

แนวทางการพัฒนาเมืองสมุนไพรในจังหวัดมหาสารคามเพื่อดึงดูด ตลาดนักท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ

Guidelines for the Development of Herbal Cities in Maha Sarakham Province to Attract the Market of Wellness Tourists

Received: October 02, 2024
Revised: November 06, 2024
Accepted: December 16, 2024

นิสาชล โทแก้ว¹ ณัฐรินทร์ ปริวงศ์กุลธรร² ชมพูนุช จิตติถาวร³
และสุวารี นามวงศ์⁴

Nisachol Thokaew Nuttharin Pariwongkhuntorn
Chompunuch Jittithavorn and Suwaree Namwong

บทคัดย่อ

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยมีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาความต้องการด้านรูปแบบกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของเมืองสมุนไพรในจังหวัดมหาสารคาม 2) เพื่อนำเสนอแนวทางการพัฒนาเมืองสมุนไพรในจังหวัดมหาสารคามให้เหมาะสมกับนักท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในอนาคตซึ่งเครื่องมือการวิจัยในครั้งนี้ คือ แบบสัมภาษณ์เชิงลึก การสังเกตการณ์จากการเข้าร่วมกิจกรรมทดลองท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ โดยมีกลุ่มตัวอย่างนักท่องเที่ยว จำนวน 15 คน คือ นักท่องเที่ยวอาสาสมัครซึ่งเป็นตัวแทนนักท่องเที่ยวทดลองในพื้นที่จังหวัดมหาสารคาม

ผลการวิจัย พบว่า รูปแบบกิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาพมีสุขภาพดี 5 ด้าน พบว่า 1) ด้านร่างกาย ควรเป็นกิจกรรมที่ไม่ได้ใช้แรงมากเกินไป เช่น การรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพ การยืดเส้นผ่อนคลายโยคะท่าง่าย ๆ การนวด อบ และประคบสมุนไพร เป็นต้น 2) ด้านจิตใจ รูปแบบกิจกรรม เช่น ทำบุญสวดมนต์ ขอพรจากสิ่งศักดิ์ การได้อยู่ในธรรมชาติ แม้กระทั่งการได้เรียนรู้วัฒนธรรม 3) ด้านอารมณ์ กิจกรรมที่ได้ใกล้ชิดกับธรรมชาติและวัฒนธรรมชุมชน การได้สัมผัสความเป็นมิตรไมตรีต่อกัน 4) ด้านสังคม การได้สัมผัสวิถีชีวิตความเป็นอยู่ของชุมชน ได้พูดคุยซักถามสนทนาเรื่องการใช้สมุนไพร ความรู้ภูมิปัญญา ได้ทำอาหารเพื่อสุขภาพร่วมกันหรือรับประทานอาหารร่วมกัน กิจกรรมกลุ่มทำผลิตภัณฑ์แปรรูปสมุนไพรง่าย ๆ ร่วมกัน และ 5) ด้านจิตวิญญาณ สำหรับกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่ช่วยส่งเสริมทางด้านจิตวิญญาณ นักท่องเที่ยวส่วนใหญ่จะนึกถึงการไปทำสมาธิเพื่อฟื้นฟูจิตวิญญาณให้มีตนเกิดสติ สมาธิ ปัญญา การไปท่องเที่ยวเพื่อให้ตนเข้าใจชีวิต เข้าใจธรรมชาติของมนุษย์

คำสำคัญ: เมืองสมุนไพร นักท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ

¹ นิสิตหลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการท่องเที่ยวและโรงแรม วิทยาลัยการจัดการ มหาวิทยาลัยพะเยา; Doctor of Philosophy Program in Tourism and Hotel Management, College of Management, University of Phayao; Email: 61162163@up.ac.th

^{2,3} อาจารย์ประจำ สาขาวิชาการจัดการการท่องเที่ยวโรงแรม และธุรกิจบริการ วิทยาลัยการจัดการ มหาวิทยาลัยพะเยา; College of Management, University of Phayao; Email: nuttharin.pa@up.ac.th; chompunuchjittithavorn@gmail.com

⁴ อาจารย์ประจำ คณะการจัดการการท่องเที่ยว สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์; National Institute of Development Administration; Email: suwaree.n@nida.ac.th

ABSTRACT

In this qualitative research investigation, the researchers examine (1) the needs regarding the types of wellness tourism activities in herbal cities in Maha Sarakham province; propose guidelines for the development of herbal cities in Maha Sarakham province to be appropriate for the wellness tourists in the future. The research instruments consisted of an in-depth interview form and observations from participation in wellness tourism trial activities. The sample population consisted of fifteen volunteer tourists representing trial tourists in Maha Sarakham areas.

Findings show that the types of wellness promotion activities in the dimension of well being are in five aspects. (1) Physical activities should not be overly strenuous but should be such as consuming healthy foods, practicing light stretching, engaging in simple yoga poses, having herbal massages, using saunas, and compressing therapies. (2) Mental activities include merit-making, chanting, praying to sacred objects, being in nature, and learning cultures. (3) Emotional activities involve being close to nature and the community culture, and experiencing friendliness. (4) Social activities consist of engaging in community lifeways, conversing about herbal use, gaining knowledge and local wisdom, participating in group cooking or the communal dining of healthy meals, and collaborating in simple herbal product-making activities. (5) Spiritual activities include promoting spiritual wellbeing. The highest proportion of the tourists thought of meditation as a way to restore spirits for mindfulness, contemplation, and wisdom. Traveling enhances them to understand life and human nature.

Keywords: Herbal Cities, Wellness Tourists

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

รายงานจาก Global Wellness Institute ระบุว่า การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพคาดว่าจะมีมูลค่าเกินกว่า 8.5 ล้านล้านดอลลาร์สหรัฐภายในปี 2027 เป็นโอกาสที่ประเทศไทยควรเร่งพัฒนา (Global Wellness Institute, 2023) กลุ่มธุรกิจเพื่อสุขภาพมีบทบาทสำคัญในการขับเคลื่อนเศรษฐกิจสุขภาพทั่วโลก และถือว่าเป็นโอกาสอันดีของประเทศไทยที่จะได้รับโอกาสด้านการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพด้วย

ประเทศไทยมีจุดแข็งด้านวัฒนธรรมภูมิปัญญาด้านสมุนไพรที่โดดเด่น และควรผลักดันให้เป็นจุดขายสำคัญ เพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพให้กลายเป็นแหล่งรายได้หลักของประเทศในอนาคต โอกาสของการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในประเทศไทยที่จุดเด่นของวัฒนธรรมไทยที่ชัดเจนที่สุดคือ เรื่องสมุนไพรไทย เช่น กิจกรรมการแปรรูปสมุนไพรเป็นของอุปโภคและบริโภค การนวดแผนไทย นวดแผนโบราณ การท่องเที่ยววัด การนั่งสมาธิ การฟังธรรมะ การรับประทานอาหารสุขภาพพื้นบ้าน และธรรมชาติบำบัด เป็นต้น (การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย, 2565) ตัวอย่างของภูมิปัญญาไทยที่ชัดเจนเหล่านี้ สามารถนำมาปรับให้เข้ากับกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพได้ พร้อมกับการเล่าเรื่องที่ทำให้นักท่องเที่ยวเห็นถึงคุณค่าของการดูแลสุขภาพ

