

д-р СОНЯ МИЛЕВА

СОФИЙСКИ УНИВЕРСИТЕТ "СВЕТИ КЛИМЕНТ ОХРИДСКИ"

ВЛИЯНИЕ НА ТУРИСТИЧЕСКАТА РЕКРЕАЦИЯ ВЪРХУ СВОБОДНО ВРЕМЕ

THE INFLUENCE OF TOURIST RECREATION ON LEISURE

SONIA MILEVA, Ph.D.

SOFIA UNIVERSITY "ST. KLIMENT OHRIDSKI"

Abstract: This paper discusses the topics related to the connection and dependency of tourist recreation and leisure. The leisure industry, which includes tourism, is one of the powerful industries in the World as an employer, generated incomes and consumers. The mode of leisure is becoming a significant social and economic factor, determining models of consumer behavior, inclusive in tourism area. At firms level, the knowledge of recreational needs and the way of leisure are very important for the marketing and successful impose of tourist product at the international market. At community level tourist recreation exercise wider influence, creating social, psychological and physiological benefits.

Key words: recreation, tourism, leisure, impact, benefits.

Икономическото развитие, свободното време, повишената продължителност на живот моделират съвременното човешко общество от "цивилизация на труда" в "цивилизация на отдиха". В този контекст, индустрията на свободното време, към която се причислява и туризмът се превръща в една от най-мощните индустрии в световен мащаб и като работодател и като брой потребители и като генерирани приходи. Като икономическа и социална категория, свободното време на съвременното общество е силно повлияно от социалния статус на индивидите. В сферата на туризма, това обуславя нарастващата значимост на такива науки като социална психология и туристическо поведение, които целят идентифицирането на социалните различия в поведенческите структури за успешното налагане на туристически продукти на международния пазар.

В туризма концепцията за свободно време е в тясна взаимовръзка с понятието рекреация. Няма единно становище относно съдържанието на термина свободно време. Изхождайки от съвременната маркетингова дефиниция, свободното време е преживяване с определена

цена, пораждащо удоволствие. Най-общо, свободното време е противоположност (антипод) на времето, през което човек е трудово ангажиран и е израз на нарастващата лична свобода и избор на поведение. Според някои автори свободното време има четири основни функции – отдих, разнообразяване на ежедневието, самоусъвършенстване и социална дейност в полза на обществото. Тези функции в значителна степен покриват значението на рекреацията, поради което двете понятия се използват като синоними. Интерес представлява определението [0] за рекреацията като "поведение с доброволното участие в занимания за самонаграждаване в период, когато човек не е зает с посрещане на основните си физически потребности за оцеляване, постигайки материално притежание или посрещайки растящи социални задължения". В превод от латинския думата рекреация означава възстановяване, забавление, отмора, почивка, в по широк смисъл терминът включва отдих и туризъм. Разликата се състои в това, че рекреацията има по-широк смисъл и включва отдих без напускане от обичайната среда на местоживеене. Следователно, туризмът може да се де-

финира като основна съставна част на рекреацията.

Съвременната схващане за рекреацията се основава на принципите на социалната психология. Съществуват редица авторски дефиниции на рекреация, от които може да се систематизира следното:

Приятно и конструктивно използване на свободното време;

Хуманно, емоционално и вдъхновяващо преживяване произлизащо от рекреационния акт;

Активности или преживявания, осъществявани през свободното ни време;

Преживяване, което съпътства прекарването на свободното време на открито, в приятно забавление, което не нарушава законовите права на другите.

Задоволяването на рекреационните потребности зависи от наличието на **свободно време**. Съгласно времевия подход за дефиниране, свободното време измерва този отрязък от време, което остава след необходимото време за работа, сън, прехрана, физиологически нужди и др. Според друг вид дефиниране свободното време е сбор /комплекс от дейности в които личността се включва по желание с цел отдих, развлечение, самоусъвършенстване или увеличаване на своето участие в живота на общността си. В този смисъл, туризмът като възможност за прекарване на свободното време се конкурира с всички останали дейности, като развлечения, лично раз-

витие, социални задължения - семейни, обществени и др.

