

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ Н. Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Кафедра туризма и культурного наследия

**Цифровой детокс как инновационный продукт индустрии
гостеприимства**

АВТОРЕФЕРАТ МАГИСТЕРСКОЙ РАБОТЫ

студентки 2 курса 268 группы
направления 43.04.01 «Сервис»
Института истории и международных отношений
Тарасенко Екатерины Денисовны

Научный руководитель
Доцент, к.э.н., доцент

Т.В. Темякова

дата, подпись

Зав. кафедрой
Профессор, д.э.н., профессор

Т.В. Черевичко

дата, подпись

Саратов 2022

ВВЕДЕНИЕ. Интернет и высокотехнологичные гаджеты - безусловные блага цивилизации, без которых современный человек не представляет своей жизни. Но в наше время появилась необходимость отдыхать от данных благ, такой вид отдыха называется Digital detox, или "цифровая детоксикация", и набирает все большую популярность среди туристов¹.

Актуальность темы магистерской работы заключается в остроте проблемы глобальной цифровизации общества в наше время и важности отдыха от гаджетов или цифрового детокса для каждого человека.

Цифровой детокс — это временный добровольный отказ от гаджетов, а еще это часть большой идеологии, тема научных исследований, глобальный тренд и бизнес.

В 2013 году, термин digital detox был занесен в Оксфордский словарь. Также за последние годы в мире появилось много терминов, обозначающих тревожные состояния, так или иначе связанные с постоянной близостью гаджетов. Номофобия — боязнь разлучаться с телефоном, фаббинг — привычка пренебрегать собеседником, отвлекаясь на мобильный телефон, синдром фантомных вибраций — периодически возникающее чувство, что телефон звонит, хотя это не так. Появление этих терминов — доказательство того, как сильно гаджеты влияют на наше психологическое состояние².

Цифровой детокс нужен тем, кто заполняет любую паузу гаджетом, устает от переизбытка информации, испытывает сложности с режимом дня, сном и долгосрочным планированием. Спрос на всевозможные детокс-программы и подобные практики сейчас высок как никогда.

Между тем, полнейшее отключение от внешнего мира могут предложить только специально отведенные для этого места.

¹ Жизнь или интернет? Краткое руководство по диджитал-детоксу. [Электронный ресурс] // ingos.ru. — Электрон. дан. — [Б. м.], [2020–2021]. — URL: https://www.ingos.ru/company/blog/2019/digital_detox/ (дата обращения: 21.12.2020)

² Новый аскетизм: что такое цифровой детокс и кому он нужен. [Электронный ресурс] // tass.ru. — Электрон. дан. — [Б. м.], [2020–2021]. — URL: <https://tass.ru/obschestvo/9006933> (дата обращения: 17.10.2020)

Многие отели по всему миру стали предлагать услуги цифрового детокса, предоставлять ячейки для хранения гаджетов, также во многих странах открываются Детокс-лагеря, где люди отдыхают от своих девайсов¹. Например, на сайте Digital Detox Holidays.com предлагается около 70 отелей в разных уголках мира. Слоган на сайте гласит: «С тех пор как многие стали страдать зависимостью от электронных девайсов, мы предлагаем детокс-каникулы, чтобы помочь вам избавиться от стресса»².

Явление цифрового детокса на данный момент находится на стадии активного изучения как зарубежными, так и отечественными исследователями. Особенно ценными работами по данной теме являются «Ловушки отвлеченного внимания: как сфокусироваться в цифровом мире» (The Distraction Trap: How to Focus in a Digital World) Фрэнсис Бут (Frances Booth)³, «Информационная избыточность и цифровой детокс в контексте онтологии коммуникации» Шаева Ю. М.⁴

Изучением понятия «Цифровой детокс» среди российских исследователей занимались Ефимова Г.З.⁵, Дзялошинская М.И.⁶. Во время исследований данной темы невозможно не обратить внимание на изучение понятия интернет-зависимости, встречающегося в работах Шаева Ю.М.,

¹ Макарова С.Н. Информатизация сферы туризма и гостеприимства: расширение возможностей для туристов/ С.Н. Макарова // Наука и общество. 2019. - № 3 (35). - С. 117-125.

² Трубникова Н.В. Цифровые коммуникации в отельном бизнесе: персонализация и обратная связь/ Н.В. Трубникова, Ю.Я. Демьянчук // Коммуникология. - 2018. - №5. – С. 38-48.

