} \times \text{Чп} / 100, \quad (3.1)$$

де $K_{\text{п}}$ – прогнозована кількість споживачів digital detox послуг;

$K_{\text{г}}$ – загальна кількість гостей за рік;

Чп – частка гостей, які потенційно скористаються послугою.

Розрахунок: $K_{\text{п}} = 10\,980 \times 12 / 100 = 1\,318$ осіб.

Отже, прогнозована кількість гостей, які можуть скористатися digital detox послугами протягом року, становитиме приблизно 1 318 осіб.

Прогноз попиту на послуги Digital Detox Retreat наведено в табл. 3.15.

Таблиця 3.15

Прогноз попиту на послуги Digital Detox Retreat

Показник	Значення
Кількість гостей готелю у 2025 р.	10 980 осіб
Частка потенційних споживачів	12 %
Прогнозована кількість клієнтів digital detox	1 318 осіб
Середня тривалість програми	3 доби
Прогнозована кількість реалізованих людино-днів	3 954

Кількість людино-днів розраховується за формулою:

$$Лд = Кп \times Т, \quad (3.2)$$

де Лд – кількість людино-днів;

Кп – кількість клієнтів;

Т – середня тривалість програми.

Розрахунок: $Лд = 1\,318 \times 3 = 3\,954$ людино-дні.

Отримані результати свідчать про наявність достатнього потенційного попиту на нову послугу. Враховуючи, що digital detox програми можуть реалізовуватися як у високий, так і в міжсезонний період, їх впровадження може сприяти більш рівномірному завантаженню готелю протягом року.

Для прогнозу доходів необхідно визначити орієнтовну вартість участі в програмі. Доцільно передбачити, що середня вартість пакету Digital Detox Retreat становитиме 1 200 грн на одну особу за добу понад базову вартість проживання. Така сума включатиме SPA-елементи, wellness-активності, організаційний супровід, доступ до зон без гаджетів та друковані матеріали.

Формула розрахунку доходу:

$$Д = Лд \times Ц, \quad (3.3)$$

де Д – прогнозований дохід;

Лд – кількість людино-днів;

Ц – середня ціна пакету за добу.

Розрахунок: $Д = 3\,954 \times 1\,200 = 4\,744\,800$ грн.

Отже, прогнозований річний дохід від реалізації digital detox послуг може становити близько 4 744,8 тис. грн.

Прогноз доходів наведено в табл. 3.16.

Таблиця 3.16

Прогноз доходів від реалізації Digital Detox Retreat

Показник	Значення
Прогнозована кількість клієнтів	1 318 осіб
Середня тривалість програми	3 доби
Кількість людино-днів	3 954
Середня вартість пакету за добу	1 200 грн
Прогнозований річний дохід	4 744,8 тис. грн

Для оцінки чистого економічного ефекту необхідно врахувати не лише стартові інвестиції, а й поточні витрати на реалізацію програм. До них належать витрати на оплату праці залучених фахівців, витратні матеріали, харчові компоненти wellness-меню, підтримку зон без гаджетів та маркетинговий супровід. Орієнтовно поточні витрати можуть становити 45 % від прогнозованого доходу.

Формула розрахунку поточних витрат:

$$ПВ = Д \times 45 / 100. \quad (3.4)$$

Розрахунок: $PВ = 4\,744,8 \times 45 / 100 = 2\,135,2$ тис. грн.

Формула розрахунку прибутку до покриття стартових інвестицій:

$$\Pi = Д - ПВ. \quad (3.5)$$

Розрахунок: $\Pi = 4\,744,8 - 2\,135,2 = 2\,609,6$ тис. грн.

Оцінку економічного ефекту наведено в табл. 3.17.

Таблиця 3.17

Оцінка економічного ефекту від впровадження Digital Detox Retreat

Показник	Значення, тис. грн
Прогнозований річний дохід	4 744,8
Поточні витрати	2 135,2
Очікуваний прибуток	2 609,6
Стартові інвестиції	650,0
Чистий ефект першого року	1 959,6

Чистий ефект першого року розраховується за формулою:

$$\text{ЧЕ} = \Pi - I, \quad (3.6)$$

де ЧЕ – чистий ефект;

Π – очікуваний прибуток;

I – стартові інвестиції.

Розрахунок: $\text{ЧЕ} = 2\,609,6 - 650,0 = 1\,959,6$ тис. грн.