Статистическите данни посветени на изследването за разпределение на свободното време от гледна точка на неговата продължителност в развитите страни показват, че:

Работещите жени имат средно около 1.6 часа на ден за свободно време;

Работещите мъже имат средно около 2.2 часа на ден свободно време;

По-голямата част от свободното време се прекарва пред телевизора (от $\frac{1}{3}$ до $\frac{1}{2}$ от общото свободно време за деня);

Общо свободното време представлява около 16 ч седмично.

Обикновено се констатира, че рекреацията на открито не заема повече от 4-5% от наличното свободно време, което показва, че и незначителни промени в преразпределянето на свободното време може да доведе до значимо нарастване на времето за рекреация. Въпреки, че представителите от женски пол разполагат с по-ограничено свободно време спрямо мъжката половина, тази неравномерност се компенсира от все по-засиления интерес към различните специализирани видове туризъм от жените.

Съществуват редица проучвания посветени на **рекреацията**, нейното значение и въздействие върху човека по такива направления като качество на живот, семейство, общество, доходи, екология (виж табл. 1).

Табл. 1 Въздействие на рекреацията

Направление	Въздействие
Рекреация и качество на живот	Задоволява потребностите от самоуважение и позитивно самовъзприемане
	Повишава нивото на удовлетвореността от живота (задоволство)
	Повишава качеството на живота – на индивида, семейството, обществото
Рекреация– семейство,здравословното състояние на обществото	Допринася за открояването на лидери
	Катализатор за изграждане на силни, самостоятелни общности (спортни групи, организации, сдружения)
	Издигат националната гордост (природни ресурси, културно наследство)
	Сплотява и заздравява семейните връзки
	Спомага да изграждането на социални умения и стимулира участието в обществения живот
Рекреация и генериране на приходи за обществото – домакин	Рекреацията, спорта, изкуството и културата са основните гравитационни сили за привличане на туристи
	Рекреацията намалява безработицата като създава работни места
	Не високи инвестиции в рекреационни дейности могат да доведат до значителна икономическа възвръщаемост
	Рекреацията, изкуството и културата привличат инвеститори, основен източник за икономическо развитие и реалокация на ресурси
	Рекреацията влияе на производителността, намаляват отсъствията и текучеството на работната сила
Рекреация и екология (национални паркове, природни ресурси)	Зелените площи защитават биоразнообразието, флората и фауната, екологичния целокупност
	Рекреацията е един от най-добрите начини за обучение и съпричастност към опазването на околната среда – ключът към дългосрочното устойчиво развитие

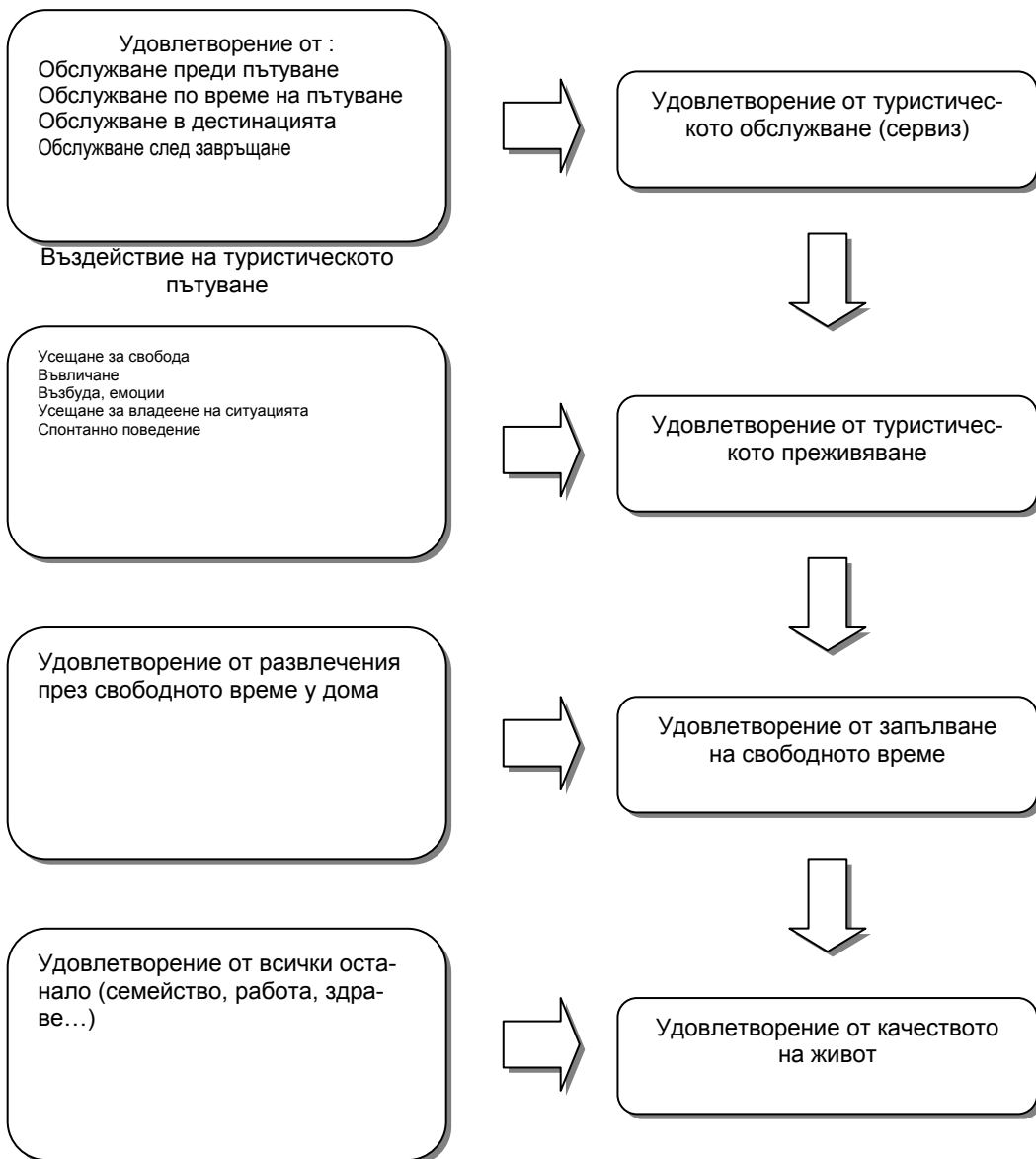
Източник: NASPD, National Association of State Park Directors 1996.