³ «Ловушки отвлеченного внимания: как сфокусироваться в цифровом мире» (The Distraction Trap: How to Focus in a Digital World) Фрэнсис Бут (Frances Booth) [Электронный ресурс] // preeboks.club – Электрон. дан. – [Б. м.], [2020–2021]. – URL: <https://preeboks.club/-/reader-ionic/#/flow=U4OHkh+cdn.8books.club/s1=Huda&q=The+Distraction+Trap%3A+How+to+Focus+in+a+Digital+World> (дата обращения 10.02.2022)

⁴ Шаев Ю. М. Информационная избыточность и цифровой детокс в контексте онтологии коммуникации // Гуманитарный вектор. 2018. №2. С. 23-27

⁵ Ефимова Г.З. Цифровой детокс молодежи (на примере использования социальных сетей)/ Г.З. Ефимова, М.Ю. Семенов // Вестник РУДН. Серия: Социология. - 2020. - №3. – С. 572-581.

⁶ Дзялошинская М.И. Социально ответственное поведение в Интернете: поиски модели/ М.И. Дзялошинская // Вопросы теории и практики журналистики. - 2014. - №5. – С. 32-41.

«Семиотическая избыточность и виртуальная экология»¹, Денисова А. «Психология интернет-зависимости»², Грязнова С.А. «Влияние интернет-зависимости на жизненные приоритеты»³ и Гришина С.Е. «Интернет-зависимость молодежи»⁴, а также на электронных ресурсах таких как информационно-познавательный портал mentamore.com⁵, официальный сайт Ингосстах ingos.ru⁶.

Также не может не заинтересовать вопрос применения цифрового детокса в сервисных предприятиях, и данный вопрос был рассмотрен в работах Макаровой С.Н. «Информатизация сферы туризма и гостеприимства: расширение возможностей для туристов» и Трубниковой Н.В. «Цифровые коммуникации в отельном бизнесе: персонализация и обратная связь».

Но больше всего информации, касающейся изучения цифрового детокса, сейчас сконцентрировано в электронных ресурсах, таких как «Цифровой детокс: что это такое и как его устроить» электронный ресурс www.uplab.ru⁷, «Цифровой детокс: почему он нужен и как его организовать» электронный ресурс растимдетей.рф⁸, «Новый аскетизм: что такое цифровой

¹ Шаев Ю. М. Семиотическая избыточность и виртуальная экология // Современные проблемы науки и образования. 2015. № 1-1. С. 1744.

² Денисов А. Психология интернет-зависимости/ А. Денисов // Развитие личности. 2014. №1. С. 190-202

³ Грязнов, С. А. Влияние интернет-зависимости на жизненные приоритеты / С. А. Грязнов // Столыпинский вестник. – 2020. – Т. 2. – № 3. – С. 10.

⁴ Гришин С.Е. Интернет-зависимость молодежи//Информационная безопасность регионов. 2017. №2 (27). С. 44-49

⁵ Цифровой детокс: как победить зависимость от гаджетов. [Электронный ресурс] // mentamore.com. – Электрон. дан. – [Б. м.], [2020–2021]. – URL: <https://mentamore.com/socium/digital-detox.html> (дата обращения: 05.11.2020)

⁶ Жизнь или интернет? Краткое руководство по диджитал-детоксу. [Электронный ресурс] // ingos.ru. – Электрон. дан. – [Б. м.], [2020–2021]. – URL: https://www.ingos.ru/company/blog/2019/digital_detox/ (дата обращения: 21.12.2020)

⁷ Цифровой детокс: что это такое и как его устроить [Электронный ресурс] // www.uplab.ru. – Электрон. дан. – [Б. м.], [2020–2021]. – URL: <https://www.uplab.ru/blog/digital-detox/> (дата обращения: 15.02.2021)

⁸ Цифровой детокс: почему он нужен и как его организовать. [Электронный ресурс] // растимдетей.рф. – Электрон. дан. – [Б. м.], [2020–2021]. – URL: <https://растимдетей.рф/articles/cifrovoy-detoks-pochemu-on-nuzhen-i-kak-ego-organizovat> (дата обращения: 30.04.2021)

цифровой детокс и кому он нужен» электронный ресурс tass.ru¹ и «Как устроить цифровой детокс в мегаполисе и не сорваться (почти)» электронный ресурс samsung.com².

Однако несмотря на достигнутые успехи, слабоизученными все еще остаются вопросы, применения методик цифрового детокса в нашей стране.

Отмеченные выше обстоятельства определили цель, задачи и направление магистерской работы.

Цель магистерской работы – на основе изучения теоретико-прикладных аспектов исследования цифрового детокса разработать проект цифрового детокса в индустрии гостеприимства Саратовской области «Detox вне сети» и оценить его эффективность.