Отже, навіть з урахуванням стартових витрат проєкт може забезпечити позитивний фінансовий результат уже протягом першого року реалізації.

Для визначення строку окупності використовується формула:

$$\text{Ток} = I / \Pi \times 12, \quad (3.7)$$

де Ток – строк окупності у місяцях;

I – стартові інвестиції;

П – очікуваний річний прибуток.

Розрахунок: Ток = $650,0 / 2\,609,6 \times 12 = 2,99$ місяця.

Отже, орієнтовний строк окупності проєкту становитиме близько 3 місяців.

Рентабельність інвестицій можна визначити за формулою:

$$ROI = П / I \times 100 \%. \quad (3.8)$$

Розрахунок: $ROI = 2\,609,6 / 650,0 \times 100 = 401,5 \%$.

Отриманий показник свідчить про високий рівень економічної привабливості проєкту. Водночас слід зазначити, що розрахунок має прогнозний характер і залежить від фактичного попиту, сезонності, ефективності маркетингового просування та готовності гостей купувати додаткові wellness-пакети.

Важливим показником ефективності є вплив запропонованої концепції на завантаженість номерного фонду. У 2025 році коефіцієнт завантаженості готелю N становив 71 %. За умови впровадження Digital Detox Retreat частина гостей може обирати довші програми перебування, а також бронювати готель у міжсезонний період.

Для прогнозу приймемо, що впровадження концепції дозволить підвищити завантаженість номерного фонду на 3 відсоткові пункти – з 71 % до 74 %.

Прогноз впливу на завантаженість наведено в табл. 3.18.

Зростання завантаженості навіть на 3 відсоткові пункти є важливим результатом для готелю, оскільки воно забезпечує додаткове використання наявного номерного фонду без потреби у його розширенні. Особливо значущим є потенційний вплив концепції на міжсезоння, коли попит на традиційні готельні послуги може знижуватися.

Таблиця 3.18

Вплив Digital Detox Retreat на завантаженість номерного фонду

Показник	До впровадження	Після впровадження
Номерний фонд	104 номери	104 номери
Коефіцієнт завантаженості	71 %	74 %
Приріст завантаженості	–	+3 в.п.
Середня тривалість перебування	3,8 доби	4,1 доби
Очікуваний ефект	Базовий рівень	Зростання попиту на wellness-пакети

Крім фінансового ефекту, впровадження Digital Detox Retreat позитивно впливатиме на конкурентоспроможність готелю. Новий сервіс дозволить підприємству сформувавши унікальну ринкову пропозицію, орієнтовану на сучасні потреби гостей у психологічному відновленні, зниженні стресу та балансі між онлайн- і офлайн-життям. Оцінку впливу проєкту на конкурентоспроможність наведено в табл. 3.19.

Таблиця 3.19

Вплив Digital Detox Retreat на конкурентоспроможність готелю N

Напрямок впливу	Очікуваний результат
Диференціація послуг	Формування унікальної сервісної пропозиції
Розширення цільової аудиторії	Залучення wellness-туристів, IT-фахівців, бізнес-клієнтів
Підвищення лояльності	Зростання повторних відвідувань
Імідж готелю	Посилення позиціонування як інноваційного wellness-готелю
Дохід від додаткових послуг	Зростання частки wellness-сервісів у структурі доходу
Сезонність	Можливість залучення гостей у міжсезоння

Дані таблиці 3.19 свідчать, що впровадження концепції Digital Detox Retreat має не лише короткостроковий фінансовий ефект, а й стратегічне значення. Готель отримує можливість посилити власну ринкову позицію, сформувавши новий імідж та підвищити рівень конкурентоспроможності на ринку рекреаційних і wellness-послуг.

Окрему увагу слід приділити соціальному ефекту запропонованих заходів. Digital Detox Retreat спрямований не лише на отримання додаткового доходу, а й на покращення якості відпочинку гостей, зниження рівня цифрового перевантаження та підтримку психоемоційного здоров'я.

Соціальний ефект від впровадження концепції наведено в табл. 3.20.

