การจัดการภูมิทัศน์เสียงเชิงสร้างสรรค์เพื่อการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะในจังหวัดแม่ฮ่องสอน: บนฐานอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมและความยั่งยืน

วาสนา อังศุนิตย์ลาภา[1,*]

พิทักษ์ ศิริวงศ์[2]

*(**วันที่รับ:** 30 พ.ย. 2568; **วันที่แก้ไขเสร็จ:** 31 พ.ค. 2569; **วันที่ตอบรับ:** 5 มิ.ย. 2569)*

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาศักยภาพและบทบาทของภูมิทัศน์เสียงในการสร้างประสบการณ์การท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะในจังหวัดแม่ฮ่องสอน วิเคราะห์การจัดการและการอนุรักษ์ภูมิทัศน์เสียงที่เกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะอย่างยั่งยืนในจังหวัดแม่ฮ่องสอน และเสนอแนวทางการจัดการภูมิทัศน์เสียงเชิงสร้างสรรค์ที่สนับสนุนการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะบนฐานอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมและความยั่งยืนของพื้นที่ การวิจัยใช้ระเบียบวิธีเชิงคุณภาพภายใต้แนวคิดเชิงตีความ เก็บรวบรวมข้อมูลผ่านการสัมภาษณ์เชิงลึก การสังเกตภาคสนาม และการบันทึกสภาพแวดล้อมทางเสียง จากผู้ให้ข้อมูลหลักจำนวน 20 คน ประกอบด้วยนักท่องเที่ยว ประชาชนท้องถิ่น ผู้ประกอบการ และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในจังหวัดแม่ฮ่องสอน วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการวิเคราะห์เชิงหัวข้อแบบตีความ (Interpretive Thematic Analysis)

ผลการศึกษาพบว่า ความเงียบและเสียงธรรมชาติ เช่น เสียงลม เสียงน้ำไหล และเสียงนกร้อง มีบทบาทสำคัญต่อการสร้างความรู้สึกสงบ ผ่อนคลาย และการฟื้นฟูทางอารมณ์ของนักท่องเที่ยว ขณะที่เสียงวัฒนธรรมชาติพันธุ์ เช่น เสียงกลองมองเซิง เสียงบทสวดแบบไทใหญ่ และเสียงดนตรีพื้นบ้าน สะท้อนอัตลักษณ์ ความทรงจำร่วม และวิถีชีวิตของชุมชน นอกจากนี้ ภูมิทัศน์เสียงมีบทบาทต่อการสร้างประสบการณ์การท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะผ่านกระบวนการรับรู้และการสร้างความหมายของผู้คน โดยสุขภาวะที่เกิดขึ้นไม่ได้เป็นผลจากเสียงเพียงอย่างเดียว หากเกิดจากปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้คน กิจกรรม และบริบทของพื้นที่ร่วมกัน อย่างไรก็ตาม ภูมิทัศน์เสียงของจังหวัดแม่ฮ่องสอนกำลังเผชิญความเปลี่ยนแปลงจากการท่องเที่ยวร่วมสมัยและกิจกรรมเชิงพาณิชย์ ส่งผลให้เสียงดั้งเดิมบางส่วนเริ่มลดบทบาทลง และยังพบข้อจำกัดด้านการจัดการเสียงและการบูรณาการความร่วมมือระหว่างหน่วยงานในระดับพื้นที่

ข้อค้นพบสะท้อนว่า ภูมิทัศน์เสียงไม่ได้เป็นเพียงองค์ประกอบของสภาพแวดล้อมทางเสียง แต่เป็นทรัพยากรด้านสุขภาวะ วัฒนธรรม และความสัมพันธ์ทางสังคมที่มีบทบาทต่อการสร้างความหมายและประสบการณ์การท่องเที่ยวของผู้มาเยือน การพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะจึงควรให้ความสำคัญกับการอนุรักษ์มรดกเสียงท้องถิ่น การมีส่วนร่วมของชุมชน และการจัดการภูมิทัศน์เสียงอย่างสมดุล เพื่อสนับสนุนการท่องเที่ยวอย่างยั่งยืนในระยะยาว

คำสำคัญ: ภูมิทัศน์เสียง; การจัดการภูมิทัศน์เสียง; การท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะ; อัตลักษณ์วัฒนธรรม; จังหวัดแม่ฮ่องสอน

[1,*] อาจารย์, สาขาวิชาการท่องเที่ยวและการโรงแรม วิทยาลัยแม่ฮ่องสอน มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ วิทยาเขตแม่ฮ่องสอน (ผู้ประพันธ์บรรณกิจ) อีเมล: wartsana_ang@g.cmru.ac.th

[2] รองศาสตราจารย์ ดร., สาขาวิชาการตลาด คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยศิลปากร อีเมล: siriwong_p@su.ac.th

Creative Soundscape Management for Wellness Tourism in Mae Hong Son Province: A Cultural Identity and Sustainability-Based Approach

Wartsana Angsunitlapa[3,*]
Phitak Siriwong[4]

(**Received:** *November 30, 2025;* **Revised:** *May 31, 2026;* **Accepted:** *June 5, 2026)*

Abstract

This study aimed to investigate the potential and role of soundscapes in shaping wellness tourism experiences in Mae Hong Son Province, Thailand; to examine the management and conservation of soundscapes associated with sustainable wellness tourism; and to propose creative soundscape management approaches that support wellness tourism based on cultural identity and local sustainability. A qualitative research approach grounded in an interpretive paradigm was employed. Data were collected through in-depth interviews, field observations, and sound environment recordings from 20 key informants, including tourists, local residents, entrepreneurs, and relevant stakeholders in Mae Hong Son Province. The data were analyzed using Interpretive Thematic Analysis.

The findings revealed that silence and natural sounds, such as wind, flowing water, and birdsong, play a significant role in creating feelings of tranquility, relaxation, and emotional restoration among visitors. In contrast, ethnic cultural sounds, including *Mong Serng* drums, Tai Yai chanting, and traditional folk music, reflect cultural identity, collective memory, and local ways of life. The study further found that soundscapes contribute to wellness tourism experiences through processes of perception and meaning-making. Well-being outcomes were not generated by sounds alone but emerged through interactions among people, activities, and the spatial context in which sounds were experienced. However, the soundscape of Mae Hong Son is increasingly affected by contemporary tourism development and commercial activities, resulting in the gradual decline of certain traditional sounds. In addition, limitations were identified in soundscape management and inter-organizational collaboration at the local level.

The findings suggest that soundscapes should be understood not merely as elements of the acoustic environment but as resources for well-being, cultural heritage, and social relationships that shape the meanings and experiences of tourism. The development of wellness tourism should therefore emphasize the conservation of local sonic heritage, community participation, and balanced soundscape management in order to support sustainable tourism development in the long term.

Keywords: soundscape; soundscape management; wellness tourism; cultural identity; Mae Hong Son Province

[3,*] Lecturer, Tourism and Hospitality Program, Mae Hong Son College, Chiang Mai Rajabhat University, Mae Hong Son Campus (Corresponding author) E-mail: wartsana_ang@g.cmru.ac.th

[4] Associate Professor Dr., Marketing Program, Faculty of Management Science, Silpakorn University E-mail: siriwong_p@su.ac.th

บทนำ

ในช่วงทศวรรษที่ผ่านมา สังคมโลกกำลังเผชิญความเปลี่ยนแปลงจากวิถีชีวิตยุคดิจิทัล ความเร่งรีบทางเศรษฐกิจ และความหนาแน่นของข้อมูลข่าวสารในชีวิตประจำวัน ส่งผลให้ผู้คนจำนวนมากเกิดภาวะความเครียด ความเหนื่อยล้าทางอารมณ์ และความต้องการแสวงหากิจกรรมหรือพื้นที่ที่ช่วยฟื้นฟูสมดุลของชีวิตมากขึ้น ปรากฏการณ์ดังกล่าวส่งผลให้เศรษฐกิจสุขภาวะ (Wellness Economy) และการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะ (Wellness Tourism) เติบโตอย่างต่อเนื่องในระดับสากล โดยนักท่องเที่ยวยุคใหม่เริ่มให้ความสำคัญกับคุณภาพชีวิต ความสงบทางจิตใจ และประสบการณ์ที่เชื่อมโยงกับธรรมชาติและวัฒนธรรมท้องถิ่นมากขึ้น (Global Wellness Institute [GWI], 2023) ในบริบทของประเทศไทย แนวโน้มการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะได้รับความสนใจเพิ่มขึ้นจากทั้งภาครัฐและภาคธุรกิจ เนื่องจากเป็นรูปแบบการท่องเที่ยวที่สอดคล้องกับพฤติกรรมผู้บริโภคยุคใหม่ที่มุ่งแสวงหาการพักผ่อน การฟื้นฟูสุขภาพกายและจิตใจ รวมถึงประสบการณ์ที่ช่วยสร้างความสมดุลทางอารมณ์ควบคู่กับการเรียนรู้ธรรมชาติและวัฒนธรรมของพื้นที่ (ธนาคารแห่งประเทศไทย, 2564)

ภายใต้บริบทดังกล่าว การท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะในปัจจุบันจึงไม่ได้จำกัดอยู่เพียงบริการทางการแพทย์ สปา หรือกิจกรรมดูแลสุขภาพเท่านั้น แต่ได้ขยายไปสู่ประสบการณ์เชิงประสาทสัมผัส (Sensory Experience) ที่ส่งผลต่ออารมณ์ ความรู้สึก และการรับรู้ของนักท่องเที่ยว (Smith & Puczkó, 2014) องค์ประกอบของพื้นที่ เช่น ภาพ เสียง กลิ่น และบรรยากาศ จึงเริ่มมีบทบาทสำคัญต่อการออกแบบประสบการณ์การท่องเที่ยว โดยเฉพาะ “เสียง” ซึ่งเป็นองค์ประกอบที่สัมพันธ์กับการรับรู้ ความทรงจำ และสภาวะทางอารมณ์ของมนุษย์ แต่กลับได้รับความสนใจในมิติการจัดการการท่องเที่ยวน้อยกว่าการจัดการภูมิทัศน์ทางกายภาพของพื้นที่

แนวคิดภูมิทัศน์เสียง (Soundscape) อธิบายถึงการรับรู้และการตีความเสียงของมนุษย์ภายใต้บริบทสิ่งแวดล้อมและสังคมของพื้นที่ (Schafer, 1977/1994) โดยเสียงไม่ได้ทำหน้าที่เพียงเป็นฉากหลังของสถานที่ แต่ยังมีความสัมพันธ์กับอารมณ์ ความทรงจำ และการรับรู้ของผู้คน งานศึกษาหลายชิ้นชี้ว่า “เสียงธรรมชาติ” เช่น เสียงน้ำไหล เสียงลม เสียงฝน หรือเสียงนกร้อง มีส่วนช่วยลดความตึงเครียด กระตุ้นความผ่อนคลาย และส่งเสริมการฟื้นฟูทางอารมณ์ (Aletta et al., 2018; Kaplan & Kaplan, 1989) ทั้งนี้ Kaplan และ Kaplan (1989) อธิบายว่า การใช้เวลาอยู่ในสภาพแวดล้อมธรรมชาติสามารถช่วยฟื้นฟูความล้าจากการใช้สมาธิจดจ่อ (Directed Attention Fatigue) ลดความตึงเครียด และเสริมสร้างสมาธิผ่านกระบวนการฟื้นฟูความล้าทางจิตใจ (Attention Restoration) ขณะที่ Aletta et al. (2018) ระบุว่า ภูมิทัศน์เสียงเชิงบวกมีความสัมพันธ์กับการรับรู้สุขภาวะและกระบวนการฟื้นตัวจากความเครียด

ในอีกมิติหนึ่ง “เสียงวัฒนธรรม” เช่น เสียงบทสวด เสียงพิธีกรรม เสียงระฆังวัด เสียงเครื่องดนตรีและภาษาท้องถิ่น สะท้อนอัตลักษณ์ ความทรงจำร่วม และความผูกพันทางวัฒนธรรมของผู้คนในพื้นที่ เสียงลักษณะดังกล่าวสามารถสร้างความรู้สึกเชื่อมโยงกับสถานที่ และก่อให้เกิดประสบการณ์ทางอารมณ์และ

จิตวิญญาณแก่ผู้มาเยือน สอดคล้องกับแนวคิด “ชุมชนเชิงเสียง” (Acoustic Community) ของ Truax (2001) ที่มองว่าเสียงธรรมชาติและเสียงวัฒนธรรมเป็นส่วนหนึ่งของความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ ชุมชน และสิ่งแวดล้อม โดยเสียงธรรมชาติช่วยสร้างบรรยากาศที่เอื้อต่อความผ่อนคลาย ขณะที่เสียงวัฒนธรรมทำหน้าที่ถ่ายทอดอัตลักษณ์และความหมายทางสังคมของพื้นที่

เมื่อพิจารณาจากการทบทวนวรรณกรรมที่ผ่านมา พบว่างานวิจัยที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างทุนทางวัฒนธรรมกับการท่องเที่ยวส่วนใหญ่มักให้ความสำคัญกับมิติของมรดกวัฒนธรรมที่จับต้องได้ และการรับรู้ผ่านองค์ประกอบด้านภาพ อาทิ สถาปัตยกรรมดั้งเดิม โบราณสถาน และอาหารท้องถิ่น ในฐานะทรัพยากรสำคัญสำหรับการพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรม (ยูเนสโก, ม.ป.ป.; Richards, 2018) ในทางกลับกัน การศึกษาภูมิทัศน์เสียงซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของมรดกวัฒนธรรมที่จับต้องไม่ได้ และเป็นองค์ประกอบสำคัญของประสบการณ์การท่องเที่ยวกลับได้รับความสนใจค่อนข้างน้อย แม้งานศึกษาด้านภูมิทัศน์เสียงจะเริ่มได้รับความสนใจเพิ่มขึ้นในต่างประเทศ โดยเฉพาะในบริบทของเมือง วัฒนธรรม และสุขภาวะ แต่การศึกษาในบริบทการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะของประเทศไทยในพื้นที่เมืองรอง และชุมชนชาติพันธุ์ ยังปรากฏอยู่ไม่มากนัก โดยเฉพาะการศึกษาด้านการจัดการภูมิทัศน์เสียง (Soundscape Management) ที่เชื่อมโยงมิติของเสียง สุขภาวะ วัฒนธรรม และการท่องเที่ยวเข้าด้วยกันอย่างเป็นระบบ (Bernat, 2014) นอกจากนี้ ยังไม่พบงานศึกษาที่มุ่งทำความเข้าใจภูมิทัศน์เสียงในฐานะทรัพยากรเชิงสุขภาวะที่เชื่อมโยงมิติของธรรมชาติ วัฒนธรรม และการจัดการการท่องเที่ยวในบริบทของจังหวัดแม่ฮ่องสอนโดยตรง ช่องว่างดังกล่าวสะท้อนให้เห็นว่าวงการศึกษาการท่องเที่ยวยังคงให้ความสำคัญกับการรับรู้ผ่านสายตา มากกว่าการทำความเข้าใจประสบการณ์ทางเสียงที่สัมพันธ์กับวิถีชีวิต ความทรงจำ และการรับรู้เชิงอารมณ์ของผู้คนในพื้นที่ ซึ่งสอดคล้องกับข้อสังเกตในวรรณกรรมด้านการท่องเที่ยวเชิงประสาทสัมผัสที่มองว่า การศึกษาประสบการณ์ทางประสาทสัมผัสอื่นนอกเหนือจากการมองเห็น โดยเฉพาะประสบการณ์ทางเสียง เพิ่งได้รับความสนใจเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องในช่วงทศวรรษที่ผ่านมา (Agapito et al., 2013)

ในบริบทนี้ จังหวัดแม่ฮ่องสอนนับเป็นพื้นที่เมืองรองที่มีความโดดเด่นด้านการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะ และมักถูกนำเสนอในฐานะแหล่งท่องเที่ยวที่มีความเงียบสงบ ธรรมชาติอุดมสมบูรณ์ และวิถีชีวิตวัฒนธรรมที่แตกต่างจากเมืองท่องเที่ยวหลักในภาคเหนือ ภาพลักษณ์ดังกล่าวสัมพันธ์กับต้นทุนทางธรรมชาติและความหลากหลายทางวัฒนธรรมชาติพันธุ์ ทั้งกลุ่มไทใหญ่ กะเหรี่ยง ลาหู่ และกลุ่มชาติพันธุ์อื่น ๆ ที่ยังคงรักษาวิถีชีวิตและมรดกทางวัฒนธรรมเฉพาะถิ่นไว้ได้ในระดับหนึ่ง ภูมิทัศน์เสียงของแม่ฮ่องสอนมีความโดดเด่นจากการดำรงอยู่ร่วมกันของเสียงธรรมชาติและเสียงวัฒนธรรมชาติพันธุ์ที่ยังคงปรากฏอยู่ในวิถีชีวิตประจำวันของชุมชน ทั้งเสียงลมในหุบเขา เสียงน้ำไหล เสียงนกร้อง เสียงสวดมนต์ เสียงกลองมองเซิง และสำเนียงภาษาท้องถิ่น ความหลากหลายดังกล่าวสะท้อนความสัมพันธ์ระหว่างธรรมชาติ วัฒนธรรม และผู้คนในพื้นที่ ซึ่งมีศักยภาพในการสร้างประสบการณ์เชิงสุขภาวะและการรับรู้ความหมายของสถานที่ที่แตกต่างจากแหล่งท่องเที่ยวทั่วไป จึงทำให้จังหวัดแม่ฮ่องสอนเป็นกรณีศึกษาที่เหมาะสมต่อการศึกษาบทบาทของภูมิทัศน์เสียงในบริบทการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะ

ภายใต้บริบทดังกล่าว ภูมิทัศน์เสียงจึงนับเป็นทรัพยากรเชิงประสบการณ์ที่เชื่อมโยงระหว่างธรรมชาติ วัฒนธรรม และสุขภาวะของผู้มาเยือน อีกทั้งยังสะท้อนคุณค่าและอัตลักษณ์เฉพาะถิ่นที่มีศักยภาพต่อการพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะอย่างยั่งยืน

อย่างไรก็ตาม แม้ภูมิทัศน์เสียงของจังหวัดแม่ฮ่องสอนจะมีคุณค่าและศักยภาพต่อการพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะ แต่ปัจจุบันกำลังเผชิญความเปลี่ยนแปลงจากการขยายตัวของการท่องเที่ยวสมัยใหม่ การใช้เทคโนโลยี และอิทธิพลของเสียงจากภายนอก ส่งผลให้เสียงวัฒนธรรมบางประเภทเริ่มลดบทบาทหรือเลือนหายไปจากวิถีชีวิตของชุมชน ขณะเดียวกัน พื้นที่ท่องเที่ยวบางแห่งเริ่มเผชิญปัญหาเสียงรบกวนจากกิจกรรมการท่องเที่ยวและการใช้พื้นที่เชิงพาณิชย์ ซึ่งอาจส่งผลต่อบรรยากาศ ความสงบ และประสบการณ์ของผู้มาเยือนในระยะยาว

ดังนั้น งานวิจัยนี้จึงมุ่งศึกษาภูมิทัศน์เสียงของจังหวัดแม่ฮ่องสอนในฐานะทรัพยากรด้านสุขภาวะและวัฒนธรรมที่มีบทบาทต่อประสบการณ์การท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะของผู้มาเยือน พร้อมทั้งพิจารณาประเด็นการจัดการและการอนุรักษ์ภูมิทัศน์เสียงที่สอดคล้องกับบริบทของพื้นที่ และเสนอแนวทางการจัดการภูมิทัศน์เสียงเชิงสร้างสรรค์บนฐานอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมและความยั่งยืนของพื้นที่ เพื่อสนับสนุนการพัฒนาการท่องเที่ยวอย่างยั่งยืนในพื้นที่เมืองรองและชุมชนวัฒนธรรม ตลอดจนช่วยเติมเต็มองค์ความรู้ด้านภูมิทัศน์เสียงในบริบทการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะของประเทศไทย

คำถามการวิจัย

1. ภูมิทัศน์เสียงธรรมชาติและเสียงวัฒนธรรมในจังหวัดแม่ฮ่องสอนมีบทบาทและศักยภาพอย่างไรต่อการรับรู้ การให้ความหมาย และการสร้างประสบการณ์ที่เกื้อหนุนสุขภาวะของผู้มาเยือน

2. ภายใต้บริบทการท่องเที่ยวร่วมสมัยและการเปลี่ยนแปลงทางสังคมวัฒนธรรม ภูมิทัศน์เสียงดั้งเดิมของชุมชนกำลังเผชิญความเปลี่ยนแปลง ข้อจำกัด และความท้าทายด้านการจัดการและการอนุรักษ์อย่างไร

3. ควรมีแนวทางการจัดการและการอนุรักษ์ภูมิทัศน์เสียงเชิงสร้างสรรค์อย่างไร เพื่อสนับสนุนการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะบนฐานอัตลักษณ์และการมีส่วนร่วมของชุมชนอย่างยั่งยืน

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาศักยภาพและบทบาทของภูมิทัศน์เสียงในการสร้างประสบการณ์การท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะในจังหวัดแม่ฮ่องสอน

2. เพื่อวิเคราะห์การจัดการและการอนุรักษ์ภูมิทัศน์เสียงที่เกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะอย่างยั่งยืนในจังหวัดแม่ฮ่องสอน

3. เพื่อเสนอแนวทางการจัดการภูมิทัศน์เสียงเชิงสร้างสรรค์ที่สนับสนุนการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะบนฐานอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมและความยั่งยืนของพื้นที่

ทบทวนวรรณกรรม เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. แนวคิดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะและประสบการณ์เชิงประสาทสัมผัส

แนวคิดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะ (Wellness Tourism) ในปัจจุบันไม่ได้มุ่งเน้นเพียงการดูแลสุขภาพเชิงกายภาพเท่านั้น แต่ครอบคลุมถึงการสร้างประสบการณ์ที่เอื้อต่อความสมดุลของชีวิตและการพัฒนาสุขภาวะแบบองค์รวมของผู้มาเยือน (Smith & Puczkó, 2014) โดย “สุขภาวะ” ในความหมายร่วมสมัยไม่ได้หมายถึงเพียงการปราศจากโรคหรือความเจ็บป่วย หากยังสะท้อนถึงคุณภาพชีวิต ความพึงพอใจในการดำรงชีวิต ความสงบภายใน และความสามารถในการดำรงชีวิตอย่างสมดุลในบริบททางสังคมและวัฒนธรรม (GWI, 2023) การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวนำไปสู่การขยายขอบเขตของการท่องเที่ยวจากการดูแลสุขภาพทางกาย ไปสู่การแสวงหาประสบการณ์ที่ส่งเสริมคุณภาพชีวิตและการพัฒนาศักยภาพของมนุษย์ในมิติที่หลากหลายมากขึ้น

ในทางวิชาการ แนวคิดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะตั้งอยู่บนฐานของการพัฒนาสุขภาวะแบบองค์รวม (Holistic Well-being) ซึ่งครอบคลุมสุขภาวะทางกายภาพ (Physical Well-being) สุขภาวะทางจิตใจ (Mental Well-being) สุขภาวะทางอารมณ์ (Emotional Well-being) สุขภาวะทางสังคม (Social Well-being) และสุขภาวะทางจิตวิญญาณ (Spiritual Well-being) (Smith & Puczkó, 2014; GWI, 2023) สุขภาวะทางกายภาพเกี่ยวข้องกับความแข็งแรงของร่างกาย การพักผ่อน และการฟื้นฟูพลังงาน สุขภาวะทางจิตใจสะท้อนความสามารถในการจัดการความเครียด การมีสมาธิ และความปลอดโปร่งทางความคิด สุขภาวะทางอารมณ์เกี่ยวข้องกับความสุข ความผ่อนคลาย และความพึงพอใจในชีวิต สุขภาวะทางสังคมสะท้อนความสัมพันธ์อันดีกับผู้อื่น ความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของชุมชน และการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่มีคุณภาพ ขณะที่สุขภาวะทางจิตวิญญาณเกี่ยวข้องกับการค้นพบความหมายของชีวิต ความสงบภายใน และความเชื่อมโยงระหว่างมนุษย์กับธรรมชาติ วัฒนธรรม หรือสิ่งที่บุคคลให้คุณค่า แนวคิดดังกล่าวสะท้อนว่าการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะไม่ได้มุ่งสร้างผลลัพธ์ด้านสุขภาพในมิติใดมิติหนึ่ง หากแต่มุ่งส่งเสริมประสบการณ์ที่เอื้อต่อการพัฒนาสุขภาวะแบบองค์รวมของผู้มาเยือนในหลายมิติพร้อมกัน ด้วยเหตุนี้ การประเมินศักยภาพของแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะในปัจจุบันจึงไม่ได้พิจารณาเฉพาะสิ่งอำนวยความสะดวกด้านสุขภาพหรือกิจกรรมเพื่อการผ่อนคลายเท่านั้น แต่ยังรวมถึงองค์ประกอบของสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการสร้างประสบการณ์เชิงบวก การรับรู้ความสงบ ความรู้สึกเชื่อมโยงกับธรรมชาติและชุมชน ตลอดจนการสร้างความหมายและคุณค่าทางจิตใจแก่ผู้มาเยือน (Smith & Puczkó, 2014; GWI, 2023)

ภายใต้บริบทดังกล่าว ประสบการณ์เชิงประสาทสัมผัส ได้รับการยอมรับว่าเป็นองค์ประกอบสำคัญของการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะ เนื่องจากมนุษย์รับรู้และตีความสถานที่ผ่านประสาทสัมผัสที่หลากหลาย ทั้งการมองเห็น การได้ยิน การดมกลิ่น การสัมผัส และบรรยากาศโดยรอบ (Agapito et al., 2013) องค์ประกอบต่าง ๆ ของพื้นที่ เช่น ภาพ เสียง กลิ่น และสภาพแวดล้อม จึงมีบทบาทสำคัญต่อการรับรู้ การสร้างความหมาย และการจดจำประสบการณ์ของนักท่องเที่ยว โดยเฉพาะเสียง ซึ่งมีความสัมพันธ์กับ

ความทรงจำ อารมณ์ และการตอบสนองทางจิตใจของมนุษย์ อีกทั้งยังเอื้อต่อการสร้างความผ่อนคลาย ความสงบ และสภาวะเชิงฟื้นฟูที่สัมพันธ์กับการรับรู้คุณภาพชีวิตของผู้มาเยือน

ประสบการณ์ทางเสียงสามารถมีบทบาทต่อการส่งเสริมสุขภาวะหลายมิติพร้อมกัน เสียงธรรมชาติ เช่น เสียงน้ำไหล เสียงลม และเสียงนกร้อง อาจเอื้อต่อการฟื้นฟูสุขภาวะทางจิตใจและอารมณ์ผ่านการลดความตึงเครียดและการสร้างความรู้สึกผ่อนคลาย ขณะเดียวกัน สภาพแวดล้อมทางเสียงที่สงบและสอดคล้องกับธรรมชาติยังเอื้อต่อการพักผ่อนและการฟื้นฟูพลังงานของร่างกาย ซึ่งสัมพันธ์กับสุขภาวะทางกายภาพของผู้มาเยือนอีกด้วย ขณะที่เสียงวัฒนธรรม เสียงพิธีกรรม และเสียงกิจกรรมทางสังคมของชุมชน อาจช่วยสร้างความรู้สึกเชื่อมโยงกับผู้คน สถานที่ และความหมายทางวัฒนธรรม อันสัมพันธ์กับสุขภาวะทางสังคมและจิตวิญญาณของผู้มาเยือน ดังนั้น การทำความเข้าใจภูมิทัศน์เสียงในฐานะองค์ประกอบหนึ่งของประสบการณ์การท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะ จึงมีความสำคัญต่อการอธิบายความสัมพันธ์ระหว่างผู้คน สถานที่ และคุณภาพชีวิตในบริบทการท่องเที่ยวร่วมสมัย แนวคิดดังกล่าวยังเป็นกรอบสำคัญในการทำความเข้าใจบทบาทของเสียงธรรมชาติและเสียงวัฒนธรรมที่ปรากฏในพื้นที่จังหวัดแม่ฮ่องสอน ซึ่งมีศักยภาพในการสนับสนุนการรับรู้สุขภาวะของผู้มาเยือนผ่านกระบวนการรับรู้ การสร้างความหมาย และประสบการณ์เชิงประสาทสัมผัสที่เกิดขึ้นระหว่างการเดินทางท่องเที่ยว

2. แนวคิดภูมิทัศน์เสียงและนิเวศเสียง

แนวคิดภูมิทัศน์เสียง ได้รับการเสนอและพัฒนาโดย Schafer (1977/1994) ภายใต้กรอบแนวคิดนิเวศเสียง (Acoustic Ecology) เพื่ออธิบายความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับสภาพแวดล้อมทางเสียง โดยมองว่าเสียงไม่ได้เป็นเพียงคลื่นความถี่หรือองค์ประกอบทางกายภาพของพื้นที่เท่านั้น แต่ยังเป็นส่วนหนึ่งของประสบการณ์ การรับรู้ และการตีความของมนุษย์ภายใต้บริบททางสังคมและวัฒนธรรม แนวคิดดังกล่าวให้ความสำคัญกับ “การรับรู้เสียง” มากกว่าตัวเสียงเพียงอย่างเดียว เนื่องจากเสียงในลักษณะเดียวกันอาจก่อให้เกิดความหมายและประสบการณ์ที่แตกต่างกันตามบริบทของสถานที่ วัฒนธรรม และประสบการณ์เฉพาะบุคคลของผู้ฟัง บนฐานแนวคิดดังกล่าว Truax (2001) ได้ขยายแนวคิดดังกล่าวผ่านกรอบการสื่อสารทางเสียง โดยเสนอว่าเสียงทำหน้าที่เป็นสื่อกลางสำคัญที่เชื่อมโยงความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์และสิ่งแวดล้อมเข้าด้วยกัน เสียงในแต่ละพื้นที่จึงไม่ได้เป็นเพียงฉากหลังของกิจกรรมทางสังคม แต่สะท้อนอัตลักษณ์ วิถีชีวิต และความทรงจำร่วมที่อยู่ภายในชุมชน ภายใต้มุมมองนี้ ภูมิทัศน์เสียงมีส่วนในการก่อรูปความหมายและสร้างความรู้สึกเชื่อมโยงระหว่างมนุษย์กับสถานที่ ผ่านกระบวนการสื่อสารทางเสียงที่สัมพันธ์กับบริบททางสังคมและวัฒนธรรมของพื้นที่ สอดคล้องกับแนวคิดการรับรู้สถานที่ของ Relph (1976) ที่อธิบายว่า เอกลักษณ์และความผูกพันต่อสถานที่ (Sense of Place) เกิดขึ้นผ่านประสบการณ์และการรับรู้ซ้ำผ่านระบบประสาทสัมผัสของมนุษย์ แนวคิดดังกล่าวได้รับการต่อยอดโดย Waitt และ Duffy (2010) ผ่านกรอบแนวคิดเรื่อง การรับรู้ผ่านทางร่างกาย (Embodiment) และอารมณ์ความรู้สึก (Affect) ซึ่งอธิบายว่า การรับรู้เสียงระหว่างการเดินทางไม่ได้เกิดขึ้นผ่านการได้ยินเพียงอย่างเดียว หากแต่สัมพันธ์กับการเคลื่อนไหวของร่างกาย อารมณ์ และบริบทของพื้นที่ที่ผู้คนมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกัน ภายใต้มุมมองนี้ เสียงจึงไม่ได้ทำหน้าที่เป็นเพียงองค์ประกอบพื้น

หลังของสถานที่ท่องเที่ยว หากยังเป็นตัวกลางทางความหมายและทรัพยากรเชิงประสบการณ์ที่มีบทบาทต่อการรับรู้ การกระตุ้นความทรงจำ และการสร้างความผูกพันต่อสถานที่ในมิติที่ลึกซึ้งกว่าการรับรู้ผ่านสายตาเพียงอย่างเดียว (Waitt & Duffy, 2010; Schafer, 1977/1994; Bernat, 2014) โดยเฉพาะในพื้นที่ที่ยังคงมีทุนทางธรรมชาติและวัฒนธรรมดั้งเดิม ซึ่งภูมิทัศน์เสียงสามารถสื่อสารอัตลักษณ์ คุณค่าทางวัฒนธรรม และมิติทางอารมณ์ของพื้นที่ พร้อมทั้งสนับสนุนการรับรู้สุขภาวะทางอารมณ์และจิตวิญญาณของผู้มาเยือน

3. ภูมิทัศน์เสียงธรรมชาติกับการฟื้นฟูสุขภาวะ

งานศึกษาด้านภูมิทัศน์เสียงในช่วงที่ผ่านมาพบแนวโน้มว่า “เสียงธรรมชาติ” มีความสัมพันธ์กับการรับรู้สุขภาวะและการฟื้นฟูทางอารมณ์ของมนุษย์ โดยเฉพาะเสียงที่เกิดจากองค์ประกอบธรรมชาติ อาทิ เสียงน้ำไหล เสียงลมพัดผ่าน หรือเสียงนกร้อง ซึ่งมักถูกอธิบายว่าเป็นภูมิทัศน์เสียงเชิงบวกที่เอื้อต่อความรู้สึกผ่อนคลาย ความสงบภายใน และประสบการณ์ที่ช่วยฟื้นฟูจิตใจ (Aletta et al., 2018) มุมมองดังกล่าวสะท้อนว่า สุขภาวะทางเสียงไม่ได้หมายถึงเพียงสภาวะที่ปราศจากเสียงรบกวนเท่านั้น แต่ยังครอบคลุมถึงการรับรู้สภาพแวดล้อมทางเสียงที่สอดคล้องกับบริบทธรรมชาติ และช่วยสร้างความรู้สึกปลอดภัย สมดุลทางอารมณ์ และความสงบแก่ผู้ฟัง