В соответствии с целью исследования были поставлены и решены следующие **задачи** магистерской работы:

- 1) Изучить теоретические аспекты понятия цифрового детокса;
- 2) Выявить степень инновационности цифрового детокса на современном этапе;
- 3) Исследовать экономико-правовой аспект цифрового детокса как продукта индустрии гостеприимства;
- 4) Провести анализ востребованности услуг цифрового детокса в индустрии гостеприимства Саратовской области;
- 5) Выявить характеристики проекта «Detox вне сети» как инновационного продукта индустрии гостеприимства с применением цифрового детокса;
- 6) Оценить эффективность проекта «Detox вне сети».

Объект исследования магистерской работы: проект «Detox вне сети».

¹ Новый аскетизм: что такое цифровой детокс и кому он нужен. [Электронный ресурс] // tass.ru. – Электрон. дан. – [Б. м.], [2020–2021]. – URL: <https://tass.ru/obschestvo/9006933> (дата обращения: 17.10.2020)

² Как устроить цифровой детокс в мегаполисе и не сорваться (почти). [Электронный ресурс] // samsung.com. – Электрон. дан. – [Б. м.], [2020–2021]. – URL: <https://www.samsung.com/ru/explore/life-hacks/how-to-do-a-digital-detox/> (дата обращения: 15.02.2021)

Предмет магистерской работы: Цифровой детокс как инновационный продукт в сфере гостеприимства.

Научная новизна магистерской работы заключается в теоретическом обосновании и решении комплекса задач, связанных с развитием сферы цифрового детокса в Саратовской области. К наиболее важным результатам, определяющим новизну магистерской работы, можно отнести следующее:

1) Разработка проекта и программы продвижения «Detox вне сети» как инновационного продукта индустрии гостеприимства с применением цифрового детокса;

2) Оценка перспективы применения методик цифрового детокса на территории России и в частности Саратовской области.

Теоретико-методологической основой магистерской работы послужили фундаментальные гипотезы, концепции, представленные в работах западных и отечественных исследователей по проблеме цифрового детокса, как инновационной услуги в современном мире.

Информационно-эмпирическую базу исследования составили теоретический и практический материал, содержащийся в публикациях отечественных и зарубежных экономистов; законодательные и нормативные акты, регламентирующие деятельность в области исследования; данные, опубликованные в официальной статистической отчетности.

В магистерской работе были использованы такие методы, как анализ научной литературы по теме «Цифровой детокс», анализа нормативно-правовой документации по теме «Цифровой детокс как инновационный продукт индустрии гостеприимства», а также комплексный сравнительно-экономический анализ и классификация.

Основные положения и результаты диссертационного исследования были обсуждены на конференциях и представлены в следующих сборниках: сборник статей по итогам X Международной научной конференции «Гуманитарные науки в новой реальности: проблемы, подходы, ценности», сборник статей по итогам II Всероссийской научно-практической

студенческой конференции «Инновационный сервис», сборник материалов международной (очно-заочной) научно-практической конференции «Цифровая экономическая безопасность как основа обеспечения стратегических стабильности и партнерства».

По материалам диссертационного исследования опубликовано 3 научных работы общим объемом 1,3 п.л.

Магистерская работа состоит из введения, двух глав, разделенных на параграфы, заключения и списка использованной литературы. В первой главе рассматриваются теоретико-прикладные основы исследования цифрового детокса как инновационного продукта индустрии гостеприимства, раскрываются такие аспекты, как понятие цифрового детокса, степень инновационности цифрового детокса на современном этапе: прикладной аспект, а также экономико-правовой аспект цифрового детокса. Вторая глава посвящена разработке проекта «Detox вне сети», был проведен анализ востребованности услуг цифрового детокса в индустрии гостеприимства Саратовской области, а также приведена характеристика проекта «Detox вне сети» как инновационного продукта индустрии гостеприимства с применением цифрового детокса, проведена оценка эффективности проекта «Detox вне сети».

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ. В современном мире остро стоит проблема нахождения путей гармоничного и сбалансированного использования человеком информационной среды. Становится все более актуальным такое понятие, как виртуальная экология, которое предполагает выделение перечня принципов гармоничного сосуществования человека и информационного пространства¹.

В связи с актуальностью данного вопроса появляются практики цифрового детокса или digital detox.

¹ Шаев Ю. М. Семиотическая избыточность и виртуальная экология // Современные проблемы науки и образования. 2015. № 1-1. С. 1744.

