

โมเดลเชิงสาเหตุแห่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมและสุขภาวะของนิสิตนักศึกษา
ปริญญาตรีชาวต่างประเทศที่ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติในประเทศไทย



วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรดุษฎีบัณฑิต
สาขาวิชาจิตวิทยา ไม่สังกัดภาควิชา/เทียบเท่า
คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ปีการศึกษา 2563
ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

A CAUSAL MODEL OF ACCULTURATIVE STRESSORS AND WELLNESS OF
INTERNATIONAL UNDERGRADUATES STUDYING IN AN INTERNATIONAL PROGRAM



Mr. Thosapit Ruchirasak

A Dissertation Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Doctor of Philosophy in Psychology

Common Course

FACULTY OF PSYCHOLOGY

Chulalongkorn University

Academic Year 2020

Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์	โมเดลเชิงสาเหตุแห่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมและสุขภาวะของนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีชาวต่างประเทศที่ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติในประเทศไทย
โดย	นายทศพิช รุจิระศักดิ์
สาขาวิชา	จิตวิทยา
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก	ศาสตราจารย์ ดร.อรัญญา ต้อยคำภีร์

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้หัวข้อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรดุษฎีบัณฑิต

.....	คณบดีคณะจิตวิทยา
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พรรณระพี สุทธิวรรณ)	
คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์	ประธานกรรมการ
.....	
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณัฐสุดา เต็มพันธ์)	
.....	อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก
(ศาสตราจารย์ ดร.อรัญญา ต้อยคำภีร์)	
.....	กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เรวดี วัฒนทกโกศล)	
.....	กรรมการ
(อาจารย์ ดร.พนิดา เสือวรรณศรี)	
.....	กรรมการภายนอกมหาวิทยาลัย
(รองศาสตราจารย์ ดร.สมโภชน์ เอี่ยมสุภาชาติ)	

ทศพิช รุจิระศักดิ์ : โมเดลเชิงสาเหตุแห่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมและสุขภาวะ
ของนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีชาวต่างประเทศที่ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติในประเทศไทย. (A
CAUSAL MODEL OF ACCULTURATIVE STRESSORS AND WELLNESS OF INTERNATIONAL
UNDERGRADUATES STUDYING IN AN INTERNATIONAL PROGRAM) อ.ที่ปรึกษาหลัก : ศ. ดร.
อรรัญญา ต้อยคำภีร์

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) พัฒนาและตรวจสอบโมเดลเชิงสาเหตุของแหล่งความเครียดจาก
การผสมผสานทางวัฒนธรรมและกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมต่อสุขภาวะของนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีที่
ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติ (2) ศึกษาบทบาทของการสนับสนุนทางสังคมในโมเดลเชิงสาเหตุดังกล่าว กลุ่ม
ตัวอย่าง คือ นิสิตนักศึกษาปริญญาตรี 207 คน (หญิง 127 คน ชาย 80 คน) อายุเฉลี่ย 21.68 + 2.11
ปี ระยะเวลาที่อาศัยในประเทศไทยเฉลี่ย 1.47+1.44 ปี เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ มาตรวัดแห่ง
ความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม มาตรวัดกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม มาตรวัดการ
สนับสนุนทางสังคม และมาตรวัดสุขภาวะ เก็บข้อมูลทั้งแบบกระดาษและแบบออนไลน์ วิเคราะห์ข้อมูลด้วย
วิธีการสร้างสมการโครงสร้าง (Structural Equation Modeling) และการทดสอบโมเดลแข่งขัน ผลการวิจัย
พบว่าโมเดลเชิงสาเหตุของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมและสุขภาวะของนิสิตนักศึกษา
ปริญญาตรีที่ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติ ที่มีกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมเป็นตัวแปรส่งผ่าน มีความ
สอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ (Chi-square = 44.167, df = 34, p = .114, SRMR = 0.059, RMSEA =
0.038, CFI = 0.989) และในการวิเคราะห์โมเดลแข่งขัน พบว่าโมเดลเชิงสาเหตุของแหล่งความเครียดจากการ
ผสมผสานทางวัฒนธรรมและสุขภาวะของนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีที่ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติ ที่มีกลยุทธ์การ
ผสมผสานทางวัฒนธรรมเป็นตัวแปรส่งผ่าน โดยที่การสนับสนุนทางสังคมส่งผลต่อสุขภาวะผ่านกลยุทธ์การ
ผสมผสานทางวัฒนธรรม เป็นโมเดลที่ดีที่สุด (Chi-square = 66.675, df = 50, p = .057, SRMR = 0.071,
RMSEA = 0.040, CFI = 0.986) นอกจากนี้ผลการวิจัยยังบ่งชี้ว่า เมื่อนักศึกษาชาวต่างชาติเผชิญกับแหล่ง
ความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่มากขึ้น กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมที่มีแนวโน้มจะถูก
นำมาใช้ คือ กลยุทธ์การแยกตัว และเมื่อได้รับการสนับสนุนทางสังคมมากขึ้น กลยุทธ์การผสมผสานทาง
วัฒนธรรมที่นักศึกษาชาวต่างชาติมีแนวโน้มจะถูกนำมาใช้ คือ กลยุทธ์การบูรณาการ นอกจากนี้การสนับสนุน
ทางสังคมส่งผลทางอ้อมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติต่อสุขภาวะผ่านกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมเฉพาะด้าน
การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐาน

สาขาวิชา จิตวิทยา

ลายมือชื่อนิสิต

ปีการศึกษา 2563

ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาหลัก

5777611238 : MAJOR PSYCHOLOGY

KEYWORD: acculturative stressor, social support, wellness, acculturation strategy,
international students

Thosapit Ruchirasak : A CAUSAL MODEL OF ACCULTULATIVE STRESSORS AND
WELLNESS OF INTERNATIONAL UNDERGRADUATES STUDYING IN AN INTERNATIONAL
PROGRAM. Advisor: Prof. ARUNYA TUICOMEPEE, Ph.D.

This study aimed to (1) develop and examine the causal model of acculturative stressors and acculturation strategies affecting wellness of international undergraduates who have studied in Thailand, and (2) investigate the role of social support in such causal model. The study participants consisted of 207 undergraduates (female = 127, male = 80) with mean age of 21.68+2.11 years old and average length of stay in Thailand was 1.47+1.44 years. Research instruments were comprised of *Acculturative Stressor Scale*, *Acculturative Strategies Scale*, *Social Support Scale*, and *Wellness Scale*. Data were collected in person and via online methods. Structural Equation Modeling and Comparing Competing Causal Models were performed to analyze the data. Findings revealed that the causal model of acculturative stressors on wellness of international graduates with acculturation strategies as a mediator was consistent with the empirical data (Chi-square = 44.167, df = 34, p = .114, SRMR = 0.059, RMSEA = 0.038, CFI = 0.989). For the comparing competing causal models, the model in which the effect of social support on wellness mediated by acculturation strategies was found to be the best fitting model (Chi-square = 66.675, df = 50, p = .057, SRMR = 0.071, RMSEA = 0.040, CFI = 0.986). Moreover, the results showed that when facing increased acculturative stressors, the acculturation strategies that international undergraduates were likely to use were separation. When obtaining more social support, the acculturation strategies that international undergraduates were likely to use was integration. Additionally, social support had significant indirect effect on wellness mediated by acculturation strategies, specifically in the domain of holding on cultural heritage.

