

## Bolaven Plateau : Experiences, Values, and Development Pathways of Cross-Border Recreation Areas for Thai Tourists

Tachapon Tongterm<sup>1\*</sup>

Received: 8/7/2025, Revised: 16/9/2025, Accepted: 3/10/2025

### Abstract

In an era when people seek closer connections with nature and meaningful experiences, the Bolaven Plateau in Champasak Province, Lao People's Democratic Republic, has been recognized as a cross-border natural area with recreational potential and a distinct resemblance to the Thai cultural context. This article aims to 1) analyze the components and dynamics of Thai tourists' nature-based recreational experiences on the Bolaven Plateau; 2) synthesize and evaluate the recreational values that emerge in psychological, social, cultural, environmental, and cultural identity dimensions through participation in recreational activities; and 3) propose community-based approaches to designing and developing sustainable recreational spaces, grounded in user-centered design and integrative understandings of site potential, ecosystems, and international cooperation. Drawing upon academic literature, field data, and conceptual interpretations in contemporary recreation, the findings indicate that Thai tourists highly value pristine nature, a pleasant cool climate, and local cultural traditions that resonate with Thai roots. These qualities foster positive experiences in terms of psychological restoration, flow states, social connections, cultural learning, and the cultivation of environmental awareness. The study further highlights the pivotal role of local communities as hosts and co-designers of activities through community-based tourism, cultural transmission, and participatory environmental management. Sustainable recreational design, therefore, requires the integration of ecosystem-based management with community participation, together with mechanisms for cross-border and ASEAN-level collaboration. Such an approach positions the Bolaven Plateau as a model for recreation management that balances conservation, development, and the sustainable enhancement of quality of life.

**Keyword:** Bolaven; nature-based recreation, Thai tourists; recreational value; sustainable area management

---

<sup>1</sup> Faculty of liberal arts and science, Sisaket Rajabhat University, 33000

\* Corresponding author, email: spsc\_network@hotmail.com

## ที่ราบสูงโบลาวเลน: ประสบการณ์ คุณค่า และแนวทางพัฒนาพื้นที่ นันทนาการข้ามพรมแดนสำหรับนักท่องเที่ยวไทย

เตชภณ ทองเต็ม<sup>1\*</sup>

วันรับบทความ: 8/7/2568, วันแก้ไขบทความ: 16/9/2568, วันตอบรับบทความ: 3/10/2568

### บทคัดย่อ

ในยุคที่ผู้คนแสวงหาการเชื่อมโยงกับธรรมชาติและประสบการณ์ที่มีความหมาย ที่ราบสูงโบลาวเลน แขวงจำปาสัก สาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาว ได้รับการยอมรับว่าเป็นพื้นที่ธรรมชาติข้ามพรมแดนที่มีศักยภาพเชิงนันทนาการและมีความใกล้เคียงกับบริบทวัฒนธรรมไทยอย่างเด่นชัด บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) วิเคราะห์องค์ประกอบและพลวัตของประสบการณ์นันทนาการเชิงธรรมชาติของนักท่องเที่ยวชาวไทยบนที่ราบสูงโบลาวเลน 2) สังเคราะห์และประเมินคุณค่าเชิงนันทนาการในด้านจิตใจ สังคม วัฒนธรรม สิ่งแวดล้อม และอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมที่เกิดขึ้นจากการเข้าร่วมกิจกรรม และ 3) เสนอแนวทางการออกแบบและพัฒนาพื้นที่นันทนาการอย่างยั่งยืนโดยชุมชนบนฐานของการออกแบบที่เน้นผู้ใช้และความเข้าใจเชิงบูรณาการระหว่างศักยภาพของพื้นที่ ระบบนิเวศ และความร่วมมือระหว่างประเทศ โดยการสังเคราะห์จากเอกสารวิชาการ แหล่งข้อมูลภาคสนาม และการตีความเชิงแนวคิดด้านนันทนาการร่วมสมัย ผลการวิเคราะห์สะท้อนว่านักท่องเที่ยวชาวไทยให้คุณค่าอย่างสูงต่อธรรมชาติที่บริสุทธิ์ ภูมิอากาศที่เย็นสบาย และวิถีวัฒนธรรมท้องถิ่นที่ใกล้ชิดธรรมชาติ ซึ่งนำไปสู่การสร้างประสบการณ์เชิงบวกทั้งด้านการฟื้นฟูจิตใจ การเกิดภาวะสั่นไหวลดความสับสนทางสังคม การเรียนรู้ทางวัฒนธรรม และการสร้างจิตสำนึกด้านสิ่งแวดล้อม ผลการศึกษายังเน้นบทบาทสำคัญของชุมชนท้องถิ่นในฐานะเจ้าบ้านและผู้ร่วมออกแบบกิจกรรม ผ่านการท่องเที่ยวโดยชุมชน การถ่ายทอดวัฒนธรรม และการจัดการสิ่งแวดล้อมอย่างมีส่วนร่วม สำหรับแนวทางการออกแบบพื้นที่นันทนาการที่ยั่งยืนจำเป็นต้องผสมผสานการจัดการเชิงระบบนิเวศกับการมีส่วนร่วมของชุมชน พร้อมทั้งพัฒนากรอบความร่วมมือข้ามพรมแดนและระดับอาเซียนเพื่อผลักดันที่ราบสูงโบลาวเลนให้เป็นต้นแบบการจัดการนันทนาการที่สมดุลระหว่างการอนุรักษ์ การพัฒนา และการยกระดับคุณภาพชีวิตอย่างยั่งยืน

**คำสำคัญ:** โบลาวเลน; นันทนาการเชิงธรรมชาติ; นักท่องเที่ยวไทย; คุณค่าทางนันทนาการ; การจัดการพื้นที่อย่างยั่งยืน

<sup>1</sup> คณะศิลปศาสตร์และวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏศรีสะเกษ 33000

\* ผู้ประพันธ์บรรณกิจ ติดต่ออีเมล spsc\_network@hotmail.com

## บทนำ

ในโลกที่วิถีชีวิตถูกขับเคลื่อนด้วยความเร่งรีบทางเศรษฐกิจและการบริโภคอย่างไม่หยุดยั้ง ผู้คนจำนวนมากเริ่มหันกลับมาแสวงหาการพักผ่อนที่มีความหมายลึกซึ้งยิ่งกว่าเดิม โดยเฉพาะการหลีกเลี่ยงจากความวุ่นวายของเมืองใหญ่เพื่อกลับไปเชื่อมโยงกับธรรมชาติ (Liu et al., 2025; Vergara Romero et al., 2025) การเปลี่ยนผ่านทางค่านิยมดังกล่าวทำให้นันทนาการเชิงธรรมชาติ (nature-based recreation) ไม่ได้เป็นเพียง “กิจกรรมยามว่าง” อีกต่อไป แต่กลับพัฒนาขึ้นเป็น “กระบวนการฟื้นฟู” (restoration) ที่ช่วยเยียวยาจิตใจ เสริมสร้างสุขภาวะองค์รวม และเปิดโอกาสให้ผู้คนแสวงหาความจริงแท้ในชีวิต (Pine & Gilmore, 2013) นอกจากนี้ กระแสการแสวงหาประสบการณ์ที่ลึกซึ้งและมีความหมายได้ผลักดันการเติบโตของการเดินทางเชิงยั่งยืน โดยเฉพาะในกลุ่มนักท่องเที่ยวที่ปฏิเสธการท่องเที่ยวแบบมวลชน (mass tourism) และให้คุณค่ากับวิถีชีวิตท้องถิ่น ความเรียบง่าย และความกลมกลืนกับธรรมชาติ (Haukeland et al., 2023) ส่งผลให้พื้นที่ธรรมชาติไม่ใช่เพียงฉากหลังของกิจกรรม แต่ทำหน้าที่เป็นตัวกลางนันทนาการ (recreational mediators) ที่เปลี่ยนปฏิสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับสิ่งแวดล้อมให้กลายเป็นประสบการณ์การเรียนรู้ ความหมายเชิงลึก และการสร้างคุณค่าใหม่ในระดับจิตใจ สังคม และวัฒนธรรม

ในบริบทของอนุภูมิภาคลุ่มน้ำโขง ที่ราบสูงโบลาวเอน (Bolaven Plateau) แขวงจำปาสัก สาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาว (สปป.ลาว) ได้กลายเป็นกรณีศึกษาที่โดดเด่นในฐานะพื้นที่นันทนาการข้ามพรมแดน ซึ่งสะท้อนพลวัตการผสมผสานระหว่างธรรมชาติ วัฒนธรรม และประสบการณ์ของนักท่องเที่ยวไทยอย่างชัดเจน โดยภูมิประเทศที่ตั้งอยู่บนฐานภูเขาไฟเก่าสูงกว่าระดับน้ำทะเลกว่า 1,000 เมตร และอุดมสมบูรณ์ด้วยป่าไม้ น้ำตก และไร่กาแฟ (Laos Tourism, 2025; Phommavong et al., 2019) ซึ่งไม่เพียงเอื้อต่อการฟื้นฟูสุขภาพ แต่ยังเปิดโอกาสให้เกิดปฏิสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับสิ่งแวดล้อมอย่างมีความหมาย ขณะเดียวกัน ความใกล้ชิดด้านภาษา วิถีชีวิต และรากทางประวัติศาสตร์ร่วมกับชาวอีสานของไทย ได้ลดอุปสรรคทางจิตวิทยาและสร้างความรู้สึกร่วมเป็นส่วนหนึ่งของ ชุมชนชั่วคราว อันเป็นหัวใจของนันทนาการเชิงวัฒนธรรม (Draper & Kamnuansilpa, 2018) อีกทั้ง ความสัมพันธ์ดังกล่าวยังเชื่อมโยงกับพลวัตของความร่วมมือระดับภูมิภาคลุ่มน้ำโขง (Boungnarasy, 2022) ทำให้ที่ราบสูงโบลาวเอนมิใช่เพียงแหล่งท่องเที่ยวเชิงธรรมชาติ แต่เป็นพื้นที่ที่สะท้อนทั้งมิติอัตลักษณ์ ความยั่งยืน และการเรียนรู้ร่วมระหว่างประเทศ

