


ภาคผนวก





ภาคผนวก 1

รายชื่อผู้ให้สัมภาษณ์

รายชื่อกระบวนกรผู้ให้สัมภาษณ์

รายชื่อผู้เข้าร่วมประชุมระดมสมอง

รายชื่อผู้ให้สัมภาษณ์

(ผู้ทรงคุณวุฒิที่เกี่ยวข้อง ผู้แทนจากหน่วยงานภาครัฐ เอกชน และ
ผู้ที่มีประสบการณ์เกี่ยวกับกิจกรรมอาบป่า)

ที่	วันที่	รายชื่อผู้ให้สัมภาษณ์	หน่วยงาน/สังกัด
1	1 ตค. 63	คุณอุเทน ภูมรินทร์	Play & Learn Club
2	6 ตค. 63	คุณณรงค์ มีนวล	บริษัท Eco Forest Business จำกัด นนทบุรี
3	7 ตค. 63	คุณนิพัทธ์พงษ์ ชวนชื่น	บริษัทนำเที่ยวเทรคกิ้งไทย
4	8 ตค. 63	ดร.ทรงธรรม สุขสว่าง	กรมอุทยานแห่งชาติ สัตว์ป่าและพันธุ์พืช
5	12 ตค. 63	ดร.สรณรัชฎ์ กาญจนะวณิช	มูลนิธิโลกสีเขียว
6	20 ตค. 63	คุณสุวัฒน์ อัครวิชัยชาญ	นิตยสารสารคดี
7	20 ตค. 63	คุณสุรศักดิ์ เทศขจร	นิตยสารสารคดี
8	21 ตค. 63	คุณชิตชัย แก้วบริสุทธิ์	สถาบันปลูกป่า ปตท. กรุงเทพฯ
9	22 ตค. 63	ผอ.ปิยพัชร์ วงศ์โดยหวัง	การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย (กาญจนบุรี)
10	26 ตค. 63	คุณคมกฤษ ดั่งเงิน	การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย (สนง. กทม.)
11	27 ตค. 63	คุณแม่ชีคันสนีย์ เสถียรสุด	เสถียรธรรมสถาน 2 หุบเขาโพธิสัตว์ จ.เพชรบุรี
12	24 พย. 63	คุณชินภาส วีระสมบูรณ์ศิลป์	The Mindful Tourist

รายชื่อกระบวนกรผู้ให้สัมภาษณ์

(ผู้แทนจากหน่วยงานภาครัฐ เอกชน ชุมชน และผู้ที่มีประสบการณ์เกี่ยวกับการจัดกิจกรรมอาบป่า)

ที่	วันที่	รายชื่อผู้ให้สัมภาษณ์	สถานที่
1	10-11 พย. 63	อาจารย์ศิริพงษ์ โทหนองตอ	ป่าครอบครัว: แพนด้าแคมป์ จ.อุทัยธานี
2	25-26 กพ. 64	คุณสงว ขำนาญกำหนด	ป่าชุมชน: บ้านห้วยสะพาน จ.กาญจนบุรี
3	11-12 มีค. 64	คุณฤทธิ์ บินอับดุลเลาะห์	ป่าธรรมชาติ: จ.นครนายก
4	11-12 มีค. 64	คุณธนาพร ตระกูลดิษฐ์	ป่าธรรมชาติ: จ.นครนายก
5	25-26 มีค. 64	คุณสุวิทย์ นวะระคำ	ป่าเอกชน: ป่าวังจันทร์ จ.ระยอง