Field of Study: Psychology

Student's Signature

Academic Year: 2020

Advisor's Signature

กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยครั้งนี้สำเร็จลุล่วงได้เป็นอย่างดีด้วยความเมตตากรุณา และความช่วยเหลืออย่างเต็มที่ของ ศาสตราจารย์ ดร.อรัญญา ต๋ายคำภีร์ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ที่ได้ถ่ายทอดความรู้ ให้คำแนะนำ และคอยเอาใจใส่ในการแก้ไขปรับปรุงงานวิจัยให้ดียิ่งขึ้น รวมถึงให้การสนับสนุนด้านการเก็บข้อมูล และยินดีให้คำปรึกษาโดยตลอด

ขอกราบขอบพระคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์เบญจวรรณ อุบลศรี ดร.นิปทม์ พิชญโยธิน ดร.พนิดา เสือวรรณศรี ดร.เจนนิเฟอร์ ชวโนวานิช และอาจารย์ปรเมศวร์ ชะรอยนุช ที่ให้ความช่วยเหลือแก่ผู้วิจัยในการพัฒนาเครื่องมือวิจัย

ขอกราบขอบพระคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กิดานันท์ ชำนาญเวช ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ญัฐพันธ์ บัววรรณ อาจารย์ ดร.จันทนา ยิ้มน้อย อาจารย์ ดร.กชวร จุยมณี อาจารย์ ดร.สิทธิพร ครามานนท์ ดร. ลินดา สุวรรณดี คุณกรินทร์ วิลาวรรณ คุณธีรวิมล สุตะบุตร คุณณมยา ว่องเจริญ คุณปฎิภาณ ผลมาตย์ คุณชนิตา สมสุวรรณ คุณยุพเยาว์ เหล็กกล้า คุณแพรวตะวัน นิธิอักษรนันท์ และคุณอนิมา ภาคสุทธิ สำหรับความช่วยเหลือในการเก็บข้อมูลวิจัย (โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ในช่วงที่โลกกำลังเผชิญกับวิกฤตโควิดเช่นนี้)

ขอกราบขอบพระคุณคณาจารย์ในสาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา คณาจารย์คณะจิตวิทยา รวมทั้งอาจารย์ในเทศทุกท่านที่ได้มอบความรู้ความเข้าใจในศาสตร์จิตวิทยาแก่ผู้วิจัยมาโดยตลอดระยะเวลาที่ผู้วิจัยได้ศึกษาอยู่ที่นี้

ขอขอบคุณธรวัด ปุณยกนก ที่ให้ความช่วยเหลือและคำแนะนำแก่ผู้วิจัยในเรื่องสถิติมาโดยตลอด

ขอขอบคุณน้องๆนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีชาวต่างชาติทุกคนที่กำลังศึกษาอยู่ในประเทศไทยและได้ให้ข้อมูลแก่ผู้วิจัยในการศึกษาครั้งนี้

ขอขอบคุณเพื่อนๆ พี่ๆ น้องๆ COCU โดยเฉพาะเพื่อนรุ่น 30 ที่ร่วมเดินทางบนถนนสายนี้กับผู้วิจัยมาโดยตลอด

นอกจากนี้ ผู้วิจัยขอขอบคุณบัณฑิตวิทยาลัยที่ให้การสนับสนุนทุนการศึกษาแก่ผู้วิจัยจากทุนการศึกษาหลักสูตรดุขภูมบัณฑิต 100 ปี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

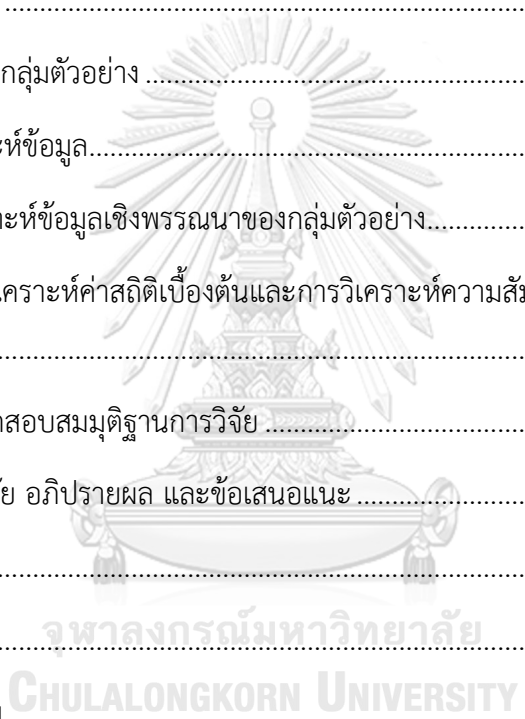
สุดท้ายนี้ ขอขอบคุณครอบครัวของผู้วิจัย โดยเฉพาะพ่อและแม่ สำหรับคำแนะนำที่นำมาสู่การตัดสินใจศึกษาต่อในระดับมหาบัณฑิตและดุขภูมบัณฑิตของผู้วิจัย รวมถึงการสนับสนุนในรูปแบบต่างๆ ตลอดระยะเวลา 7 ปีที่ผ่านมา

ทศพิธ รุจิระศักดิ์

สารบัญ

	หน้า
.....	ค
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ค
.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	ง
กิตติกรรมประกาศ.....	จ
สารบัญ.....	ฉ
สารบัญตาราง.....	ฅ
สารบัญรูปภาพ.....	ฎ
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์หลักในการวิจัย	8
กรอบแนวคิดในการวิจัย	8
นิยามเชิงปฏิบัติการ.....	10
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	13
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	15
ทฤษฎีการผสมผสานทางวัฒนธรรม (Theories of Acculturation).....	15
แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม (Acculturative Stressors).....	23
กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม (Acculturation strategies).....	30
ระยะห่างทางวัฒนธรรม (Cultural Distance).....	32
สุขภาพ (Wellness).....	39
การสนับสนุนทางสังคม (Social support).....	52

งานวิจัยเชิงประจักษ์ที่เกี่ยวข้อง.....	67
สรุปผลการทบทวนวรรณกรรมและการพัฒนาสมมุติฐานการวิจัย.....	78
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	82
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	82
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	83
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	88
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	89
การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง.....	90
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	91
ตอนที่ 1 การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนาของกลุ่มตัวอย่าง.....	91
ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติเบื้องต้นและการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้.....	93
ตอนที่ 3 ผลการทดสอบสมมุติฐานการวิจัย.....	96
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	124
สรุปผลการวิจัย.....	124
การอภิปรายผล.....	125
ข้อจำกัดในการวิจัย.....	131
ข้อเสนอแนะในการวิจัย.....	133
บรรณานุกรม.....	136
ภาคผนวก.....	160
ภาคผนวก ก.....	161
ภาคผนวก ข.....	162
ภาคผนวก ค.....	166
ภาคผนวก ง.....	169