สอดคล้องกับรายงานขององค์การอนามัยโลก (World Health Organization, 2018) ที่ชี้ว่ามลภาวะทางเสียงส่งผลโดยตรงต่อระดับความเครียด การพักผ่อน และสุขภาวะทางจิตใจของมนุษย์ ขณะที่ภูมิทัศน์เสียงธรรมชาติมีศักยภาพในการสนับสนุนกระบวนการฟื้นตัวจากความเครียด และเอื้อต่อการสร้างประสบการณ์เชิงฟื้นฟู ที่สัมพันธ์กับสภาวะทางอารมณ์เชิงบวกและการรับรู้อย่างมีสติ (Alvarsson et al., 2010; Buxton et al., 2021) กลไกดังกล่าวสามารถอธิบายเพิ่มเติมผ่านทฤษฎีการฟื้นฟูความล้าทางจิตใจ (Attention Restoration Theory: ART) ของ Kaplan และ Kaplan (1989) ซึ่งเสนอว่า สภาพแวดล้อมธรรมชาติสามารถช่วยฟื้นฟูความล้าจากการใช้สมาธิจดจ่อ (Directed Attention Fatigue) ผ่านสภาวะ Soft Fascination หรือการดึงดูดความสนใจอย่างอ่อนโยนจากองค์ประกอบธรรมชาติ กระบวนการนี้ช่วยลดความตึงเครียดและสนับสนุนการฟื้นคืนสมดุลทางจิตใจของมนุษย์ได้อย่างเป็นธรรมชาติ

ในบริบทของการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะ ภูมิทัศน์เสียงธรรมชาติอาจมีบทบาทสำคัญในการสนับสนุนประสบการณ์เชิงฟื้นฟูของผู้มาเยือน โดยเฉพาะในพื้นที่เมืองรองที่ยังคงมีต้นทุนความสงบทางเสียงและความใกล้ชิดกับธรรมชาติ ซึ่งเอื้อต่อการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับธรรมชาติในมิติที่ลุ่มลึกมากขึ้น

4. ภูมิทัศน์เสียงวัฒนธรรม อัตลักษณ์ และความหมายของสถานที่

นอกเหนือจากบทบาทของเสียงธรรมชาติในการสนับสนุนการฟื้นฟูสุขภาวะแล้ว “เสียงวัฒนธรรม” (Cultural Soundscape) ยังเป็นองค์ประกอบสำคัญของประสบการณ์ทางวัฒนธรรม และเป็นส่วนหนึ่งของระบบความหมายที่ผู้คนใช้รับรู้และตีความพื้นที่ เสียงประเภทนี้อาจปรากฏในรูปของเสียงบทสวด เสียงพิธีกรรม เสียงระฆังวัด เสียงเครื่องดนตรีพื้นถิ่น หรือภาษาท้องถิ่น ซึ่งล้วนสัมพันธ์กับวิถีชีวิตและระบบคุณค่า

ของชุมชน เสียงเหล่านี้ไม่ได้ทำหน้าที่เพียงสร้างบรรยากาศของสถานที่เท่านั้น แต่ยังสื่อสารความหมายเชิงสัญลักษณ์ และเอื้อต่อการรับรู้ความสัมพันธ์ระหว่างผู้คนกับบริบททางวัฒนธรรมของพื้นที่ (Truax, 2001)

ภายใต้แนวคิดการสื่อสารทางเสียง เสียงถูกมองว่าเป็นส่วนหนึ่งของระบบความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ สังคม และสิ่งแวดล้อม เสียงในแต่ละพื้นที่จึงสะท้อนพลวัตของชุมชนและประสบการณ์ทางวัฒนธรรมที่ดำรงอยู่ในชีวิตประจำวัน อีกทั้งยังทำหน้าที่เป็นตัวกลางทางความหมายที่ถ่ายทอดเรื่องราว ความทรงจำ และอัตลักษณ์ของสถานที่ผ่านประสบการณ์การฟัง ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดความผูกพันต่อสถานที่ของ Relph (1976) และกรอบประสบการณ์เชิงประสาทสัมผัสของ Agapito et al. (2013) ที่ให้ความสำคัญกับบทบาทของประสาทสัมผัสในการรับรู้และสร้างความหมายต่อสถานที่ ภูมิทัศน์เสียงวัฒนธรรมจึงอาจทำหน้าที่เป็นทรัพยากรเชิงประสบการณ์ที่ช่วยเสริมสร้างความผูกพันต่อสถานที่ในมิติที่มากกว่าการรับรู้ผ่านสายตา โดยเฉพาะในพื้นที่เมืองรองหรือชุมชนชาติพันธุ์ที่ยังคงมีทุนวัฒนธรรมดั้งเดิม เสียงของพิธีกรรม วิถีชีวิต และภาษาท้องถิ่นอาจเอื้อต่อการสร้างความรู้สึกเชื่อมโยงกับสถานที่ การรับรู้ความหมายทางวัฒนธรรม และประสบการณ์ทางอารมณ์ของผู้มาเยือน

อย่างไรก็ตาม ภูมิทัศน์เสียงวัฒนธรรมในปัจจุบันกำลังเผชิญความเปลี่ยนแปลงจากกระแสการท่องเที่ยวสมัยใหม่ การขยายตัวของกิจกรรมเชิงพาณิชย์ และเสียงจากกิจกรรมสมัยใหม่ที่เริ่มเข้ามาเปลี่ยนแปลงสมดุลทางเสียงของพื้นที่ ซึ่งอาจส่งผลให้เสียงดั้งเดิมที่มีความหมายต่อชุมชนเริ่มลดบทบาทหรือเลือนหายไป (Schafer, 1977/1994) ประเด็นดังกล่าวสะท้อนให้เห็นว่า ภูมิทัศน์เสียงไม่ได้สัมพันธ์เพียงกับบรรยากาศของสถานที่ท่องเที่ยวเท่านั้น แต่ยังเชื่อมโยงกับการดำรงอยู่ของอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรม และความสมดุลระหว่างการพัฒนาการท่องเที่ยวร่วมสมัยกับการธำรงรักษาทุนวัฒนธรรมทางเสียงของพื้นที่อย่างยั่งยืน

5. การจัดการและการอนุรักษ์ภูมิทัศน์เสียงเพื่อการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะอย่างยั่งยืน

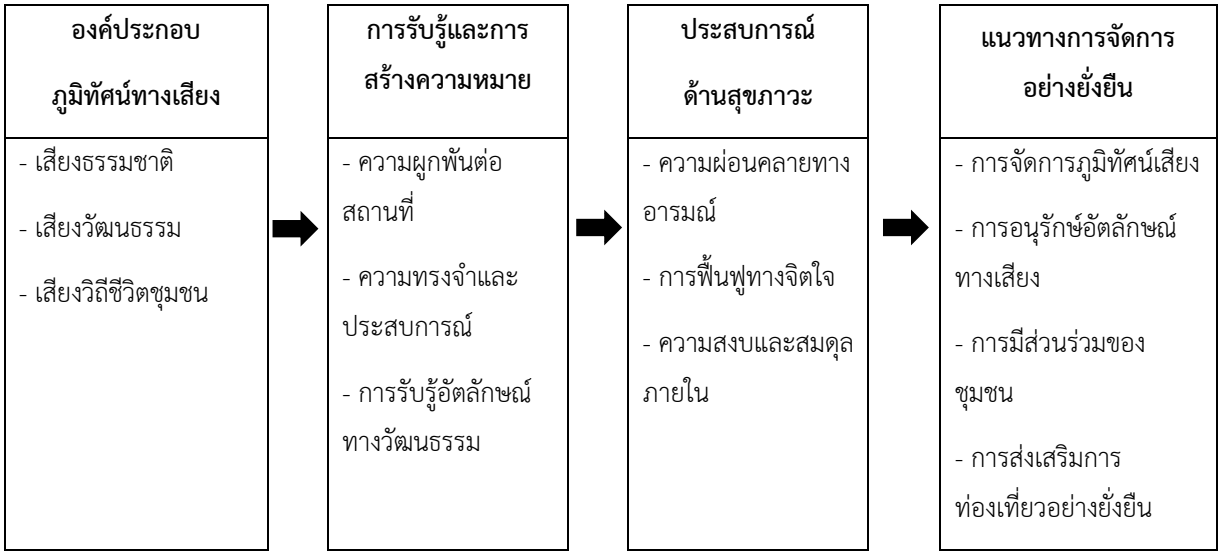
ภายใต้บริบทของการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะ การจัดการภูมิทัศน์เสียงเริ่มได้รับความสนใจในฐานะส่วนหนึ่งของการจัดการสิ่งแวดล้อมและการออกแบบประสบการณ์การท่องเที่ยว โดยเฉพาะในพื้นที่ที่ยังคงมีทุนทางธรรมชาติและวัฒนธรรมเฉพาะถิ่น ซึ่งองค์ประกอบทางเสียงยังมีบทบาทเชื่อมโยงกับวิถีชีวิต ความทรงจำ และอัตลักษณ์ของชุมชน (Truax, 2001) แนวคิดนิเวศเสียงของ Schafer (1977/1994) เสนอว่าการเปลี่ยนแปลงของสภาพแวดล้อมทางเสียงจากกระบวนการพัฒนาเมือง เทคโนโลยี และกิจกรรมเชิงพาณิชย์อาจส่งผลต่อสมดุลทางเสียงของพื้นที่ และทำให้เสียงที่มีความหมายทางวัฒนธรรมค่อย ๆ ลดบทบาทลง ประเด็นดังกล่าวสะท้อนให้เห็นว่า การจัดการภูมิทัศน์เสียงในปัจจุบันไม่ได้มุ่งเพียงการควบคุมเสียงรบกวนตามมาตรฐานสิ่งแวดล้อมเท่านั้น แต่ควรให้ความสำคัญกับการออกแบบและจัดการสภาพแวดล้อมทางเสียงบนฐานการรับรู้ ประสบการณ์ ความสบาย และสุขภาวะของผู้ใช้พื้นที่ (Kang, 2023) ทั้งนี้ วรรณกรรมด้านภูมิทัศน์เสียงและการท่องเที่ยวยังสะท้อนว่า การจัดการภูมิทัศน์เสียงควรคำนึงถึงการธำรงรักษาองค์ประกอบทางเสียง

ที่มีคุณค่าต่ออัตลักษณ์ วิถีชีวิต และความทรงจำร่วมของชุมชนควบคู่กันไป (Schafer, 1977/1994; Bernat, 2014)

บนฐานคิดดังกล่าว Kang และ Schulte-Fortkamp (2016) ได้เสนอกรอบแนวคิดการออกแบบและการจัดการภูมิทัศน์เสียง (Soundscape Design and Management) ซึ่งมุ่งเน้นการสร้างคุณภาพสิ่งแวดล้อมทางเสียง (Acoustic Quality) ที่สอดคล้องกับการรับรู้และความพึงพอใจของผู้ใช้พื้นที่ โดยให้ความสำคัญกับการมีส่วนร่วมของชุมชนและผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในการร่วมกำหนดคุณค่าและความหมายของสภาพแวดล้อมทางเสียงในพื้นที่ กระบวนการดังกล่าวสะท้อนแนวทางการจัดการภูมิทัศน์เสียงแบบมีส่วนร่วมที่คำนึงถึงทั้งมิติสิ่งแวดล้อม วัฒนธรรม และประสบการณ์ของผู้คนควบคู่กัน

ในบริบทของการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะ การออกแบบประสบการณ์ที่เชื่อมโยงกับประสาทสัมผัสของนักท่องเที่ยวมีบทบาทสำคัญต่อการรับรู้คุณค่า ความหมาย และความทรงจำของสถานที่ (Agapito et al., 2013) โดยเฉพาะในพื้นที่เมืองรองอย่างจังหวัดแม่ฮ่องสอน ซึ่งยังคงมีต้นทุนทางธรรมชาติ ความสงบ และวัฒนธรรมท้องถิ่นที่สัมพันธ์กับประสบการณ์ทางเสียง แนวคิดการจัดการภูมิทัศน์เสียงอย่างยั่งยืนจึงอาจมีบทบาทสำคัญต่อการสนับสนุนประสบการณ์เชิงสุขภาวะและการฟื้นฟูทางอารมณ์ของผู้มาเยือน สอดคล้องกับผลการศึกษาที่ชี้ว่า ภูมิทัศน์เสียงธรรมชาติสามารถส่งเสริมความผ่อนคลาย การลดความเครียด และสุขภาวะทางอารมณ์ของผู้ใช้พื้นที่ได้ (Ratcliffe, 2021; Li et al., 2025) ขณะเดียวกัน การธำรงรักษาภูมิทัศน์เสียงดั้งเดิมยังมีความสำคัญต่อการคงอยู่ของอัตลักษณ์ทางเสียง ความทรงจำร่วม และความหมายทางวัฒนธรรมของชุมชนในระยะยาว (Schafer, 1977/1994; Bernat, 2014)

กรอบแนวคิดการวิจัย



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

วิธีการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ภายใต้แนวคิดเชิงตีความ (Interpretive Approach) โดยอาศัยมุมมองเชิงชาติพันธุ์วรรณนาในการทำความเข้าใจประสบการณ์ ความหมาย และการรับรู้ที่ผู้คนสร้างขึ้นร่วมกับพื้นที่ผ่านภูมิทัศน์เสียงในบริบทการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะของจังหวัดแม่ฮ่องสอน การศึกษามุ่งสำรวจความสัมพันธ์ระหว่างเสียงธรรมชาติ เสียงวัฒนธรรม สุขภาวะ และอัตลักษณ์ของพื้นที่ รวมถึงพลวัตของการเปลี่ยนแปลงทางเสียงที่เกิดขึ้นจากการท่องเที่ยวสมัยใหม่และกิจกรรมเชิงพาณิชย์ที่เริ่มส่งผลต่อสภาพแวดล้อมทางเสียงของชุมชน

การศึกษาครั้งนี้ดำเนินการเก็บข้อมูลภาคสนามในพื้นที่อำเภอเมืองแม่ฮ่องสอน โดยคัดเลือกพื้นที่ศึกษาที่สะท้อนลักษณะภูมิทัศน์เสียงและบริบททางสังคมวัฒนธรรมที่หลากหลาย ทั้งพื้นที่ศาสนา ชุมชนท่องเที่ยว และพื้นที่สาธารณะ เพื่อให้ครอบคลุมมิติของเสียงธรรมชาติ เสียงวัฒนธรรม และเสียงจากกิจกรรมการท่องเที่ยวร่วมสมัยที่สัมพันธ์กับประสบการณ์เชิงสุขภาวะของผู้มาเยือน พื้นที่ศึกษาประกอบด้วยบริเวณวัด ชุมชนบ้านรักไทย และสวนสาธารณะ ซึ่งมีลักษณะทางเสียง บรรยากาศ และรูปแบบการใช้พื้นที่แตกต่างกัน

กลุ่มผู้ให้ข้อมูลและการคัดเลือกผู้ให้ข้อมูล

ผู้วิจัยใช้วิธีการคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ร่วมกับการคัดเลือกแบบลูกโซ่ (Snowball Sampling) เพื่อเข้าถึงผู้ให้ข้อมูลที่มีประสบการณ์และความเข้าใจเกี่ยวกับภูมิทัศน์เสียงของจังหวัดแม่ฮ่องสอนอย่างลึกซึ้ง โดยแบ่งผู้ให้ข้อมูลออกเป็น 4 กลุ่ม ได้แก่

1. นักท่องเที่ยวที่เดินทางมาท่องเที่ยวในพื้นที่อำเภอเมืองแม่ฮ่องสอน
2. ประชาชนท้องถิ่น ผู้นำชุมชน และผู้มีบทบาทด้านวัฒนธรรม เช่น ผู้มีส่วนร่วมในกิจกรรมประเพณี นักดนตรีพื้นบ้าน หรือผู้ที่เกี่ยวข้องกับการแสดงทางวัฒนธรรม
3. ผู้ประกอบการด้านการท่องเที่ยวหรือบริการสุขภาวะ
4. เจ้าหน้าที่หน่วยงานภาครัฐหรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวและวัฒนธรรม

ผู้ให้ข้อมูลหลักในการวิจัยครั้งนี้มีจำนวนทั้งสิ้น 20 คน ประกอบด้วย 1) นักท่องเที่ยว จำนวน 5 คน 2) ประชาชนท้องถิ่น จำนวน 6 คน 3) ผู้ประกอบการด้านการท่องเที่ยวหรือบริการสุขภาวะ จำนวน 5 คน และ 4) เจ้าหน้าที่หน่วยงานภาครัฐหรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวและวัฒนธรรม จำนวน 4 คน การแบ่งกลุ่มผู้ให้ข้อมูลดังกล่าวมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ครอบคลุมมุมมองของผู้มีส่วนเกี่ยวข้องกับภูมิทัศน์เสียงในพื้นที่ ทั้งในด้านประสบการณ์ของผู้มาเยือน วิถีชีวิตของชุมชน การดำเนินธุรกิจท่องเที่ยว และการจัดการเชิงนโยบายในระดับพื้นที่

สำหรับกลุ่มนักท่องเที่ยว ผู้วิจัยคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลที่เดินทางมาท่องเที่ยวและใช้เวลาอยู่ในพื้นที่อำเภอเมืองแม่ฮ่องสอนในระดับที่สามารถสะท้อนประสบการณ์การรับรู้ภูมิทัศน์เสียงและบรรยากาศของพื้นที่ได้ โดยผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่เป็นนักท่องเที่ยวจากต่างจังหวัดที่พักค้างคืนหรือใช้เวลาอยู่ในพื้นที่ต่อเนื่องอย่าง

