



การสร้างโมเดลความสุขผ่านเส้นทางท่องเที่ยวของ
นักท่องเที่ยวสูงอายุพื้นที่ขุนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี
Creating a happiness model through the travel route
of elderly tourists, Khun Talay area, Surat Thani.

ยกสมน เจ๊ะเฮงและคณะ

งานวิจัยนี้ได้รับทุนสนับสนุนการวิจัย
จากสำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมวิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม (สกว.)
(เมษายน 2567)

การสร้างโมเดลความสุขผ่านเส้นทางท่องเที่ยวของ
นักท่องเที่ยวสูงอายุพื้นที่ขุนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี

Creating a happiness model through the travel route
of elderly tourists, Khun Talay area, Surat Thani.

ยกสมน เจ๊ะเฮงและคณะ

งานวิจัยนี้ได้รับทุนสนับสนุนการวิจัย
จากสำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมวิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม (สกสว.)
(เมษายน 2567)

บทสรุปผู้บริหาร

บทสรุปผู้บริหารในงานวิจัยการสร้างโมเดลความสุขผ่านเส้นทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุในพื้นที่ขุนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี เกิดจากการศึกษาและวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการสำรวจและสัมภาษณ์กับกลุ่มเป้าหมายโดยตรง โดยผลการวิจัยได้เสนอโมเดลที่ช่วยในการเพิ่มพูนความสุขและคุณภาพชีวิตของนักท่องเที่ยวสูงอายุในพื้นที่ดังกล่าวได้อย่างมีประสิทธิภาพ ผลลัพธ์จากการวิจัยช่วยให้เข้าใจถึงความต้องการและความพึงพอใจของกลุ่มเป้าหมาย และเป็นแนวทางสำคัญในการวางแผนกิจกรรมท่องเที่ยวและการพัฒนานโยบายขององค์กรต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง ทั้งนี้ ผลการวิจัยยังสามารถนำไปปรับใช้ในการพัฒนาสถานที่ท่องเที่ยวให้เหมาะสมกับความต้องการของนักท่องเที่ยวสูงอายุอีกด้วย ดังนั้น ผลการวิจัยนี้เป็นประโยชน์อย่างมากต่อการพัฒนาท่องเที่ยวในพื้นที่ขุนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี และเป็นแนวทางสำคัญในการสร้างความสุขและคุณภาพชีวิตของนักท่องเที่ยวสูงอายุในประเทศไทยในอนาคต

กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยเล่มนี้ได้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยดี โดยมีผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน ได้แก่ ผศ.เบญญา จริยวิจิตร วิทยาลัยนานาชาติการท่องเที่ยว มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี ดร.ปิ่นฤทัย คงทอง ทอง คณะศิลปศาสตร์และวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตสุราษฎร์ธานีและ คุณบุญรักษ์ นირภัย นักวิเคราะห์นโยบายและแผนปฏิบัติการ สำนักงานการท่องเที่ยวและกีฬา จ.สุราษฎร์ธานี

ทั้งนี้ มีผู้ทรงคุณวุฒิเพิ่มเติมช่วงระยะเวลาในการทำวิจัย ที่ได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้กันและกันจนทำให้ครั้งนี้เสร็จสิ้นอย่างสมบูรณ์ ผู้เข้าร่วมวิจัยที่เป็นผู้สูงอายุและทีมงานที่เกี่ยวข้อง

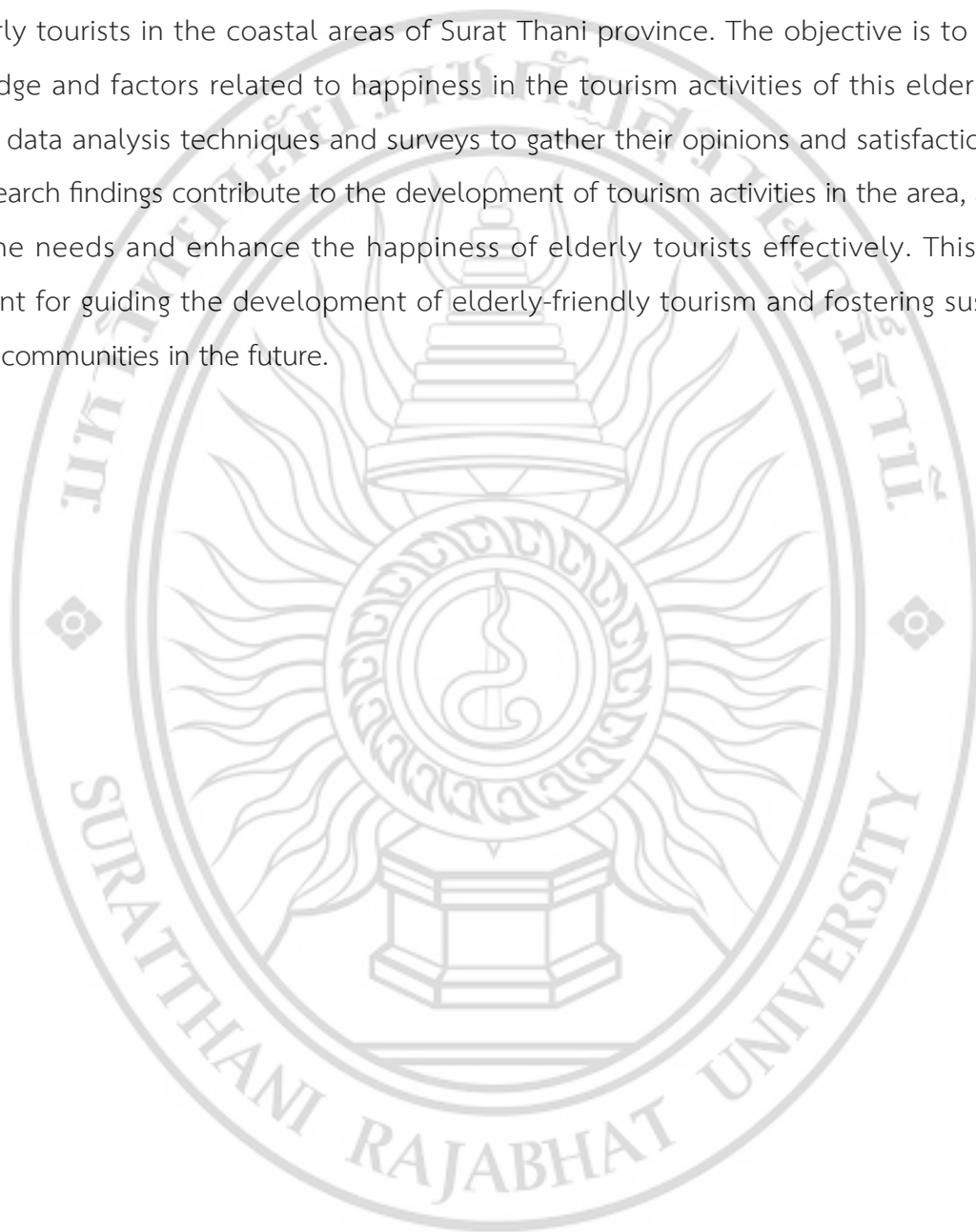
นอกจากนี้ ยังมีคุณพระศรีรัตนตรัยที่ช่วยยึดเหนี่ยวจิตใจให้มีความแข็งแรงไม่ท้อถอยในการทำงานแต่ละชิ้นงาน กำลังใจจากคุณพ่อและคุณแม่ ครอบครัว ทีมนักวิจัยและเพื่อนร่วมงานที่อำนวยความสะดวกทั้งด้านเอกสารและระบบงานต่าง ๆ อีกด้วย

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มุ่งเน้นที่การสร้างโมเดลความสุขผ่านเส้นทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุในพื้นที่ ชุนทะเล จังหวัดสุราษฎร์ธานี โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างองค์ความรู้และปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการสร้างความสุขในการท่องเที่ยวของกลุ่มผู้สูงอายุนี้ โดยใช้เทคนิคการวิเคราะห์ข้อมูลและการสำรวจผ่านการสอบถามเพื่อหาความคิดเห็นและความพึงพอใจของกลุ่มเป้าหมาย ผลการวิจัยช่วยในการพัฒนากิจกรรมท่องเที่ยวในพื้นที่เพื่อตอบสนองความต้องการและเพิ่มพูนความสุขแก่นักท่องเที่ยวสูงอายุอย่างมีประสิทธิภาพ งานวิจัยนี้มีความสำคัญในการนำไปสู่การพัฒนาท่องเที่ยวที่เป็นมิตรต่อกลุ่มผู้สูงอายุและเป็นแนวทางสำคัญในการสร้างสังคมท่องเที่ยวที่เชื่อมโยงและเติบโตอย่างยั่งยืนในอนาคต

Abstract

This research focuses on creating a model of happiness through the travel experiences of elderly tourists in the coastal areas of Surat Thani province. The objective is to generate knowledge and factors related to happiness in the tourism activities of this elderly group, utilizing data analysis techniques and surveys to gather their opinions and satisfaction levels. The research findings contribute to the development of tourism activities in the area, aiming to meet the needs and enhance the happiness of elderly tourists effectively. This study is significant for guiding the development of elderly-friendly tourism and fostering sustainable tourism communities in the future.



สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	ข
กิตติกรรมประกาศ	ค
สารบัญ	ง
สารบัญภาพ	จ
สารบัญตาราง	ฉ
บทที่ 1 ความเป็นมาและความสำคัญ	1
วัตถุประสงค์ของโครงการวิจัย	2
ขอบเขตของโครงการวิจัย.....	3
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	4
กรอบแนวคิดของโครงการวิจัย.....	4
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	5
บทที่ 2 การทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง	9
ข้อมูลทั่วไปของจังหวัดสุราษฎร์ธานี	7
การท่องเที่ยวเชิงกิจกรรม.....	11
เส้นทางการท่องเที่ยว.....	16
กลุ่มนักท่องเที่ยวสูงอายุ.....	18
แนวคิดและทฤษฎีการสร้างโมเดล.....	19
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	24
บทที่ 3 ระเบียบวิธีวิจัย	30
การวิจัยเชิงคุณภาพ	30
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	34
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	34

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 4 สรุปผล	35
ผลการศึกษาวัตถุประสงค์ที่ 1	35
ผลการศึกษาวัตถุประสงค์ที่ 2	37
ผลการศึกษาวัตถุประสงค์ที่ 3	38
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัยและอภิปรายผล	40
สรุปผลการวิจัย	41
อภิปรายผล	43
ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย	46
การนำผลงานวิจัยไปใช้ประโยชน์	47
บรรณานุกรม	48
ภาคผนวก	
ภาคผนวก ก แบบสอบถาม	76
ประวัติผู้ศึกษา	79

สารบัญภาพ

หน้า

ภาพที่ 1.1 กรอบแนวคิด	4
ภาพที่ 2.1 สถิติผู้เยี่ยมเยือนด้านการท่องเที่ยวของจังหวัดสุราษฎร์ธานี พ.ศ.2561-2563	11



สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 2.1 กิจกรรมการท่องเที่ยวพื้นที่ชุ่มทะเล.....	10
ตารางที่ 3.1 ประเด็นด้านอาชญากรรมนักท่องเที่ยวต่างชาติเกาะเต่า	32



บทที่ 1

บทนำ

1. ความสำคัญและที่มาของปัญหา

จากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 หรือโรคโควิด-19 (COVID-19) เป็นไวรัสสายพันธุ์ใหม่ที่แพร่กระจายจากคนสู่คน ส่งผลกระทบต่อสุขภาพและชีวิตของประชาชนทั่วโลก รัฐบาลหลายประเทศมีมาตรการและยกระดับมาตรการการควบคุมและป้องกันการระบาดของโรคโควิด-19 เช่น การขอความร่วมมือให้ประชาชนอยู่ในที่อยู่อาศัย มีการประกาศจำกัดการเดินทางระหว่างเมือง มาตรการปิดประเทศ ระงับการเดินทางเข้าประเทศ ของชาวต่างชาติเป็นการชั่วคราว (กองเศรษฐกิจการท่องเที่ยวและกีฬา, 2563)

ผลกระทบที่ตามมาของการระบาดโควิด-19 คือผลกระทบต่อเศรษฐกิจของประเทศ รวมถึงภาคอุตสาหกรรมการท่องเที่ยว ก็ได้รับผลกระทบเช่นเดียวกัน โดยพบว่า จำนวนนักท่องเที่ยวลดลง ร้อยละ 22.7 จากช่วงเดียวกันของปี 2562 (ศูนย์ปฏิบัติการภาวะฉุกเฉิน กรมควบคุมโรค, 2563) “แฮร์รี ฮว้าง” ผู้อำนวยการภูมิภาคเอเชียและแปซิฟิก องค์การท่องเที่ยวโลก (World Tourism Organization: WTO) ระบุว่า วิกฤตการณ์โควิด-19 ส่งผลกระทบอย่างมากต่อการท่องเที่ยวในปี 2563 ทำให้จำนวนนักท่องเที่ยวต่างชาติทั่วโลกลดลง 60-80% และส่งผลกระทบต่อรายได้จากนักท่องเที่ยวต่างชาติทั่วโลกให้ลดลงไปกว่า 850-1,100 ล้านเหรียญสหรัฐ การระบาดของโควิด-19 เป็นการ set zero ให้กับภาคการท่องเที่ยว ภายหลังสถานการณ์การระบาดโควิด-19 มีการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่ออุตสาหกรรมท่องเที่ยว การเพิ่มขึ้นของประชากรสูงอายุทั่วโลกทำให้มีความต้องการการปรับตัวในอุตสาหกรรมนี้เพื่อรองรับความต้องการเฉพาะของกลุ่มผู้สูงอายุ ซึ่งมีแนวโน้มในการท่องเที่ยวที่แตกต่างจากกลุ่มอายุอื่นๆ การพัฒนาเส้นทางท่องเที่ยวที่มีความปลอดภัยและสะดวกสบายสามารถช่วยให้ผู้สูงอายุมีโอกาสในการเข้าถึงและใช้ประโยชน์จากการท่องเที่ยวมากขึ้น ส่งผลต่อการปรับเปลี่ยนภาคการท่องเที่ยวโดยเน้นการท่องเที่ยวในกลุ่มที่คาดว่าจะมีความต้องการท่องเที่ยวเพิ่มขึ้นเป็นกลุ่มนักท่องเที่ยวสูงอายุ ซึ่งกลุ่มเหล่านี้จะมีการต่อยอดกิจกรรมที่มีศักยภาพในแต่ละด้าน เช่น ด้านธรรมชาติ ด้านวัฒนธรรม หรือด้านจิตวิญญาณ ควบคู่กับการสร้างกิจกรรมรูปแบบใหม่ เช่น การท่องเที่ยวเชิง

สุขภาพ การท่องเที่ยวที่ได้สัมผัสวิถีชีวิตคนท้องถิ่น เป็นต้น จะเป็นแรงจูงใจ และเพิ่มคุณค่าให้กับการท่องเที่ยว ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และจิตวิญญาณ

การศึกษาในกลุ่มนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุชาวไทย เน้นการท่องเที่ยวเพื่อพักผ่อนฟื้นฟูร่างกาย และจิตใจ นิยมท่องเที่ยวในประเทศ ใช้ระยะเวลาในการท่องเที่ยว 1-3 วัน นิยมการท่องเที่ยวในช่วงเทศกาล ประเพณี โดยไม่จำกัดว่าจะอยู่ในช่วงฤดูกาลไหนของประเทศ โดยมักเดินทางท่องเที่ยวไปกับบุตรหลาน หรือคนในครอบครัว นิยมกิจกรรมที่ได้ชมธรรมชาติ ทัศนียภาพงดงาม เช่น ป่าไม้ ภูเขา น้ำตก น้ำพุ ทะเล ซึ่งการท่องเที่ยวจะมี บุตรหลาน ญาติ และคนในครอบครัวเป็นคนหาข้อมูลและจัดการวางแผนการท่องเที่ยว ในส่วนของอาหารนั้นชื่นชอบอาหารเพื่อสุขภาพ เน้นการท่องเที่ยวที่มีเวลาพักผ่อนไม่เหน็ดเหนื่อยเกินไป พาหนะเดินทางที่ขึ้นลงสะดวก พื้นไม่สูง ประตุนิคมกว้าง ที่พักรีสอร์ทอำนวยความสะดวกที่ออกแบบสำหรับผู้สูงอายุ มีเจ้าหน้าที่นำเที่ยวที่มีความรู้ และควรมีความสามารถด้านการปฐมพยาบาล (วิลาสินี ยนต์วิทย์, 2562) เมื่อได้วิเคราะห์จากการลงพื้นที่ของบึงขุนทะเล ต. ขุนทะเล อ.เมือง จ. สุราษฎร์ธานี เป็น “บึงขุนทะเล” เป็นบึงน้ำจืดตามธรรมชาติขนาดใหญ่ ครอบคลุมพื้นที่กว่า 1,000 ไร่ มีอาณาเขตติดต่อกับพื้นที่สามตำบลของอำเภอเมืองสุราษฎร์ธานี ได้แก่ ตำบลมะขามเตี้ย ตำบลขุนทะเล และตำบลวัดประดู่ เป็นแหล่ง น้ำสำคัญใช้ในการกสิกรรมและมีความสำคัญในเชิงนิเวศวิทยา เป็นที่อาศัยของนกเป็ดน้ำ นกขมิ้นและปลาน้ำจืดหลายชนิด นอกจากนี้ยังมีทิวทัศน์ที่สวยงาม ตามธรรมชาติ มีศาลาสำหรับพักผ่อนหย่อนใจ สามารถใช้เป็นพื้นที่ออกกำลังกายก็ได้ ชมธรรมชาติก็ดี แล้วยังมีวิถีชุมชนด้วย โดยยังคงไว้ซึ่งความสัมพันธ์ที่ลงตัวระหว่างธรรมชาติที่สมบูรณ์ของพื้นที่และวิถีชีวิตของคนในชุมชน ซึ่งเป็นเหตุผลที่ทำให้สามารถพัฒนาได้ต่อเนื่อง

อย่างไรก็ตามการวิจัยเพื่อสร้างโมเดลความสุขผ่านเส้นทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุในพื้นที่ขุนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี มีความสำคัญต่อการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมในท้องถิ่น นอกจากนี้ ยังช่วยให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น และส่งเสริมการท่องเที่ยวอย่างยั่งยืนในพื้นที่อีกด้วย การสร้างเส้นทางท่องเที่ยวที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุไม่เพียงแต่เป็นการตอบสนองต่อการเปลี่ยนแปลงทางประชากรแต่ยังเป็นการเสริมสร้างความสามารถของอุตสาหกรรมท่องเที่ยวในระดับภูมิภาคและระดับประเทศ

2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

2.1 เพื่อสังเคราะห์องค์ความรู้และปัจจัยสร้างสุขจากการท่องเที่ยวด้านการสร้างความสุขจากการท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุ พื้นที่ขุนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี

2.2 เพื่อพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงกิจกรรมสำหรับเส้นทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุพื้นที่ขุนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี

2.3 เพื่อสร้างโมเดลความสุขผ่านเส้นทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุพื้นที่ขุนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี

3. ขอบเขตของการวิจัย

3.1 ขอบเขตพื้นที่

การศึกษาในครั้งนี้ได้กำหนดพื้นที่ที่บึงขุนทะเล อ.เมืองฯ จ.สุราษฎร์ธานี

3.2 ขอบเขตกลุ่มเป้าหมาย

ในการวิจัยครั้งนี้กลุ่มประชากรทั้งหมดเป็นทั้งตัวแทนของหน่วยงานภาครัฐ ภาคเอกชน ชุมชน ในพื้นที่ตำบลขุนทะเล จังหวัดสุราษฎร์ธานี ได้แก่

1. ผู้นำชุมชน ประชาชนชาวบ้าน
2. ตัวแทนประชาชน
3. ตัวแทนหน่วยงานภาครัฐ
4. ตัวแทนสถานประกอบการท่องเที่ยวในพื้นที่ ได้แก่ ร้านอาหาร ที่พัก
5. ตัวแทนสถานประกอบการนอกพื้นที่
6. ภาคส่วนอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง

3.3 ขอบเขตระยะเวลา

การศึกษาในครั้งนี้ได้กำหนดระยะเวลา 1 ปีงบประมาณ

3.4 ขอบเขตด้านเนื้อหา

เนื้อหาที่กำหนดศึกษามุ่งเน้นในประเด็นต่าง ๆ ดังนี้

3.4.1 การท่องเที่ยวเชิงกิจกรรมของนักท่องเที่ยวสูงอายุพื้นที่ขุนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี ประกอบด้วย 3 ประเด็น คือ 1) กิจกรรมด้านวัฒนธรรมและความเชื่อ เช่น ขอพรพ้อตาขุนทะเล ขอพระ

วัดสมหวัง ขอพรวัดทำอยู่ ตักบาตรทางน้ำ 108 องค์ และรดน้ำผู้สูงอายุนั่งชาเล้ง 2) กิจกรรมเกี่ยวกับวิถีชีวิต เช่น ให้อาหารลิง ยอยักษ์ เล่าความหวังตอนพระจันทร์เต็มดวง เรียนรู้และทดลองทำเกษตรผสมผสาน และเรียนรู้และทดลองทำขนมไทยพื้นบ้าน และ 3) กิจกรรมด้านส่งเสริมสุขภาพ เช่น ถ่ายรูปเซลฟี่กับแหล่งท่องเที่ยว บันจายาน เดินและวิ่ง แอโรบิค บาสโลบ และอาบแสงจันทร์

3.4.2 เส้นทางท่องเที่ยวของผู้สูงอายุ พื้นที่ขุนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี ประกอบด้วย 2 ประเด็น คือ 1) เส้นทางท่องเที่ยวทางบก เช่น ขับรถชมบึง ระบายสีตุ๊กตา วาดรูป เดินชมพันธุ์ไม้ และอุดหนุนสินค้าเกษตร และ 2) เส้นทางท่องเที่ยวทางน้ำ เช่น พาย Surf Board พายเรือ และล่องเรือชมบัวแดง

3.5 ขอบเขตด้านตัวแปร

3.5.1 ตัวแปรอิสระ (Independent Variables) คือ ความรู้การสร้างสุขจากการท่องเที่ยวด้านการสร้างความสุข

3.5.2 ตัวแปรคั่นกลาง (Mediator Variables) คือ ปัจจัยสร้างสุขจากการท่องเที่ยวด้านการสร้างความสุข

3.5.3 ตัวแปรตาม (Dependent Variables) คือ ความสุขในเส้นกิจกรรมการท่องเที่ยว

4. คำนิยามศัพท์เฉพาะ

4.1 การท่องเที่ยวเชิงกิจกรรมของนักท่องเที่ยวสูงอายุ หมายถึง กิจกรรมที่มีอยู่ในบริเวณพื้นที่ขุนทะเลและเหมาะสมกับนักท่องเที่ยวกลุ่มสูงอายุ

4.2 นักท่องเที่ยวสูงอายุที่สุขภาพแข็งแรงดี (Active Seniors) หมายถึง นักท่องเที่ยวอายุ 50 ปีขึ้นไปที่มีสุขภาพแข็งแรงดี ใส่ใจดูแลสุขภาพเป็นอย่างดี

4.3 โมเดลความสุข หมายถึง รูปแบบการจัดการเส้นทางกิจกรรมเพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ

5. กรอบแนวคิดการวิจัย

Goal	นำผลวิจัยไปเผยแพร่เพื่อประโยชน์ต่อสังคมอย่างเป็นรูปธรรม		
Issue	แผนงานวิจัยเชิงพื้นที่ (AREA BEASE RESEARCH)		
SRU	จุดเน้นที่ 2 ท้องที่ที่ยั่งยืน การสร้างเส้นทางท่องเที่ยว		
Topic	การสร้างโมเดลความสุขผ่านเส้นทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุพื้นที่ชุมชนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี		
Objectives	สังเคราะห์องค์ความรู้ด้านการสร้างความสุขจากทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุ	พัฒนากิจกรรมและโปรแกรมการท่องเที่ยวสำหรับเส้นทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุพื้นที่ชุมชนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี	สร้างโมเดลความสุขผ่านเส้นทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุพื้นที่ชุมชนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี (โครงการย่อย)
Variable	การสร้างความสุข เส้นทางท่องเที่ยว นักท่องเที่ยวสูงอายุ เส้นทางความสุข	กิจกรรมสร้างความสุข และ โปรแกรมการท่องเที่ยวสร้างความสุข	สร้างโมเดลความสุขผ่านเส้นทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุพื้นที่ชุมชนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี
Sampling	ตัวแทนธุรกิจนำเที่ยว นักท่องเที่ยวสูงอายุ นักสร้างความสุข มัคคุเทศก์ สถานประกอบการอื่นๆ	ตัวแทนธุรกิจนำเที่ยว นักท่องเที่ยวสูงอายุ นักสร้างความสุข มัคคุเทศก์ สถานประกอบการอื่นๆ	ตัวแทนธุรกิจนำเที่ยว นักท่องเที่ยวสูงอายุ นักสร้างความสุข มัคคุเทศก์
Research Method	กระบวนการคิดเชิงออกแบบ DESIGN THINKING กระบวนการวิจัยแบบมีส่วนร่วม วิธีการวิจัยแบบบูรณาการ ใช้เครื่องมือ แบบสัมภาษณ์ แบบสอบถาม แบบประเมินเส้นทางท่องเที่ยวความสุข		
Output	องค์ความรู้ด้านการสร้างความสุขและเส้นทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุ	รูปแบบกิจกรรม โปรแกรมการท่องเที่ยวสำหรับเส้นทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุพื้นที่ชุมชนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี	โมเดลความสุขผ่านเส้นทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุพื้นที่ชุมชนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี

ภาพที่ 1.1 กรอบแนวคิดการวิจัย

6. ประโยชน์ที่ได้รับ

- 6.1 ด้านวิชาการการนำผลงานวิจัยและนวัตกรรมไปใช้ประโยชน์ด้านวิชาการ การเผยแพร่ในในระดับชาติ
- 6.2 ด้านสังคมผลงานวิจัยนำไปใช้ประโยชน์ในการยกระดับคุณภาพชีวิตของคนในชุมชนได้
- 6.3 ด้านนโยบายผู้บริหารระดับท้องถิ่นสามารถ ผลักดัน/ส่งเสริมโดยใช้ฐานข้อมูลที่ได้พัฒนาให้เป็นแหล่งท่องเที่ยว ที่เป็นเอกลักษณ์ของท้องถิ่นได้
- 6.4 ด้านเศรษฐกิจผลงานวิจัยที่ได้ หากได้รับการพัฒนาต่อยอดจะสามารถช่วยสร้างรายได้ให้แก่คนในชุมชน

บทที่ 2

การทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

สำหรับแนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง การสร้างโมเดลความสุขผ่านเส้นทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุในพื้นที่ขุนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี โดยการศึกษาข้อมูลทั้งทุติยภูมิ (Secondary Data) และปฐมภูมิ (Primary Data) คือ การลงศึกษาข้อมูลบริบทของพื้นที่ โดยในบทนี้ประกอบด้วย โดยมีรายละเอียดต่อไปนี้

1. ข้อมูลทั่วไป

- 1.1 บริบทด้านการท่องเที่ยวพื้นที่ขุนทะเล
- 1.2 สถิตินักท่องเที่ยวในจังหวัดสุราษฎร์ธานี
- 1.3 กิจกรรมการท่องเที่ยวพื้นที่ขุนทะเล

2. การท่องเที่ยวเชิงกิจกรรม

- 2.1 ความหมายการท่องเที่ยวเชิงกิจกรรม
- 2.2 ความสำคัญการท่องเที่ยวเชิงกิจกรรม
- 2.3 การจัดการการท่องเที่ยวเชิงกิจกรรม
- 2.4 แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวเชิงกิจกรรม

3. เส้นทางท่องเที่ยว

- 3.1 ความหมายของเส้นทางท่องเที่ยว
- 3.2 ความสำคัญของเส้นทางท่องเที่ยว
- 3.3 การพัฒนาเส้นทางท่องเที่ยว
- 3.4 แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับเส้นทางท่องเที่ยว

4. กลุ่มนักท่องเที่ยวสูงอายุ

- 4.1 ความหมายของนักท่องเที่ยวสูงอายุ
- 4.2 พฤติกรรมนักท่องเที่ยวสูงอายุ
- 4.3 แนวคิดการท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุ

5. แนวคิดและทฤษฎีการสร้างโมเดลและความสุข

- 5.1 ความหมายของการสร้างและการพัฒนาโมเดล
- 5.2 ประเภทของโมเดล
- 5.3 แนวคิดและทฤษฎีความสุข

6. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการสร้างโมเดลความสุขผ่านเส้นทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุ พื้นที่ขุนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี
7. การสกัดตัวแปรที่ศึกษาจากงานวิจัยและการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

1. ข้อมูลทั่วไป

1.1 บริบทด้านการท่องเที่ยวพื้นที่ขุนทะเล

บริบทพื้นที่ด้านการท่องเที่ยวของจังหวัดสุราษฎร์ธานีและสถิตินักท่องเที่ยว ที่ตั้ง จังหวัดสุราษฎร์ธานีตั้งอยู่บนฝั่งตะวันออกของภาคใต้ ห่างจากกรุงเทพฯ ฯ โดยทางรถยนต์ประมาณ 645 กิโลเมตร มีเนื้อที่ประมาณ 13,079.61 ตารางกิโลเมตร หรือ 8,174,758.61ไร่ มีเนื้อที่มากเป็นอันดับ 6 ของประเทศ และมีพื้นที่มากที่สุดในภาคใต้ฝั่งทะเลด้านอ่าวไทยในจังหวัดสุราษฎร์ธานีมีความยาวประมาณ 156 กิโลเมตร มีเกาะขนาดใหญ่ ได้แก่ เกาะสมุย เนื้อที่ 227.25 ตารางกิโลเมตร เกาะพะงัน มีเนื้อที่ 194.2 ตารางกิโลเมตร นอกจากนี้ยังมีหมู่เกาะอ่างทอง และเกาะบริวาร 42 เกาะ เกาะสมุยเป็นเกาะที่ใหญ่ที่สุดในจังหวัดห่างจากชายฝั่งทะเลประมาณ 20 กิโลเมตร และห่างจาก ศาลากลางจังหวัด ประมาณ 80 กิโลเมตร ทิศเหนือ ติดต่อกับจังหวัดชุมพร และอ่าวไทย ทิศใต้ ติดต่อกับจังหวัดนครศรีธรรมราช และกระบี่ ทิศตะวันออก ติดต่อกับอ่าวไทย และจังหวัดนครศรีธรรมราช ทิศตะวันตก ติดต่อกับจังหวัดพังงา และระนอง

การคมนาคมขนส่ง จังหวัดสุราษฎร์ธานีมีทางหลวงแผ่นดิน และทางหลวงจังหวัด ตลอดจนเส้นทางมาตรฐานหลายสายที่สามารถใช้เดินทางติดต่อภายในจังหวัด และเดินทางสู่จังหวัดใกล้เคียงได้โดยสะดวก มีทางรถไฟสายใต้ผ่านท้องที่ต่าง ๆ ใน 8 อำเภอ มีสนามบิน 2 แห่ง คือ อำเภอพุนพิน และเกาะสมุย นอกจากนี้ ยังมีท่าเรือจัมโบ้เฟอร์ไว้รับส่งผู้โดยสารระหว่างดอนสัก –เกาะสมุย เนื่องจากมีท่าเทียบเรือขนาดกลางหลายแห่งตั้งอยู่ในเขตอำเภอเมืองสุราษฎร์ธานี จึงทำให้การคมนาคมขนส่งทางน้ำของจังหวัดมีความสะดวก

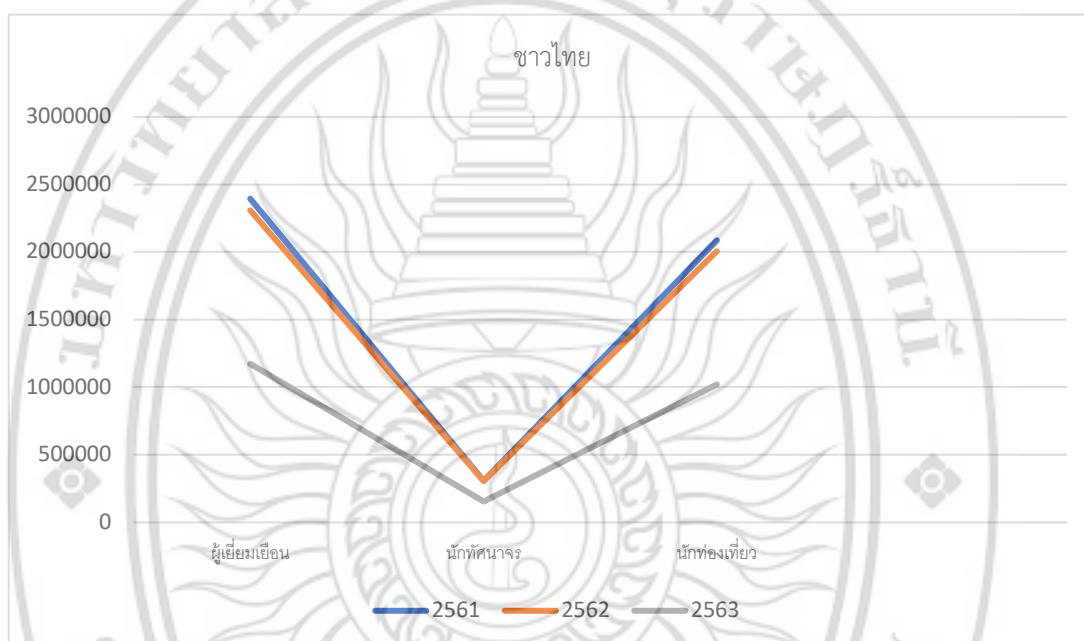
สถานที่ท่องเที่ยวที่น่าสนใจ ในจังหวัดสุราษฎร์ธานี จังหวัดสุราษฎร์ธานีเป็นจังหวัดที่มีสถานที่ท่องเที่ยวที่ดึงดูดความสนใจนักท่องเที่ยวอยู่มากได้แก่ เกาะสมุย เกาะพะงัน อุทยานแห่งชาติทางทะเล หมู่เกาะอ่างทอง เป็นดินแดนที่พร้อมไปด้วยความสวยงาม มีภูเขา มีน้ำตกหินลาดและน้ำตกหน้าเมืองที่สวยงาม มีความงดงามของชายหาด โดยเฉพาะอย่างยิ่ง หาดละไม หาดเฉวงและหาดรีน ซึ่งสถานที่ที่น่าสนใจดังกล่าวกระจายอยู่ตามอำเภอต่าง ๆ ทำให้จังหวัดสุราษฎร์ธานีได้เป็นพื้นที่ท่องเที่ยวที่สำคัญของภาคใต้ โดยมีนักท่องเที่ยวทั้งชาวไทย และชาวต่างชาติ เดินทางเข้ามาท่องเที่ยวเป็นจำนวนมาก และมากขึ้นทุกปี

แหล่งท่องเที่ยวในตัวจังหวัด มีสถานที่ที่เป็นแหล่งน้ำจืดที่คล้ายทะเลสาบขนาดใหญ่ที่สุดของ จังหวัดสุราษฎร์ธานี ตำนานที่เล่าขานกันว่าในอดีตเคยมีคนเห็นจระเข้ขนาดใหญ่มาก ในบึงขุนทะเล ที่เชื่อกันว่าเป็นพ่อขุนทะเล จนปัจจุบันมีศาลพ่อขุนทะเลเป็นรูปจระเข้ที่ชาวบ้านต่างให้ความเคารพ กราบไหว้ขอพรกันอย่างต่อเนื่อง มีเนื้อที่ประมาณ 1,270 ไร่ ระบบนิเวศแบบระบบเปิดรับน้ำจาก คลองสาขา ระบายน้ำออกจากบึงไหลลงสู่แม่น้ำตาปีทางด้านทิศเหนือของบึง ระบบน้ำบึงขุนทะเล ได้รับอิทธิพลของน้ำทะเลที่ขึ้นลงและรุกล้ำเข้ามาถึงในเขตบึงโดยเฉพาะช่วงฤดูแล้ง บึงขุนทะเลเป็น แหล่งน้ำสำคัญใช้ในการกสิกรรม นอกจากนี้ยังมีทิวทัศน์ที่สวยงาม ตามธรรมชาติ มีศาลาสำหรับ พักผ่อนหย่อนใจ และมีร้านอาหาร บริการนักท่องเที่ยวอีก ในปัจจุบันที่นี้มีทั้งสนามบาสเก็ตบอล สนามฟุตบอล สนามเครื่องบินบังคับที่ชมรมเครื่องบินเล็ก นอกจากนี้ยังมีกลุ่มรักสุขภาพในกิจกรรม เดินออกกำลังกายตอนเย็น มีชาวบ้านนำอาหารมาจำหน่าย ผู้คนยามเย็นมีหลากหลายอาชีพ โดยเฉพาะชาวบ้านบริเวณขุนทะเลก็จะมาก่อกำลังกายรวมถึงการพักผ่อน และที่นี่ยังเป็นแหล่ง ประมงของชาวบ้านที่สร้างรายได้จากการจับปลาได้เป็นอย่างดี ทั้งเรือแจว เรือใบ (ท่องเที่ยวโดย ชุมชน, 2562, เกสสิณี ตรีพงศ์พันธุ์และคณะ, 2562)

บึงขุนทะเล เป็นแหล่งน้ำจืดที่คล้ายทะเลสาบขนาดใหญ่ที่สุดของจังหวัดสุราษฎร์ธานี ตำนานที่เล่าขานกันเขาบอกว่าในอดีตเคยมีคนเห็นจระเข้ขนาดใหญ่มาก ในบึงขุนทะเลที่เชื่อกันว่า เป็นพ่อขุนทะเลจนปัจจุบันมีศาลพ่อขุนทะเลเป็นรูปจระเข้ที่ชาวบ้านต่างให้ความเคารพกราบไหว้ขอ พรกันอย่างต่อเนื่อง มีเนื้อที่ประมาณ 1,270 ไร่ ระบบนิเวศแบบระบบเปิดรับน้ำจากคลองสาขา ระบายน้ำออกจากบึงไหลลงสู่แม่น้ำตาปีทางด้านทิศเหนือของบึง ระบบน้ำบึงขุนทะเลได้รับอิทธิพล ของน้ำทะเลที่ขึ้นลงและรุกล้ำเข้ามาถึงในเขตบึงโดยเฉพาะช่วงฤดูแล้งเป็นครั้งคราว บึงขุนทะเลเป็น แหล่งน้ำสำคัญใช้ในการกสิกรรมนอกจากนี้ยังมีทิวทัศน์ที่สวยงาม ตามธรรมชาติ มีศาลาสำหรับ พักผ่อนหย่อนใจ และมีร้านอาหาร บริการนักท่องเที่ยวอีก ในปัจจุบันที่นี้มีทั้งสนามบาสเก็ตบอล สนามฟุตบอล สนามเครื่องบินบังคับที่ชมรมเครื่องบินเล็ก นอกจากนี้ยังมีกลุ่มรักสุขภาพในกิจกรรม เดินออกกำลังกายตอนเย็น มีชาวบ้านนำอาหารมาจำหน่าย ผู้คนยามเย็นมีหลากหลายอาชีพ โดยเฉพาะชาวบ้านระแวกขุนทะเลก็จะมาก่อกำลังกายหรือพาครอบครัวคนรักมาพักผ่อน นอกจากนี้แล้วยังเป็นแหล่งประมงของชาวบ้านที่สร้างรายได้จากการจับปลาได้เป็นอย่างดี ทั้งเรือ แจว เรือใบซึ่งเป็นแหล่งน้ำจืดที่คล้ายทะเลสาบขนาดใหญ่ นำความอุดมสมบูรณ์มาต่อยอดด้าน การเกษตรและการท่องเที่ยว โดยกลุ่มพยายามผลักดันให้เกิดการเชื่อมโยงภาครัฐและหน่วยงานต่าง ๆ เพื่อให้มีการส่งเสริมให้เป็นแหล่งท่องเที่ยวแหล่งใหม่ของชาวจังหวัดสุราษฎร์ธานี (ท่องเที่ยวโดย ชุมชน, 2562, เกสสิณี ตรีพงศ์พันธุ์และคณะ, 2562)

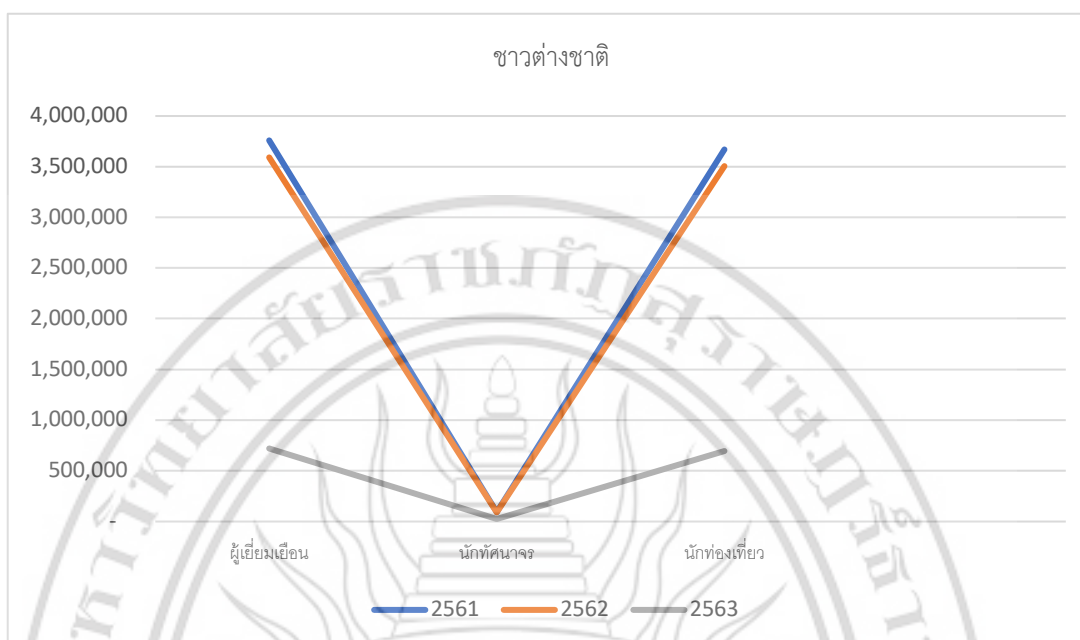
1.2 สถิตินักท่องเที่ยวในจังหวัดสุราษฎร์ธานี

แผนภูมิที่ 2.1 สถิติชาวไทยผู้เยี่ยมเยือน นักทัศนจร และนักท่องเที่ยวของจังหวัดสุราษฎร์ธานี พ.ศ. 2561 – 2563



ที่มา: สำนักงานสถิติจังหวัดสุราษฎร์ธานี (2564)

แผนภูมิที่ 2.1 สถิติชาวต่างชาติผู้เยี่ยมเยือน นักทัศนจร และนักท่องเที่ยวของจังหวัดสุราษฎร์ธานี พ.ศ.2561 – 2563



ที่มา: สำนักงานสถิติจังหวัดสุราษฎร์ธานี (2564)

1.3 กิจกรรมการท่องเที่ยวพื้นที่ขุนทะเล

ตารางที่ 2.1 กิจกรรมการท่องเที่ยวพื้นที่ขุนทะเล

หมู่ที่	ชื่อ	กิจกรรม
1	บ้านนิคม	1. กิจกรรมพักผ่อนดื่มด่ำธรรมชาติและสัมผัสวิถีชีวิตของชุมชน 2. กิจกรรมชมไทยพื้นบ้านของชุมชนบึงขุนทะเล 3. กิจกรรมการเรียนรู้เกษตรทฤษฎีใหม่คือการปลูกมะนาวในปล่องซีเมนต์ 4. กิจกรรมเยี่ยมชมและเรียนรู้ในฟาร์มวัว 5. กิจกรรมล่องเรือชมทัศนียภาพบริเวณบึงขุนทะเล 6. กิจกรรมการยกยอ และการทอดแห 7. กิจกรรมในสวนสาธารณะให้นักท่องเที่ยวได้มาเดินเล่นพักผ่อนหรือทำกิจกรรมต่าง ๆ เช่น ปั่นเรือถีบ พายเรือชมพระอาทิตย์ตกดิน ระบายสีปูนปั้นและการเดินแอโรบิคเพื่อสุขภาพ

หมู่ที่	ชื่อ	กิจกรรม
2	บ้านท่าอู่	กิจกรรมชมการปลูกผักสวนครัวในล้อยางและวิธีการผสมดิน เช่น ต้นพริก
3	บ้านดอนเกลี้ยง	กิจกรรมสักการะบูชาหลวงพ่อดำ ณ วัดโมกขธรรมาราม ชมสถาปัตยกรรมเจดีย์พม่าและเรียนรู้การปฏิบัติธรรม
4	บ้านควนยุง	กิจกรรมปฏิบัติธรรมที่วัดศาลติ่มตรี ตอบคำถามเกี่ยวกับธรรมะสมาธิ การเดินจงกรม ศึกษาภูมิทัศน์ป่าธรรมชาติ
5	บ้านซอย 10	กิจกรรมกราบเจ้าอาวาสพระครูสมุห์สมพงษ์และศึกษาพันธุ์ไม้หายาก คือ ต้นเคี่ยมมีมากกว่า 100 ต้น
6	บ้านห้วยเสียน	กิจกรรมชมสวน เรียนรู้การทำแยมมัลเบอร์รี่
7	บ้านใหม่นิคม	กิจกรรมพักผ่อนหย่อนใจออกกำลังกายและศาลากลางน้ำ
8	บ้านคลองเรือ	กิจกรรมผลิตปุ๋ยหมักตามรอยพ่อ และผลิตแก๊สหุงต้มในครัวเรือน เรียนรู้การปลูกผักครัวเรือน เลี้ยงปลา เลี้ยงกบ
9	บ้านภูธรอุทิศ	กิจกรรมเรียนรู้ศิลปวัฒนธรรมท้องถิ่น เรือนไทย 4 ภาค
10	บ้านใหม่จัตวา	กิจกรรมเรียนรู้ป่าชุมชน พันธุ์หลากหลายชนิด

ที่มา: นักวิจัย, 2564 ; เกสสิณี ตรีพงศ์พันธุ์, 2562

2. การท่องเที่ยวเชิงกิจกรรม

2.1 ความหมายการท่องเที่ยวเชิงกิจกรรม

นักวิชาการหลายท่านได้ให้ความหมายของการท่องเที่ยวเชิงกิจกรรมไว้หลายประการ สรุปได้คือ กลยุทธ์ของการตลาดเชิงรุกโดยวิธีการสร้าง การดัดแปลง และหาวิธีการท่องเที่ยวโดยใช้กิจกรรมทำให้เกิดประโยชน์ในด้านการส่งเสริมท่องเที่ยว (O'Brien & Chalip, 2007) ทำให้เกิดการสอดแทรกกิจกรรมได้ทั้งระยะสั้นและระยะยาวที่ทำให้ต้องมีการบริหารจัดการและดำเนินงานที่สอดคล้องกับการพัฒนาอย่างยั่งยืนซึ่งหมายถึงการท่องเที่ยวอย่างรับผิดชอบส่งผลกระทบต่อด้านเศรษฐกิจ สังคม และสิ่งแวดล้อมทั้งในปัจจุบันและอนาคต และการท่องเที่ยวดังกล่าวให้ความสำคัญต่อการตอบสนองความต้องการของผู้มาเยือน ภาคธุรกิจ ภาคสิ่งแวดล้อม และชุมชนที่อาศัยอยู่ในแหล่งท่องเที่ยวนั้น (World Tourism Organization, 2019)

การท่องเที่ยวเชิงกิจกรรมมีการพัฒนามากขึ้นอย่างต่อเนื่อง เพราะนอกจากประโยชน์ทางตรงที่ส่งผลต่อเศรษฐกิจของท้องถิ่นแล้วยังเกิดภาพลักษณ์และชื่อเสียงให้แก่สถานที่จัดกิจกรรม สร้างความภูมิใจให้แก่คนท้องถิ่น และเสริมสร้างความรู้สึกร่วมกันอันหนึ่งอันเดียวกัน สรุปได้ดังนี้

