



<http://doi.org/10.22133/tlj.2023.415902.1119>

Meta Analysis on Wellness Tourism Researches

Mahdieh Shahrabi Farahani^{1*}, Mina Ramezanloo²

¹ PhD in Tourism Management, National Park of Soft Sciences and Technologies and Cultural Industries, Tehran, Iran

² MA. in Department of Social Communication Sciences, University of Research Sciences, Tehran, Iran

Article Info

Abstract

Original Article

Received:
12-10-2023

Accepted:
10-01-2024

Keywords:
Meta Analysis
Tourism
Wellness Tourism

Nowadays in industrial life, peace and leisure in natural environments are tourists attention more and more. Also natural places with unique characteristics aim to gain physical and mental health, and enjoy peace with the aim of improving the quality of life. They have been created as a health tourism leisure activity. Wellness tourism is one of the types of health tourism, and it is considered that in recent years, many researches have been conducted in the world's tourist destinations. This research has been conducted with the aim of meta-analysis on the researches that have examined the concept and dimensions of health tourism. Meta-analysis has been carried out in the form of analysis and description on ten articles, all of which are from foreign sources and have studied the concept of wellness tourism. The results of the meta-analysis show that the concept of wellness tourism can be divided into the seven components of nature, food, relaxation, mental dimension, physical dimension, experience and spirituality in the total of the considered researches, and each of the variables related to the concept Components are formed.

*Corresponding author

e-mail: mahdieh.shahrabi@yahoo.com

How to Cite:

Shahrabi Farahani, M., & Ramezanloo, M. (2024). Meta Analysis on Wellness Tourism Researches. *Tourism and Leisure Time Journal*, 8(16), 27-43.

Published by University of Science and Culture <https://www.usc.ac.ir>
Online ISSN: 2783-3836

1. Introduction

The literature related to wellness and health tourism dates back to 1986. At that time, Lounsbury and Hoopes conducted a pre-test/post-test questionnaire that proved a significant relationship between vacation satisfaction, relaxation, escape from everyday life, food and accommodation, and education level. Studies specific to wellness tourism since the beginning of 2001 have found that most studies on the motivations of traveling for wellness (Chen et al., 2008; Hun Kim & Batra, 2009; Lehto et al., 2006; Mak et al., 2009; Medina-Muñoz & Medina-Muñoz, 2013); Describing the characteristics of wellness tourists (Hun Kim, & Batra, 2009; Lehto et al., 2006; Voigt et al., 2011) and analyzing market demand have been focused (Heung & Kucukusta, 2013; Laing et al., 2010; Mueller & Kaufmann, 2001; Smith & Kelly, 2006). Lehto et al. (2006) investigated the factors that motivate tourists to travel, especially yoga, which is a subset of wellness tourism, from a motivational perspective. This study has found motivations worthy of attention from seeking spirituality to controlling negative emotions. Wiggett (2014) examined the benefits of three types of wellness travelers: beauty spa, lifestyle resort, and spiritual resort. Using qualitative and quantitative data collection methods, the authors elaborated on the benefits of the wellness tourism rating. Referring to six distinct factors including excellence, physical health and appearance, escape and relaxation, novelty, reviving self-confidence, and inner satisfaction. In a study on wellness tourists focusing on socio-demographic characteristics, motivations of wellness tourists and demand for wellness tourism in the Spanish island of Gran Canaria (Dillette, 2016, p. 16).

The present study is just the beginning to understand the diverse and complex relationship between tourism and well-being and happiness. As people become more aware and concerned about the stressors of daily life, the importance of maintaining health and wellness will become a priority for many people, who have neglected it in the past. In this research, a meta-analysis has been done on the concept and dimensions of health tourism in order to explain its main concepts and components.

2. Literature Review

Wellness is a complex concept that includes elements of lifestyle, physical, mental and spiritual health, and a person's relationship with himself, others, and the environment. In fact, it can be argued that wellness balances all dimensions of life such as health and vitality and happiness, quality of life, skill and experience, holistic view and spiritual beliefs (Smith & Puczk, 2009). Wellness refers to the overall state of health that includes the mind, spirit and body as well as their interaction with the environment. Well-being is not static, but a continuously evolving and ongoing phenomenon that affects everyday life (Dillette, 2016).

According to the definition of the World Tourism Organization, wellness tourism is a type of tourism activity that aims to improve and balance all the main areas of human life, including physical, mental, emotional, occupational, intellectual and spiritual. The primary motivation for the health tourist is to participate in preventive and strengthening activities and lifestyle modification; such as physical fitness, healthy nutrition, relaxation and healing treatments (Lopes & Rodríguez-López, 2022). Tourism activities, which focus on improving physical and mental health or self-discovery and change, are known as wellness tourism and have emerged in wellness resorts, spa and meditation centers, etc. Since there are many definitions of wellness, the concept of wellness tourism and its interpretations are diverse, but tourism - which mainly aims at the health, vitality and well-being of tourists - is called wellness tourism (Lee & Kim, 2013).

Dunn (1959) originally introduced the concept of health in 1959. At that time, Dunn proposed a new state of health that included not only physical health, but also states of health consisting of mind, spirit, and environment. Dunn refers to this state as high-level fitness.

After the work of Dunn (1959), Travis (1984) emphasized wellness from a more dynamic point of view and defined it as the achievement of a new and alive state, a process and a current and not static attitude. In Müller and Kaufman's (2001) opinion, this interpretation of wellness includes harmony of body, mind and spirit with self-responsibility, physical fitness, beauty care, healthy nutrition/diet, relaxation, mediation, mental activity, education and environmental sensitivity/communication. They considered it social.

Also, according to Adams (2003), wellness includes three important principles: 1) wellness is multidimensional; 2) wellness is about balance; 3) Health is relative, mental and perceptive. The final principle

argued by Adams (2003) offers an interesting perspective which suggests that due to the personal and subjective nature of well-being, it cannot necessarily be measured on the same scale from one person to another. The National Wellness Institute defines wellness as an active process through which people become aware and make choices for a more successful existence (National Wellness Institute, 2016). Based on various definitions and perspectives, it can be concluded that some of these definitions are based on the fact that wellness is multidimensional, dynamic and subjective and can be achieved from the intertwining of the best aspects of body, mind, spirit and environment, which leads to guiding a healthy lifestyle into everyday life.

3. Methodology

The approach of this research is qualitative. Therefore, the present study is carried out by meta-analysis as a review of the research background, in which the review of the research background is in the field of wellness tourism. The basic and practical principle in meta-analysis is to combine the results of various and numerous researches and extract new and coherent results and remove what causes bias in the final results (Delavar, 2014). Therefore, the unit of analysis is the meta-analysis of individual studies of different researchers in the investigated field. In fact, in meta-analysis, primary information is collected from existing sources, combined with each other, and then results are obtained that some researchers have also achieved. According to Newman, reviewing the research background has various goals, one of which is to consolidate and summarize the results found in a field of study. In fact, revision leads to the combination of different results (Newman, 2012). In this research, ten English articles in the field of health tourism have been analyzed with a general focus. All the articles have examined wellness tourism with a focus on overall analysis, tourist satisfaction, and development strategy. The articles are in English, and except for two articles, which were done in 2013 and 2015, the rest of the articles were presented in 2020, 2021, and 2023, which shows a greater trend in recent years towards the concept of wellness tourism.