Таблиця 3.20

Соціальний ефект від впровадження Digital Detox Retreat

Напрямок соціального ефекту	Очікуваний результат
Зниження цифрової втоми	Зменшення інформаційного перевантаження
Покращення якості сну	Відновлення режиму відпочинку
Зменшення стресу	Підвищення психоемоційної стабільності
Підвищення фізичної активності	Залучення гостей до прогулянок, йоги, рекреаційних занять
Покращення сімейної комунікації	Збільшення часу живого спілкування
Формування культури цифрового балансу	Усвідомлене використання технологій після завершення відпочинку

Таким чином, соціальний ефект запропонованого проєкту проявляється у формуванні більш якісного, усвідомленого та відновлювального формату відпочинку. Для гостей це означає можливість тимчасово зменшити цифрове навантаження, відновити психологічну рівновагу та покращити загальне самопочуття. Узагальнену оцінку ефективності впровадження концепції Digital Detox Retreat наведено в табл. 3.21.

Таблиця 3.21

Узагальнена оцінка ефективності впровадження Digital Detox Retreat

Показник	Очікуване значення
Стартові інвестиції	650,0 тис. грн
Прогнозований річний дохід	4 744,8 тис. грн
Очікуваний прибуток	2 609,6 тис. грн
Чистий ефект першого року	1 959,6 тис. грн
Строк окупності	близько 3 місяців
ROI	401,5 %
Приріст завантаженості	+3 в.п.
Загальний ефект	економічно та соціально доцільний

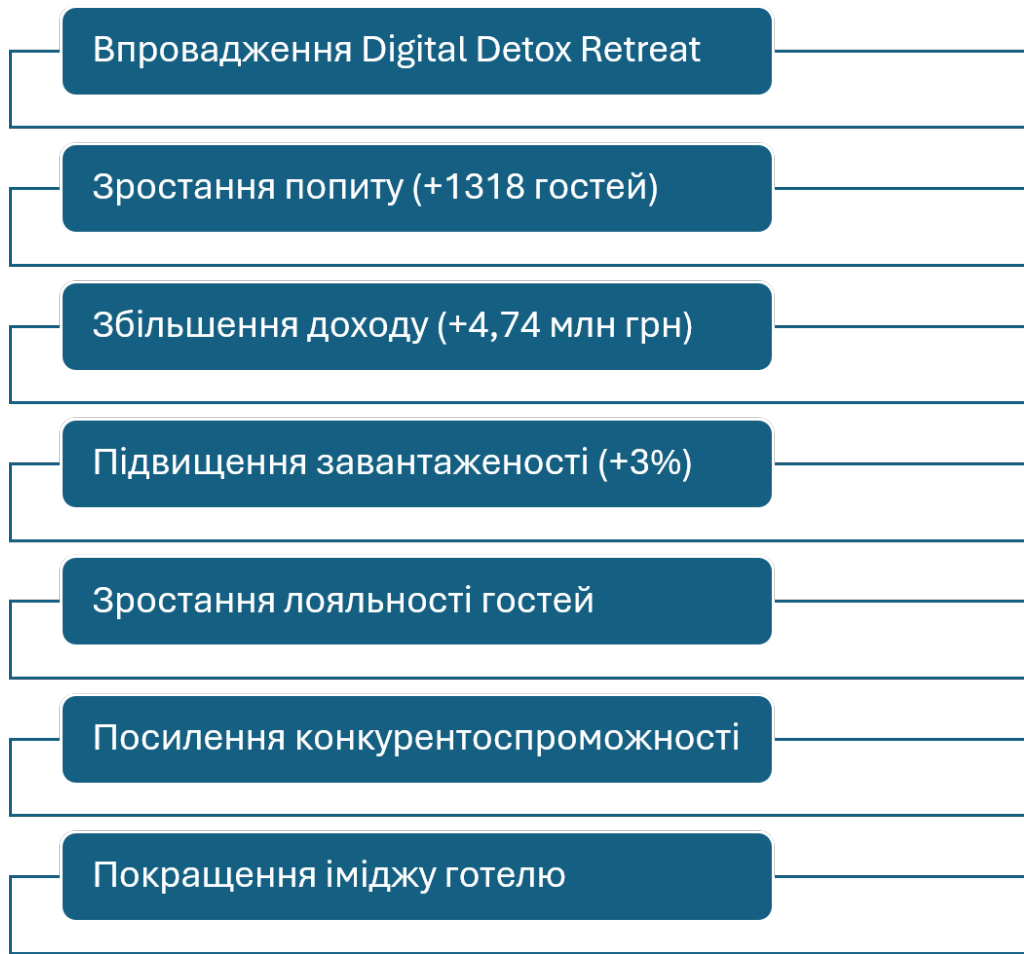


Рис. 3.4. Очікувані результати впровадження

Отже, проведені розрахунки підтверджують економічну доцільність впровадження концепції Digital Detox Retreat у діяльність готелю N. Проєкт потребує помірних стартових інвестицій, може забезпечити додатковий дохід від wellness-послуг, сприятиме підвищенню завантаженості номерного фонду та зміцненню конкурентних позицій підприємства. Крім економічного ефекту, реалізація концепції матиме важливе соціальне значення, оскільки сприятиме зниженню цифрового перевантаження гостей, покращенню якості відпочинку та формуванню культури цифрового балансу.