น้อย 2–3 วัน ซึ่งช่วยให้สามารถถ่ายทอดประสบการณ์เกี่ยวกับความสงบ บรรยากาศทางเสียง และอัตลักษณ์ของพื้นที่จากมุมมองของนักท่องเที่ยวได้ชัดเจนยิ่งขึ้น

ขณะที่กลุ่มผู้ให้ข้อมูลในพื้นที่กำหนดให้เป็นผู้ที่พำนักอยู่ในจังหวัดแม่ฮ่องสอนไม่น้อยกว่า 5 ปี เพื่อให้สามารถสะท้อนการเปลี่ยนแปลงของสภาพแวดล้อมทางเสียง วิถีชีวิต และบริบททางวัฒนธรรมของชุมชนได้อย่างต่อเนื่อง รวมทั้งครอบคลุมมุมมองทั้งจากผู้ที่เกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวโดยตรงและผู้ที่ใช้ชีวิตอยู่กับสภาพแวดล้อมทางเสียงของพื้นที่ในชีวิตประจำวัน

ทั้งนี้ การเก็บรวบรวมข้อมูลดำเนินไปจนถึงจุดอิ่มตัวของข้อมูล คือ ไม่พบประเด็นใหม่หรือความหมายทางวัฒนธรรมที่มีนัยสำคัญเพิ่มเติมต่อการตอบคำถามวิจัย โดยดำเนินการเก็บข้อมูลระหว่างเดือนสิงหาคม–ตุลาคม 2568

การพัฒนาแนวคำถามสัมภาษณ์

แนวคำถามสัมภาษณ์เชิงลึกถูกพัฒนาขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรมและกรอบแนวคิดการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับภูมิทัศน์เสียง การรับรู้สถานที่ สุขภาวะ และการจัดการการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะอย่างยั่งยืน โดยผู้วิจัยใช้แนวคิดภูมิทัศน์เสียงและนิเวศเสียงของ Schafer (1977/1994) และ Truax (2001) เพื่อสำรวจองค์ประกอบทางเสียงและความหมายของเสียงในบริบทชุมชน ขณะเดียวกัน ได้นำแนวคิดความผูกพันต่อสถานที่ของ Relph (1976) และแนวคิดการรับรู้ผ่านทางร่างกาย และอารมณ์ความรู้สึกของ Waitt และ Duffy (2010) มาใช้ทำความเข้าใจการรับรู้ ประสบการณ์ และความทรงจำของผู้มาเยือนที่สัมพันธ์กับภูมิทัศน์เสียงของพื้นที่

นอกจากนี้ ผู้วิจัยยังเชื่อมโยงทฤษฎีการฟื้นฟูความล้าทางจิตใจ (Attention Restoration Theory: ART) และแนวคิด Soft Fascination ของ Kaplan และ Kaplan (1989) ร่วมกับแนวคิดภูมิทัศน์เสียงเชิงบวกของ Aletta et al. (2018) เพื่อศึกษาบทบาทของเสียงธรรมชาติต่อการฟื้นฟูสุขภาวะทางอารมณ์และจิตใจของผู้มาเยือน ตลอดจนใช้กรอบแนวคิดการออกแบบและการจัดการภูมิทัศน์เสียงของ Kang และ Schulte-Fortkamp (2016) และ Bernat (2014) เป็นฐานในการพัฒนาคำถามเกี่ยวกับการจัดการ การอนุรักษ์ และการมีส่วนร่วมของชุมชนในการดูแลภูมิทัศน์เสียงของพื้นที่

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลใช้เครื่องมือวิจัยเชิงคุณภาพที่มุ่งทำความเข้าใจประสบการณ์ทางประสาทสัมผัสและการรับรู้ทางเสียงของผู้คนในพื้นที่ ประกอบด้วย

1. การสังเกตแบบมีส่วนร่วม เพื่อศึกษาวิถีชีวิต กิจกรรมทางสังคม และปฏิสัมพันธ์ของผู้คนในพื้นที่ รวมถึงบริบททางวัฒนธรรมที่สัมพันธ์กับการใช้พื้นที่และกิจกรรมการท่องเที่ยว

2. การรับฟังและสังเกตสภาพแวดล้อมทางเสียงในพื้นที่ศึกษา โดยผู้วิจัยใช้เวลาอยู่ร่วมกับผู้ให้ข้อมูลในบริบทของสถานที่ เพื่อทำความเข้าใจบรรยากาศทางเสียง ความรู้สึก และประสบการณ์ที่สัมพันธ์

กับพื้นที่ ทั้งในมิติของเสียงธรรมชาติ เสียงวัฒนธรรม และเสียงจากกิจกรรมการท่องเที่ยวที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน

3. การสัมภาษณ์เชิงลึกแบบกึ่งโครงสร้าง โดยใช้คำถามปลายเปิดเพื่อศึกษาความหมายของเสียงประเภทต่าง ๆ ที่มีต่อประสบการณ์การท่องเที่ยว การรับรู้สุขภาวะ และความรู้สึกผูกพันต่อสถานที่

4. การบันทึกเสียงภาคสนาม เพื่อเก็บข้อมูลลักษณะทางเสียงและบรรยากาศของพื้นที่จริง สำหรับใช้ประกอบการตีความร่วมกับข้อมูลจากการสัมภาษณ์และการสังเกตภาคสนาม

5. การบันทึกภาคสนามและบันทึกสะท้อนคิดของผู้วิจัย เพื่อบันทึกบริบท เหตุการณ์ และทบทวนอิทธิพลของประสบการณ์หรือมุมมองของผู้วิจัยที่อาจมีต่อกระบวนการตีความข้อมูล

การเก็บข้อมูลดำเนินควบคู่กับการสังเกตลักษณะภูมิทัศน์เสียงของพื้นที่ ทั้งในมิติของเสียงธรรมชาติ เสียงวัฒนธรรม และเสียงจากกิจกรรมการท่องเที่ยว เพื่อทำความเข้าใจบริบททางเสียงและประสบการณ์การรับรู้ของผู้คนในพื้นที่จังหวัดแม่ฮ่องสอน เพื่อให้เห็นบริบทและความหลากหลายของผู้ให้ข้อมูลที่ใช้ในการตีความประสบการณ์ภูมิทัศน์เสียงของพื้นที่ ผู้วิจัยจึงสรุปคุณลักษณะพื้นฐานของผู้ให้ข้อมูลหลักที่ปรากฏในผลการศึกษาไว้ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 คุณลักษณะพื้นฐานของผู้ให้ข้อมูลหลักที่ปรากฏในผลการศึกษา

รหัสผู้ให้ข้อมูล	กลุ่มผู้ให้ข้อมูล	เพศ	อายุ (ปี)	บทบาท/ความเชื่อมโยงกับพื้นที่
T01	นักท่องเที่ยว	หญิง	34	นักท่องเที่ยวจากกรุงเทพมหานคร
T02	นักท่องเที่ยว	หญิง	35	นักท่องเที่ยวจากจังหวัดเชียงใหม่ เดินทางมาแม่ฮ่องสอนเป็นประจำ
T03	นักท่องเที่ยว	หญิง	65	นักท่องเที่ยวจากจังหวัดเชียงใหม่ เดินทางแบบครอบครัว สนใจการท่องเที่ยวเชิงศาสนา
T04	นักท่องเที่ยว	ชาย	40	นักท่องเที่ยวจากจังหวัดเชียงใหม่ เดินทางด้วยรถจักรยานยนต์ สนใจการท่องเที่ยวธรรมชาติ
T05	นักท่องเที่ยว	ชาย	65	นักท่องเที่ยวจากจังหวัดเชียงใหม่ อดีตเคยทำงานในจังหวัดแม่ฮ่องสอน และเดินทางมาพื้นที่เป็นประจำ
C01	ประชาชนท้องถิ่น	หญิง	58	ชาติพันธุ์ไทใหญ่ ผู้มีส่วนร่วมในกิจกรรมประเพณีท้องถิ่น
C02	ประชาชนท้องถิ่น	หญิง	45	ชาติพันธุ์ไทใหญ่ ผู้มีส่วนร่วมในกิจกรรมประเพณีท้องถิ่นและการแสดงทางวัฒนธรรม

รหัสผู้ให้ข้อมูล	กลุ่มผู้ให้ข้อมูล	เพศ	อายุ (ปี)	บทบาท/ความเชื่อมโยงกับพื้นที่
C03	ประชาชนท้องถิ่น	หญิง	39	ชาติพันธุ์ไทใหญ่ ผู้มีส่วนร่วมในกิจกรรมประเพณีท้องถิ่นและการแสดงทางวัฒนธรรม
B01	ผู้ประกอบการ	ชาย	48	ผู้ประกอบการธุรกิจที่พักในอำเภอเมืองแม่ฮ่องสอน
B03	ผู้ประกอบการ	หญิง	58	ผู้ประกอบการโฮมสเตย์ชุมชน ชาติพันธุ์กะเหรี่ยง
B05	ผู้ประกอบการ	หญิง	43	ผู้ประกอบการธุรกิจท่องเที่ยวเชิงสุขภาพและอาหารสุขภาพ
P01	หน่วยงานภาครัฐ	หญิง	55	ผู้บริหารองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในอำเภอเมืองแม่ฮ่องสอน
P02	หน่วยงานภาครัฐ	หญิง	49	นักวิชาการสาธารณสุขและงานนโยบายและแผน จังหวัดแม่ฮ่องสอน

หมายเหตุ: งานวิจัยนี้มีผู้ให้ข้อมูลทั้งหมดจำนวน 20 คน โดยข้อมูลจากผู้ให้ข้อมูลทั้งหมดถูกนำมาใช้ในการวิเคราะห์และสังเคราะห์ผลการศึกษา อย่างไรก็ตาม ตารางนี้แสดงเฉพาะผู้ให้ข้อมูลที่ถูกอ้างอิงโดยตรงในผลการศึกษา

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลใช้แนวทางการวิเคราะห์เชิงหัวข้อแบบตีความ (Interpretive Thematic Analysis) ตามแนวทางของ Braun และ Clarke (2006) โดยเริ่มจากการถอดความบทสัมภาษณ์ การอ่านทบทวนบันทึกภาคสนาม และการรับฟังไฟล์บันทึกเสียงซ้ำหลายครั้ง เพื่อสร้างความคุ้นเคยกับข้อมูลและบริบทของสภาพแวดล้อมทางเสียงในพื้นที่ศึกษา จากนั้นผู้วิจัยดำเนินการสร้างรหัสเบื้องต้น (Initial Coding) เพื่อค้นหารูปแบบ ความหมาย และประเด็นสำคัญที่เกี่ยวข้องกับประสบการณ์ทางเสียง เช่น เสียงธรรมชาติที่สัมพันธ์กับความสงบและการฟื้นฟูทางอารมณ์ เสียงวัฒนธรรมที่สะท้อนอัตลักษณ์ของชุมชน และเสียงรบกวนที่ส่งผลต่อประสบการณ์ของนักท่องเที่ยว ก่อนนำรหัสที่ได้มาจัดกลุ่มและสังเคราะห์เป็นประเด็นเชิงตีความอย่างเป็นระบบ

กระบวนการตีความดำเนินควบคู่กับการเชื่อมโยงข้อค้นพบเข้ากับแนวคิดภูมิทัศน์เสียงและการสื่อสารทางเสียงของ Schafer (1977/1994) และ Truax (2001) รวมถึงแนวคิดการฟื้นฟูสุขภาวะจากสภาพแวดล้อมธรรมชาติ เพื่อทำความเข้าใจความสัมพันธ์ระหว่างเสียง ความหมายทางวัฒนธรรม และประสบการณ์เชิงสุขภาวะของผู้มาเยือน ตลอดจนวิเคราะห์พลวัตความเปลี่ยนแปลงของสภาพแวดล้อมทางเสียงที่ได้รับอิทธิพลจากการท่องเที่ยวร่วมสมัยและกิจกรรมเชิงพาณิชย์ในพื้นที่

การตรวจสอบความน่าเชื่อถือของข้อมูลและจริยธรรมการวิจัย

ผู้วิจัยใช้วิธีการตรวจสอบสามเส้า (Triangulation) โดยเปรียบเทียบข้อมูลจากการสัมภาษณ์ การสังเกต การรับฟังสภาพแวดล้อมทางเสียง และการบันทึกภาคสนามร่วมกัน เพื่อเพิ่มความน่าเชื่อถือของ

การตีความข้อมูล นอกจากนี้ ผู้วิจัยยังใช้การตรวจสอบข้อมูลร่วมกับผู้ให้ข้อมูล เพื่อยืนยันว่าการตีความสอดคล้องกับประสบการณ์และความหมายที่ผู้ให้ข้อมูลต้องการสื่อสาร งานวิจัยนี้ยึดหลักจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์อย่างเคร่งครัด โดยผู้วิจัยได้ขอความยินยอมจากผู้ให้ข้อมูลทุกคนก่อนการเก็บข้อมูล พร้อมอธิบายวัตถุประสงค์ของการวิจัย สิทธิในการปฏิเสธหรือถอนตัว และการคุ้มครองข้อมูลส่วนบุคคลผ่านการใช้นามสมมติ รวมถึงจัดเก็บข้อมูลอย่างปลอดภัยเพื่อป้องกันการเปิดเผยตัวตนที่อาจส่งผลกระทบต่อผู้ให้ข้อมูลและชุมชน ทั้งนี้ ผู้วิจัยใช้การสะท้อนคิด ตลอดกระบวนการศึกษา เพื่อตระหนักและลดอคติที่อาจเกิดขึ้นจากมุมมองของผู้วิจัยในการตีความข้อมูล

ผลการศึกษา

ผู้วิจัยสามารถวิเคราะห์และสังเคราะห์ผลการศึกษาเกี่ยวกับการรับรู้และการให้ความหมายต่อภูมิทัศน์เสียง รวมถึงศักยภาพของภูมิทัศน์เสียงที่สัมพันธ์กับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะในจังหวัดแม่ฮ่องสอน ออกเป็น 4 ประเด็นสำคัญ ดังนี้

1. ความเงียบและเสียงธรรมชาติในฐานะอัตลักษณ์เชิงประสบการณ์และการพักผ่อนของแม่ฮ่องสอน

ผลการศึกษาพบว่า ผู้ให้ข้อมูลจากทุกกลุ่มต่างรับรู้ตรงกันว่าความเงียบ และเสียงธรรมชาติ เช่น เสียงลม เสียงน้ำไหล เสียงนกร้อง และเสียงของป่า เป็นลักษณะทางเสียงที่โดดเด่นของจังหวัดแม่ฮ่องสอน โดยเฉพาะในพื้นที่ภูเขา พื้นที่ศาสนา และแหล่งท่องเที่ยวธรรมชาติ ผู้ให้ข้อมูล T01 สะท้อนว่า *“เสียงตอนค่ำเป็นเสียงสงบ รู้สึกผ่อนคลาย...เสียงเงียบคือเอกลักษณ์ของแม่ฮ่องสอน”* ขณะที่ผู้ประกอบการ B03 กล่าวว่า *“นักท่องเที่ยวมาที่นี่เพื่อฟังความเงียบ...มาพักผ่อน อ่านหนังสือเงียบ ๆ”*

ผู้ให้ข้อมูลหลายรายอธิบายว่า ความเงียบของแม่ฮ่องสอนไม่ได้หมายถึงการไม่มีเสียง หากเป็นสภาวะที่ยังมีเสียงธรรมชาติรายล้อมอยู่ เช่น เสียงน้ำ เสียงลม และเสียงป่า ซึ่งช่วยสร้างความรู้สึกสงบผ่อนคลาย และเอื้อต่อการพักผ่อนทางจิตใจ ผู้ให้ข้อมูล C03 กล่าวว่า *“เสียงน้ำไหล เสียงธรรมชาติ... จะเปลี่ยนไปตามฤดูกาล ถ้าฤดูฝนเสียงน้ำไหลก็จะดังมากขึ้น แต่ความเงียบยังเป็นเสียงหลักของแม่ฮ่องสอน”* ข้อค้นพบดังกล่าวสะท้อนว่า ภูมิทัศน์เสียงธรรมชาติของแม่ฮ่องสอนมีความสัมพันธ์กับช่วงเวลาและฤดูกาล โดยเฉพาะฤดูฝนที่เสียงน้ำและเสียงธรรมชาติจะเด่นชัดมากขึ้น

นอกจากนี้ ผู้ให้ข้อมูล T02 ซึ่งเป็นนักท่องเที่ยวที่เดินทางมาแม่ฮ่องสอนหลายครั้ง สะท้อนว่า *“เสียงลม เสียงนก เสียงวัด เสียงระฆังช่วงเย็น ๆ ทำให้รู้สึกผ่อนคลาย สบายใจ เป็นเสียงที่หาไม่ได้ในเชียงใหม่”* ขณะที่ผู้ให้ข้อมูล T03 มองว่า *“แม่ฮ่องสอนคือความสงบ สโลว์ไลฟ์ เป็นเมืองในหุบเขาเงียบสงบ”* ข้อค้นพบดังกล่าวชี้ให้เห็นว่า นักท่องเที่ยวรับรู้และตีความความเงียบในมิติของสภาพแวดล้อมธรรมชาติ ไม่เพียงในฐานะองค์ประกอบทางกายภาพของพื้นที่เท่านั้น แต่ยังเป็นส่วนหนึ่งของภาพจำและประสบการณ์การเดินทางของจังหวัดแม่ฮ่องสอน