4. Results and Conclusion

Wellness tourism is one of the new concepts in tourism studies that has been discussed in the field of health tourism. Maybe in the beginning, the leisure aspect of this activity has already been noticed, but it seems that over time, its health aspect has attracted more attention. It is worth mentioning that the concern of people to fill their free time with various goals has led to wellness and this change in the attitude and purpose of tourism among tourists leads to the expansion of wellness tourism and as a result, improving the health of individuals and society. Especially in recent years, many studies have been conducted in the field of development, analysis and positioning of this type of tourism, focusing on nature, relaxation and increasing the health of the body and mind. The analysis of the articles reviewed in this research shows that both in the field of tourist satisfaction and in the field of health tourism market development, there are common components that should be considered from different dimensions according to the location and environment. From body and mind to nature, relaxation, which is one of the goals of wellness tourism, as well as experience and spirituality. Each of these components are divided into variables that were studied in a similar and common way in all these articles. The results show that physical health is the most important and the first aspect of wellness tourism. After that, gaining experience, mental dimension, spirituality and also gaining peace are very important. Of course, some researchers do not have such an approach and consider it necessary to pay attention to this component in an integrated and simultaneous manner. Therefore, it can be said that today's world, along with the development of industrial life and the increase of physical and mental diseases, needs health tourism more than ever. May the environment and nature, due to its unique climatic features, bring different aspects of peace; Of course, the development and earning of economic income from this type of tourism is important, but it is suggested that environmental sustainability approaches should be prioritized in planning. Also, the components of health tourism in this article can be a topic for research by researchers in different conditions and in different sites and potentials, and the results of such explorations will undoubtedly play an effective role in the growth and development of this industry, which is one of the necessities of life in Today's societies. Our findings have important implications and results for academics and activists in the field of tourism, especially in the field of health and well-being.



<http://doi.org/10.22133/tlj.2023.415902.1119>

گردشگری و اوقات فراغت

فرا تحلیل پژوهش های انجام شده در حوزه گردشگری تندرستی

مهدیه شهرابی فراهانی^{۱*}، مینا رمضانلو^۲

^۱ دکتری تخصصی مدیریت گردشگری، پارک ملی علوم و فناوری های نرم و صنایع فرهنگی، تهران، ایران
^۲ دانش آموخته کارشناسی ارشد مدیریت جهانگردی گرایش بازاریابی، دانشکده گردشگری دانشگاه تهران، تهران، ایران

اطلاعات مقاله	چکیده
مقاله پژوهشی	هم‌زمان با رواج زندگی صنعتی، کسب آرامش و فراغت در محیط های طبیعی بیش از پیش مورد توجه گردشگران بوده و مکان های طبیعی با ویژگی های منحصر به فرد با هدف کسب سلامت جسم و روان، و بهره‌مندی از آرامش با هدف بهبود کیفیت زندگی به منزله فعالیت فراغتی گردشگری تندرستی ایجاد شده‌اند. گردشگری تندرستی یا wellness یکی از گونه های گردشگری سلامت به‌شمار می‌رود که در سال های اخیر، تحقیقات بسیاری در مقصدهای گردشگری جهان پیرامون آن انجام شده است. این تحقیق با هدف فراتحلیل بر روی تحقیقاتی که مفهوم و ابعاد گردشگری تندرستی را بررسی کرده‌اند انجام شده است. فراتحلیل به شیوه تحلیل و توصیف بر روی ده مقاله، که همگی از منابع خارجی هستند و مفهوم گردشگری تندرستی را مطالعه کرده‌اند، انجام شده است. نتایج فراتحلیل نشان می‌دهند که مفهوم گردشگری تندرستی در مجموع تحقیقات مدنظر، بر پایه هفت مؤلفه طبیعت، غذا، آرامش، بعد ذهنی، بعد جسمی، تجربه و معنویت تقسیم شده است که هر یک، از متغیرهای وابسته به مفهوم مؤلفه تشکیل شده‌اند.

* نویسنده مسئول

رایانامه: mahdieh.shahrabi@yahoo.com

نحوه استناددهی:

شهرابی فراهانی، مهدیه، و رمضانلو، مینا (۱۴۰۲). فراتحلیل پژوهش های انجام شده در حوزه گردشگری تندرستی. گردشگری و اوقات فراغت، ۸(۱۶)، ۲۷-۴۳.

ناشر: دانشگاه علم و فرهنگ <https://www.usc.ac.ir>

شاپای الکترونیکی: ۲۷۸۳-۳۸۳۶

مقدمه

ادبیات مرتبط با گردشگری تندرستی و سلامت به سال ۱۹۸۶ بازمی‌گردد. در آن زمان، لونسبری و هوپس^۱ پرسش‌نامه پیش‌آزمون/پس‌آزمون را انجام دادند که رابطه مهم و معناداری بین رضایت از تعطیلات، آرامش، فرار از زندگی روزمره، غذا و محل اقامت و سطح تحصیلات را به اثبات رساند. مطالعات مختص گردشگری تندرستی از اوایل سال ۲۰۰۱ یافت شده که اکثر مطالعات بر انگیزه‌های سفر برای تندرستی (Chen et al., 2008; Hun Kim & Batra, 2009; Lehto et al., 2006; Mak et al., 2009; Medina-Muñoz & Medina-Muñoz, 2013) توصیف ویژگی‌های گردشگران تندرستی (Hun Kim, & Batra, 2009; Lehto et al., 2006; Voigt et al., 2011) و تجزیه و تحلیل تقاضای بازار متمرکز بوده است (Smith & Kaufmann, 2001; Mueller & Kaufmann, 2001; Laing et al., 2010; Heung & Kucukusta, 2013; Kelly, 2006). Kelly, 2006) و همکاران (2006) از دیدگاه انگیزشی عواملی که گردشگران را به سفر مخصوصاً یوگا، که زیرمجموعه گردشگری تندرستی است، ترغیب می‌کند بررسی کردند. این مطالعه انگیزه‌های درخور توجهی از جست‌وجوی معنویت تا کنترل احساسات منفی را یافته است. ویگت (2014) مزایای سه نوع مسافر تندرستی را بررسی کرد: آبگرم زیبایی، استراحتگاه سبک زندگی و استراحتگاه معنوی. او با استفاده از روش‌های جمع‌آوری داده‌های کمی و کیفی، مزایای درجه‌بندی گردشگری تندرستی بی‌دبلیو.تی.اس^۲ را بسط داد. با اشاره به شش عامل متمایز تعالی، سلامت جسمانی و ظاهر، فرار و آرامش، تازگی، احیای مجدد اعتمادبه‌نفس، و رضایت درون دلیت در مطالعه‌ای در مورد گردشگران تندرستی با تمرکز بر ویژگی‌های جمعیت‌شناختی اجتماعی، انگیزه‌های گردشگران تندرستی و تقاضا برای گردشگری تندرستی در جزیره گرن کاناریا اسپانیا انجام داد (Dillette, 2016, p. 16).