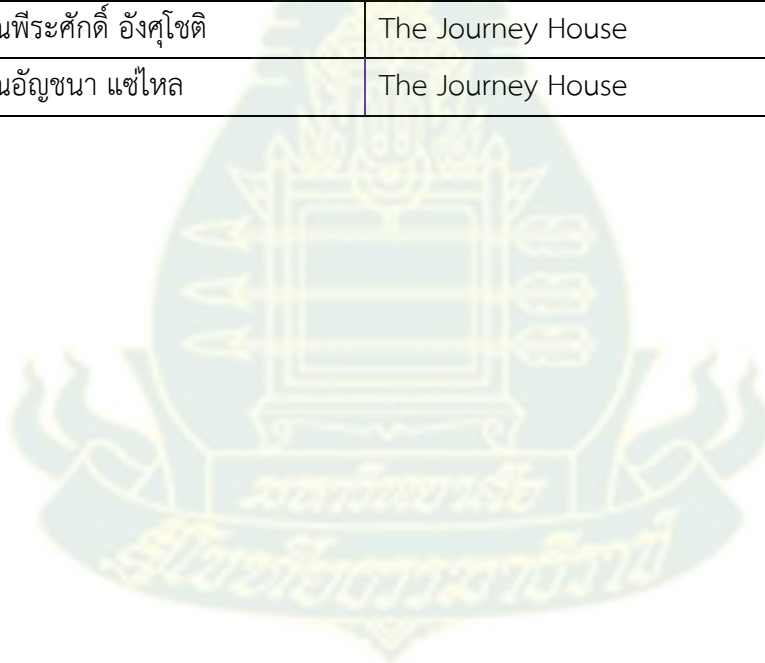
รายชื่อผู้เข้าร่วมประชุมระดมสมอง (กลุ่มผู้ทรงคุณวุฒิ)
(ผู้ทรงคุณวุฒิ ผู้แทนจากหน่วยงานภาครัฐ เอกชน ชุมชน
และผู้ที่มีประสบการณ์เกี่ยวกับกิจกรรมอาบป่า)

ชื่อ-นามสกุล	ตำแหน่ง/สังกัดหน่วยงาน
1. คุณนิพัทธ์พงษ์ ชวนชื่น	ผู้ก่อตั้งบริษัทนำเที่ยวเทรคกิ้งไทย
2. คุณคมกริช ดั่งเงิน	รองผู้อำนวยการฝ่ายสินค้าการท่องเที่ยว/การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย
3. คุณพรทิพย์ ช้างแย้ม	เสถียรธรรมสถาน
4. คุณสง ขำนาญกำหนด	ประธานป่าชุมชนบ้านห้วยสะพานสามัคคี/ กรมป่าไม้
5. คุณชัชฌาสา วีระสมบุญศิลป์	ผู้ก่อตั้งและกรรมการผู้จัดการ The Mindful Tourist
6. คุณธนาพร ตระกูลดิษฐ์	กระบวนกรอาบป่า/ บริษัทนำเที่ยวเทรคกิ้งไทย
7. ดร.ทรงธรรม สุขสว่าง	ผู้ทรงคุณวุฒิด้านการอนุรักษ์ทรัพยากรป่าไม้และสัตว์ป่า/กรมป่าไม้
8. คุณอุเทน ภูมรินทร์	ผู้อำนวยการ/ Nature Play and Learn Club
9. คุณฤทธิ บินอับดุลเลาะห์	กระบวนกรอาบป่า/ บริษัทนำเที่ยวเทรคกิ้งไทย
10. อาจารย์ศิริพงษ์ โทหนองตอ	ผู้อำนวยการศูนย์อนุรักษ์และเรียนรู้พืชสมุนไพรแพนด้าแคมป์/ศูนย์อนุรักษ์และเรียนรู้พืชสมุนไพรแพนด้าแคมป์
11. คุณณรงค์ มีนวล	บริษัท Eco Forest Business จำกัด
12. คุณสุวิทย์ นະະคำ	ผู้จัดการฝ่ายสถาบันปลูกป่าและระบบนิเวศ/การปิโตรเลียมแห่งประเทศไทย (ปตท.)
13. คุณปิยพัชร์ วงศ์โดยหวัง	ผู้อำนวยการ/สำนักงานการท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย (ททท.) (กาญจนบุรี)
14. ดร.สรณัฐ กายจนะวณิชย์	มูลนิธิโลกสีเขียว, ทุ่งน้ำนูนินอย
15. คุณสุวัฒน์ อัสวไชยชาญ	นิตยสารสารคดี
16. คุณสุรศักดิ์ เทศขจร	นิตยสารคดี, บริษัท วิริยะธุรกิจ จำกัด

รายชื่อผู้เข้าร่วมประชุมระดมสมอง (กลุ่มผู้สนใจทั่วไป)