ประเทศไทยมีทรัพยากรธรรมชาติอุดมสมบูรณ์ รวมถึงสมุนไพร การนำสมุนไพรมาประยุกต์ใช้ในการดูแลสุขภาพได้พัฒนาความรู้จากภูมิปัญญาท้องถิ่นจนกลายเป็นองค์ความรู้ด้านการแพทย์ที่รู้จักกันในชื่อ "แพทย์แผนไทย" หรือ "แพทย์แผนโบราณ" มีรากฐานมาตั้งแต่สมัยกรุงศรีอยุธยา ในรัชสมัยสมเด็จพระนารายณ์มหาราช ต่อมาในสมัยกรุงรัตนโกสินทร์ พระบาทสมเด็จพระพุทธยอดฟ้าจุฬาโลกมหาราช ทรงให้รวบรวมตำรายาและตำราการนวดฤๅษีคัดดัดในวัดโพธิ์ หรือวัดพระเชตุพนวิมลมังคลารามราชวรมหาวิหาร ในปัจจุบันการใช้สมุนไพรรักษาโรค ยังคงใช้กันอย่างแพร่หลาย เรียกว่าเป็นภูมิปัญญาดั้งเดิมของคนไทย และยังคงเป็นทางเลือกหนึ่งในการดูแลสุขภาพของคนไทยได้เป็นอย่างดี แม้ว่าโลกปัจจุบันจะมีความทันสมัยด้านวิทยาศาสตร์การแพทย์ แต่กระทรวงสาธารณสุขก็ยังคงสนับสนุนให้ประชาชนใช้สมุนไพร รักษาสุขภาพเบื้องต้น เพื่อให้ประชาชนพึ่งพาตนเองได้มากยิ่งขึ้น (เกตุกนก พงษ์นุรักษ์ และเกษตรชัย และหิเม, 2566) ไม่เพียงเท่านั้น ยังเป็นโอกาสดีที่จะนำสมุนไพรไทย ภูมิปัญญาท้องถิ่น และวัฒนธรรมที่เป็นเอกลักษณ์ของไทย มาสร้างรูปแบบกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพโดยชูจุดเด่นเรื่องสมุนไพรเพื่อดึงดูดนักท่องเที่ยวทั่วโลก ซึ่งหากสามารถต่อยอดกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในพื้นที่ที่มีการปลูกสมุนไพรเพื่อส่งเสริมรายได้ให้กับเกษตรกรผู้ปลูกสมุนไพรหรือพื้นที่เมืองสมุนไพรในจังหวัดของประเทศไทย ก็จะสร้างการพัฒนาที่ยั่งยืนให้กับชุมชนด้วย

ประเทศไทยได้ดำเนินการขับเคลื่อนการพัฒนาเมืองสมุนไพรใน 15 จังหวัดต้นแบบซึ่งมีศักยภาพในการสร้างเศรษฐกิจและรายได้ให้กับชุมชนด้วยสมุนไพรท้องถิ่น ทั้งในด้านการเป็นแหล่งปลูกสมุนไพรสำหรับอุตสาหกรรมที่มีความต้องการสูง รวมถึงการเพิ่มมูลค่าด้วยการจัดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพโดยใช้ภูมิปัญญาไทยและสมุนไพร การพัฒนานี้ดำเนินการภายใต้ 3 คลัสเตอร์สำคัญ (กระทรวงสาธารณสุข, 2560) คือ

1. ด้านเกษตรและวัตถุดิบสมุนไพร ได้แก่ จังหวัดอำนาจเจริญ สุรินทร์ มหาสารคาม อุทัยธานี สกลนคร และสระแก้ว
2. ด้านอุตสาหกรรมสมุนไพร ได้แก่ จังหวัดนครปฐม สระบุรี ปราจีนบุรี และจันทบุรี
3. ด้านท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ความงาม และการแพทย์แผนไทย ได้แก่ จังหวัดเชียงราย พิจิตร อุตรดิตถ์ สุราษฎร์ธานี และสงขลา

การพัฒนานี้มีเป้าหมายเพื่อให้จังหวัดที่เป็นต้นแบบของเมืองสมุนไพรสามารถขยายบทบาทสู่จังหวัดอื่น ๆ ในอนาคต ทั้งนี้ กลุ่มคลัสเตอร์เกษตรและวัตถุดิบสมุนไพร ควรได้รับการส่งเสริมรายได้จากกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพด้วยเช่นเดียวกัน เนื่องจากเกษตรกรผู้ปลูกสมุนไพรถือเป็นต้นน้ำของกระบวนการผลิต อย่างไรก็ตาม ประเทศไทยยังคงเผชิญกับปัญหาที่เกษตรกรมีรายได้ไม่เพียงพอ ไม่แน่นอน และผลตอบแทนต่ำ รัฐบาลจึงควรผลักดันให้เกษตรกรสามารถเพิ่มมูลค่าให้กับผลผลิตของตนเองผ่านวิธีการต่าง ๆ การพัฒนาเมืองสมุนไพรช่วยสร้างรายได้ให้แก่เกษตรกรท้องถิ่น ขณะเดียวกันยังสนับสนุนอุตสาหกรรมท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของไทยให้เป็นที่รู้จักในระดับโลก ซึ่งจะส่งผลต่อการเติบโตของเศรษฐกิจทั้งในระดับภูมิภาคและประเทศ รวมถึงการพัฒนาพื้นที่ปลูกสมุนไพรหรือเกษตรสมุนไพรเข้าสู่การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพเพื่อสร้างคุณค่าและเพิ่มรายได้ให้กับชุมชนต่อไป ซึ่งการจัดการการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพจะต้องทำความเข้าใจพฤติกรรมและความต้องการของนักท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ และถือว่าเป็นปัจจัยสำคัญในการพัฒนาเมืองสมุนไพรอย่างยั่งยืน เนื่องจากการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพมุ่งเน้นที่การดูแลสุขภาพทั้งร่างกายและจิตใจ การเข้าใจพฤติกรรมและความต้องการของนักท่องเที่ยวจะช่วยให้เมืองสมุนไพร

สามารถพัฒนาบริการและผลิตภัณฑ์ที่ตอบโจทย์ความต้องการของกลุ่มนี้ได้มากขึ้น เช่น บริการสปาอาหารเพื่อสุขภาพ การฝึกโยคะ และการใช้ผลิตภัณฑ์สมุนไพรท้องถิ่น เป็นต้น

จังหวัดมหาสารคามนับเป็นจังหวัดที่มีความน่าสนใจและควรได้รับการต่อยอดพัฒนาพื้นที่ให้เกิดเป็นแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพอย่างเป็นรูปธรรมเพราะนโยบายทั้งภาครัฐและความเข้มแข็งของเกษตรกรในพื้นที่ต้องการพัฒนาพื้นที่ของตนสู่การเป็นแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ จังหวัดมหาสารคามเป็นพื้นที่สำคัญในการปลูกสมุนไพรและมีความเชี่ยวชาญด้านการแพทย์แผนไทยที่สืบทอดมาหลายชั่วอายุคน จึงเหมาะแก่การพัฒนาเป็นเมืองสมุนไพร จุดเด่นที่สำคัญของสมุนไพรในจังหวัดมหาสารคาม พบว่า ภูมิปัญญาท้องถิ่นหมอยาพื้นบ้านด้านสมุนไพร จังหวัดมหาสารคาม มีรากฐานมาจากการเรียนรู้จากบรรพบุรุษที่สืบทอดต่อกันมาหลายชั่วอายุคน โดยใช้สมุนไพรเพื่อการรักษา การแก้อาการ หรือโรคทางกายและใช้คาถาเพื่อการรักษาทางจิตใจ ประกอบด้วย ยาฝน ยาต้ม ยาลูกกลอน และยาทา และใช้คาถา เพื่อรักษาโรคทางใจให้แก่ชาวบ้านในชุมชน (ทิพพา ลุนเผ่ และคณะ, 2562) ประเภทสมุนไพรที่สำคัญและมีศักยภาพในการผลิตของจังหวัดมหาสารคาม ได้แก่ ขมิ้นชัน ไพล พื้ทะลายโจร กระชายขาว มะระขี้นก เพชรสังฆาต รวงจืด ว่านชักมดลูก ว่านนางคำ บัวบก โดยมีเกษตรกรผู้ปลูกสมุนไพร จำนวน 351 ราย พื้นที่ปลูก 384.5 ไร่ (พินเนศ ตีระปวง, 2565)