نویسندگان مطالعه حاضر تصریح کردند که این تحقیق فقط آغازی برای درک ارتباط متنوع و پیچیده گردشگری و بهزیستی و خوشبختی است. همان‌طور که انسان‌ها نسبت به عوامل استرس‌زای زندگی روزمره آگاه‌تر و نگران‌تر می‌شوند اهمیت گرایش به حفظ سلامتی و تندرستی برای بسیاری از افراد، که در گذشته آن را نادیده گرفته‌اند، در اولویت قرار خواهد گرفت. در این تحقیق، که به بررسی مطالعات خارج از ایران پرداخته است، روی مفهوم و ابعاد گردشگری تندرستی، فراتحلیل صورت گرفته است تا مفاهیم و مؤلفه‌های اصلی آن را بیش‌ازپیش تبیین کند.

مفاهیم نظری تحقیق

تعریف تندرستی

تندرستی مفهومی پیچیده است که عناصری از سبک زندگی، سلامت جسمی، روانی و معنوی و رابطه فرد با خود، دیگران و محیط زیست را در خود جای داده است. در واقع می‌توان چنین استدلال کرد که تندرستی همه ابعاد زندگی از قبیل سلامتی و سرزندگی و شادی، کیفیت زندگی، مهارت و تجربه کل‌نگری و باورهای معنوی را متعادل می‌کند (Smith & Pucz, 2009). تندرستی به وضعیت سلامتی کلی اطلاق می‌شود که ذهن، روح و بدن و همچنین تعامل آن‌ها را با محیط دربرمی‌گیرد. تندرستی ایستا نیست، بلکه پدیده‌ای پیوسته در حال تحول و جاری است که در زندگی روزمره تأثیر می‌گذارد (Dillette, 2016).

تعریف گردشگری تندرستی (wellness)

براساس تعریف سازمان جهانی گردشگری، گردشگری تندرستی نوعی فعالیت گردشگری است که هدفش بهبود و تعادل تمامی حوزه‌های اصلی زندگی انسان اعم از جسمی، ذهنی، عاطفی، شغلی، فکری و معنوی است. انگیزه اولیه برای گردشگر تندرستی، شرکت در فعالیت‌های پیشگیرانه و تقویت‌کننده و اصلاح سبک زندگی است؛ مانند تناسب اندام، تغذیه سالم، آرامش و تمدد اعصاب و درمان‌های شفابخش (Lopes &

1. Lounsbury and Hoopes

2. benefits of wellness tourism scale (BWTS)

(Rodríguez-López, 2022). فعالیت‌های گردشگری، که بر بهبود سلامت جسمی و روانی یا کشف نفس و تغییر خود تمرکز دارند، تحت عنوان گردشگری تندرستی شناخته شده‌اند و در استراحتگاه‌های تندرستی، مراکز اسپا و مدیتیشن و... پدیدار شده است. از آنجاکه تعابیر زیادی از تندرستی وجود دارد، مفهوم گردشگری تندرستی و تفاسیر آن متنوع است، اما گردشگری - که عمدتاً هدفش سلامتی، سرزندگی و بهزیستی گردشگر است - گردشگری تندرستی نامیده می‌شود (Lee & Kim, 2013).
محققان تعاریف متعددی دارند که محوریت آن‌ها عناصر اصلی سلامت است (جدول ۱).

جدول ۱: تعاریف گردشگری تندرستی به همراه نویسندگان (منبع: Lee & Kim, 2023)

نویسندگان	تعاریف گردشگری تندرستی
لیم و همکاران ^۱	هر چیز مرتبط با سفر که عمدتاً با هدف حفظ و ارتقای سلامتی است.
وزارت فرهنگ، ورزش و گردشگری کره ^۲	روندی جدید در گردشگری که باعث ارتقای سلامت و در نهایت بهبود کیفیت زندگی از طریق فعالیت‌های گردشگری است، مانند لذت بردن از آبگرم، تفریح، زیبایی مراقبت‌های بهداشتی و سلامت
سازمان گردشگری کره ^۳	مجموعه‌ای از فعالیت‌های گردشگری براساس پیش‌فرض سفر با توجه انگیزه‌ها و اهداف گردشگری در پیگیری تندرستی وامکانات، فعالیت‌ها و برنامه‌هایی که امکان لذت بردن از این فعالیت‌ها را فراهم می‌کنند باید گنجانده شوند.
ویگت ^۴	گردشگری که شامل عناصر و اثربخشی برای سلامتی و تندرستی است.
استانسویولسکو ^۵ و همکاران	گردشگری با هدف حفظ تعادل جسمی و روانی، از قبیل پیگیری عزت نفس، زیبایی، آرامش و سلامت جسمانی.
GWI	گردشگری مانند تمایل به حفظ یا ارتقای سلامتی و شادابی شخصی..

دان (۱۹۵۹) در اصل مفهوم سلامتی را در سال ۱۹۵۹ معرفی کرد. در آن زمان، دان وضعیت جدیدی از سلامتی را ارائه کرد که نه تنها شامل سلامت جسمانی می‌شد، بلکه شامل حالات سلامتی متشکل از ذهن، روح و محیط نیز می‌شد. دان از این حالت با عنوان تندرستی سطح بالا^۶ یاد می‌کند.

پس از اثر دان (۱۹۵۹)، تراویس (۱۹۸۴) از دیدگاهی پویاتر بر تندرستی تأکید داشت و آن را دستیابی به وضعیتی تازه و زنده، فرایند و نگرشی جاری و نه ایستا تعریف کرد. مولر و کافمن (2001, p. 6) این تفسیر تندرستی را شامل هماهنگی بدن، ذهن و روح را با مسئولیت‌پذیری خود، آمادگی جسمانی، مراقبت از زیبایی، تغذیه سالم/ رژیم، آرامش، میانجیگری، فعالیت ذهنی، آموزش و حساسیت محیطی/ ارتباط اجتماعی دانستند.

همچنین به باور آدامز (2003) تندرستی شامل سه اصل مهم است: (۱) تندرستی چندبعدی است؛ (۲) تندرستی مربوط به تعادل است؛ (۳) سلامتی نسبی، ذهنی و ادراکی است.