ตารางที่ 1.1 สรุปการท่องเที่ยวเชิงกิจกรรมทั้งในประเทศและต่างประเทศ

เดือน/ปีที่จัดงาน	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	ประเทศ
มกราคม	Happy new year full moon party	1.ส่งเสริมการท่องเที่ยวและรายได้ให้แก่คนในเกาะพะงัน 2.ประชาสัมพันธ์แหล่งท่องเที่ยว อำเภอเกาะพะงัน จังหวัดสุราษฎร์ธานี	ไทย
กุมภาพันธ์	1. วิถีวัฒนธรรมแห่งความรักเหนือลุ่มแม่น้ำปิง	1.เพื่อส่งเสริม สืบทอดอนุรักษ์วัฒนธรรมประเพณีอันดีงามของคนไทย 2. ประชาสัมพันธ์แหล่งท่องเที่ยวของอำเภอสามเภา จังหวัดตาก	ไทย
	บานาฮิลล์สะพานทองในอุ้งมือยักษ์	1.อนุรักษ์การท่องเที่ยวที่เป็นภูเขา ธรรมชาติ ล้อมรอบ 2.ประชาสัมพันธ์แลนด์มาร์คที่เป็นภูเขา ของประเทศเวียดนาม	เวียดนาม
มีนาคม	ชมต้นซากุระในโตเกียว	1.เพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยวและธรรมชาติ	ญี่ปุ่น

เดือน/ปีที่ จัดงาน	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	ประเทศ
		ของประเทศญี่ปุ่นในช่วง เดือนมีนาคม 2.เพื่อประชาสัมพันธ์แหล่ง ท่องเที่ยวช่วงเดือนมีนาคม	
เมษายน	งานแฟร์อีสเตอร์	1.เพื่อส่งเสริมการ ท่องเที่ยวของประเทศ ออสเตรเลีย 2.ส่งเสริมเครื่องเล่นและ การแสดง	ออสเตรเลีย
พฤษภาคม	บ่อน้ำพุร้อนแห่งแรกของโลกเยลโลว์ สโตน	1.อนุรักษ์การท่องเที่ยวที่ เป็นธรรมชาติและเยี่ยมชม สัตว์ป่าที่น่าสนใจ 2.ส่งเสริมและ ประชาสัมพันธ์การ ท่องเที่ยวของสหรัฐฯ	สหรัฐฯ
มิถุนายน	เที่ยวชมที่ภูทับเบิก	ส่งเสริมการท่องเที่ยวช่วง หน้าฝนและทะเลหมอกที่ สวยของจังหวัดเพชรบูรณ์	ไทย
กรกฎาคม	เทศกาลศิลปะบาห์ลี	ดึงดูดนักท่องเที่ยวให้มา ชมการแสดงศิลปะและ วัฒนธรรมด้วยตาของ ตนเอง	อินโดนีเซีย
สิงหาคม	พิธีแห่พระเจี๊ยกแก้ว เมืองกันฏิ	อนุรักษ์ประเพณีและ วัฒนธรรมที่เก่าแก่ของ เมืองกันฏิ ประเทศศรี ลังกา	ศรีลังกา

เดือน/ปีที่ จัดงาน	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	ประเทศ
กันยายน	งานเทศกาลท่องเที่ยวเกาะสมุย	ส่งเสริมการท่องเที่ยว และรายได้ให้แก่คนเกาะสมุย	ไทย
ตุลาคม	ประเพณีวิ่งควาย จ.ชลบุรี	ให้ชาวบ้านได้เตรียมของ ไปถวายวัด บ้างจ่ายไทย ธรรมได้พักผ่อนและได้ สังสรรค์กันระหว่าง ชาวบ้านซึ่งเหนื่อยจากงาน และให้ควายได้พัก เนื่องจากต้องตรากตรำใน การทำงาน	ไทย
พฤศจิกายน	งานนมัสการองค์พระปฐมเจดีย์ จังหวัดนครปฐม	สักการะพระปฐมเจดีย์ บูชาพระบรมสารีริกธาตุ ไหว้พระพุทธรูปสำคัญใน วิหารทั้ง 4 ทิศ	ไทย
ธันวาคม	ประเพณีแห่ดาวเทศกาลคริสต์มาส จ.สกลนคร	เพื่อระลึกถึงการเสด็จลง มาประสูติบนโลกมนุษย์ ของพระเยซูเจ้า	ไทย

ที่มา : นักวิจัย, 2021

2.2 ความสำคัญการท่องเที่ยวเชิงกิจกรรม

การท่องเที่ยวทำให้เกิดการหมุนเวียนเงินตรา กระจายรายได้ให้แก่ท้องถิ่นและสามารถเพิ่มรายได้จากการเก็บภาษีของรัฐบาล การท่องเที่ยวก่อให้เกิดประโยชน์ในการเพิ่มรายได้ และการท่องเที่ยวมีกิจกรรมหลากหลายซึ่งทำให้เกิดการผ่อนคลายความตึงเครียด ส่งผลดีต่อหัวใจ รู้สึกเหมือนได้กลับมาเป็นหนุ่มสาวอีกครั้ง ช่วยให้สติปัญญาเฉียบแหลม ช่วยกระตุ้นความคิดสร้างสรรค์ เพิ่มประสิทธิภาพในการทำงาน ช่วยส่งเสริมการพัฒนาตนเอง (Experdia, 2012; Global Coalition

on Aging, 2013) การท่องเที่ยวมีการกระจายตัวสู่ชุมชนมากขึ้น ทำให้การท่องเที่ยวประกาศให้ท่องเที่ยววิถีไทยเป็นวาระแห่งชาติ มีการจัดทำแผนยุทธศาสตร์การท่องเที่ยวโดยชุมชน เพื่อทำให้การพัฒนาการท่องเที่ยวโดยชุมชนไปในทิศทางยั่งยืน

2.3 การจัดการการท่องเที่ยวเชิงกิจกรรม

ประกอบด้วย 3 แนวทาง ดังนี้

1. การใช้การท่องเที่ยวเชิงกิจกรรมขนาดเล็ก (small-scale event tourism) เพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยวภายใต้แนวคิดการท่องเที่ยวอย่างยั่งยืน เช่น กิจกรรมที่จัดทุกปี เฉลิมฉลองทางวัฒนธรรม คนเข้าร่วมเป็นคนในท้องถิ่น และใกล้เคียงกับชุมชนที่จัดกิจกรรม ทำให้ใช้ระยะเวลาเดินทางน้อย การจัดการขยะ และการจัดการจำนวนนักท่องเที่ยว เน้นการจัดกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อกลุ่มคนในท้องถิ่น เพื่อพบปะสังสรรค์ แลกเปลี่ยนมุมมองในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง ตลอดจนเผยแพร่สิ่งที่สนใจร่วมกัน แสดงออกถึงความภูมิใจระหว่างกัน และส่งต่อสิ่งเหล่านี้ให้แก่คนภายในหรือนักท่องเที่ยวที่มาร่วมกิจกรรม ดังนั้น การท่องเที่ยวเชิงกิจกรรมขนาดเล็ก ควรคำนึงถึงผลกระทบในมิติด้านสังคม-วัฒนธรรมร่วมด้วย (วสันต์ จันทร์ประสิทธิ์, 2562)

2. การใช้การท่องเที่ยวเชิงกิจกรรมเพื่อแก้ปัญหาธุรกิจการท่องเที่ยวภายใต้แนวคิดการท่องเที่ยวอย่างยั่งยืนทางเศรษฐกิจ เหมาะสำหรับการจัดกิจกรรมนอกฤดูกาลท่องเที่ยวที่มีนักท่องเที่ยวมาเยือนแหล่งท่องเที่ยวดังกล่าวน้อย สามารถเสริมรายได้นอกเหนือจากผลิตภัณฑ์ทางการท่องเที่ยวที่ให้บริการแก่นักท่องเที่ยว ที่เป็นกลยุทธ์ที่ช่วยให้มีฤดูกาลท่องเที่ยวให้ยาวนานขึ้น สามารถเพิ่มความหลากหลายของสิ่งที่ดึงดูดใจในแหล่งท่องเที่ยว ทั้งต่อนักท่องเที่ยวกลุ่มเป้าหมายเดิมและกลุ่มเป้าหมายใหม่ และช่วยส่งเสริมภาพลักษณ์ที่ดีให้แก่แหล่งท่องเที่ยว ดังนั้น การท่องเที่ยวนอกฤดูกาลสามารถกำหนดกลุ่มเป้าหมาย เน้นท่องเที่ยวระยะใกล้ มีนักท่องเที่ยวที่ไม่ต้องไปต่อแถวใช้บริการต่าง ๆ เหมาะสมกับการท่องเที่ยวยุคปกติใหม่ ที่เป็นโอกาสที่สามารถสร้างธุรกิจเจาะกลุ่มนักท่องเที่ยวใหม่ได้อีกด้วย เช่น กิจกรรมแข่งขันกีฬาขนาดเล็ก กิจกรรมวิ่ง สนุก อนุรักษ์เต่าทะเล (วสันต์ จันทร์ประสิทธิ์, 2562)

3. การบริหารจัดการการคมนาคมของนักท่องเที่ยวผู้เข้าร่วมกิจกรรมที่เน้นความยั่งยืน การเดินทางของผู้เดินทางไปยังสถานที่ที่จัดกิจกรรมอาจจะส่งผลให้เกิดการรบกวนแก่ผู้อยู่อาศัยในพื้นที่ โดยเฉพาะกิจกรรมที่มีผู้เข้าร่วมเป็นจำนวนมาก โดยเฉพาะการเดินทางที่ใช้รถส่วนบุคคลเป็นการทำให้เกิดมลพิษทางอากาศ สิ้นเปลืองน้ำมันเชื้อเพลิง ส่งผลกระทบต่อสุขภาพของคนในพื้นที่ ดังนั้น การจัดการกิจกรรมด้านการคมนาคมเป็นปัจจัยแห่งความสำเร็จที่ได้รับการสนับสนุนจากสาธารณะทั้งหน่วยงานภาครัฐและภาคเอกชนที่สามารถลดการใช้ยานพาหนะส่วนบุคคลของผู้เข้าร่วมกิจกรรม

เช่น การยืดเวลาหรือกระจายวันกิจกรรมเป็นวันธรรมดา การให้ส่วนลดบัตรเข้าร่วมกิจกรรมในวันธรรม การรณรงค์ให้เลือกรูปแบบการเดินทางรูปแบบอื่น ๆ แทนการใช้รถส่วนบุคคล เป็นต้น (วสันต์ จันทร์ประสิทธิ์, 2562)

2.4 แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวเชิงกิจกรรม

กิจกรรมเป็นส่วนหนึ่งของสถานที่ท่องเที่ยว ที่นักท่องเที่ยวสามารถเลือกทำในช่วงเวลาที่พัก ณ สถานที่นั้นๆ เพื่อดึงดูดความสนใจของการท่องเที่ยว เช่น กิจกรรมที่เกี่ยวกับการใช้สอย กิจกรรมทางทะเล การดำน้ำ เป็นต้น (Dickman, 1996) กิจกรรมในแหล่งท่องเที่ยวมีเพิ่มเติม เช่น กิจกรรมเดินป่า ดูนก ส่องสัตว์ และแสง สี เสียงในสถานที่ท่องเที่ยว การดำน้ำ การตกปลาหมึก การเกี่ยวข้าว ซึ่งกิจกรรมทั้งหมดนี้จะเติมเต็มประสบการณ์ให้อยู่ในความทรงจำของนักท่องเที่ยวและส่งผลต่อการบอกต่อให้นักท่องเที่ยวกลุ่มใหม่ ๆ เดินทางเข้ามา

รูปแบบกิจกรรมการท่องเที่ยวโดยชุมชน ตัวอย่างเช่น 1) การเดินป่าศึกษาธรรมชาติ 2) เดินเที่ยวในหมู่บ้าน 3) ร่วมกิจกรรมในวิถีชีวิตในหมู่บ้าน เช่น การทำอาหาร ตำข้าว ทอผ้า ทำบุญใส่บาตร นอกหมู่บ้าน เช่น การทำสวน ทำนา หาปลา 4) ร่วมกิจกรรมสาธารณะประโยชน์ของชุมชน เช่น การทำกิจกรรมกับเด็กนักเรียนใน โรงเรียน การปลูกป่า ทำแนวกันไฟ 5) เรียนรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่น เช่น เรียนดนตรี เรียนแกะสลัก เรียนทอผ้า เรียนการย้อมสี ธรรมชาติ 6) กิจกรรมศึกษาธรรมชาติอื่นๆ เช่น ดูนก ดูผีเสื้อ พายเรือ ขี่จักรยาน วาดรูป

สรุปได้ว่า การจัดการการท่องเที่ยวเชิงกิจกรรม มีการผสมผสานเชิงลึกจากทฤษฎีองค์ประกอบการท่องเที่ยวปัจจัย 5A องค์ประกอบในงานวิจัยนี้จะเน้นเฉพาะ กิจกรรมที่จะทำให้เกิดองค์ประกอบสนับสนุนด้านการท่องเที่ยวเชิงกิจกรรมของผู้สูงอายุในพื้นที่บึงขุนทะเล จังหวัดสุราษฎร์ธานี

3. เส้นทางการท่องเที่ยว

3.1 ความหมายของเส้นทางการท่องเที่ยว

สถาบันการท่องเที่ยวโดยชุมชน (2555) ได้กล่าวถึงหัวใจสำคัญของโปรแกรมท่องเที่ยวที่ดี คือ การสร้างความสัมพันธ์ระหว่างนักท่องเที่ยว กับเจ้าของบ้านให้เกิดการเรียนรู้และเกิดความประทับใจ ประกอบไปด้วย 1) หลักการออกแบบโปรแกรมท่องเที่ยว 2) องค์ประกอบที่สำคัญในการออกแบบโปรแกรมท่องเที่ยว 3) รูปแบบกิจกรรมการท่องเที่ยวโดยชุมชน 4) การวิเคราะห์ขีดความสามารถในการรองรับ 5) ลักษณะของขีดความสามารถในการรองรับ 6) การควบคุมดูแลการใช้ประโยชน์และกฎกติกาในการกำหนดขีดความสามารถ ซึ่งสามารถอธิบายได้

ดังต่อไปนี้ หลักการของการออกแบบโปรแกรมท่องเที่ยว 1) มีความสนุกสนาน 2) สร้างความรู้ ความเข้าใจต่อตนเอง พื้นที่คนท้องถิ่น และประวัติศาสตร์ 3) เกิดการเรียนรู้ 4) มีการจัดการที่ดี ทำให้นักท่องเที่ยวรู้สึกมั่นคง ปลอดภัย และเกิดความไว้วางใจ 5) เกิดความเข้าใจท้องถิ่น ธรรมชาติ และวัฒนธรรมท้องถิ่นมากขึ้น

3.2 ความสำคัญของเส้นทางการท่องเที่ยว

ความสำคัญของเส้นทางการท่องเที่ยวเป็นแนวทางสัญจรที่กำหนดขึ้นสำหรับนักท่องเที่ยว เพื่อให้เข้าชมแหล่งท่องเที่ยวและจุดที่น่าสนใจต่าง ๆ ได้ง่ายและสะดวกขึ้น มีความปลอดภัย รวมถึงได้รับความรู้และความเพลิดเพลินจากการใช้เส้นทาง

องค์ประกอบที่สำคัญในการออกแบบโปรแกรมท่องเที่ยว 1. พิจารณาถึงกิจกรรมและสิ่งอำนวยความสะดวก 2. ประเมินความสามารถและขีดจำกัดของทรัพยากรที่จะทำให้นักท่องเที่ยวสนุก มีความสุข และไม่ก่อผลกระทบ 3. กำหนดเนื้อหาสาระของสิ่งที่ต้องการนำเสนอโดยที่ให้เหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย 4. โปรแกรมต้องเหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย โดยอยู่บนหลักการ ของการเคารพวัฒนธรรมชุมชน และความสนใจ อายุ เพศ และไม่ก่อผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อม 5. มีระบบการประสานงานและจัดวางคนที่เหมาะสม 6. มีระบบการประเมินผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการท่องเที่ยว 7. มีระบบการประเมินความพึงพอใจของนักท่องเที่ยว

3.3 แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับเส้นทางการท่องเที่ยว การพัฒนาเส้นทางการท่องเที่ยว

การจัดนำเที่ยวและเส้นทางท่องเที่ยวควรจะมีปัจจัยเหล่านี้ ประกอบด้วย

- 3.3.1 เส้นทางท่องเที่ยวต้องเป็นที่นิยมของนักท่องเที่ยวในขณะนั้นซึ่งพฤติกรรมนักท่องเที่ยวมักจะมีการเปลี่ยนอยู่ตลอดเวลา
- 3.3.2 เส้นทางท่องเที่ยวต้องมีสิ่งอำนวยความสะดวก และมีมาตรฐานเทียบเท่ากับสถานที่อื่นๆ
- 3.3.3 เส้นทางท่องเที่ยวจะต้องมีสิ่งดึงดูดกับนักท่องเที่ยวทุกเพศ ทุกวัย และทุกกลุ่มรายได้ และต้องค้นหากับจุดที่สามารถดึงดูดนักท่องเที่ยวได้มากกว่า
- 3.3.4 เส้นทางท่องเที่ยวต้องมีระยะทางที่ไกลพอสมควร มีทรัพยากรท่องเที่ยวที่จะสามารถดึงดูดนักท่องเที่ยว
- 3.3.5 เส้นทางท่องเที่ยวต้องคำนึงถึงอากาศที่ดี ปลอดภัยตลอดเวลา (กุลวรรสา สุวรรณพิมล, 2548)
- 3.3.6 เส้นทางท่องเที่ยวทำให้เชื่อมโยงการท่องเที่ยวกับการท่องเที่ยวในรูปแบบต่างๆ เช่น การท่องเที่ยวเชิงอาหารอย่างสร้างสรรค์ (ธีรพันธ์ ปัญญาดีและคณะ, 2565) การ

ท่องเที่ยวตามความสนใจของนักท่องเที่ยว เมืองน่าถิ๊ป จักรยาน เส้นทางถ่ายดอกหมอก หรือเส้นทาง หลงอดีต (ศิริเพ็ญ ดาบเพชรและคณะ, 2558) เส้นทางการท่องเที่ยวตามรอยพระพุทธเจ้าหลวง (พิฑูรย์ ทองฉิมและคณะ, 2565)

4. กลุ่มนักท่องเที่ยวสูงอายุ

4.1 ความหมายของนักท่องเที่ยวสูงอายุ

นักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศที่อยู่ในช่วงอายุ 50 ปีขึ้นไป หรืออยู่ในวัยเกษียณสำหรับนักท่องเที่ยวชาวไทย ซึ่งการวิจัยครั้งนี้จะกำหนดให้นักท่องเที่ยวสูงอายุ ช่วงอายุตั้งแต่ 50 ปีขึ้นไป

4.2 พฤติกรรมนักท่องเที่ยวสูงอายุ

นักท่องเที่ยวผู้สูงอายุมีความสอดคล้องกับพฤติกรรมนักท่องเที่ยว เป็นนักท่องเที่ยวที่ต้องการได้รับความสำราญ เน้นความสำคัญของกิจกรรมท่องเที่ยว เน้นการท่องเที่ยวเชิงนันทนาการ เช่น การท่องเที่ยวเทศกาลประเพณี (กรวรรณ สังขกรและคณะ, 2558) ในบางครั้งนักท่องเที่ยวกลุ่มนี้มุ่งหาประสบการณ์ สัมผัสกับคนท้องถิ่น และใช้ชีวิตกับคนท้องถิ่น เช่น การหาความรู้เพิ่มพูน จากสถานที่ท่องเที่ยวแปลกใหม่ เน้นประวัติศาสตร์และวิถีชีวิต ความเชื่อ และคุณค่าของสถานที่ท่องเที่ยวด้วย (ราณี อธิชัยกุล และคณะ, 2552; กรวรรณ สังขกรและคณะ, 2558)

4.3 แนวคิดทฤษฎีการท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุ

ในปัจจุบันประชาชนผู้สูงอายุมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว ผู้มีอายุนับตั้งแต่ 60 ขึ้นไป มีอัตราการเพิ่มขึ้นคิดเป็น 6 เปอร์เซ็นต์ทุกปี และมีแนวโน้มที่จะเพิ่มขึ้นคิดเป็นร้อยละ 12 เป็นร้อยละ 22 ภายในปี 2050 (สำนักงานวิชาการ, สำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร, 2562) อีกทั้ง World population Prospects ประจำปี 2563 รายงานว่า ภายในปี 2593 1 ใน 6 ของประชากรโลกจะมีอายุเกิน 65 ปี คิดเป็น 16 เปอร์เซ็นต์ของประชากรโลก โดยจะเพิ่มขึ้นจากปี 2562 ที่ประชากร 1 ใน 11 คิดเป็น 9 เปอร์เซ็นต์ของประชากรโลก และภายในปี 2593 1 ใน 4 ที่อาศัยอยู่ในยุโรปและอเมริกาเหนืออาจมีอายุ 65 ปีขึ้นไป ในปี 2561 ที่ผ่านมาเป็นครั้งแรกในประวัติศาสตร์โลกที่มีรายงานผู้ที่มีอายุ 65 ปีขึ้นไปมีจำนวนมากกว่าเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี จำนวนผู้ที่มีอายุ 80 ปีขึ้นไปคาดว่าจะเพิ่มเป็น 3 เท่าจาก 143 ล้านคนในปี 2562 จากแนวโน้มนี้คาดการณ์ว่าจะมีผู้สูงอายุเพิ่มสูงขึ้นเป็น 426 ล้านคนภายในปี 2593 ดังตารางที่ 1 (UN, 2019) จากรายงานสะท้อนให้เห็นว่าโลกในปัจจุบันกำลังก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ผลจากการเพิ่มขึ้นของจำนวนประชากรโลกวัยสูงอายุทำให้เกิดการปรับตัวเพื่อการรองรับสังคมผู้สูงวัยเกิดขึ้นในหลายประเทศ

ในภาคส่วนของการท่องเที่ยวกลุ่มที่มีแนวโน้มที่จะมีเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องจากการเพิ่มขึ้นของประชากรผู้สูงอายุ คือ กลุ่มนักท่องเที่ยวกลุ่มวัย "เกษียณ" อีกทั้งรายงานตลาดท่องเที่ยวยังระบุว่า เทรนด์ท่องเที่ยวแบบ World is going to be grey กำลังมีแนวโน้มสูงขึ้น นักท่องเที่ยวสูงอายุหรือนักท่องเที่ยวกลุ่มผู้เกษียณอายุในปัจจุบันมีไลฟ์สไตล์ที่เปลี่ยนไป มีเวลาว่าง มีการเข้าถึงสังคมออนไลน์ (Social Media) และมีความสนใจในการบริโภคสินค้าด้านการท่องเที่ยวและการบริการมากขึ้น (Caber & Albayrak, 2013) อันเนื่องจากพฤติกรรมและความสนใจที่เปลี่ยนแปลงไป ทำให้คนกลุ่มนี้นิยมเดินทางท่องเที่ยวเพิ่มมากขึ้นจากในอดีต

Region	Number of persons aged 65 or over in 2019 (millions)	Number of persons aged 65 or over in 2050 (millions)	Percentage change between 2019 and 2050
World	702.9	1548.9	120
Sub-Saharan Africa	31.9	101.4	218
Northern Africa and Western Asia	29.4	95.8	226
Central and Southern Asia	119.0	328.1	176
Eastern and South-Eastern Asia	260.6	572.5	120
Latin America and the Caribbean	56.4	144.6	156
Australia and New Zealand	4.8	8.8	84
Oceania, excluding Australia and New Zealand	0.5	1.5	190
Europe and Northern America	200.4	296.2	48

ตารางที่ 1 จำนวนผู้สูงอายุ ตั้งแต่ 65 ปี ขึ้นไป โดยภูมิภาค ปี 2562 และ 2593

ที่มา: United Nations, Department of Economic and Social Affairs, Population Division. World population Prospects 2019