Для впровадження в діяльність готелю N розроблено та обґрунтовано концепцію Digital Detox Retreat. Визначено мету, принципи функціонування та цільову аудиторію концепції, сформовано структуру пакету послуг, розроблено спеціалізовані detox-номери, програми перебування гостей і комплекс

wellness-активностей, спрямованих на зниження цифрового навантаження та покращення психоемоційного стану відпочивальників.

З метою забезпечення ефективної реалізації проєкту розроблено організаційний механізм впровадження концепції, який передбачає поетапне виконання підготовчих, кадрових, інфраструктурних та маркетингових заходів. Визначено відповідальні підрозділи готелю, сформовано програму навчання персоналу, запропоновано створення спеціальних зон без гаджетів та розроблено календарний план реалізації проєкту.

Проведена оцінка ефективності запропонованих заходів підтвердила доцільність впровадження концепції Digital Detox Retreat. Встановлено, що реалізація проєкту потребує відносно невеликих стартових інвестицій у розмірі 650 тис. грн та здатна забезпечити прогнозований річний дохід 4 744,8 тис. грн. Очікуваний прибуток становитиме 2 609,6 тис. грн, а строк окупності проєкту – близько трьох місяців. Крім економічного ефекту, впровадження концепції сприятиме підвищенню завантаженості номерного фонду, зміцненню конкурентних позицій готелю, покращенню його іміджу та підвищенню рівня задоволеності гостей. Отримані результати свідчать про економічну та соціальну доцільність реалізації концепції Digital Detox Retreat у діяльності готелю N.

ВИСНОВКИ

У ході дослідження було встановлено, що концепція digital detox є одним із перспективних напрямів розвитку wellness-туризму та сучасної індустрії гостинності. Її сутність полягає у добровільному тимчасовому обмеженні використання цифрових пристроїв з метою зниження інформаційного навантаження, покращення психологічного самопочуття, підвищення якості відпочинку та відновлення міжособистісної комунікації. Аналіз наукових джерел та світового досвіду засвідчив, що digital detox програми успішно інтегруються в діяльність готелів, курортів і wellness-комплексів, формуючи нові конкурентні переваги та розширюючи спектр послуг для споживачів.

У межах дослідження проведено аналіз діяльності готелю N, сформованого на основі характеристик об'єктів мережі Ribas Hotels Group. Встановлено, що підприємство функціонує у сприятливому природно-рекреаційному середовищі, має розвинену інфраструктуру, сучасний номерний фонд, SPA-комплекс, зони відпочинку та широкий перелік додаткових послуг. Аналіз основних показників діяльності продемонстрував позитивну динаміку розвитку підприємства. Зокрема, протягом 2023–2025 рр. загальний дохід готелю зріс на 54,5 %, коефіцієнт завантаженості номерного фонду збільшився з 58 % до 71 %, а рентабельність діяльності досягла 18,4 %. Це свідчить про стабільний фінансово-економічний стан підприємства та його здатність реалізовувати інноваційні сервісні проєкти.

Важливою складовою роботи стало дослідження потреб споживачів щодо використання digital detox послуг. За результатами анкетного опитування 150 гостей готелю встановлено, що більшість респондентів активно користуються цифровими технологіями та регулярно стикаються з проявами цифрового перевантаження. Зокрема, 74 % опитаних проводять у цифровому середовищі понад п'ять годин на день, а 80 % відчують цифрову втому часто або періодично. Водночас 82 % респондентів висловили готовність скористатися спеціалізованими програмами digital detox під час відпочинку.

Найбільш затребуваними елементами майбутнього сервісу визначено SPA та релакс-програми, прогулянки без використання гаджетів, йогу та медитацію, wellness-харчування і спеціалізовані зони без Wi-Fi. Отримані результати підтвердили наявність високого потенційного попиту на послуги цифрового відновлення.