اصل نهایی که آدامز (2003) استدلال کرده است دیدگاه جالبی ارائه می‌دهد که نشان می‌دهد به دلیل ماهیت شخصی و ذهنی تندرستی، لزوماً نمی‌توان آن را براساس مقیاس یکسان از فردی به فرد دیگر اندازه‌گیری کرد. مؤسسه تندرستی ملی تندرستی را این‌گونه تعریف می‌کند:

1. Lim
2. Korea Ministry of Culture, Sports and Tourism
3. Korea Tourism Organization
4. Voigt
5. Stănculescu
6. high level wellness

«فرایندی فعال که از طریق آن افراد آگاه شده و برای وجودی موفق تر انتخاباتی انجام می دهند» (National Wellness Institute, 2016). براساس تعاریف و دیدگاه‌های گوناگون، می‌توان نتیجه گرفت که برخی از این تعاریف بر این واقعیت که تندرستی چندبعدی، پویا و ذهنی است و می‌تواند از درهم‌تنیدگی بهترین جنبه‌های بدن، ذهن، روح و محیط به دست آید، که به هدایت سبک زندگی سالم به زندگی روزمره منجر می‌شود.

شیوه‌های آبرودای هندی^۱ به ۵ هزار سال قبل از میلاد مسیح بازمی‌گردد یا زنان مصری در ۳ هزار سال قبل از میلاد از لوازم آرایشی مشابه آنچه امروزه استفاده می‌شود استفاده می‌کردند. قدیمی‌ترین نوشته‌های شناخته‌شده مربوط به طب چینی به هزار سال قبل از میلاد برمی‌گردد. تمدن‌های یونان باستان ۷۰۰ سال قبل از میلاد حمام آب سرد در سرما را برای رزمندگان معرفی کردند. ایرانیان (۳۰۰-۶۰۰ قبل از میلاد) از بخار و حمام‌های گلی و عبرانیان ۲۰۰ سال قبل از میلاد تطهیر آیینی را با آب از طریق غوطه‌ورشدن در دریای مرده معرفی کردند (Smith & Puczk, 2008). رابطه بین سلامتی و گردشگری را می‌توان در صدها سال قبل ردیابی کرد؛ مسافرانی که به دنبال چشمه‌های آبگرم برای درمان بودند یا گردشگرانی که راهی دریای مرده می‌شدند تا خواص درمانی آن را تجربه کنند (GWI, 2013). می‌توان استدلال کرد که گردشگری این پتانسیل را دارد که تأثیر عمیقی در جنبه‌های آرامش جسمی، جوان‌سازی و تجدید قوای تندرستی داشته باشد. محیط‌های کاری، زندگی پراسترس و پرتنش امروزی همراه با گرایش‌های اخیر به سمت سبک‌های زندگی متعادل‌تر، به ظهور مجدد روندی قدیمی منجر شده که اکنون به منزله بازار ویژه (گردشگری تندرستی) شناخته شده است.

تعاریف گردشگری تندرستی بحث‌هایی را در میان محققان ایجاد کرده است. عبارات متعددی از جمله گردشگری تندرستی، گردشگری سلامت، گردشگری یوگا، گردشگری کل‌نگر، گردشگری پزشکی و گردشگری آبگرم به صورت مترادف و جایگزین در سرتاسر جهان در مجموعه‌ای از مقالات تحقیقاتی، که ایده‌های گوناگونی را توصیف می‌کنند، استفاده شده است. گردشگری تندرستی در واقع زیرمجموعه‌ای است زیر چتر بزرگ‌تر گردشگری سلامت، که گردشگری پزشکی را نیز دربر می‌گیرد (Dillette, 2016). در شکل ۱، به درستی مشخص می‌شود که گردشگران تندرستی در جست‌وجوی چه هستند و خواسته‌هایشان از این گونه سفر چه است و فعالیت‌های تندرستی و مراکز مورد نیاز کدام‌اند.

می‌آید که برخی از تحقیقات نیز بدان دست یافته‌اند. از نظر نیومن (۱۳۹۲)، بازنگری پیشینه پژوهشی اهداف گوناگونی دارد که یکی از آن‌ها، تلفیق و تلخیص نتیجه‌ای است که در یک حوزه مطالعاتی یافت می‌شود. در حقیقت بازنگری منجر به ترکیب نتایج مختلف می‌شود. در این تحقیق، ده مقاله انگلیسی در حوزه گردشگری تندرستی با محوریت کلی تحلیل شده است. تمامی مقالات گردشگری تندرستی را با محوریت تحلیل کلی، رضایت گردشگر، و راهبرد توسعه بررسی کرده‌اند. مقالات خارجی است و به جز دو مقاله، که در سال‌های ۲۰۱۳ و ۲۰۱۵ انجام شده‌اند، باقی مقالات در سال ۲۰۲۰، ۲۰۲۱ و ۲۰۲۳ ارائه شده‌اند که این امر نشان‌دهنده گرایش بیشتر در سال‌های اخیر به مفهوم گردشگری تندرستی است.

جدول ۲: طبقه‌بندی مقالات

ردیف	نویسندگان	عنوان مقاله	روش	هدف تحقیق	متغیرهای تحقیق
۱	هیونگ و کوکوکاستا، ۲۰۱۳	گردشگری تندرستی در چین: منابع، توسعه و بازاریابی (Wellness Tourism in China :Resources , Development and Marketing)	کمی	بررسی ویژگی‌ها و منابع لازم برای توسعه گردشگری تندرستی در چین	هوای تازه، چشم‌انداز زیبا، دسترسی آسان، منابع طبیعی، محیطی امن و آرامش‌بخش، غذاهای سالم، درمان با کیفیت بالا
۲	لهتو و همکاران، ۲۰۱۵	گردشگری یوگا به عنوان بازاری خرد در بازار گردشگری تندرستی (Yoga tourism as a Niche Within the Wellness Tourism Market)	کیفی	بررسی ظهور و توسعه گردشگری یوگا با روند سفر برای احساس خوب، ارزیابی ابعاد اصولی و عوامل انگیزشی گردشگران یوگا و کشف فاکتورهایی که به طور بالقوه می‌توانند بر تمایل شرکت‌کنندگان برای سفر با اهداف یوگا تأثیر بگذارند	بهبود وضعیت جسمانی، افزایش سلامت، سرزندگی روانی، جست‌وجوی معنویت، کنترل احساسات منفی
۳	تله و گمبل ^۱ ، ۲۰۱۹	گردشگری تندرستی یوگا: مطالعه استراتژی‌های بازاریابی در هند (Yoga wellness Tourism : A study of marketing strategies in India)	کیفی	بررسی استراتژی‌های بازاریابی هندوستان با هدف تبلیغ خود به‌عنوان یک مقصد یوگای رقابتی	اصالت تجربه یوگا، بعد معنوی، بعد ورزشی و سلامت
۴	دیلت، ۲۰۲۰	ابعاد سلامتی جامع در نتیجه تجربیات گردشگری تندرستی بین‌المللی (Dimension of holistic wellness as a result of international wellness tourism experiences)	کیفی	بررسی تجارب گردشگری تندرستی بین‌المللی	جسم و ذهن، روح، محیط
۵	دینی و پنکارلی ^۲ ، ۲۰۲۱	گردشگری تندرستی و اجزای سیستم پیشنهادی آن: دیدگاهی جامع (Wellness tourism and the/ components of its offer system :a holistic perspective)	کیفی	بررسی مفهوم پدیده گردشگری تندرستی	چشمه‌های آبگرم، چشمه‌های آب معدنی، کیفیت و سلامتی غذا، گردشگری پزشکی، مراقبت از بدن و ذهن، معنویت (یوگا)، تناسب اندام، آرامش، ماساژ-فیزیوتراپی، درمان، ورزش، طبیعت و محیط زیست، فرهنگ، طول عمر در فرهنگ چینی، رویدادها