แม้ว่าจังหวัดมหาสารคามจะมีศักยภาพสูง แต่ยังขาดการศึกษาเกี่ยวกับความต้องการของนักท่องเที่ยวเชิงสุขภาพอย่างเป็นระบบ ทำให้จำเป็นต้องศึกษาความต้องการของนักท่องเที่ยวเชิงสุขภาพเพื่อให้แนวทางที่ตอบโจทย์ตลาด ความต้องการด้านรูปแบบกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของเมืองสมุนไพรในจังหวัดมหาสารคาม จึงจะสามารถนำเสนอแนวทางการพัฒนาเมืองสมุนไพรในจังหวัดมหาสารคามให้เหมาะสมกับนักท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในอนาคต อีกทั้งยังเป็นแหล่งท่องเที่ยวที่สามารถดึงดูดนักท่องเที่ยวเชิงสุขภาพทั่วโลกได้ งานวิจัยนี้จึงมีความสำคัญที่จะช่วยให้ทราบถึงพฤติกรรมและความต้องการของนักท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ซึ่งจะนำไปสู่การพัฒนาแนวทางที่ตอบโจทย์และเพิ่มประสิทธิภาพของเมืองสมุนไพรในจังหวัดมหาสารคามต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมความต้องการด้านรูปแบบกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของเมืองสมุนไพรในจังหวัดมหาสารคาม
2. เพื่อนำเสนอแนวทางการพัฒนาเมืองสมุนไพรในจังหวัดมหาสารคามให้เหมาะสมกับนักท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในอนาคต

สมมติฐานการวิจัย

การพัฒนาเมืองสมุนไพรจะส่งผลให้เกิดความยั่งยืนทางเศรษฐกิจและสร้างความเข้มแข็งให้แก่เกษตรกรผู้ปลูกสมุนไพร

นิยามศัพท์

เมืองสมุนไพร หมายถึง จังหวัดที่ถ่ายทอดมาตรการและแผนงานจากแผนปฏิบัติการด้านผลิตภัณฑ์สมุนไพร ไปสู่การพัฒนาในระดับภูมิภาค โดยมุ่งเน้นให้เกิดการพัฒนาสมุนไพรอย่างครบวงจร

ตั้งแต่ต้นทาง กลางทาง และปลายทาง ในงานวิจัยครั้งนี้มุ่งเน้นไปที่คลัสเตอร์เกษตรวัตถุดิบสมุนไพร ได้แก่ จังหวัดมหาสารคาม ซึ่งได้ดำเนินการทดลองจัดกิจกรรมท่องเที่ยวเชิงสุขภาพเพื่อส่งเสริมรายได้ให้กับเกษตรกรผู้ปลูกสมุนไพร

นักท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ หมายถึง บุคคลที่มุ่งเน้นกิจกรรมการเดินทางเพื่อไปดูแลและรักษาสุขภาพกาย ใจ อารมณ์ สังคม และจิตวิญญาณ ผ่านกิจกรรมการท่องเที่ยวที่หลากหลาย ในงานวิจัยครั้งนี้มุ่งเน้นกิจกรรมการท่องเที่ยวเพื่อส่งเสริมสุขภาพตามมิติสุขภาพดี 5 ด้าน ผ่านจุดเด่นเรื่องภูมิปัญญาสมุนไพร

ขอบเขตการวิจัย

ขอบเขตด้านเนื้อหา งานวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยใช้กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการอย่างมีส่วนร่วมกับนักท่องเที่ยวอาสาสมัคร เพื่อรวบรวมข้อมูล กิจกรรมการท่องเที่ยว และข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมนักท่องเที่ยวและความต้องการของนักท่องเที่ยวที่มีต่อกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ เพื่อให้พื้นที่ปฏิบัติการวิจัยได้ใช้เป็นข้อมูลในการพัฒนากิจกรรมต่าง ๆ ที่สอดคล้องกับความต้องการของนักท่องเที่ยว

ขอบเขตกลุ่มเป้าหมายและผู้ให้ข้อมูลหลัก

กลุ่มเป้าหมาย

ผู้วิจัยได้ดำเนินการเลือกกลุ่มเป้าหมายแบบเจาะจงโดยพิจารณาจากกลุ่มนักท่องเที่ยวจำนวน 15 คน ได้แก่ นักท่องเที่ยวอาสาสมัครซึ่งเป็นกลุ่มตัวแทนทดลองท่องเที่ยวในพื้นที่วิจัย

ขอบเขตด้านพื้นที่

ผู้วิจัยได้พิจารณา พื้นที่ปฏิบัติการวิจัย คือ เมืองสมุนไพรจังหวัดมหาสารคาม

แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

แนวคิดเกี่ยวกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ

การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ (Wellness Tourism) คือ การเดินทางเพื่อมุ่งเน้นในการส่งเสริมสุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดี มุ่งเน้นรูปแบบกิจกรรมที่ช่วยให้เกิดความรู้สึกผ่อนคลาย ฟิตเนสสุขภาพ กาย ใจ อารมณ์ สังคม และจิตวิญญาณ เช่น การทำสปา โยคะ การทำสมาธิ การออกกำลังกาย รวมถึงการรับประทานอาหารที่ดีต่อสุขภาพ และการใช้ชีวิตอย่างสมดุล (Global Wellness Institute, 2021) ประเทศไทยถือเป็นจุดหมายปลายทางที่มีชื่อเสียงด้านการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพด้วยทรัพยากรธรรมชาติที่อุดมสมบูรณ์และการบริการด้านสุขภาพที่ครบวงจร รวมทั้งภูมิปัญญาด้านสมุนไพร ซึ่งในด้านภูมิปัญญานี้ เป็นความรู้ที่มาจากการสั่งสมความรู้ ความเชื่อวิถีการใช้พืชสมุนไพรในการรักษาและบำบัดโรค ซึ่งเป็นมรดกที่สืบทอดกันมาตั้งแต่อดีต ภูมิปัญญาสมุนไพรเชื่อมโยงกับวิถีชีวิตและวัฒนธรรมของชุมชน การใช้สมุนไพรไม่เพียงเพื่อการรักษา แต่ยังมีบทบาทในการดูแลสุขภาพ ป้องกันโรค และการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันของร่างกาย (ปดินทร์ชาติตะเวที, 2565)

แนวคิดพฤติกรรมนักท่องเที่ยว

พฤติกรรมนักท่องเที่ยว หมายถึง การกระทำและการแสดงออกที่นักท่องเที่ยวแสดงออกมาทั้งที่รู้ตัวหรือไม่รู้ตัว สามารถสังเกตได้หรือไม่ก็ตาม พฤติกรรมของนักท่องเที่ยวแบ่งออกเป็น 2 ประเภทหลัก

ได้แก่ พฤติกรรมภายนอก (Tourist's Overt Behavior) และพฤติกรรมภายใน (Tourist's Covert Behavior) (ชูชัย สมितिไกร, 2553; บุญเลิศ จิตตั้งวัฒนา, 2555; Sundel & Sundel, 2004) ได้แก่

พฤติกรรมภายนอก คือ พฤติกรรมที่บุคคลอื่นสามารถสังเกตได้โดยใช้ประสาทสัมผัส

เช่น การกระทำ การแสดงออก การพูดคุย และท่าทาง

พฤติกรรมภายใน คือ การตอบสนองภายในร่างกายที่เกี่ยวข้องกับความรู้สึก ความคิด อารมณ์ และกระบวนการทางจิตใจ ซึ่งไม่สามารถสังเกตได้โดยตรง แต่อยู่ภายใต้การควบคุมจากจิตใจ ประสบการณ์ และการรับรู้ พฤติกรรมภายในมักเป็นตัวกำหนดพฤติกรรมภายนอก กล่าวคือ การคิด การรู้สึก และการตัดสินใจของนักท่องเที่ยว จะส่งผลต่อการแสดงออกภายนอก โดยแนวคิดเกี่ยวกับกระบวนการพฤติกรรม (Process of Behavior) อธิบายหลักการพื้นฐานของพฤติกรรมใน 3 ประการ ได้แก่