Проведений SWOT-аналіз дозволив визначити сильні та слабкі сторони готелю щодо впровадження концепції digital detox. До основних переваг віднесено вигідне розташування в рекреаційній зоні, наявність wellness-інфраструктури, підтримку мережі Ribas Hotels Group та позитивну репутацію серед гостей. Водночас виявлено окремі обмеження, пов'язані з відсутністю досвіду надання спеціалізованих digital detox послуг, необхідністю підготовки персоналу та потребою у додаткових інвестиціях. Аналіз зовнішнього середовища показав, що зростання популярності wellness-туризму, підвищення уваги до ментального здоров'я та поширення практик усвідомленого відпочинку створюють сприятливі умови для реалізації проєкту.

На основі отриманих результатів було розроблено концепцію Digital Detox Retreat, яка передбачає створення комплексного сервісного продукту, спрямованого на зниження цифрового навантаження та покращення психоемоційного стану гостей. Концепція охоплює проживання у спеціалізованих detox-номерах, wellness-харчування, SPA-послуги, програми медитації та йоги, рекреаційні заходи на природі, арт-терапію, чайні церемонії та інші форми офлайн-дозвілля. Розроблені програми перебування дозволяють адаптувати послугу до потреб різних категорій споживачів, серед яких бізнес-туристи, IT-фахівці, wellness-туристи, корпоративні клієнти та сімейні туристи. Для забезпечення ефективної реалізації проєкту сформовано організаційний механізм впровадження концепції, який включає підготовку інфраструктури, створення спеціальних зон без гаджетів, навчання персоналу, розробку маркетингової стратегії та поетапний запуск нового сервісу. Визначено відповідальні структурні підрозділи, календарний план реалізації

та комплекс заходів щодо просування послуги на ринку. Запропонований механізм дозволяє впровадити концепцію без суттєвих змін в організаційній структурі підприємства та з мінімальними ризиками для його поточної діяльності.

Проведена оцінка ефективності запропонованих заходів підтвердила економічну доцільність реалізації проєкту. Встановлено, що загальний обсяг стартових інвестицій становить 650 тис. грн. За прогнозними розрахунками кількість потенційних користувачів digital detox програм може досягти 1 318 осіб на рік, що забезпечить формування 3 954 людино-днів участі у програмі. Очікуваний річний дохід від реалізації послуг становитиме 4 744,8 тис. грн, а прогнозований прибуток – 2 609,6 тис. грн. Чистий економічний ефект першого року оцінено на рівні 1 959,6 тис. грн. Розрахований строк окупності проєкту становить близько трьох місяців, а показник рентабельності інвестицій (ROI) – 401,5 %, що свідчить про високу інвестиційну привабливість запропонованої концепції.

Крім економічних результатів, впровадження концепції Digital Detox Retreat забезпечить вагомий соціальний ефект. Очікується покращення якості сну гостей, зниження рівня стресу та цифрової втоми, підвищення фізичної активності, зміцнення сімейної комунікації та формування культури усвідомленого використання цифрових технологій. Реалізація проєкту також сприятиме зміцненню іміджу готелю як інноваційного wellness-комплексу, підвищенню рівня лояльності клієнтів, розширенню цільової аудиторії та зростанню конкурентоспроможності підприємства на ринку готельних послуг.

Проведене дослідження підтвердило, що впровадження концепції Digital Detox Retreat у діяльність готелю N є економічно обґрунтованим, організаційно можливим та соціально доцільним. Запропонована концепція відповідає сучасним тенденціям розвитку індустрії гостинності, орієнтована на актуальні потреби споживачів та може стати ефективним інструментом підвищення конкурентоспроможності готелю, диверсифікації його послуг і забезпечення довгострокового розвитку підприємства.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ПОСИЛАНЬ