จากแนวโน้มการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุและพฤติกรรมการท่องเที่ยวของผู้สูงอายุที่เปลี่ยนไป จึงมีความสำคัญในการศึกษาให้และให้ความสำคัญ โดยเฉพาะอย่างยิ่งรูปแบบการท่องเที่ยวสำหรับผู้สูงอายุที่อาจจะต้องออกแบบให้เหมาะสมกับ พฤติกรรม ไลฟ์สไตล์ คำนึงถึงสุขภาพและความปลอดภัยของผู้สูงอายุเป็นสำคัญ เพื่อเป็นแนวทางในการออกแบบกิจกรรมการท่องเที่ยวเพื่อการรับรองนักท่องเที่ยวสูงอายุต่อไป

5. แนวคิดและทฤษฎีการสร้างโมเดล

5.1 ความหมายของการสร้างและการพัฒนาโมเดล

การสร้าง หมายถึงการเริ่มดำเนินการสิ่งที่ศึกษาใหม่ ไม่มีความซ้ำซ้อนกับสิ่งที่มีมาก่อน

การพัฒนา หมายถึง การนำสิ่งที่จะศึกษาที่มีอยู่แล้วมาดำเนินการปรับปรุงหรือแก้ไขให้มีความถูกต้อง เหมาะสม เป็นไปได้ มีประโยชน์ และทันสมัยมากยิ่งขึ้น

5.2 ประเภทของโมเดล

นักวิชาการที่ได้กล่าวถึงประเภทของโมเดล ไว้ดังนี้ โมเดลเชิงปฏิบัติการ (Practical Model) โมเดลเชิงทฤษฎี (Theoretical Model) (Steiner, 1988) โมเดลเชิงกายภาพ (Physical Model) โมเดลเชิงสัญลักษณ์ (Symbolic Model) (Smith and et.al, 1997) โมเดลเชิงเปรียบเทียบ (Analogue Model) โมเดลเชิงข้อความ (Semantic Model) โมเดลเชิงคณิตศาสตร์ (Mathematical Model) โมเดลเชิงสาเหตุ (Causal Model) และโมเดลเชิงแผนผัง (Schematic Model) (Keeves, 1997)

5.3 แนวคิดและทฤษฎีความสุข

5.3.1 แนวคิดความสุข

แนวคิดความสุขในด้านการท่องเที่ยวมักมาจากการศึกษาความพึงพอใจของนักท่องเที่ยว ความสุขถูกกำหนดโดยการรับรู้และประสบการณ์ที่ได้รับจากการท่องเที่ยว รวมถึงปัจจัยต่างๆ เช่น คุณภาพของบริการ การตอบสนองต่อความคาดหวัง และประสบการณ์โดยรวม

5.3.2. ทฤษฎีความสุข

PERMA Mode เป็นแบบจำลอง ที่ทำให้เกิดความสุข ใจในชีวิต รู้สึบดีมีอารมณ์บวก เข้าร่วมเป็นส่วนหนึ่ง สานสัมพันธ์ภาพ ชีวิตเปี่ยมความหมาย และหลังจากความสำเร็จ มีรายละเอียดดังนี้

P: Positive Emotion รู้สึบดีมีอารมณ์บวกแม้พบเจอเรื่องแย่ๆ แต่ถ้าจัดการความรู้สึกของตัวเองได้เหมาะสมกับบุคลิกภาวะ คงอารมณ์เชิงบวกอย่าง ความสงบมีสติ ความภาคภูมิใจ ความบันเทิงใจ ความตื่นเต้นเร้าใจ รู้สึกมีความหวัง มีแรงบันดาลใจ ร่วมกับมองโลกในแง่ดีไว้ได้ ก็จะทำให้ชีวิตมีความสุขในใจ

E: Engagement เข้าร่วมเป็นส่วนหนึ่งแบ่งปันช่วงเวลาในชีวิตไปอยู่กับคนที่ทำให้รู้สึกดีทุกครั้งหรือลงมือทำกิจกรรมตามความสนใจส่วนตัว ซึ่งเป็นได้ตั้งแต่การทำงานที่รับผิดชอบตามหน้าที่งานอดิเรก จนถึงเกมกีฬา ทั้งหมดนี้จะช่วยสร้างสมาธิและความสุขใจได้ เพราะรู้สึกว่าคุณค่าและเป็นส่วนสำคัญกับสิ่งที่ทำ

R: Relationship สานสัมพันธ์ภาพความสัมพันธ์คือความสัมพันธ์ที่ดีทุกรูปแบบ คนที่มีความสุขกับชีวิตจะไม่ปิดกั้นตัวเอง จึงยิ่งเปิดกว้างทำความรู้จักกับผู้ที่ผ่านเข้ามาตลอดชีวิต มอบความรัก ความหวังดี และมิตรไมตรีต่อคนรอบข้างด้วยความจริงใจ ไม่เคยรู้สึกว่ายู่ตัวคนเดียว เพราะมีคนดีๆ คอยเติมเต็มชีวิตไม่ให้โดดเดี่ยว และเป็นพลังใจให้ผ่านเรื่องแย่ๆ ไปได้

M: Meaning ชีวิตเปี่ยมความหมายตอบคำถามว่ามีชีวิตอยู่ไปเพื่ออะไรได้ โดยไม่จำกัดความแค่เพื่อตัวเองเท่านั้น แต่ความหมายของการมีชีวิตอยู่จะครอบคลุมถึงเพื่อนมนุษย์และสังคมกว้าง ส่วนหลักยึดเหนี่ยวจิตใจอื่นๆ เช่น ความเชื่อ ความศรัทธา และความคิดอุดมคติ ก็มีส่วนร่วมนิยามความหมายของชีวิตให้ชัดเจนยิ่งขึ้นเหมือนกัน เพราะตระหนักว่าตัวเองมีความหมาย ชีวิตจึงมีความสุขใจตามมา

A: Accomplishment พลังจากความสำเร็จทุกความสำเร็จที่เกิดขึ้นในแต่ละช่วงชีวิต ทั้งเรื่องเล็กน้อยที่ได้เป็นกิจวัตร เช่น ทำงานเสร็จทันเวลา และเรื่องยิ่งใหญ่ที่บรรลุเป้าหมายตามหวังด้วยความมุ่งมั่น ความเชี่ยวชาญ และความสามารถส่วนตัว ต่างเป็นพลัง กำลังใจ ความก้าวหน้า และความสุขในรูปแบบความนับถือตัวเอง

R.I.C.H Learning Model 2020 เป็นนวัตกรรมการเรียนรู้คู่ความสุขที่ต้องการความสุขและความสำเร็จได้รวดเร็วและง่ายขึ้น โดยมี 4 หัวข้อ คือ 1) Review การทบทวนเพื่อพัฒนา 2) Inspiration แรงบันดาลใจให้การเปลี่ยนแปลง 3) Coaching การโค้ชให้คิดตัดสินใจที่ทรงพลัง และ 4) Happiness การสร้างสุขให้ตนเองและผู้อื่น จึงทำให้เกิดผลลัพธ์ที่มีความสุขควบคู่กับความสำเร็จอย่างง่ายดาย

สสส. 2560 แนวคิดสร้างสุขท่ามกลางชีวิตใหม่ในสังคมเดิม มี 5 หลักคิด 1) เริ่มต้นที่ทัศนคติ มองโลกในแง่ดีทุกเรื่อง เพราะการมองโลกในแง่ดีเป็นจุดเริ่มต้นของทัศนคติเชิงบวกที่ทำให้มนุษย์เกิดพลังในการใช้ชีวิต ทำในสิ่งที่สร้างสรรค์จนเกิดผลสำเร็จตามเป้าหมายอย่างไม่น่าเชื่อ ลองเปลี่ยนมุมมองง่ายๆ สมมติเราน้ำอยู่ครึ่งแก้ว มันอยู่ที่เราจะมองน้ำแก้วนั้นอย่างไร ระหว่างเหลือน้ำแค่ครึ่งแก้ว หรือเหลือน้ำตั้งครึ่งแก้ว หากเรามองแบบไม่เอาตัวเองไปเปรียบเทียบกับใครเราจะมีสุขมากกับการใช้ชีวิตที่ให้กำลังใจตัวเองในทุกๆ วัน 2) จัดลำดับชีวิตให้พอดี ลองใช้ชีวิตให้ช้าลงบ้าง เพราะชีวิตในยุคดิจิทัลมักมีอะไรให้คุณทำมากมายเสมอ พอลองกลับไปทบทวนในแต่ละวันเราจะพบว่ารายการในแต่ละวันที่เราทำนั้นเยอะมาก ต้องหันกลับมาจัดลำดับให้กับชีวิตตนเอง อันไหนควรทำก่อน-หลัง จัดความสำคัญใหม่ ไม่ใช่ทุกอย่างสำคัญไปหมดจนเราต้องมาอดมืออดเท้าทั้งที่มีเงินอยู่เต็มกระเป๋า หรือพักผ่อนไม่เพียงพอ ไม่มีเวลาทำกิจกรรมกับครอบครัว เมื่อสิ่งเหล่านี้ค่อยๆ หายไปจากชีวิตคุณ ไม่แปลกที่คุณจะรู้สึกมีความสุขเพิ่มขึ้น ดังนั้นลองคิดทบทวนจัดตารางให้ตนเองดีๆ คุณจะมองเห็นช่องทางแห่งความสุขเพิ่มเข้ามาในตารางชีวิต 3) หาความสุขจากสิ่งที่เรียบง่าย เปิดรับสิ่งสวยงาม ชื่นชมกับธรรมชาติ ความฉ่ำเย็นของสายลม ความสวยงามของท้องฟ้า หาวเวลาเดินช้าๆ ในสวนสาธารณะ ดูนก ปลูกต้นไม้ รดน้ำต้นไม้ หรือออกไปสัมผัสธรรมชาติในที่ไกลๆ ดูป้าง เพื่อสร้างแรง

บันดาลใจในการทำงาน เมื่อสมองของเราได้รับการผ่อนคลายความสุขเข้ามาแทนที่ความเครียดก็ทำให้เราได้หยุดมองโลกอย่างชัดเจนเห็นความเป็นจริงมากขึ้น สุดท้ายธรรมชาติที่เราได้ไปสัมผัสนั้นจะตอบแทนโดยการให้คุณมีความสุขกับสิ่งที่เห็นอยู่ตรงหน้ามากขึ้น 4) ลดตัวตนให้เล็กลง รู้จักคำว่า “พอ” จงมองเห็นสิ่งที่มีให้มากกว่าสิ่งที่ขาด เห็นคุณค่าในตนเองไม่ให้ชีวิตของตัวเองไปผูกติดวัตถุรอบกาย ใช้ชีวิตอยู่กับความพอเพียง เพราะความรู้จักพอเป็นรากฐานสำคัญที่ทำให้บังเกิดความสุขที่ไม่สิ้นสุด เมื่อเรามีมากพอสิ่งที่ตามมาคือการให้ โดยการช่วยเหลือสังคมทำงานเพื่อสาธารณประโยชน์ สิ่งเหล่านี้จะทำให้จิตใจเราเป็นสุขมากขึ้น เห็นผู้คนรอบกายมีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น หรือคนที่กำลังลำบากได้รับการช่วยเหลือจากเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน แค่นี้จิตใจเราก็เต็มเปลี่ยนไปด้วยความสุข และ 5) พัฒนาจิตใจ ใช้หลักศาสนา ทุกหลักศาสนาสำคัญต่างๆ ในโลกมักชี้ให้เห็นสาเหตุของการเกิดทุกข์ที่แฝงไปด้วยข้อคิดและวิถีปฏิบัติ เพื่อให้หลุดพ้นจากความทุกข์และนำไปสู่ความสุขที่แท้จริงได้

กรมสุขภาพจิต 2564 ความสุขเป็นเรื่องใกล้ตัวของคนเรา และมีความสำคัญกับชีวิตเรามากที่สุด เพราะความสุขมีผลกำหนดความคิด การตัดสินใจ สุขภาพ ความยืนยาวของชีวิต และการเข้าถึงความดีงามในศาสตร์เกี่ยวกับการศึกษาเรื่อง Happiness นั้นเริ่มเป็นที่นิยมมาได้สัก 20-30 ปีนี้ โดยเล่ากันมาถึงตั้งแต่นิยามของคำว่า Happiness ว่า เดิมทีคำนี้มีที่มาจากคำว่า Luck ซึ่งหมายถึง "โชค" นั้นอาจจะสื่อได้ว่าคนสมัยดึกดำบรรพ์เชื่อว่าความสุขเป็นสิ่งที่จู่ ๆ ก็เกิดขึ้นตามเหตุบังเอิญ (Darrin McMahon) และความสุขในตัวเองคือการรู้สึกภาคภูมิใจ รู้สึกดีกับความเป็นตัวเอง เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นเองอย่างไม่มีสาเหตุบางทฤษฎีก็ได้สรุปว่าการแสวงหาความสุขเป็นสิ่งที่ไร้ประโยชน์ เพราะยิ่งแสวงหาความสุข ยิ่งไม่มีความสุข ในขณะที่บางทฤษฎีก็ได้สรุปว่าความสุขสามารถสร้างให้มีมากขึ้นได้ สิ่งที่สรุปออกมาคล้ายๆ กันเกี่ยวกับความสุขมีดังนี้ 1. มันเป็นสิ่งที่ดีที่จะมีความสุข 2. ความสุขเป็นสิ่งที่ควบคุมบังคับไม่ได้ 3. ความสุขเป็นสิ่งที่ถ่ายทอดมาจากพันธุกรรม 10%-50% เด็กที่อยู่ในครอบครัวที่พ่อแม่คิดลบ ก็มีโอกาเป็นคนที่คิดร้าย คิดลบสูง แต่หากพ่อแม่มีความสุขกายสุขใจ ลูกก็จะจะมีจิตใจสร้างความสุขที่แข็งแรง 4. มีหลายวิธีที่สร้างความสุข ไม่ผูกมัดว่าจะต้องเป็นวิธีใดวิธีหนึ่ง (APC, 2011) 5. แม้ความสุขจะไม่เป็นสิ่งที่จีรัง แต่อยู่นานกว่าความรู้สึกปลาบปล้ำ ดีใจ สะใจ เราใจ

ความสุขของชีวิตและคุณค่าของชีวิตเป็นคนละเรื่องกัน ความสุขไม่ได้มากับคุณค่าของชีวิต แต่คุณค่าของชีวิตก็สร้างทั้งคุณค่าและความสุขได้ในเวลาเดียวกัน เช่น เราอาจจะรู้สึกไม่มีความสุขเวลาลำบาก รู้สึกมีความสุขมากขึ้นเวลาสบาย แต่ก็ไม่ได้มีผลใด ๆ ต่อคุณค่าชีวิต สุขภาพที่ดีนำมาซึ่งความสุข ไม่ใช่คุณค่าชีวิต การมีทรัพย์สินเงินทองน้อยทำให้ความสุขลดลง ไม่เกี่ยวกับคุณค่าของชีวิต การช่วยเหลือผู้อื่น หรือเสียสละ นำมาซึ่งคุณค่าของชีวิต ไม่ได้มีผลโดยตรงกับความสุข การฝึกคิดให้ลึกซึ้งมีผลโดยตรงกับคุณค่าชีวิต แต่ไม่เกี่ยวกับความสุข การเป็นคนฉลาด มีปัญญา คือคุณค่า

ชีวิตไม่เกี่ยวกับความสุข และบางรายเกิดมาฉลาดมากก็อาจแปรผกผันกับความสุขด้วยซ้ำไป (หรือสร้างความทุกข์นั่นเอง)

ความสุขของคนหนึ่งอาจจะไม่ใช่ความสุขของอีกคนหนึ่ง แต่ถ้าจะใช้เงินลงทุนกับความสุข ควรลงทุนกับสิ่งที่อยู่ได้นาน เช่น ประสบการณ์ ความรู้ มากกว่าจะเป็นเรื่องของวัตถุที่หาซื้อได้เร็ว และง่าย และความรู้สึกดีอยู่ได้สั้น เช่น วันนี้คุณอาจมีความสุขที่ได้มือถือรุ่นใหม่เป็น iPhone 8 แต่ความสุขของคุณอาจจะน้อยลงทันที หากกระแสแฟชั่นเริ่มนิยม iPhone 11 ถ้าเป็นเด็กคงอธิบายว่าเมื่อไรเครื่องเดิมจะพังสักที แม่จะได้ซื้อรุ่นใหม่ และต่อไปก็คงจะมีรุ่นที่สูงขึ้นเรื่อย ๆ เป็น iPhone 11 Pro Max และเราต้องวิ่งไล่ล่าหาความสุขแบบระยะสั้นอย่างไม่รู้จบ แทนที่จะซื้อประสบการณ์ที่เป็นความทรงจำที่ดี สร้างความสุขได้นานกว่าและสิ่งเหล่านี้คือตัวอย่างจากชีวิตจริงที่เรียกว่าความสุข 1. ผู้หญิงคนหนึ่งที่อยู่คนเดียว แต่เป็นที่รักของหลานๆ ใช้ชีวิตกับการเสียสละทำงานที่มีคุณค่าต่อสังคม 2. คนขับแท็กซี่คนหนึ่งที่มีลูก 3 คน รายได้น้อย ไม่พอใช้ในบางเดือน แต่ลูกเรียนดี มีสำนึกในหน้าที่ กตัญญูทั้งสามคน 3. ผู้หญิงคนหนึ่งหย่าขาดจากสามี ใช้ช่วงเวลาอยู่กับลูก ทุกวันอาทิตย์ ตามที่ศาลกำหนด 4. คนไข้ที่เป็นมะเร็ง เข้าร่วมกิจกรรมช่วยเหลือผู้ป่วยที่เข้ารักษาด้วยวิธีการคีโม 5. ครูที่ใช้เวลาคุยกับเด็กเป็นโรคซึมเศร้าจนอาการดีขึ้น ทุกวันเป็นเวลา 6 เดือน โดยไม่คิดค่าตอบแทนใดคน ๆ หนึ่งจะเริ่มศึกษาตัวเองเพื่อหาความสุข ถ้ามีอิสระในการคิดเห็นความสำคัญ และชีวิตมีเป้าหมาย ซึ่งหลายคนมักเข้าใจว่า เงินคือปัจจัยสำคัญในการสร้างความสุข

แต่จากทดลองซ้ำ ๆ ทั้งในวงการธุรกิจ และวิทยาศาสตร์พบว่า กลุ่มคนงานที่ได้รับค่าตอบแทนมากขึ้นเรื่อย ๆ ไม่ได้มีผลต่อคุณภาพงาน แอมงานยังคุณภาพลดลงด้วยซ้ำ ส่วนกลุ่มได้ค่าแรงต่ำ และปานกลางผลงานออกมาไม่ต่างกันมากนัก หากเป็นงานที่ตลกร้าย มีอิสระทางความคิด การทดลองนี้เคยทำขึ้นที่ ประเทศอินเดีย เมือง Madurai

The World Happiness Report (2022) แนวโน้มในแนวคิดของความก้าวหน้าและความ เป็นอยู่ที่ดี สนใจเรื่องความสุขและความเป็นอยู่ที่ดีได้ปรับตัวสูงขึ้นอย่างรวดเร็วไม่ว่าจะวัดจาก ความถี่ของคำเหล่านั้นในหนังสือหลายเล่มภาษาทั่วโลกหรือตามขนาดของการเผยแพร่การวิจัยหรือ ตามจำนวนของรัฐบาลความคิดริเริ่มการวัดตรงกันข้าม การให้ความสนใจกับรายได้และจีดีพีนั้น ลดลง และในหนังสือที่ตีพิมพ์ตั้งแต่ปี 2556 คำว่า GDP มีปรากฏน้อยลงมากกว่าคำว่า 'ความสุข' มีการอ้างถึงรายงานความสุขของโลกอย่างกว้างขวางและตอนนี้ถูกกล่าวถึงบ่อยเป็นสองเท่า (ใน หนังสือ) ดังวลี 'Beyond GDP' ซึ่งเองก็อยู่ในวิถีที่พุ่งสูงขึ้นอย่างรวดเร็วเช่นกันงานวิจัยทางวิชาการ เกี่ยวกับความสุขพุ่งกระฉูดและตอนนี้เกี่ยวข้องกับนักเขียนจากทั่วทุกมุมโลกเมื่อองค์กร นักวิชาการ หรือหน่วยงานราชการพยายามกำหนดความคืบหน้าผ่านการสร้างใหม่ชุดของตัวบ่งชี้ ซึ่งรวมถึงมาก

ขึ้นเรื่อย ๆ มาตราวัดความสุข สิ่งนี้สะท้อนถึงความแข็งแกร่งความกระหายใคร่รู้ของสาธารณชนต่อแนวความคิดเกี่ยวกับความก้าวหน้าและความพร้อมใช้งานของข้อมูลเกี่ยวกับความสุขที่เพิ่มขึ้น ดังนั้น ศาสตร์แห่งความสุขจึงมีประโยชน์มากมายรัฐบาลกำหนดนโยบายที่ดีขึ้น แต่มันสามารถไม่เคยบอกวิธีจัดการกับความไม่เท่าเทียมหรือคำถามเกี่ยวกับความยั่งยืนในระยะยาว

6. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการสร้างโมเดลความสุขผ่านเส้นทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุพื้นที่ขุนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี

สุภาภรณ์ ประสงค์ทันและคณะ (2564) ได้ศึกษาการท่องเที่ยวผู้สูงอายุ การสำรวจข้อจำกัดทางการท่องเที่ยว กิจกรรมนันทนาการและความตั้งใจในการเดินทางท่องเที่ยว พบว่า กิจกรรมนันทนาการของการให้บริการผู้สูงอายุมีความแตกต่างจากกลุ่มนักท่องเที่ยวทั่วไป คือ ความต้องการการใส่ใจเป็นพิเศษเนื่องจากปัญหาด้านสุขภาพ กลุ่มเหล่านี้มีความต้องการท่องเที่ยวที่ในแหล่งท่องเที่ยวมีความอำนวยความสะดวกที่เอื้อต่อการให้บริการผู้สูงอายุ เช่น โครงสร้างพื้นฐาน เกี่ยวกับห้องน้ำที่มีโลจาร์เป็นแบบนั่ง พื้นที่ลาดสำหรับเชิญผู้สูงอายุ ควบคู่กับการจัดการความปลอดภัยระหว่างการเดินทาง การให้ข้อมูลเกี่ยวกับการเดินทางและกิจกรรมนันทนาการ ผู้ประกอบการธุรกิจนำเที่ยวควรฝึกอบรมบุคลากรสร้างความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับบริการผู้สูงอายุ สร้างโปรแกรมนำเที่ยวเฉพาะกลุ่มผู้สูงอายุ รวมถึงสร้างช่องทางการประชาสัมพันธ์โปรแกรมท่องเที่ยวผ่านทางจดหมาย หนังสือพิมพ์ ชมรมผู้สูงอายุ และรายการวิทยุของกลุ่มผู้สูงอายุที่สามารถเข้าถึงการรับรู้กลุ่มนักท่องเที่ยวดังกล่าวได้

พระภราดร ชยปเปโมและปริญ ลักขิตามาต (2563) ได้ศึกษากิจกรรมการตลาดในพระอารามหลวงที่มีผลต่อความตั้งใจเที่ยวซ้ำของนักท่องเที่ยวสูงอายุชาวไทย พบว่า กิจกรรมทางการตลาดในวัดไร่ขิง ได้แก่ กิจกรรมเข้าร่วมพิธีกรรม กิจกรรมการพักผ่อนหย่อนใจ กิจกรรมการปฏิบัติธรรม กิจกรรมการเป็นที่พึ่งทางใจ กิจกรรมสืบทอดพระพุทธศาสนา และกิจกรรมเข้าวัดอุ้มบาตร เป็นกิจกรรมที่ทำให้นักท่องเที่ยวสูงอายุชาวไทยกลับมาเที่ยวซ้ำในอนาคต ส่วนกิจกรรมอื่นๆ ที่มีการจัดในวัด เช่น กิจกรรมเข้าพรรษา ออกพรรษา ตักบาตรเทโว ให้อาหารปลาหน้าวัด การถวายดอกไม้ธูปเทียนเพื่อสักการะหลวงพ่อดำวัดไร่ขิง เป็นต้น สิ่งเหล่านี้นักท่องเที่ยวรู้สึกถึงการมีส่วนร่วมเกี่ยวกับกิจกรรมของทางวัด รวมถึงจะได้พัฒนาจิตใจและใช้ชีวิตอย่างสงบ