อย่างไรก็ตาม แม้ที่ผ่านมาทีมงานวิชาการที่กล่าวถึงโบลาวเอนทั้งในมิติด้านเศรษฐกิจ การผลิตกาแฟ และการจัดการทรัพยากรธรรมชาติ (Delang et al., 2013; Toro, 2012) รวมทั้งงานเชิงนโยบายเกี่ยวกับการจัดการท่องเที่ยวอย่างยั่งยืนในลุ่มน้ำโขง (Marini Govigli et al., 2020) แต่การศึกษาเชิงลึกที่มุ่งวิเคราะห์ประสบการณ์นันทนาการของนักท่องเที่ยวชาวไทยในพื้นที่ดังกล่าวยังคงจำกัด โดยเฉพาะในประเด็นองค์ประกอบและพลวัตของประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้ทางอารมณ์ ปฏิสัมพันธ์กับภูมิทัศน์ และคุณค่าทางจิตใจ สังคม และวัฒนธรรมที่ก่อเกิดขึ้น (Zhang & Guo, 2022) อีกทั้งแนวทางการออกแบบพื้นที่

นันทนาการที่ยั่งยืน ซึ่งต้องบูรณาการระบบนิเวศ ทุนวัฒนธรรม และความต้องการของผู้ใช้ ยังมีได้รับการสังเคราะห์อย่างเป็นระบบ ดังนั้น บทความนี้จึงมีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) วิเคราะห์พลวัตและองค์ประกอบของประสบการณ์นันทนาการเชิงธรรมชาติและเชิงข้ามพรมแดนของนักท่องเที่ยวชาวไทยบนที่ราบสูงโบลาวาน 2) สังเคราะห์และประเมินคุณค่าเชิงนันทนาการในมิติด้านจิตใจ สังคม วัฒนธรรม สิ่งแวดล้อม และอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมที่เกิดขึ้นจากการเข้าร่วมกิจกรรม และ 3) เสนอแนวทางการออกแบบและพัฒนาพื้นที่นันทนาการอย่างยั่งยืนโดยชุมชนบนฐานของการออกแบบที่เน้นผู้ใช้และความเข้าใจเชิงบูรณาการระหว่างศักยภาพของพื้นที่ ระบบนิเวศ และความร่วมมือระหว่างประเทศ ทั้งนี้ การศึกษาครั้งนี้จะสามารถเติมเต็มช่องว่างทางวิชาการ และสร้างคุณูปการต่อการพัฒนากรอบคิदनันทนาการ ตลอดจนสนับสนุนการจัดการพื้นที่เชิงธรรมชาติในเขตพรมแดนลุ่มน้ำโขงอย่างมีประสิทธิภาพและยั่งยืน

## กรอบแนวคิดและฐานองค์ความรู้

### 1. แนวคิดประสบการณ์นันทนาการและความหมายในมิติต่าง ๆ

ประสบการณ์นันทนาการ ถือเป็นแกนกลางของการทำความเข้าใจพฤติกรรมมนุษย์ในการแสวงหาการพักผ่อนและความหมายในชีวิต โดยมีได้จำกัดเพียงกิจกรรมที่จัดขึ้นอย่างเป็นทางการ หากแต่รวมถึงกระบวนการปฏิสัมพันธ์ที่ต่อเนื่องระหว่างบุคคลกับธรรมชาติ สิ่งแวดล้อม ผู้คน และโลกภายในของตนเอง (Scopelliti et al., 2019) โดยมีประสบการณ์สามารถพิจารณาได้ทั้งด้านกายภาพที่สัมพันธ์กับการเคลื่อนไหวและการสัมผัสสิ่งแวดล้อม ด้านจิตใจที่สะท้อนความสุข ความสงบ และภาวะสิ้นไหล นำไปสู่ความพึงพอใจอย่างลึกซึ้ง ด้านสังคมที่เกี่ยวข้องกับความรู้สึกเชื่อมโยงและการมีส่วนร่วมในชุมชน และด้านอัตลักษณ์ที่บุคคลใช้กิจกรรมนันทนาการเพื่อค้นหาคุณค่าและตัวตนของตนเอง (Tussyadiah, 2014) ซึ่งการมองผ่านกรอบดังกล่าวช่วยขยายความเข้าใจว่า นันทนาการมิได้เป็นเพียงการเคลื่อนที่ทางกายภาพ แต่คือการเดินทางเชิงจิตวิญญาณที่ก่อรูปความหมายและการเรียนรู้ในระดับลึก

### 2. คุณค่าเชิงนันทนาการ

การวิเคราะห์คุณค่าเชิงนันทนาการช่วยอธิบายผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างยั่งยืนในพื้นที่ธรรมชาติ คุณค่าเหล่านี้จำแนกเป็น 4 มิติหลัก ได้แก่ มิติทางจิตใจที่เน้นศักยภาพของธรรมชาติในการฟื้นฟูสมาธิและลดความเครียด (Kaplan, 1995) มิติทางสังคมที่กิจกรรมร่วมกันช่วยสร้างความสัมพันธ์ ลดความโดดเดี่ยว และเสริมทุนทางสังคม (Vada et al., 2019) มิติด้านสิ่งแวดล้อมที่กระตุ้นการตระหนักรู้และพฤติกรรมเชิงอนุรักษ์ (Haukeland et al., 2023) และมิติด้านอัตลักษณ์และวัฒนธรรมที่เปิดโอกาสให้ผู้เข้าร่วมได้เรียนรู้วิถีชีวิตและคุณค่าท้องถิ่น (Reisinger & Moufakkir, 2015) ซึ่งการสังเคราะห์คุณค่าเหล่านี้ทำให้เห็นว่าประสบการณ์นันทนาการมิใช่เพียงการพักผ่อนชั่วคราว แต่ยังเป็นกระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะ ความสัมพันธ์ทางสังคม และทุนทางวัฒนธรรมที่ลึกซึ้งและยั่งยืน

### 3. สภาพแวดล้อมธรรมชาติกับการออกแบบประสบการณ์เชิงความหมาย

การออกแบบโดยยึดผู้ใช้เป็นศูนย์กลาง (user-centered design: UCD) ได้รับการยอมรับว่าเป็นแนวทางสำคัญในการพัฒนาพื้นที่นันทนาการธรรมชาติให้ตอบสนองต่อความต้องการและแรงจูงใจที่หลากหลาย (ISO, 2019) โดยเฉพาะพื้นที่ที่ซับซ้อนทั้งด้านนิเวศและวัฒนธรรมอย่างโบลาเวน โดยหลักการ UCD มิได้มุ่งเพียงการกำหนดโครงสร้างทางกายภาพ แต่ยังรวมถึงการออกแบบกิจกรรมที่สอดคล้องกับอัตลักษณ์และทุนทางวัฒนธรรม เช่น การเรียนรู้วิถีชนเผ่า การเดินป่า หรือการพักผ่อนที่สะท้อนความเป็นตัวตนของผู้ใช้ กรอบนี้ยังสอดคล้องกับแนวคิดความผูกพันกับสถานที่ (place attachment) ซึ่งอธิบายว่าการปฏิสัมพันธ์อย่างลึกซึ้งกับพื้นที่นำไปสู่ความรู้สึกเป็นเจ้าของ ความภาคภูมิใจ และแรงจูงใจในการอนุรักษ์ (Wang et al., 2022; Zou et al., 2022) ดังนั้น การประยุกต์ใช้ UCD และ place attachment ในการออกแบบพื้นที่โบลาเวนจึงช่วยเสริมสร้างประสบการณ์ที่เชื่อมโยงทั้งกาย จิตใจ และวัฒนธรรม ตลอดจนสร้างความสัมพันธ์ที่ยั่งยืนระหว่างผู้ใช้กับพื้นที่

### 4. การจัดการพื้นที่และกิจกรรมนันทนาการในบริบทพรมแดนและวัฒนธรรมร่วม

การเดินทางสู่โบลาเวนสะท้อนมิติที่ซับซ้อน เนื่องจากพรมแดนไทย-ลาว มิใช่เพียงเส้นแบ่งการเมือง หากยังเป็นสะพานที่เชื่อมโยงด้วยภาษา ประวัติศาสตร์ และวิถีชีวิตร่วม โดยเฉพาะชาวอีสานกับชาวลาวใต้ที่มีความใกล้ชิดกันทั้งในเชิงวัฒนธรรมและการสื่อสาร (Ponpern & Phaengsoi, 2013) ความคุ้นเคยนี้ได้ลดอุปสรรคทางจิตใจและสร้างชุมชนชั่วคราวที่เอื้อต่อการเกิดประสบการณ์ทางสังคมและวัฒนธรรมร่วมกัน ดังนั้น โบลาเวนจึงมิใช่เพียงพื้นที่ทางกายภาพ แต่ทำหน้าที่เป็นพื้นที่ทางสังคม (social space) หรือพื้นที่ที่สาม (third space) ที่เปิดโอกาสให้เกิดการแลกเปลี่ยนและเจรจาข้ามวัฒนธรรม (Kay, 2009) ดังนั้น การจัดการพื้นที่นันทนาการจึงต้องอาศัยกรอบคิดเชิงบูรณาการและแนวทางการมีส่วนร่วมจากภาคส่วนต่าง ๆ (González-García et al., 2021) เพื่อสร้างสมดุลระหว่างมิติทางนิเวศ วัฒนธรรม และเศรษฐกิจ และทำให้โบลาเวนเป็นพื้นที่ที่สะท้อนการพัฒนาาร่วมกันอย่างยั่งยืน

กรอบแนวคิดและฐานองค์ความรู้ทั้ง 4 ประการนี้ช่วยเปิดมุมมองในการอธิบายมิติของนันทนาการในพื้นที่โบลาเวนได้อย่างรอบด้าน ทั้งในเชิงประสบการณ์ คุณค่า การออกแบบ และการจัดการเชิงพรมแดน ซึ่งองค์ความรู้เหล่านี้ไม่เพียงเป็นรากฐานสำหรับการวิเคราะห์ที่ในบทความ แต่ยังทำหน้าที่เป็นสะพานเชื่อมเข้าสู่หัวข้อถัดไปว่าด้วยการอธิบายพื้นที่โบลาเวนในฐานะพื้นที่เชิงนันทนาการที่สะท้อนความหมายและพลวัตอันซับซ้อนของภูมิภาคอุษาคเนย์ร่วมสมัย

## โบลาเวนในฐานะพื้นที่เชิงนันทนาการ

การทำความเข้าใจที่ราบสูงโบลาเวนในฐานะแหล่งนันทนาการเชิงคุณภาพ จำเป็นต้องมองลึกกว่าภาพทิวทัศน์และกิจกรรมการท่องเที่ยวที่ปรากฏในสายตา หากต้องอาศัยการวิเคราะห์องค์ประกอบที่

หลากหลายซึ่งทำหน้าที่เป็นตัวกลางนั้นหนทางการที่ช่วยถ่ายทอดความหมาย สร้างคุณค่า และหล่อหลอมประสบการณ์เชิงลึกให้แก่นักท่องเที่ยวชาวไทย ดังนี้