ชื่อ-นามสกุล	สังกัดหน่วยงาน
1. คุณประภัสสร วรรณระภูติ	องค์การบริหารการพัฒนาพื้นที่พิเศษเพื่อการท่องเที่ยวอย่างยั่งยืน (อพท.)
2. คุณปิยะรัตน์ นิยมพิทักษ์พงศ์	Shinrin Yoku Guide/วนธรรารีสอร์ท พิษณุโลก
3. คุณวรธีรา สุวรรณศร	กรมการท่องเที่ยว
4. คุณพัฒนศิริ ศัลยสิริ อีวัตก้าน	กรมการท่องเที่ยว
5. อ.ดร.ณัฐวรรดี คณิตินสุทธิทอง	มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย
6. รศ.ดร.ราณี อิลิชัยกุล	สาขาวิชาวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช
7. รศ.ดร.ทิพวรรณ บุญย์เพิ่ม	สาขาวิชาวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช
8. ผศ.ดร.อิงอร ไชยยศ	สาขาวิชาเกษตรศาสตร์และสหกรณ์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช
9. อาจารย์อภิษฎา เรืองเกต	สาขาวิชาเกษตรศาสตร์และสหกรณ์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช
10. คุณอมลรดา สุขไชย	-
11. ดร.ปรีชา องค์กรเสรีรัฐ	กรมป่าไม้
12. คุณทานตะวัน เขียวน้ำชุม	ทาร์ซาน แอดเวนเจอร์ทีม
13. อ.ดร. มนรัตน์ ใจเอื้อ	คณะกรรมการท่องเที่ยวและอุตสาหกรรมบริการ มหาวิทยาลัยหอการค้าไทย
14. ร.อ.ชุมพล ตูลาพันธุ์	ชมรมผู้ดำเนินการสปาแอนด์เวลเนสไทย
15. อ.ดร. ชุตินา โลงจิต	คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ (วิทยาเขตศรีราชา)
16. คุณอรวรรณ บุญพัฒน์	มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่
17. คุณสมภาพ เพ็ชรเกลี้ยง	กรมการท่องเที่ยว
18. คุณอภิณห์พร อัครคุณ-ทรัพย์	กรมการท่องเที่ยว
19. คุณณัฐริกา ประสาทกุล	กรมการท่องเที่ยว
20. คุณนัฐกร กองตา	กรมการท่องเที่ยว
21. คุณชลธิรศน์ สุขหอม	กรมการท่องเที่ยว
22. คุณปกรณ์ คมขำ	คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี

ชื่อ-นามสกุล	สังกัดหน่วยงาน
23. คุณปวีติ ไทยสม	บุคคลทั่วไป
24. คุณบูรณาการ จตุพรไพศาล	บริษัทจัมโบ้ เจอร์นีย์ แอนด์ อีเว้นท์ จำกัด
25. คุณวริศรา มีเกษณี	Full Yin Women Wellbeing Center
26. คุณสุรีย์พร ปิ่นปัก	การปิโตเลียมแห่งประเทศไทย
27. คุณกรรณก ทองโรย	สถาบันปลูกป่าและระบบนิเวศ ปตท.
28. คุณสุกัญญา จำปานวน	ศูนย์เรียนรู้ป่าวังจันทร์ จังหวัดระยอง
29. คุณฉวีวิษณุ วงษ์พองนวล	ศูนย์เรียนรู้ป่าวังจันทร์ จังหวัดระยอง
30. คุณวรภาดา เดชชัยฤทธิ์	การปิโตเลียมแห่งประเทศไทย
31. คุณกมลทิพย์ โคตรรัตน์	ศูนย์เรียนรู้ป่าวังจันทร์ จังหวัดระยอง
32. คุณปริยาภัทร์ ศรีนวล	ศูนย์เรียนรู้ป่าวังจันทร์ จังหวัดระยอง
33. คุณปภากร นุชสมบัติ	Jumbo Journey & Events Co., Ltd.
34. คุณสทนต์ ฐปประดิษฐ์	บริษัท จัมโบ้ ทราเวล แอนด์ อีเว้นท์
35. คุณพงศ์พันธุ์ เจริญทรัพย์	บริษัท สิงห์ปาร์ค เชียงราย จำกัด
36. คุณพีระศักดิ์ อังสุโชติ	The Journey House
37. คุณอัญชญา แซ่ไหล	The Journey House





