SWOT АНАЛИЗ ЗА ПЕРСПЕКТИВИТЕ НА СПОРТНИТЕ УСЛУГИ ЗА БРЕМЕННИ ЖЕНИ В БЪЛГАРИЯ

Ирина Петкова – Нешева
Факултет обществено здраве, здравни грижи и туризъм
НСА „В. Левски“, София
E-mail: iranesheva2005@abv.bg / ORCID: https://orcid.org/0000-0002-0436-6398

РЕЗЮМЕ
В съвременните условия рекреационните и уелнес услуги имат съществено значение за здравословния начин на живот на жените с нормално протичаща бременност и в следродовия период. Редовната физическа активност подобрява физическото състояние, работоспособността, енергийния потенциал и психоемоционалния статус на бъдещите майки, намалява стреса и риска от преждевременно раждане и подпомага хармоничното развитие на плода. Необходимо е разширяване на мрежата от специализирани центрове, предлагащи достъпни, разнообразни и иновативни двигателни програми, както и провеждане на информационни кампании. Качеството на услугите зависи от икономическото развитие, образователната политика, подготовката на квалифицирани специалисти и внедряването на иновации. Изследването анализира маркетинговите аспекти и развитието на този пазар в България. Обхванати са 100 бременни и 40 жени след раждане. Използвани са систематичен литературен преглед, анкетно проучване и SWOT анализ за установяване на силните и слабите страни, възможностите, заплахите и основните тенденции в управлението на услугите и тяхното устойчиво развитие с широко обществено въздействие.

Ключови думи: *SWOT анализ, услуги, рекреация, бременни жени, България*

ВЪВЕДЕНИЕ

В съвременните условия на живот в нашата страна е необходимо създаването на благоприятни възможности за здравословен начин на живот чрез предоставяне на рекреационни услуги за жени с нормално протичаща бременност (23). Според изследования е важно да се разширява мрежата от специализирани центрове и да се предлагат разнообразни, достъпни и иновативни оздравителни услуги (1-3, 5, 11-15,), Те трябва да са съобразени с потребностите не само на гражданите, но и на бременните жени, които желаят да участват в двигателни програми (24-26). Както и провеждането на кампании и инициативи, насочени към повишаване на информираността и по-широкото популяризиране на тези услуги сред бременните жени. Според Yermakova (28) през последните години интересът към физическата активност нараства, тъй като тя оказва значително влияние върху здравето на населението (20, 27). Качеството на Уелнес начин на живот зависи както от икономическото развитие на Рекреативната индустрия и в частност на Уелнес програмите и услугите в България (16, 18). В този

процес са важни специализираните кадри в практиката, което е в пряка връзка с образователната политика и внедряването на иновации и за бременни жени (17). Рекреационните уелнес програми, особено тези, предназначени за бременни жени, могат да играят ключова роля в превенцията и да имат значително социално въздействие (15). Участието в такива програми допринася за повишаване на работоспособността и енергийния потенциал на бъдещите майки (19).

Водещи изследователи подчертава, че двигателната активност за всеки индивид е „жизненоважен елемент за здравето, физическата форма, жизнеността и дълголетието, както и фактор за подобряване на качеството на живот“ (29). Освен положителното въздействие, което физическите дейности в свободното време оказват върху здравето и тялото на човека, те също така имат силно изразен социален характер и множество социални функции. В едно от заключенията на Съвета на ЕС и представителите на правителствата на държавите членки се отбелязва, че „липсата на физическа активност има негативни последици не само за здравето на отделния човек, но и за здравните системи и икономиката в цялост (6), поради значителните преки и непреки икономически разходи, произтичащи от липсата на физическа активност[1] (8). Според българският образователен модел за подготовка на специализиран персонал (специалисти) играе съществена роля за осигуряването на високо качество на услугите за физическа активност за бременни жени. Някои изследователи са анализирали ефективността на оздравителните практики при нормална бременност, използвайки иновативни програми (23), докато други предлагат акваспининг програми като метод за антистрес превенция, благоприятстваща здравето на бъдещите майки (17-20). Всички тези практики могат да се окажат ефективна превенция с голямо социално въздействие. Участието в уелнес програми при бременни жени води до подобряване на техния психоемоционален статус, който е в тясна взаимозависимост с хармоничното развитие на плода. Резултатите от проучвания на различни автори показват, че бременните жени, които редовно практикуват физическа активност, намаляват честотата на преждевременните раждания, подобряват не само качеството си на живот, но и са подложени на по-малко стрес (6, 7). Установено е, че рекреативните двигателни дейности и уелнес практиките са сред най-здравословните социални активности, които значително допринасят за устойчивото развитие (15-17). Според някои съвременни автори, Уелнесът и рекреацията са уникални средства за постигане на физическо и психическо равновесие в днешно време (19). Нарасналото търсене на рекреационни