Механизмът на въздействие на туризма и рекреацията върху качеството на живот е представен на **Error! Reference source not found..** Схемата показва, че качеството на живот зависи от

всички останали елементи на удовлетвореността и в частност от туристическото обслужване и качеството на туристическото преживяване.

Фиг. 1 Въздействие на туризма и рекреацията върху качеството на живот

Удовлетворение на различните етапи
на туристическо обслужване



Източник: Neal J. How Tourism Services Impact Travelers Quality of Life (QOL)

Начините на прекарване на свободното време от страна на различните социални групи формират модели и структури на потребителско поведение, включително и в туризма. Основните фактори,

оказващи влияние върху рекреационното поведение са:

Предишен опит (Антецеденти) – посещавани места и туристически опит, които отразяват ценностите към да-

дения момент, психологическите отличителни черти, рекреационното преживяване, социално-икономическите параметри, дома, работата и условията на обкръжаващата среда;

Мотивиращи фактори – обхващат социални и психологически потребности като чувство за превъзходство, усамотяване, признание, принадлежност;

Променливи, оказващи влияние върху преживяването, спиращи или ускоряващи развоя на събитията (инциденти, метеорологични, климатични фактори и др. подобни);

Лична удовлетвореност, резултат от преживяното, т.е. до колко и в каква степен са удовлетворени туристическите цели и очаквания;

Лична полза (предоставена стойност за клиента) – това е действителната полза от туристическото пътуване. Оценката в резултата на анализа приходи (изгода) / разходи се прави от психическа, физическа и икономическа гледна точка.

Освен това рекреацията може да осигури стабилна емоционална среда, която да служи като отговор на социалния и индустриален прогрес, както и да задоволява някои от най-дълбоките емоционални потребности и грижи. Основните генерирани позитивни емоции се свързват с туризма, както и такива социални емоции като например страх и срам. Туристическите обекти и забележителности имат особено значение за изразяването на тези емоции. Емоциите са неразделна част от социалното изживяване, от съществено значение за туризма. Обособяването на някои видове специализиран туризъм отразява емоционалните потребности като при това осигурява адекватна психическа среда за изразяването на тези потребности. Туризмът не само мотивира предвижването на хората в пространството, но същевременно е атракция, със свое очарование, което въздейства емоционално вър-

ху туристите. В продължение на тезата, че туристите са мотивирани и ръководени от желанието да видят нещо различно от тяхното ежедневие, туризмът осигурява възможност да се изживее контрастна емоционална среда, където познатото собствено аз се чувства неестествено.