1. DataReportal. Digital 2025: Ukraine. 2025. URL: <https://datareportal.com/reports/digital-2025-ukraine> (дата звернення: 25.05.2026).
2. Андренко І. Б. Цифровий детокс як нова тенденція сервісу в готелях. Міжнародний науковий журнал «Інтернаука». Серія: Економічні науки. 2025. № 6. DOI: <https://doi.org/10.25313/2520-2294-2025-6> (дата звернення: 25.05.2026).
3. Андренко І. Б., Козлова А. О., Погасій С. О. Концепція digital detox у готельному сервісі: сутність, особливості, переваги та обмеження впровадження. Наукові перспективи. 2026. № 4(70). С. 2592–2606. DOI: [https://doi.org/10.52058/2708-7530-2026-4\(70\)-2592-2606](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2026-4(70)-2592-2606) (дата звернення: 25.05.2026).
4. Андренко І. Б., Краснокутська Ю. В., Карюк А. О. Цифровізація обслуговування клієнтів в готельних закладах України. Міжнародний науковий журнал «Інтернаука». Серія: Економічні науки. 2022. № 7. DOI: <https://doi.org/10.25313/2520-2294-2022-7-8136> (дата звернення: 27.05.2026).
5. Андренко І. Б. Цифрова трансформація управління готелем. Наука і техніка сьогодні. Серія: Економіка. 2025. № 6(47). С. 217–228. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-6025-2025-6\(47\)-217-228](https://doi.org/10.52058/2786-6025-2025-6(47)-217-228) (дата звернення: 27.05.2026).
6. Global Wellness Institute. Global Wellness Economy Monitor 2025. 2025. URL: <https://globalwellnessinstitute.org/> (дата звернення: 27.05.2026).
7. McKinsey & Company. The \$2 trillion global wellness market gets a millennial and Gen Z glow-up. 2025. URL: <https://www.mckinsey.com/industries/consumer-packaged-goods/our-insights/future-of-wellness-trends> (дата звернення: 27.05.2026).
8. Ofcom. Online Nation Report 2025. 2025. URL: <https://www.ofcom.org.uk/> (дата звернення: 29.05.2026).

9. Hassan, Thowayeb & Ibraheam Saleh, Mahmoud. (2024). Tourism digital detox and digital-free tourism: What do we know? What do we not know? Where should we be heading?. Journal of Tourism Futures. DOI: [10.1108/JTF-12-2023-0274](https://doi.org/10.1108/JTF-12-2023-0274) (дата звернення: 29.05.2026).

10. Три кроки до цифрового детоксу: як і навіщо проводити час без гаджетів. URL: <https://happymonday.ua/try-kroky-do-tsyfrovo-go-detoksu> (дата звернення: 29.05.2026).

11. Digital Detox Travel: A Complete Guide. URL: <https://insights.ehl.edu/digital-detox-travel> (дата звернення: 29.05.2026).

12. A digital detox holiday. URL: <https://www.moseralm.com/en/infoheader/magazine/detail/digital-detox-holiday/44-451.html> (дата звернення: 29.05.2026).

13. How to Plan a Digital Detox Retreat in Joshua Tree. URL: <https://www.stayreset.com/blog/how-to-plan-a-digital-detox-retreat-in-joshua-tree> (дата звернення: 29.05.2026).

14. Андренко І. Б., Лук'янчук А. І. Цифрові детоксикаційні подорожі та їх важливість // Актуальні проблеми управління соціально-економічними системами : матеріали X Міжнар. наук.-практ. конф. Луцьк, 2024. С. 319–322. URL: <https://dSPACE.pdau.edu.ua/server/api/core/bitstreams/0dee2437-cfc4-4151-8561-9dce885bcf74/content> (дата звернення: 29.05.2026).

15. DataReportal. Digital 2025: The State of Social Media in 2025. 2025. URL: <https://datareportal.com/reports/digital-2025-sub-section-state-of-social> (дата звернення: 30.05.2026).

16. Hilton. Hilton Annual Trends Report Predicts 2025 to Be the “Year of the Travel Maximizer”. 2024. URL: <https://stories.hilton.com/releases/hilton-travel-trends-2025> (дата звернення: 30.05.2026).

17. Expedia Group. Unpack '25: The Trends in Travel from Expedia, Hotels.com and Vrbo. 2024. URL: <https://www.expedia.com/newsroom/unpack-25-travel-trends/> (дата звернення: 31.05.2026).

18. Gregs N., Erdélyi É. Digital detox tourism: trends and case studies //

Turizmus Bulletin. 2026. Vol. 26, No. 1. P. 5–13. DOI: <https://doi.org/10.14267/TURBULL.2026v26n1.1> (дата звернення: 31.05.2026).

19. Digital Detox Tourism Market Research Report 2034. URL: <https://dataintelo.com/report/digital-detox-tourism-market> (дата звернення: 31.05.2026).

20. Is the "Tech Addiction" Economy a Real Investment Opportunity. URL: <https://www.kavout.com/market-lens/is-the-tech-addiction-economy-a-real-investment-opportunity> (дата звернення: 31.05.2026).

21. Digital Detox Tourism Services Market Growth, Trends, Forecast, 2026-2034. URL: <https://www.polarismarketresearch.com/industry-analysis/digital-detox-tourism-services-market> (дата звернення: 01.06.2026).