### 1. ภูมิทัศน์และทรัพยากรธรรมชาติฐานรากของประสบการณ์เชิงบวก

โบลาวเนตั้งอยู่บริเวณภาคใต้ของสาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาว ครอบคลุมพื้นที่หลายแขวง เช่น จำปาสัก สาละวัน และอัตตะปือ (Discover Laos Today, 2024) โดยมีจุดเด่นด้านภูมิประเทศที่เกิดจากการก่อตัวของภูเขาไฟในอดีต ส่งผลให้เกิดชั้นดินภูเขาไฟที่อุดมสมบูรณ์ แตกต่างจากพื้นที่อื่นในภูมิภาคอินโดจีน ความอุดมสมบูรณ์นี้ได้หล่อเลี้ยงป่าดิบชื้นอันกว้างใหญ่ที่ยังคงรักษาความหลากหลายทางชีวภาพทั้งด้านพันธุ์ไม้ สัตว์ป่า และระบบนิเวศเฉพาะถิ่น จนทำให้โบลาวเนเป็นแหล่งเรียนรู้เชิงนิเวศที่สำคัญในระดับภูมิภาค (Phommavong et al., 2019) ซึ่งความหลากหลายเหล่านี้มิได้มีคุณค่าเพียงด้านสิ่งแวดล้อม หากยังทำหน้าที่เป็นฐานรากที่หล่อหลอมให้ผู้เดินทางได้สัมผัสความยิ่งใหญ่ของธรรมชาติอย่างแท้จริง

หนึ่งในองค์ประกอบที่สะท้อนศักยภาพด้านนั้นหนการของโบลาวเนคือความงดงามของน้ำตกมากมายหลายสายที่มีชื่อเสียงไปไกลถึงระดับนานาชาติ เช่น ตาดฟาน (Tad Fane Waterfall) ตาดเยียง (Tad Gneuang Waterfall) และตาดขมิติ (Tad Kamud Waterfall) น้ำตกเหล่านี้ไม่ได้เป็นเพียงทัศนียภาพเพื่อการชื่นชมเท่านั้น แต่ยังทำหน้าที่เป็นตัวกลางทางนั้นหนการที่กระตุ้นประสบการณ์เชิงบวกผ่านประสาทสัมผัสครบทุกมิติ ไม่ว่าจะเป็นเสียงน้ำที่กระทบหิน ละอองเย็นที่สัมผัสผิวกาย กลิ่นไอจากผืนป่า หรือภาพอันอลังการที่ตั้งให้ผู้คนหยุดนิ่งและเชื่อมโยงกับพลังยิ่งใหญ่ของธรรมชาติ ประสบการณ์เหล่านี้สอดคล้องกับทฤษฎีสภาพแวดล้อมฟื้นฟู ที่ชี้ว่าธรรมชาติมีพลังช่วยฟื้นฟูสมาธิ ลดความตึงเครียด และเปิดโอกาสให้มนุษย์ได้หลีกหนีจากความเร่งรีบในชีวิตประจำวัน (Von Lindern et al., 2017) ยิ่งไปกว่านั้น ระดับความสูงเฉลี่ยกว่า 1,000 เมตรจากระดับน้ำทะเล ยังสร้างภูมิอากาศที่เย็นสบายตลอดปี ทำให้การพักผ่อนและกิจกรรมกลางแจ้งเป็นไปอย่างปลอดภัยและผ่อนคลาย (Tang et al., 2024) ดังนั้น ปัจจัยเหล่านี้เมื่อนำมาผสมผสานกัน จึงทำให้โบลาวเนมิใช่เพียงแหล่งท่องเที่ยวธรรมชาติ แต่เป็นภูมิทัศน์เชิงนั้นหนการ ที่เปิดพื้นที่ให้ผู้เดินทางชาวไทยได้ฟื้นฟูทั้งกาย จิตใจ และอารมณ์ พร้อมทั้งสร้างความหมายใหม่ของการดำรงอยู่ในโลกสมัยใหม่ที่เต็มไปด้วยความเร่งรีบและความกดดัน (Wang et al., 2025)

### 2. มิติทางวัฒนธรรม ชาติพันธุ์ และวิถีชีวิตของท้องถิ่น

โบลาวเนมีความโดดเด่นด้านความหลากหลายทางวัฒนธรรมและชาติพันธุ์ ซึ่งเป็นถิ่นฐานของกลุ่มชนดั้งเดิม เช่น ละเวน อาหลัก กะตุ ตาโอย และส่วย (Discover Laos Today, 2024) โดยชุมชนเหล่านี้ยังคงดำรงวิถีชีวิตที่สัมพันธ์แนบแน่นกับธรรมชาติ ไม่ว่าจะเป็นระบบความเชื่อ การประกอบพิธีกรรม การเกษตรแบบพึ่งพาธรรมชาติ หรือการผลิตกาแฟที่ไม่เพียงเป็นแหล่งรายได้หลัก แต่ยังสะท้อนอัตลักษณ์ของพื้นที่ในเชิงเศรษฐกิจและวัฒนธรรม (Phommavong et al., 2019) อีกทั้งวิถีชีวิตทำหน้าที่เป็นองค์ประกอบสำคัญที่หล่อหลอมประสบการณ์ของนักท่องเที่ยวให้มีความหมายลึกซึ้ง ตั้งแต่การชิมกาแฟ การเข้าร่วมพิธีกรรมท้องถิ่น จนถึงการเรียนรู้หัตถกรรมพื้นบ้าน ล้วนเปิดพื้นที่ให้เกิดการสัมผัสและเรียนรู้เชิงวัฒนธรรมที่แท้จริง

สำหรับนักท่องเที่ยวชาวไทย โดยเฉพาะผู้ที่มาจากภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ความใกล้ชิดทางภาษา สำเนียง และรากทางวัฒนธรรมร่วมกับชุมชนท้องถิ่นบนที่ราบสูงโบลาวเนา ได้ช่วยลดช่องว่างทางจิตใจ และสร้างความรู้สึกคุ้นเคยในความแตกต่าง (Draper, 2015) ปรากฏการณ์นี้เอื้อต่อการเกิดปฏิสัมพันธ์ที่จริงใจ และลุ่มลึกกับผู้คนในท้องถิ่น สร้างความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของชุมชนชั่วคราวที่เกื้อหนุนประสบการณ์ทางนันทนาการในเชิงจิตวิญญาณมากกว่าการท่องเที่ยวแบบผิวเผิน ภาพบ้านเรือนไม้ที่เรียบง่าย เสียงดนตรีพื้นบ้านที่ก้องกังวาน และวิถีการเลี้ยงสัตว์เพื่อใช้ในงานบุญ จึงมิใช่เพียงสัญลักษณ์ทางวัฒนธรรม หากแต่เป็นตัวกลางแห่งการเรียนรู้และการเยียวยาที่ทำให้ผู้เดินทางได้ทบทวนคุณค่าของชีวิต ความสัมพันธ์ และความหมายของการอยู่ร่วมกันในโลกยุคโลกาภิวัตน์

### 3. ลักษณะกิจกรรมเชิงนันทนาการที่เกิดขึ้นจริง

กิจกรรมนันทนาการบนที่ราบสูงโบลาวเนาที่มีความหลากหลายและผสมผสานทั้งมิติทางธรรมชาติและวัฒนธรรมเข้าด้วยกันอย่างแนบแน่น โดยกิจกรรมที่ได้รับความนิยมสูง ได้แก่ การสำรวจน้ำตก การเดินป่า ซิปไลน์ (zipline) และการปั่นจักรยานเสือภูเขา ซึ่งกิจกรรมเหล่านี้มิได้เป็นเพียงการออกกำลังกายกลางแจ้ง แต่ยังทำหน้าที่เป็นกระบวนการบำบัดทางกายและใจ ผ่านประสาทสัมผัสที่ตื่นตัวต่อสภาพแวดล้อมรอบด้าน ไม่ว่าจะเป็นเสียงสายน้ำ กลิ่นป่าเขียวชอุ่ม หรือสัมผัสลมเย็นบนเส้นทางธรรมชาติ (Von Lindern et al., 2017) อีกทั้ง การมีส่วนร่วมในกิจกรรมเหล่านี้ทำให้นักท่องเที่ยวได้สัมผัสความสงบและเกิดการฟื้นฟูสุขภาพ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิด “นันทนาการเชิงสติ” (mindful recreation) ที่เน้นการอยู่กับปัจจุบันและสร้างการตระหนักรู้เชิงบวกต่อความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับธรรมชาติ (Egner et al., 2020) ซึ่งนอกจากกิจกรรมกลางแจ้งแล้ว นักท่องเที่ยวยังสามารถเข้าร่วมกิจกรรมที่สะท้อนอัตลักษณ์ท้องถิ่น เช่น การเยี่ยมชมไร่กาแฟอินทรีย์ การเรียนรู้วิถีการผลิตแบบพื้นบ้าน หรือการพักโฮมสเตย์ในชุมชนชาติพันธุ์ ซึ่งเปิดโอกาสให้ผู้เข้าร่วมได้เรียนรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นผ่านประสบการณ์ตรง (Keosiphandone, 2014) กิจกรรมเหล่านี้ส่วนใหญ่ไม่ได้เกิดจากการกำหนดโดยบริษัททัวร์ขนาดใหญ่ แต่ริเริ่มโดยชุมชนและผู้ประกอบการรายย่อยที่ต้องการถ่ายทอดคุณค่าของตนเองอย่างจริงใจ ส่งผลให้รูปแบบการท่องเที่ยวที่เกิดขึ้นมีลักษณะเรียบง่าย ยั่งยืน และไม่เน้นการบริโภคเกินจำเป็น สำหรับนักท่องเที่ยวชาวไทย กิจกรรมเช่นนี้จึงมิใช่เพียงการท่องเที่ยวเพื่อความเพลิดเพลิน แต่กลายเป็นพื้นที่ของการเรียนรู้ การเชื่อมโยงทางวัฒนธรรม และการสร้างความหมายใหม่ของชีวิตในบริบทที่แตกต่างจากสังคมเมืองที่คุ้นชิน