[1] *Европейската година на активния живот на възрастните хора и солидарността между поколенията (2012) (https://www.europarl.europa.eu/doceo/document/A-7-2012-0388_EN.html)*

дейности свързва уелнес практиките и икономиката в неразривно цяло (21, 22), включително прилагането на спортни активности на работното място в България (10).

МЕТОДИ

Целта на настоящото изследване е да се анализират определени маркетингови аспекти, свързани с предоставянето на рекреационни услуги за бременни жени с нормално протичаща бременност и жени в следродовия период, с оглед подобряване на тяхното качество.

Конкретни цели на проучването:

1. Анализ на научната литература, разглеждаща влиянието на рекреационните дейности върху бременните жени.
2. Провеждане на ситуационен анализ на развитието на оздравителните услуги за бременни жени в България.

Обхват на изследването:

- *Предмет:* Пазарът на рекреационни двигателни услуги за бременни жени.
- *Обект:* Общо 100 бременни жени с нормална бременност и 40 жени в следродовия период.

Методи на изследване:

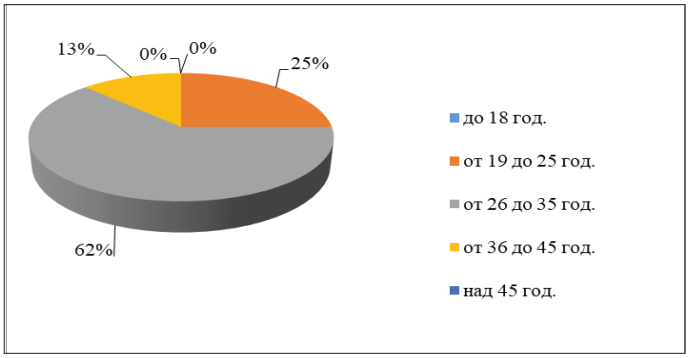
Проучването се основава на систематичен преглед на литературни източници, анкетно проучване с въпросник (включващ както алтернативни, така и отворени въпроси) и SWOT анализ за оценка на маркетинговите аспекти в управлението на уелнес услугите за бременни жени. Ситуационният анализ е приложен за идентифициране на тенденциите и изводите относно развитието и управлението на оздравителните услуги за бременни жени в България. Той се основава на оценка на силните (S - strengths) и слабите страни (W - weaknesses) на тези услуги, както и на възможностите (O - opportunities) и заплахите (T - threats), произтичащи от тях (9).

РЕЗУЛТАТИ

Проучване на случай чрез наблюдение (наблюдение с участие). Това се изразява в участието на изследователя за определен период от време в различни дейности в изследваната система. С цел осъществяване на изследването и изясняване на някои социални и маркетингови аспекти бяха наблюдавани дейностите на организации, предлагащи уелнес услуги за бременни жени. Най-висок процент (62%) от анкетираните жени са на възраст между 26 и 35 години, а останалите са разпределени както следва: 25% от 19 до 25 години, 13% от 36 до 45 години и с по 0% остават възрастовите

диапазони до 18 години и над 45 години (фиг.1).

Резултатите показват, че през първото тримесечие на бременността 60 % от жените биха предпочели интензивни (активни) дейности и услуги за отдих, докато 40 % предпочитат пасивни (релаксиращи) такива.



Фигура 1. Разпределение по възраст

Таблица 1 обобщава предпочитанията на анкетираните жени относно типа спортни услуги през различните етапи на бременността.