ภาคผนวก จ	180
ภาคผนวก ฉ	184
ภาคผนวก ช	187
ประวัติผู้เขียน.....	195

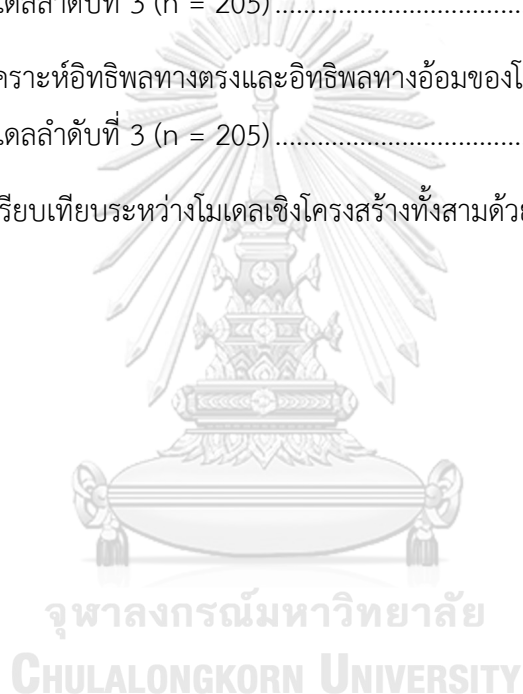


จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 1 รายละเอียดของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมของนักศึกษา นานาชาติที่พบได้บ่อยที่สุด.....	28
ตารางที่ 2 สุขภาวะ 6 องค์ประกอบ ของ Bill Hettler	43
ตารางที่ 3 สุขภาวะ 6 องค์ประกอบตามแนวคิดของ Adams และคณะ (1997).....	46
ตารางที่ 4 สุขภาวะและองค์ประกอบย่อยในปัจจุบันรายบุคคลตามโมเดลตัวตนที่เป็นองค์รวมของ Myers และ Sweeney (2005).....	48
ตารางที่ 5 สุขภาวะและองค์ประกอบย่อยในปัจจุบันเชิงบริบทตามโมเดลตัวตนที่เป็นองค์รวมของ Myers และ Sweeney (2005).....	50
ตารางที่ 6 สรุปความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต่างๆจากการทบทวนวรรณกรรม.....	75
ตารางที่ 7 ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง (n = 207).....	91
ตารางที่ 8 สถิติเชิงพรรณนาของตัวแปรสังเกตได้ (n = 207).....	94
ตารางที่ 9 เมทริกซ์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของตัวแปรสังเกตได้ (n = 207).....	96
ตารางที่ 10 ผลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน (n = 205).....	98
ตารางที่ 11 ผลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน (n = 205).....	99
ตารางที่ 12 ผลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน (n = 205).....	100
ตารางที่ 13 ค่าน้ำหนักองค์ประกอบของตัวแปรสังเกตทุกตัวในโมเดลการผสมผสานทางวัฒนธรรม เบื้องต้น (n = 205).....	102
ตารางที่ 14 ผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางตรงและอิทธิพลทางอ้อมของโมเดลการผสมผสานทาง วัฒนธรรมเบื้องต้น (n = 205).....	104
ตารางที่ 15 ค่าน้ำหนักองค์ประกอบของตัวแปรสังเกตทุกตัวในโมเดลเชิงโครงสร้างสำหรับการ ทดสอบการแข่งขันโมเดลลำดับที่ 1 (n = 205).....	108

ตารางที่ 16 ผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางตรงและอิทธิพลทางอ้อมของโมเดลเชิงโครงสร้างสำหรับการทดสอบการแข่งขันโมเดลลำดับที่ 1 (n = 205)	111
ตารางที่ 17 ค่าน้ำหนักองค์ประกอบของตัวแปรสังเกตทุกตัวในโมเดลเชิงโครงสร้างสำหรับการทดสอบการแข่งขันโมเดลลำดับที่ 2 (n = 205)	113
ตารางที่ 18 ผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางตรงและอิทธิพลทางอ้อมของโมเดลเชิงโครงสร้างสำหรับการทดสอบการแข่งขันโมเดลลำดับที่ 2 (n = 205)	115
ตารางที่ 19 ค่าน้ำหนักองค์ประกอบของตัวแปรสังเกตทุกตัวในโมเดลเชิงโครงสร้างสำหรับการทดสอบการแข่งขันโมเดลลำดับที่ 3 (n = 205)	118
ตารางที่ 20 ผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางตรงและอิทธิพลทางอ้อมของโมเดลเชิงโครงสร้างสำหรับการทดสอบการแข่งขันโมเดลลำดับที่ 3 (n = 205)	120
ตารางที่ 21 ผลการเปรียบเทียบระหว่างโมเดลเชิงโครงสร้างทั้งสามด้วยเกณฑ์ต่างๆ	122



สารบัญรูปภาพ

	หน้า
ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย.....	9
ภาพที่ 2 แสดงกระบวนการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่ Arends-Toth และ van de Vijver (2006) ได้สรุปมาจากงานของ Berry (1997)	22
ภาพที่ 3 แสดงภาพ โมเดลสุขภาวะตามแนวคิด Adams และคณะ (1997).....	46
ภาพที่ 4 ภาพรวมของทฤษฎีตัวตนที่แบ่งแยกมิได้ (Myers & Sweeney, 2004).....	51
ภาพที่ 5: โมเดลเชิงแนวคิดสำหรับความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมและสุขภาพจิต (ดัดแปลงมาจาก Heaney และ Israel (2008))	63
ภาพที่ 6 แสดงโมเดลเชิงสาเหตุของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมและสุขภาวะของนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีที่ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติ ที่มีกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมเป็นตัวแปรส่งผ่าน	79
ภาพที่ 7 แสดงโมเดลเชิงสาเหตุของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมและสุขภาวะของนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีที่ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติ ที่มีกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมเป็นตัวแปรส่งผ่าน โดยที่การสนับสนุนทางสังคมส่งผลโดยตรงต่อสุขภาวะ	80
ภาพที่ 8 แสดงโมเดลเชิงสาเหตุของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมและสุขภาวะของนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีที่ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติ ที่มีกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมเป็นตัวแปรส่งผ่าน โดยที่การสนับสนุนทางสังคมส่งผลต่อสุขภาวะผ่านแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม	80
ภาพที่ 9 แสดงโมเดลเชิงสาเหตุของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมและสุขภาวะของนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีที่ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติ ที่มีกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมเป็นตัวแปรส่งผ่าน โดยที่การสนับสนุนทางสังคมส่งผลต่อสุขภาวะผ่านกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม	81
ภาพที่ 10 โมเดลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม	99
ภาพที่ 11 โมเดลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันของการสนับสนุนทางสังคม	100

ภาพที่ 12 โมเดลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันของสุขภาวะ 101