### 4. ความเชื่อมโยงข้ามพรมแดนผ่านภาษา อารมณ์ และวิถีร่วม

ความสัมพันธ์ระหว่างนักท่องเที่ยวชาวไทยกับพื้นที่โบลาวเนาไม่ได้เกิดขึ้นจากภูมิทัศน์ธรรมชาติเท่านั้น หากยังถูกหล่อหลอมจากความใกล้ชิดเชิงวัฒนธรรมและวิถีชีวิตร่วมกัน โดยเฉพาะความคล้ายคลึงระหว่างภาษาไทยอีสานกับภาษาลาวใต้ที่ช่วยลดอุปสรรคในการสื่อสาร และสร้างความรู้สึกคุ้นเคยแม้อยู่ต่างถิ่น (Draper & Kamnuansilpa, 2018) อีกทั้ง ความใกล้ชิดดังกล่าวทำให้นักท่องเที่ยวรู้สึกผ่อนคลายและสามารถสร้างความสัมพันธ์กับคนท้องถิ่นได้อย่างรวดเร็ว ซึ่งไม่เพียงช่วยเสริมสร้างความมั่นใจในการเดินทาง

แต่ยังทำให้ประสบการณ์นันทนาการแฝงไว้ด้วยความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของสังคมท้องถิ่น ซึ่งกระบวนการนี้สะท้อนให้เห็นว่าโบลาวนทำหน้าที่เป็นสะพานทางสังคมและวัฒนธรรมที่เปิดโอกาสให้เกิดการมีส่วนร่วมและการเรียนรู้ข้ามพรมแดนในมิติที่ลึกซึ้งยิ่งขึ้น (Li et al., 2024)

นอกจากนี้ มิติทางความเชื่อและอารมณ์ยังมีบทบาทสำคัญในการสร้างความผูกพันของนักท่องเที่ยวไทยต่อพื้นที่โบลาวน ความคล้ายคลึงด้านความศรัทธาทางศาสนาและพิธีกรรม เช่น ประเพณีที่เคารพธรรมชาติหรือการประกอบพิธีบุญพื้นบ้าน ทำให้ผู้เดินทางชาวไทย โดยเฉพาะจากภาคอีสาน สามารถเข้าถึงและทำความเข้าใจได้โดยไม่รู้สึกละแวก ความใกล้ชิดเชิงศรัทธานี้หล่อหลอมให้โบลาวนถูกมองว่าเป็นพื้นที่ปลอดภัยทางอารมณ์ (emotional safe space) ที่นักท่องเที่ยวสามารถพักผ่อน เปิดเผยตัวตน และฟื้นฟูจิตใจได้อย่างแท้จริง (Rezapouraghdam et al., 2024) ด้วยเหตุนี้ ประสบการณ์ที่โบลาวนจึงไม่ได้หยุดอยู่เพียงการสัมผัสธรรมชาติ แต่ยังเชื่อมโยงไปถึงการสร้างความทรงจำ การยืนยันอัตลักษณ์ และการฟื้นฟูคุณค่าภายในของผู้เดินทาง อันเป็นพลวัตที่ทำให้พื้นที่แห่งนี้แตกต่างจากแหล่งท่องเที่ยวทั่วไป และกลายเป็นส่วนหนึ่งของความสัมพันธ์ทางวัฒนธรรมร่วมในภูมิภาคลุ่มน้ำโขง

### 5. โบลาวนในฐานะแหล่งนันทนาการข้ามพรมแดนไทยและลาว

ทำเลที่ตั้งของที่ราบสูงโบลาวนซึ่งอยู่ไม่ไกลจากด่านพรมแดนช่องเม็ก อำเภอสิริธร จังหวัดอุบลราชธานี ส่งผลให้พื้นที่แห่งนี้มีสถานะพิเศษในฐานะแหล่งนันทนาการข้ามพรมแดน (cross-border recreation area) ที่เข้าถึงได้สะดวกทั้งในเชิงภูมิศาสตร์และวัฒนธรรม ดังนั้น นักท่องเที่ยวชาวไทยจำนวนมากจึงมักเลือกโบลาวนเป็นจุดหมายสำคัญในช่วงวันหยุด โดยมีได้มองว่าที่นี่เป็นต่างประเทศหากแต่เป็นส่วนหนึ่งของภูมิภาควัฒนธรรมร่วมที่ผูกพันกับชีวิตประจำวัน ความสะดวกในการเดินทาง ความคล้ายคลึงทางภาษา และบรรยากาศที่ปลอดภัย ทำให้โบลาวนถูกมองเป็นพื้นที่ที่เปิดรับได้ง่าย เสมือนเป็นการเดินทางในบ้านหลังที่สอง ซึ่งประสบการณ์เช่นนี้มีบทบาทสำคัญต่อการสร้างภูมิทัศน์ทางอารมณ์ (emotional landscape) ที่เชื่อมโยงความทรงจำ ความผูกพัน และความรู้สึกเป็นเจ้าของร่วมในระดับภูมิภาค (Nonthapot et al., 2025; Boungrasay, 2022)

ในอีกมิติหนึ่ง โบลาวนยังเป็นพื้นที่ที่เปิดโอกาสให้เกิดการแลกเปลี่ยนทางวัฒนธรรมและการสร้างสรรค์กิจกรรมนันทนาการที่สะท้อนการอยู่ร่วมกันอย่างสมดุลของผู้คนสองฝั่งโขง ไม่ว่าจะเป็นการเยี่ยมชมไรกาแพอินทรี การพักโฮมสเตย์ หรือการมีส่วนร่วมในประเพณีและพิธีกรรมท้องถิ่น ซึ่งกิจกรรมเหล่านี้มิใช่เพียงเครื่องมือทางเศรษฐกิจ แต่ยังเป็นช่องทางในการเสริมสร้างความเข้าใจและความไว้วางใจระหว่างชุมชน ความสัมพันธ์ดังกล่าวสะท้อนถึงบทบาทของโบลาวนในฐานะพื้นที่ที่ส่งเสริม “นันทนาการเพื่อสันติภาพ” (recreation for peace) และการพัฒนาความร่วมมืออย่างยั่งยืนในระดับอนุภูมิภาคลุ่มน้ำโขง ซึ่งตอกย้ำให้เห็นว่าโบลาวนมิใช่เพียงแหล่งท่องเที่ยวธรรมชาติ แต่คือเวทีที่หล่อหลอมอัตลักษณ์ วัฒนธรรม และความสัมพันธ์ข้ามพรมแดนให้กลายเป็นพลังสร้างสรรค์เพื่ออนาคตร่วมกันของภูมิภาคนี้

## ประสบการณ์ของนักท่องเที่ยวไทย

การทำความเข้าใจประสบการณ์เชิงนันทนาการของนักท่องเที่ยวชาวไทยบนที่ราบสูงโบลาวเลน จำเป็นต้องพิจารณาพลวัตการปฏิสัมพันธ์ที่ซับซ้อนระหว่างผู้ใช้กับพื้นที่ สิ่งแวดล้อม และบริบททางสังคม วัฒนธรรม ทั้งนี้เพื่อสะท้อนลักษณะเฉพาะของประสบการณ์ที่ถูกหล่อหลอมขึ้นจากการเดินทาง ณ พื้นที่นันทนาการเชิงธรรมชาติข้ามพรมแดนแห่งนี้ ซึ่งสามารถวิเคราะห์ได้จากพฤติกรรม แรงจูงใจ และผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นจริง ดังนี้

### 1. รูปแบบการเดินทางและพฤติกรรมการเข้าร่วม

นักท่องเที่ยวชาวไทยที่เดินทางสู่ที่ราบสูงโบลาวเลนมีพฤติกรรมการเข้าร่วมที่สะท้อนความหลากหลายและความยืดหยุ่น โดยส่วนใหญ่เลือกการเดินทางอิสระผ่านการเช่ารถจักรยานยนต์หรือใช้รถยนต์ส่วนตัวเพื่อสำรวจเส้นทางโบลาวเลนลูป (Bolaven Plateau Loop) ซึ่งสามารถกำหนดจังหวะ จุดแวะ และวิธีการสัมผัสพื้นที่ได้ตามความต้องการของแต่ละกลุ่ม ไม่ว่าจะเป็นการเดินทางเดี่ยวเพื่อแสวงหาความสงบ การเดินทางกับครอบครัวที่มุ่งสร้างความทรงจำร่วม หรือการเดินทางกับเพื่อนที่เน้นการแบ่งปันประสบการณ์ร่วมกัน โดยกิจกรรมหลักที่นิยม ได้แก่ การเยี่ยมชมน้ำตก การเดินป่า (ดังภาพที่ 1) การปั่นจักรยานเสือภูเขา และการเยี่ยมชมไร่กาแฟอินทรีย์ ซึ่งนักท่องเที่ยวสามารถเรียนรู้กระบวนการผลิตและลิ้มรสกาแฟสดในพื้นที่ได้ (Discover Laos Today, 2024) โดยการเข้าร่วมกิจกรรมเหล่านี้ได้เป็นเพียงการพักผ่อน หากยังเปิดโอกาสให้เกิดการปฏิสัมพันธ์กับธรรมชาติอย่างลึกซึ้งผ่านประสาทสัมผัส เช่น การสัมผัสละอองน้ำตก กลิ่นไอจากผืนป่า หรือสายลมที่พัดผ่านเส้นทางภูมิประเทศอันท้าทาย ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยที่ชี้ว่าการมีส่วนร่วมเชิงประสาทสัมผัสมีบทบาทสำคัญต่อการสร้างประสบการณ์ฟื้นฟูสุขภาพ (Von Lindern et al., 2017) อีกทั้งการเดินทางในรูปแบบ “ดื่มด่ำระยะสั้น” (immersive short trip) ที่ใช้ระยะเวลา 2-4 วัน ในช่วงวันหยุดยาวของประเทศไทย ยังเป็นรูปแบบที่ได้รับความนิยมต่อเนื่อง โดยเน้นคุณภาพของประสบการณ์มากกว่าปริมาณของจุดหมาย ซึ่งลักษณะดังกล่าวทำให้นักท่องเที่ยวไม่เพียงได้พักผ่อน หากยังเกิดความผูกพันทางอารมณ์กับพื้นที่ผ่านความทรงจำ ความหมาย และการมีส่วนร่วมของตนในฐานะผู้ร่วมสร้างประสบการณ์อย่างแท้จริง

### 2. แรงจูงใจ ความคาดหวัง และความหมายที่แสวงหา

แรงจูงใจของนักท่องเที่ยวชาวไทยที่เลือกเดินทางสู่ที่ราบสูงโบลาวเลนมิได้เกิดขึ้นเพียงจากความอยาก رؤ้อยากเห็น แต่เป็นผลรวมของแรงผลักดันภายในและแรงดึงจากคุณลักษณะของพื้นที่ที่ประสานกันอย่างซับซ้อน ซึ่ง “แรงผลักดัน” (push factors) ที่สำคัญ ได้แก่ ความเหนื่อยล้าจากชีวิตเมืองที่เต็มไปด้วยการแข่งขัน ความแออัดของแหล่งท่องเที่ยวภายในประเทศ และความต้องการพื้นที่สงบเพื่อการพักผ่อนและฟื้นฟูจิตใจ โดยนักท่องเที่ยวจำนวนไม่น้อยมองหา “พื้นที่เงียบ” ที่เปิดโอกาสให้ได้ทบทวนชีวิตและสร้างสมดุลใหม่ให้กับตนเอง (Egner et al., 2020) ขณะเดียวกัน “แรงดึง” (pull factors) ของโบลาวเลนก็มีความชัดเจนและทรงพลัง ทั้งความงดงามของภูมิทัศน์ที่ยังคงความบริสุทธิ์ สภาพอากาศที่เย็นสบายตลอดทั้งปี และวิถีชีวิตที่