Влиянието на туристическата рекреация върху свободното време може да бъде разгледана от различни гледни точки. Настоящото изложение се концентрира върху ползата от задоволяване на рекреационните потребности от социално-психологическа гледна точка и в частност, въздействието на туристическата рекреацията върху свободното време.

Оценяването на ползите и въздействието на туризма за удовлетворяване на рекреационните потребности е следствие от избрания критерий. Така например, ако се оценява положителното въздействие от здравния туризъм върху здравословното състояние на човека, съществуват редица подвеждащи променливи, които могат да повлияят върху крайния резултат. Постигнатото от рекреацията, включена в специализирания здравен туризъм може да бъде изкривено от нездравословен начина на живот, употребата на алкохол, тютюнопушене и т.н. Именно поради това е трудно точно да се определи ползата от рекреацията, която в редица случаи зависи от обкръжаващата среда и начина на живот на индивида. Други такива променливи фактори, обуславящи удовлетворяването на рекреационните потребности са възрастта, здравословно и психическо състояние.

Заслужава внимание и т.нар. припокриващ ефект. Доказано е, че ползата и резултатите от рекреацията могат да се припокриват взаимно и се надстройват за крайната цел - постигане на търсената полза, добавена потребителска стойност. Driver, Brown, & Peterson [0, с. 9] потвърждават това становище като дават следния пример: "рекреацията, свързана с умствена или психическа релак-

сация може да доведе до по-висока производителност в работата, което може да доведе до повишена икономическа сигурност, което се идентифицира като важен участник за удовлетвореност от живота”.

Ползите и удовлетворяването на рекреационните потребности чрез туристическите дейности могат да бъдат разгледани по няколко основни направления: физиологическо състояние, психическо състояние, социално въздействие. Всяко от тези направления има своите особености и специфика, но взети заедно дават представа за общата полза и въздействие на туристическата.

Рекреацията като средство за удовлетворяване на физиологическите потребности е най-близката и директна логическа връзка, която съществува

спрямо специализираните туристически дейности.

Разглеждайки рекреацията като физическа дейност, изразена в участие в туристически дейности безспорно притежава потенциала и способства за подобряване здравословното състояние на човека. Туристическата рекреация и активната натовареност на участниците спомагат за възстановяване от заседналият начин на живот, градската среда и стреса, които се превърнаха в отличителни белези на пост модерното индустриализирано общество.

Ползата от рекреация по отношение на физическото състояние на човека е най-общо казано положителното въздействие от туризма за завръщане към здравословния начин на живот и намаляване на негативното и анти-социално поведение (виж табл.2).

Табл. 2 Въздействие на рекреацията върху физиологическото състояние на човека

Въздействие	Измерение
Здравословен начин на живот	Спомага за удължаване продължителността на живота (средно с около 2 години)
	Поддържа и удължава независимостта при така наречената трета възраст като стимулира тяхната жизненост и енергичност
	Допринася за психическото състояние на духа
	Помага в борбата с различни заболявания
	Допринася за превенцията и рехабилитацията
Намаляване на саморазрушително и анти-социално поведение.	Намалява негативните и саморазрушителните дейности сред младите (тютюнопушене, дрога, депресия и т.н.)
	Ангажираността и участието в рекреационни дейности спомага за намаляване на престъпността
	Изгражда мостове между различни култури
	Намалява изолацията, самотността и отчуждаването – има терапевтично въздействие

Въздействието от туристическата рекреация **от гл. т. на психологията** е сравнително ново направление в сферата на туризма. Психологията не е точна наука, но пирамидата на потребностите на Маслоу поставя основите на редица теории относно туристическото поведение и мотивация. През последните 30 години познанието за влиянието на рекреацията значително нарасна. Повечето изследвания се насочени към т.нар. не

посрещнати потребности. Оттук и хипотезата, че туристическата рекреация притежава потенциала да задоволи не посрещнатите потребности и се приема като водещ мотив за избора на такива дейности, които могат да задоволят т.нар. незадоволени потребности.