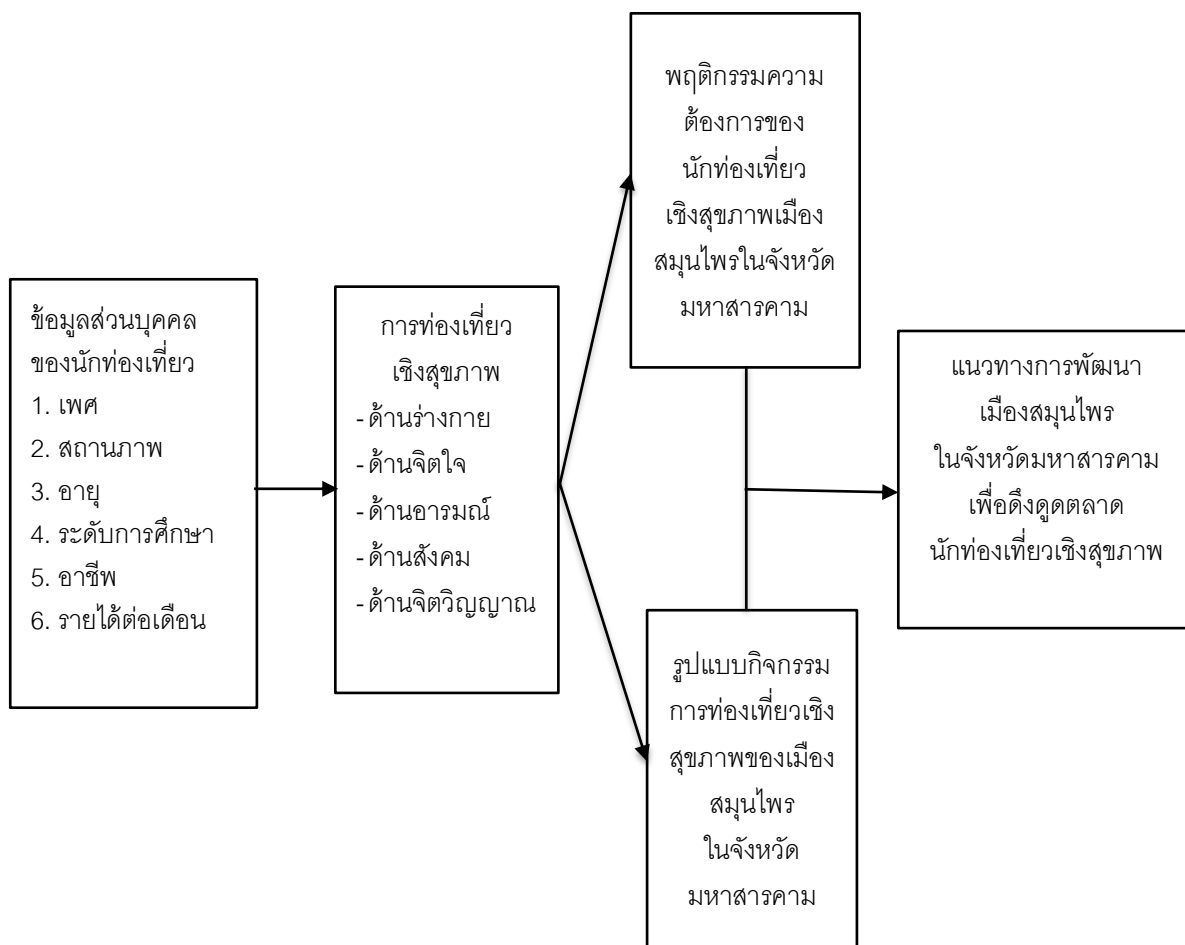
1. **พฤติกรรมเกิดจากสาเหตุ:** พฤติกรรมของนักท่องเที่ยวมีสาเหตุหรือปัจจัยที่ทำให้เกิดขึ้น ซึ่งอาจมาจากสิ่งแวดล้อม ประสบการณ์ หรือสภาพแวดล้อมทางสังคม

2. **แรงกระตุ้นและแรงจูงใจ:** พฤติกรรมถูกขับเคลื่อนโดยแรงกระตุ้น สิ่งจูงใจ และแรงจูงใจทั้งจากภายในและภายนอก เช่น ความต้องการส่วนตัวหรือการชักชวนจากแหล่งข้อมูล

3. **พฤติกรรมมุ่งสู่เป้าหมาย:** นักท่องเที่ยวมีเป้าหมายที่ต้องการบรรลุผ่านการกระทำ เช่น ความพึงพอใจ ประสบการณ์ที่ดี

กรอบแนวคิดในการวิจัย

เพื่อให้มีแนวทางการพัฒนาเมืองสมุนไพรในจังหวัดมหาสารคาม เพื่อดึงดูดตลาดนักท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่เหมาะสม ในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยจึงศึกษาพฤติกรรมความต้องการด้านรูปแบบกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของเมืองสมุนไพรในจังหวัดมหาสารคาม บนพื้นฐานมิติการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านอารมณ์ ด้านสังคม และด้านจิตวิญญาณ โดยนำเสนอเป็นกรอบแนวคิดที่ผสมผสานผลการศึกษาในเรื่องพฤติกรรมความต้องการด้านรูปแบบกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ที่จะนำไปสู่แนวทางการพัฒนาเมืองสมุนไพรในจังหวัดมหาสารคาม เพื่อดึงดูดตลาดนักท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ดังนี้



ภาพ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

ระเบียบวิธีวิจัย

งานวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพ โดยใช้กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการอย่างมีส่วนร่วม และการสัมภาษณ์เชิงลึก อาศัยความร่วมมือกับชุมชนปฏิบัติการวิจัย นักท่องเที่ยวที่เป็นตัวแทนอาสาสมัคร เพื่อเข้าร่วมการทดลองท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ จำนวน 15 คน มีการทบทวนเอกสารด้านการจัดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ จากบทความวิชาการและงานวิจัยเพื่อให้ได้ข้อมูลในการสร้างแบบสอบถาม เรื่อง พฤติกรรม ความต้องการของนักท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ โดยการลงพื้นที่สำรวจ สัมภาษณ์เชิงลึกกับนักท่องเที่ยวอาสาสมัคร และภายหลังจากการเก็บข้อมูลเรียบร้อยแล้ว จึงนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ และสังเคราะห์เพื่อคืนข้อมูลให้กับชุมชนปฏิบัติการวิจัยเพื่อหาแนวทางของรูปแบบกิจกรรม และทำการจัดกิจกรรมทดลองท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ หลังจากนั้นผู้วิจัยและชุมชนได้ร่วมกันวิเคราะห์ผลสะท้อนกลับจากนักท่องเที่ยวอาสาสมัครเพื่อหาแนวทางการพัฒนาเมืองสมุทรปราการในจังหวัดมหาสารคามที่สามารถดึงดูดตลาดนักท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่เหมาะสมกับบริบทกับชุมชนปฏิบัติการในพื้นที่

1. ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ คือ กลุ่มนักท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ 15 คน ที่สมัครเข้าร่วมเป็นนักท่องเที่ยวอาสาสมัคร

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ผู้วิจัยใช้แบบสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth interview) พูดคุย สอบถาม สังเกต โดยเป็นการสัมภาษณ์อย่างมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้ได้ข้อมูลที่ต้องการ จัดเวทีประชุม และจัดกิจกรรม ทดลองท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ

3. การเก็บข้อมูล เก็บรวบรวมข้อมูลจากผู้ให้ข้อมูลสำคัญด้วยตนเอง โดยใช้แบบสัมภาษณ์กึ่ง โครงสร้างร่วมกับการสังเกตพฤติกรรม เป็นข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมความต้องการรูปแบบกิจกรรมการ ท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ จากนั้นจึงนำข้อมูลที่ได้ไปวิเคราะห์ข้อมูล และจัดเวทีประชุมเพื่อนำข้อมูลมาอภิปราย ชุมชนปฏิบัติได้ระดมความคิดเกี่ยวกับการออกแบบรูปแบบกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ จากนั้นจึงจัด กิจกรรมท่องเที่ยวเพื่อให้ได้ผลสะท้อนกลับ ได้นำผลสะท้อนกลับไปเป็นแนวทางการพัฒนาเมืองสมุนไพรใน จังหวัดมหาสารคามที่สามารถดึงดูดตลาดนักท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่เหมาะสมต่อไป