ผลการศึกษาสะท้อนว่า ความเงียบและเสียงธรรมชาติไม่ได้ถูกมองเพียงในมิติของสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ แต่มีความหมายในฐานะพื้นที่ของการพักผ่อน การหลีกหนีจากความเร่งรีบของชีวิตเมือง และการฟื้นฟูทางอารมณ์ นักท่องเที่ยวหลายรายเชื่อมโยงประสบการณ์ของการฟังเสียงธรรมชาติกับความรู้สึกว่า “หัวใจได้พัก” หรือช่วยลดความตึงเครียดจากการใช้ชีวิตประจำวันในเมืองใหญ่ อย่างไรก็ตาม ผู้ให้ข้อมูลบางรายสะท้อนว่า สุขภาวะที่เกิดขึ้นจากภูมิทัศน์เสียงไม่ได้เกิดจากการมีอยู่ของเสียงธรรมชาติเพียงอย่างเดียว หากยังสัมพันธ์กับบริบท กิจกรรม และกระบวนการรับรู้ของผู้คนร่วมกับพื้นที่ เช่น การนั่งพักในพื้นที่เงียบสงบ การเดินเส้นทางธรรมชาติ การฟังเสียงน้ำหรือเสียงลมอย่างมีสมาธิ รวมถึงกิจกรรมเจริญสติในพื้นที่ธรรมชาติและพื้นที่ศาสนา ผู้ให้ข้อมูลบางรายเสนอว่า พื้นที่ธรรมชาติของแม่ฮ่องสอนสามารถต่อยอดเป็น “โปรแกรมเสียงเพื่อสุขภาพ” หรือกิจกรรมผ่อนคลายที่ใช้เสียงธรรมชาติร่วมกับบรรยากาศของพื้นที่ได้

ข้อค้นพบดังกล่าวสะท้อนว่า ประสบการณ์เชิงสุขภาวะจากภูมิทัศน์เสียงจึงเกิดขึ้นผ่านกระบวนการปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้คน กิจกรรม และสภาพแวดล้อมทางเสียงของพื้นที่ มากกว่าการได้ยินเสียงธรรมชาติเพียงอย่างเดียว โดยเสียงธรรมชาติทำหน้าที่เป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการสร้างประสบการณ์การพักผ่อน การฟื้นฟูทางอารมณ์ และการหลีกหนีจากความเร่งรีบของชีวิตเมือง

นอกจากนี้ผู้ให้ข้อมูลบางส่วนมองว่า ความเงียบเป็น “ทุนทางเสียง” ที่สำคัญของจังหวัดแม่ฮ่องสอน และควรได้รับการดูแลรักษา เนื่องจากเป็นสิ่งที่สร้างความแตกต่างจากเมืองท่องเที่ยวอื่นในภาคเหนือ ทั้งในด้านบรรยากาศ คุณภาพประสบการณ์ และภาพจำของนักท่องเที่ยว

แม้เสียงธรรมชาติและความเงียบจะถูกให้คุณค่าในฐานะองค์ประกอบสำคัญของการพักผ่อนและสุขภาวะ อย่างไรก็ตาม ผลการศึกษาสะท้อนว่า ภูมิทัศน์เสียงในพื้นที่ท่องเที่ยวประกอบด้วยเสียงที่หลากหลาย ทั้งเสียงธรรมชาติ เสียงวิถีชีวิตชุมชน และเสียงจากกิจกรรมทางเศรษฐกิจและการท่องเที่ยวร่วมสมัย ซึ่งผู้คนแต่ละกลุ่มอาจให้คุณค่าและตีความแตกต่างกันไปตามประสบการณ์และรูปแบบการใช้พื้นที่ ตัวอย่างเช่น นักท่องเที่ยวบางกลุ่มให้คุณค่ากับความเงียบสงบและเสียงธรรมชาติ ขณะที่ผู้ประกอบการหรือคนในพื้นที่บางส่วนมองว่าพื้นที่ท่องเที่ยวกลางคืน ถนนคนเดิน หรือกิจกรรมทางเศรษฐกิจที่มีความคึกคัก ก็เป็นส่วนหนึ่งของบรรยากาศการท่องเที่ยวเช่นกัน ประเด็นดังกล่าวสะท้อนให้เห็นว่า คุณค่าของเสียงในพื้นที่ท่องเที่ยวไม่ได้ดำรงอยู่อย่างเป็นกลาง ขณะเดียวกันยังสัมพันธ์กับบริบททางสังคม วัฒนธรรม และการให้ความหมายของผู้คนในพื้นที่ ซึ่งสามารถอธิบายได้ผ่านมุมมองเชิงสังคมวัฒนธรรมที่ให้ความสำคัญกับกระบวนการสร้างและต่อรองความหมายทางสังคม (Thomas, 1993) ข้อค้นพบดังกล่าวชี้ให้เห็นว่า การจัดการภูมิทัศน์เสียงในบริบทการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะจำเป็นต้องคำนึงถึงความสมดุลระหว่างการรักษาบรรยากาศความสงบ คุณภาพชีวิตของชุมชน และกิจกรรมทางเศรษฐกิจของพื้นที่ร่วมกัน

2. ภูมิทัศน์เสียงวัฒนธรรมกับความทรงจำ วิถีชีวิต และอัตลักษณ์ของชุมชน

ผลการศึกษาพบว่า เสียงวัฒนธรรมในบริบทของจังหวัดแม่ฮ่องสอนประกอบด้วยเสียงที่สัมพันธ์กับพิธีกรรม ศาสนา ความเชื่อ และวิถีชีวิตของกลุ่มชาติพันธุ์ เช่น เสียงกลองมองเชิง เสียงบทสวดมนต์แบบ

ไทใหญ่ เสียงระฆังวัด เสียงดนตรีพื้นบ้าน เสียงตามสายในหมู่บ้าน และสำเนียงภาษาท้องถิ่น ซึ่งผู้ให้ข้อมูลจำนวนมากรับรู้ว่าเป็น “เสียงของแม่ฮ่องสอน” และเป็นส่วนหนึ่งของอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของพื้นที่

ผู้ให้ข้อมูล C02 กล่าวว่า *“กลองมองเซิงจะตีคนละจังหวะตามงานพิธี...งานบวชก็ตีเร็ว สนุกสนาน งานศพก็ตีอีกจังหวะ”* สะท้อนว่า เสียงดนตรีพื้นบ้านไม่ได้ทำหน้าที่เพียงสร้างบรรยากาศ แต่ยังทำหน้าที่สื่อสารอารมณ์ ความหมาย และประเภทของพิธีกรรมในชุมชน ขณะที่ผู้ให้ข้อมูลบางรายอธิบายว่า เสียงกลองมองเซิง เสียงระฆัง และเสียงบทสวด เป็นเสียงที่ผู้คนในพื้นที่เชื่อมโยงกับความรู้สึก “ความเป็นบ้าน” และความทรงจำร่วมของชุมชน

ผลการศึกษายังสะท้อนว่า ภูมิทัศน์เสียงวัฒนธรรมมีความสัมพันธ์กับมิติเวลาและบริบททางสังคมอย่างชัดเจน โดยเสียงบางประเภทจะปรากฏเฉพาะในช่วงพิธีกรรมหรือเทศกาลสำคัญ เช่น งานบวช งานผ้าป่า หรืองานเลี้ยงผีเจ้าเมือง ขณะที่เสียงบางประเภทเป็นส่วนหนึ่งของวิถีชีวิตประจำวัน เช่น เสียงตามสายในหมู่บ้านช่วงเช้าและเย็น หรือการใช้ภาษาไทใหญ่ในการสื่อสารของชุมชนในอดีต

ผู้ให้ข้อมูล C03 สะท้อนว่า *“เมื่อก่อนมีเสียงผู้คนใช้ชีวิตในชุมชนช่วงเช้า แต่ปัจจุบันเป็นสังคมเมือง มีรถขับไปมา”* ขณะที่ผู้ให้ข้อมูล C01 กล่าวว่า *“เมื่อก่อนเปิดเสียงตามสายเป็นภาษาไทใหญ่ เดี๋ยวนี้เปิดเพลงลูกทุ่ง เปิดยูทูปแทน”* ข้อค้นพบดังกล่าวสะท้อนว่า ภูมิทัศน์เสียงของชุมชนกำลังเปลี่ยนแปลงไปตามบริบทสังคม เทคโนโลยี และรูปแบบการสื่อสารร่วมสมัย ส่งผลให้เสียงดั้งเดิมบางประเภทเริ่มลดบทบาทลงในชีวิตประจำวัน

นอกจากนี้ ผู้ให้ข้อมูลหลายรายยังสะท้อนว่า คนรุ่นใหม่เล่นดนตรีพื้นบ้านน้อยลง และเสียงดั้งเดิมบางประเภทที่เคยได้ยินอยู่เสมอในอดีต ปัจจุบันกลับปรากฏเฉพาะในงานประเพณีหรือกิจกรรมสำคัญเท่านั้น สถานการณ์ดังกล่าวทำให้คนในชุมชนเริ่มกังวลว่า ภูมิทัศน์เสียงดั้งเดิมอาจค่อย ๆ เลือนหายไปจากวิถีชีวิตประจำวัน และส่งผลต่อความรู้สึกผูกพันทางวัฒนธรรมของผู้คนในระยะยาว

อย่างไรก็ตาม ผู้ให้ข้อมูลบางส่วนมองว่า เสียงวัฒนธรรมบางประเภท เช่น เสียงบทสวด เสียงระฆัง หรือดนตรีพื้นบ้าน สามารถเชื่อมโยงกับกิจกรรมเชิงสุขภาวะได้ หากออกแบบกิจกรรมให้สอดคล้องกับบริบทวัฒนธรรมของพื้นที่ เช่น กิจกรรมผ่อนคลาย กิจกรรมเรียนรู้วัฒนธรรม หรือกิจกรรมเจริญสติในพื้นที่ศาสนา โดยไม่ลดทอนความหมายดั้งเดิมของเสียงเหล่านั้น ผู้ให้ข้อมูล C03 เสนอว่า หากมีการพัฒนากิจกรรมด้านเสียงเพื่อการท่องเที่ยว ควรใช้ *“เพลงบรรเลงเบา ๆ แบบไม่มีเสียงร้อง ร่วมกับนิทรรศการวัฒนธรรมและกิจกรรม Workshop ในพื้นที่สาธารณะ เพื่อให้เกิดบรรยากาศผ่อนคลายและสอดคล้องกับบริบทของแม่ฮ่องสอน”*

ขณะเดียวกัน ผู้ให้ข้อมูล C02 สะท้อนว่า เสียงวัฒนธรรมบางประเภท เช่น เสียงกลองมองเซิง มีข้อจำกัดในการนำเสนอเป็นกิจกรรมการท่องเที่ยว เนื่องจากเป็นเสียงที่สัมพันธ์กับบริบทพิธีกรรม ความเชื่อ และช่วงเวลาสำคัญของชุมชน โดยกล่าวว่า *“เสียงกลองมองเซิงส่วนใหญ่ใช้ในงานประเพณี ยากมากถ้าเราจะ*

เอามานำเสนอเป็นการท่องเที่ยว” ข้อค้นพบดังกล่าวสะท้อนว่า เสียงวัฒนธรรมบางประเภทมีคุณค่าในฐานะส่วนหนึ่งของวิถีชีวิตและพิธีกรรม มากกว่าการเป็นเพียงทรัพยากรเพื่อสร้างกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงพาณิชย์

โดยสรุป ภูมิทัศน์เสียงของแม่ฮ่องสอนไม่ได้เป็นเพียงองค์ประกอบทางกายภาพของพื้นที่ แต่เป็นส่วนหนึ่งของความสัมพันธ์ระหว่างผู้คน วัฒนธรรม ความทรงจำ และวิถีชีวิตของชุมชน ซึ่งมีการเปลี่ยนแปลงไปตามบริบททางสังคมและวัฒนธรรมร่วมสมัย ดังนั้น การนำภูมิทัศน์เสียงวัฒนธรรมไปเชื่อมโยงกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะจำเป็นต้องคำนึงถึงความหมายทางวัฒนธรรม บริบทของชุมชน และช่วงเวลาที่เหมาะสม มากกว่าการนำเสียงมาใช้เพียงเพื่อสร้างบรรยากาศการท่องเที่ยวทั่วไป โดยควรดำเนินไปบนฐานของการเคารพอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมและการมีส่วนร่วมของชุมชนในฐานะเจ้าของพื้นที่เสียงอย่างแท้จริง

3. ความเปลี่ยนแปลงของภูมิทัศน์เสียงในบริบทการท่องเที่ยวสมัยใหม่

แม้แม่ฮ่องสอนจะถูกจดจำว่าเป็นเมืองเงียบสงบ แต่ผลการศึกษาพบว่า หลายพื้นที่เริ่มเผชิญความเปลี่ยนแปลงของสภาพแวดล้อมทางเสียงจากกิจกรรมการท่องเที่ยวและธุรกิจบริการ ผู้ให้ข้อมูลจากหลายกลุ่มกล่าวถึงเสียงมอเตอร์ไซค์ซิ่ง เสียงก่อสร้าง เสียงจากสถานบันเทิง และเสียงลำโพงในพื้นที่สาธารณะว่าเป็นเสียงที่รบกวนทั้งคุณภาพชีวิตของคนในพื้นที่และประสบการณ์ของนักท่องเที่ยว ผู้ให้ข้อมูล T02 กล่าวว่า *“เสียงมอเตอร์ไซค์ซิ่งรำคาญที่สุด”* ขณะที่ผู้ประกอบการ B05 ซึ่งมีประสบการณ์ด้านการท่องเที่ยวในหลายพื้นที่ของจังหวัด สะท้อนว่า *“ในเมืองปายมีผับบาร์เปิดเพลงตั้งแต่บ่ายถึงดึก...ชาวบ้านร้องเรียนแล้วแต่ยังจัดการไม่ได้”* ข้อมูลดังกล่าวสะท้อนให้เห็นว่า พื้นที่ท่องเที่ยวบางแห่งของจังหวัดเริ่มเผชิญแรงกดดันจากกิจกรรมเชิงพาณิชย์และความบันเทิงสมัยใหม่ ซึ่งส่งผลต่อบรรยากาศความสงบและภูมิทัศน์เสียงของพื้นที่มากขึ้น

ผู้ให้ข้อมูลบางรายยังกล่าวถึงเสียงที่ไม่สอดคล้องกับบริบทของพื้นที่ เช่น เพลงสากลหรือเพลงกระแสหลักที่เปิดในถนนคนเดินและกิจกรรมท่องเที่ยว ผู้ให้ข้อมูล B01 กล่าวว่า *“ตอนนี้เดินถนนคนเดิน ไม่ได้ยินเสียงเพลงท้องถิ่นเลย...เหมือนเราไปเดินตลาดที่ไหนก็ได้”* สะท้อนความรู้สึกว่าพื้นที่ท่องเที่ยวเริ่มสูญเสียลักษณะเฉพาะทางเสียง และมีแนวโน้มคล้ายคลึงกับเมืองท่องเที่ยวอื่นมากขึ้น อย่างไรก็ตาม การรับรู้ภูมิทัศน์เสียงของนักท่องเที่ยวไม่ได้เป็นไปในทิศทางเดียวกันทั้งหมด ผู้ให้ข้อมูล T04 ซึ่งเป็นนักท่องเที่ยวกลุ่มขับขี่จักรยานยนต์ท่องเที่ยว มองว่า เสียงเครื่องยนต์และการเดินทางด้วยรถจักรยานยนต์ก็เป็นส่วนหนึ่งของประสบการณ์การท่องเที่ยวเชิงผจญภัย แม้จะยอมรับว่าความเงียบสงบยังคงเป็นอัตลักษณ์สำคัญของจังหวัดแม่ฮ่องสอน ข้อค้นพบดังกล่าวสะท้อนให้เห็นว่า การรับรู้ภูมิทัศน์เสียงอาจแตกต่างกันไปตามรูปแบบกิจกรรมและประสบการณ์ของนักท่องเที่ยวแต่ละกลุ่ม

ในมุมมองของคนในพื้นที่ การเปลี่ยนแปลงของภูมิทัศน์เสียงไม่ได้กระทบเพียงบรรยากาศของการท่องเที่ยว แต่ยังส่งผลต่อความรู้สึกผูกพันของชุมชนต่อพื้นที่ เนื่องจากเสียงบางประเภทเคยเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวันและความทรงจำร่วมของผู้คน

ผลการศึกษายังพบว่า จังหวัดแม่ฮ่องสอนยังไม่มีแนวทางจัดการภูมิทัศน์เสียงหรือมาตรการด้านเสียงที่ชัดเจน สอดคล้องกับผู้ให้ข้อมูล P02 ที่ระบุว่า *“ปกติเรื่องการใช้เสียงส่วนใหญ่เป็นข้อตกลงกันในชุมชน หน่วยงานยังไม่มีการกำหนดเรื่องเสียง”* สะท้อนให้เห็นว่า การจัดการเสียงในพื้นที่ยังอาศัยกลไกทางสังคมและความร่วมมือของชุมชนมากกว่ามาตรการเชิงนโยบายอย่างเป็นทางการ หลายกรณีอาศัยเพียงข้อตกลงร่วมกันในชุมชนหรือการจัดการเฉพาะหน้า ทำให้การควบคุมเสียงรบกวนและการดูแลเสียงอัตลักษณ์ของพื้นที่ยังขาดความต่อเนื่อง ผู้ให้ข้อมูลจากทั้งชุมชนและผู้ประกอบการบางส่วนมองว่า ปัญหาดังกล่าวเริ่มส่งผลต่อภาพลักษณ์ของจังหวัดในฐานะเมืองท่องเที่ยวเชิงพักผ่อนและสุขภาวะ