เรียบง่ายใกล้ชิดธรรมชาติ ตลอดจนความคล้ายคลึงด้านภาษาและวัฒนธรรมกับชาวอีสานของไทย ซึ่งช่วยลดความรู้สึกแปลกแยกและสร้างความรู้สึก “ใกล้ไกล” กล่าวคือ แม้อยู่ต่างประเทศแต่ยังสัมผัสได้ถึงความคุ้นเคยและปลอดภัย (Chindaprasert et al., 2015; Draper & Kamnuansilpa, 2018) ซึ่งจากแรงผลักและแรงดึงเหล่านี้ นักท่องเที่ยวจึงก่อรูปความคาดหวังที่มีใช้เพียงความสะดวกสบายหรือกิจกรรมที่จัดฉาก หากแต่เป็นประสบการณ์แท้จริง (authentic experiences) ที่เปิดโอกาสให้ได้สัมผัสธรรมชาติในสภาพจริง มีปฏิสัมพันธ์กับชุมชนอย่างตรงไปตรงมา และเรียนรู้คุณค่าชีวิตผ่านการอยู่ร่วมในช่วงเวลาสั้น ๆ (Liu et al., 2025) ซึ่งประสบการณ์เชิงความหมายเช่นนี้ได้กลายเป็นแรงขับเคลื่อนหลักของนักท่องเที่ยวไทยยุคใหม่ที่แสวงหาการเดินทางเพื่อเยียวยา สร้างแรงบันดาลใจ และเชื่อมโยงตัวตนเข้ากับโลกในรูปแบบที่ลึกซึ้งมากกว่าการพักผ่อนแบบฉาบฉวยทั่วไป

Figure 1

*Hiking and the beautiful nature of Bolaven plateau*



Note: Hiking and enjoying the beauty of nature is a popular activity among Thai tourists. Own work.

### 3. ปฏิสัมพันธ์กับธรรมชาติและชุมชนท้องถิ่น

ประสบการณ์ของนักท่องเที่ยวไทยในโบลาเวนถูกหล่อหลอมจากปฏิสัมพันธ์ที่แนบแน่นกับทั้งธรรมชาติและชุมชนในพื้นที่ โดยการเข้าถึงธรรมชาติไม่ได้จำกัดอยู่เพียงการชื่นชมทิวทัศน์ แต่ขยายไปสู่การใช้ประสาทสัมผัสอย่างครบถ้วน ไม่ว่าจะเป็นการสัมผัสละอองน้ำตก การสูดกลิ่นป่าที่อุดมสมบูรณ์ การได้ยินเสียงสายน้ำที่ไหลอย่างต่อเนื่อง หรือการลิ้มรสกาแฟสดจากไร่ท้องถิ่น ซึ่งกระบวนการเหล่านี้ช่วยสร้างความรู้สึกเชื่อมโยงกับธรรมชาติอย่างลึกซึ้งและก่อให้เกิดการฟื้นฟูสุขภาพจิตใจ (Egner et al., 2020) ขณะเดียวกันปฏิสัมพันธ์กับชุมชนชาติพันธุ์ เช่น การเรียนรู้วิถีชีวิตและประเพณี หรือการสื่อสารด้วยภาษาและวัฒนธรรมที่

คล้ายคลึงกับภาคอีสานของไทย ได้เสริมสร้างความใกล้ชิด ความไว้วางใจ และการเรียนรู้ร่วมกัน (Draper & Kamnuansilpa, 2018) อีกทั้ง ความเป็นธรรมชาติของพื้นที่และความจริงใจของผู้คนที่ยังไม่ถูกครอบงำด้วยการท่องเที่ยวเชิงพาณิชย์มากนัก ได้ทำให้ปฏิสัมพันธ์ทั้งสองมิติเป็นไปอย่างสมดุลและกลายเป็นรากฐานของประสบการณ์ที่ผสมผสานการพักผ่อน การเรียนรู้ และการเคารพความหลากหลายทางวัฒนธรรมอย่างแท้จริง

#### 4. การสะท้อนหลังการเดินทางและความต่อเนื่อง

จากการสัมภาษณ์เมื่อสิ้นสุดการเดินทาง นักท่องเที่ยวไทยส่วนใหญ่มักสะท้อนประสบการณ์ในเชิงบวกที่เกินกว่าการพักผ่อนระยะสั้น โดยความประทับใจที่เกิดขึ้นไม่ได้จำกัดอยู่เพียงความงดงามของภูมิทัศน์ แต่ยังรวมถึงความสงบ ความอบอุ่นจากการต้อนรับ และความจริงใจของชุมชนซึ่งหล่อหลอมให้โบลาวนกลายเป็นพื้นที่เชิงความรู้สึก (emotional landscape) ที่นักท่องเที่ยวสามารถเชื่อมโยงอัตลักษณ์และคุณค่าภายในเข้ากับสถานที่ได้ (Zou et al., 2022) ซึ่งประสบการณ์เหล่านี้มักถูกนำไปบอกเล่าและแบ่งปันต่อทั้งในครอบครัว ชุมชน และสื่อสังคมออนไลน์ สร้างเครือข่ายของความทรงจำร่วมที่ช่วยตอกย้ำความหมายของการเดินทางในฐานะประสบการณ์ทางสังคมมากกว่ากิจกรรมส่วนบุคคล อีกทั้งความตั้งใจที่จะกลับมาเยือนซ้ำยังสะท้อนถึงพลังการดึงดูดที่ต่อเนื่องของพื้นที่ ซึ่งไม่เพียงทำให้โบลาวนเป็นจุดหมายปลายทางซ้ำ (repeat destination) แต่ยังทำหน้าที่เป็นแหล่งฟื้นฟูทางจิตวิญญาณที่นักท่องเที่ยวผูกพันในระยะยาว โดยทั้งหมดนี้สะท้อนว่าประสบการณ์หลังการเดินทางมิได้สิ้นสุดลงเมื่อก้าวออกจากพื้นที่ หากแต่ยังคงดำรงอยู่ในรูปของความทรงจำ ความหมาย และความสัมพันธ์ทางสังคมที่ยืดเยื้อเกินกว่าการเดินทางครั้งเดียว

#### 5. ปัจจัยที่เอื้อต่อหรือขัดขวางประสบการณ์

ประสบการณ์ของนักท่องเที่ยวไทยบนที่ราบสูงโบลาวนมิได้ถูกกำหนดโดยภูมิทัศน์อันงดงามเพียงอย่างเดียว แต่ขึ้นอยู่กับองค์ประกอบแวดล้อมที่ทั้งส่งเสริมและจำกัดคุณภาพการรับรู้ เช่น ความบริสุทธิ์ของธรรมชาติ สภาพอากาศเย็นสบาย การเข้าถึงที่สะดวกผ่านด่านพรมแดนช่องเม็กของประเทศไทย และความคล้ายคลึงด้านภาษาและวัฒนธรรมกับชาวลาวได้ ล้วนสร้างความรู้สึกปลอดภัยและคุ้นเคยซึ่งหล่อหลอมประสบการณ์เชิงบวกอย่างมีนัยสำคัญ (Mandić, 2019) ขณะเดียวกัน อุปสรรคบางประการยังคงมีอยู่ ไม่ว่าจะเป็นสภาพถนนที่ยากลำบากโดยเฉพาะในช่วงฤดูฝน สัญญาณอินเทอร์เน็ตที่ไม่ครอบคลุม ข้อมูลการท่องเที่ยวที่กระจัดกระจาย หรือขั้นตอนการข้ามพรมแดนที่บางครั้งขาดเสถียรภาพ (Wisaijorn, 2019) ซึ่งปัจจัยเหล่านี้ทำให้ประสบการณ์การเดินทางมีลักษณะผสมผสานระหว่างความสะดวกสบายกับความท้าทาย และเป็นเงื่อนไขสำคัญที่กำหนดความพึงพอใจ ความตั้งใจกลับมาเยือนซ้ำ และการรับรู้คุณค่าระยะยาวของพื้นที่ในฐานะแหล่งนันทนาการข้ามพรมแดนอย่างยั่งยืน

## คุณค่าทางนันทนาการ

การเดินทางเพื่อแสวงหานันทนาการเชิงธรรมชาติ ณ ที่ราบสูงโบลาวเนน ได้ก่อให้เกิดคุณค่าทางนันทนาการที่หลากหลายและส่งผลกระทบต่อผู้เดินทางชาวไทยทั้งในระยะสั้นและระยะยาว โดยคุณค่าเหล่านี้สะท้อนผลลัพธ์เชิงบวกในมิติทางจิตวิทยา สังคม วัฒนธรรม สิ่งแวดล้อม และเศรษฐกิจ อันเป็นแก่นแท้ของศาสตร์นันทนาการ พร้อมทั้งตอกย้ำบทบาทของพื้นที่ข้ามพรมแดนในการเสริมสร้างสุขภาวะและการเรียนรู้ที่ยั่งยืน ดังนี้

### 1. คุณค่าทางจิตใจและการฟื้นฟู

โบลาวเนนมอบคุณค่าทางจิตใจที่สำคัญในฐานะพื้นที่ฟื้นฟู (restorative space) ซึ่งช่วยลดความตึงเครียดจากชีวิตเมืองที่เร่งรีบและกดดัน กล่าวคือ การได้สัมผัสธรรมชาติในรูปแบบเสียงน้ำตก อากาศที่เย็นสบาย และความเงียบสงบของป่าไม้ ช่วยให้ผู้เดินทางเกิดความผ่อนคลายและฟื้นฟูสมาธิภายใน โดยกระบวนการนี้สอดคล้องกับทฤษฎีสภาพแวดล้อมฟื้นฟูที่อธิบายว่าการปลีกตัวออกจากความวุ่นวายและการเผชิญกับสิ่งเร้าที่นำผลจากธรรมชาติมีส่วนสำคัญต่อการเยียวยาจิตใจและการสร้างความสมดุลใหม่ (Egner et al., 2020)