ภาพที่ 13 โมเดลการผสมผสานทางวัฒนธรรมเบื้องต้น..... 102

ภาพที่ 14 โมเดลการผสมผสานทางวัฒนธรรมเบื้องต้น..... 106

ภาพที่ 15 โมเดลเชิงโครงสร้างทั้งสามที่นำมาวิเคราะห์โมเดลแข่งขัน 107

ภาพที่ 16 แสดงโมเดลเชิงโครงสร้างสำหรับการทดสอบการแข่งขันโมเดลลำดับที่ 1..... 112

ภาพที่ 17 แสดงโมเดลเชิงโครงสร้างสำหรับการทดสอบการแข่งขันโมเดลลำดับที่ 2..... 117

ภาพที่ 18 แสดงโมเดลเชิงโครงสร้างสำหรับการทดสอบการแข่งขันโมเดลลำดับที่ 3..... 122



บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

นิสิตนักศึกษาถือเป็นประชากรกลุ่มหนึ่งที่มีความเสี่ยงต่อการมีปัญหาสุขภาพจิตมากกว่าประชากรกลุ่มอื่นๆโดยทั่วไป (D'Zurilla & Sheedy, 1991) เนื่องจากชีวิตช่วงมหาวิทยาลัยถือเป็นช่วงชีวิตที่เต็มไปด้วยแหล่งความเครียดจำนวนมาก (Ginter & Glauser, 1997; Towbes & Cohen, 1996) ยกตัวอย่างเช่น การใช้ชีวิตนอกบ้านเป็นครั้งแรก การเรียนระดับมหาวิทยาลัยที่แตกต่างจากโรงเรียน การเจอสภาพแวดล้อมทางสังคมใหม่ ความกดดันในเรื่องการหางานหลังจากที่เรียนจบ ความสัมพันธ์เชิงคู่รัก เป็นต้น แม้วานิสิตนักศึกษาจะถือเป็นกลุ่มประชากรที่มีความเสี่ยงต่อการมีปัญหาสุขภาพจิตอยู่ไม่น้อย (D'Zurilla & Sheedy, 1991) แต่ก็ยังมีประชากรอีกกลุ่มหนึ่งที่มีความเสี่ยงสูงยิ่งกว่านิสิตนักศึกษาเสียอีก นั่นคือ กลุ่มนิสิตศึกษานานาชาติ เพราะนอกจากนิสิตศึกษานานาชาติจะต้องเผชิญกับแหล่งความเครียดที่นิสิตนักศึกษาประเทศถิ่นฐานเผชิญแล้ว พวกเขาจะต้องเผชิญกับแหล่งความเครียดเพิ่มเติมที่นิสิตนักศึกษาประเทศถิ่นฐานไม่ต้องเผชิญอีกด้วย (Lay & Nguyen, 1998; Mori, 2000; Safdar & Lay, 1999) ซึ่งแน่นอนว่า การเผชิญกับแหล่งความเครียดจำนวนมากไม่ส่งผลดีต่อสุขภาพจิตอย่างยิ่ง เนื่องจากแหล่งความเครียดเหล่านี้สามารถส่งเสริมซึ่งกันและกันได้ (Wang, Lin, Pang, & Shen, 2007) ยกตัวอย่างเช่น ความรู้สึกกดดันที่จะประสบความสำเร็จทางการเรียนสามารถทวีความเข้มข้นมากขึ้นไปอีกเมื่อบุคคลเผชิญกับปัญหาการปรับตัวเข้ากับวัฒนธรรมที่ไม่คุ้นเคย เป็นต้น

แหล่งความเครียดชุดหนึ่งที่นิสิตศึกษานานาชาติต้องเผชิญเพิ่มเติมไปจากแหล่งความเครียดที่นิสิตนักศึกษาประเทศถิ่นฐานเผชิญ คือ แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม (acculturative stressors) ซึ่งหมายถึงความกดดันที่หงุดหงิด กวนใจ และทุกข์ใจที่เกิดขึ้นในการมีปฏิสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมในแต่ละวัน (Kanner และคณะ, 1981, p. 3) โดยที่ความกดดันนี้มีรากฐานมาจากการเปลี่ยนแปลงที่บุคคลเผชิญเมื่อมีการติดต่อกับวัฒนธรรมอีกแห่งหนึ่งอย่างต่อเนื่อง (Berry, Kim, Minde, & Mok, 1987) ยกตัวอย่างเช่น แหล่งความเครียดด้านภาษา แหล่งความเครียดด้านความแตกต่างระหว่างวัฒนธรรมดั้งเดิมที่บุคคลคุ้นเคยและวัฒนธรรมสังคมนิเทศน์ที่บุคคลกำลังใช้ชีวิตอยู่ เป็นต้น ด้วยเหตุนี้เอง การศึกษากระบวนการที่นิสิตศึกษานานาชาติรับมือกับแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมจึงมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง และการศึกษาที่

เปรียบได้กับการศึกษารุ่นบุกเบิกในเรื่องนี้ คือ แนวคิด Berry ช่วง 1980s และ 1990s (เช่น Berry, 1980, 1990) ในเรื่องกระบวนการผสมผสานทางวัฒนธรรม และการปรับตัวทางจิตวิทยา

แนวคิดกระบวนการผสมผสานทางวัฒนธรรม และการปรับตัวทางจิตวิทยาของ Berry นี้ได้รับอิทธิพลมาจากงานของ Lazarus และ Folkman (1984) ที่มองว่ากระบวนการเกิดความเครียดเป็นผลของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและสิ่งแวดล้อม ใน 5 องค์ประกอบ ได้แก่ (1) การประสบกับเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด ซึ่งในงานของ Berry มองว่าเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียดหรือ แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม คือ เหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด เนื่องจากการที่บุคคลจำเป็นต้องเข้าไปมีส่วนร่วมในวัฒนธรรมจากสังคมทั้ง 2 แห่ง (สังคมถิ่นฐานที่ตนเองมาเรียน และสังคมดั้งเดิมที่ตนเองจากมา) (2) การประเมินสถานการณ์ที่ประสบ (Appraisal) ซึ่งหากบุคคลได้พิจารณาและประเมินสถานการณ์ที่ประสบอยู่แล้วพบว่าประสบการณ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมที่เกิดขึ้นไม่เป็นปัญหากับชีวิต บุคคลก็จะสามารถมีการปรับตัวได้อย่างราบรื่น แต่หากเมื่อประเมินแล้วพบว่าประสบการณ์ที่เผชิญอยู่นี้เป็นเรื่องที่ยุ่งยากและเป็นปัญหาแม้ว่าบุคคลจะสามารถผ่านพ้นเหตุการณ์ช่วงนี้ไปได้แต่ก็ทำให้เกิดความรู้สึกว่าตนเองไม่สามารถจัดการแก้ไขได้อย่างง่ายดายจึงทำให้บุคคลเกิดความเครียดในการผสมผสานทางวัฒนธรรม (3) การเผชิญปัญหา (Coping Efforts) เพื่อลดความเครียด ซึ่งในบริบทของความเครียดและการปรับตัวโดยทั่วไป มีนักวิจัยจำนวนมาก (เช่น Lazarus & Folkman, 1984; Endler & Parker, 1990) ที่เสนอว่าแนวทางการเผชิญปัญหามีอยู่ทั้งหมด 3 รูปแบบ อันได้แก่ การรับมือแบบมุ่งเน้นปัญหา (problem-focused coping) การรับมือแบบมุ่งเน้นอารมณ์ (emotion-focused coping) และการรับมือแบบมุ่งเน้นการหลีกเลี่ยง (avoidance-oriented coping) แต่ในบริบทของการผสมผสานทางวัฒนธรรม Berry (1997) เสนอว่าแนวทางการรับมือมีอยู่ 4 รูปแบบ อันได้แก่ กลยุทธ์การผสมผสานทางประเภทการบูรณาการ (integration) ซึ่งมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการรับมือแบบมุ่งเน้นปัญหา แต่มีความสัมพันธ์ทางลบกับการรับมือแบบมุ่งเน้นอารมณ์ (Schmitz, 1992) การผสมกลมกลืน (assimilation) ซึ่งมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการรับมือแบบมุ่งเน้นปัญหา (Schmitz, 1992) การแยกตัว (separation) ซึ่งมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการรับมือแบบมุ่งเน้นอารมณ์และการรับมือแบบมุ่งเน้นหลีกเลี่ยง (Schmitz, 1992) และการเป็นคนชายขอบ (marginalization) ซึ่งมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการรับมือแบบมุ่งเน้นอารมณ์และการรับมือแบบมุ่งเน้นหลีกเลี่ยง (Schmitz, 1992) แม้ Berry (1997) จะพบว่ากลยุทธ์การบูรณาการเป็นกลยุทธ์ที่ประสบความสำเร็จมากที่สุด แต่เราก็ไม่ควรด่วนตัดสินว่าการบูรณาการจะเป็นกลยุทธ์ที่ดีที่สุดสำหรับทุกวัฒนธรรม เพราะแนวทางการรับมือที่มีความเหมาะสมสำหรับวัฒนธรรมแต่ละแห่งจะมีความแตกต่างกัน (Aldwin, 2007; Lazarus, 1995) ยกตัวอย่างเช่น ในสังคมถิ่นฐานที่ไม่เป็นมิตรต่อผู้อพยพ การใช้กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม

ประเภทการผสมกลมกลืนอาจจะเหมาะเท่าไรนัก เพราะมันจะทำให้ผู้ย้ายถิ่นถูกกดขี่หรือกีดกันเป็นอย่างมาก แต่ในทางกลับกัน กลยุทธ์การผสมกลมกลืนจะได้ผลดีเป็นอย่างมากภายในสังคมถิ่นฐานที่ต้อนรับผู้ย้ายถิ่นอย่างเต็มที่ เป็นต้น (4) บุคคลเกิดปฏิกิริยาทั้งทางร่างกาย (physiological) และอารมณ์ (emotional) อันเป็นผลมาจากกระบวนการผสมผสานทางวัฒนธรรมทั้ง 3 ขั้นตอนก่อนหน้า นี้ ปฏิกิริยาที่เกิดขึ้นนี้มีอยู่ 3 รูปแบบ ในรูปแบบแรก หากบุคคลไม่พบปัญหาจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมและสามารถปรับพฤติกรรมของตนให้สอดคล้องกับการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่เกิดขึ้นได้อย่างราบรื่น บุคคลก็จะเกิดความเครียดน้อยและได้รับผลกระทบทางบวก ในรูปแบบที่สอง บุคคลพบว่ามีปัญหาจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมแต่สามารถรับมือกับปัญหานั้นได้ บุคคลจะมีความเครียดในระดับต่ำและเกิดผลกระทบทางบวกเช่นกัน ในรูปแบบสุดท้าย บุคคลพบกับปัญหา แต่ไม่สามารถจัดการกับปัญหาที่เกิดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมได้ บุคคลก็จะพบกับระดับความเครียดที่รุนแรงและผลกระทบทางลบ เช่น ภาวะวิตกกังวล และภาวะซึมเศร้า เป็นต้น (5) เมื่อบุคคลสามารถผ่านประสบการณ์การเผชิญความเครียดในการผสมผสานทางวัฒนธรรมไปสักระยะหนึ่ง บุคคลก็จะเข้าสู่ขั้นตอนของการปรับตัว ซึ่งการปรับตัวนี้เป็นการเปลี่ยนแปลงของบุคคลที่มีความคงทนอันเกิดจากการที่บุคคลตอบสนองต่อสิ่งแวดล้อมที่อยู่รอบตัว การปรับตัวในขั้นตอนนี้ของโมเดล Berry (1997) ไม่ได้หมายความว่า ตัวบุคคลและสภาพแวดล้อมใหม่อันเกิดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม มีความสอดคล้องกันเสมอไป การปรับตัวที่เกิดขึ้นอาจจะอยู่ในรูปแบบของการที่บุคคลกับสภาพแวดล้อมอยู่ในสภาพที่ไม่สอดคล้องมากเสียจนกระทั่งบุคคลตัดสินใจหลีกเลี่ยงออกจากสภาพแวดล้อมดังกล่าวอย่างถาวรก็เป็นได้ ฉะนั้น การปรับตัวในโมเดลนี้จึงถือเป็นคำที่มีความเป็นกลาง มันไม่ใช่คำเชิงบวก (ปรับตัวได้ดี) หรือเชิงลบ (ปรับตัวได้ไม่ดี)

ต่อมานักจิตวิทยาที่ศึกษากระบวนการผสมผสานทางวัฒนธรรมในยุคหลัง (เช่น Ward และคณะ, 2001; Safdar และคณะ, 2003; Arends-Toth และ van de Vijver, 2006) ได้นำแนวคิดกระบวนการผสมผสานทางวัฒนธรรม และการปรับตัวทางจิตวิทยาของ Berry (1997) มาศึกษาเพิ่มเติม ซึ่งในบรรดานักจิตวิทยาในกลุ่มนี้ Arends-Toth และ van de Vijver (2006) เป็นกลุ่มนักจิตวิทยาที่นำแนวคิดกระบวนการผสมผสานทางวัฒนธรรมและการปรับตัวทางจิตวิทยาของ Berry (1997) มาประยุกต์ให้เข้าใจง่ายมากขึ้น โดย Arends-Toth และ van de Vijver (2006) ได้แบ่งกระบวนการผสมผสานทางวัฒนธรรมประกอบไปด้วย 3 ส่วนหลัก กล่าวคือ ส่วนที่หนึ่ง เงื่อนไขของการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่บุคคลเผชิญ (acculturation conditions) อันหมายถึงปัจจัยระดับบุคคลและระดับสังคมที่ทำหน้าที่เป็นบริบทหรือพื้นหลังที่ส่งผลกระทบต่อกระบวนการผสมผสานทางวัฒนธรรม (เช่น ระดับการเลือกปฏิบัติของสังคมถิ่นฐาน สถานการณ์ทางการเมืองระหว่างสังคม 2 กลุ่ม ลักษณะนิสัยของบุคคล เป็นต้น) ส่วนที่สอง แนวทางรับมือกับการผสมผสาน