4. ศักยภาพ ข้อจำกัด และการจัดการภูมิทัศน์เสียงเพื่อการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะ

ผลการศึกษาสะท้อนว่า ผู้ให้ข้อมูลจากหลายภาคส่วนมองเห็นโอกาสในการพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะบนฐานภูมิทัศน์เสียงของจังหวัดแม่ฮ่องสอน โดยเฉพาะการประยุกต์ใช้เสียงธรรมชาติ ความเงียบ และเสียงวัฒนธรรมในการออกแบบกิจกรรมและประสบการณ์การท่องเที่ยว ผู้ให้ข้อมูล P01 กล่าวว่า *“ลำน้ำแม่ฮ่องสอนกำลังทำเป็นเส้นทางธรรมชาติ-สุขภาพ...มีศักยภาพด้านบรรยากาศและเสียง”* ขณะที่ผู้ให้ข้อมูล T02 กล่าวว่า *“เสียงลมในป่าสนที่ปางอุ๋ง...เหมาะมากสำหรับโปรแกรมเสียงเพื่อสุขภาพ”*

ผู้ให้ข้อมูลบางรายยังมองว่า เสียงวัฒนธรรม เช่น เสียงระฆัง เสียงบทสวดแบบไทใหญ่ และเสียงดนตรีพื้นบ้าน สามารถนำมาเชื่อมโยงกับกิจกรรมเชิงสุขภาวะได้ โดยเฉพาะกิจกรรมที่เน้นการพักผ่อน การทำสมาธิ หรือการสร้างประสบการณ์ทางอารมณ์ที่สัมพันธ์กับวัฒนธรรมท้องถิ่น ผู้ให้ข้อมูล B05 กล่าวว่า *“บางเสียงใช้บำบัดได้...ศักยภาพมีแน่นอน”* ข้อค้นพบดังกล่าวสะท้อนว่า ผู้ให้ข้อมูลรับรู้ “เสียง” ไม่ได้เป็นเพียงองค์ประกอบของบรรยากาศการท่องเที่ยว หากแต่เป็นทรัพยากรเชิงประสบการณ์ที่สัมพันธ์กับการผ่อนคลาย การฟื้นฟูทางอารมณ์ และความสงบทางจิตใจของผู้มาเยือน

ผลการศึกษายังสะท้อนว่า เสียงแต่ละประเภทมีความสัมพันธ์กับมิติของสุขภาวะที่แตกต่างกัน โดยเสียงธรรมชาติมักเชื่อมโยงกับการผ่อนคลาย การฟื้นฟูทางอารมณ์ และการพักจากความเร่งรีบของชีวิตประจำวัน ขณะที่เสียงวัฒนธรรม เช่น เสียงบทสวด เสียงระฆัง และเสียงดนตรีพื้นบ้าน มีความสัมพันธ์กับความสงบทางจิตใจ ความรู้สึกผูกพันต่อชุมชน และประสบการณ์เชิงจิตวิญญาณของผู้มาเยือน เสียงในบริบทของแม่ฮ่องสอนจึงไม่ได้ทำหน้าที่เพียงสร้างบรรยากาศเชิงสุนทรียะ หากยังสามารถต่อยอดเป็นกิจกรรมเชิงสุขภาวะที่มุ่งเน้นการฟื้นฟูทางอารมณ์ การผ่อนคลาย และการเจริญสติ ผ่านกระบวนการรับรู้ทางเสียงที่สัมพันธ์กับความสงบของพื้นที่

นอกจากนี้ ผู้ให้ข้อมูล T03 ซึ่งเป็นนักท่องเที่ยวกลุ่มผู้สูงวัย ได้สะท้อนการรับรู้โดยเชื่อมโยงบรรยากาศความเงียบสงบภายในวัดและพื้นที่ศาสนากับความรู้สึก “สบายใจ” และการฟื้นฟูสภาวะจิตใจ ชี้ให้เห็นว่าภูมิทัศน์เสียงวัฒนธรรมในพื้นที่ศรัทธามีศักยภาพต่อการพัฒนาสู่การท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณที่เชื่อมโยงกับสุขภาวะทางอารมณ์และจิตใจของผู้มาเยือน ขณะเดียวกัน ผู้ให้ข้อมูล T05 ได้เสนอแนะในมิติเชิงนโยบายว่า เสียงเครื่องดนตรีและสำเนียงภาษาของกลุ่มชาติพันธุ์แต่ละชุมชนมีเอกลักษณ์ที่โดดเด่น สามารถ

นำมาออกแบบและต่อยอดเป็นโปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงเสียงได้ในอนาคต หากได้รับการสนับสนุนและบูรณาการการทำงานจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

นอกจากนี้ผลการศึกษายังพบว่า ประสบการณ์ทางเสียงของนักท่องเที่ยวไม่ได้เกิดจากการฟังเพียงอย่างเดียว แต่สัมพันธ์กับภาพ บรรยากาศ และสภาพแวดล้อมโดยรอบร่วมกัน ผู้ให้ข้อมูล B01 กล่าวว่า *“ไม่มีใครฟังเสียงน้ำตกเฉย ๆ...ต้องดูและฟังพร้อมกัน”* สะท้อนให้เห็นว่า การรับรู้ภูมิทัศน์เสียงของนักท่องเที่ยวเกิดขึ้นผ่านประสบการณ์หลายประสาทสัมผัสที่เชื่อมโยงกันอย่างซับซ้อน

ในด้านการจัดการ ผู้ให้ข้อมูลบางรายเสนอว่า พื้นที่ท่องเที่ยวบางแห่งควรมีแนวทางดูแลบรรยากาศทางเสียงให้สอดคล้องกับลักษณะของพื้นที่ เช่น การลดเสียงจากกิจกรรมที่รบกวนความสงบ การกำหนดช่วงเวลาที่เหมาะสมสำหรับกิจกรรมที่ใช้เสียงดัง หรือการส่งเสริมการใช้ดนตรีและเสียงพื้นถิ่นในกิจกรรมท่องเที่ยวของชุมชน เพื่อรักษาอัตลักษณ์ของพื้นที่และสร้างประสบการณ์ที่แตกต่างให้แก่นักท่องเที่ยว แนวทางดังกล่าวสะท้อนความเป็นไปได้ของการจัดการภูมิทัศน์เสียงเชิงสร้างสรรค์ที่เชื่อมโยงมิติสุขภาวะ วัฒนธรรม และประสบการณ์การท่องเที่ยวเข้าด้วยกัน

ผู้ให้ข้อมูล P02 ยังสะท้อนว่า แม้ปัจจุบันจังหวัดแม่ฮ่องสอนจะยังไม่มีโครงการด้านภูมิทัศน์เสียงโดยตรงแต่พื้นที่ธรรมชาติ ความเงียบ และบริบทวัฒนธรรมของชุมชนยังมีศักยภาพต่อการพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะ หากได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องและการทำงานร่วมกับชุมชนอย่างต่อเนื่อง

แม้ผู้ให้ข้อมูลจำนวนมากจะมองเห็นศักยภาพของภูมิทัศน์เสียงเพื่อการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะ แต่การพัฒนาในทางปฏิบัติยังเผชิญข้อจำกัดหลายประการ โดยเฉพาะการขาดผู้สืบทอดดนตรีพื้นบ้าน การเปลี่ยนแปลงของวิถีชีวิต การทำงานแบบแยกส่วนของหน่วยงาน และการขาดแนวทางจัดการเสียงในระดับพื้นที่ ผู้ให้ข้อมูล C02 กล่าวว่า *“เด็กรุ่นใหม่ไปทำงานที่อื่น...ไม่มีคนเล่นเครื่องดนตรีแล้ว”* ขณะที่ผู้ให้ข้อมูลจากหน่วยงานและผู้ประกอบการสะท้อนว่า การดำเนินงานด้านวัฒนธรรม การท่องเที่ยว และสิ่งแวดล้อมยังขาดการบูรณาการร่วมกันอย่างต่อเนื่อง

โดยสรุป ผลการศึกษาสะท้อนว่า ภูมิทัศน์เสียงของจังหวัดแม่ฮ่องสอนไม่ได้ทำหน้าที่เพียงสร้างบรรยากาศของแหล่งท่องเที่ยว แต่เป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการสร้างความหมายเกี่ยวกับสุขภาวะ ความทรงจำ อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรม และการรับรู้พื้นที่ของผู้คน ขณะเดียวกันภูมิทัศน์เสียงเหล่านี้กำลังเผชิญความเปลี่ยนแปลงจากพลวัตของการท่องเที่ยวร่วมสมัยและกิจกรรมเชิงพาณิชย์ ซึ่งอาจส่งผลต่อความเฉพาะถิ่นทางเสียงและวิถีชีวิตของชุมชนในระยะยาว

อภิปรายผล

ภูมิทัศน์เสียงของจังหวัดแม่ฮ่องสอนไม่ได้ดำรงอยู่เพียงในฐานะองค์ประกอบทางกายภาพของสิ่งแวดล้อม หากแต่เป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการสร้างและให้ความหมายเกี่ยวกับสุขภาวะ อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรม และคุณค่าของพื้นที่ในบริบทการท่องเที่ยวร่วมสมัย ผลการศึกษาสะท้อนว่า เสียงในบริบทของ

แม่ฮ่องสอนมีความสัมพันธ์อย่างซับซ้อนกับผู้คน วิถีชีวิต ความทรงจำ และประสบการณ์การท่องเที่ยวของทั้งผู้มาเยือนและชุมชนท้องถิ่น โดยเสียงไม่ได้ถูกรับรู้ในฐานะสิ่งเร้าทางกายภาพเท่านั้น แต่ยังเป็นองค์ประกอบที่ผู้คนใช้ตีความ สร้างความหมาย และเชื่อมโยงตนเองเข้ากับพื้นที่ผ่านประสบการณ์ในชีวิตประจำวัน

เมื่อพิจารณาข้อค้นพบผ่านกรอบความสัมพันธ์ระหว่างภูมิทัศน์เสียง การรับรู้และการสร้างความหมายของผู้คน และประสบการณ์ด้านสุขภาวะ พบว่า ภูมิทัศน์เสียงของจังหวัดแม่ฮ่องสอนมีบทบาทต่อการรับรู้คุณภาพชีวิตและความเป็นอยู่ที่ดีในหลายมิติพร้อมกัน เสียงธรรมชาติและความเงียบสงบได้รับการตีความว่าเป็นสัญลักษณ์ของความสงบ การพักผ่อน และการหลีกหนีจากความเร่งรีบของชีวิตเมือง ส่งผลต่อสุขภาวะทางจิตใจ และอารมณ์ของผู้มาเยือน ทำให้เอื้อต่อการพักผ่อนฟื้นฟูพลังงานของร่างกาย ขณะที่เสียงวัฒนธรรม เสียงพิธีกรรม และเสียงวิถีชีวิตของชุมชนได้รับการรับรู้ในฐานะตัวแทนของอัตลักษณ์ ความทรงจำ และความผูกพันต่อสถานที่ ซึ่งสัมพันธ์กับสุขภาวะทางสังคมและจิตวิญญาณ ข้อค้นพบดังกล่าวสะท้อนว่า ภูมิทัศน์เสียงไม่ได้ส่งผลต่อสุขภาวะโดยตรง หากแต่ส่งผ่านกระบวนการรับรู้ การตีความ และการสร้างความหมายที่ผู้คนมีต่อพื้นที่ จนก่อให้เกิดประสบการณ์เชิงสุขภาวะแบบองค์รวมในหลายมิติพร้อมกัน

ประการแรก ผลการศึกษาพบว่า ความเงียบและเสียงธรรมชาติ เช่น เสียงลม เสียงน้ำไหล เสียงนกร้อง และบรรยากาศเงียบสงบในพื้นที่ภูเขาและพื้นที่ศาสนา ถูกรับรู้ในฐานะ “พื้นที่พักใจ” และเป็นองค์ประกอบสำคัญของประสบการณ์การท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะ ผู้ให้ข้อมูลหลายรายเชื่อมโยงประสบการณ์ดังกล่าวกับความรู้สึกผ่อนคลาย ลดความตึงเครียด การได้พักจากความเร่งรีบของเมือง และการฟื้นฟูพลังงานของร่างกาย อันสะท้อนมิติของสุขภาวะทางกายภาพ จิตใจ และอารมณ์ของผู้มาเยือน ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิด Soft Fascination ของ Kaplan และ Kaplan (1989) ที่อธิบายว่า สภาพแวดล้อมธรรมชาติสามารถดึงดูดความสนใจของมนุษย์อย่างอ่อนโยน และช่วยให้สมองได้พักจากความเหนื่อยล้าจากการใช้สมาธิอย่างต่อเนื่อง ขณะเดียวกันยังสอดคล้องกับงานศึกษาที่ชี้ว่า เสียงธรรมชาติสามารถช่วยลดความเครียด และส่งเสริมกระบวนการฟื้นฟูทางอารมณ์และสมาธิของมนุษย์ (Alvarsson et al., 2010; Buxton et al., 2021)

อย่างไรก็ตาม ผลการศึกษายังสะท้อนว่า สุขภาวะที่เกิดขึ้นในบริบทของภูมิทัศน์เสียงไม่ได้เกิดจากการมีอยู่ของเสียงธรรมชาติเพียงอย่างเดียว หากเกิดจากกระบวนการที่ผู้คนเข้าไปมีปฏิสัมพันธ์ รับรู้ และใช้ประสบการณ์ทางเสียงร่วมกับกิจกรรม และบริบทของพื้นที่ เช่น การนั่งฟังเสียงธรรมชาติ การเดินเส้นทางฟังเสียง การพักผ่อนในพื้นที่เงียบสงบ หรือกิจกรรมเจริญสติในพื้นที่ธรรมชาติและพื้นที่ศาสนา เสียงจึงไม่ได้ทำหน้าที่เพียงเป็นองค์ประกอบทางกายภาพของพื้นที่ แต่เป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการสร้างประสบการณ์เชิงสุขภาวะที่เชื่อมโยงการรับรู้ทางประสาทสัมผัส อารมณ์ และความหมายที่ผู้คนมีต่อสถานที่

ข้อค้นพบดังกล่าวสะท้อนว่า ความแตกต่างระหว่าง “การได้ยินเสียงธรรมชาติ” กับ “ประสบการณ์ภูมิทัศน์เสียงเพื่อสุขภาวะ” อยู่ที่การออกแบบบริบท และกระบวนการรับรู้ที่เปิดโอกาสให้ผู้คนได้จดจ่อกับเสียง ความสงบ และสภาพแวดล้อมโดยรอบอย่างมีความหมาย เสียงธรรมชาติในบริบทของแม่ฮ่องสอนจึงมีบทบาทสำคัญต่อการสร้างประสบการณ์การท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะ ทั้งในมิติของการพักผ่อน การฟื้นฟูทาง

อารมณ์ และการสร้างความรู้สึกเชื่อมโยงกับธรรมชาติและพื้นที่ ซึ่งทำให้นักท่องเที่ยวไม่ได้เพียง “มองเห็น” แม่ฮ่องสอน แต่ยัง “รับรู้และสัมผัส” พื้นที่ผ่านประสบการณ์ทางเสียงร่วมด้วย

แม้เสียงธรรมชาติและความเงียบจะถูกให้คุณค่าในฐานะองค์ประกอบของสุขภาวะและการพักผ่อน แต่ผลการศึกษายังสะท้อนว่า ภูมิทัศน์เสียงในพื้นที่ท่องเที่ยวประกอบด้วยเสียงที่หลากหลาย ทั้งเสียงธรรมชาติ เสียงวิถีชีวิตชุมชน และเสียงจากกิจกรรมทางเศรษฐกิจและการท่องเที่ยวร่วมสมัย ซึ่งผู้คนแต่ละกลุ่มอาจให้คุณค่าและตีความแตกต่างกันไปตามประสบการณ์และรูปแบบการใช้พื้นที่ นักท่องเที่ยวบางกลุ่มให้คุณค่ากับความเงียบสงบ ขณะที่ผู้ประกอบการหรือคนในพื้นที่บางส่วนมองว่า ความคึกคักของถนนคนเดินหรือกิจกรรมยามค่ำคืนก็เป็นส่วนหนึ่งของเสน่ห์ทางการท่องเที่ยวเช่นกัน ประเด็นดังกล่าวสะท้อนว่า คุณค่าของเสียงไม่ได้ดำรงอยู่อย่างเป็นกลาง หากสัมพันธ์กับบริบททางสังคมและการให้ความหมายของผู้คนในพื้นที่ ซึ่งสามารถอธิบายได้ผ่านมุมมองเชิงสังคมวัฒนธรรมของ Thomas (1993) ที่ให้ความสำคัญกับกระบวนการสร้างและต่อรองความหมายทางสังคม ดังนั้น การจัดการภูมิทัศน์เสียงเพื่อการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะจึงจำเป็นต้องคำนึงถึงความสมดุลระหว่างความสงบ คุณภาพชีวิตของชุมชน และกิจกรรมทางเศรษฐกิจร่วมกัน