Цифровой детокс (от англ. Digital Detox, digital-детокс) – это намеренный, добровольный полный или частичный отказ человека на определенное время от использования интернета, социальных сетей, гаджетов и других цифровых устройств с целью переключить внимание на другие занятия, очистить мысли человека от информационного мусора и снять психологическое напряжение от постоянного нахождения онлайн¹.

Проникновение интернета в России среди более молодого населения (до 44 лет) в 2020 году превысило 90%, а среди самых молодых россиян (12-24 лет) приблизилось к 100%. В группе населения 45-54 лет интернетом хотя бы раз в месяц пользовались 84,2% россиян, а среди самых старших жителей страны (55+ лет) в интернет выходит только половина – 49,7%².

Потребность в цифровом детоксе в первую очередь появляется у жителей больших городов, у которых работа, личная жизнь, увлечения и интересы завязаны на Интернете как источнике информации и средстве связи. В основном это менеджеры, программисты, дизайнеры, исследователи, журналисты и другие информационно нагруженные люди.

Услуга цифровой детокс на данный момент неразрывно связана с туристической индустрией. Диджитал-детокс в качестве товарной категории индустрии туризма — молодое явление. До недавнего времени он оставался вне научной рефлексии туристического сектора, выступая в первую очередь предметом медицинского интереса в контексте изучения интернет-зависимости. Сейчас для того чтобы отдохнуть от большого информационного потока, люди могут поехать в Digital detox лагерь или Digital detox отель.

На сегодняшний день все больше зарубежных отелей добавляют Digital Detox в список предоставляемых услуг. Отдых без IT-технологий становится

¹ Цифровой детокс: 16 способов отдохнуть от интернета. [Электронный ресурс] // uplab.ru. – Электрон. дан. – [Б. м.], [2020–2021]. – URL: <https://www.uplab.ru/blog/digital-detox/> (дата обращения: 12.12.2021)

² Аудитория интернета в России в 2020 году [Электронный ресурс] // mediascope.net. – Электрон. дан. – [Б. м.], [2020–2021]. – URL: <https://mediascope.net/news/1250827/> (дата обращения: 10.12.2021)

полноценным сегментом рынка путешествий. Путешественник, который найдет в себе силы осознанно отказаться от гаджетов хотя бы на короткий период времени, сделает себе огромное одолжение. Это принесет неслыханную пользу организму, психическому состоянию, поможет вернуть баланс жизненных ценностей¹.

Учитывая многочисленный зарубежный опыт, можно предположить, что это новшество скоро будет успешно развивать и в России, такая услуга совершенно не противоречит законам Российской Федерации и требованиям, предъявляемым к предприятиям гостиничной сферы.

В практической части работы был проведен анализ востребованности услуг цифрового детокса в Саратовской области, а также разработан проект лагеря цифрового детокса «Detox вне сети».

Саратовская область это регион с достаточно высокой деловой активностью. Услуги цифрового детокса для Саратова являются на данный момент инновационными, и выявлено, что будут пользоваться спросом, так как там, где безлимитный интернет практически перешел в разряд товаров народного потребления, а уровень деловой активности заставляет людей находиться на связи круглосуточно, диджитал-детокс стал максимально востребованным.

В ходе исследования был составлен портрет целевого потребителя услуг цифрового детокса. Целевой потребитель обладает следующими характеристиками: это молодые люди из Саратовской области от 21 до 31 года, имеющие работу и обучающиеся в ВУЗах, со среднемесячным доходом на одного человека в семье от 25 000 рублей.

Разработанный проект обладает следующими характеристиками. Лагерь «Detox вне сети» - это место, где каждый посетитель сможет отдохнуть от постоянного влияния гаджетов и социальных сетей на свою

¹ Винтайкина Е.В., Семенова Н.А. Внедрение услуг Digital Detox и размещения с животными в отели повышенной категории // Образование. Наука. Научные кадры. 2019. №1.

жизнь. Данная услуга удовлетворяет новую потребность человека, заключающуюся в отдыхе от повседневной рутины, наполненной использованием гаджетов.

При этом люди не просто отдыхают от гаджетов, но и познают для себя что-то новое или оттачивают уже имеющееся мастерство.

Лагерь Digital detox подойдет как для частных лиц, желающих освободиться от своих гаджетов, так и для корпоративных клиентов.

Для корпоративных клиентов может быть организована «смена», посвященная Укреплению командного духа, а для частных клиентов будут организованы тематические смены, например, спортивная смена или творческая.