ทางวัฒนธรรมของบุคคล (acculturation orientations) อันหมายถึงแนวทางที่บุคคลผู้กำลังเผชิญกับการผสมผสานทางวัฒนธรรมเลือกที่จะมีปฏิสัมพันธ์กับทั้งวัฒนธรรมถิ่นฐานและวัฒนธรรมดั้งเดิมของเขา Berry (1997) ระบุไว้ว่า แนวทางการรับมือกับการผสมผสานทางวัฒนธรรมของบุคคลมีอยู่ 4 ประเภท ได้แก่ (1) การแยกตัว (separation) หรือการรักษาวัฒนธรรมดั้งเดิมของตนโดยที่ไม่ได้เข้าไปมีส่วนร่วมกับวัฒนธรรมถิ่นฐาน (2) การผสมกลมกลืน (assimilation) หรือการปฏิเสธวัฒนธรรมดั้งเดิมของตนและซึมซับวัฒนธรรมถิ่นฐานอย่างสมบูรณ์ (3) การเป็นคนชายขอบ (marginalization) การปฏิเสธทั้งวัฒนธรรมดั้งเดิมของตนและวัฒนธรรมถิ่นฐาน (4) การบูรณาการ (integration) หรือการคงไว้ซึ่งวัฒนธรรมดั้งเดิมของตน พร้อมกับการเข้าไปมีส่วนร่วมในวัฒนธรรมถิ่นฐานพร้อมๆกัน และส่วนที่สาม ผลลัพธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมของ (acculturation outcomes) ซึ่งจะถูกแบ่งออกเป็น 2 ประเภท ได้แก่ ผลลัพธ์เชิงจิตวิทยาและผลการปรับตัวเชิงพฤติกรรม (Van Oudenhoven, Judd, & Ward, 2008; Ward, Leong, & Law, 2004) ตัวอย่างของผลลัพธ์เชิงจิตวิทยา คือ สุขภาวะ สุขภาพจิต ความพึงพอใจกับชีวิตในวัฒนธรรมใหม่ ในขณะที่ผลการปรับตัวเชิงพฤติกรรมคือการที่บุคคลได้เรียนรู้ทักษะและความรู้ที่เหมาะสม อันจะช่วยให้บุคคลใช้ชีวิตอยู่ในวัฒนธรรมใหม่ได้ สำหรับความสัมพันธ์ระหว่างเงื่อนไขของการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่บุคคลเผชิญ (acculturation conditions) แนวทางรับมือกับการผสมผสานทางวัฒนธรรมของบุคคล (acculturation orientations) และผลลัพธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมของ (acculturation outcomes) นี้ Arends-Toth และ van de Vijver (2006) ระบุว่าเงื่อนไขการผสมผสานทางวัฒนธรรมจะส่งผลต่อแนวทางรับมือกับการผสมผสานทางวัฒนธรรม และแนวทางรับมือกับการผสมผสานทางวัฒนธรรมจะส่งผลต่อผลลัพธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมตามลำดับ นอกจากนี้ผลลัพธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมยังย้อนกลับมาส่งผลต่อเงื่อนไขการผสมผสานทางวัฒนธรรมและแนวทางรับมือกับการผสมผสานทางวัฒนธรรมอีกด้วย ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ได้ใช้แนวคิดกระบวนการผสมผสานทางวัฒนธรรมของโดย Arends-Toth และ van de Vijver (2006) ที่พัฒนาต่อมาจากแนวคิดกระบวนการผสมผสานทางวัฒนธรรม และการปรับตัวทางจิตวิทยาของ Berry โดยให้ความสำคัญกับเงื่อนไขของการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่บุคคลเผชิญ (acculturation conditions) แนวทางรับมือกับการผสมผสานทางวัฒนธรรมของบุคคล (acculturation orientations) และผลลัพธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมของ (acculturation outcomes)

การศึกษาวิจัยเชิงประจักษ์ที่ผ่านมา มีงานวิจัยที่สะท้อนแนวคิดกระบวนการผสมผสานทางวัฒนธรรมของโดย Arends-Toth และ van de Vijver (2006) และ Berry (1997) ในกลุ่มนิสิตศึกษานานาชาติได้ครบทุกองค์ประกอบ (ได้แก่ เงื่อนไข กลยุทธ์ และผลลัพธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม) จำนวน 4 เรื่อง ได้แก่ การศึกษาของ Ying และ Han (2006) การศึกษาของ Dao, Lee

และ Chang (2007) การศึกษาของ Pan และ Wong (2011) และการศึกษาของ Meghani และ Harvey (2016) โดยในการศึกษาของ Ying และ Han (2006) ในกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาชาวไต้หวัน 155 คนที่กำลังศึกษาอยู่ในสหรัฐอเมริกาและพบว่า (1) การยึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมนั้นทำหน้าที่เป็นตัวแปรส่งผ่านบางส่วน (partial mediator) ในความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบเปิดเผย (extraversion) และปรับตัวด้านการใช้ชีวิตประจำวัน (functional adjustment) กล่าวคือ ยิ่งนักศึกษามีบุคลิกภาพแบบเปิดเผยมาก นักศึกษาก็จะมีแนวโน้มสูงที่จะยึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมนั้น และส่งผลให้การปรับตัวด้านการใช้ชีวิตประจำวันดีขึ้นในที่สุด อีกนัยหนึ่งก็คือ กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมประเภทการผสมกลมกลืน (assimilation) จะเป็นกลยุทธ์ที่ช่วยในการปรับตัวด้านการใช้ชีวิตประจำวัน (2) บุคลิกภาพแบบเปิดเผยส่งผลด้านลบต่อระดับภาวะซึมเศร้า และ (3) แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมส่งผลด้านลบต่อการปรับตัวด้านการใช้ชีวิตประจำวัน พร้อมทั้งส่งผลด้านบวกต่อระดับภาวะซึมเศร้า ประการที่สี่ นักศึกษาหญิงมีแนวโน้มที่จะใช้กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมประเภทการผสมกลมกลืนมากกว่านักศึกษาชาย ต่อมาเป็นการศึกษาของ Dao, Lee และ Chang (2007) ในกลุ่มตัวอย่างนักศึกษานานาชาติชาวไต้หวัน จำนวน 112 คนที่กำลังศึกษาอยู่ในสหรัฐอเมริกาและพบว่า (1) นักศึกษาที่มีความเสี่ยงที่จะมีภาวะซึมเศร้าสูง มักจะเป็นนักศึกษาหญิงที่ใช้กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมประเภทการแยกตัว (separation) และมองว่าตัวเองใช้ภาษาอังกฤษได้ไม่ค่อยคล่องแคล่ว (perceived English fluency) (2) กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมส่งผลต่อภาวะซึมเศร้าผ่านระดับความคล่องแคล่วในการใช้ภาษาอังกฤษโดยสมบูรณ์ (full mediation) กล่าวคือ หากนักศึกษาเลือกใช้กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมประเภทการผสมกลมกลืน (assimilation) นักศึกษาก็มีแนวโน้มที่จะมองว่าตนใช้ภาษาอังกฤษได้คล่องขึ้น และนั่นส่งผลให้ภาวะซึมเศร้ามลดลงตามลำดับ ส่วน Pan และ Wong (2011) ศึกษาในกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาระดับปริญญาโท-เอกชาวจีนจำนวน 602 คน (400 คนศึกษาอยู่ในฮ่องกง 202 คนศึกษาอยู่ในออสเตรเลีย) และพบว่า (1) นักศึกษาจีนในออสเตรเลียมีแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมและอารมณ์เชิงลบ (negative affect) สูงกว่านักศึกษาจีนในฮ่องกง (2) นักศึกษาจีนที่กำลังศึกษาอยู่ในออสเตรเลียและฮ่องกง แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมในเรื่องการเรียนและกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมประเภทการเป็นคนชายขอบ (marginalization) ส่งผลทางบวกต่ออารมณ์เชิงลบ (3) นักศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในฮ่องกง แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมด้านความแตกต่างทางวัฒนธรรมเป็นอีกหนึ่งตัวแปรที่ส่งผลทางบวกต่ออารมณ์เชิงลบ ประการที่สี่ สำหรับนักศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในออสเตรเลีย กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมประเภทการผสมกลมกลืน (assimilation) เป็นอีกหนึ่งตัวแปรที่ส่งผลทางลบต่ออารมณ์เชิงลบ สุดท้ายการศึกษาของ Meghani และ Harvey (2016) ในกลุ่มตัวอย่างนักศึกษานานาชาติชาวอินเดียระดับปริญญาโท-เอกจำนวน 114 คนที่กำลังศึกษาอยู่