ภาคผนวก 2

เครื่องมือวิจัย

โครงการวิจัยเรื่อง “แนวทางการพัฒนารูปแบบการอาบป่า
ในบริบทของการท่องเที่ยวในประเทศไทย”

แบบสัมภาษณ์

โครงการวิจัยเรื่อง “แนวทางการพัฒนารูปแบบการอาบป่า ในบริบทของการท่องเที่ยวในประเทศไทย”

ชุดที่ 1 แบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง สำหรับผู้ทรงคุณวุฒิที่เกี่ยวข้อง ผู้แทนจากหน่วยงานภาครัฐ และเอกชนที่มีความรู้ และผู้ที่มีประสบการณ์เกี่ยวกับกิจกรรมอาบป่า

เพื่อตอบวัตถุประสงค์ข้อที่ 1. เพื่อวิเคราะห์ความหมาย และคุณค่าของการอาบป่า และการเชื่อมโยงกับการท่องเที่ยว

1. ท่านมีทรรศนะเกี่ยวกับกิจกรรมอาบป่าอย่างไร
2. ขอให้ท่านเล่าเกี่ยวกับกิจกรรมอาบป่าที่ท่านเคยมีประสบการณ์
3. ท่านคิดว่าการอาบป่ามีคุณค่า (ประโยชน์) ในมิติทางเศรษฐกิจ สังคม และสิ่งแวดล้อมอย่างไร
4. ท่านคิดว่าการอาบป่ามีคุณค่า (ประโยชน์) ต่อบุคคล ชุมชน และสังคมอย่างไร
5. ปัจจุบันมีนักวิจัยชาวต่างชาติทำการศึกษาเพื่อหาผลการวิจัยทางวิทยาศาสตร์ในการยืนยันคุณค่าประโยชน์ของการอาบป่าที่ส่งผลต่อร่างกายมนุษย์ จึงมีคำว่า ป่าบำบัด เกิดขึ้น ท่านคิดว่า “การอาบป่า (Forest Bathing)” และ “ป่าบำบัด (Forest Therapy)” มีความเหมือนหรือแตกต่างกันอย่างไร
6. ขอให้ท่านนิยามความหมายของคำว่า การอาบป่า ในทรรศนะของท่าน

เพื่อตอบวัตถุประสงค์ข้อที่ 3. เพื่อเสนอแนะแนวทางการส่งเสริมรูปแบบการอาบป่าเพื่อการท่องเที่ยวสำหรับประเทศไทย

7. ท่านคิดว่ากิจกรรมอาบป่ามีความเหมาะสมกับบริบทของประเทศไทยหรือไม่ อย่างไร
8. หากมีการนำกิจกรรมอาบป่ามาส่งเสริมในประเทศไทย ท่านคิดว่าควรมีรูปแบบเป็นเช่นใด
9. ท่านคิดว่าการอาบป่าสามารถเชื่อมโยงเข้ากับกิจกรรมการท่องเที่ยว ได้หรือไม่ อย่างไร โปรดอธิบายอย่างละเอียด เช่น กลุ่มนักท่องเที่ยว และประเภทกิจกรรมท่องเที่ยว ที่สามารถเชื่อมโยงระหว่างสองกิจกรรมนี้
10. ท่านคิดว่าควรมีการส่งเสริมกิจกรรมอาบป่า เพื่อเสริมสร้างประสบการณ์แก่นักท่องเที่ยวหรือไม่ อย่างไร
11. สถานที่ในการจัดกิจกรรมอาบป่าจำเป็นต้องจัดในพื้นที่อุทยานแห่งชาติ วนอุทยาน หรือสวนรุกขชาติ หรือสามารถจัดในพื้นที่อื่นๆ ที่มีต้นไม้ใหญ่เป็นองค์ประกอบได้ เช่น สวนสาธารณะ รีสอร์ท และป่าชุมชน เป็นต้น