วาสนา สุวรรณวิจิตร (2561) ได้ศึกษากิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์สำหรับกลุ่มนักท่องเที่ยวสูงอายุพื้นที่ชุมชนลุ่มน้ำคลองป่าพะยอม-คลองท่าแนะ จังหวัดพัทลุง พบว่า การ

ประเมินเลือกกิจกรรมใช้ได้แก่ ความน่าสนใจ ความเป็นเอกลักษณ์ ความเหมาะสมกับพื้นที่ ความพร้อมในการดำเนินการ และประโยชน์ที่จะได้รับ ที่ออกแบบเป็นชุดกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์สำหรับนักท่องเที่ยวสูงอายุ โดยใช้เวลา 1-2 วัน จำนวน 4 กิจกรรม คือ 1) การเรียนรู้การทำน้ำสมุนไพร 2) เรียนรู้การทำข้าวยาสมุนไพร 3) เรียนรู้ตำรับยาสมุนไพรแผนโบราณ และ 4) เรียนรู้ประวัติศาสตร์วัดเขาอ้อ กิจกรรมเหล่านี้เป็นการส่งเสริมให้มือนักท่องเที่ยวเข้ามาตลอดทั้งปี ชุมชนมีความภูมิใจในมรดกทางวัฒนธรรม และสามารถสร้างความยั่งยืนให้กับชุมชนในระยะยาว

จิราวดี รัตนไพฑูรย์ชัย (อ้างใน ลัดดา ศรีอัมพรเอกกุล, & อีระวัฒน์ จันทิก, 2562) กล่าวว่า กลุ่มนักท่องเที่ยวผู้สูงวัยนั้นจะมีพฤติกรรมและรูปแบบในการเดินทางท่องเที่ยวที่แตกต่างจากนักท่องเที่ยวกลุ่มอื่นๆ กล่าวคือ 1. เน้นการท่องเที่ยวและบริการที่มีคุณภาพดี 2. เน้นคุณค่า 3. เน้นการซื้อด้วยเหตุผลไม่ใช่อารมณ์ และ 4. เน้นให้ความสำคัญกับความพึงพอใจเป็นหลัก โดยส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการพักระยะยาวและใช้จ่ายสูง เนื่องจากมีเงินเก็บจึงมีความสามารถในการซื้อสูง

สวิษฐา ศุภอุดมฤกษ์ ตรีรัตน์ และคณะ (2558) การศึกษาและพัฒนาทักษะชุมชนในการสร้างเส้นทางและโปรแกรมท่องเที่ยว ตามแนวคิด Green Tourism อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่ วัตถุประสงค์เพื่อศึกษา 1) ฐานข้อมูลทรัพยากรที่มีอยู่เดิมในชุมชนแบบมีส่วนร่วม เพื่อออกแบบกิจกรรมที่เหมาะสมกับฐานทรัพยากรท้องถิ่น 2) ความรู้และทักษะชุมชนด้านการจัดทำ เส้นทางและโปรแกรมการท่องเที่ยวสีเขียว (ไม่ทำลายสิ่งแวดล้อม) รวมถึงการให้บริการด้านการท่องเที่ยว และ 3) กระบวนการเรียนรู้ของชุมชนด้านการจัดทำเส้นทางและโปรแกรมการท่องเที่ยวสีเขียวของชุมชน ผลการศึกษาพบว่า บ้านเมืองก๊ิดมีทรัพยากรการท่องเที่ยวโดดเด่นในด้านวิถีชีวิตและวัฒนธรรมท้องถิ่น ได้แก่ การแสดงดนตรีพื้นเมือง เรียนทำอาหารพื้นเมืองและขนมพื้นเมือง อาชีพจักสานและโคมไฟญี่ปุ่น บายศรีสู่ขวัญ นวดแผนไทย ชีช้าง ล่องแพยาง ชมสวนผลไม้ตามฤดูกาล ชม ผัก สวนครัว วัดเมืองก๊ิด และเส้นทางน้ำตกตาดหมอก ส่วนที่เหลือจะต้องเป็นกิจกรรมตามฤดูกาล เช่น ประเพณีต่างๆ เช่น ลอยกระทง สงกรานต์ และสงฆ์พระธาตุส่วนบ้านแม่ตะมานมีเป้าหมายในการ จัดการท่องเที่ยวในรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงอาสาสมัคร (Volunteer Tourism) และการท่องเที่ยวเชิงนิเวศ มีกิจกรรมท่องเที่ยวตลอดทั้งปีคือ กิจกรรมเดินศึกษาธรรมชาติเส้นทางอนุรักษ์พันธุ์พืช กิจกรรมแปรรูปผลิตภัณฑ์โดยใช้วัตถุดิบในท้องถิ่น และกิจกรรมนักศึกษาแพทย์อาสาสมัคร ซึ่ง ประสานความร่วมมือกับอนามัยประจำตำบล

แสนไชย จันทรประยูรและสวิษฐา ศุภอุดมฤกษ์ตรีรัตน์ (2561) ทำการวิจัยการพัฒนาโปรแกรมและกิจกรรมท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์แบบมีส่วนร่วมบนพื้น ฐานข้อมูลแผนที่สีเขียว (Green Map) ของชุมชนบ้านโป่ง อ.สันทราย จ.เชียงใหม่ อรจนา ผลวิจัยพบว่า ชุมชน ได้ร่วมการสังเคราะห์ทรัพยากรที่มีอยู่ทำให้เกิดกระบวนการร่วมกันวางแผนพัฒนาโปรแกรมการท่องเที่ยว

และกิจกรรมท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์บนพื้นฐานข้อมูลแผนที่สีเขียว โดยโปรแกรมที่ถูกพัฒนาแล้ว คือ โปรแกรมศึกษาธรรมชาติ และโปรแกรมศึกษาวิถีชีวิตชุมชน ทศนคติของนักท่องเที่ยวต่อโปรแกรมอยู่ใน ระดับมาก ระดับการมีส่วนร่วมในการพัฒนาโปรแกรมและกิจกรรมท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์อยู่ในระดับมาก และระดับทัศนคติต่อการเรียนรู้ด้านการจัดทำโปรแกรมและกิจกรรมท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์ในระดับดีมาก รูปแบบกระบวนการเรียนรู้ของชุมชนมีดังนี้ 1) กระบวนการได้มีการนำเอากระบวนการมีส่วนร่วมเข้ามา ประยุกต์ใช้ตั้งแต่ร่วมคิด วางแผน ลงมือปฏิบัติ และติดตามประเมินผล 2) ผลผลิต คือ รูปแบบในการเรียนรู้ ของชุมชนด้านการจัดทำโปรแกรมการท่องเที่ยวบนพื้นฐานข้อมูลแผนที่สีเขียว 3) ผลลัพธ์ ชุมชนได้ ตระหนัก ถึงบทบาทการเป็นเจ้าของ ในการดูแล จัดสรรและอนุรักษ์ทรัพยากรที่มีอยู่ในชุมชน

Boomer Travel Trend, 2560 (TAT review, 2563) รายงานว่าชาวบูมเมอร์ มากถึง 99 เปอร์เซ็นต์ ชื่นชอบการเดินทางท่องเที่ยวเพื่อการพักผ่อน มากกว่าเดินทางท่องเที่ยวเพื่อธุรกิจ และคนกลุ่มนี้เป็นกลุ่มมีศักยภาพในการเดินทางและมีเงินเก็บเพื่อที่จะใช้จ่ายหลักเกษียณ และเมื่อคนกลุ่มนี้เข้าสู่วัยเกษียณ จะมีความต้องการดังต่อไปนี้ 1. ต้องการความสะดวกสบายมาก่อน (Convenience Over Cost) 2. ตามใจตนเอง (Self-Indulgence) 3. มีความต้องการการดูแลสุขภาพใส่ใจอย่างเป็นพิเศษ (Health & Mobility Issues) และ 4. ต้องการข้อเสนอพิเศษ (Special Dealings)

กฤตชนพัชญ์ บุญช่วย (2565) ได้ทำการวิจัย แนวทางการพัฒนากิจกรรมนันทนาการและการท่องเที่ยวสำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดสมุทรสาคร พบว่า พฤติกรรมและความต้องการกิจกรรมนันทนาการต่อการกำหนดรูปแบบกิจกรรมนันทนาการเพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยวสำหรับผู้สูงอายุ ได้แก่ กิจกรรมท่องเที่ยวธรรมชาติ กิจกรรมการวิ่งออกกำลังกายและกิจกรรมโยคะ กิจกรรมท่องเที่ยวทางวัฒนธรรม กิจกรรมร่ำวง เต้นรำ หมากรุก การจัดสัมมนาสำหรับผู้สูงอายุ และกิจกรรมเหล่านี้สามารถเริ่มจากการพัฒนาหน่วยงานที่เกี่ยวข้องและกำหนดนโยบายให้การสนับสนุนอย่างต่อเนื่อง

สุรีย์ ธนรมิกบวรและคณะ (2559) ได้ศึกษา การพัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวเพื่อการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุตามวิถีวัฒนธรรมสุขภาพลุ่มแม่น้ำโขง (หมู่บ้านชะจอม) จังหวัดอุบลราชธานี พบว่า บริบทพื้นที่ สภาพภูมิศาสตร์ แหล่งท่องเที่ยว และชุมชนมีศักยภาพในการจัดการท่องเที่ยว นักท่องเที่ยวผู้สูงอายุมีความสุขและมีความพอใจจากการเข้าร่วมโปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของรูปแบบการท่องเที่ยวเพื่อส่งเสริมสุขภาพตามวิถีวัฒนธรรมสุขภาพลุ่มแม่น้ำโขง (ชะจอมโมเดล) ประกอบด้วยองค์ประกอบที่ 1 กิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุแบบองค์รวม องค์ประกอบที่ 2 ทูทางสังคม องค์ประกอบที่ 3 การบริหารจัดการตามแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง และองค์ประกอบ

ที่ 4 การส่งเสริมสุขภาพเหมาะสมกับวัย และผลงานวิจัยนี้ถ้ามีการพัฒนาตามข้อเสนอแนะทั้งเชิงนโยบายที่มีความร่วมมือกันระหว่างหน่วยงานด้านการท่องเที่ยว ด้านการปกครอง สถาบันการศึกษาร่วมมือกันจากชุมชนที่มีความพร้อมเพื่อรองรับสังคมผู้สูงอายุจะเป็นกิจกรรมที่มีระบบการจัดการตามแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงจะเป็นโมเดลที่สามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้เป็นอย่างดี

Figueira, Figueira, Corradi-Perini, Martínez-Rodríguez, Figueira, da Silva, & Dantas (2021) ได้ศึกษา กิจกรรมทางกายภาพและคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุอย่างยั่งยืน พบว่า กิจกรรมทางกาย (PA) ช่วยเพิ่มคุณภาพชีวิต (QOL) ของผู้สูงอายุ เพิ่มสุขภาพโดยรวมและความเป็นอยู่ที่ดี และทำให้พวกเขาสามารถควบคุมชีวิตของตนเองได้และมีความสัมพันธ์อย่างมากกับการสูงวัยอย่างยั่งยืน โดยกิจกรรมที่ทำเป็นประจำมีการเดินขึ้นบันได ขัปรถยนต์เดินทาง เรียนรู้ อ่านหนังสือ รวมถึงการดูทีวีระหว่างช่วงเวลาพักผ่อน มีการเดิน วิ่ง โยคะ การต่อยมวย ฟิลาทิส เป็นต้น โดยใช้เวลาประมาณ 30 นาที 3 วันต่อสัปดาห์ กระบวนการสูงวัยเกี่ยวข้องกับปัจจัยทางชีววิทยา วัฒนธรรม สังคม จิตวิทยา สิ่งแวดล้อม ประวัติศาสตร์ การเมือง และเศรษฐกิจ ทำให้เกิดลักษณะทางสังคมที่แตกต่างกันของผู้สูงอายุและผู้สูงวัย การบูรณาการเข้ากับสภาพแวดล้อมทางสังคม การมีปฏิสัมพันธ์ การแสดงความคิดเห็น การมีส่วนร่วมในการดำเนินการทางสังคม การรับรู้ถึงความต้องการ และโอกาสในการได้รับความสุขและความรู้สึกเติมเต็มในทุกๆระดับคือลักษณะหนึ่งของ QOL การเปลี่ยนแปลงที่ยั่งยืนจำเป็นต้องเปลี่ยนพฤติกรรม ค่านิยม ปรัชญาชีวิต และการยอมรับตนเอง และการเปลี่ยนแปลงอย่างรุนแรงในกระบวนการสูงวัย จากความเสื่อมโทรมไปสู่ความชราภาพ ดังนั้น การส่งเสริมกิจกรรมดังกล่าวเป็นความท้าทายส่วนบุคคลและระบบสุขภาพของสังคม กระบวนการต่าง ๆ สามารถถึงความสามารถในการแสดงออกทางสังคมและการเมืองเพื่อสร้างศักดิ์ศรีส่วนบุคคลที่จะเติบโตที่มีลักษณะเฉพาะตัว

Przybysz & Stanimir (2022) ได้ศึกษา ความต้องการที่เกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวในบริบทของการใช้ชีวิตและสภาพสังคมของผู้สูงอายุโดยเลือกผู้ตอบแบบสอบถามที่มีอายุตั้งแต่ 65 ปีขึ้นไป เพื่อเปรียบเทียบประเทศเนื่องจากการกีดกันและการไม่เข้าร่วมของผู้สูงอายุในการท่องเที่ยว ใช้การจำแนกประเภทผลลัพธ์ ในการวิเคราะห์พฤติกรรมการท่องเที่ยวของผู้สูงอายุ ชาวโปแลนด์ การวิเคราะห์การติดต่อทางจดหมาย ตามที่ระบุโดยการวิเคราะห์สาเหตุของการไม่เข้าร่วมการท่องเที่ยวของชาวยุโรปที่มีอายุ 65 ปีขึ้นไป ในประเทศส่วนใหญ่ เหตุผลทางการเงินและสุขภาพอยู่ในอันดับที่หนึ่งหรือสองในปี 2559 และ 2562 ในการสำรวจผู้สูงอายุชาวโปแลนด์ ยกเว้น

เหตุผลทางการเงิน รับผิดชอบการไม่มีส่วนร่วมในการท่องเที่ยว อุปสรรคเพิ่มเติม คือ อุปสรรคด้านภาษาในการท่องเที่ยวต่างประเทศ การวิเคราะห์กิจกรรมทางกายและการท่องเที่ยว พบว่า การไม่มีส่วนร่วมในการท่องเที่ยวมีความสัมพันธ์กับกิจกรรมทางกายที่ต่ำ ผู้หญิงรายงานว่าพวกเขาพอใจกับความที่เป็นอิสระทางการเงินและส่วนใหญ่มักจะใช้โอกาสในการท่องเที่ยวระยะสั้น ผู้ที่มีส่วนร่วมอย่างเต็มที่หรือส่วนใหญ่ในการจัดทริปของพวกเขาได้เต็มใจที่จะเปลี่ยนสถานที่ในระหว่างการเดินทางครั้งต่อไป

Qiao, Ding, Xiang, Prideaux, & Xu (2022) ได้ศึกษา การทำความเข้าใจคุณค่าของการท่องเที่ยวต่อสุขภาพของผู้สูงอายุและการสูงวัยในเชิงบวกการศึกษา พบว่า กรอบการทำงานที่แท้จริงของค่านิยมการท่องเที่ยวสูงวัยเชิงรุกสำหรับผู้สูงอายุนั้นมีความต่อเนื่องสามขั้นตอน ปฏิสัมพันธ์ และลักษณะการวางแผน มีตัวขับเคลื่อนค่านิยมหลัก 6 ประการ ของมูลค่าการท่องเที่ยวและสาธารณสุขสำหรับผู้สูงอายุ คือ 1) คุณค่าทางด้านสังคม เช่น การคิดเชิงบวก อารมณ์ 2) คุณค่าทางจิตวิญญาณ เช่น ความเชื่อ ศาสนา 3) คุณค่าในการสนับสนุนเครื่องมือ เช่น กิจกรรมส่งเสริม ความเห็นอกเห็นใจกัน 4) คุณค่าของประสบการณ์การเดินทางครั้งที่ผ่านมา เช่น ทักษะ การจดจำ ประสบการณ์ และ เหตุการณ์ต่างๆ 5) คุณค่าชุมชนท่องเที่ยว เช่น การสร้างความสัมพันธ์ การไว้วางใจกัน การมีส่วนร่วม และ 6) คุณค่าของการท่องเที่ยว เช่น การสื่อสารด้านอารมณ์ ความสุข การสนับสนุนด้านสังคม และทางกายภาพ นอกจากนี้ การศึกษานี้ยังระบุลักษณะส่วนบุคคลและจุดแข็งของผู้สูงอายุว่ามีอิทธิพลสำคัญต่อค่านิยมการท่องเที่ยวสำหรับผู้สูงอายุที่กระตือรือร้นและสุขภาพของประชาชน การศึกษานี้ให้แนวทางการวิจัยทางจิตวิทยาและพฤติกรรมเชิงบวกสำหรับการวิจัยที่มีอยู่เกี่ยวกับคุณค่าของการท่องเที่ยวในวัยสูงอายุที่กระตือรือร้นและเป็นพื้นฐานเชิงประจักษ์สำหรับการสำรวจกลไกภายในของการท่องเที่ยวและสาธารณสุข

Gao, Li, Huang, & Shen (2022) ได้ศึกษาเกี่ยวกับ ความสุขของผู้สืบทอดและปัจจัยที่เกี่ยวข้องในมรดกวัฒนธรรมที่จับต้องไม่ได้ ผลการวิจัยพบว่า 1) โดยทั่วไป ผู้สืบทอดมรดกวัฒนธรรมที่จับต้องไม่ได้ รายงานระดับความสุขที่แท้จริงในระดับสูงทั้งห้ามิติของแบบจำลอง PERMA 2) สำหรับการมีส่วนร่วมกับงาน ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล การรับรู้ความหมายและความรู้สึกของความสำเร็จ วิธีการที่ผู้สืบทอดประสบกับมิติทั้งสี่นี้แตกต่างกันอย่างมากขึ้นอยู่กับโหมดการสืบทอด 3) ปัจจัยหลักที่ส่งผลต่อความสุขที่แท้จริงของผู้รับมรดก ได้แก่ ความรู้สึกส่วนตัว ความใส่ใจทางสังคม ผลประโยชน์เชิงนโยบาย และผลประโยชน์ทางเศรษฐกิจ และ 4) ผู้สืบทอดมรดกวัฒนธรรมที่จับต้องไม่ได้ และการท่องเที่ยวก่อตัวเป็นระบบที่แยกกันไม่ออก พวกเขาส่งเสริม

และมีปฏิสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน มุมมองใหม่สำหรับการพัฒนาต่อไปของผู้สืบทอดและการท่องเที่ยวเชิงมรดกทางวัฒนธรรม

Balderas-Cejudo & Patterson (2023) ได้ศึกษาด้านการท่องเที่ยวเป็นวิธีการแห่งความสุขและความเป็นอยู่ที่ดีของผู้เดินทางสูงอายุ การค้นพบนี้จะช่วยให้เข้าใจลึกซึ้งยิ่งขึ้นเกี่ยวกับความสัมพันธ์ที่อาจเกิดขึ้นระหว่างการท่องเที่ยวกับสุขภาพจิต เพื่อตัดสินใจว่าการท่องเที่ยวสามารถส่งผลดีต่อชีวิตของผู้คนและทำให้พวกเขารู้สึกมีความสุขหรือไม่

การศึกษาและวิเคราะห์งานวิจัยที่ได้รับการนำเสนอข้างต้นได้เน้นไปที่กลุ่มประชากรผู้สูงอายุที่มีความแตกต่างในการท่องเที่ยวและกิจกรรมนันทนาการเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มนักท่องเที่ยวทั่วไปที่อาจจะมีข้อจำกัด เพื่อความใส่ใจเป็นพิเศษต่อปัญหาด้านสุขภาพและความสะดวกสบายรวมถึงการวางแผนทำโครงสร้างพื้นฐานที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ พร้อมทั้งการพัฒนา กิจกรรม ที่ทำให้นักท่องเที่ยวสูงอายุ กลับมาเที่ยวซ้ำในอนาคตได้ ซึ่งงานวิจัยเหล่านี้ มีความสำคัญ เป็นอย่างมาก ทั้งในการเข้าใจในรายละเอียดพฤติกรรมของ นักท่องเที่ยวดังกล่าวและการพัฒนาโปรแกรม เพื่อความสุขที่ยั่งยืน

บทที่ 3

ระเบียบวิธีวิจัย

สาระสำคัญของบทนี้อธิบายเกี่ยวกับระเบียบวิธีวิจัยเพื่อตอบโจทย์การวิจัย โดยมีการแบ่งประเภทการวิจัยแบ่งเป็น การวิจัยเชิงคุณภาพ ประกอบด้วยประชากรและกลุ่มตัวอย่าง เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล การเก็บรวบรวมข้อมูล และการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ โดยมีรายละเอียดดังนี้

การวิจัยนี้ได้ออกแบบในลักษณะสร้างโมเดลความสุขผ่านเส้นทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุพื้นที่ขุนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี โดยเป็นวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ ใช้วิธีการบวนการคิดเชิงออกแบบ (Design Thinking Process) โดยมีการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) กระบวนการดังกล่าว รายละเอียดในลำดับต่อไปนี้จะขออธิบายถึงการศึกษาของพื้นที่ดังกล่าว โดยมีสาระสำคัญดังนี้

3.1 การวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research)

ในการศึกษาตามระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพโดยเน้นการทำความเข้าใจกระบวนการที่มีลักษณะเฉพาะเจาะจงของทั้ง 3 วัตถุประสงค์ 1) สังเคราะห์องค์ความรู้และปัจจัยสร้างสุขจากการท่องเที่ยวด้านการสร้างความสุขจากการท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุ พื้นที่ขุนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี 2) การพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงกิจกรรมสำหรับเส้นทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุพื้นที่ขุนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี และ 3) สร้างโมเดลความสุขผ่านเส้นทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุพื้นที่ขุนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี

นักวิจัยต้องการความคิดเห็นเชิงคุณภาพซึ่งเป็นการค้นหาทฤษฎีที่สร้างขึ้นจากข้อมูลเฉพาะกลุ่ม (Research than Theory) โดยต้องการทำความเข้าใจเชิงลึก (In-depth Understanding) และไม่มุ่งเน้นการอธิบายข้อมูลที่มีปริมาณมาก (Miles, M.B. and Huberman, A.M., 1994 และ Patton, M.Q., 2002) เนื่องจากสร้างโมเดลความสุขผ่านเส้นทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุพื้นที่ขุนทะเล จ.สุราษฎร์ธานีที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการมีส่วนร่วมโดยทำให้เกิดการพัฒนาที่มีกระบวนการพัฒนาการแบบมีส่วนร่วม ดังนั้น ผู้วิจัยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม (Participatory Action Research - PAR) โดยใช้กระบวนการ โดยใช้กระบวนการ 3 กระบวนการ

คือ 1. การสนทนากลุ่ม (Focus Group) 2. การสังเกตอย่างมีส่วนร่วม (Participant observation) และ 3. การสัมภาษณ์แบบเจาะลึก (In-depth Interview) โดยมีรายละเอียดดังนี้

3.2.1 การสนทนากลุ่ม (Focus Group) พร้อมกับการสังเกตอย่างมีส่วนร่วม (Participant observation) จำนวน 3 กลุ่ม โดยแบ่งเป็น 1) นักท่องเที่ยวสูงอายุ 2) หน่วยงานภาครัฐ 3) หน่วยงานเอกชน 4) ผู้มีส่วนได้ส่วนเสียด้านอุตสาหกรรมท่องเที่ยว กลุ่มละ 3-5 คน โดยทำการสนทนาในประเด็นด้านการแนวทางการพัฒนาทั้งหมด 2 ประเด็น คือ 1) กิจกรรมการท่องเที่ยวในบริเวณบึงขุนทะเลนี้มีความเหมาะสมกับกลุ่มผู้สูงอายุในกิจกรรมอะไรบ้าง และ 2) กิจกรรมการท่องเที่ยวอะไรบ้างที่คิดว่าจะมีเพิ่มขึ้นอีกได้อีก