ในสหรัฐอเมริกาในปีการศึกษาแรกของพวกเขา (โดยมีการเก็บข้อมูลทั้งหมด 6 ครั้ง) และพบว่า นักศึกษานานาชาติชาวอินเดียทั้งหมดสามารถแบ่งออกได้เป็น 3 กลุ่ม กลุ่มแรก คือ กลุ่มต่ำ-พัฒนาขึ้น (มี 39 คน) ซึ่งเป็นกลุ่มที่มีระดับภาวะซึมเศร้าต่ำที่สุดในช่วงเวลาแรกที่เก็บข้อมูล และต่อมา ภาวะซึมเศร้าของพวกเขาก็พัฒนาในทิศทางที่ดีขึ้นเรื่อยๆ กลุ่มสอง คือ กลุ่มต่ำ-นิ่ง (มี 60 คน) ซึ่งเป็นกลุ่มที่มีระดับภาวะซึมเศร้าต่ำในช่วงเวลาแรกที่เก็บข้อมูล และภาวะซึมเศร้าของพวกเขาก็ค่อนข้างคงที่ในเวลาต่อมา กลุ่มสาม คือ กลุ่มสูง-ถดถอย (มี 15 คน) ซึ่งเป็นกลุ่มที่มีระดับภาวะซึมเศร้าสูงที่สุดในช่วงเวลาแรกที่เก็บข้อมูล และต่อมา ภาวะซึมเศร้าของพวกเขาก็พัฒนาในทิศทางที่แย่ลงเรื่อยๆ นอกจากนี้ นักศึกษากลุ่มต่ำ-พัฒนาขึ้น มีแนวโน้มที่จะยึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมนิยมสูงเกินกว่า มีการสนับสนุนทางสังคมจากคนชาติเดียวกันที่สูงกว่า และมีแหล่งความเครียดด้านการเรียนและการเงินที่ต่ำกว่า

อย่างไรก็ตาม การศึกษาของ Ying และ Han (2006) Dao, Lee และ Chang (2007) Pan และ Wong (2011) และ Meghani และ Harvey (2016) ยังมีข้อจำกัดอยู่ 4 ประการด้วยกัน กล่าวคือ ประการที่หนึ่ง ตัวแปรที่เป็นผลลัพธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม (acculturation outcomes) ทางจิตวิทยาส่วนมากมักจะเป็นตัวแปรด้านลบ ในขณะที่ตัวแปรที่เป็นผลลัพธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมของ (acculturation outcomes) ที่จะนำไปสู่การพัฒนาศักยภาพและต้นทุนทางจิตวิทยาด้านบวกมีอยู่น้อยมาก ทั้งยังเป็นตัวแปรที่ไม่ได้ให้ข้อมูลที่สามารถกำหนดแนวทางการให้บริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยา (เช่น สุขภาวะ) อีกด้วย ประการที่สอง การศึกษาส่วนใหญ่ มักจะศึกษานิสิตนักศึกษานานาชาติที่ใช้ชีวิตอยู่ในประเทศตะวันตกอย่างสหรัฐอเมริกา มากกว่านิสิตนักศึกษานานาชาติที่ใช้ชีวิตอยู่ในประเทศตะวันออกอย่างฮ่องกง และเนื่องจากแต่ละประเทศจะมีค่านิยมที่แตกต่างกันออกไป (ดู Schwartz 1994, 1999) ทศนคติและนโยบายที่มีต่อชาวต่างชาติของแต่ละประเทศจึงไม่เหมือนกัน ซึ่งการศึกษาในอดีตพบว่าค่านิยมเรื่องการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม (embeddedness) และความเท่าเทียม (egalitarianism) ถือเป็นค่านิยมที่ส่งผลต่อทัศนคติการยอมรับชาวต่างชาติมากเป็นพิเศษ (Schwartz, 2006) ประการที่สาม การทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม และผลลัพธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม ในการศึกษาชุดนี้ คุณจะไม่ได้ทดสอบอิทธิพลทางอ้อมของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่มีต่อผลลัพธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมผ่านกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมตามที่ทฤษฎีกระบวนการผสมผสานทางวัฒนธรรม (เช่น Berry, 1997; Arends-Toth และ van de Vijver, 2006) ระบุไว้แต่อย่างใด

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยมีความสนใจศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม การสนับสนุนทางสังคม กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมและตัวแปรผลลัพธ์เชิงบวกของการปรับตัว เช่น สุขภาวะในกลุ่มนักศึกษาปริญญาตรีชาวต่างชาติที่มาศึกษาที่ประเทศไทย เพื่อเติมเต็มช่องว่างที่พบจากการศึกษาที่ผ่านมา ซึ่งเน้นการศึกษาผลลัพธ์เชิงลบของการปรับตัว เช่น ภาวะซึมเศร้า (เช่น Dao, Lee & Chang, 2007; Meghani & Harvey, 2016; Pan & Wong, 2011; Ying & Han, 2006) อนึ่งนักวิจัยจำนวนไม่น้อย (เช่น Hayes & Lin, 1994; Mori, 2000; Sakamoto, 2006) กล่าวถึงการสนับสนุนทางสังคมว่าเป็นองค์ประกอบสำคัญของการปรับตัวเมื่อเผชิญกับวัฒนธรรมใหม่ อีกทั้งการสนับสนุนทางสังคมยังสามารถมีประโยชน์ต่อบุคคลที่กำลังเผชิญกับการผสมผสานทางวัฒนธรรมได้หลายแง่มุมอีกด้วย เช่น การเติมเต็มความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ (Berkman & Glass, 2000) การลดความถี่และระยะเวลาของการเผชิญกับแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม (Heaney & Israel, 2008) และการช่วยให้บุคคลรับมือกับแหล่งความเครียดที่พบเมื่อใช้ชีวิตอยู่ในวัฒนธรรมใหม่ได้ดีขึ้น (Berkman และคณะ, 2000; Heaney & Israel, 2008; Israel, 1982; Thoits, 1995) เป็นต้น อย่างไรก็ตาม ผู้วิจัยพบว่ามีเพียงการศึกษาของ Meghani และ Harvey (2016) เท่านั้นที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม การสนับสนุนทางสังคม กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม และผลลัพธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมเชิงจิตวิทยาของนิสิตศึกษานานาชาติ โดยที่พวกเขา มองว่าการสนับสนุนทางสังคมส่งผลต่อผลลัพธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมเชิงจิตวิทยาโดยตรงเพียงอย่างเดียวเท่านั้น แม้ว่าการสนับสนุนทางสังคมสามารถส่งผลต่อผลลัพธ์เชิงจิตวิทยาได้โดยตรง เพราะเป็นสิ่งที่ช่วยเติมเต็มความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ในแง่ของมิตรภาพ (Companionship) ความใกล้ชิด (Intimacy) ความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม (Sense of Belonging) และการให้ความมั่นใจว่าตนมีคุณค่าได้เสมอ ไม่ว่าบุคคลจะเผชิญกับแหล่งความเครียดเพียงใดก็ตาม (Berkman & Glass, 2000) แต่ Heaney และ Israel (2008) ระบุว่านอกจากจะส่งผลต่อผลลัพธ์เชิงจิตวิทยาได้โดยตรงแล้ว การสนับสนุนทางสังคมสามารถส่งผลต่อผลลัพธ์เชิงจิตวิทยาได้อีกอย่างน้อย 2 รูปแบบ กล่าวคือ รูปแบบแรก การสนับสนุนทางสังคมสามารถส่งผลต่อผลลัพธ์เชิงจิตวิทยาผ่านแหล่งความเครียดได้ เพราะการสนับสนุนทางสังคมสามารถช่วยลดความถี่และระยะเวลาของการที่เผชิญกับแหล่งความเครียดลงได้ ซึ่งส่งผลทางบวกต่อผลลัพธ์เชิงจิตวิทยาได้อีกที่หนึ่ง (Heaney & Israel, 2008) รูปแบบที่สอง การสนับสนุนทางสังคมสามารถส่งผลต่อผลลัพธ์เชิงจิตวิทยาผ่านแนวทางการรับมือความเครียด เพราะการสนับสนุนทางสังคมช่วยให้บุคคลเข้าถึงบุคคลและข้อมูลที่จะแก้ปัญหาได้มากขึ้น ช่วยเสริมความสามารถในการระบุและแก้ไขปัญหา ช่วยให้บุคคลรู้สึกว่าตนสามารถควบคุมจัดการสถานการณ์ที่เผชิญอยู่ผ่านการลดความไม่แน่นอนในสถานการณ์ดังกล่าว การสร้างผลลัพธ์ที่ต้องการให้เกิดขึ้น และ/หรือการช่วยให้บุคคลตีความเหตุการณ์หรือปัญหา