แบบสัมภาษณ์

โครงการวิจัยเรื่อง “แนวทางการพัฒนารูปแบบการอาบป่า ในบริบทของการท่องเที่ยวในประเทศไทย”

ชุดที่ 2 แบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้างเพื่อถอดบทเรียน สำหรับผู้แทนจากหน่วยงานที่มีประสบการณ์
การจัดกิจกรรมอาบป่า จำนวน 4 พื้นที่ ได้แก่ กาญจนบุรี อุทัยธานี นครนายก และระยอง

**เพื่อตอบวัตถุประสงค์ข้อที่ 1. เพื่อวิเคราะห์ความหมาย และคุณค่าของการอาบป่าและการเชื่อมโยง
กับการท่องเที่ยว**

1. ท่านมีทรรศนะเกี่ยวกับกิจกรรมอาบป่าอย่างไร
2. ขอให้ท่านเล่าเกี่ยวกับกิจกรรมอาบป่าที่ท่านเคยมีประสบการณ์
3. ท่านคิดว่าการอาบป่ามีคุณค่า (ประโยชน์) ในมิติเศรษฐกิจ สังคม และสิ่งแวดล้อมอย่างไร
4. ท่านคิดว่าการอาบป่ามีคุณค่า (ประโยชน์) ต่อบุคคล ชุมชน และสังคมอย่างไร
5. ปัจจุบันมีนักวิจัยชาวต่างชาติทำการศึกษาเพื่อหาผลการวิจัยทางวิทยาศาสตร์ในการยืนยัน
คุณประโยชน์ของการอาบป่าที่ส่งผลต่อร่างกายมนุษย์ จึงมีคำว่า ป่าบำบัด เกิดขึ้น ท่านคิดว่า “การอาบป่า
(Forest Bathing)” และ “ป่าบำบัด (Forest Therapy)” มีความเหมือนหรือแตกต่างกันอย่างไร
6. ขอให้ท่านนิยามความหมายของคำว่า การอาบป่า ในทรรศนะของท่าน

เพื่อตอบวัตถุประสงค์ข้อที่ 2. เพื่อถอดบทเรียนและพัฒนารูปแบบการอาบป่าเพื่อการท่องเที่ยว

7. ขอให้ท่านเล่าถึงความเป็นมา แนวคิดในการเริ่มต้น และสาเหตุของการจัดกิจกรรมอาบป่า
8. การจัดกิจกรรมอาบป่ามีขั้นตอน/กระบวนการอย่างไร และช่วงเวลาใด
9. การจัดกิจกรรมอาบป่าที่ผ่านมา มีปัญหาและอุปสรรคในเรื่องใดบ้าง อย่างไร
10. ท่านคิดว่าผู้นำกิจกรรมอาบป่าควรมีคุณสมบัติอย่างไร เช่น ความรู้เกี่ยวกับการอาบป่า ความรู้ใน
เส้นทาง ความเข้าใจในกิจกรรมอาบป่า ความสามารถในการสื่อความหมาย (ถ่ายทอด) และบุคลิกภาพ
เป็นต้น
11. ผู้นำกิจกรรมอาบป่าควรแนะนำผู้ที่เข้าร่วมกิจกรรมในเรื่องใดบ้าง
12. จากประสบการณ์ของท่าน มีการนำกิจกรรมนันทนาการอื่นมากระทำร่วมกับกิจกรรมอาบป่าหรือไม่
หากมีกรุณาระบุรายละเอียด
13. ท่านคิดว่าสิ่งอำนวยความสะดวกทางการท่องเที่ยว เช่น การบริการที่พัก อาหารและเครื่องดื่ม หรือ
การรับส่งเข้าสู่พื้นที่ใช้ในการทำกิจกรรมอาบป่ามีความจำเป็นหรือไม่ หากมีความจำเป็น ควรมีลักษณะ
อย่างไร
14. จุดแข็งและจุดอ่อนในการพัฒนากิจกรรมอาบป่า คืออะไร