ประการที่สอง ผลการศึกษาเสียงวัฒนธรรมชาติพันธุ์ เช่น เสียงกลองมองเชิง เสียงบทสวดแบบไทใหญ่ เสียงระฆังวัด เสียงตามสาย และสำเนียงภาษาท้องถิ่น มีบทบาทสำคัญในการสร้างความรู้สึกผูกพันต่อพื้นที่ และทำหน้าที่เป็นส่วนหนึ่งของการรับรู้ความเป็นชุมชน ผู้ให้ข้อมูลหลายรายมองว่า เสียงเหล่านี้เป็น “เสียงของแม่ฮ่องสอน” ที่สะท้อนอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมและวิถีชีวิตเฉพาะของพื้นที่ ข้อค้นพบดังกล่าวสอดคล้องกับแนวคิดการสื่อสารทางเสียงของ Truax (2001) ที่มองว่า เสียงเป็นส่วนหนึ่งของระบบความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ ชุมชน และสิ่งแวดล้อม โดยเสียงไม่ได้เป็นเพียงองค์ประกอบทางกายภาพ แต่ยังทำหน้าที่สื่อสารความหมาย ประสบการณ์ และความสัมพันธ์ทางสังคมภายในชุมชน

ผลการศึกษายังสะท้อนให้เห็นความแตกต่างระหว่าง “เสียงในชีวิตประจำวัน” กับ “เสียงในห้วงเวลาพิธีกรรม” อย่างชัดเจน ในอดีต เสียงตามสายภาษาไทใหญ่ เสียงพูดคุยของผู้คน หรือเสียงวิถีชีวิตของชุมชนในช่วงเช้าและเย็น เป็นส่วนหนึ่งของจังหวะชีวิตประจำวันและความรู้สึก “ความเป็นบ้าน” ของผู้คนในพื้นที่ อย่างไรก็ตาม ภายใต้ความเปลี่ยนแปลงทางสังคมและเทคโนโลยี เสียงเหล่านี้เริ่มลดบทบาทลง และค่อย ๆ ถูกแทนที่ด้วยเสียงจากสื่อร่วมสมัย ยานพาหนะ และกิจกรรมของสังคมเมือง

ในทางตรงกันข้าม เสียงวัฒนธรรมบางประเภท เช่น เสียงกลองมองเชิง เสียงฆ้อง หรือเสียงบทสวดกลับยังคงมีบทบาทอย่างเด่นชัดในช่วงพิธีกรรมและงานประเพณีสำคัญ โดยทำหน้าที่สื่อสารอารมณ์ความหมาย และความรู้สึกร่วมของชุมชน ข้อค้นพบดังกล่าวสะท้อนว่า ภูมิทัศน์เสียงวัฒนธรรมไม่ได้สัมพันธ์กับพื้นที่เพียงอย่างเดียว แต่ยังสัมพันธ์กับ “เวลา” และ “บริบททางสังคม” ของชุมชนด้วย สอดคล้องกับแนวคิดเรื่องความผูกพันต่อสถานที่ของ Relph (1976) ที่อธิบายว่า ความรู้สึกต่อสถานที่เกิดขึ้นผ่านประสบการณ์และความหมายทางวัฒนธรรมที่ผู้คนมีร่วมกัน

อย่างไรก็ตาม ความเปลี่ยนแปลงดังกล่าวยังสะท้อนความเปราะบางของทุนวัฒนธรรมทางเสียงในบริบทการท่องเที่ยวร่วมสมัย เนื่องจากเสียงดั้งเดิมบางประเภทเริ่มลดบทบาทลงในชีวิตประจำวัน และมีแนวโน้มปรากฏเฉพาะในงานประเพณีหรือกิจกรรมเชิงวัฒนธรรมเท่านั้น สถานการณ์ดังกล่าวสอดคล้องกับข้อถกเถียงของ Bernat (2014) ที่ชี้ว่า การพัฒนาแหล่งท่องเที่ยวและการผลิตภาพลักษณ์เพื่อรองรับตลาดอาจส่งผลให้เสียงท้องถิ่นต้องปรับตัวให้สอดคล้องกับรูปแบบการท่องเที่ยวสมัยใหม่ จนเสี่ยงต่อการสูญเสียความเฉพาะถิ่นของภูมิทัศน์เสียงในระยะยาว

ในบริบทของการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะ เสียงวัฒนธรรมจึงไม่ได้ทำหน้าที่เพียงสร้างบรรยากาศทางวัฒนธรรม แต่ยังช่วยสร้างประสบการณ์เชิงอารมณ์ ความสงบทางจิตใจ ความรู้สึกเชื่อมโยงกับชุมชน และประสบการณ์เชิงจิตวิญญาณ สะท้อนมิติของสุขภาวะทางจิตใจ อารมณ์ สังคม และจิตวิญญาณของผู้มาเยือน ซึ่งเป็นองค์ประกอบสำคัญของประสบการณ์การท่องเที่ยวที่มีความหมายและแตกต่างจากแหล่งท่องเที่ยวทั่วไป

ประการที่สาม ผลการศึกษาชี้ให้เห็นว่า ภูมิทัศน์เสียงเกี่ยวข้องกับมิติของอำนาจและการจัดการพื้นที่อย่างชัดเจน ไม่ว่าจะเป็นการกำหนดเสียงในพื้นที่สาธารณะ การใช้ลำโพงในชุมชน หรือเสียงจากกิจกรรมเชิงพาณิชย์ในพื้นที่ท่องเที่ยว ผู้ให้ข้อมูลหลายรายสะท้อนว่า เสียงจากสถานบันเทิง เสียงยานพาหนะ และเสียงเพลงกระแสหลักเริ่มเข้ามามีบทบาทเหนือเสียงของชุมชนดั้งเดิม ข้อค้นพบดังกล่าวสอดคล้องกับแนวคิด Sonic Agency ของ LaBelle (2018) ที่อธิบายว่า เสียงมีบทบาทในการต่อรองความสัมพันธ์ทางสังคม อำนาจ และการมีตัวตนของผู้คนในพื้นที่สาธารณะ

ในบริบทของแม่ฮ่องสอน เสียงไม่ใช่สิ่งที่ดำรงอยู่อย่างเป็นกลาง แต่สะท้อนให้เห็นว่าเสียงประเภทใดได้รับการยอมรับให้ปรากฏในพื้นที่ท่องเที่ยว ขณะที่เสียงบางประเภทของชุมชนท้องถิ่นกลับค่อย ๆ ลดบทบาทลงภายใต้พลวัตของการท่องเที่ยวและกิจกรรมเชิงพาณิชย์ร่วมสมัย ซึ่งอาจส่งผลต่อการลดทอนความเฉพาะถิ่นของภูมิทัศน์เสียงและอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของพื้นที่ในระยะยาว

นอกจากนี้ ผลการศึกษายังพบว่า จังหวัดแม่ฮ่องสอนยังไม่มีแนวทางหรือมาตรการจัดการภูมิทัศน์เสียงที่ชัดเจน หลายพื้นที่ยังอาศัยเพียงข้อตกลงร่วมกันในชุมชนหรือการจัดการเฉพาะหน้า ส่งผลให้การรักษาสมดุลระหว่างการท่องเที่ยว ความสงบ และอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมยังขาดทิศทางที่ชัดเจน

ประการสุดท้าย ผลการศึกษาสะท้อนว่า ภูมิทัศน์เสียงของแม่ฮ่องสอนมีศักยภาพในการต่อยอดสู่กิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะได้หลากหลายรูปแบบ ทั้งเส้นทางฟังเสียงธรรมชาติ กิจกรรมเจริญสติในพื้นที่เงียบสงบ และกิจกรรมที่ใช้เสียงวัฒนธรรมเพื่อสร้างประสบการณ์ทางอารมณ์และจิตวิญญาณ ซึ่งสอดคล้องกับงานศึกษาที่ชี้ว่า ภูมิทัศน์เสียงจากธรรมชาติและกิจกรรมทางวัฒนธรรมมีส่วนสำคัญต่อการสร้างประสบการณ์การท่องเที่ยวที่น่าจดจำและการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้มาเยือน (Ratcliffe, 2021; Bai et al., 2024; Li et al., 2025)

อย่างไรก็ตาม การพัฒนากิจกรรมดังกล่าวจำเป็นต้องตั้งอยู่บนฐานของการมีส่วนร่วมของชุมชน และการจัดการภูมิทัศน์เสียงที่เคารพอัตลักษณ์ของพื้นที่ มากกว่าการคัดเลือกหรือจัดวางเสียงเพื่อรองรับตลาดการท่องเที่ยวเพียงอย่างเดียว เพื่อไม่ให้เสียงวัฒนธรรมกลายเป็นเพียงองค์ประกอบเชิงการแสดงที่ถูกแยกออกจากบริบทชีวิตจริงของชุมชน

โดยสรุป ผลการศึกษาชี้ให้เห็นว่า ภูมิทัศน์เสียงของจังหวัดแม่ฮ่องสอนควรได้รับการทำความเข้าใจผ่าน 4 มิติสำคัญที่เชื่อมโยงสัมพันธ์กัน ได้แก่ 1) มิติสุขภาวะและการฟื้นฟูทางอารมณ์ผ่านเสียงธรรมชาติและความสงบ 2) มิติอัตลักษณ์ ความทรงจำ และวิถีชีวิตทางวัฒนธรรมที่สะท้อนผ่านเสียงชาติพันธุ์และเสียงในชีวิตประจำวันของชุมชน 3) มิติอำนาจและการจัดการพื้นที่เสียงในบริบทการท่องเที่ยวร่วมสมัย และ 4) มิติการต่อยอดภูมิทัศน์เสียงสู่การออกแบบกิจกรรมและประสบการณ์การท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะอย่างสร้างสรรค์ ทั้ง 4 มิติดังกล่าวล้วนมีบทบาทต่อการกำหนดคุณค่า ความหมาย และทิศทางของการพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะในจังหวัดแม่ฮ่องสอน

จากข้อค้นพบดังกล่าวสะท้อนว่า การอนุรักษ์และจัดการภูมิทัศน์เสียงไม่ควรมุ่งเพียงการควบคุมเสียงรบกวนเท่านั้น แต่ควรให้ความสำคัญกับการดูแลรักษาเสียงอัตลักษณ์ของพื้นที่ ทั้งเสียงธรรมชาติและเสียงวัฒนธรรมที่มีความสัมพันธ์กับสุขภาวะ ความทรงจำ และวิถีชีวิตของชุมชน สอดคล้องกับแนวคิดเชิงระบบนิเวศเสียงของ Schafer (1977/1994) ที่ให้ความสำคัญกับการรักษาสมดุลของสภาพแวดล้อมทางเสียงร่วมกับการตระหนักรู้ของมนุษย์ โดยอาศัยความร่วมมือระหว่างหน่วยงานภาครัฐ ภาคเอกชน และชุมชนท้องถิ่นในการกำหนดแนวทางการใช้เสียง การดูแลพื้นที่เงียบสงบ และการออกแบบกิจกรรมการท่องเที่ยวที่สอดคล้องกับบริบทของพื้นที่อย่างสร้างสรรค์และยั่งยืน

แนวทางการจัดการภูมิทัศน์เสียงเชิงสร้างสรรค์เพื่อสนับสนุนการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะ

จากข้อค้นพบและผลการอภิปรายเชิงวิพากษ์ข้างต้น ผู้วิจัยได้สังเคราะห์ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการในลักษณะของการจัดการภูมิทัศน์เสียงเชิงสร้างสรรค์ เพื่อเป็นแนวทางสำหรับหน่วยงานภาครัฐ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ภาคการท่องเที่ยว ชุมชน และผู้ประกอบการ ในการอนุรักษ์อัตลักษณ์ทางเสียงของพื้นที่ควบคู่กับการพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะอย่างสมดุลและยั่งยืน โดยสามารถจำแนกออกเป็น 5 แนวทางสำคัญ ดังนี้

1. การอนุรักษ์และจัดทำฐานข้อมูลมรดกเสียงท้องถิ่น

ผลการศึกษาพบว่า เสียงวัฒนธรรมชาติพันธุ์ เช่น เสียงกลองมองเซิง เสียงบทสวดมนต์แบบไทใหญ่ เสียงดนตรีพื้นบ้าน และสำเนียงภาษาท้องถิ่น เป็นส่วนสำคัญของอัตลักษณ์ทางเสียงของแม่ฮ่องสอน และมีความเชื่อมโยงกับความทรงจำร่วมและวิถีชีวิตของชุมชน อย่างไรก็ตาม ผู้ให้ข้อมูลหลายรายสะท้อนว่าเสียงเหล่านี้เริ่มลดบทบาทลงในชีวิตประจำวันจากการเปลี่ยนแปลงทางสังคม การใช้สื่อสมัยใหม่ และการขาดผู้สืบทอดทางวัฒนธรรม

จังหวัดแม่ฮ่องสอนและหน่วยงานด้านวัฒนธรรมควรดำเนินการรวบรวมและจัดทำฐานข้อมูลมรดกเสียงท้องถิ่นอย่างเป็นระบบ ทั้งในรูปแบบคลังเสียงดิจิทัล เรื่องเล่า และบริบททางวัฒนธรรมที่เกี่ยวข้อง เพื่อป้องกันการเลือนหายของมรดกเสียงที่สัมพันธ์กับวิถีชีวิตและความทรงจำร่วมของชุมชน โดยควรดำเนินงานร่วมกับผู้นำชุมชน ปราชญ์ท้องถิ่น ครูดนตรีพื้นบ้าน สถาบันการศึกษา และหน่วยงานด้านวัฒนธรรม เพื่อให้การอนุรักษ์เสียงเกิดขึ้นบนฐานของการมีส่วนร่วมของชุมชน และสามารถใช้เป็นฐานข้อมูลสำหรับการเรียนรู้ การสืบทอด และการพัฒนากิจกรรมทางวัฒนธรรมในอนาคต

2. การพัฒนาเส้นทางท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะผ่านประสบการณ์ทางเสียง

ผลการศึกษาสะท้อนว่า ความเงียบและเสียงธรรมชาติ เช่น เสียงลม เสียงน้ำไหล เสียงนกร้อง และบรรยากาศเงียบสงบในพื้นที่ธรรมชาติและพื้นที่ศาสนา มีบทบาทสำคัญต่อการสร้างความผ่อนคลาย การฟื้นฟูทางอารมณ์ และการลดความตึงเครียดของผู้มาเยือน โดยเฉพาะในบริบทของการหลีกหนีจากความเร่งรีบของชีวิตเมือง จากศักยภาพดังกล่าว จังหวัดแม่ฮ่องสอนสามารถต่อยอดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะผ่านประสบการณ์ทางเสียง โดยออกแบบกิจกรรมที่เชื่อมโยงเสียงธรรมชาติ เสียงวัฒนธรรม และบรรยากาศของพื้นที่เข้าด้วยกัน เช่น เส้นทางฟังเสียงธรรมชาติบริเวณลำน้ำแม่ฮ่องสอน พื้นที่วัดป่า หรือพื้นที่ภูเขาที่มีความเงียบสงบ รวมถึงกิจกรรมเจริญสติ การนั่งฟังเสียงธรรมชาติ กิจกรรมทำสมาธิ หรือกิจกรรมเรียนรู้เสียงวัฒนธรรมในชุมชน

ทั้งนี้ การออกแบบกิจกรรมควรคำนึงถึงลักษณะเฉพาะของพื้นที่ ช่วงเวลา และฤดูกาลที่ส่งผลต่อบรรยากาศทางเสียง ตลอดจนควบคุมรูปแบบกิจกรรมและจำนวนนักท่องเที่ยวให้เหมาะสม เพื่อรักษาคุณค่าของประสบการณ์ทางเสียง ลดผลกระทบต่อวิถีชีวิตของชุมชน และส่งเสริมให้การท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะดำเนินไปบนพื้นฐานของความสมดุลระหว่างการท่องเที่ยว การอนุรักษ์วัฒนธรรม และคุณภาพสิ่งแวดล้อมของพื้นที่

3. การจัดการเสียงในพื้นที่ท่องเที่ยวให้สอดคล้องกับบริบทของพื้นที่

แม้จังหวัดแม่ฮ่องสอนจะยังถูกจดจำในฐานะเมืองที่มีความเงียบสงบ แต่ผลการศึกษาพบว่า หลายพื้นที่เริ่มเผชิญผลกระทบจากเสียงรบกวนของกิจกรรมเชิงพาณิชย์ร่วมสมัย เช่น เสียงมอเตอร์ไซค์ เสียงจากสถานบันเทิง และการใช้ลำโพงในพื้นที่สาธารณะ ซึ่งส่งผลต่อทั้งคุณภาพชีวิตของชุมชนและประสบการณ์ของนักท่องเที่ยว