4. วิเคราะห์ข้อมูล นำข้อมูลที่ได้จากขั้นตอนการวิจัยมาวิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์เนื้อหา แบบพรรณนา (Content Analysis)

ผลการวิจัย

การนำเสนอผลการวิจัย เรื่อง แนวทางการพัฒนาเมืองสมุนไพรในจังหวัดมหาสารคามเพื่อดึงดูด ตลาดนักท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ผู้วิจัยได้นำเสนอผลตามวัตถุประสงค์ที่กำหนด ทั้งนี้ ผู้วิจัยจะนำเสนอผลการ วิเคราะห์ข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึกของนักท่องเที่ยวอาสาสมัครซึ่งเป็นกลุ่มนักท่องเที่ยวตัวแทนที่เข้า ร่วมกิจกรรมทดลองท่องเที่ยวในพื้นที่วิจัย ดังนี้

ผลการวิจัยตอบวัตถุประสงค์ข้อที่ 1 เพื่อศึกษาพฤติกรรมความต้องการด้านรูปแบบกิจกรรมการ ท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของเมืองสมุนไพรในจังหวัดมหาสารคาม

ผลวิเคราะห์จากการสัมภาษณ์เชิงลึก

จากการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth interview) นักท่องเที่ยวอาสาสมัครซึ่งเป็นกลุ่มนักท่องเที่ยว ตัวแทนที่เข้าร่วมกิจกรรมทดลองท่องเที่ยวในพื้นที่วิจัย ตลอดจนการวิจัยเชิงปฏิบัติการอย่างมีส่วนร่วม พบ ข้อมูลในประเด็นต่าง ๆ ได้ดังนี้

ประเด็นที่ 1 เหตุผลในการมาท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยว

จากการสัมภาษณ์กลุ่มนักท่องเที่ยว พบว่า การท่องเที่ยวอาสาสมัครที่เข้าร่วมกิจกรรมทดลอง ท่องเที่ยวในพื้นที่วิจัยนั้น นักท่องเที่ยวต้องการมาเพื่อพักผ่อน และอยากมาทำกิจกรรมที่ได้เรียนรู้ศึกษา เกี่ยวกับสมุนไพร

ประเด็นที่ 2 ความคาดหวังจากการมาเที่ยว

นักท่องเที่ยวอธิบายว่าคาดหวังการได้สัมผัสความเป็นตัวตนของชุมชนแบบไม่ปรุงแต่ง ความ เป็นธรรมชาติของคนในพื้นที่ซึ่งนักท่องเที่ยวมองว่าสิ่งนั้นคือเสน่ห์ในการมาท่องเที่ยวในพื้นที่ปฏิบัติการวิจัย ชุมชนไม่ปรุงแต่งจนสูญเสียความเป็นตัวตน นักท่องเที่ยวคาดหวังเกี่ยวกับรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ที่นึกถึงเป็นครั้งแรก คือ รูปแบบกิจกรรมการเรียนรู้เรื่องการปลูกพืชสมุนไพรและยาสมุนไพรพื้นบ้าน การรับประทานอาหารพื้นถิ่นปลอดสารพิษ สปา นวดแผนไทย การได้พบเจอพูดคุยเรียนรู้วัฒนธรรมก็เป็น อีกสิ่งหนึ่งที่นักท่องเที่ยวอยากมาสัมผัส อีกทั้งยังสนใจรูปแบบกิจกรรมการท่องเที่ยวเพื่อดูแลสุขภาพควบคู่ กับการท่องเที่ยว รองลงมา คือ เพื่อให้ได้องค์ความรู้ใหม่ ในการดูแลสุขภาพและเพื่อฟื้นฟูจิตใจ

ประเด็นที่ 3 รูปแบบกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่นักท่องเที่ยวต้องการ รูปแบบกิจกรรมการท่องเที่ยวที่ส่งเสริมสุขภาพทางด้านร่างกาย

จากการสัมภาษณ์เชิงลึกเพื่อสอบถามความคิดเห็นของนักท่องเที่ยว พบว่า นักท่องเที่ยวมีความต้องการให้กิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาพทางด้านร่างกายมีลักษณะที่ไม่ต้องใช้แรงมากเกินไป ต้องไม่ทำให้รู้สึกเหน็ดเหนื่อยจนเกินไปจะรับไหว นักท่องเที่ยวสนใจกิจกรรมที่เรียบง่าย เช่น การเดินชมสวนสมุนไพรในระหว่างทางใกล้ๆ ซึ่งสามารถช่วยให้เกิดความรู้สึกสดชื่นและผ่อนคลายได้

นอกจากนี้ นักท่องเที่ยวยังสนใจกิจกรรมออกกำลังกายเบา ๆ เช่น การยืดเส้นเพื่อผ่อนคลายกล้ามเนื้อ การฝึกโยคะท่าง่าย ๆ ที่ไม่ต้องใช้กำลังมาก และกิจกรรมที่ส่งเสริมการยืดหยุ่นของร่างกาย รวมถึงการนวดสปา ซึ่งช่วยให้เกิดการผ่อนคลายจากความตึงเครียด การนวดอบประคบสมุนไพรและนวดแผนไทยก็ได้รับความนิยมในกลุ่มนักท่องเที่ยว เนื่องจากกิจกรรมเหล่านี้มีความสัมพันธ์โดยตรงกับการฟื้นฟูร่างกายและจิตใจ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มนักท่องเที่ยวที่มีอายุต่างกัน ซึ่งไม่ต้องการกิจกรรมที่มีความเสี่ยงหรือโหดโผน ดังนั้นกิจกรรมที่มีลักษณะผ่อนคลายทางด้านร่างกายจึงตอบโจทย์ความต้องการและความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวในมิติเชิงสุขภาพทางด้านร่างกายได้อย่างเหมาะสม

รูปแบบกิจกรรมการท่องเที่ยวที่ส่งเสริมสุขภาพทางด้านจิตใจ

จากการสัมภาษณ์เชิงลึกเพื่อสอบถามความคิดเห็น พบว่า นักท่องเที่ยวส่วนใหญ่ต้องการพัฒนาจิตใจที่ช่วยลดความวิตกกังวลและความเครียดระหว่างการมาทำกิจกรรมท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ นักท่องเที่ยวคาดหวังว่าจะได้สัมผัสกับประสบการณ์ที่ทำให้รู้สึกผ่อนคลายและสบายใจจากกิจกรรมต่าง ๆ

กิจกรรมการท่องเที่ยวควรออกแบบให้ส่งเสริมความรู้สึกเชิงบวก โดยเฉพาะสำหรับนักท่องเที่ยวที่มีความเครียดในชีวิตประจำวัน การเข้าร่วมกิจกรรมที่ทำให้รู้สึกผ่อนคลายจึงเป็นสิ่งสำคัญ อาทิ การเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนา เช่น การทำบุญ สวดมนต์ หรือการรับพรจากพระด้วนเป็นกิจกรรมที่สามารถสร้างความสงบในจิตใจ

นอกจากนี้ การได้สัมผัสกับธรรมชาติและการเรียนรู้วัฒนธรรมท้องถิ่นยังช่วยสร้างประสบการณ์ที่เสริมสร้างความสุขได้อีกด้วย รวมไปถึงการต้อนรับที่ดีจากเจ้าบ้าน การได้รับประทานอาหารพื้นบ้านเพื่อสุขภาพที่มีคุณค่าทางโภชนาการและรสชาติอร่อย รวมถึงการฟังดนตรีพื้นบ้านและการแสดงที่สะท้อนวัฒนธรรมท้องถิ่น ล้วนมีบทบาทสำคัญในการสร้างบรรยากาศที่ทำให้นักท่องเที่ยวรู้สึกเบิกบานใจ

โดยรวมแล้ว รูปแบบกิจกรรมที่มีลักษณะดังกล่าวไม่เพียงแต่ช่วยลดความวิตกกังวล แต่ยังช่วยส่งเสริมความเป็นอยู่ที่ดีในด้านจิตใจของนักท่องเที่ยวได้อย่างมีประสิทธิภาพ