### 2. คุณค่าทางสังคมและความเชื่อมโยง

กิจกรรมนันทนาการในโบลาวเนนสร้างคุณค่าทางสังคมผ่านการปฏิสัมพันธ์ของผู้เดินทางกับครอบครัว เพื่อน และคนในท้องถิ่น ซึ่งการเดินทางร่วมกันก่อให้เกิดความทรงจำร่วมและการฟื้นฟูความสัมพันธ์ ขณะที่การเดินทางลำพังก็เปิดโอกาสให้เชื่อมโยงกับผู้คนใหม่ ๆ จนนำไปสู่การสร้างชุมชนชั่วคราวที่ลดความรู้สึกโดดเดี่ยวและเพิ่มทุนทางสังคม (social capital) ในมิติของการเรียนรู้ การไว้วางใจ และความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของสังคมที่ใหญ่กว่า (Zhang & Guo, 2022)

### 3. คุณค่าทางวัฒนธรรมและอัตลักษณ์

โบลาวเนนมิใช่เพียงแหล่งพักผ่อน หากแต่เป็นพื้นที่ที่เปิดโอกาสให้ผู้เดินทางเรียนรู้และทบทวนอัตลักษณ์ของตนเอง การได้สัมผัสวิถีชีวิตของกลุ่มชาติพันธุ์และภูมิปัญญาท้องถิ่น เช่น การปลูกกาแฟและการใช้สมุนไพรพื้นบ้าน ช่วยสร้างประสบการณ์ทางวัฒนธรรมที่ลึกซึ้งและก่อให้เกิดการเคารพต่อความแตกต่าง (Gnoth & Matteucci, 2014) ในอีกด้านหนึ่ง การพบเห็นความคล้ายคลึงกับวิถีชนบทไทยในอดีตยังทำให้ผู้เดินทางเกิดความรู้สึก “ย้อนเวลา” และเชื่อมโยงกับรากเหง้าทางวัฒนธรรมของตนเอง (Reisinger & Moufakkir, 2015)

### 4. การรับรู้สิ่งแวดล้อมและการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

หนึ่งในคุณค่าที่ทรงพลังที่สุดคือการเปลี่ยนแปลงทัศนคติและพฤติกรรมด้านสิ่งแวดล้อม โดยนักท่องเที่ยวไทยจำนวนไม่น้อยตระหนักถึงความสำคัญของการอนุรักษ์หลังจากได้สัมผัสกับความเปราะบางของธรรมชาติ เช่น ความสะอาดของลำธาร ความอุดมสมบูรณ์ของป่า และวิถีชีวิตที่พึ่งพาทรัพยากรอย่างยั่งยืน

ของชุมชนท้องถิ่น ซึ่งกระตุ้นให้เกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในชีวิตประจำวัน ไม่ว่าจะเป็นการลดการใช้พลาสติกหรือการเลือกกิจกรรมท่องเที่ยวที่รับผิดชอบต่อ (Rezpouraghdam et al., 2024)

## 5. คุณค่าทางเศรษฐกิจ

กิจกรรมนันทนาการเชิงธรรมชาติในโบลาเวนยังมีคุณค่าทางเศรษฐกิจที่เชื่อมโยงโดยตรงกับการสร้างรายได้ให้แก่ชุมชน ไม่ว่าจะเป็นการจัดโฮมสเตย์ การขายสินค้าท้องถิ่น หรือการนำชมไร่กาแฟออร์แกนิก ผลลัพธ์เหล่านี้สะท้อนการกระจายรายได้สู่ครัวเรือนและการเสริมสร้างแรงจูงใจในการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติในพื้นที่ (UNWTO, 2025)

## แนวทางการออกแบบกิจกรรมและพื้นที่เขื่อนนันทนาการอย่างยั่งยืน

การพัฒนาที่ราบสูงโบลาเวนให้เป็นแหล่งนันทนาการเชิงธรรมชาติที่ตบโจทย์นักท่องเที่ยวชาวไทยอย่างยั่งยืน จำเป็นต้องดำเนินการภายใต้กรอบแนวคิดที่ผสมผสานความเข้าใจในความต้องการของผู้ใช้เข้ากับการเคารพต่อธรรมชาติและวัฒนธรรมท้องถิ่น ซึ่งการออกแบบพื้นที่ในลักษณะนี้คือการรังสรรค์ประสบการณ์ที่สอดคล้องกับบริบทไทย เน้นความเรียบง่าย ความสงบ และความรู้สึกย้อนสู่อดีตอันงดงามที่คนไทยจำนวนมากปรารถนาจะกลับไปสัมผัส ดังนี้

### 1. หลักคิดการออกแบบที่ตอบสนองผู้ใช้และสร้างประสบการณ์ที่มีความหมาย

นักท่องเที่ยวชาวไทยจำนวนมากมักเดินทางไปยังโบลาเวนเพื่อแสวงหาความสงบ ความเรียบง่าย และบรรยากาศที่คล้ายคลึงกับวิถีชนบทไทยในอดีต ดังนั้น แนวทางการออกแบบพื้นที่ควรยึดหลักการออกแบบโดยผู้ใช้เป็นศูนย์กลาง ที่เริ่มจากการทำความเข้าใจแรงจูงใจ ความคาดหวัง และอัตลักษณ์ของผู้ใช้ โดยประสบการณ์ที่นักท่องเที่ยวต้องการไม่ใช่เพียงสิ่งก่อสร้างหรือกิจกรรมเพื่อความบันเทิง แต่เป็นความรู้สึกเชื่อมโยงกับธรรมชาติและผู้คนในพื้นที่อย่างแท้จริง (Tussyadiah, 2014; Yasmine & Atmojo, 2022) อีกทั้ง การออกแบบที่เน้นความเรียบง่ายแต่น่าจดจำ เช่น เส้นทางเดินป่าที่เงียบสงบ พื้นที่พักผ่อนที่เปิดโอกาสให้ครอบครัวหรือกลุ่มเพื่อนได้ใช้เวลาร่วมกัน และกิจกรรมที่ไม่เน้นการบริโภคมากเกินไป ล้วนสะท้อนถึงความต้องการประสบการณ์ที่แท้จริงและการฟื้นฟูจิตใจของนักท่องเที่ยวไทย

### 2. การจัดการพื้นที่โดยบูรณาการธรรมชาติ วัฒนธรรม และการอนุรักษ์

การจัดการพื้นที่นันทนาการในโบลาเวนต้องตั้งอยู่บนฐานคิดเชิงระบบที่มองมนุษย์ ธรรมชาติ และวัฒนธรรมเป็นองค์รวม การกำหนดขีดความสามารถในการรองรับ (carrying capacity) ของแต่ละกิจกรรม เช่น การเดินป่า การเข้าชมน้ำตก หรือการตั้งแคมป์ เป็นเครื่องมือสำคัญในการควบคุมผลกระทบเชิงนิเวศ เพื่อคงความสมบูรณ์ของทรัพยากรธรรมชาติที่เปราะบาง (Buckley, 2004; Wearing & Neil, 1999) นอกจากนี้ การจัดการควรเสริมบทบาทของชุมชนท้องถิ่นในฐานะเจ้าของพื้นที่และผู้ถ่ายทอดภูมิปัญญา โดยเปิดโอกาสให้ชุมชนเข้ามามีส่วนร่วมตั้งแต่การวางแผน การกำกับดูแล ไปจนถึงการประเมินผล

(Ounmany, 2014) ซึ่งแนวทางนี้ไม่เพียงสร้างความยั่งยืนด้านสิ่งแวดล้อม แต่ยังช่วยให้ชุมชนมีแรงจูงใจในการอนุรักษ์ทรัพยากรและถ่ายทอดวัฒนธรรมในฐานะทุนทางสังคมของภูมิภาค

### 3. แนวทางสร้างประสบการณ์ที่มีความหมายและจดจำได้

การออกแบบประสบการณ์ในโบลเวเนไม่ควรหยุดอยู่ที่ความเพลิดเพลินเชิงกายภาพ หากแต่ควรสร้างคุณค่าเชิงลึกที่นักท่องเที่ยวสามารถจดจำและสะท้อนกลับไปยังชีวิตประจำวัน จากแนวคิดเศรษฐกิจประสบการณ์ (experience economy) ได้ชี้ให้เห็นว่าประสบการณ์ที่มีคุณค่าคือสิ่งที่เชื่อมโยงบุคคลเข้ากับสถานที่ผ่านการปฏิสัมพันธ์ที่น่าจดจำ (Pine & Gilmore, 2013) ในกรณีโบลเวเน “การเล่าเรื่อง” (storytelling) ของชุมชนท้องถิ่นเกี่ยวกับตำนาน น้ำตก หรือภูมิปัญญาสามารถทำให้นักท่องเที่ยวเกิดความรู้สึกเชื่อมโยงกับวัฒนธรรมอย่างลึกซึ้ง อีกทั้งกิจกรรมเชิงปฏิบัติ เช่น การเรียนรู้การทำเกษตรอินทรีย์หรือการเข้าร่วมประเพณีพื้นบ้าน เปิดโอกาสให้นักท่องเที่ยวได้สัมผัสความจริงแท้ของพื้นที่ และเมื่อกิจกรรมเหล่านี้มีความท้าทายที่เหมาะสมกับทักษะ จะนำไปสู่ภาวะสั่นไหวที่ทำให้ผู้เข้าร่วมรู้สึกมีสมาธิและพึงพอใจสูงสุด ซึ่งถือเป็นหัวใจของการสร้างความหมายเชิงนันทนาการที่ยั่งยืน

### 4. กลไกความร่วมมือระดับนโยบายและภูมิภาค

การพัฒนาที่ราบสูงโบลเวเนให้เป็นแหล่งนันทนาการเชิงธรรมชาติอย่างยั่งยืนไม่สามารถดำเนินการโดยประเทศเดียว จำเป็นต้องอาศัยความร่วมมือเชิงนโยบายระหว่างไทยและลาว รวมทั้งการบูรณาการในระดับภูมิภาค ซึ่งความร่วมมือดังกล่าวอาจปรากฏในรูปแบบของการจัดทำแผนแม่บทร่วมในด้านการอนุรักษ์และการจัดการท่องเที่ยวข้ามพรมแดนที่มีการกำหนดมาตรฐานเดียวกันด้านสิ่งแวดล้อมและวัฒนธรรม ทั้งนี้เพื่อป้องกันการพัฒนาเกินขีดจำกัด (Kleinod, 2017; Mihalič et al., 2016) นอกจากนี้ การใช้กรอบความร่วมมืออนุภูมิภาคลุ่มน้ำโขง (Greater Mekong Subregion: GMS) ยังสามารถทำให้โบลเวเนเป็นต้นแบบของการบูรณาการเศรษฐกิจ สังคม และวัฒนธรรมอย่างสมดุล อีกทั้งการส่งเสริมการท่องเที่ยวโดยชุมชนในลักษณะข้ามพรมแดนจะทำให้ชุมชนทั้งสองฝั่งได้รับประโยชน์ร่วมกันอย่างเป็นธรรม และช่วยยกระดับบทบาทของประชาชนในฐานะผู้ดูแลทรัพยากรและผู้สร้างคุณค่าทางนันทนาการในระยะยาว