Съчетавайки психологията с рекреацията и хипотезата за незадоволените потребности, т.нар. самоидентифициране се определя като най-значимия ре-

зултат от рекреацията през свободното време. Възприемането на значението за самоконтрол има своя принос за положителна промяна в поведението. Заниманията през свободното време обикновено изискват определено ниво на самоконтрол, занижени ограничения при вземането на решение за вида на дейността и по-голяма творческа мотивация. Оттук произтича, че свободното време и рекреацията помагат за утвърждаване на индивидуалната идентичност, което е в потвърждение на пирамидата на Маслоу. Други автори отиват още по-далеч като утвърждават, че рекреацията има терапевтично значение за обществото.

Социалните изгоди предполагат ползи, които надхвърлят отделния индивид и включват по-широк кръг хора или социална съвкупност. Взаимовръзката между социалните ползи и туристическата рекреация има многостранен и характер и е една от най-трудно измеримите.

На първо място, социалните изгоди могат да се търсят в посока укрепване на семейните връзки, приятелските взаимоотношения, усещането за удовлетвореност, стабилност и увереност във взаимоотношенията и общуването.

На второ място се поставя осъзнаването значимостта на организираната рекреация за обществото като цяло и качеството на живот. Marans and Mohai [0] идентифицират три категории източници за повишаване качеството на живот: природни рекреационни ресурси, културни рекреационни ресурси и създадени от човека (свързани предимно със спортни дейности).

Други социални ползи от рекреацията могат да се търсят по отношение на положителния ефект върху младите за формирането им като личности, самоо-

съзнаването им, самоутвърждаване, дисциплинираност и груповата социализация.

В заключение може да се каже, че туристическата рекреация има особено значение за свободното време като оказва положително влияние върху здравословното състояние, човешката психика и социалните взаимоотношения. Някои от по-значимите ползи могат да бъдат конкретизирани както следва:

Свободното време и рекреацията спомагат личното израстване;

Самоизразяването се влияе положително при участие в рекреативни дейности;

Общуването се насърчава когато участниците в рекреативните дейности споделят общи интереси;

Самоидентифицирането се укрепва в резултат от рекреационните дейности;

Свободното време и рекреацията имат терапевтичен ефект
Удовлетвореността се приема като краен резултат, но може да бъде важен предшественик на психологическите ползи;

Участието в туристическа рекреация спомага за придобиване на нови познания, дори когато дейността няма пряка такава цел.

Спомага развитието на детската и младежка моторика, социални умения, творчески способности, интелектуално развитие и т.н.;

Насърчава разгръщането на пълния потенциал на индивидите;

Придобитите познания по време на рекреацията обогатяват общата култура и предоставят нови възможности за изява;

Възстановява психическия, физическия и социален капацитет и способности на индивида.

ЛИТЕРАТУРА

1. **Анастасова Л.** Социология на туризма, Бургас 2004.
2. **Милева С.** Рекреация чрез специализиран туризъм, С. 2004.
3. **Тончев Ц. Милева С.** Социална психология и туристическо поведение, С. 2004.
4. **Driver, B.L., Brown, P.J., & Peterson, G. L.** (eds.) 1991. Benefits of Leisure. State College, PA: Venture Publishing, Inc. (483 p.)
5. **Driver, B. L. & Knopf, R. C.** 1977. "Personality, outdoor recreation, and expected consequences." Environment and Behavior, 9, (169-193).
6. **Marans, R. W., & Mohai, P.** 1991. "Leisure resources, recreation activity, and the quality of life." in Driver, B. L., Brown, P. J., & Peterson, G. L. (Eds.) Benefits of Leisure. State College, PA: Venture Publishing, Inc., (351-363).
7. **Martin, P. and Priest, S.** (1986) 'Understanding the adventure experience' in Journal of Adventure Education, 3, 1: 18--21
8. **Rojek, C.** (1993) Ways of Escape: Modern Transformations in Leisure and Travel. London: Macmillan.
9. **Ulrich, R. S., Dimberg, U., & Driver, B. L.** 1991. "Psychophysiological indicators of leisure benefits," in Driver, B. L., Brown, P. J., & Peterson, G. L. (Eds.) Benefits of Leisure. State College, PA: Venture Publishing, Inc., (73-89).
10. **P. J., & Peterson, G. L.** (Eds.) Benefits of Leisure. State College, PA: Venture Publishing, Inc., (73-89).
11. **URRY, J.** The tourist gaze. Leisure and travel in contemporary societies. London: Sage 1990.