В каждой смене будут присутствовать постоянные элементы, независимо от темы смены, такие как лекции по психологии, мастер-класс по приготовлению вкусного, полезного завтрака, утреннее занятие йогой, разминка, вечерний просмотр фильма на большом экране.

В ходе проведения спортивной смены участники смогут прослушать лекции о цифровом детоксе, правильном питании, поучаствовать в практиках йоги, также будут проводиться тренировки с тренером.

Посещая творческую смену, участники смогут посетить мастер-классы по написанию картин разными техниками, по созданию ароматической свечи.

Данный лагерь может базироваться на различных площадках, например, в Национальном парке «Хвалынский», на базе отдыха «Клевое местечко» и т.д. Смена лагеря длится 2 дня. Проходят смены на выходных, что не выбивает клиентов из привычной жизни, они достигают целей – отдыхают от своих гаджетов и насыщаются новой информацией.

Для продвижения услуг цифрового детокса были выбраны следующие методы:

- 1) Сотрудничество с экологическими обществами, туристическими агентствами, взаимное продвижение идей;

2) Реклама в социальных сетях, таких как ВКонтакте, активное продвижение аккаунтов в ВК, Телеграмм.

3) Участие организаторов лагеря цифрового детокса в качестве лекторов на различных форумах, фестивалях, например, на форума SMOG-market.

4) Распространения полиграфической продукции.

На основании произведенных расчетов можно сделать ряд выводов:

1. Оптимальная стоимость творческой смены для участника составляет 8990 р., что является ценой немного ниже рыночной стоимости подобных услуг, что является для продукта конкурентным преимуществом.

2. Стоимость спортивной смены составляет 7980 р., что также является преимуществом перед конкурирующими услугами.

3. Данные цены позволяют организаторам смены уже после 35 проданной путевки начать получать прибыль.

Также была обоснована экономическая эффективность создания лагеря цифрового детокса «Detox вне сети». Были рассмотрены прямые, косвенные и коммерческие расходы при реализации проекта, вычислена оптимальная стоимость тура, рассчитана точка безубыточности.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ. Таким образом, для современного человека, чья жизнь тесно связана с использованием современных технологий, гаджетов и социальных сетей крайне важно использовать данные инновации сбалансировано. Именно поэтому стали появляться места, где для человека созданы все условия для нахождения данного баланса, и отдых без технологий стал полноценным сегментом рынка путешествий.

Представление такой услуги, как освобождение от гаджетов или цифровой детокс, обусловлено активным развитием технологий и появлением факта утомленности от гаджетов. В настоящее время крайне обострилась зависимость людей от гаджетов, и все больше пользователей современных технологий задумываются о свободном от них времени. Развитие данного направления услуг в России является инновационным и

актуальным на данный момент, так как спрос на цифровой детокс сейчас набирает обороты.

Цифровой детокс открывает неограниченные возможности для туристического бизнеса. Представление цифрового детокса как услуги является инновационным в сфере гостеприимства. Практика цифрового детокса в русскоязычных странах и за рубежом отличается довольно сильно. Это связано со степенью проникновения Интернета, которая в европейских странах значительно выше, и при этом введение услуг цифрового детокса совершенно не противоречит законам Российской Федерации и требованиям, предъявляемым к предприятиям гостиничной сферы.

Саратовская область является отличной базой для реализации проектов цифрового детокса. На данный момент услуги цифрового детокса являются новыми, но уже востребованными обществом, так как работающие и учащиеся жители области положительно настроены в вопросе отдыха от используемых ими гаджетов.

Разработанный проект лагеря цифрового детокса «Detox вне сети» является новым для Саратовской области, при этом в перспективе востребованным и готовым к реализации. Разнообразие смен лагеря заинтересует не только новых участников детокс движения, но и оставит после прохождения одной смены желание вернуться на другую. Прохождение смен в выходные дни позволяет участнику всецело расслабиться, провести свое свободное время с пользой, получая новую информацию и уникальные навыки, отличающиеся в зависимости от тематики смены.

Таким образом, в ходе работы были изучены идеи цифрового детокса как инновационного продукта сферы гостеприимства. В теоретической части работы были изучены теоретические аспекты понятия цифрового детокса, выявлена степень инновационности цифрового детокса на современном этапе, рассмотрены экономико-правовые аспекты. В практической части

работы был проведен анализ востребованности услуг цифрового детокса в индустрии гостеприимства Саратовской области, разработан проект и программа продвижения лагеря «Detox вне сети» как инновационного продукта индустрии гостеприимства с применением цифрового детокса, а также доказана экономическая эффективность реализации проекта «Detox вне сети».