22. Digital Detox Tourism Services Market Size Worth USD 466.58 Billion by 2034 | CAGR: 24.5%. URL: <https://www.polarismarketresearch.com/press-releases/digital-detox-tourism-services-market> (дата звернення: 01.06.2026).

23. Цифровий детокс у горах – де немає зв'язку. URL: <https://any-tour.com.ua/blog/czyfrovyj-detoks-u-gorah-de-nemaye-zvyazku/> (дата звернення: 01.06.2026).

24. Чому цифровий детокс у Карпатах рятує від стресу та вигорання. TAOR Karpaty Resort & Spa. 2025. URL: <https://taor.com.ua/yak-podolaty-stres-i-czyfrove-vysnazhennya-detoks-u-karpatah/> (дата звернення: 02.06.2026).

25. Цифрова трансформація в готельному бізнесі. URL: <https://business.diia.gov.ua/history-of-success/tsyfrova-transformatsiia-v-hotelnomu-biznesi> (дата звернення: 02.06.2026).

26. Березівська О., Горішевський П., Богайчук В. Сучасні тренди та інновації у застосуванні цифрових технологій у готельно-ресторанному бізнесі // Економіка та суспільство. 2024. № 70. DOI: <https://doi.org/10.32782/2524-0072/2024-70-180> (дата звернення: 02.06.2026).

27. Цифрова трансформація в готельному бізнесі. URL: <https://ribashotelsgroup.ua/blog/tsifrovaya-transformatsiya-v-gostinichnom-biznese/> (дата звернення: 02.06.2026).

28. Hoving K. Digital Detox Tourism: Why Disconnect? What are the Motives of Dutch Tourists to Undertake a Digital Detox Holiday? Master's Thesis. Umeå University, Department of Geography and Economic History, Master's Programme in Tourism. Umeå, Sweden, 2017. 55 p. URL: <https://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:1119076/FULLTEXT01.pdf> (дата звернення: 05.06.2026).

29. Шведський готель надає безкоштовні номери, якщо постояльці не заходять в соцмережі. URL: <https://hmarochos.kiev.ua/2019/02/02/shvedskiy-gotel-nadaye-bezkoshtovni-nomeri-yakshho-postoyaltsi-ne-zahoditimet-v-sotsmerezhi/> (дата звернення: 05.06.2026).

30. Why a Digital Detox at Castle Hot Springs Helps You Reconnect. URL: <https://www.castlehotsprings.com/blog/why-a-digital-detox-helps-you-reconnect/> (дата звернення: 05.06.2026).

31. Ніяких соцмереж і Селфі – цифровий детокс-острів: що це таке і де знаходиться? URL: <https://grandturs.com.ua/travel-ideas/niiakih-socmerezj-i-selfi-cifrovii-detoks-ostriv-sho-ce-take-i-de-znahoditsia/> (дата звернення: 05.06.2026).

32. Digital detox weekend. URL: <https://www.radozamok.com/eko-kurort/digital-detox-weekend/> (дата звернення: 05.06.2026).

33. Як подолати стрес і цифрове виснаження: детокс у Карпатах. URL: <https://taor.com.ua/yak-podolaty-stres-i-cyfrove-vysnazhennya-detoks-u-karpatah/> (дата звернення: 07.06.2026).

34. Silent-retreat weekend: цифровий детокс поблизу Озера Молодості. URL: <https://bukovel.com/blog/silent-retreat-weekend> (дата звернення: 07.06.2026).

35. Принади "зеленого туризму": пожити у мазанці, забути про телефон і власноруч рубати дрова. URL: <https://kp.ua/ua/life/a690991-prinadi-zelenoho-turizmu-pozhiti-u-mazantsi-zabuti-pro-telefon-i-vlasnoruch-rubati-drova> (дата звернення: 07.06.2026).

36. Андренко І.Б. Нові формати подорожей. Матеріали міжнародної

науково-практичної конференції «Сучасні тенденції розвитку індустрії туризму та гостинності: глобальні виклики». Харківський національний університет міського господарства імені О.М. Бекетова, 2024. с. 104-105. URL: <https://drive.google.com/file/d/1s0gAKKeuOQ6ZK99ZGdA9gV1JIKXGMUQG/view> (дата звернення: 07.06.2026).