3.2.2 การสัมภาษณ์ (In-depth Interview) สามารถเปิดมุมมอง ร่วมแบ่งปันระหว่างนักวิจัยและผู้เข้าร่วมซึ่งสามารถมีปฏิสัมพันธ์ในการเผชิญหน้าต่อหน้า เรียนรู้กระบวนการ การแลกเปลี่ยนกัน ผู้เข้าร่วมเป็นส่วนในการพัฒนาดังแต่ต้นจนจบกระบวนการ

3.2.3 ประชากรการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวกับการพัฒนารูปแบบการจัดการความปลอดภัยในแหล่งท่องเที่ยวของจังหวัดสุราษฎร์ธานี โดยแบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม ได้แก่

- 1) ตัวแทนผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในหน่วยงานทั้งภาครัฐ
- 2) ตัวแทนหน่วยงานภาคเอกชน/ผู้ประกอบการ
- 3) ตัวแทนจากนักท่องเที่ยวกลุ่มผู้สูงอายุ

3.2.4 กลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยได้กำหนดกลุ่มตัวอย่างผู้ให้ข้อมูลหลัก (Key Informants) ของผู้มีส่วนเกี่ยวข้องกับการพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงกิจกรรมสำหรับเส้นทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุพื้นที่ขุนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี โดยวิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่างจากการพิจารณากลุ่มบุคคลที่ให้ข้อมูลต่างกัน และไม่ใช้กลุ่มบุคคลใดเพียงกลุ่มเดียว ด้วยวิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ซึ่งเป็นการใช้วิจารณ์ญาณของผู้วิจัยในการพิจารณาที่เหมาะสมกับงานวิจัยที่ดำเนินการ (พัชนี เจริญรยา, 2558) ทั้งนี้ นักวิจัยได้กำหนดเกณฑ์ของผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการสร้างโมเดลความสุขผ่านเส้นทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุพื้นที่ขุนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี คือ ต้องมีประสบการณ์เกี่ยวกับการมีประสบการณ์ท่องเที่ยวในบึงขุนทะเล อย่างน้อย 2 ปี ทั้งทางตรงหรือทางอ้อม โดยมีหน้าการปฏิบัติงานเป็นส่วนหนึ่งในการท่องเที่ยว ผู้ออกแบบนโยบายและรูปแบบการท่องเที่ยวในรูปแบบหลากหลายที่สามารถนำนโยบายสู่การปฏิบัติ สำหรับนักท่องเที่ยว ผู้วิจัยได้กำหนดเกณฑ์ของผู้ให้ข้อมูล คือ เป็นนักท่องเที่ยวกลุ่มสูงอายุ ที่เดินทางมาท่องเที่ยวในแหล่งท่องเที่ยวในบริเวณบึงขุนทะเล

ตัวแทนภาคเทศก์ ที่ได้นำเที่ยวในจังหวัดสุราษฎร์ธานี ซึ่งนักวิจัยได้กำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างเชิงคุณภาพ Boeije (2009) กล่าวว่า ขนาดของกลุ่มตัวอย่างในงานวิจัยเชิงคุณภาพควรมี 6-10 คน ขณะที่ Patton (2002) กล่าวว่า ไม่มีกฎตายตัวในการกำหนดหรือระบุกลุ่มตัวอย่างสำหรับงานวิจัยเชิงคุณภาพ ขึ้นอยู่กับจุดมุ่งหมายในการทำวิจัย นักวิจัยต้องการของข้อมูลและเวลาที่ท่ามีความเหมาะสม โดย Glaser and Strauss (2017) กล่าวว่า การเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพจะหยุดเมื่อมีข้อมูลที่ซ้ำกันหรืออิ่มตัว ดังนั้น ผู้วิจัยจึงเลือกกลุ่มตัวอย่างตามเกณฑ์ของผู้ให้ข้อมูลแบบเจาะจง ดังตารางที่ 3.2 โดยจำแนกได้ ดังนี้

ตารางที่ 3.1 แสดงการจำแนกกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่าง	การจำแนกกลุ่มตัวอย่าง	จำนวน (คน)
ตัวแทนผู้มีส่วนเกี่ยวข้องใน หน่วยงานภาครัฐ (G)	ตัวแทนหน่วยงานเทศบาลนครสุราษฎร์ธานี (G1)	1
	นายอำเภอเมืองฯ จ.สุราษฎร์ธานี (G4)	1
	ตัวแทนสำนักงานท่องเที่ยวและกีฬา (G7)	1
ตัวแทนผู้มีส่วนเกี่ยวข้องใน หน่วยงานภาคเอกชน (P)	ตัวแทนเจ้าหน้าที่ชมรมผู้สูงอายุจ.สุราษฎร์ธานี (P1-P2)	2
	ตัวแทนภาคเทศก์ (P3)	1
	นายกสมาคมส่งเสริมการท่องเที่ยวจังหวัดสุราษฎร์ธานี (P4)	1
ตัวแทนนักท่องเที่ยวสูงอายุ (AG)	นักท่องเที่ยวสูงอายุ 1 (AG1)	1
	นักท่องเที่ยวสูงอายุ 2 (AG2)	1
	นักท่องเที่ยวสูงอายุ 3 (AG3)	1
	นักท่องเที่ยวสูงอายุ 4 (AG4)	1
รวม		11

จากตารางที่ 3.2 ผู้วิจัยเริ่มจากการสุ่มกลุ่มตัวอย่างโดยอาศัยเกณฑ์แบบเจาะจง ประกอบการพิจารณาเพื่อให้ได้กลุ่มผู้ให้ข้อมูลที่สำคัญจนสามารถนำมาสร้างตารางสำหรับการจำแนก

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัย โดยผู้วิจัยเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจงจากตัวแทนผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในหน่วยงานภาครัฐ ตัวแทนผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในหน่วยงานภาคเอกชน ตัวแทนชุมชนที่เกี่ยวกับพื้นที่ท่องเที่ยว และตัวแทนนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ รวมทั้งหมด 11 คน สามารถได้ข้อมูลที่หลากหลายเกี่ยวกับการพัฒนาพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงกิจกรรมสำหรับเส้นทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุ พื้นที่ขุนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี เป็นส่วนสำคัญที่สามารถช่วยในการตรวจสอบข้อมูลแบบสามเส้า (Triangulation) และนำมาสู่ข้อมูลที่ได้รับครบถ้วน ครอบคลุม และสามารถตอบโจทย์วัตถุประสงค์วิจัย

3.2.5 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้เครื่องมือ 2 ประเภท คือ 1) เครื่องมือสำหรับการสำรวจภาคสนาม ได้แก่ เครื่องบันทึกเสียง สมุดจดบันทึกพร้อมเครื่องเขียน และกล้องถ่ายภาพ และ 2) แบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง 2 ฉบับ คือ แบบสัมภาษณ์สำหรับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในจังหวัดสุราษฎร์ธานีทั้งภาครัฐ ภาคเอกชน/ผู้ประกอบการ และตัวแทนนักท่องเที่ยวสูงอายุ โดยแบบสัมภาษณ์ทั้ง 2 ฉบับ มีข้อความ ดังนี้

แบบสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้างจะใช้คำถามแบบปลายเปิด (Open-ended Question) สำหรับการได้ถึงคำตอบตามวัตถุประสงค์ของงานวิจัย ใช้สำหรับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในจังหวัดสุราษฎร์ธานีทั้งภาครัฐ และเอกชน/ผู้ประกอบการ ประกอบด้วย 2 ส่วน มีรายละเอียดดังนี้

ส่วนที่ 1 เป็นข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ให้สัมภาษณ์ ประกอบด้วย ชื่อ เพศ อายุ อาชีพ ตำแหน่ง และที่อยู่

ส่วนที่ 2 ความเหมาะสมกับกิจกรรมการท่องเที่ยว แบ่งเป็น 2 ประเด็นคือ 1) กิจกรรมการท่องเที่ยวในบริเวณบึงขุนทะเลนี้มีความเหมาะสมกับกลุ่มผู้สูงอายุในกิจกรรมอะไรบ้าง และ 2) กิจกรรมการท่องเที่ยวอะไรบ้างที่คิดว่าจะมีเพิ่มขึ้นอีกได้อีก

3.2.6 การทดสอบคุณภาพของเครื่องมือ

ในการศึกษาครั้งนี้ สำหรับการทดสอบเครื่องมือของงานวิจัยเชิงคุณภาพของแบบสัมภาษณ์ เริ่มจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง คือ หนังสือทางวิชาการ บทความ สารนิพนธ์ วิทยานิพนธ์ รายงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เอกสารเผยแพร่ของหน่วยงานที่เกี่ยวกับความเหมาะสมกับกิจกรรมการท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุ วารสารต่าง ๆ และข้อมูลจากระบบอินเทอร์เน็ต เมื่อศึกษาข้อมูลดังกล่าวแล้วจึงสร้างแบบสัมภาษณ์ที่จะนำไปสู่การตอบโจทย์งานวิจัย ผู้วิจัยนำแบบสัมภาษณ์เสนอต่อ

ผู้ทรงคุณวุฒิเพื่อตรวจสอบความสอดคล้องของข้อคำถามกับวัตถุประสงค์วิจัย การใช้ภาษา ความถูกต้อง และข้อเสนอแนะเกี่ยวกับข้อคำถาม จากนั้นนำมาแก้ไขตามคำแนะนำ จนได้คำถามที่มีความถูกต้อง ครบถ้วน และสมบูรณ์ สามารถนำไปใช้เก็บข้อมูลกับผู้ให้ข้อมูลได้ โดยมีปรับข้อคำถามปรับภาษาให้เข้าใจมากขึ้นและยกตัวอย่างเพิ่มเติม

3.2.7 การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้ดำเนินการเตรียมพร้อมก่อนลงพื้นที่นักวิจัยทบทวนแบบสัมภาษณ์เพื่อทำความเข้าใจข้อคำถามและประเด็นสำคัญในการสัมภาษณ์ โดยนักวิจัยทำหน้าที่สัมภาษณ์ตามแนวคำถามที่กำหนดและมีผู้ช่วยวิจัยคอยจดบันทึกด้วยการบันทึกเทปและการจดการสนทนาพร้อมกับสิ่งอำนวยความสะดวกต่อการสนทนา เช่น แอปพลิเคชันอัดเสียงในโทรศัพท์มือถือ กล้องถ่ายรูป เป็นต้น

3.2.7 การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ

การวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content Analysis) ดำเนินการตามหลักการรังสรรค์วิทยา (Constructivism) โดยทำการตีความหมายและแบ่งหมวดหมู่ เปรียบเสมือนกับการวิเคราะห์ข้อมูลโดยจำแนกข้อมูลจากหลากหลายแหล่งกลุ่มบุคคลมาบูรณาการเชื่อมต่อเสริมกันและกัน (Embedded Multiple Cases) ที่เป็นการรวมข้อมูลผสมผสานกัน และนำมาประกอบสร้างซึ่งประเด็นที่สำคัญ จากโครงการวิจัยย่อย

บทที่ 4

สรุปผล

สรุปผลวัตถุประสงค์ที่ 1 สังเคราะห์องค์ความรู้และปัจจัยสร้างสุขจากการท่องเที่ยวด้านการสร้างความสุขจากการท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุ พื้นที่ขุนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี

การสร้างโมเดลความสุขของการท่องเที่ยวมีพื้นฐานมาได้สังเคราะห์องค์ความรู้ที่สำคัญในด้านการท่องเที่ยวและมีความสุขจากการท่องเที่ยว โดยมีรายละเอียดดังนี้

1. แนวคิดความสุข (Happiness Concept)

แนวคิดความสุขในด้านการท่องเที่ยวมักมาจากการศึกษาความพึงพอใจของนักท่องเที่ยว ความสุขถูกกำหนดโดยการรับรู้และประสบการณ์ที่ได้รับจากการท่องเที่ยว รวมถึงปัจจัยต่างๆ เช่น คุณภาพของบริการ การตอบสนองต่อความคาดหวัง และประสบการณ์โดยรวม

2. การพัฒนาอัตลักษณ์ (Self-Determination Theory - SDT)

เน้นการตอบสนองต่อความต้องการพื้นฐานสามอย่างคือ ความเป็นอิสระ (autonomy) ความสามารถ (competence) และความสัมพันธ์ (relatedness) การท่องเที่ยวที่ออกแบบมาเพื่อตอบสนองความต้องการเหล่านี้สามารถเพิ่มความสุขของนักท่องเที่ยวได้ เช่น การจัดกิจกรรมที่เสริมสร้างความสามารถ การมีส่วนร่วมในกิจกรรมที่สร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น และการมีอิสระในการเลือกกิจกรรมตามความสนใจของตนเอง

3. การไหล (Flow Theory)

อธิบายถึงสถานะที่บุคคลมีส่วนร่วมในกิจกรรมอย่างเต็มที่จนลืมเวลาและรู้สึกพึงพอใจในการสร้างกิจกรรมท่องเที่ยวที่ทำหายพอดีและทำให้นักท่องเที่ยวมีส่วนร่วมอย่างเต็มที่ที่สามารถนำไปสู่การประสบการณ์ความสุขที่ยาวนาน

4. ความคาดหวังและความพึงพอใจ (Expectation-Disconfirmation Theory)

ความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวเกิดขึ้นจากการเปรียบเทียบระหว่างความคาดหวังที่มีต่อการท่องเที่ยวกับประสบการณ์ที่ได้รับจริง หากประสบการณ์ตรงตามหรือเกินความคาดหวัง นักท่องเที่ยวจะรู้สึกพึงพอใจและมีความสุขมากขึ้น

5. การท่องเที่ยวเพื่อสุขภาพ (Health Tourism Theory)

เน้นการเชื่อมโยงระหว่างการท่องเที่ยวและสุขภาพ การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ (health tourism) เช่น การทำโยคะ การเดินป่า หรือการทำสมาธิ สามารถช่วยเพิ่มความสุขและความพึงพอใจของนักท่องเที่ยว โดยการส่งเสริมสุขภาพกายและจิตใจ

การศึกษาที่ได้มีการนำเสนอข้างต้นเกี่ยวกับการท่องเที่ยวของผู้สูงอายุในพื้นที่ขุนทะเล จังหวัดสุราษฎร์ธานี ได้เปิดเผยถึงความสำคัญของกิจกรรมท่องเที่ยวในการสร้างความสุข โดยมุ่งเน้นไปที่ปัจจัยต่าง ๆ ที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในการท่องเที่ยว ดังนี้

4.1 การเสริมสร้างคุณภาพชีวิตผ่านการท่องเที่ยว การท่องเที่ยวในพื้นที่ขุนทะเลช่วยเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ โดยมอบประสบการณ์ใหม่ ๆ และเปิดโอกาสให้พวกเขาได้สัมผัสกับธรรมชาติ และวัฒนธรรมท้องถิ่นอย่างใกล้ชิด นอกจากนี้ ยังเป็นโอกาสที่ผู้สูงอายุจะได้รับการอนุรักษ์และเข้าใจถึงความสำคัญของธรรมชาติและวัฒนธรรมท้องถิ่น ที่อาจส่งผลต่อการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตและความสุขในระยะยาวได้เช่นกัน การท่องเที่ยวในพื้นที่ขุนทะเลจึงเป็นอีกหนึ่งวิธีที่ช่วยขับเคลื่อนการพัฒนาและเสริมสร้างสุขภาพทางกายและจิตใจของผู้สูงอายุในชุมชนได้อย่างมีประสิทธิภาพอย่างแท้จริง

4.2 การสร้างความสัมพันธ์และการท่องเที่ยวในพื้นที่ขุนทะเลไม่เพียงแต่เสริมสร้างความสุขและคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเท่านั้น แต่ยังเป็นโอกาสที่เหมาะสมในการสร้างความสัมพันธ์และสังคมที่แข็งแกร่งขึ้นในชุมชนด้วย โดยเมื่อผู้สูงอายุได้ร่วมกิจกรรมท่องเที่ยวกับคนในวัยทำงานหรือครอบครัว จะสามารถเสริมสร้างความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดและเข้มแข็งขึ้นได้ ทำให้พวกเขารู้สึกมีส่วนร่วมในกิจกรรมชุมชน และมีความสำคัญต่อสังคมรอบข้างมากขึ้น การสร้างความสัมพันธ์และสังคมในชุมชนผ่านการท่องเที่ยวยังช่วยส่งเสริมความเข้าใจและการยอมรับต่อความแตกต่างของบุคคลในชุมชน โดยการมีโอกาสดำเนินการและสื่อสารกับคนในวัยทำงานหรือครอบครัวจากพื้นที่อื่น ๆ จะช่วยเสริมสร้างความเข้าใจและความรับผิดชอบต่อกัน เป็นพื้นฐานที่สำคัญในการสร้างสังคมที่มีความสัมพันธ์ที่ดีและความกระตือรือร้นในการพัฒนาชุมชนอย่างยั่งยืน

4.3 การส่งเสริมสุขภาพร่างกายและจิตใจการเข้าร่วมกิจกรรมท่องเที่ยวช่วยกระตุ้นการออกกำลังกายและรักษาสุขภาพทั้งร่างกายและจิตใจของผู้สูงอายุ การเข้าร่วมกิจกรรมท่องเที่ยวไม่เพียงแต่ช่วยในการพักผ่อนและสนุกสนานเท่านั้น แต่ยังมีผลต่อการส่งเสริมสุขภาพทั้งร่างกายและจิตใจของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญ โดยการเข้าร่วมกิจกรรมท่องเที่ยวจะกระตุ้นให้ผู้สูงอายุมีกิจกรรมทางกายอย่างสม่ำเสมอ ซึ่งสามารถช่วยเสริมสร้างการออกกำลังกายในรูปแบบต่าง ๆ ได้ เช่น เดินเท้า ปั่นเขา วิ่งจิ้งหรีด หรือกิจกรรม

ทางน้ำ เป็นต้น ซึ่งการออกกำลังกายเหล่านี้สามารถช่วยเสริมสร้างระบบทางเลือด ระบบหายใจ และระบบกล้ามเนื้อให้แข็งแรงขึ้น นอกจากนี้ยังช่วยลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคต่าง ๆ ได้ เช่น โรคหัวใจ โรคเบาหวาน และโรคความดันโลหิตสูง

นอกจากนี้ การเข้าร่วมกิจกรรมท่องเที่ยวยังมีผลดีต่อสุขภาพจิตของผู้สูงอายุด้วย โดยการออกไปสัมผัสกับธรรมชาติและบรรยากาศธรรมชาติที่สวยงาม ช่วยให้ความผ่อนคลายจิตใจและลดความเครียดได้ ทั้งยังเป็นโอกาสที่ดีในการสร้างความสุขและความพึงพอใจในชีวิต ซึ่งส่งผลให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น และสามารถมีสมาธิในการคิด และเฝ้าระวังสุขภาพของตนเองได้อย่างเหมาะสม

4.4 การเสริมสร้างความเชื่อมั่นและความสุขในชีวิต การได้รับประสบการณ์ใหม่ ๆ และความเป็นส่วนของกลุ่มชุมชนผ่านการท่องเที่ยว ช่วยเสริมความเชื่อมั่นและความสุขในชีวิตของผู้สูงอายุ โดยเมื่อพวกเขาได้สัมผัสกับประสบการณ์ใหม่ ๆ ที่น่าตื่นเต้นและน่าสนใจ จะเป็นการขับเคลื่อนและพัฒนาศักยภาพตนเองไปสู่ทิศทางที่ดีขึ้น ทำให้พวกเขามีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองและมองเห็นโอกาสที่มีอยู่รอบตัวมากขึ้น การเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มชุมชนผ่านการท่องเที่ยวยังช่วยเสริมสร้างความเชื่อมั่นและความสุขในชีวิตของผู้สูงอายุอีกด้วย โดยเมื่อพวกเขาได้มีโอกาสที่จะได้รับการยอมรับและเข้าร่วมกิจกรรมร่วมกับผู้อื่นในชุมชน จะเป็นการสร้างความสัมพันธ์และความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นในชุมชน ซึ่งส่งผลให้พวกเขารู้สึกถูกยอมรับและเชื่อมั่นในการมีส่วนร่วมและการเป็นส่วนหนึ่งของชุมชนอย่างแท้จริง ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยสร้างความสุขในชีวิตของพวกเขาอย่างยั่งยืนและมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นได้

ดังนั้น การท่องเที่ยวในพื้นที่ชุมชนช่วยสร้างความเชื่อมั่นและความสุขในชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญอย่างมาก โดยการได้รับประสบการณ์ใหม่ ๆ และเป็นส่วนของกลุ่มชุมชนผ่านการท่องเที่ยว เสริมความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง และเปิดโอกาสให้พวกเขามองเห็นโอกาสที่มีอยู่รอบตัวมากขึ้น อีกทั้งยังช่วยเสริมสร้างความสัมพันธ์และความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นในชุมชน ทำให้พวกเขารู้สึกถูกยอมรับและเชื่อมั่นในการมีส่วนร่วมและการเป็นส่วนหนึ่งของชุมชนอย่างแท้จริง สร้างความสุขในชีวิตอย่างยั่งยืนและมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นได้ ดังนั้น การส่งเสริมการท่องเที่ยวในพื้นที่ชุมชนจึงเป็นสิ่งที่มีความสำคัญและควรได้รับการสนับสนุนอย่างต่อเนื่องในชุมชนทุก ๆ แห่ง นอกจากนี้ยังเป็นการสร้างสังคมท่องเที่ยวที่แข็งแกร่งและยั่งยืนที่มีผลต่อการพัฒนาทางเศรษฐกิจและสังคมอย่างยั่งยืนอีกด้วย

สรุปผลวัตถุประสงค์ที่ 2 พัฒนาการท่องเที่ยวเชิงกิจกรรมสำหรับเส้นทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุในพื้นที่ขุนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี

การพัฒนาแหล่งท่องเที่ยวเชิงกิจกรรมสำหรับเส้นทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุในพื้นที่ขุนทะเล ที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการมีส่วนร่วมโดยทำให้เกิดการพัฒนาที่มีกระบวนการพัฒนาการแบบมีส่วนร่วม มีกลุ่มตัวอย่างทั้งตัวแทนผู้มีส่วนเกี่ยวข้องหน่วยงานภาครัฐ ภาคเอกชน และตัวแทนนักท่องเที่ยวสูงอายุ ทั้งหมด 11 คน ผู้วิจัยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม (Participatory Action Research - PAR) โดยใช้กระบวนการ โดยใช้กระบวนการ 3 กระบวนการ คือ 1. การสนทนากลุ่ม (Focus Group) 2. การสังเกตอย่างมีส่วนร่วม (Participant observation) และ 3. การสัมภาษณ์แบบเจาะลึก (In-depth Interview) โดยมีประเด็นด้านความเหมาะสมกับกิจกรรมการท่องเที่ยว แบ่งเป็น 2 ประเด็น กิจกรรมการท่องเที่ยวในบริเวณบึงขุนทะเลนี้มีความเหมาะสมกับกลุ่มผู้สูงอายุในกิจกรรมอะไรบ้าง และกิจกรรมการท่องเที่ยวอะไรบ้างที่คิดว่าจะมีเพิ่มขึ้นอีกได้อีก โดยมีรายละเอียดดังนี้

กิจกรรมท่องเที่ยวสำหรับผู้สูงอายุในบึงขุนทะเล จังหวัดสุราษฎร์ธานี เป็นสถานที่ท่องเที่ยวที่เต็มไปด้วยกิจกรรมที่เหมาะสมและสร้างความทรงจำดี ๆ สำหรับนักท่องเที่ยวสูงอายุ การจัดการและการพัฒนากิจกรรมในพื้นที่นี้สามารถใช้แคมเปญต่าง ๆ เช่น "Visit Khulay Happy Zone," "At Home a Way from Home," หรือ "Happiness Way to Surat" เพื่อดึงดูดและตอบสนองความต้องการของกลุ่มนักท่องเที่ยวสูงอายุได้อย่างมีประสิทธิภาพ

1. กิจกรรมที่มีประสบการณ์คุ้มค่ารอบบึงขุนทะเล

ปัจจุบันบึงขุนทะเลมีกิจกรรมที่หลากหลายและมีประสบการณ์คุ้มค่า รวมถึงการเสริมสร้างความทรงจำที่ดีให้กับนักท่องเที่ยวสูงอายุ กิจกรรมที่เป็นที่นิยมและเหมาะสมได้แก่:

1.1 ขั้บรอบบึง การขั้บรอบบึงเพื่อชมธรรมชาติและทัศนียภาพที่สวยงามเป็นวิธีการผ่อนคลายและเพลิดเพลิน

1.2 ให้อาหารลิง การให้อาหารลิงในพื้นที่ทำให้นักท่องเที่ยวได้สัมผัสกับธรรมชาติและสัตว์ป่าอย่างใกล้ชิด

1.3 ถ่ายรูปกับธรรมชาติ การถ่ายรูปกับธรรมชาติและทัศนียภาพสวยงามช่วยสร้างความทรงจำที่ดี

1.4 ปั่นจักรยานและวิ่งออกกำลังกาย กิจกรรมเหล่านี้ไม่เพียงแต่ช่วยส่งเสริมสุขภาพ แต่ยังเป็นวิธีที่ดีในการสัมผัสกับธรรมชาติ

- 1.5 แอโรบิกและบาสาโรบ การออกกำลังกายเช่นนี้ช่วยเสริมสร้างสุขภาพกายและใจ
- 1.6 ไหว้พระวัดสมหวัง กิจกรรมทางศาสนาช่วยให้ผู้สูงอายุรู้สึกสงบและผ่อนคลาย
- 1.7 ซิมกาแพและรับประทานอาหาร การผลิตเพลินกับอาหารและเครื่องดื่มในบรรยากาศที่เป็น

กันเอง

- 1.8 การตั้งเต็นท์ การตั้งเต็นท์พักแรมในพื้นที่นี้สร้างประสบการณ์การท่องเที่ยวที่น่าจดจำ

2. กิจกรรมชะลอวัยและกิจกรรมทางวัฒนธรรม

กิจกรรมพิเศษที่มีการจัดขึ้นเพื่อเสริมสร้างประสบการณ์และความทรงจำดีๆ ได้แก่

- 2.1 การทำกับข้าวหิวปีนโต การทำอาหารร่วมกันช่วยเสริมสร้างความสัมพันธ์และการเรียนรู้วัฒนธรรม

- 2.2 การตกบาตรทางน้ำ 108 องค์ กิจกรรมทางศาสนาที่เสริมสร้างความสงบและเป็นมงคล

- 2.3 การอาบแสงจันทร์ กิจกรรมพิเศษที่สร้างประสบการณ์ที่น่าประทับใจ

- 2.4 การทำไข่เค็มและผักผลไม้ปลอดสารพิษ กิจกรรมเหล่านี้ส่งเสริมการเรียนรู้และสร้างความ

สนุกสนาน

3. การแบ่งพื้นที่และกิจกรรมที่หลากหลาย

การแบ่งพื้นที่ทำกิจกรรมเป็นกิจกรรมสัมผัสน้ำและกิจกรรมสัมผัสธรรมชาติบนฝั่งเป็นแนวทางที่ดีในการจัดการพื้นที่:

- 3.1 กิจกรรมสัมผัสน้ำ เช่น การตกปลา การพายเรือ และการตกบาตรทางน้ำ

- 3.2 กิจกรรมสัมผัสธรรมชาติบนฝั่ง เช่น การเดิน การปั่นจักรยาน และการตั้งเต็นท์

4. การสร้างรายได้เสริมให้กับชุมชน

กิจกรรมท่องเที่ยวเหล่านี้ไม่เพียงแต่สร้างความสุขและความทรงจำที่ดีให้กับนักท่องเที่ยวสูงอายุ แต่ยังสามารถสร้างรายได้เสริมให้กับคนในชุมชนได้ด้วย เช่น การขายอาหารและเครื่องดื่ม การให้บริการเช่าอุปกรณ์ และการจัดกิจกรรมเสริมรายได้

5.การตั้งกติการ่วมกัน

การตั้งกติกาที่เหมาะสม เช่น การกำหนดปริมาณปลาที่ตกได้ต่อคน ช่วยให้กิจกรรมท่องเที่ยวเป็นไปอย่างยั่งยืนและรักษาสมดุลทางธรรมชาติ

การพัฒนากิจกรรมท่องเที่ยวในบึงขุนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี โดยคำนึงถึงความต้องการและความสุขของนักท่องเที่ยวสูงอายุ เป็นวิธีการที่มีประสิทธิภาพในการเสริมสร้างความทรงจำที่ดีและสร้างรายได้ให้กับชุมชน การใช้แคมเปญและกิจกรรมที่เหมาะสมสามารถช่วยในการประชาสัมพันธ์และดึงดูดนักท่องเที่ยวได้อย่างมีประสิทธิภาพ

กิจกรรมเหล่านี้มุ่งเน้นการส่งเสริมความสุขทางใจของผู้ท่องเที่ยวอีกด้วย โดยการเสนอประสบการณ์ท่องเที่ยวที่เป็นประสบการณ์ที่น่าสนใจและผ่อนคลาย มีความสุข และเติมเต็มความสุขในชีวิตของผู้ท่องเที่ยว ซึ่งอาจมาจากการสัมผัสกับธรรมชาติ การสัมผัสกับวัฒนธรรมท้องถิ่น หรือการเพลิดเพลินกับกิจกรรมนันทนาการต่างๆ ที่มีอยู่ในบริเวณนั้น ซึ่งการสร้างประสบการณ์ท่องเที่ยวที่มีความสุขจะช่วยเสริมสร้างความพึงพอใจและความสุขในชีวิตของผู้ท่องเที่ยวอย่างมีนัยสำคัญ

นอกจากนี้ บริเวณบึงขุนทะเลยังมีการเพิ่มเติมสิ่งอำนวยความสะดวกอีกด้วย เช่น การจัดทำที่พักที่มีคุณภาพและสะอาด เสนออาหารท้องถิ่นและอาหารคาว-หวานที่อร่อย มีห้องน้ำสาธารณะที่สะอาด และมีการบำรุงรักษาอย่างสม่ำเสมอ เต็มไปด้วยบริเวณจอดรถที่สะดวกสบาย และมีบริเวณให้บริการตั้งเตนท์สำหรับผู้ท่องเที่ยวที่ต้องการผ่อนคลายใต้ฟ้าท้องโลก การมีสิ่งอำนวยความสะดวกเหล่านี้ทั้งหมดช่วยเสริมสร้างประสบการณ์ท่องเที่ยวที่ดีและมีความสุขให้กับผู้ท่องเที่ยวอย่างมีคุณภาพ

สรุปผลวัตถุประสงค์ที่ 3 เพื่อสร้างโมเดลความสุขผ่านเส้นทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุในพื้นที่ขุนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี

การทำการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content Analysis) โดยใช้หลักการรังสรรค์วิทยา (Constructivism) เพื่อสร้างโมเดลความสุขผ่านเส้นทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุในพื้นที่ขุนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี เป็นกระบวนการที่มุ่งเน้นการสร้างความรู้และการรับรู้จากประสบการณ์ของผู้ร่วมมาอยู่ในสถานการณ์จริง โดยมองเห็นว่าความรู้และความเข้าใจของบุคคลนั้นถูกสร้างขึ้นจากประสบการณ์ การสื่อสาร และการปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมรอบข้าง ดังนั้น การวิเคราะห์เชิงเนื้อหาจะต้องดำเนินการ

โดยการตีความหมายและแบ่งหมวดหมู่เพื่อเข้าใจแนวคิดและปรากฏการณ์ที่เกี่ยวข้องกับความสุขของนักท่องเที่ยวยุคสูงอายุนในพื้นที่ขุนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี โดยใช้ขั้นตอนดังนี้

1. การเก็บข้อมูล การรวบรวมข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับประสบการณ์และสิ่งที่เกิดขึ้นในการท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวยุคสูงอายุ โดยอาจมีการใช้เทคนิคการสัมภาษณ์หรือการสำรวจความคิดเห็นเพื่อรวบรวมข้อมูลเชิงลึก
2. การวิเคราะห์เนื้อหา การสังเคราะห์เนื้อหาจะทำการตีความหมายของข้อมูลที่เก็บรวบรวมมาโดยการจำแนกประเด็นหลัก ๆ และหาความสัมพันธ์ระหว่างพวกเขา เช่น ประสบการณ์ในการท่องเที่ยวที่น่าสนใจ การมีส่วนร่วมกับชุมชน และการสัมผัสกับธรรมชาติ
3. การสร้างโมเดลความสุข การสร้างโมเดลความสุขผ่านเส้นทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวยุคสูงอายุนั้นจะใช้ข้อมูลที่ได้จากการวิเคราะห์เนื้อหา เพื่อสร้างโมเดลหรือแบบจำลองที่อธิบายถึงปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของพวกเขา เช่น ประสบการณ์ที่ท่องเที่ยว เชื่อมโยงกับความสุข การมีส่วนร่วมกับชุมชน และการสัมผัสกับธรรมชาติ
4. การตรวจสอบและการตีความ การตรวจสอบและการตีความโมเดลความสุขที่สร้างขึ้นจะต้องผ่านการตรวจสอบความถูกต้องและความเป็นเชิงวิชาการ โดยอาจมีการใช้เทคนิคการสอบถามเพิ่มเติมหรือการสำรวจความคิดเห็นจากผู้เชี่ยวชาญเพื่อตรวจสอบความเหมาะสมและความเป็นไปได้ของโมเดลที่สร้างขึ้น
5. การสรุปและการสร้างทฤษฎี การสรุปผลการวิเคราะห์และการสร้างทฤษฎีของโมเดลความสุขผ่านเส้นทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวยุคสูงอายุนั้นจะนำไปสู่การสร้างแนวคิดหรือกรอบทฤษฎีที่อธิบายถึงความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยต่าง ๆ ที่มีผลต่อความสุขของพวกเขาในการท่องเที่ยวในพื้นที่ขุนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี

การสร้างโมเดลความสุขผ่านเส้นทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุในพื้นที่ขุนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี

1. ขั้นตอนในการสร้างโมเดลความสุข

การสร้างโมเดลความสุขสำหรับนักท่องเที่ยวสูงอายุที่เยือนพื้นที่ขุนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี สามารถดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การสำรวจและรวบรวมข้อมูล

1.1 การสำรวจความต้องการของผู้สูงอายุ ใช้แบบสอบถามและการสัมภาษณ์ เพื่อรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับความต้องการและความคาดหวังของนักท่องเที่ยวสูงอายุ เช่น ความต้องการด้านความปลอดภัย สิ่งอำนวยความสะดวก และกิจกรรมที่ชื่นชอบ

1.2 การวิเคราะห์สถานที่ท่องเที่ยว วิเคราะห์สถานที่ท่องเที่ยวในพื้นที่ขุนทะเล เช่น บึงขุนทะเล วัดสมหวัง และสถานที่ท่องเที่ยวอื่นๆ เพื่อดูความเหมาะสมในการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ

ขั้นตอนที่ 2 การออกแบบกิจกรรมและเส้นทางท่องเที่ยว

2.1 การออกแบบกิจกรรมที่หลากหลาย สร้างสรรค์กิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ เช่น การขับรถรอบบึง การให้อาหารลิง การปั่นจักรยาน การออกกำลังกาย การไหว้พระ การตั้งเต็นท์ และการทำอาหารท้องถิ่น

2.2 การจัดการความปลอดภัย วางแผนและจัดการเส้นทางท่องเที่ยวให้มีความปลอดภัยสูงสุด มีการติดตั้งป้ายบอกทาง ราวจับ และพื้นที่พักผ่อนที่สะดวกสบาย

ขั้นตอนที่ 3 การประยุกต์ใช้ทฤษฎีและแนวคิด

3.1 ทฤษฎีการพัฒนาอัตลักษณ์ (Self-Determination Theory - SDT) นำทฤษฎีนี้มาใช้ในการออกแบบกิจกรรมที่ตอบสนองความต้องการพื้นฐานของผู้สูงอายุ ได้แก่ ความเป็นอิสระ ความสามารถ และความสัมพันธ์

3.2 ทฤษฎีการไหล (Flow Theory) ออกแบบกิจกรรมที่สามารถทำให้นักท่องเที่ยวสูงอายุมีส่วนร่วมอย่างเต็มที่และเพลิดเพลินกับกิจกรรม

ขั้นตอนที่ 4 การทดสอบและปรับปรุง

4.1 การทดสอบเส้นทางท่องเที่ยว นำเส้นทางท่องเที่ยวและกิจกรรมที่ออกแบบไว้ไปทดลองใช้งานกับกลุ่มนักท่องเที่ยวสูงอายุ เพื่อรับฟังความคิดเห็นและปรับปรุงตามความต้องการและข้อเสนอแนะ

4.2 การปรับปรุงและพัฒนา ปรับปรุงเส้นทางท่องเที่ยวและกิจกรรมตามผลการทดสอบเพื่อให้เหมาะสมและตอบสนองความต้องการของนักท่องเที่ยวสูงอายุได้ดีที่สุด

2. ผลการวิจัยและโมเดลความสุข

จากการสำรวจและรวบรวมข้อมูลจากนักท่องเที่ยวสูงอายุ พบว่ากิจกรรมที่มีความนิยมและสร้างความสุขให้กับพวกเขาได้มากที่สุด ได้แก่ การขับรถรอบบึง การให้อาหารลิง การถ่ายรูปกับธรรมชาติ การปั่นจักรยาน และการไหว้พระวัดสมหวัง นอกจากนี้ กิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาพ เช่น การเดินออกกำลังกาย การแอโรบิก และบาสาโรบ ยังเป็นที่นิยมเช่นกัน

โมเดลความสุขในการท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุในพื้นที่ขุนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี สามารถสรุปได้ดังนี้

1. ความเป็นอิสระ (Autonomy) กิจกรรมที่นักท่องเที่ยวสูงอายุสามารถเลือกและควบคุมได้เอง เช่น การขับรถรอบบึง การปั่นจักรยาน และการเดินออกกำลังกาย
2. ความสามารถ (Competence) กิจกรรมที่ทำให้นักท่องเที่ยวสูงอายุรู้สึกว่าคุณมีความสามารถ เช่น การทำกับข้าว การทำไข่เค็ม และการทำผักและผลไม้ปลอดสารพิษ
3. ความสัมพันธ์ (Relatedness) กิจกรรมที่ส่งเสริมการพบปะสังสรรค์และการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น เช่น การไหว้พระ การชมกาแฟ การตั้งเต็นท์ และการตกบาตรทางน้ำ

สรุปได้ว่า โมเดลความสุขที่สร้างขึ้นมาจากการวิเคราะห์และการวิจัยในพื้นที่ขุนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี เน้นการสร้างประสบการณ์ที่ตอบสนองความต้องการพื้นฐานของผู้สูงอายุการออกแบบกิจกรรมและเส้นทางท่องเที่ยวที่สร้างความสุขและความพึงพอใจสูงสุดให้กับนักท่องเที่ยวสูงอายุในพื้นที่นี้

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัยและอภิปรายผล

งานวิจัยเกี่ยวกับการสร้างโมเดลความสุขผ่านเส้นทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุพื้นที่ขุนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี เพื่อสังเคราะห์องค์ความรู้และปัจจัยสร้างสุขจากการท่องเที่ยวด้านการสร้างความสุขจากการท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุ พื้นที่ขุนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี พัฒนาการท่องเที่ยวเชิงกิจกรรมสำหรับเส้นทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุพื้นที่ขุนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี และการสร้างโมเดลความสุขผ่านเส้นทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุพื้นที่ขุนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี ดังนั้น ในบทนี้จะนำเสนอผลการวิจัย การอภิปรายผล ข้อเสนอแนะ พร้อมกับการนำผลงานวิจัยไปใช้ประโยชน์ ดังนี้

5.1 สรุปผลการวิจัย

จากข้อมูลข้างต้นและวัตถุประสงค์ที่กล่าวถึง เราสามารถสรุปผลการวิจัยได้ ดังนี้

5.1.1 การสร้างองค์ความรู้และปัจจัยที่สร้างสุขจากการท่องเที่ยวด้านการสร้างความสุขของนักท่องเที่ยวสูงอายุในพื้นที่ขุนทะเล จังหวัดสุราษฎร์ธานี เป็นการศึกษาที่จะเข้าใจถึงปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของกลุ่มเป้าหมายในการท่องเที่ยว ซึ่งเป็นแนวทางสำคัญในการพัฒนานโยบายท่องเที่ยวในอนาคต

5.1.2 การพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงกิจกรรมสำหรับเส้นทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุในพื้นที่ขุนทะเล จังหวัดสุราษฎร์ธานี ช่วยสร้างประสบการณ์ท่องเที่ยวที่เหมาะสมและน่าสนใจสำหรับกลุ่มเป้าหมาย ทำให้พวกเขามีโอกาสท่องเที่ยวอย่างมีคุณภาพและเพลิดเพลินไปกับการเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ

5.1.3 การสร้างโมเดลความสุขผ่านเส้นทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุในพื้นที่ขุนทะเล จังหวัดสุราษฎร์ธานี เป็นการวิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของกลุ่มเป้าหมาย และเป็นแนวทางที่จะช่วยให้พัฒนาท่องเที่ยวในพื้นที่เป็นไปอย่างยั่งยืนและมีคุณค่าในระยะยาว

ผู้วิจัยได้ทำการสรุปข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง และสรุปผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์การวิจัย ได้ดังนี้

5.1.1 สรุปข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยนำเสนอข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับกลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถามผ่านการใช้สถิติเชิงพรรณนา ซึ่งสรุปผลลัพธ์จากตารางที่ 4.1 พบว่ามีกลุ่มตัวอย่างจำนวน 400 คน โดยมีเพศหญิงเป็นส่วนใหญ่ที่ 79.5% (318 คน) และเพศชายเป็น 20.5% (82 คน) โดยมีอายุส่วนใหญ่อยู่ในช่วง 61-70 ปี อยู่ที่ร้อยละ 47.8 ในด้านอาชีพของผู้ตอบแบบสอบถาม พบว่ามีข้าราชการบำนาญเป็นส่วนใหญ่ที่ 37.8% (151 คน) และอาชีพอื่น ๆ ประกอบด้วยค้าขาย, แม่บ้าน, ธุรกิจส่วนตัว, ที่ปรึกษา, เกษตรกร, และพนักงานบริษัท ซึ่งมีร้อยละที่แตกต่างกัน ในเรื่องรายได้ต่อเดือน พบว่าส่วนใหญ่มีรายได้น้อยกว่า 5,000 บาทที่ 26.5% (106 คน) และมีความแตกต่างต่อไปตามช่วงรายได้อื่น ๆ ในเรื่องการศึกษา พบว่าส่วนใหญ่ได้รับการศึกษาสูงสุดในระดับปริญญาตรีที่ 26.3% (105 คน) และระดับการศึกษาอื่น ๆ ด้วยร้อยละที่แตกต่างกัน การวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปนี้ช่วยสรุปข้อมูลและเป็นประโยชน์ในการเข้าใจลักษณะและลักษณะของกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้ตอบแบบสอบถามในการวิจัยนี้ได้อย่างครบถ้วน

5.1.2 สรุปผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์การวิจัย

5.1.2.1 สังเคราะห์องค์ความรู้และปัจจัยสร้างสุขจากการท่องเที่ยวด้านการสร้างความสุขจากการท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุ พื้นที่ขุนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี

การวิจัยพบว่าการสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ด้านการศึกษาศักยภาพ ความต้องการ และสังเคราะห์การท่องเที่ยวเชิงกิจกรรมของนักท่องเที่ยวสูงอายุในพื้นที่ขุนทะเล จังหวัดสุราษฎร์ธานีดังนี้

1. การวิเคราะห์เหตุผลในการเลือกท่องเที่ยว

ผู้ท่องเที่ยวสูงอายุมีความสนใจในกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการพบปะสังสรรค์กับเพื่อน การทดลองกิจกรรมใหม่และการเข้าร่วมประชุมกลุ่มเล็ก และค้นหาประสบการณ์ใหม่ เนื่องจากเป็นกิจกรรมที่สร้างประสบการณ์สนุกสนานและมีความสนใจอย่างมากในการท่องเที่ยว

2. การวิเคราะห์ระดับความเหมาะสมในการท่องเที่ยวเชิงกิจกรรม

ผู้ท่องเที่ยวสูงอายุในพื้นที่ขุนทะเลมีความต้องการในกิจกรรมท่องเที่ยวที่มีระดับความเหมาะสมสูง โดยมีความสนใจมากที่สุดในการเดินทาง วังและการเรียนรู้ทดลองทำขนมไทยพื้นบ้าน ซึ่งเป็นกิจกรรมที่เสริมสร้างสุขภาพและสร้างประสบการณ์ท่องเที่ยวที่น่าจดจำ

3. การวิเคราะห์ความต้องการเส้นทางท่องเที่ยว

ผู้ท่องเที่ยวสูงอายุมีความต้องการที่มีระดับมากในเส้นทางท่องเที่ยวที่สร้างแรงบันดาลใจในการเดินทาง เส้นทางท่องเที่ยวที่มีการสร้างประสบการณ์ท่องเที่ยวด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และเส้นทางท่องเที่ยวที่มีการเสนอราคาที่ดีกว่า ซึ่งเป็นเส้นทางท่องเที่ยวที่เข้ากับความต้องการและความสนใจของกลุ่มเป้าหมายได้อย่างเหมาะสม

จากการวิจัยพบว่า นักท่องเที่ยวสูงอายุที่มีพื้นที่ใกล้เคียงกับขุนทะเลในจังหวัดสุราษฎร์ธานีมีความสนใจในกิจกรรมการพบปะกับเพื่อน การทดลองกิจกรรมใหม่ และการค้นหาประสบการณ์ใหม่ อีกทั้งยังมีความต้องการในการท่องเที่ยวที่มีความเหมาะสมและมีค่าบันเทิงสูง โดยมีความต้องการในการสร้างประสบการณ์ท่องเที่ยวที่เสริมสร้างสุขภาพและสร้างประสบการณ์ที่น่าจดจำอย่างมาก ผลจากการวิจัยนี้ช่วยเข้าใจถึงความต้องการและความสนใจของกลุ่มเป้าหมาย ซึ่งสามารถนำมาปรับปรุงแผนการท่องเที่ยวและกิจกรรมในพื้นที่ได้อย่างเหมาะสม

5.1.2.2 พัฒนาการท่องเที่ยวเชิงกิจกรรมสำหรับเส้นทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุในพื้นที่ขุนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี

จากข้อมูลการวิเคราะห์ด้านบน เราสามารถเข้าใจถึงความต้องการและความสนใจของนักท่องเที่ยวสูงอายุที่เข้ามาท่องเที่ยวในพื้นที่ขุนทะเลของจังหวัดสุราษฎร์ธานีได้อย่างชัดเจน พบว่าพวกเขามีความสนใจในกิจกรรมที่เสริมสร้างสุขภาพและสร้างประสบการณ์ท่องเที่ยวที่น่าจดจำ เช่น การพบปะกับเพื่อน การทดลองกิจกรรมใหม่ และการค้นหาประสบการณ์ใหม่ การท่องเที่ยวที่เหมาะสมสำหรับนักท่องเที่ยวสูงอายุที่ขุนทะเลนั้นควรมุ่งเน้นไปที่กิจกรรมที่เสริมสร้างสุขภาพ และมีความ

เหมาะสมในการเป็นกิจกรรมที่ทำได้ง่าย ๆ และไม่มีความเสี่ยงต่อสุขภาพของนักท่องเที่ยว การปรับปรุงและพัฒนากิจกรรมท่องเที่ยวในพื้นที่ขุนทะเลให้เหมาะสมกับความต้องการและความสนใจของกลุ่มเป้าหมายจึงเป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการตลาดและดึงดูดนักท่องเที่ยวสูงอายุให้มาเที่ยวในพื้นที่ได้อย่างเต็มที่และมีประสิทธิภาพในด้านการพัฒนาท่องเที่ยวในระยะยาว โดยที่ยังคงให้ความสำคัญกับความปลอดภัยและความสะดวกสบายสำหรับนักท่องเที่ยวทุกคนที่เข้ามาเยี่ยมชมและท่องเที่ยวในพื้นที่ด้วย

5.1.2.3 สร้างโมเดลความสุขผ่านเส้นทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุพื้นที่ขุนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี

5.2 การอภิปรายผลการวิจัย

5.2.1 การสังเคราะห์องค์ความรู้และปัจจัยสร้างสุขจากการท่องเที่ยวด้านการสร้างความสุขจากการท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุ พื้นที่ขุนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี

การสังเคราะห์ปัจจัยที่สร้างความสุขจากการท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุในพื้นที่ขุนทะเลของจังหวัดสุราษฎร์ธานีได้แก่สี่ปัจจัยหลักต่อไปนี้

1. ประสบการณ์ใหม่ ๆ จากการท่องเที่ยว การได้สัมผัสกับประสบการณ์และกิจกรรมใหม่ ๆ ในพื้นที่ขุนทะเลช่วยสร้างความสุขและความพึงพอใจให้กับนักท่องเที่ยวสูงอายุ การสำรวจแหล่งท่องเที่ยวที่น่าสนใจและการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ช่วยให้นักท่องเที่ยวสูงอายุได้ประสบการณ์ใหม่ที่สร้างความรู้สึที่ดีและเพลิดเพลิน สอดคล้องกับ Dickman 1996 ที่กล่าวไว้ว่าประสบการณ์จะเติมเต็มให้อยู่ในความทรงจำของนักท่องเที่ยวและส่งผลต่อการบอกต่อให้นักท่องเที่ยวกลุ่มใหม่ ๆ เดินทางเข้ามา

2. การเชื่อมั่นและความสัมพันธ์ การเข้าร่วมกิจกรรมท่องเที่ยวช่วยสร้างความสัมพันธ์และความเชื่อมั่นในความสัมพันธ์กับผู้อื่นและสิ่งแวดล้อม การมีโอกาสสร้างความสัมพันธ์ใหม่ ๆ และแบ่งปันประสบการณ์กับผู้อื่นช่วยเสริมสร้างความสุขในชีวิตของนักท่องเที่ยวสูงอายุ สอดคล้องกับสถาบันการ

ท่องเที่ยวโดยชุมชน 2555 ที่ได้กล่าวไว้ว่าหัวใจที่สำคัญที่สุดของโปรแกรมท่องเที่ยวที่ดี คือ การสร้างความสัมพันธ์ระหว่างนักท่องเที่ยวกับเจ้าบ้านเพื่อเกิดความประทับใจ

3. การออกกำลังกายและรักษาสุขภาพ กิจกรรมท่องเที่ยวช่วยกระตุ้นการออกกำลังกายและส่งเสริมสุขภาพทั้งร่างกายและจิตใจของนักท่องเที่ยวสูงอายุ การเดินทางและการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ในธรรมชาติช่วยเพิ่มความมีพลังและมีความสุขในชีวิต

4. การส่งเสริมความสุขทางใจ การได้รับประสบการณ์ใหม่ ๆ และเป็นส่วนของกลุ่มชุมชนผ่านกิจกรรมท่องเที่ยวช่วยสร้างความสุขและความพึงพอใจในชีวิตของนักท่องเที่ยวสูงอายุ การเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้มีการมีส่วนร่วมและเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มชุมชนช่วยสร้างความสุขและความพึงพอใจในชีวิตของพวกเขาอย่างมีความหมายและคุณค่า

5.2.2 การพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงกิจกรรมสำหรับเส้นทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุในพื้นที่ขุนทะเล

ผลการวิจัยเป็นการสร้างแนวทางในการพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงกิจกรรมสำหรับเส้นทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุในพื้นที่ขุนทะเล จังหวัดสุราษฎร์ธานี โดยสร้างโมเดลท่องเที่ยวที่เน้นการจัดกิจกรรมที่เหมาะสมและเข้าใจความต้องการของกลุ่มเป้าหมาย

1. การสร้างกิจกรรมที่เหมาะสม การท่องเที่ยวสำหรับนักท่องเที่ยวสูงอายุควรมีกิจกรรมที่ไม่ต้องการความพยายามมากในการทำ และเน้นไปที่การพักผ่อน สัมผัสธรรมชาติ และการเรียนรู้เรื่องใหม่ ๆ ที่ไม่ซับซ้อนมาก

2. การสร้างสิ่งอำนวยความสะดวก การพัฒนาสถานที่พักผ่อนที่เหมาะสมสำหรับนักท่องเที่ยวสูงอายุ เช่น บ้านพักที่มีบริการดูแลสุขภาพ อาหารที่เหมาะสมกับความต้องการทางสุขภาพ และสิ่งอำนวยความสะดวกที่ใช้งานง่าย สอดคล้องกับ Boomer Travel Trend, 2560 ที่มีการวิเคราะห์ความต้องการ

ของผู้สูงวัยว่าความสะดวกสบายต้องการเป็นอันดับแรก รองลงมาเป็นการตามใจตนเอง ดูแลเอาใจใส่เป็นพิเศษและต้องการข้อเสนอพิเศษอีกด้วย

3. การสร้างโซนท่องเที่ยวเพื่อนักท่องเที่ยวสูงอายุ การสร้างโซนท่องเที่ยวเฉพาะสำหรับนักท่องเที่ยวสูงอายุที่มีการจัดกิจกรรมที่เหมาะสมและเป็นประโยชน์สำหรับกลุ่มเป้าหมาย

4. การสร้างกิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาพ การจัดกิจกรรมที่เน้นการออกกำลังกายที่เหมาะสมสำหรับนักท่องเที่ยวสูงอายุ เช่น การเดินเท้า การยืดเหยียด และการทำกิจกรรมที่ใช้พลังงานน้อย

5. การสร้างบรรยากาศที่เหมาะสม การสร้างบรรยากาศที่เงียบสงบและสงบสุขสบายเพื่อให้นักท่องเที่ยวสูงอายุสามารถผ่อนคลายและพักผ่อนอย่างเหมาะสม

โดยการพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงกิจกรรมดังกล่าวจะช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการดำเนินงานท่องเที่ยวในพื้นที่ขุนทะเล และสร้างประสบการณ์ท่องเที่ยวที่น่าทึ่งและท้าทายสำหรับนักท่องเที่ยวสูงอายุในอนาคต

5.2.3 การสร้างโมเดลความสุขผ่านเส้นทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุพื้นที่ขุนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี

ผลการวิจัยในการสร้างโมเดลความสุขผ่านเส้นทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุในพื้นที่ขุนทะเล จังหวัดสุราษฎร์ธานีได้สร้างแนวคิดและแนวทางในการพัฒนาการท่องเที่ยวที่เน้นความสุขและคุณภาพชีวิตของกลุ่มเป้าหมายดังกล่าว โดยมีผลลัพธ์ดังนี้

1. การสร้างกิจกรรมที่เหมาะสม การวิจัยพบว่ากิจกรรมท่องเที่ยวที่ไม่ต้องการความพยายามมากในการทำ เช่น การพักผ่อน สัมผัสธรรมชาติ และการเรียนรู้เรื่องใหม่ ๆ เป็นสิ่งที่สำคัญสำหรับนักท่องเที่ยวสูงอายุ ซึ่งการพัฒนากิจกรรมท่องเที่ยวในทิศทางนี้จึงเป็นเสถียรและมีความเป็นไปได้สูง

2. การสร้างสิ่งอำนวยความสะดวก การจัดสถานที่พักที่มีบริการดูแลสุขภาพและอาหารที่เหมาะสมสำหรับนักท่องเที่ยวสูงอายุจะเป็นปัจจัยที่สำคัญในการเพิ่มคุณภาพชีวิตและความสุขของพวกเขา

3. การสร้างโซนท่องเที่ยวเพื่อนักท่องเที่ยวสูงอายุ การสร้างโซนท่องเที่ยวเฉพาะสำหรับนักท่องเที่ยวสูงอายุจะช่วยให้พวกเขาสามารถเพลิดเพลินและเข้าร่วมกิจกรรมท่องเที่ยวได้อย่างสบายใจและปลอดภัยมากขึ้น

4. การสร้างกิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาพ การจัดกิจกรรมที่เน้นการออกกำลังกายและการดูแลสุขภาพจิตใจสามารถช่วยเพิ่มความสุขและคุณภาพชีวิตของนักท่องเที่ยวสูงอายุในการเดินทาง

5. การสร้างบรรยากาศที่เหมาะสม การสร้างบรรยากาศที่เงียบสงบและสะดวกสบายจะช่วยให้นักท่องเที่ยวสูงอายุสามารถผ่อนคลายและพักผ่อนอย่างเต็มที่

ผลการวิจัยนี้ช่วยเสริมสร้างโมเดลท่องเที่ยวที่เน้นความสุขและคุณภาพชีวิตของนักท่องเที่ยวสูงอายุในพื้นที่ขุนทะเล จังหวัดสุราษฎร์ธานี และเป็นแนวทางในการพัฒนาและปรับปรุงการท่องเที่ยวในอนาคตให้เหมาะสมและเต็มที่ต่อความต้องการของกลุ่มเป้าหมาย สอดคล้องกับ Balderas-Cejudo & Patterson, 2023 ซึ่งได้กล่าวไว้ว่าการท่องเที่ยวเป็นวิธีการแห่งความสุขและความเป็นอยู่ที่ดีของผู้เดินทางสูงอายุ ซึ่งระหว่างการเดินทางที่มีความสัมพันธ์ที่ดีจะทำให้สุขภาพจิตดีตามไปด้วย

5.3 ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย

จากผลการวิจัยของการศึกษาเรื่องการสร้างโมเดลความสุขผ่านเส้นทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวสูงอายุพื้นที่ขุนทะเล จ.สุราษฎร์ธานี ผู้วิจัยมีประเด็นเสนอแนะจากผลการวิจัย ดังนี้

5.3.1 หน่วยงานภาครัฐและภาคเอกชน

5.3.1.1 การสร้างโปรแกรมท่องเที่ยวเชิงกิจกรรม หน่วยงานภาครัฐและเอกชนสามารถร่วมกันพัฒนาโปรแกรมท่องเที่ยวที่เน้นกิจกรรมที่เหมาะสมและน่าสนใจสำหรับนักท่องเที่ยวสูงอายุ เช่น การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เกี่ยวกับธรรมชาติและวัฒนธรรมท้องถิ่น

5.3.1.2 การพัฒนาสิ่งอำนวยความสะดวก: หน่วยงานสามารถร่วมกันพัฒนาสิ่งอำนวยความสะดวกที่เหมาะสมสำหรับนักท่องเที่ยวสูงอายุ เช่น การสร้างที่พักที่มีบริการดูแลสุขภาพและอาหารที่เหมาะสม

5.3.1.3 การสร้างโซนท่องเที่ยวเฉพาะ หน่วยงานสามารถสร้างโซนท่องเที่ยวเฉพาะสำหรับนักท่องเที่ยวสูงอายุ เพื่อให้พวกเขาสามารถเพลิดเพลินและเข้าร่วมกิจกรรมได้อย่างสบายใจและปลอดภัยมากขึ้น

5.3.1.4 การส่งเสริมกิจการที่เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อมและสังคม หน่วยงานภาครัฐและเอกชนสามารถส่งเสริมกิจการที่เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อมและสังคม เช่น การสนับสนุนกิจกรรมที่เน้นความยั่งยืน และการสร้างรายได้ให้กับชุมชนท้องถิ่น

5.3.1.5 การสร้างความร่วมมือกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง หน่วยงานสามารถสร้างความร่วมมือกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น การร่วมมือกับศูนย์สุขภาพชุมชนหรือโรงพยาบาลในการให้บริการดูแลสุขภาพแก่นักท่องเที่ยวสูงอายุ

การท่องเที่ยวที่เน้นความสุขและคุณภาพชีวิตของนักท่องเที่ยวสูงอายุเป็นสิ่งที่ต้องการอย่างมากในปัจจุบัน ดังนั้น การสร้างโปรแกรมและสิ่งอำนวยความสะดวกที่เหมาะสมสำหรับกลุ่มเป้าหมายนี้จึงมีความสำคัญอย่างมากในการส่งเสริมการท่องเที่ยวที่ยั่งยืนและมีคุณภาพในอนาคต

5.3.2 ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

การศึกษาความต้องการและความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวสูงอายุ การวิจัยควรศึกษาความต้องการและความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวสูงอายุต่อการท่องเที่ยวในพื้นที่ขุนทะเล เพื่อปรับปรุงและพัฒนาโปรแกรมท่องเที่ยวให้เหมาะสมและน่าสนใจมากขึ้น

5.3.3 การนำผลงานวิจัยไปใช้ประโยชน์

5.3.3.1 การใช้ประโยชน์ด้านนโยบาย

1) การจัดทำนโยบายท่องเที่ยวสำหรับผู้สูงอายุ ผลงานวิจัยสามารถเป็นแนวทางในการจัดทำนโยบายท่องเที่ยวที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ โดยการเสนอแนวทางและกิจกรรมท่องเที่ยวที่เหมาะสมกับความต้องการและสิ่งที่ผู้สูงอายุต้องการในการเดินทาง

2) การสร้างสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุในการท่องเที่ยว ผลงานวิจัยสามารถช่วยในการกำหนดมาตรฐานและนโยบายในการสร้างสภาพแวดล้อมท่องเที่ยวที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ เช่น การปรับปรุงสิ่งอำนวยความสะดวกในสถานที่ท่องเที่ยว

3) การส่งเสริมการท่องเที่ยวสำหรับกลุ่มผู้สูงอายุในเมือง ผลงานวิจัยสามารถเป็นเครื่องมือในการส่งเสริมกิจกรรมท่องเที่ยวสำหรับกลุ่มผู้สูงอายุในพื้นที่เมือง โดยการสร้างกิจกรรมท่องเที่ยวที่เหมาะสมและน่าสนใจสำหรับกลุ่มนี้

4) การสร้างมาตรการส่งเสริมสุขภาพและคุณภาพชีวิต ผลงานวิจัยสามารถช่วยในการกำหนดมาตรการส่งเสริมสุขภาพและคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่ท่องเที่ยว โดยการนำเสนอกิจกรรมท่องเที่ยวที่เชื่อมโยงกับการออกกำลังกายและการดูแลสุขภาพในวันที่เดินทาง

5.3.3.2 การใช้ประโยชน์ด้านชุมชนและพื้นที่

1) การสร้างชุมชนที่ให้บริการเฉพาะกิจสำหรับผู้สูงอายุ สร้างโครงสร้างที่ให้บริการและสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้สูงอายุในชุมชน เช่น การสร้างพื้นที่สำหรับการออกกำลังกายและกิจกรรมสันทนาการที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ

2) โปรแกรมการฝึกอบรมสำหรับชุมชน จัดโปรแกรมการฝึกอบรมและการส่งเสริมสุขภาพสำหรับชุมชนเพื่อเพิ่มความเข้าใจในการดูแลสุขภาพและการท่องเที่ยวสำหรับผู้สูงอายุ

3) การส่งเสริมกิจกรรมทางท้องถิ่น สนับสนุนการพัฒนากิจกรรมท่องเที่ยวท้องถิ่นที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ เช่น การสร้างนิทรรศการศิลปะและวัฒนธรรมท้องถิ่น

4) การส่งเสริมการเข้าร่วมกิจกรรมสังคม สร้างโครงสร้างที่สนับสนุนการเข้าร่วมกิจกรรมสังคมสำหรับผู้สูงอายุ เพื่อสร้างความร่วมมือและความสัมพันธ์ที่ดีในชุมชน

5) การสนับสนุนศูนย์อบรมและศูนย์เรียนรู้สำหรับผู้สูงอายุ สร้างศูนย์อบรมและศูนย์เรียนรู้ที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ เพื่อให้เขาได้รับความรู้และทักษะใหม่ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวและการสนุกสนานในวัยทอง

5.3.3.3 การใช้ประโยชน์เชิงพาณิชย์

1) การพัฒนาแพ็คเกจท่องเที่ยวสำหรับผู้สูงอายุ สร้างแพ็คเกจท่องเที่ยวที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุที่มีความต้องการและสะดวกสบาย เช่น การเยี่ยมชมสถานที่ท่องเที่ยวที่เหมาะสมกับอายุและสุขภาพของผู้สูงอายุ

2) การสร้างสินค้าและบริการท่องเที่ยวที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ พัฒนาสินค้าและบริการท่องเที่ยวที่เน้นไปที่ความสะดวกสบายและความพึงพอใจของผู้สูงอายุ เช่น การจัดกิจกรรมที่ไม่ต้องการการเคลื่อนไหวมาก หรือการให้บริการที่มีการดูแลสุขภาพเฉพาะบุคคล

3) การจัดทำสื่อสารและโฆษณาเชิงพาณิชย์ สร้างสื่อโฆษณาและการตลาดที่เน้นไปที่กลุ่มผู้สูงอายุ เช่น การใช้สื่อที่เหมาะสมและการโฆษณาที่เน้นไปที่คุณค่าและประโยชน์ของผลิตภัณฑ์หรือบริการที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ

4) การสร้างพันธมิตรธุรกิจ สร้างพันธมิตรธุรกิจกับร้านค้าท้องถิ่นและสถานที่ท่องเที่ยวเพื่อสร้างโปรโมชั่นและส่วนลดพิเศษสำหรับผู้สูงอายุ เพื่อเพิ่มความน่าสนใจและความเป็นไปได้ในการเข้าร่วมกิจกรรมท่องเที่ยว

5.3.3.4 การใช้ประโยชน์ด้านวิชาการ

การใช้ประโยชน์ด้านวิชาการสำหรับงานวิจัยนี้สามารถทำได้โดยการเผยแพร่ผลวิจัยในห้องสมุดและฐานข้อมูลทางวิชาการ เปิดโอกาสให้นักวิจัยอื่นๆ สามารถศึกษาและใช้ข้อมูลในการวิจัยเพิ่มเติมได้นอกจากนี้ยังสามารถใช้ผลวิจัยเพื่อสนับสนุนการพัฒนานวัตกรรมใหม่ๆ และเสนอแนวทางการวิจัยเพื่อเรียนรู้เพิ่มเติมในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวของกลุ่มผู้สูงอายุในพื้นที่ขุนทะเล จังหวัดสุราษฎร์ธานี ทำให้มีการเสริมสร้างฐานความรู้และข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อการวิจัยและการพัฒนาในอนาคตด้วยวิธีการที่น่าเชื่อถือและตรวจสอบได้ว่าเป็นไปตามข้อสมมติฐานและการวิเคราะห์ข้อมูลที่แท้จริงหรือไม่

บรรณานุกรม

- เกสสิณี ตรีพงศ์พันธุ์และเจตน์ยธ เพชรศรี. (2562). สรุปเส้นทางท่องเที่ยวขุนเลสเปเซียล.โครงการบริการวิชาการ. มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี.
- กฤษณพัชญ์ บุญช่วย. (2565). แนวทางการพัฒนากิจกรรมนันทนาการและการท่องเที่ยวเพื่อผู้สูงอายุในจังหวัดสมุทรสาคร. วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ.14(3). 71-81.
- วสันต์ จันทร์ประสิทธิ์. (2562). การท่องเที่ยวเชิงกิจกรรม ทางเลือกใหม่ของการท่องเที่ยวอย่างยั่งยืน. วารสารมหาวิทยาลัยศิลปากร, 39(6), 104-125.
- วาสนา สุวรรณวิจิตร. (2561). กิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์สำหรับกลุ่มนักท่องเที่ยวสูงอายุพื้นที่ชุมชนลุ่มน้ำคลองป่าพะยอม-คลองท่าแนะ จังหวัดพัทลุง. วารสารวิจัยเพื่อการพัฒนาเชิงพื้นที่. 10(6). 514-529.
- วรัชต์ มัธยมบุรุษ. (2552). รูปแบบการบริหารจัดการท่องเที่ยวสำหรับนักท่องเที่ยวชาวญี่ปุ่นที่พำนักระยะยาวในจังหวัดเชียงใหม่. เชียงใหม่: ดุษฎีนิพนธ์ มหาวิทยาลัยแม่โจ้.
- ธัชชา ฤทธิ์เดช. (2558). แนวทางการพัฒนากิจกรรมการท่องเที่ยวและแหล่งท่องเที่ยวให้เกิดความยั่งยืนของตลาดน้ำอัมพวา จังหวัดสมุทรสงคราม. วารสารการบริการและการท่องเที่ยวไทย.10(2). 18-33.
- สุภาภรณ์ ประสงค์ทัน ครินทร์ ฐานันดรสุข และसानนิตย์ เจริญบุญประเสริฐ. (2564). การท่องเที่ยวผู้สูงอายุ การสำรวจข้อจำกัดทางการท่องเที่ยว กิจกรรมนันทนาการและความตั้งใจในการเดินทางท่องเที่ยว. วารสารสังคมศาสตร์. 10(1). 119-131.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ.(2541).สถานภาพของผู้สูงอายุไทย: สถานการณ์ด้านสุขภาพ และอนามัยสิ่งแวดล้อมในประเทศไทย.เข้าถึงได้จาก <http://advisor.anamai.moph.go.th/main.php?filename=env106>. สืบค้นวันที่ 2 ตุลาคม 2564.
- พระภรณ์ ชยปเปโมและปริญา ลักขิตามาศ. (2563). กิจกรรมการตลาดในพระอารามหลวงที่มีผลต่อความตั้งใจเที่ยวซ้ำของนักท่องเที่ยวสูงอายุชาวไทย. วารสารวิทยาลัยดุสิตธานี. 14(2). 51-66.
- ลัดดา ศรีอัมพรเอกกุล, & อีระวัฒน์ จันทิก. (2562). การท่องเที่ยวคุณภาพเพื่อนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ. Journal of Humanities and Social Sciences, Rajapruk University, 4(1), 12-28.
- ท่องเที่ยวโดยชุมชน. (2562). สรุปข้อมูลการท่องเที่ยวโดยชุมชนจังหวัดสุราษฎร์ธานี.
- แสนไชย จันทร์ประยูรและสวธิญา ศุภอุดมฤกษ์ตรีรัตน์. (2561). การพัฒนาโปรแกรมและกิจกรรมท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์แบบมีส่วนร่วมบนพื้น ฐานข้อมูลแผนที่สีเขียว (Green Map) ของชุมชนบ้านโป่ง อ.สันทราย จ. เชียงใหม่ สืบค้นเมื่อ 20 กันยายน 2564, เข้าถึงได้จาก https://tds-research.mju.ac.th/wtms_documentDo.

- ปริญญานาคปฐมและระชานนท์ ทวีผล. (2561). การพัฒนาคุณภาพงานบริการทางการท่องเที่ยว สำหรับกลุ่มนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ. วารสารบัณฑิตศึกษา. 12(1), 255-269.
- สวิงญา ศุออดมฤกษ์ ตรีรัตน์ สวิงญา ศุออดมฤกษ์ ตรีรัตน์ รักธิดา ศิริ พัฒนพงศ์ จันทร์สว่าง.(2558). การศึกษาและพัฒนาทักษะชุมชนในการสร้างเส้นทางและโปรแกรมท่องเที่ยว ตามแนวคิด Green Tourism อ าเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่ สืบค้นเมื่อ 20 กันยายน 2564, เข้าถึงได้จาก https://tds-research.mju.ac.th/goverment/25570417143814_TDSresearch/Doc_25590824145238_241668.pdf.
- สถาบันวิจัยประชากรและสังคม. (2549). การฉายภาพประชากรของประเทศไทย พ.ศ. 2548 -2568 : มหาวิทยาลัยมหิดล (เดือนมีนาคม). กรุงเทพฯ: เอ็ดดิสันเพรสโปรดักส์.
- อริยา พงษ์พานิชและฉลองศรี พิมลสมพงศ์. (2563). การพัฒนาการออกแบบอารยบริการสำหรับนักท่องเที่ยวสูงอายุ ในแผนงานหลักของที่พักแรม. วารสารสันติศึกษาปริทรรศน์ มจร. 8(6), 2283-2298.
- TAT Review. (2563). อายุร้อยก็ไม่น้อย ความอยากเที่ยว สังคมสูงวัย เปลี่ยนแปลงวิถีเที่ยวของเราอย่างไร. สืบค้นเมื่อ 5 ธันวาคม 2563, เข้าถึงได้จาก <https://www.tatreviewmagazine.com/article>.
- O'Brien & Chalip. (2007). Executive training exercise in sport event leverage. **International Journal of Culture, Tourism and Hospitality Research**, 1(4), 296-304.
- Sanitmatcharo, P. (2006). A study of Tourist Behavior: A case Study of Independent European Travelers in Bangkok. *Language Institute Journal*. 3,126-146.