ดังนั้น การจัดการภูมิทัศน์เสียงจึงควรมีแนวทางที่เหมาะสมกับลักษณะเฉพาะของแต่ละพื้นที่ เช่น การกำหนดช่วงเวลาใช้เสียงในเขตชุมชนและพื้นที่พักผ่อน การกำหนดแนวทางเฝ้าระวังเสียงในพื้นที่เงียบสงบ การลดกิจกรรมที่มีระดับเสียงสูงในพื้นที่เอื้อต่อสุขภาวะ รวมถึงการส่งเสริมการใช้ดนตรีหรือเสียงที่สอดคล้องกับอัตลักษณ์ของพื้นที่ในกิจกรรมการท่องเที่ยว เพื่อลดการครอบงำของเสียงเชิงพาณิชย์ที่อาจส่งผลต่อบรรยากาศความสงบและความเฉพาะถิ่นทางเสียงของพื้นที่

นอกจากนี้ ควรเปิดโอกาสให้ชุมชนมีส่วนร่วมในการกำหนดข้อตกลงร่วมเกี่ยวกับการใช้เสียงในพื้นที่สาธารณะ เพื่อให้การจัดการเสียงเกิดขึ้นบนพื้นฐานของความเข้าใจร่วมกันระหว่างชุมชน ผู้ประกอบการ และภาคการท่องเที่ยว

4. การบูรณาการความร่วมมือระหว่างหน่วยงานและชุมชน

ผลการศึกษาพบว่า การจัดการภูมิทัศน์เสียงของจังหวัดแม่ฮ่องสอนยังขาดกลไกความร่วมมือที่เชื่อมโยงระหว่างหน่วยงานด้านการท่องเที่ยว วัฒนธรรม สิ่งแวดล้อม และองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ส่งผลให้การจัดการเสียงในหลายพื้นที่ยังดำเนินไปในลักษณะเฉพาะกิจ และขาดทิศทางร่วมในระดับจังหวัด

ดังนั้น การพัฒนาภูมิทัศน์เสียงเพื่อสนับสนุนการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะควรอาศัยความร่วมมือระหว่างหน่วยงานภาครัฐ ชุมชน ผู้ประกอบการ และสถาบันการศึกษา เพื่อให้การจัดการเสียงสามารถเชื่อมโยงมิติของสุขภาวะ วัฒนธรรม สิ่งแวดล้อม และการท่องเที่ยวเข้าด้วยกันอย่างสมดุล พร้อมทั้งเปิดพื้นที่ให้ชุมชนท้องถิ่นมีบทบาทในการกำหนดคุณค่า อัตลักษณ์ และทิศทางการจัดการภูมิทัศน์เสียงของพื้นที่ตนเองมากขึ้น อันจะนำไปสู่การพัฒนาการท่องเที่ยวที่สอดคล้องกับบริบทของชุมชนและเกิดความยั่งยืนในระยะยาว

5. การพัฒนาต้นแบบชุมชนภูมิทัศน์เสียงเชิงสุขภาวะ

ผลการศึกษาพบว่า บางพื้นที่ของแม่ฮ่องสอนยังคงมีความโดดเด่นทั้งด้านเสียงธรรมชาติ เสียงวัฒนธรรม และวิถีชีวิตที่สัมพันธ์กับความสงบของชุมชน ซึ่งสามารถต่อยอดเป็นต้นแบบการจัดการภูมิทัศน์เสียงเชิงสุขภาวะได้

การพัฒนาชุมชนต้นแบบดังกล่าวควรตั้งอยู่บนฐานของการมีส่วนร่วมของคนในพื้นที่ การรักษาอัตลักษณ์เสียงของชุมชน และการใช้เสียงเป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมสร้างสรรค์ที่เชื่อมโยงกับการท่องเที่ยวและเศรษฐกิจชุมชนอย่างเหมาะสม โดยไม่ลดทอนเสียงวัฒนธรรมให้กลายเป็นเพียงองค์ประกอบเชิงการแสดงเพื่อรองรับการบริโภคของนักท่องเที่ยวเท่านั้น แต่ควรรักษาความหมาย ความสัมพันธ์ และบริบททางวัฒนธรรมที่เชื่อมโยงกับวิถีชีวิตจริงของชุมชนในพื้นที่ไว้ควบคู่กัน

ในเชิงการจัดการ ผลการศึกษาสะท้อนว่า การอนุรักษ์ภูมิทัศน์เสียงเพื่อการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะควรดำเนินไปในลักษณะของการจัดการภูมิทัศน์เสียงเชิงสร้างสรรค์ ที่ให้ความสำคัญทั้งการลดเสียงรบกวนและการดูแลรักษาเสียงอัตลักษณ์ของพื้นที่ร่วมกัน โดยหน่วยงานภาครัฐ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ผู้ประกอบการท่องเที่ยว และชุมชน ควรมีบทบาทร่วมกันในการกำหนดแนวทางการใช้เสียงในพื้นที่ท่องเที่ยว การดูแลพื้นที่เงียบสงบ การสนับสนุนกิจกรรมวัฒนธรรมท้องถิ่น การส่งเสริมการใช้ดนตรีและเสียงพื้นถิ่นในกิจกรรมการท่องเที่ยว ตลอดจนการจัดทำฐานข้อมูลมรดกเสียงของชุมชน เพื่อรักษาความเฉพาะถิ่นทางเสียงของพื้นที่ ควบคู่กับการสร้างประสบการณ์การท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะที่เคารพต่อวิถีชีวิต อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรม และคุณภาพชีวิตของชุมชนท้องถิ่นอย่างยั่งยืน

โดยสรุป การจัดการภูมิทัศน์เสียงเชิงสร้างสรรค์ในบริบทของจังหวัดแม่ฮ่องสอนไม่ได้หมายถึงเพียงการควบคุมเสียงรบกวน แต่เป็นกระบวนการดูแลรักษาความสัมพันธ์ระหว่างเสียง ผู้คน วัฒนธรรม และวิถีชีวิตของชุมชนควบคู่กัน การพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะบนฐานภูมิทัศน์เสียงจึงจำเป็นต้องตั้งอยู่บนความสมดุลระหว่างการอนุรักษ์อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรม คุณภาพชีวิตของคนในพื้นที่ และการใช้ประโยชน์ทางการท่องเที่ยวอย่างเหมาะสมและยั่งยืน

บทสรุป

การศึกษาครั้งนี้มุ่งทำความเข้าใจบทบาท ความหมาย และพลวัตของภูมิทัศน์เสียงในจังหวัดแม่ฮ่องสอนภายใต้บริบทการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะ ผลการศึกษาชี้ให้เห็นว่า ภูมิทัศน์เสียงของแม่ฮ่องสอนไม่ได้เป็นเพียงองค์ประกอบของสภาพแวดล้อมทางกายภาพ หากแต่เป็นส่วนหนึ่งของประสบการณ์ ความทรงจำ อัตลักษณ์ และความสัมพันธ์ระหว่างผู้คนกับพื้นที่ ความเงียบและเสียงธรรมชาติ เช่น เสียงลม เสียงน้ำไหล และเสียงป่า มีบทบาทสำคัญต่อการสร้างความรู้สึกสงบ ผ่อนคลาย และการฟื้นฟูทางอารมณ์ของนักท่องเที่ยว ขณะที่เสียงวัฒนธรรมชาติพันธุ์ เช่น เสียงกลองมองเซิง เสียงบทสวดมนต์แบบไทใหญ่ และเสียงดนตรีพื้นบ้าน สะท้อนอัตลักษณ์ ความทรงจำร่วม และวิถีชีวิตของชุมชนในพื้นที่

ขณะเดียวกัน ภูมิทัศน์เสียงของแม่ฮ่องสอนกำลังเผชิญความเปลี่ยนแปลงจากอิทธิพลของการท่องเที่ยวร่วมสมัยและกิจกรรมเชิงพาณิชย์ ส่งผลให้เสียงบางประเภทเริ่มเข้ามามีบทบาทเหนือเสียงดั้งเดิมของชุมชนมากขึ้น ขณะที่เสียงวัฒนธรรมและเสียงในวิถีชีวิตบางส่วนมีแนวโน้มลดบทบาทลง นอกจากนี้ ยังพบข้อจำกัดด้านการจัดการเสียงและการบูรณาการความร่วมมือระหว่างหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในระดับพื้นที่ ข้อค้นพบดังกล่าวสะท้อนว่า ภูมิทัศน์เสียงของแม่ฮ่องสอนควรถูกทำความเข้าใจในฐานะพื้นที่ที่เชื่อมโยงมิติสุขภาวะ อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรม และความสัมพันธ์เชิงอำนาจเข้าด้วยกัน ดังนั้น การพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะจึงไม่ควรมุ่งเน้นเพียงการสร้างประสบการณ์ให้แก่นักท่องเที่ยวเท่านั้น แต่ควรคำนึงถึงการรักษาคุณค่าของเสียงในวิถีชีวิตชุมชน การมีส่วนร่วมของคนในพื้นที่ และความสมดุลระหว่างการท่องเที่ยวกับอัตลักษณ์ท้องถิ่นในระยะยาว

ในเชิงวิชาการ งานวิจัยนี้ช่วยขยายมุมมองการศึกษาการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะจากกรอบที่มุ่งเน้นกิจกรรมหรือบริการด้านสุขภาพ ไปสู่การทำความเข้าใจภูมิทัศน์เสียงในฐานะทรัพยากรเชิงประสบการณ์ที่เชื่อมโยงสุขภาวะ อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรม และพลวัตของพื้นที่ท่องเที่ยวร่วมสมัย อีกทั้งยังช่วยเติมเต็มองค์ความรู้ด้านการจัดการภูมิทัศน์เสียงในบริบทเมืองรองและชุมชนชาติพันธุ์ของประเทศไทย ซึ่งยังมีการศึกษาอยู่ค่อนข้างจำกัด

โดยสรุป ภูมิทัศน์เสียงของแม่ฮ่องสอนไม่ได้เป็นเพียงฉากหลังของการท่องเที่ยวเท่านั้น หากแต่เป็น “ทุนทางวัฒนธรรมและทุนสุขภาวะ” ที่สะท้อนความสัมพันธ์ระหว่างธรรมชาติ วัฒนธรรม และผู้คนในสังคมร่วมสมัย ซึ่งควรได้รับการอนุรักษ์และจัดการอย่างสร้างสรรค์ เพื่อรักษาความเฉพาะถิ่นของพื้นที่ควบคู่กับการพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะอย่างยั่งยืนในอนาคต

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

การพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะบนฐานภูมิทัศน์เสียงจำเป็นต้องอาศัยความร่วมมือระหว่างหน่วยงานภาครัฐ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ภาคการท่องเที่ยว ผู้ประกอบการ และชุมชนท้องถิ่นในการดูแลรักษาความสมดุลระหว่างการอนุรักษ์อัตลักษณ์ทางเสียง คุณภาพชีวิตของชุมชน และการใช้ประโยชน์ด้านการท่องเที่ยวอย่างเหมาะสม ทั้งนี้ ควรส่งเสริมการจัดการเสียงที่สอดคล้องกับบริบทของพื้นที่ การอนุรักษ์มรดกเสียงวัฒนธรรม ตลอดจนการออกแบบกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะที่เคารพต่อวิถีชีวิต ความหมายทางวัฒนธรรม และความสัมพันธ์ระหว่างผู้คนกับพื้นที่ เพื่อสนับสนุนการพัฒนาการท่องเที่ยวที่ตั้งอยู่บนฐานของอัตลักษณ์และความยั่งยืนของชุมชนในระยะยาว

ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาประสบการณ์การรับรู้ภูมิทัศน์เสียงของนักท่องเที่ยวในพื้นที่ประเภทอื่น เช่น พื้นที่ธรรมชาติ พื้นที่ศาสนา หรือชุมชนชาติพันธุ์ในอำเภออื่นของจังหวัดแม่ฮ่องสอน เพื่อเปรียบเทียบลักษณะ ความหมาย และพลวัตทางสังคมวัฒนธรรมของภูมิทัศน์เสียงในบริบทพื้นที่ที่แตกต่างกัน

2. ควรมีการศึกษาผลของกิจกรรมเชิงประสบการณ์ทางเสียงหรือกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาวะต่อการฟื้นฟูทางอารมณ์และสุขภาวะของนักท่องเที่ยว โดยอาจใช้แนวทางการวิจัยแบบสหวิทยาการร่วมกับการประเมินทางสรีรวิทยา การศึกษาด้านจิตวิญญาณ จิตวิทยาสิ่งแวดล้อม การรับรู้ทางเสียง (Sound Perception) และประสบการณ์หลายประสาทสัมผัสเพิ่มเติม

3. ควรศึกษากระบวนการถ่ายทอด การปรับตัว และการดำรงอยู่ของเสียงวัฒนธรรมชาติพันธุ์ภายใต้บริบทสังคมและการท่องเที่ยวร่วมสมัย เพื่อทำความเข้าใจแนวทางการอนุรักษ์อัตลักษณ์ทางเสียง และความสัมพันธ์ระหว่างชุมชนกับภูมิทัศน์เสียงในระยะยาว

เอกสารอ้างอิง

ธนาคารแห่งประเทศไทย. (2564). *Wellness tourism โอกาสทองของการท่องเที่ยวไทย*. https://www.bot.or.th/th/research-and-publications/articles-and-publications/articles/regional-articles/reg-article-2021-16.html

ยูเนสโก. (ม.ป.ป.). *มรดกภูมิปัญญาทางวัฒนธรรมและการพัฒนาอย่างยั่งยืน* (พูลศักดิ์ เอกโรจนกุล, ผู้แปล). สำนักงานยูเนสโก กรุงเทพฯ. https://ich.unesco.org/doc/src/34299-TH.pdf (ต้นฉบับพิมพ์ปี 2013)

Agapito, D., Mendes, J., & Valle, P. (2013). Exploring the conceptualization of the sensory dimension of tourist experiences. *Journal of Destination Marketing & Management, 2*(2), 62–73. https://doi.org/10.1016/j.jdmm.2013.03.001

Aletta, F., Oberman, T., & Kang, J. (2018). Associations between positive health-related effects and soundscapes perceptual constructs: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 15*(11), Article 2392. https://doi.org/10.3390/ijerph15112392

Alvarsson, J. J., Wiens, S., & Nilsson, M. E. (2010). Stress recovery during exposure to nature sound and self-produced silence. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 7*(3), 1036–1046. https://doi.org/10.3390/ijerph7031036

Bai, W., Wang, J., Wong, J. W. C., Han, X., & Guo, Y. (2024). The soundscape and tourism experience in rural destinations: An empirical investigation from Shawan Ancient Town. *Humanities and Social Sciences Communications, 11*, Article 492. https://doi.org/10.1057/s41599-024-02997-4

Bernat, S. (2014). Soundscapes and tourism – towards sustainable tourism. *Problemy Ekorozwoju – Problems of Sustainable Development, 9*(2), 107–117. https://ph.pollub.pl/index.php/preko/article/view/4897/3787

Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology, 3*(2), 77–101. https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa

Buxton, R. T., Pearson, A. L., Allou, C., Fristrup, K., & Wittemyer, G. (2021). A synthesis of health benefits of natural sounds and their distribution in national parks. *Proceedings of the National Academy of Sciences, 118*(14), Article e2013097118. https://doi.org/10.1073/pnas.2013097118

Global Wellness Institute. (2023). *Global wellness economy monitor 2023*. https://globalwellnessinstitute.org/industry-research/2023-global-wellness-economy-monitor/

Kang, J. (2023). Soundscape in city and built environment: Current developments and design potentials. *City and Built Environment, 1*, Article 1. https://doi.org/10.1007/s44213-022-00005-6

Kang, J., & Schulte-Fortkamp, B. (Eds.). (2016). *Soundscape and the built environment*. CRC Press.

Kaplan, R., & Kaplan, S. (1989). *The experience of nature: A psychological perspective*. Cambridge University Press.

LaBelle, B. (2018). *Sonic agency: Sound and emergent forms of resistance*. Goldsmiths Press.

Li, N., Wang, H., Zhang, Y., & Ma, K. (2025). How soundscape perception enhances the well-being of elderly recreational visitors in urban parks: A case study of Zhengzhou People's Park. *Scientific Reports, 15*, Article 16652. https://doi.org/10.1038/s41598-025-98125-6

Ratcliffe, E. (2021). Sound and soundscape in restorative natural environments: A narrative literature review. *Frontiers in Psychology, 12*, Article 570563. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.570563

Relph, E. (1976). *Place and placelessness*. Pion.

Richards, G. (2018). Cultural tourism: A review of recent research and trends. *Journal of Hospitality and Tourism Management, 36*, 12–21. https://doi.org/10.1016/j.jhtm.2018.03.005

Schafer, R. M. (1994). *The soundscape: Our sonic environment and the tuning of the world*. Destiny Books. (Original work published 1977).

Smith, M., & Puczkó, L. (2014). *Health, tourism and hospitality: Spas, wellness and medical travel* (2nd ed.). Routledge.

Thomas, J. (1993). *Doing critical ethnography*. Sage Publications.

Truax, B. (2001). *Acoustic communication* (2nd ed.). Ablex Publishing.

Waitt, G., & Duffy, M. (2010). Listening and tourism studies. *Annals of Tourism Research, 37*(2), 457–477. https://doi.org/10.1016/j.annals.2009.10.017

World Health Organization. (2018). *Environmental noise guidelines for the European Region*. WHO Regional Office for Europe. https://www.who.int/europe/publications/i/item/9789289053563