37. Організація туризму : підручник / Писаревський, І.М. та Погасій, С.О. та Поколюда, М.М. та Андренко, І.Б. та Сегеда, І.В.; за ред. І. М. Писаревського. – Х.: ХНАМГ, 2008. – 541 с. URL: <http://eprints.kname.edu.ua/10928/> (дата звернення: 09.06.2026).

38. Andrenko I. Bleisure tourism and workations as emerging formats in the development of business tourism. The National and Global Economy: Trends, Challenges and Prospects : Collective monograph. Riga, Latvia: Baltija Publishing, 2026. 670 p. DOI: <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-690-4-1> (дата звернення: 09.06.2026).

39. Андренко І. Б. Діловий туризм : навч. посібник. Харківський національний університет міського господарства імені О. М. Бекетова. URL: <https://eprints.kname.edu.ua/41523/> (дата звернення: 09.06.2026).

40. Андренко І.Б. Hybrid service-модель у готелях: сучасні підходи до організації гнучкого сервісу. Наука і техніка сьогодні» (Серія «Економіка»)): журнал. 2025. No7 (48) 2025. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-6025-2025-7\(48\)-314-326](https://doi.org/10.52058/2786-6025-2025-7(48)-314-326) (дата звернення: 10.06.2026).

41. Андренко І. Б. Аналіз діяльності підприємств туризму : навч. посібник / Аналіз діяльності підприємств туризму: навч. посібник. Харківський національний університет міського господарства імені О.М.Бекетова. URL: <https://eprints.kname.edu.ua/41524/> (дата звернення: 10.06.2026).

42. Андренко І. Б. Фінансово-економічний аналіз підприємств туризму : підручник. Андренко, І.Б. та Влащенко, Н.М. (2012) Фінансово-економічний аналіз підприємств туризму: підручник. Харківська національна академія міського господарства. URL: <https://eprints.kname.edu.ua/26329/> (дата

звернення: 10.06.2026).

43. Андренко І. Б. Менеджмент готельно-ресторанного господарства : підручник. І. Б. Андренко, О. М. Кравець, І. М. Писаревський ; Харк. нац. ун-т. міськ. госп-ва ім. О. М. Бекетова. – Х.: ХНУМГ, 2014. – 431 с. URL: <http://eprints.kname.edu.ua/38971/> (дата звернення: 10.06.2026).

44. Андренко І. Б. Менеджмент туризму : навч. Посібник. І. Б. Андренко, О. М. Кравець, І. М. Писаревський ; Харк. нац. ун-т. міськ. госп-ва ім. О. М. Бекетова. – Х.: ХНУМГ, 2014. – 402 с. URL: <http://eprints.kname.edu.ua/38970/> (дата звернення: 10.06.2026).

45. Ribas Hotels Group. Офіційний сайт компанії. URL: <https://ribashotelsgroup.ua/> (дата звернення: 11.06.2026).

46. Андренко І.Б., Шестірко А.А. Місце готельних мереж на готельному ринку світу. Стратегічні пріоритети розвитку економіки, менеджменту, сфери обслуговування та права в умовах інтеграційних процесів: матеріали міжнар. науково-практичн. конференції, 3 – 4 листопада 2022 р., м. Івано-Франківськ, 266 с. – С. 244- 247. https://www.kspu.edu/FileDownload.ashx/%D0%95%D0%BB%D0%B5%D0%BA%D1%82%D1%80%D0%BE%D0%BD%D0%BD%D0%B8%D0%B9%20%D0%B7%D0%B1%D1%96%D1%80%D0%BD%D0%B8%D0%BA%20%D0%BC%D0%B0%D1%82%D0%B5%D1%80%D1%96%D0%B0%D0%BB%D1%96%D0%B2%20%D0%9C%D1%96%D0%B6%D0%BD%D0%B0%D1%80%D0%BE%D0%B4%D0%BD%D0%BE%D1%97%20%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D1%84%D0%B5%D1%80%D0%B5%D0%BD%D1%86%D1%96%D1%97%2003-04.11.2022%20%D0%A5%D0%94%D0%A3_%D0%A4%D0%91%D1%96%D0%9F.pdf?id=b2199649-597e-4c41-874b-97387e84bd00

(дата звернення: 12.06.2026).

47. Андренко І.Б., Шестірко А.А. Особливості функціонування готельних ланцюгів в Україні. Економіка та суспільство. 2022. No 40. DOI: <https://doi.org/10.32782/2524-0072/2022-40-6> (дата звернення: 12.06.2026).