1. Telej & Gamble
2. Dini & Pencarell

شهرایی فراهانی و رمضانلو/ فراتحلیل پژوهش های انجام شده در حوزه گردشگری تندرستی

دريا، موسیقى و روح گوش دادن به سبک های مختلف موسیقى در غروب آفتاب، اندیشیدن به دریا، فعال کردن حس بینایی، با حواس خود راه بروید، قدم زدن در باغ گیاه شناسی، تجارب متمرکز بر آب، ارتباط با طبیعت، مدیتیشن در طلوع خورشید، قطع ارتباط با بیرون برای ارتباط و اتصال با درون، تمرکز بر بی وزنی	بررسی چالش های توسعه گردشگری تندرستی	کیفی	گردشگری تندرستی چالش ها و فرصت های جدید برای گردشگری در سالو (wellness tourism -new/ challenges and opportunities for Tourism in Salou)	آندرنو ^۱ و همکاران، ۲۰۲۱	۶
بازارها (تقاضا و رفتارها)، مقاصد (توسعه و ارتقا)، محیط های توسعه (سیاست ها و تأثیرات)	بررسی بازارها (تقاضا، رفتار) مقاصد (توسعه و ارتقا) محیط های توسعه (سیاست ها و تأثیرات) به عنوان سه موضوع اصلی پژوهشی در گردشگری پزشکی سلامت و تندرستی	کیفی	تحقیقات گردشگری پزشکی، سلامت و تندرستی مروری بر ادبیات (۲۰۲۰-۱۹۷۰) و دستورکار تحقیقاتی (Medical, Health / and wellness Tourism Research-A Review of literature (2020-1970) and Research Agenda)	ژونگ ^۲ و همکاران، ۲۰۲۱	۷
آرامش، فرار از زندگی روزمره، بهبود سلامتی، تازگی، اعتبار، خودآزمایی/ آموزش، انگیزه طبیعت دوستی، بهبود روابط اجتماعی	بررسی انگیزه های بازدید گردشگران تندرستی	کمی	مطالعه ای در مورد تقسیم بندی بازار بر اساس انگیزه گردشگری تندرستی و تفاوت در رفتار بین گروه ها - با تمرکز بر رضایت، نیت رفتاری و جریان (A study on Market Segmentation/ According to Wellness Tourism Motivation and Differences in Behavior between the Group s-Focusing on satisfaction ,Behavioral Intention ,and Flow)	جون لی و جونگ جون کیم، ۲۰۲۳	۸
رضایت گردشگر، جنسیت، سن	توسعه گردشگری تندرستی در چین	کمی	تأثیر تجربه گردشگری تندرستی بر احساس تندرستی و شادی گردشگر: نقش میانجی و تعدیل کننده رضایت گردشگر (The Impact of the Wellness Tourism Experience on Tourist Well-being :The Mediating Role of Tourist satisfaction)	لیو و همکاران، ۲۰۲۳	۹
آمادگی جسمانی و روانی، کیفیت زندگی، بهداشت و سلامت محیط	بررسی رضایت گردشگران تندرستی	کیفی	ابعاد مزایای سلامتی گردشگری تندرستی: یک بازنگری (Dimension of the health benefits of wellness tourism :A review)	لیائو و همکاران، ۲۰۲۳	۱۰

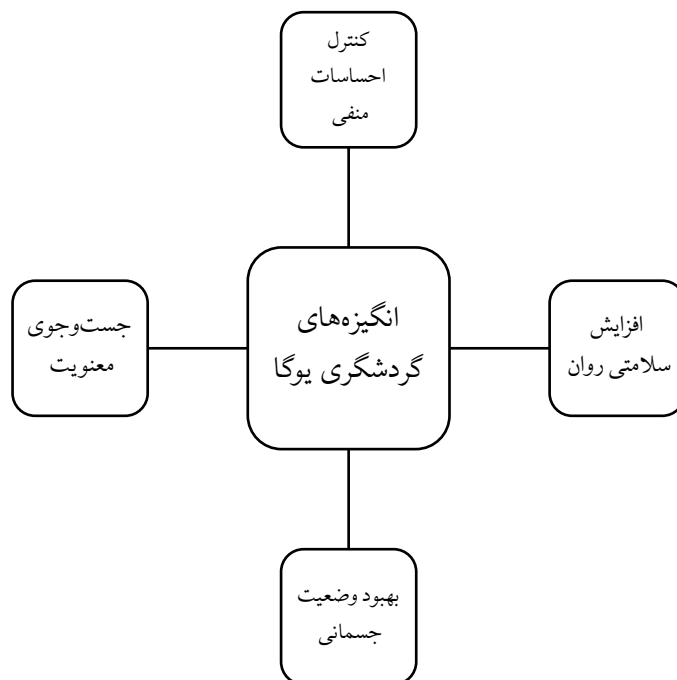
تحلیل داده های مقالات

مطابق با رویکرد کیفی، در این پژوهش متغیرهای ارائه شده در هریک از مقالات بررسی شده قرار گرفت و در نهایت موضوع مقالات به هفت مؤلفه کلی تقسیم شد. این مؤلفه ها عبارت اند از طبیعت، غذا، آرامش، بعد ذهنی، بعد جسمی، تجربه و معنویت. هریک از مؤلفه ها نیز به

1. Andreu
2. Zhong
3. Lee & Kim
4. Liu

متغیرها تقسیم می‌شوند. در این پژوهش، مطابق با نتایج به دست آمده از هریک از مقالات و مدل‌های ارائه شده در هریک از این گروه‌ها، جمع‌بندی کلی صورت گرفته و در پایان، با نتایج به دست آمده از مقالات، بررسی مقایسه انجام شده و مؤلفه‌های کلی گردشگری تندرستی ارائه شده‌اند.