**เพื่อตอบวัตถุประสงค์ข้อที่ 3. เพื่อเสนอแนะแนวทางการส่งเสริมรูปแบบการอาบป่าเพื่อการท่องเที่ยว
สำหรับประเทศไทย**

15. ท่านคิดว่ากิจกรรมอาบป่ามีความเหมาะสมกับบริบทของประเทศไทยหรือไม่ อย่างไร
16. หากมีการนำกิจกรรมอาบป่ามาส่งเสริมในประเทศไทย ท่านคิดว่าควรมีรูปแบบเป็นเช่นใด
17. ท่านคิดว่าการอาบป่าสามารถเชื่อมโยงเข้ากับกิจกรรมการท่องเที่ยว ได้หรือไม่ อย่างไร โปรดอธิบายอย่างละเอียด เช่น กลุ่มนักท่องเที่ยว และประเภทกิจกรรมท่องเที่ยว ที่สามารถเชื่อมโยงระหว่างสองกิจกรรมนี้
18. ท่านคิดว่าควรมีการส่งเสริมกิจกรรมอาบป่า เพื่อเสริมสร้างประสบการณ์แก่นักท่องเที่ยวหรือไม่ อย่างไร
19. สถานที่ในการจัดกิจกรรมอาบป่าจำเป็นต้องจัดในพื้นที่อุทยานแห่งชาติ วนอุทยาน หรือสวนรุกขชาติ หรือสามารถจัดในพื้นที่อื่นๆ ที่มีต้นไม้ใหญ่เป็นองค์ประกอบได้ เช่น สวนสาธารณะ รีสอร์ท และป่าชุมชน เป็นต้น



แบบสัมภาษณ์

โครงการวิจัยเรื่อง “แนวทางการพัฒนารูปแบบการอาบป่า
ในบริบทของการท่องเที่ยวในประเทศไทย”

ชุดที่ 3 ประเด็นประชุมระดมสมอง/Focus group สำหรับผู้แทนจากหน่วยงานภาครัฐ เอกชน
ชุมชน และผู้ที่มีประสบการณ์เกี่ยวกับกิจกรรมอาบป่า

**เพื่อตอบวัตถุประสงค์ข้อที่ 3. เพื่อเสนอแนะแนวทางการส่งเสริมรูปแบบการอาบป่าเพื่อการ
ท่องเที่ยวสำหรับประเทศไทย**

1. ท่านคิดว่ากิจกรรมอาบป่ามีความเหมาะสมกับบริบทของประเทศไทยหรือไม่ อย่างไร
2. หากมีการนำกิจกรรมอาบป่ามาส่งเสริมในประเทศไทย ท่านคิดว่าควรมีรูปแบบเป็นเช่นใด
3. ท่านคิดว่า การอาบป่าสามารถเชื่อมโยงเข้ากับกิจกรรมการท่องเที่ยว ได้หรือไม่ อย่างไร โปรดอธิบาย
อย่างละเอียด เช่น กลุ่มนักท่องเที่ยว และประเภทกิจกรรมท่องเที่ยว ที่สามารถเชื่อมโยงระหว่างสอง
กิจกรรมนี้
4. ท่านคิดว่าควรมีการส่งเสริมกิจกรรมอาบป่า เพื่อเสริมสร้างประสบการณ์แก่นักท่องเที่ยวหรือไม่
อย่างไร
5. สถานที่ในการจัดกิจกรรมอาบป่าจำเป็นต้องจัดในพื้นที่อุทยานแห่งชาติ วนอุทยาน หรือสวนรุกขชาติ
หรือสามารถจัดในพื้นที่อื่นๆ ที่มีต้นไม้ใหญ่เป็นองค์ประกอบได้ เช่น สวนสาธารณะ รีสอร์ท และป่าชุมชน
เป็นต้น



ภาคผนวก 3

เอกสารรับรองผลการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน





ที่ จว. ๐๓๐/๒๕๖๓

เอกสารรับรองผลการพิจารณาจริยธรรมการทำวิจัยในคน
มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