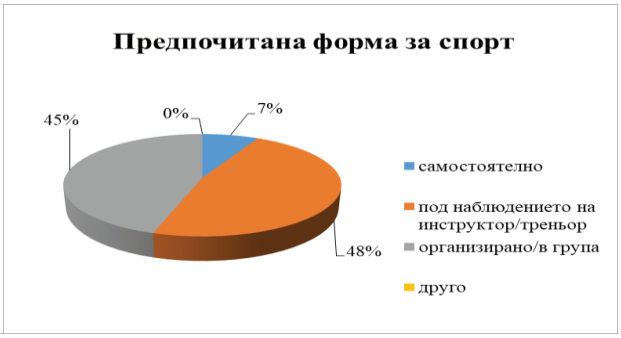
Таблица 1. Обобщени резултати предпочитанията относно типа спортни услуги

Период от бременността	Интензивни (активни)	Пасивни (релаксиращи)
Първи триместър	60%	40%
Втори триместър	50%	50%
Трети триместър	15%	85%

Резултатите показват, че през първият триместър от бременността 60% от жените биха предпочели интензивни (активни) спортни занимания и услуги, докато 40% предпочитат пасивните (релаксиращи) такива. При избора на спортни услуги в първия триместър на бременността, влияние до голяма степен оказва начинът на живот на жената преди бременността. Ако тя е водила активен и динамичен живот, то е логично да предпочете и такъв тип спортни услуги и обратното. Резултатите за втория триместър са равни, по 50% за активните и пасивните. При трети триместър резултатите са напълно закономерни. Имайки предвид напредването на бременността и физическите промени, които я съпътстват е напълно нормално 85% от анкетираните жени да предпочетат пасивните (релаксиращи) спортни услуги (фиг. 2, 3).

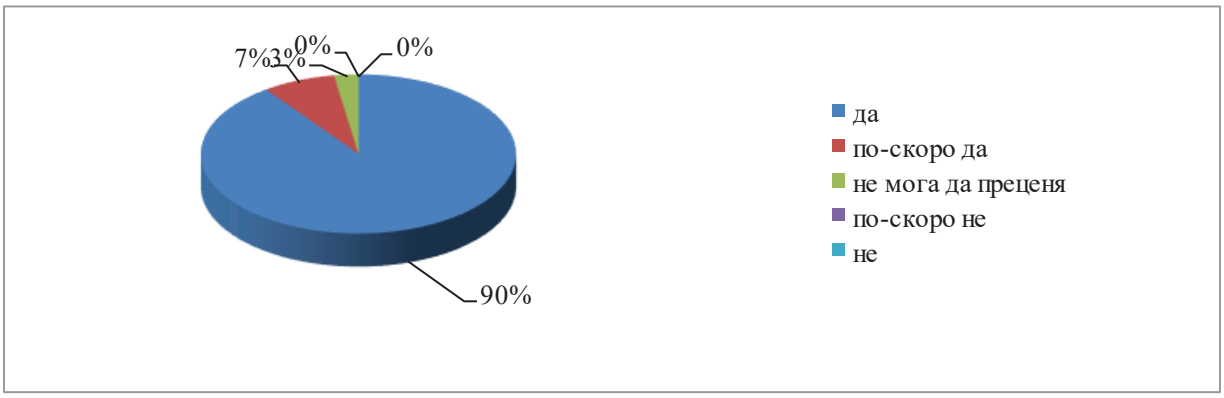


Фигура 2. Предпочитано място за използване на спортни услуги за бременни



Фигура 3. Предпочитана форма за ползване на спортни услуги за бременни

Предпочитащи активните занимания са 15%. Горните две фигури онагледяват как и къде анкетираните жени биха предпочели да ползват спортните услуги за бременни. Получените резултати са в тясна връзка с практикуваните от респондентите спортни услуги и с тези, които биха желали да практикуват. Голяма част (62%) от жените предпочитат да практикуват избраните от тях спортни услуги в спортен/фитнес клуб или център, 48% предпочитат това да става под наблюдението на квалифициран инструктор или треньор, а 45% предпочитат организираните, групови занимания. Потвърждение на тези резултати са избраните спортни услуги на най-предни позиции: гимнастика, водна аеробика, йога, плуване, танци. От анкетираните 30% биха желали спортни дейности на открито, сред природата. Жените предпочитащи да тренират вкъщи и самостоятелно са съответно 8% и 7%. Това вероятно се дължи на липса на финансови средства, подходящ или затруднен транспорт, също липсата на социален контакт, които повечето млади хора търсят и др. Установихме, че 90% от анкетираните бременни жени са на мнение, че заниманията със спорт оказват положително въздействие върху тях по време на бременността им. От тях 7% са посочили „по-скоро да“ и само 3% от жените не могат да преценят какво е въздействието на заниманията със спорт върху тях (фиг.4).