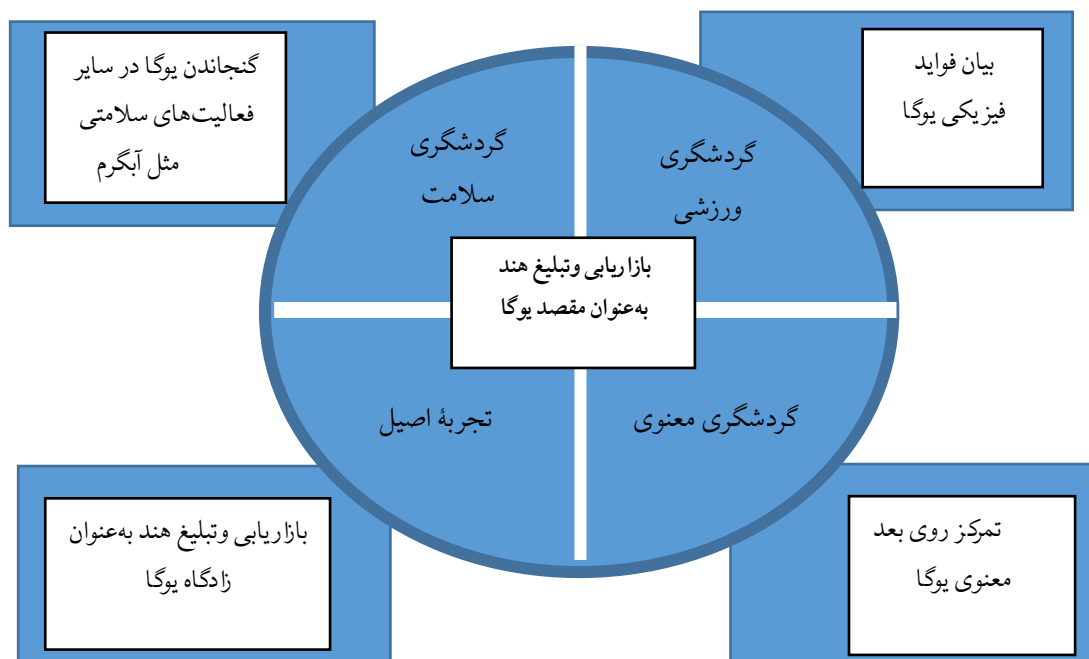
مقاله ۲: یافته‌های این تحقیق رابطه کاربردی و عملی را برای اپراتورهای توری مقاصدی که در پی توسعه بازارهای ویژه سفر و بازار گردشگری روبه‌رشد با علاقه خاص هستند به ارمغان می‌آورد. این تحقیق مبنای خوبی برای تحقیقات آینده در مورد پدیده گردشگری یوگا فراهم می‌کند. در شکل ۲، ابعاد انگیزه‌های گردشگری یوگا به خوبی نشان داده شده است.



شکل ۲: ابعاد انگیزه‌های گردشگری یوگا (منبع: Lehto et al., 2015)

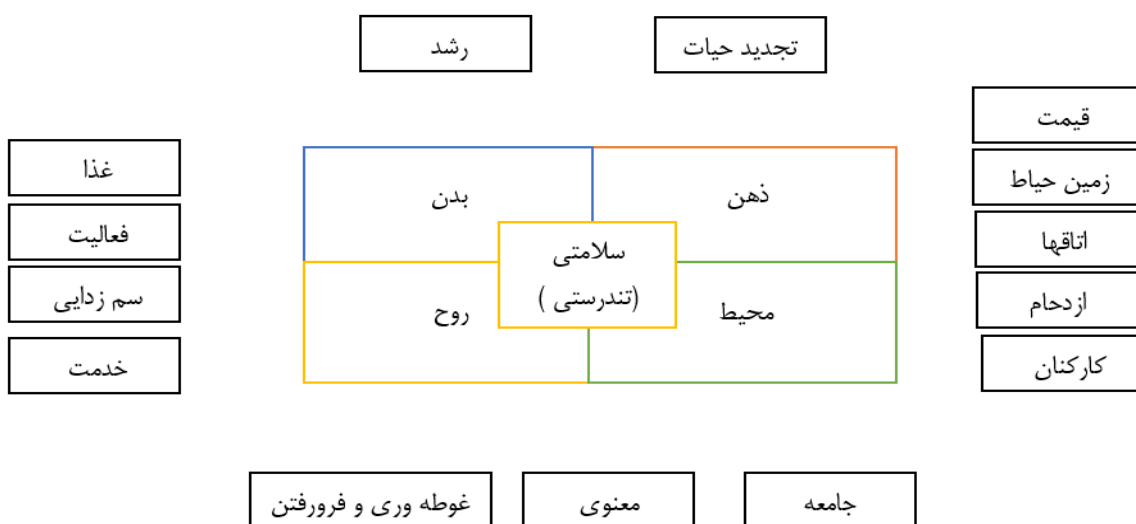
مقاله ۳: چهار رویکرد محبوب بازاریابی یوگا به منزله محصول گردشگری هند نه فقط مشتریان بالقوه مختلف را هدف قرار داده است؛ بلکه برابر با تفاسیر متنوعی از تعطیلات یوگا است که در شکل ۳ نشان داده شده است.

شهرایی فراهانی و رمضانلو/ فراتحلیل پژوهش های انجام شده در حوزه گردشگری تندرستی



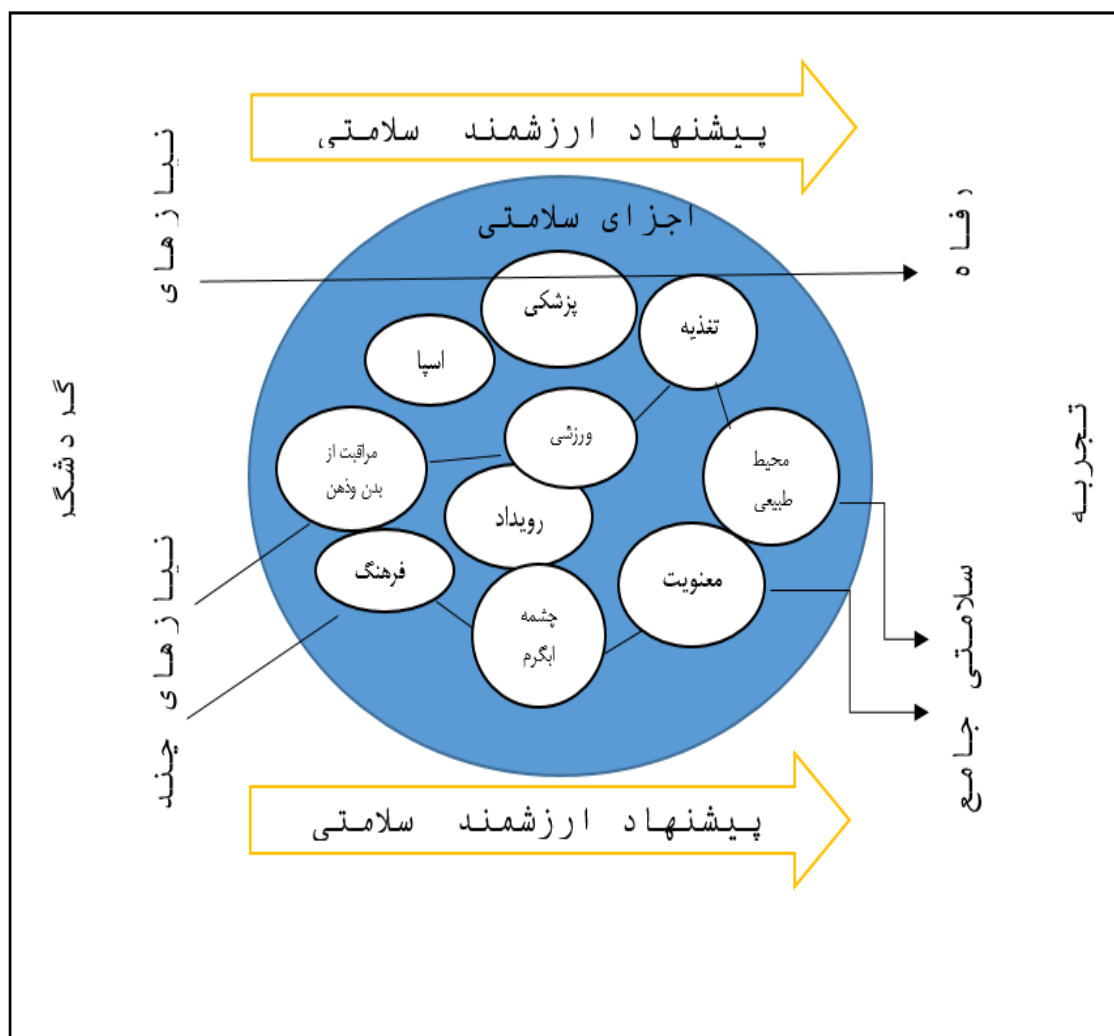
شکل ۳: رویکردهای بازاریابی هند به عنوان مقصد یوگا (منبع: Telej & Gamble, 2019)