### ข้อเสนอเชิงนโยบายและการพัฒนาอย่างยั่งยืน

การพัฒนาที่ราบสูงโบลเวเนให้เป็นแหล่งนันทนาการเชิงธรรมชาติข้ามพรมแดนที่ยั่งยืน จำเป็นต้องบูรณาการทั้งมิติสิ่งแวดล้อม สังคม วัฒนธรรม และเศรษฐกิจ ทั้งนี้เพื่อสร้างสมดุลระหว่างการอนุรักษ์ทรัพยากร การรักษาอัตลักษณ์ และการตอบสนองต่อความต้องการของผู้ใช้นันทนาการทั้งของชาวไทยและประชาคมภูมิภาค ดังนี้

## 1. ข้อเสนอสำหรับนักท่องเที่ยวชาวไทยในฐานะผู้ใช้นันทนาการ

นักท่องเที่ยวควรถูกพัฒนาให้เป็น “ผู้ใช้นันทนาการที่มีจิตสำนึก” ที่มีใช้เพียงผู้บริโภคกิจกรรมท่องเที่ยว โดยควรมีการออกแบบมาตรการเชิงรุก เช่น การจัดทำคู่มือการท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์ที่ชี้นำพฤติกรรมการเดินทางอย่างรับผิดชอบ การสื่อสารสาธารณะผ่านสื่อดิจิทัลเพื่อรณรงค์ลดการใช้พลาสติก สนับสนุนผลิตภัณฑ์และบริการจากชุมชน และสร้างกระแส “การเดินทางเชิงคุณค่า” มากกว่าการเดินทางเชิงปริมาณ นอกจากนี้ควรปลูกฝังความเข้าใจข้ามวัฒนธรรม เช่น การเรียนรู้คำศัพท์พื้นฐานภาษาลาว และการพบปะชมธรรมชาติแบบยั่งยืน ทั้งนี้เพื่อให้ปฏิสัมพันธ์กับเจ้าบ้านลึกซึ้งและลดความขัดแย้งโดยไม่ตั้งใจ ซึ่งเมื่อผู้ใช้นันทนาการมีจิตสำนึกที่เหมาะสม จะช่วยยกระดับคุณภาพประสบการณ์ พร้อมทั้งทำให้การพัฒนาเกิดขึ้นบนฐานของความเคารพและความรับผิดชอบต่อร่วมกัน

## 2. ข้อเสนอสำหรับชุมชนชาว สปป.ลาว และผู้จัดการพื้นที่ในฐานะเจ้าบ้าน

ชุมชนท้องถิ่นควรถูกเสริมพลังให้เป็น “เจ้าของพื้นที่อย่างแท้จริง” ผ่านการพัฒนาการท่องเที่ยวโดยชุมชน (Community-Based Tourism: CBT) ที่ไม่เพียงเน้นการถ่ายทอดวัฒนธรรม แต่ยังให้สิทธิชุมชนในการออกแบบกิจกรรมและควบคุมการใช้ทรัพยากรด้วยตนเอง การเสริมสร้างสมรรถนะด้านการบริการ ความปลอดภัย และการบริหารผลประโยชน์เป็นสิ่งสำคัญ ทั้งนี้เพื่อให้ชุมชนสามารถต้านทานผลกระทบเชิงพาณิชย์ที่อาจบิดเบือนวิถีชีวิตได้ นอกจากนี้ การวางระบบจัดการสิ่งแวดล้อม เช่น การกำหนดโควตานักท่องเที่ยวในพื้นที่เปราะบาง การจัดการขยะโดยใช้หลักการหมุนเวียน และการควบคุมกิจกรรมที่กระทบระบบนิเวศ จะทำให้โบลาเวนสามารถรักษาความสมดุลระหว่างการต้อนรับผู้มาเยือนกับการคงอยู่ของระบบนิเวศและวิถีชีวิตท้องถิ่นได้อย่างยั่งยืน

## 3. แนวทางการจัดการพื้นที่ธรรมชาติข้ามพรมแดน

โบลาเวนควรถูกพัฒนาในฐานะพื้นที่เชื่อมต่อ ไทย-ลาว โดยอาศัยกลไกความร่วมมือถาวรที่มีตัวแทนจากภาครัฐ หน่วยงานท้องถิ่น และภาคประชาสังคมของทั้งสองประเทศ ทั้งนี้เพื่อทำหน้าที่กำหนดทิศทาง กำกับดูแล และติดตามการพัฒนาอย่างรอบด้าน โดยกลไกนี้ควรมีแผนแม่บทการพัฒนาที่ครอบคลุมทั้งการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม การพัฒนาเศรษฐกิจฐานราก การยกระดับคุณภาพชีวิต การสร้างมาตรฐานร่วมด้านความปลอดภัยและคุณภาพบริการ นอกจากนี้ควรส่งเสริมการแลกเปลี่ยนองค์ความรู้ผ่านการจัดเวิร์กช็อป การดูงาน และการวิจัยร่วม ซึ่งจะช่วยให้โบลาเวนกลายเป็นพื้นที่นำร่องที่สามารถถ่ายทอดรูปแบบการจัดการไปยังพื้นที่ข้ามพรมแดนอื่น ๆ ในลุ่มน้ำโขงได้

## 4. ข้อเสนอเชิงนโยบายระดับภูมิภาคและอาเซียน

การพัฒนาที่ราบสูงโบลาเวนไม่ควรถูกมองเพียงในระดับทวิภาคี แต่ต้องเชื่อมโยงกับกรอบความร่วมมือระดับภูมิภาค โดยเฉพาะอาเซียนและอนุภูมิภาคลุ่มน้ำโขง การบูรณาการโบลาเวนเข้ากับ ASEAN Ecotourism Trail หรือ เส้นทางวัฒนธรรมข้ามพรมแดน จะช่วยเพิ่มการรับรู้และเสริมภาพลักษณ์ในระดับสากล ขณะเดียวกันควรดึงดูดการลงทุนจากองค์กรพัฒนา เช่น โครงการพัฒนาแห่งสหประชาชาติ

และกองทุนสิ่งแวดล้อมโลก เพื่อสร้างฐานข้อมูลวิจัย พัฒนาสาธารณูปโภค และเสริมศักยภาพชุมชนท้องถิ่น นอกจากนี้ ควรผลักดันให้มีมาตรฐานอาเซียนสำหรับการจัดการนันทนาการข้ามพรมแดนที่คำนึงถึงสิ่งแวดล้อม ความปลอดภัย และความเป็นธรรมในสังคม สุดท้ายการจัดตั้งศูนย์วิจัยด้านนันทนาการและการท่องเที่ยวอย่างยั่งยืนในภูมิภาค โดยใช้โบลาเวนเป็นพื้นที่ต้นแบบ จะช่วยผลิตองค์ความรู้ใหม่ ถ่ายทอดไปยังพื้นที่อื่น และต่อย้ายบทบาทของอาเซียนในฐานะผู้นำด้านการพัฒนาการท่องเที่ยวที่ยั่งยืน

## สรุป

การศึกษารั้งนี้ได้สังเคราะห์องค์ความรู้เชิงระบบจากประสบการณ์และคุณค่าเชิงนันทนาการของนักท่องเที่ยวชาวไทยบนที่ราบสูงโบลาเวน โดยผลการวิเคราะห์สะท้อนให้เห็นว่าประสบการณ์ดังกล่าวมีได้จำกัดอยู่เพียงมิติการพักผ่อน หากแต่เป็นกระบวนการที่ก่อให้เกิดคุณค่าบูรณาการทั้งด้านจิตใจ สังคม วัฒนธรรม สิ่งแวดล้อม และเศรษฐกิจ ผ่านการมีปฏิสัมพันธ์อย่างลึกซึ้งกับธรรมชาติที่บริสุทธิ์และความจริงใจของชุมชนเจ้าบ้าน อันนำไปสู่การฟื้นฟูสมดุลทางจิตใจ การทบทวนอัตลักษณ์ และการสร้างความสัมพันธ์ที่มีความหมายในบริบทข้ามพรมแดน ทั้งนี้ ผลการศึกษายังได้ต่อย้ายบทบาทของนันทนาการในฐานะกลไกทางสังคมที่เชื่อมโยงผู้คนข้ามวัฒนธรรม ส่งเสริมการเข้าใจ และการเคารพความหลากหลาย อีกทั้งยังได้เสนอแนวทางการออกแบบพื้นที่และกิจกรรมนันทนาการอย่างยั่งยืน โดยเน้นผู้ใช้เป็นศูนย์กลาง ผสานกับการจัดการเชิงระบบนิเวศและการมีส่วนร่วมของชุมชน ตลอดจนข้อเสนอเชิงนโยบายและกลไกความร่วมมือในหลายระดับ ซึ่งถือเป็นองค์ความรู้ใหม่ที่มีนัยสำคัญต่อการพัฒนาศาสตร์นันทนาการ และสามารถใช้เป็นต้นแบบในการยกระดับการจัดการพื้นที่นันทนาการธรรมชาติข้ามพรมแดนในบริบทอาเซียนได้อย่างยั่งยืน

## องค์ความรู้ใหม่

บทความนี้ได้สร้างองค์ความรู้ใหม่ที่สำคัญต่อศาสตร์นันทนาการในประเทศไทยและภูมิภาค โดยถือเป็นการศึกษาชิ้นแรกที่วิเคราะห์เชิงระบบเกี่ยวกับประสบการณ์และคุณค่าเชิงนันทนาการของนักเดินทางชาวไทยที่มีต่อพื้นที่ธรรมชาติข้ามพรมแดนอย่างที่ราบสูงโบลาเวน โดยงานนี้ได้สังเคราะห์พลวัตการปฏิสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ ธรรมชาติ และวัฒนธรรม จนนำไปสู่การจัดระบบคุณค่าทั้งด้านจิตใจ สังคม วัฒนธรรม สิ่งแวดล้อม และเศรษฐกิจอย่างบูรณาการ อีกทั้งได้เสนอแนวทางออกแบบพื้นที่และกิจกรรมนันทนาการที่ยั่งยืน โดยผนวกมิติผู้ใช้กับการจัดการเชิงระบบนิเวศและวัฒนธรรม พร้อมข้อเสนอเชิงนโยบายหลายระดับที่สามารถเป็นต้นแบบของการจัดการพื้นที่นันทนาการอย่างมีส่วนร่วมและยั่งยืนได้