Фигура 4. *Оценка на положителното въздействие на спорта по време на бременността*

Настоящият SWOT анализ е изготвен въз основа на маркетингово проучване, целящо да изследва интереса на бременните жени към активни занимания със спортни дейности, както и да анализира състоянието на спортни клубове и центрове, предлагащи услуги за бременни жени. При провеждането на анализа бяха взети предвид текущото състояние на пазара на спортни услуги за бременни жени в съвременните социално-икономически условия. Като резултат от SWOT анализа бяха формулирани конкретни заключения и фактори на влияние (табл.2).

Таблица 2. SWOT – анализ на развитието на спортни услуги за бременни жени.

СЛАБИ СТРАНИ	СИЛНИ СТРАНИ
1. В голяма част от клубовете, предлагащи спортни услуги за бременни жени, липсва специализирано кадрово осигуряване, т.е. липсват подготвени треньори/инструктори за работа с тези жени. **2.** Повечето от предлаганите спортни услуги за бременни жени са еднообразни – липсва разнообразие и креативност. **3.** Клубовете нямат изградени специализирани отдели за маркетинг и реклама, чрез които да оползотворяват възможностите на маркетинговата среда. **4.** Голяма част от клубовете предлагат спортни услуги за бременни като допълнение към основната си дейност. Нямат специално разработени програми за работа с тях. **5.** Много от клубовете не изискват препоръка от акушер-гинеколог за здравословното състояние на бременната. **6.** Липсва обвързаност и комуникация между клубовете предлагащи спортни услуги за бременни и медицински и болнични заведения.	**1.** Все повече жени оценят положителното въздействие на заниманията със спорт по време на тяхната бременност. **2.** По-голямата част от клубовете са изградили сравнително ефективно работещ икономически механизъм за самофинансиране от предлаганите спортни услуги и за стимулиране труда на спортните специалисти. **3.** Голяма част от спортните клубове и центрове, предлагащи спортни услуги за бременни имат добре изградени собствени бази. **4.** Част от спортните центрове имат сравнително добре изградена промоционална политика за стимулиране на клиентите си. **5.** Голяма част от жените ползващи спортни услуги за бременни имат ясна и конкретна мотивация за това.

Таблица 3. SWOT – анализ на заплахите и възможностите за развитие

ЗАПЛАХИ	ВЪЗМОЖНОСТИ ЗА РАЗВИТИЕ
1. Подценяването на нуждата от спортни занимания за бременни от държавници и политици, като средство за опазване и подобряване на здравният статус и жизнеспособността на населението. **2.**Непрофесионалното, несъобразено и недостатъчно проучено предлагане на спортни услуги за бременни жени. **3.** Слабата реклама на този вид спортни услуги и ниското ниво на информираност на потенциалните потребители. **4.** Тенденцията за намаляване на населението в България и в частност броя на жените.	**1.** Оптимизиране на организационно-управленските структури на клубовете. Изграждане на маркетингови отдели, провеждащи цялостната маркетингова политика на клубовете. **2.** Подобряване качеството на предлаганите спортни услуги, в т.ч. наемане на квалифицирани спортни специалисти за работа с бременни жени, изготвяне на съобразени тренировъчни програми и др. **3.** Липсата на разнообразие в предлаганите на пазара спортни услуги за бременни, както и малкият брой спортни клубове/центрове предлагащи такива, е благоприятна предпоставка за развитието и налагането на пазара на нови и креативни услуги. **4.** Разширяване на дейността на клубовете/центровете предлагащи спортни услуги за бременни, като освен чисто спортни услуги те насочат усилията си и в предлагане на спортно-образователни знания на бъдещите майки под различни форми- курсове, семинари и т.н. **5.** Създаване на инициативи и кампании, целящи по-добрата информираност на бременните жени и привличането им като потенциални потребители на спортни услуги. **6.** Създаване и реализиране на национална стратегия за развитие на двигателната активност и спорт за бременни жени. **7.** Създаване и реализиране на съвременни национални и регионални програми за развитие и популяризиране на спорта сред бременните жени.