รูปแบบกิจกรรมการท่องเที่ยวที่ส่งเสริมสุขภาพทางด้านอารมณ์

จากการสัมภาษณ์เชิงลึกเพื่อสอบถามความคิดเห็นของนักท่องเที่ยว พบว่า การท่องเที่ยวมีผลต่อการปรับเปลี่ยนอารมณ์ในเชิงบวกอย่างชัดเจน การออกไปสัมผัสกับสถานที่ใหม่ ๆ ที่มีบรรยากาศสวยงามและการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้คนสามารถสร้างความรู้สึกที่ดีได้อย่างมีนัยสำคัญ

เมื่อผู้วิจัยสัมภาษณ์ความต้องการรูปแบบกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพนักท่องเที่ยวนึกถึงรูปแบบกิจกรรมการท่องเที่ยวที่ส่งเสริมสุขภาพทางด้านอารมณ์ นักท่องเที่ยวกลุ่มตัวอย่างได้เสนอแนวทางหลากหลาย ประกอบด้วย:

1. การนวดสปา: กิจกรรมนี้สามารถช่วยลดความเครียดและเพิ่มความรู้สึกผ่อนคลายได้

2. การเรียนรู้เกี่ยวกับสมุนไพร: การศึกษาและใช้ประโยชน์จากสมุนไพรสามารถช่วยเสริมสร้างสุขภาพทางกายและอารมณ์ได้

3. กิจกรรมลดความตึงเครียด: กิจกรรมที่มุ่งเน้นการผ่อนคลาย เช่น การฝึกสมาธิหรือโยคะในธรรมชาติ

4. การอยู่ท่ามกลางธรรมชาติ: การสัมผัสสภาพแวดล้อมที่เงียบสงบและสวยงาม ช่วยลดความวิตกกังวลและเพิ่มความสุขได้

5. การมีปฏิสัมพันธ์กับชุมชน: การได้สัมผัสกับวัฒนธรรมท้องถิ่น รวมถึงการลิ้มรสอาหารที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ

กิจกรรมเหล่านี้ไม่เพียงส่งเสริมสุขภาพทางด้านอารมณ์ แต่ยังสร้างความรู้สึกร่วมกันเป็นมิตรไมตรีและความเชื่อมโยงระหว่างบุคคล ซึ่งมีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักท่องเที่ยวในภาพรวมได้

รูปแบบกิจกรรมการท่องเที่ยวที่ส่งเสริมสุขภาพทางด้านสังคม

กิจกรรมการท่องเที่ยวมีบทบาทสำคัญสำหรับการส่งเสริมสุขภาพทางด้านสังคม การได้พบปะกับบุคคลใหม่ ๆ และเจ้าของพื้นที่ที่เป็นมิตร ช่วยลดความรู้สึกวิตกกังวลและเพิ่มความเชื่อมั่นในการเข้าสู่ชุมชนที่ไม่เคยไปมาก่อน นักท่องเที่ยวส่วนใหญ่แสดงความเห็นว่าการสร้างความสัมพันธ์กับเจ้าบ้านถือเป็นจุดเริ่มต้นสำคัญในการสำรวจสังคมใหม่ ๆ

กิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพสามารถจัดให้มีการสัมผัสวิถีชีวิตและความเป็นอยู่ของชุมชน โดยนักท่องเที่ยวมีโอกาสพูดคุยและสอบถามข้อมูลเกี่ยวกับการใช้สมุนไพรและภูมิปัญญาท้องถิ่น นอกจากนี้การทำอาหารเพื่อสุขภาพร่วมกัน หรือการรับประทานอาหารในกลุ่ม สามารถเสริมสร้างความสัมพันธ์ระหว่างนักท่องเที่ยวและคนในชุมชน รวมถึงการจัดกิจกรรมกลุ่มที่สร้างสรรค์ เช่น การทำผลิตภัณฑ์จากสมุนไพรอย่างง่าย เพื่อให้เกิดความใกล้ชิดระหว่างนักท่องเที่ยวที่ไม่รู้จักกันมาก่อน

สำหรับนักท่องเที่ยวที่เดินทางมากับครอบครัว กิจกรรมกลุ่มเหล่านี้ยังช่วยส่งเสริมความสัมพันธ์ภายในครอบครัว ซึ่งส่งผลดีต่อสุขภาพทางด้านสังคมของทุกคนในครอบครัว

รูปแบบกิจกรรมการท่องเที่ยวที่ส่งเสริมสุขภาพทางด้านจิตวิญญาณ

กิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่มีเป้าหมายส่งเสริมสุขภาพทางด้านจิตวิญญาณได้รับความสนใจจากนักท่องเที่ยวจำนวนมาก โดยมีแก่นคือการทำสมาธิเพื่อฟื้นฟูจิตวิญญาณและสร้างความตระหนักรู้ในชีวิต นอกจากนี้ การเดินทางเพื่อเข้าใจธรรมชาติของมนุษย์ ตลอดจนคุณค่าของตนเองและผู้อื่น ยังถือเป็นส่วนสำคัญในการเติมเต็มชีวิตให้มีความสมบูรณ์และสมดุล

ตัวอย่างกิจกรรมที่นักท่องเที่ยวต้องการเห็นในการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ได้แก่ การทำกิจกรรมที่เรียกขวัญและกำลังใจ เช่น การทำพิธีบายศรีสู่ขวัญ ซึ่งเป็นประเพณีที่มีความหมายทางจิตวิญญาณในวัฒนธรรมอีสาน การผูกข้อมือเป็นพิธีกรรมที่มีความเชื่อว่าเป็นการเรียกขวัญให้กลับคืนมา และมีการขอพรเพื่อความเป็นสิริมงคล เช่น ข้อความที่ว่า "ผูกเบี่ยงซ้ายให้ขวัญเจ้ามา ผูกเบี่ยงขวาให้ขวัญอยู่" เป็นต้น

การจัดกิจกรรมในบรรยากาศสงบ เช่น การเดินจงกรมหรือทำสมาธิ ก็เป็นอีกหนึ่งวิธีที่ช่วยฟื้นฟูจิตวิญญาณของนักท่องเที่ยว การสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการทำสมาธิและการเรียนรู้เกี่ยวกับชีวิตผ่านกิจกรรมต่าง ๆ จะช่วยให้นักท่องเที่ยวได้รับประสบการณ์ที่ลึกซึ้งและสร้างความตระหนักรู้ที่มีคุณค่าในชีวิตได้

ผลสะท้อนจากการวิเคราะห์ข้อมูล

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์เชิงลึกใน 3 ประเด็น ทำให้ผู้วิจัยทราบถึงความต้องการของนักท่องเที่ยว ซึ่งสามารถนำมาประยุกต์เพื่อนำเสนอแนวทางการพัฒนาเมืองสมุนไพรในจังหวัดมหาสารคามให้เหมาะสมกับนักท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในอนาคต ตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 2 เพื่อสร้างประโยชน์ให้กับชุมชนปฏิบัติการวิจัยในครั้งนี้

ผลการวิจัยตอบวัตถุประสงค์ข้อที่ 2 เพื่อนำเสนอแนวทางการพัฒนาเมืองสมุนไพรในจังหวัดมหาสารคามให้เหมาะสมกับนักท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในอนาคต ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมกับชุมชน และได้ออกแบบรูปแบบกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ โปรแกรม 1 วัน (ไม่ค้างคืน) โดยผู้วิจัยได้วิเคราะห์ผลร่วมกับชุมชนตัวอย่างโปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ เป็นดังนี้

โปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ชุมชนสมุนไพรไร้สไตส์ ตำบลแคน อำเภอลำปำ
จังหวัดมหาสารคาม (One Day Trip)