مقاله ۴: ابعاد تجربه گردشگری (تندرستی)



شکل ۴: ابعاد تجربه گردشگری تندرستی

گردشگران تندرستی و سیستم پیشنهادی گردشگری تندرستی



شکل ۵: گردشگران تندرستی و سیستم پیشنهادی گردشگری تندرستی (منبع: Dini & Pencarelli, 2021)

جدول ۳: مؤلفه‌ها و طبقه‌بندی متغیرهای مقالات براساس مفهوم

ردیف	مؤلفه	طبقه‌بندی متغیرهای مقالات براساس مفهوم
۱	طبیعت	هوای تازه، چشم‌انداز زیبا، دسترسی آسان، منابع طبیعی، محیط، چشمه‌های آبگرم، چشمه‌های آب معدنی، طبیعت و محیط زیست، دریا، ارتباط با طبیعت، انگیزه طبیعت دوستی
۲	غذا	غذاهای سالم، کیفیت و سلامتی غذا
۳	آرامش	محیطی امن و آرامش‌بخش، آرامش، فرار از زندگی روزمره
۴	بعد ذهنی	سرزندگی روانی، کنترل احساسات منفی، ذهن، مراقبت از بدن و ذهن
۵	بعد جسمی	درمان با کیفیت بالا، بهبود وضعیت جسمانی، افزایش سلامت، بعد ورزشی و سلامت، جسم، گردشگری پزشکی، تناسب اندام، ماساژ-فیزیوتراپی، درمان، ورزش، طول عمر، گوش دادن به سبک‌های مختلف موسیقی در غروب افتاب، فعال کردن حس بینایی، بهبود سلامتی، آمادگی جسمانی و روانی، بهداشت و سلامت محیط
۶	تجربه	اصالت تجربه یوگا، تجربیات متمرکز بر آب، خودآزمایی/آموزش، تازگی، بهبود روابط اجتماعی، کیفیت زندگی
۷	معنویت	جست‌وجوی معنویت، بعد معنوی، روح، معنویت (یوگا)، با حواس خود راه بروید، مدیتیشن در طلوع خورشید، قطع ارتباط با بیرون برای ارتباط و اتصال با درون، تمرکز بر بی‌وزنی

نتیجه‌گیری

گردشگری تندرستی با Wellness یکی از مفاهیم جدید در مطالعات گردشگری است که در شاخه گردشگری سلامت بدان پرداخته شده است. شاید در ابتدا وجه فعالیت فراغتی این فعالیت بیش‌ازپیش مورد توجه بوده، اما گویا در گذر زمان، بعد تندرستی آن توجه بیشتری را به خود جلب کرده است. شایان ذکر است که دغدغه افراد برای پرکردن زمان فراغت خود با اهداف گوناگون، به تندرستی یا wellness انجامیده است و همین تغییر نگرش و هدف از گردشگری در گردشگران، به گسترش گردشگری تندرستی و در نتیجه بهبود سلامت افراد و جامعه منجر می‌شود. به‌ویژه در سال‌های اخیر، مطالعات بسیاری در زمینه توسعه، تحلیل و جایگاه‌یابی این نوع گردشگری با محوریت طبیعت، آرامش و افزایش سلامت جسم و ذهن انجام شده است. تحلیل مقالاتی که در این تحقیق بررسی شده‌اند نشان می‌دهد چه در زمینه بررسی رضایت گردشگر و چه در زمینه توسعه بازار گردشگری تندرستی، مؤلفه‌هایی مشترک وجود دارند که باید از ابعاد گوناگون با توجه به موقعیت مکانی و محیط مورد توجه قرار گیرند. از بعد جسم و ذهن گرفته تا طبیعت، آرامش که خود یکی از اهداف گردشگری تندرستی است و همچنین تجربه و معنویت. این مؤلفه‌ها هر یک به متغیرهایی تقسیم شده‌اند که به‌صورت مشابه و مشترک در تمامی این مقالات مطالعه شده بودند. نتایج بیانگر آن است که سلامت جسم به‌منزله مهم‌ترین و اولین بعد گردشگری تندرستی مطرح شده است. پس از آن، کسب تجربه، بعد ذهنی، معنویت و همچنین کسب آرامش از اهمیت بسزایی برخوردارند. البته برخی تحقیقات هم چنین رویکردی ندارند و توجه به این مؤلفه را به صورت یکپارچه و هم‌زمان با هم لازم می‌دانند. از این رو، می‌توان گفت جهان امروز، هم‌زمان با توسعه زندگی صنعتی، افزایش بیماری‌های جسم و روان، به گردشگری تندرستی بیش‌ازپیش احتیاج دارد. چه بسا محیط و طبیعت، با توجه به ویژگی‌های اقلیمی و منحصربه‌فرد خویش جوانب گوناگون آرامش را به همراه داشته باشد؛ البته توسعه و کسب درآمدهای اقتصادی از این نوع گردشگری حائز اهمیت است، اما پیشنهاد می‌شود در وهله نخست رویکردهای پایداری زیست‌محیطی در اولویت توجه و برنامه‌ریزی قرار گیرند. همچنین مؤلفه‌های گردشگری تندرستی در این مقاله می‌تواند موضوعی برای بررسی محققان و پژوهشگران در شرایط مختلف و در سایت‌ها و پتانسیل‌های گوناگون قرار گیرد و نتایج حاصل از کاوش‌هایی از این قبیل، بی‌شک نقش مؤثری در جهت رشد و توسعه این صنعت روبرو‌رشد، که از ملزومات زندگی در جوامع امروزی است، خواهد داشت. یافته‌های ما پیامدها و نتایج مهمی برای دانشگاهیان و فعالان حوزه گردشگری به‌خصوص بخش تندرستی و سلامت در پی دارد.