ДИСКУСИЯ

Изготвеният въз основа на пазарно проучване на интереса на бременните жени е осъществен SWOT-анализ свързан с Уелнес активни дейности и анализ на състоянието на спортните клубове и центрове, предлагащи услуги за бременни жени. При извършването на този анализ беше взето предвид актуалното състояние на пазара на услуги за отдих за бременни жени в настоящите социално-икономически условия. България е с голям брой нововъведения в различни области и смело може да се твърди, че оздравителните практики през 2010 г. включват иновативна с научна верификация холистична „Програма Нешева“ за жени с нормална бременност. Счита се, че е необходимо е да се работи за популяризирането на подобни научни модели, които имат социална значимост със здравословен характер. Създаването и прилагането на регионални програми за развитие и насърчаване на рекреацията по време на бременност е задача с многобройни социални ползи и задача на Министерството на здравеопазването.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В заключение основните резерви за развитие и подобряване на услугите за отдих на бременни жени в България се изразяват в следните насоки:

1). Връзки и комуникация с други организации и институции;

2). Връзки с обществеността (включително специалисти по уелнес/спорт и специалисти по реклама);

3). Експанзия и диверсификация на дейностите и услугите на клубовете и медицинско осигуряване;

4). Оптимизиране на организационните и управленските структури на клубовете

5). Създаване на маркетингови отдели и разработване на активна маркетингова политика в съответствие с пазарните условия;

6). Проучване и разглеждане на потребителите – бременни жени.

Бележка:

Конфликт на интереси: *Авторът и институцията декларират, че не съществува конфликт на интереси.*
Финансиране: *Статията е разработена в рамките на проект BG16RFPR002-1.014-0011 „Устойчиво развитие на Центъра за върхови постижения „Наследство БГ“, финансиран по процедура за предоставяне на безвъзмездна финансова помощ BG16RFPR002-1.014 „Устойчиво развитие на центровете за върхови постижения и центровете за компетентност, включително на конкретни инфраструктури или техни обединения от Националната пътна карта за научна инфраструктура“.* ***Информирано съгласие:*** *Подписани са декларации за информирано съгласие относно публикуването на данните от проучването.*
Използване на изкуствен интелект: *Инструменти с изкуствен интелект (ChatGPT) са използвани единствено за езикова редакция и превод.*