08.30 น. - 09.00 น.	ตัวแทนชุมชนกล่าวต้อนรับนักท่องเที่ยว และนำข้อมูลชุมชน
09.00 น. - 09.30 น.	กิจกรรมเยี่ยมชมวัดและไหว้พระ รับพร ถวายสังฆทานยา
	สมุนไพรและต้นสมุนไพร รวมทั้งกล่าวประวัติความเป็นมาอัน
	เก่าแก่ของวัดและชุมชน เล่าเรื่องความศักดิ์สิทธิ์มนต์ขลัง
09.30 น. - 09.45 น.	นำนักท่องเที่ยวมาถึงศาลาปฏิบัติกรรมฐานและร่วมพูดคุยกับ
	คนในชุมชน
09.45 น. - 10.00 น.	พักรับประทานอาหารว่างและน้ำสมุนไพรเพื่อสุขภาพ
10.00 น. - 12.00 น.	วิทยากรแนะนำประวัติความเป็นมา ให้ความรู้เรื่องการปลูก
	สมุนไพร กิจกรรมเดินชมสวนสมุนไพรเกษตรอินทรีย์ และเรียนรู้
	เทคนิค การปลูกพืชสมุนไพร
12.00 น. - 13.00 น.	รับประทานอาหารกลางวันเมนูอาหารพื้นถิ่นเพื่อสุขภาพ
13.00 น. - 15.00 น.	ทำกิจกรรมผลิตภัณฑ์แปรรูปสมุนไพรชั้น ยามหอมสมุนไพร
15.00 น. - 16.00 น.	กิจกรรมนวดผ่อนคลายและสปาเท้า
16.00 น. - 16.30 น.	ผูกข้อมือนักท่องเที่ยวกลับบ้านอย่างปลอดภัย

สรุปและอภิปรายผล

ผลจากการสัมภาษณ์สะท้อนให้เห็นว่าความต้องการของนักท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ มุ่งเน้นไปที่การผ่อนคลาย ลดความเครียด และการสร้างสมดุลทั้งทางร่างกายและจิตใจ รูปแบบกิจกรรมที่ไม่โดดเด่นและเข้าถึงง่ายเป็นสิ่งที่ตอบสนองความต้องการของกลุ่มเป้าหมายได้ดี โดยเฉพาะกิจกรรมที่สอดคล้องกับวัฒนธรรมท้องถิ่น การเชื่อมโยงกับชุมชน และการสัมผัสวิถีธรรมชาติ การวิเคราะห์ข้อมูลเหล่านี้สามารถนำมาใช้ในการพัฒนาเมืองสมุนไพรของจังหวัดมหาสารคามให้เป็นแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่มีเอกลักษณ์ได้

การศึกษานี้วิเคราะห์รูปแบบกิจกรรมการท่องเที่ยวที่ส่งเสริมสุขภาพในมิติต่าง ๆ โดยเน้นการสัมภาษณ์เชิงลึกกับนักท่องเที่ยวเพื่อนำข้อมูลมาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาเมืองสมุนไพรที่จังหวัดมหาสารคาม โดยแบ่งกิจกรรมออกเป็น 5 ด้าน ได้แก่ สุขภาพทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและจิต

วิญญาน โดยรูปแบบกิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาพทางด้านร่างกาย นักท่องเที่ยวให้ความสนใจในกิจกรรมที่ไม่ใช้แรงมากเกินไป เช่น การเดินชมสวนสมุนไพร การยืดเส้นโยคะเบา ๆ หรือการนวดซึ่งช่วยผ่อนคลายกล้ามเนื้อและฟื้นฟูสุขภาพกายและใจ กิจกรรมเหล่านี้เน้นการลดความเหนื่อยล้าและให้ความรู้สึกสดชื่นเหมาะสำหรับนักท่องเที่ยวทุกกลุ่มอายุ สอดคล้องกับ ธัญยาภรณ์ อธิพงษ์ (2564) ที่ศึกษาเรื่องแนวทางการพัฒนากิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพอย่างสร้างสรรค์ พบว่า กิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่นักท่องเที่ยวมีส่วนร่วม กิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่นักท่องเที่ยวได้สัมผัสในการทำกิจกรรมกับชุมชนโดยตรง และกิจกรรมการท่องเที่ยวที่นักท่องเที่ยวมีส่วนร่วมในการออกแบบกิจกรรมภายในชุมชน อยู่ในระดับมากที่สุด รายการนำเที่ยวเชิงสุขภาพอย่างสร้างสรรค์ชุมชนบ้านลำโรง ประกอบด้วยฐานปลูกผักเรียนรู้การปลูกผักปลอดสาร โดยจะเป็นกิจกรรมที่ใช้กำลังไม่มากนัก

รูปแบบกิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาพทางด้านจิตใจนักท่องเที่ยวมองหากิจกรรมที่ช่วยลดความเครียด เช่น การทำบุญ สวดมนต์ การสัมผัสธรรมชาติ และการเรียนรู้วัฒนธรรมท้องถิ่น การต้อนรับที่ดีจากชุมชน รวมถึงการได้รับประทานอาหารพื้นบ้าน ล้วนสร้างความรู้สึกผ่อนคลายและความสงบใจ สอดคล้องกับผลงานวิจัยของ ชันพี ไท และคณะ (2566) ที่ศึกษาเรื่อง แนวทางการพัฒนาศักยภาพการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ จังหวัดอุบลราชธานี เพื่อรองรับนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติ ผลสัมฤทธิ์เกี่ยวกับพฤติกรรมนักท่องเที่ยว ดังนี้ 1) การเดินทางท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ เพื่อรักษาบำบัดและอาจจะแวะท่องเที่ยวตามแหล่งท่องเที่ยวต่าง ๆ ระหว่างทาง 2) การเดินทางท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ เพื่อพักผ่อนหย่อนใจ และรวมถึงการใช้บริการเพิ่ม เช่น สปา หรืออบนวด และกิจกรรมต่าง ๆ ที่ทำแล้วทำให้สุขภาพจิตดีขึ้น

สำหรับรูปแบบกิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาพทางด้านอารมณ์ การได้สัมผัสสถานที่ใหม่ ๆ ธรรมชาติที่งดงาม และการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้คน ช่วยสร้างอารมณ์เชิงบวกและเพิ่มความสุข นักท่องเที่ยวสนใจในกิจกรรมการนวดสปา การเรียนรู้สมุนไพร และกิจกรรมลดความเครียดในธรรมชาติ การปฏิสัมพันธ์กับชุมชนยังช่วยเสริมสุขภาพทางอารมณ์ ส่วนรูปแบบกิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาพทาง ด้านสังคม กิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพยังมีบทบาทในการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างนักท่องเที่ยวและคนในชุมชน การทำอาหารร่วมกัน การทำกิจกรรมกลุ่ม เช่น การผลิตผลิตภัณฑ์จากสมุนไพร ส่งเสริมการเชื่อมโยงทางสังคม นักท่องเที่ยวที่เดินทางเป็นกลุ่มครอบครัวยังพบว่ากิจกรรมเหล่านี้ช่วยเสริมสร้างความสัมพันธ์ภายในครอบครัว สอดคล้องกับ White et al. (2019) ที่กล่าวว่า กิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับธรรมชาติและความเป็นอยู่ทางอารมณ์ การใช้เวลาทำกิจกรรมในสภาพแวดล้อมธรรมชาติมีผลดีอย่างมากต่อความเป็นอยู่ทางอารมณ์ กิจกรรม เช่น การอาบป่า (Forest Bathing) การทำสวน และกิจกรรมกลุ่มกลางแจ้ง เช่น การอนุรักษ์ธรรมชาติ ช่วยลดความวิตกกังวล ปรับปรุงอารมณ์ และส่งเสริมความรู้สึกเชิงบวก โดยเฉพาะเมื่อทำเป็นกลุ่ม กิจกรรมเหล่านี้ยังเสริมสร้างการสนับสนุนทางอารมณ์และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ซึ่งช่วยเสริมสุขภาพทั้งทางด้านอารมณ์และสังคมโดยรวมของบุคคลได้

สำหรับรูปแบบกิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาพทางด้านจิตวิญญาณ นักท่องเที่ยวต้องการกิจกรรมที่เสริมสร้างจิตวิญญาณ เช่น การทำสมาธิในธรรมชาติ การทำพิธีบายศรีสู่ขวัญ การผูกข้อมือเพื่อเรียกขวัญ ซึ่งเป็นประเพณีที่มีความหมายเชิงจิตวิญญาณ การทำกิจกรรมเหล่านี้ในบรรยากาศสงบสามารถฟื้นฟูจิตวิญญาณและสร้างความตระหนักรู้ในชีวิตรับได้ สอดคล้องกับ สรวิพร สุริยชัย และสุวารี นามวงศ์ (2563) ที่ศึกษาเรื่อง การพัฒนาจุดหมายปลายทางแหล่งท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณกับพฤติกรรมนักท่องเที่ยวในจังหวัดเชียงใหม่ โดยสัมภาษณ์เชิงลึกกับนักท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณ พบว่า การสร้างสิ่งดึงดูดใจของการท่องเที่ยว

เชิงจิตวิญญาณ คือ การท่องเที่ยวที่มุ่งเน้นการแก้ไข หรือปรับปรุงการดำเนินชีวิตประจำวันของนักท่องเที่ยวที่เห็นว่าเป็นปัญหา โดยกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณ จะผ่านการทำสมาธิ ได้มีจิตใจที่สงบและอยู่กับตนเอง โดยคุณลักษณะของสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมแก่การทำกิจกรรมดังกล่าว เช่น การมีสภาพแวดล้อมที่เงียบสงบ เป็นต้น เป็นสิ่งที่นักท่องเที่ยวได้ให้ความสำคัญอย่างมาก

ข้อเสนอแนะ

1. แนวทางการพัฒนาเมืองสมุนไพรในจังหวัดมหาสารคามเพื่อดึงดูดตลาดนักท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ควรให้ความสำคัญกับภาพลักษณ์ในเชิงนามธรรมก่อน คือ ภาพลักษณ์ด้านความเป็นมิตรและความเป็นเจ้าบ้านที่ดี การต้อนรับที่ดี เป็นกันเองกับนักท่องเที่ยว เนื่องจากเป็นสิ่งที่จะทำให้นักท่องเที่ยวประทับใจในเสน่ห์ของการเป็นเจ้าบ้าน นับเป็นภาพลักษณ์ที่จะสื่อสารไปยังนักท่องเที่ยวได้โดยง่าย
2. หน่วยงานภาครัฐ ควรสนับสนุนการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพโดยชุมชน เช่น การจัดมหกรรมเมืองสมุนไพรเพื่อสร้างการรับรู้ให้กับประชาชนในพื้นที่และนักท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ นำเสนอโปรแกรมการท่องเที่ยวที่น่าสนใจ นำเสนอผลิตภัณฑ์แปรรูปสมุนไพรจากชุมชน โดยภาครัฐเป็นหน่วยงานหลักในการขับเคลื่อนและประชาสัมพันธ์
3. เครือข่ายการท่องเที่ยวในพื้นที่ควรหาพันธมิตร เช่น บริษัทนำเที่ยวที่มุ่งเน้นกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพเป็นหลัก เป็นตัวกลางในการหาตลาดนักท่องเที่ยว หรือพัฒนาตลาดนักท่องเที่ยวเชิงสุขภาพให้กับพื้นที่
4. ประชาชนในพื้นที่ ต้องช่วยกันสื่อสารด้านภาพลักษณ์ให้นักท่องเที่ยวรับรู้ เป็นมิตรกับนักท่องเที่ยว เป็นเจ้าบ้านที่ดี นำเสนอจุดเด่นของการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพให้เกิดความน่าสนใจผ่านเสน่ห์ของชุมชน สร้างจุดขายที่สามารถสื่อสารกับนักท่องเที่ยวได้
5. การศึกษาครั้งต่อไป การเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง ควรเก็บข้อมูลเชิงปริมาณด้วย เพื่อจะได้ข้อมูลที่ชัดเจนมากยิ่งขึ้น

เอกสารอ้างอิง

- กระทรวงสาธารณสุข. (2560). *ระดับความสำเร็จในการพัฒนาเมืองสมุนไพร*. สืบค้นจาก <http://healthkpi.moph.go.th/kpi2/kpi-list/view/?id=1036>
- การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย. (2565) Wellness Tourism การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ เมื่อการมีสุขภาพที่ดีเป็นโอกาสของการท่องเที่ยว. สืบค้นจาก <https://tatacademy.com/th/articles/article/1f96f700-896a-4f19-845f-f39e00ccf650#>
- เกตุกนก พงษ์นุรักษ์ และ เกษตรชัย และหิม. (2566) ความต้องการใช้ประโยชน์จากสมุนไพรในอดีต ปัจจุบัน และอนาคตของประชาชน ในอำเภอสิงหนคร จังหวัดสงขลา. *วารสารมหาวิทยาลัยราชภัฏยะลา*, 18(3), 136-146.
- ชูชัย สมितिไกร. (2553). *พฤติกรรมผู้บริโภค*. กรุงเทพมหานคร: วีพริ้นท์ (1991).
- ชันฟี ไท, กุลวดี ละม้ายจีน, และ รัตนะ ปัญญาภา. (2566). แนวทางการพัฒนาศักยภาพการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพจังหวัดอุบลราชธานีเพื่อรองรับนักท่องเที่ยวชาวกัมพูชา. *วารสารการบริหารการปกครองและนวัตกรรมท้องถิ่น*, 7(1), 223-242.

- ทิพพา ลุนเผ่, วชิรินทร์ สุทธิชัย, และ เสาวลักษณ์ นิกรพิทยา. (2562) รูปแบบภูมิปัญญาท้องถิ่นหมอนพื้นบ้าน ด้านสมุนไพรจังหวัดมหาสารคาม. *วารสารบัณฑิตศึกษาปริทรรศน์ วิทยาลัยสงฆ์ นครสวรรค์*, 7(2), 1-16.
- ธัญยาภรณ์ อธิพงษ์. (2564) แนวทางการพัฒนากิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพอย่างสร้างสรรค์บ้านสำโรง อำเภอเมือง จังหวัดสุรินทร์. *วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี*.
- บดินทร์ ชะตะเวที. (2565). สมุนไพร ยาไทย ใช้ได้ทุกฤดู. สืบค้นจาก <https://www.ttmed.psu.ac.th/th/blog/301>
- บุญเลิศ จิตตั้งวัฒนา. (2555). พฤติกรรมนักท่องเที่ยว. นนทบุรี: เพิร์นข้าหลวงพรินต์ติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง.
- พิษเนศ ต๊ะปวง. (2565) รายงานผลการตรวจติดตามการพัฒนาเมืองสมุนไพร ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2565. สำนักนายกรัฐมนตรี เขตตรวจราชการที่ 12.
- สรัญพร สุวิชัย และ สุวารี นามวงศ์. (2563) การพัฒนาจุดหมายปลายทางแหล่งท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณกับพฤติกรรมนักท่องเที่ยวในจังหวัดเชียงใหม่. *วารสารวิทยาลัยดุสิตธานี*, 14(1), 145-164.
- Global Wellness Institute. (2021). *The Global Wellness Economy: Looking Beyond COVID*. Retrieved from https://globalwellnessinstitute.org/wp-content/uploads/2022/02/GWI-WE-Monitor-2021_Wellness-Tourism.pdf
- Global Wellness Institute. (2023). *The Global Wellness Economy Reaches a Record \$5.6 Trillion And It's Forecast to Hit \$8.5 Trillion by 2027*. Retrieved January 30, 2024, from <https://globalwellnessinstitute.org/press-room/press-releases/globalwellnesseconomymonitor2023/>.
- Sundel, M., & Sundel, S. (2004). *Behavior change in the human services* (5th ed.). Thousand Oaks, CA: Sage.
- White, M. P., Alcock, I., Grellier, J., Wheeler, B. W., Hartig, T., Warber, S. L., ... & Fleming, L. E. (2019). Spending at least 120 minutes a week in nature is associated with good health and wellbeing. *Scientific reports*, 9(1), 1-11.