ORCID:

Mahdiah Shahrabi Farahani	 https://orcid.org/0000-0002-5679-2444
Mina Ramezanloo	 https://orcid.org/0009-0006-1873-2922

منابع

- دلاور، علی (۱۳۷۴). مبانی نظری و عملی پژوهش در علوم انسانی و اجتماعی. تهران: انتشارات رشد.
- نیومن، ویلیام لاورنس (۱۳۹۲). شیوه‌های پژوهش اجتماعی: رویکردهای کیفی و کمی. ترجمه حسین دانایی‌فرد و حسین کاظمی. تهران: مؤسسه کتاب مهربان نشر.
- Adams, T. B. (2003). The power of perceptions: Measuring wellness in a globally acceptable, philosophically consistent way. *Wellness Management*.
- Andreu, M. G. N. L., Font-Barnet, A., & Roca, M. E. (2021). Wellness tourism—New challenges and opportunities for tourism in Salou. *Sustainability, 13*(15), 8246. <https://doi.org/10.3390/su13158246>
- Jamilah Mihardja, E., Alisjahbana, S., Mulyasari Agustini, P., Ayu Puspito Sari, D., & Pardede, T. S. (2023). Forest wellness tourism destination branding for supporting disaster mitigation: A case of Batur UNESCO Global Geopark, Bali. *International Journal of Geoheritage and Parks, 11*(1), 169-181. <https://doi.org/10.1016/j.ijgeop.2023.01.003>
- Delavar, A. (2014). *Theoretical and practical foundations of research in humanities and social sciences*. Tehran: Rushd Publications [in Persian].
- Dillette, A. K. (2016). *Wellness Tourism: An Application of Positive Psychological Theory to Overall Quality of Life* (Doctoral dissertation, Auburn University).
- Dillette, A. K., Douglas, A. C., & Andrzejewski, C. (2021). Dimensions of holistic wellness as a result of international wellness tourism experiences. *Current Issues in Tourism, 24*(6), 794-810. <https://doi.org/10.1080/13683500.2020.1746247>
- Dini, M., & Pencarelli, T. (2021). Wellness tourism and the components of its offer system: a holistic perspective. *Tourism Review, 77*(2), 394-412. <https://doi.org/10.1108/TR-08-2020-0373>
- Dunn, H. L. (1959). High-level wellness for man and society. *American Journal of Public Health and the Nations Health, 49*(6), 786-792.
- GWI (2013). The Global Wellness Tourism Economy Report. Retrieved from: http://www.globalwellnesssummit.com/images/stories/pdf/wellness_tourism_economy_exec_sum_final_10022013.pdf
- GWI. What Is Wellness (2022). Retrieved From: <https://globalwellnessinstitute.org/what-is-wellness/what-is-wellness-tourism> (accessed on 10 November 2022)
- Heung, V. C., & Kucukusta, D. (2013). Wellness tourism in China: Resources, development and marketing. *International journal of tourism research, 15*(4), 346-359. <http://doi.org/10.1002/jtr.1880>.
- Korea Ministry of Culture, Sports and Tourism (2017). Retrieved from: https://www.mcst.go.kr/kor/s_notice/press/pressView.jsp?pSeq=16057 (accessed on 22 September 2022).
- Korea Tourism Organization. 2021. Wellness Directory Book. Retrieved from: <https://kto.visitkorea.or.kr/kor/biz/marketing/medical/data.kto> (accessed on 26 September 2022).

- Lee, J., & Kim, J. J. (2023). A study on market segmentation according to wellness tourism motivation and differences in behavior between the groups—focusing on satisfaction, behavioral intention, and flow. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(2), 1063. <http://doi.org/10.3390/ijerph20021063>
- Lehto, X. Y., Brown, S., Chen, Y., & Morrison, A. M. (2006). Yoga tourism as a niche within the wellness tourism market. *Tourism recreation research*, 31(1), 25-35.
- Liao, C., Zuo, Y., Xu, S., Law, R., & Zhang, M. (2023). Dimensions of the health benefits of wellness tourism: A review. *Frontiers in Psychology*, 13, 1071578.
- Lim, Y. J., Kim, H. K., & Lee, T. J. (2016). Visitor motivational factors and level of satisfaction in wellness tourism: Comparison between first-time visitors and repeat visitors. *Asia pacific journal of tourism research*, 21(2), 137-156.
- Liu, L., Zhou, Y., & Sun, X. (2023). The Impact of the Wellness Tourism Experience on Tourist Well-Being: The Mediating Role of Tourist Satisfaction. *Sustainability*, 15(3), 1872. <https://doi.org/10.3390/su15031872>
- Lopes, A. P., & Rodríguez-López, N. (2022). Application of a Decision-Making Tool for Ranking Wellness Tourism Destinations. *Sustainability*, 14(23), 15498. <http://doi.org/10.3390/su142315498>
- Mueller, H., & Kaufmann, E. L. (2001). Wellness tourism: Market analysis of a special health tourism segment and implications for the hotel industry. *Journal of Vacation Marketing*, 7(1), 5-17.
- National Wellness Institute (2016). The Six Dimensions of Wellness. Retrieved from: http://www.nationalwellness.org/?page=Six_Dimensions
- Newman, W. L. (2014). *Social research methods: qualitative and quantitative approaches*. Translated by Hossein Danaei Fard and Hossein Kazemi. Tehran: Mehraban Publishing Institute [in Persian]
- Smith, M. & Puczuk, L. (2008). *Health and Wellness Tourism*. ButterWorth-Heinemann is an imprint of Elsevier Linarc House, Jordan Hill, Oxford OX2 8DP, UK 30 Corporate Drive, Suite 400, Burlington, MA 01803, USA.
- Stănciulescu, G. C., Diaconescu, G. N., & Diaconescu, D. M. (2015). Health, spa, wellness tourism. What is the difference. *Knowledge Horizons—Economics*, 7(3), 158-161.
- Telej, E., & Gamble, J. R. (2019). Yoga wellness tourism: a study of marketing strategies in India. *Journal of Consumer Marketing*, 36(6), 794-805. <http://doi.org/10.1108/JCM-07-2018-2788>
- Travis, J. W. (1984). The relationship of wellness education and holistic health. *Mind, Body and Health*. New York, 188-198.
- Voigt, C. (2013). Towards a conceptualisation of wellness tourism. In *Wellness tourism* (pp. 19-44). Routledge.
- Zhong, L., Deng, B., Morrison, A. M., Coca-Stefaniak, J. A., & Yang, L. (2021). Medical, health and wellness tourism research—A review of the literature (1970–2020) and research agenda. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(20), 10875.