## เอกสารอ้างอิง

- Boungnarasy, M. (2022). *Lancang-Mekong regional tourism cooperation mechanism: Towards a regional frame from Lao PDR perspective*. <https://doi.org/10.2139/ssrn.4001318>
- Buckley, R. (2004). *Environmental impacts of ecotourism*. CABI.
- Chindaprasert, K., Yasothornsrikul, P., & Esichaikul, R. (2015). The effects of motivation and satisfaction on destination loyalty at the Thailand-Laos (PDR) border. *Asia-Pacific journal of innovation in hospitality and tourism (APJIHT)*, 4, 1–17.
- Delang, C. O., Toro, M., & Charlet-Phommachanh, M. (2013). Coffee, mines and dams: conflicts over land in the Bolaven plateau, southern Lao PDR. *The geographical journal*, 179(2), 150–164.
- Discover Laos Today. (2024). *Bolaven plateau, coffee, waterfalls and ethnic villages*. Discover Laos rediscover yourself. <https://discoverlaos.today/post/bolaven-plateau-coffee-waterfalls-and-ethnic-villages>
- Draper, J. (2015). Towards a curriculum for the Thai Lao of northeast Thailand?. *Current issues in language planning*, 16(3), 238–258.
- Draper, J., & Kamnuansilpa, P. (2018). The Thai Lao question: The reappearance of Thailand’s ethnic Lao community and related policy questions. *Asian ethnicity*, 19(1), 81–105.
- Egner, L. E., Sütterlin, S., & Calogiuri, G. (2020). Proposing a framework for the restorative effects of nature through conditioning: Conditioned restoration theory. *International journal of environmental research and public health*, 17(18), 6792. <https://doi.org/10.3390/ijerph17186792>
- Gnoth, J., & Matteucci, X. (2014). A phenomenological view of the behavioural tourism research literature. *International journal of culture, tourism and hospitality research*, 8(1), 3–21.
- González-García, M., Álvarez, J. C., Pérez, E. Z., Fernandez-Carriba, S., & López, J. G. (2021). Feasibility of a brief online mindfulness and compassion-based intervention to promote mental health among university students during the COVID-19 pandemic. *Mindfulness*, 12(7), 1685-1695.
- Haukeland, J. V., Fredman, P., Tyrväinen, L., Siegrist, D., & Lindberg, K. (2023). Prospects for nature-based tourism: Identifying trends with commercial potential. *Journal of ecotourism*, 1–18. <https://doi.org/10.1080/14724049.2023.2178444>
- ISO, I. (2019). *9241-210: 2019 Ergonomics of human-system interaction–Part 210: human-centred design for interactive systems*. International organization for standardization. <https://www.iso.org/standard/77520.html>
- Kaplan, S. (1995). The restorative benefits of nature: Toward an integrative framework. *Journal of environmental psychology*, 15(3), 169–182.
- Kay, P. L. (2009). Cultural experience tourist motives dimensionality: A cross-cultural study. *Journal of hospitality marketing & management*, 18(4), 329–371.
- Keosiphandone, P. (2014). Connecting upland peasants to markets and socio-cultural change in Bolaven plateau, southern part of Laos. *IOSR journal of humanities and social science*, 19(10), 15-24.

- Kleinod, M. (2017). *The recreational frontier: Ecotourism in Laos as ecorational instrumentality*. Universitätsverlag Göttingen. <https://doi.org/10.17875/gup2017-1006>
- Laos Tourism. (2025). *Bolaven plateau waterfall*. Laos tourism. <https://www.laostourism.org/laos-things-to-see/bolaven-plateau-waterfall/>
- Li, Z., Zhang, H., Xu, Y., Fang, T., Wang, H., & Tang, G. A. (2024). How does cultural distance affect tourism destination choice? Evidence from the correlation between regional culture and tourism flow. *Applied geography*, 166, <https://doi.org/10.1016/j.apgeog.2024.103261>
- Liu, B., Moyle, B., & Kralj, A. (2025). A decade of progress in tourist experience research: Five macro-level trends. *Anatolia*, 36(2), 252–268.
- Mandić, A. (2019). Nature-based solutions for sustainable tourism development in protected natural areas: A review. *Environment systems and decisions*, 39(3), 249–268.
- Marini Govigli, V., Alkhaled, S., Arnesen, T., Barlagne, C., Bjerck, M., Burlando, C., ... Górriz-Mifsud, E. (2020). Testing a framework to co-construct social innovation actions: Insights from seven marginalized rural areas. *Sustainability*, 12(4), 1441. <https://doi.org/10.3390/su12041441>
- Mihalič, T., Šegota, T., Knežević Cvelbar, L., & Kuščer, K. (2016). The influence of the political environment and destination governance on sustainable tourism development: A study of Bled, Slovenia. *Journal of sustainable tourism*, 24(11), 1489–1505.
- Nonthapot, S., Choochote, K., & Thawornwiriyastrakul, W. (2025). Impact of tourism image and motivation of Thai and Chinese tourists for traveling in Lao people's democratic republic by Laos-China railway. *Geojournal of tourism and geosites*, 59(2), 628–637. <https://doi.org/10.30892/gtg.59210-1442>
- Ounmany, K. (2014). *Community-based ecotourism in Laos: Benefits and burdens sharing among stakeholders*. [Doctoral dissertation, BOKU University of Natural Resources and Life Science]. <https://epub.boku.ac.at/obvbokhs/content/titleinfo/1930287/full.pdf>
- Phommavong, S., Douangphachanh, M., & Svengsucksas, K. (2019). Coffee commercialization in the Bolaven plateau in the southern of Lao PDR. In *Coffee-Production and Research*. IntechOpen. <https://doi.org/10.5772/intechopen.90105>
- Pine, B. J., & Gilmore, J. H. (2013). The experience economy: Past, present and future. In J. Sundbo, & F. Sorensen (Eds.), *Handbook on the experience economy* (pp. 21–44). Edward Elgar.
- Ponpern, S., & Phaengsoi, K. (2013). Cooperative development model to promote tourism in Thailand and Laos in the border zone of Ubon Ratchatani province and Champasak. *Asian social science*, 9(11), 237-242. <https://doi.org/10.5539/ass.v9n11p237>
- Reisinger, Y., & Moufakkir, O. (2015). Cultural issues in tourism, hospitality and leisure in the Arab/Muslim world. *International journal of culture, tourism and hospitality research*, 9(1). <https://doi.org/10.1108/IJCTHR-01-2015-0003>

- Rezapouraghdam, H., Akhshik, A., Strzelecka, M., Roudi, S., & Ramkissoon, H. (2024). Fascination, place attachment, and environmental stewardship in cultural tourism destinations. *Tourism recreation research, 50*(7), 1577–1593. <https://doi.org/10.1080/02508281.2024.2434793>
- Scopelliti, M., Carrus, G., & Bonaiuto, M. (2019). Is it really nature that restores people? A comparison with historical sites with high restorative potential. *Frontiers in Psychology, 9*, <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02742>
- Tang, R., Zhao, X., & Guo, Z. (2024). Place perception and restorative experience of recreationists in the natural environment of rural tourism. *Frontiers in Psychology, 15*, 1341956. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1341956>
- Toro, M. (2012). *Coffee markets, smallholder credit, and landscape change in the Bolaven plateau region, Laos*. [Doctoral dissertation, University of Miami]. [https://scholarship.miami.edu/view/pdfCoverPage?instCode=01UOML\\_INST&filePid=13355508800002976&download=true](https://scholarship.miami.edu/view/pdfCoverPage?instCode=01UOML_INST&filePid=13355508800002976&download=true)
- Tussyadiah, I. P. (2014). Toward a theoretical foundation for experience design in tourism. *Journal of travel research, 53*(5), 543-564. <https://doi.org/10.1177/0047287513513172>
- UNWTO. (2025). *Sustainable development*. UN Tourism. <https://www.unwto.org/sustainable-development>
- Vada, S., Prentice, C., & Hsiao, A. (2019). The influence of tourism experience and well-being on place attachment. *Journal of retailing and consumer services, 47*, 322–330. <https://doi.org/10.1016/j.jretconser.2018.12.007>
- Vergara Romero, A., Durán-Román, J. L., JIMBER-DEL RIO, J. A., & Collado-González, J. C. (2025). Business management of sustainable destinations and its effect on ecotourism entrepreneurship to mitigate overtourism. *Humanities and Social Sciences Communications, 12*(1), 1–8. <https://doi.org/10.1057/s41599-025-05149-4>
- Von Lindern, E., Lymeus, F., & Hartig, T. (2017). The restorative environment: A complementary concept for salutogenesis studies. In M.B. Mittelmark et al. (Eds.), *The handbook of Salutogenesis*, (pp. 181–195). Springer. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-04600-6\\_19](https://doi.org/10.1007/978-3-319-04600-6_19)
- Wang, G., Huang, L., Xu, C., He, K., Shen, K., & Liang, P. (2022). Analysis of the mediating role of place attachment in the link between tourists' authentic experiences of, involvement in, and loyalty to rural tourism. *Sustainability, 14*(19), 12795. <https://doi.org/10.3390/su141912795>
- Wang, P., Zhou, B., Ya, J., Han, L., & Zhu, Y. (2025). The impact of perceived restorative destination environments on tourists' willingness-to-pay for environmental protection. *Scientific reports, 15*(1), 19989. <https://doi.org/10.1038/s41598-025-03403-y>
- Wearing, S., & Neil, J. (1999). *Ecotourism: Impacts, potentials and possibilities*. Routledge.

- Wisajorn, T. (2019). The inescapable territorial trap in international relations: Borderland studies and the Thai-Lao border from 1954 to the Present. *Geopolitics*, 24(1), 194–229.  
<https://doi.org/10.1080/14650045.2017.1358166>
- Yasmine, H. T., & Atmojo, W. T. (2022). UI/UX design for tourism village website using the User Centered Design method. *TIERS information technology journal*, 3(2), 100–114.  
<https://doi.org/10.38043/tiers.v3i2.3871>
- Zhang, Z., & Guo, M. (2022). Change of tourism organizations: Implications from a review of cultural tourism research. *Frontiers in psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1000117>
- Zou, W., Wei, W., Ding, S., & Xue, J. (2022). The relationship between place attachment and tourist loyalty: A meta-analysis. *Tourism management perspectives*, 43, <https://doi.org/10.1016/j.tmp.2022.100983>