ЛИТЕРАТУРА

1. Aleksandrova, V. (2021b). The effect of swimming on health and physical activity in children with visual disabilities. *Journal of Environmental Protection and Ecology, 22*(2), 847–857.
2. Aleksandrova, V. (2022). Wellness aqua programs through adapted physical activity and sports for children with special needs. *Research Announcements Heritage BG, 3*, 82–89.
3. Angelcheva, M. (2019). Effects of combination between relaxation massage and Dr. Bach flower remedies on everyday stress. In *Proceedings of the International Scientific Congress "Applied Sports Sciences" and Balkan Scientific Congress "Physical Education, Sports, Health"* (pp. 348–352). NSA Press.
4. Angelcheva, M., & Petkova, S. (2019). Effects of combination between relaxation massage and Dr. Bach flower remedies on everyday stress. In *Proceedings of the International Scientific Congress "Applied Sports Sciences" and Balkan Scientific Congress "Physical Education, Sports, Health"* (pp. 348–352). NSA Press.
5. Babbar, S., et al. (2012). Yoga during pregnancy: A review. *American Journal of Perinatology, 29*, 459–464.
6. Bala, K. (2012). Pregnancy and yoga. *Midwifery Today International Midwife*, 38–39.
7. Becker, C., Lauterbach, G., Spengler, S., Dettweiler, U., & Mess, F. (2017). Effects of regular classes in outdoor education settings: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 14*(5), Article 485. https://doi.org/10.3390/ijerph14050485
8. Biedrzycki, J., & Laskowski, R. (2024). The impact of judo training on cognitive functions. *Baltic Journal of Health and Physical Activity, 16*(4).
9. Council of Europe. (1988). *EUROFIT: Handbook for the EUROFIT tests of physical fitness*. Council of Europe.
10. Dealtry, T. (1994). *Dynamic SWOT analysis developer's guide.*
11. Draganov, G. (2012). Systemological characteristics of workers' sport in the Republic of Bulgaria under contemporary socio-economic conditions. *Sport & Science*, (4). *(In Bulgarian).*
12. Dimitrova, B., Polimenov, M., Treneva, V., Nesheva, I., Ivanova, V., & Trendafilov, D. (2018). *Sotsialna znachimost na uelnes kulturata* [*Social significance of wellness culture*]. Avangard.
13. Dimitrova, B., Geshev, P., Treneva, V., Nesheva, I., Aleksandrova, V., Ivanova, V., & Trendafilov, D. (2020). *Wellness lifestyle and youth development*. Avangard.
14. Dimitrova, B., et al. (2020). *Dynamics of well-being and happiness indices: Comparative analysis based on global databases and United Nations reports* (Monograph, in Bulgarian). Avangard Prima.
15. Dimitrova, B., Izov, N., Aleksandrova, V., Iosifov, R., & Trendafilov, D. (2021). *Smart cognitive toolkit: External assessment of professional competencies for specialised staff in niche tourism*. NSA Press.
16. Dimitrova, B., & Nesheva, I. (2021). Research to improve health care for women with normal pregnancy applying recreational wellness activity. *Trakia Journal of Sciences, 19*(Suppl. 1), 684–690.
17. Dimitrova, B. (2023). Educational policy, specialised staff, innovations and the recreational industry. *Strategies for Policy in Science and Education, 31*(5), 532–546. https://doi.org/10.53656/str2023-5-6-imp
18. Dimitrova, B. (2024). The role of wellness, SPA and thalassotherapy in stress management. *Smart Innovations in Recreation, Wellness Industry and Niche Tourism, 6*(2), 7–14.
19. Dimitrova, B. (2025a). Mechanical and energy efficiency in wellness programs with cyclical movements. *Series on Biomechanics, 39*(1), 59–67. https://doi.org/10.7546/SB.01.08.2025
20. Dimitrova, B. (2025b). Niche tourism: Innovations and quality culture in specialized workforce development. *German International Journal of Modern Science*, *(101)*, 88–93. https://doi.org/10.5281/zenodo.15124768
21. Dimitrova, B., & Tomova, T. (2025). Wellness lifestyle, emotional intelligence, workplace and leadership

success. *Smart Innovations in Recreation, Wellness Industry and Niche Tourism, 6*(2), 51–56.
22. Dimitrova, B., et al. (2025). Scientific evidence for personalisation of SPA services at the cellular level. *German International Journal of Modern Science*, *(100)*, 42–46. https://doi.org/10.5281/zenodo.15061591
23. Dimitrova, B. (2026). Assessing the health benefits of forest art therapy: Evidence from Bulgaria. *Forestry Ideas, 32*(1), 16–18.
24. Kotler, P., Armstrong, G., Wong, V., & Saunders, J. (2008). *Principles of marketing*. Pearson Education.
25. Nashwan, S., & Ahmed, M. (2024). The intermediary role of electronic word of mouth in the relationship between digital marketing techniques and purchasing behaviour. *Journal of Lifestyle and SDGs Review, 4*(2), e02465. https://doi.org/10.47172/2965-730x.sdgsreview.v4.n02.pe02465
26. Nesheva, I. (2023a). *Izsledvane efektivnostta na wellness praktiki pri normalna bremennost* [*Effectiveness of wellness practices during normal pregnancy*] (Monograph, in Bulgarian). NSA Press.
27. Nesheva, I. (2023b). A wellness tool to perform healthy lifestyle practices in the Bulgarian school system. *Strategies for Policy in Science and Education, 31*(5), 560–572. https://doi.org/10.53656/str2023-5-6-imp
28. Trendafilov, D., & Dimitrova, B. (2013). Aqua spinning as anti-stress health prevention. *Sport Mont, 11*(37–39), 467–473.
29. Yermakova, T. (2024). Physical culture and recreation: A systematic review. *Physical Culture, Recreation & Rehabilitation, 3*(2), 46–57. https://doi.org/10.15561/physcult.2024.0202
30. World Health Organization. (n.d.). *European Parliament report on sport*. https://www.europarl.europa.eu/doceo/document/A-7-2012-0388_EN.html