๑. ชื่อโครงการวิจัย

ชื่อเรื่อง : แนวทางการพัฒนารูปแบบการอาบน้ำในบริบทของการท่องเที่ยวในประเทศไทย

TITLE : A GUIDELINE TO DEVELOP FOREST BATHING MODEL IN THAI TOURISM CONTEXT

๒. ชื่อหัวหน้าโครงการวิจัย

รชพร จันทร์สว่าง

๓. ผลการพิจารณาของคณะกรรมการจริยธรรมการทำวิจัยในคน

คณะกรรมการจริยธรรมการทำวิจัยในคน สถาบันวิจัยญาณสังวร มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย ในการประชุมครั้งที่ ๕/๒๕๖๓ วันที่ ๑๗ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๖๓ มติที่ ๖๔/๒๕๖๓ ได้พิจารณาแล้วเห็นว่าโครงการวิจัยดังกล่าวเป็นไปตามหลักการของจริยธรรมการทำวิจัยในคน โดยที่ผู้วิจัยเคารพสิทธิและศักดิ์ศรีในความเป็นมนุษย์ ไม่มีการล่วงละเมิดสิทธิ และไม่ก่อให้เกิดภัยอันตรายแก่ตัวอย่างการวิจัย กลุ่มตัวอย่างและผู้เข้าร่วมในโครงการวิจัย

จึงเห็นสมควรให้ดำเนินการวิจัยในขอบข่ายของโครงการวิจัยที่เสนอได้ ตั้งแต่วันที่ออกเอกสารรับรองผลการพิจารณาการทำวิจัยในคนฉบับนี้ จนถึงวันที่ ๑๗ เดือน สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๖๔

ออกให้ ณ วันที่ ๑๗ เดือน สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๖๓

ลงนาม

(พระมหามวินทร์ ปุริสุตตโม, ผศ.ดร.)

ประธานคณะกรรมการจริยธรรมการทำวิจัยในคน
มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

ภาคผนวก 5

การวิเคราะห์เนื้อหาจากการสัมภาษณ์ความหมายของการอาบป่า



ประเด็นที่กล่าวถึง	คำสำคัญ	จำนวนที่มีผู้กล่าวถึง
กลุ่มที่ 1 การอาบป่าเป็นการเชื่อมโยงกายและใจกับธรรมชาติ โดยใช้ประสาทสัมผัส (ผัสสะ)		
อาบป่าเป็นการเดินเข้าไปในป่า	การใช้เวลาในป่า	5
อาบป่าเป็นการเข้าไปในป่า		
อาบป่าเป็นการอยู่กับป่า		
อาบป่าเป็นการเข้าไปสัมผัสกับป่าโดยตรง		
อาบป่าเป็นการเดินช้าๆ	เดินช้าๆ	1
อาบป่าเป็นการอยู่นิ่งๆ	อยู่นิ่งๆ	1
อาบป่าทำให้เราละเอียดขึ้น	ละเอียดขึ้น	1
อาบป่าเป็นกิจกรรมเฉพาะบุคคล	เฉพาะบุคคล	1
อาบป่าเป็นการเชื่อมโยงกับธรรมชาติ	เชื่อมโยงกับธรรมชาติ	5
อาบป่าเป็นการ Connect กับธรรมชาติ		
อาบป่าเป็นการเปิดรับธรรมชาติ		
อาบป่าเป็นการสัมผัสธรรมชาติ		
อาบป่าเป็นกิจกรรมที่เชื่อมโยงความสัมพันธ์กับป่า		
อาบป่าเป็นการรับรู้และเข้าใจธรรมชาติ	เรียนรู้และเข้าใจธรรมชาติ	7
อาบป่าเป็นการทำความรู้จักเข้าใจธรรมชาติ		
อาบป่าเป็นการเรียนรู้		
อาบป่าเป็นการเชื่อมโยงกายและใจ	เชื่อมโยงกายและใจ	1
อาบป่าทำให้เกิดความสมดุลทั้งภายในและภายนอก	สมดุลทั้งภายในและภายนอก	1
อาบป่าเป็นการเปิดประสาทสัมผัส	การใช้ประสาทสัมผัส	11
อาบป่าเป็นการใช้ประสาทสัมผัสทั้ง 5 ตา หู จมูก ลิ้น กาย		
อาบป่าเป็นการใช้ประสาทสัมผัสทั้ง 6 ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ		
อาบป่าเป็นการใช้ผัสสะทั้ง 5		
อาบป่าเป็นการเปิดประตูผัสสะ		
อาบป่าเป็นการอาศัยอายตนะของเรา		

ประเด็นที่กล่าวถึง	คำสำคัญ	จำนวนที่มีผู้กล่าวถึง
กลุ่มที่ 2 การอาบป่าเป็นการศึกษาระรรมชาติ โดยใช้กิจกรรมเป็นเครื่องมือในการเรียนรู้และเข้าใจธรรมชาติผ่านประสาทสัมผัส		
อาบป่าเป็นการใช้กิจกรรมเป็นเครื่องมือ	กิจกรรมเป็นเครื่องมือ	1
อาบป่าเป็นกิจกรรมร่วมกับธรรมชาติ	กิจกรรมร่วมกับธรรมชาติ	2
อาบป่าเป็นการศึกษาระรรมชาติ	ศึกษาระรรมชาติ	1
อาบป่าเป็นการรับรู้และเข้าใจธรรมชาติ	เรียนรู้และเข้าใจธรรมชาติ	7
อาบป่าเป็นการทำความรู้จักเข้าใจธรรมชาติ		
อาบป่าเป็นการเรียนรู้		
อาบป่าเป็นการเปิดประสาทสัมผัส	การใช้ประสาทสัมผัส	11
อาบป่าเป็นการใช้ประสาทสัมผัสทั้ง 5 ตา หู จมูก ลิ้น กาย		
อาบป่าเป็นการใช้ประสาทสัมผัสทั้ง 6 ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ		
อาบป่าเป็นการใช้ผัสสะทั้ง 5		
อาบป่าเป็นการเปิดประตูผัสสะ		
อาบป่าเป็นการอาศัยอายตนะของเรา		
กลุ่มที่ 3 การอาบป่าเป็นกิจกรรมทางเลือกสำหรับผู้ที่มีความสนใจพิเศษ เช่น การใช้ธรรมชาติบำบัด เพื่อให้เกิดความรู้สึกผ่อนคลายหรือมีความสุข		
อาบป่าเป็นกิจกรรมทางเลือก	กิจกรรมทางเลือก	3
อาบป่าเชื่อมโยงได้กับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ		
อาบป่าเป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมท่องเที่ยวเชิงนิเวศ		
อาบป่าเป็นธรรมชาติบำบัด	ธรรมชาติบำบัด	2
อาบป่าใช้ธรรมชาติเป็นเครื่องมือบำบัด แทนการใช้ยา		
อาบป่าสำหรับผู้ที่มีความสนใจพิเศษ	ความสนใจเฉพาะด้าน	1
อาบป่าทำให้รู้สึกผ่อนคลาย	ร่างกายผ่อนคลาย	4
อาบป่าทำให้มีความสุข	มีความสุข	3
อาบป่าเป็นเรื่องของสุขภาพ	สุขภาพ	1
อาบป่าเป็นการให้ธรรมชาติได้เยียวยา	ธรรมชาติเยียวยา	1
อาบป่าทำให้ได้ประโยชน์จากป่า	ธรรมชาติให้ประโยชน์	2

ประเด็นที่กล่าวถึง	คำสำคัญ	จำนวนที่มีผู้กล่าวถึง
กลุ่มที่ 4 การอาบป่าเป็นกิจกรรมที่เชื่อมโยงกับหลักศาสนา มุ่งเข้าใจ และสื่อสารกับธรรมชาติ		
อาบป่าเชื่อมโยงกับพุทธศาสนา	เชื่อมโยงกับหลักศาสนา	4
อาบป่าเป็นการแผ่สังเกตอย่างมีสติ		
อาบป่าอยู่บนพื้นฐานของการไม่เบียดเบียนกัน		
อาบป่าทำให้เข้าใจธรรมชาติ	เข้าใจธรรมชาติ	5
อาบป่าเป็นการเข้าใจตัวเอง	เข้าใจตนเอง	7
อาบป่าเป็นการภาวนาว่าด้วยรัก	ภาวนาด้วยความรัก	1
อาบป่าเป็นการเคารพในสรรพชีวิต	เคารพในสรรพชีวิต	1
อาบป่าเป็นการอาศัยอายตนะของเรา	เชื่อมต่อกับธรรมชาติ ผ่านประสาทสัมผัส	1