ที่เกิดขึ้นให้เปลี่ยนไปในทิศทางบวก (Berkman และคณะ, 2000; Heaney & Israel, 2008; Israel, 1982; Thoits, 1995)

ดังนั้น ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม การสนับสนุนทางสังคม กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมและสุขภาวะในกลุ่มนักศึกษาปริญญาตรีชาวต่างชาติที่มาศึกษาที่ประเทศไทย โดยนอกจากผู้วิจัยจะทำการทดสอบอิทธิพลทางอ้อมของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่มีต่อสุขภาวะผ่านกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมแล้ว ผู้วิจัยจะยังทำการทดสอบบทบาทของการสนับสนุนในกระบวนการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่แตกต่างกันทั้ง 3 รูปแบบที่ได้กล่าวไปข้างต้นอีกด้วย (การสนับสนุนทางสังคมส่งผลต่อสุขภาวะโดยตรง การสนับสนุนทางสังคมส่งผลต่อสุขภาวะผ่านแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม และการสนับสนุนทางสังคมส่งผลต่อสุขภาวะผ่านกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม) ผู้วิจัยหวังว่าข้อค้นพบจากการศึกษาครั้งนี้จะช่วยให้นักจิตวิทยาการปรึกษาทราบว่านิสิตศึกษานานาชาติในประเทศเผชิญกับแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมมากน้อยเพียงใด เมื่อแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมเพิ่มขึ้น พวกเขารับมือกับมันอย่างไร และบทบาทของนักจิตวิทยาการปรึกษา (ในฐานะที่เป็นส่วนหนึ่งของการสนับสนุนทางสังคมของพวกเขา) อยู่ตรงไหนในกระบวนการที่พวกเขารับมือกับแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมนี้

วัตถุประสงค์หลักในการวิจัย

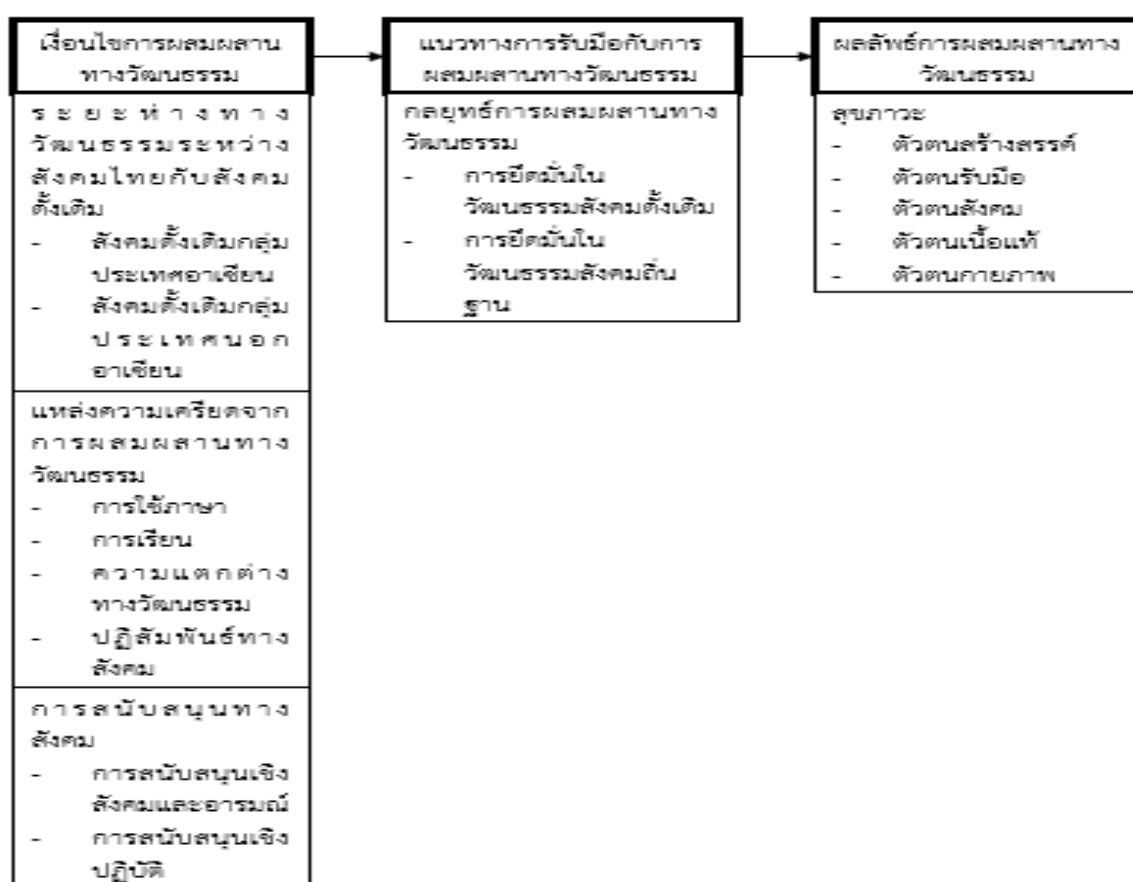
1. พัฒนาและตรวจสอบโมเดลเชิงสาเหตุของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมและกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมต่อสุขภาวะของนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีที่ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติ

2. ศึกษาบทบาทของการสนับสนุนทางสังคมในโมเดลเชิงสาเหตุของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม และกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมต่อสุขภาวะของนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีที่ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติ

กรอบแนวคิดในการวิจัย

นักจิตวิทยาที่ศึกษาเรื่องกระบวนการผสมผสานทางวัฒนธรรม เช่น Berry, Kim, Minde, & Mok (1987) อธิบายถึงกระบวนการผสมผสานทางวัฒนธรรมว่าเป็นปรากฏการณ์ของการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นเมื่อบุคคลเผชิญกับประสบการณ์ที่ต้องใช้ชีวิตหรือเข้าไปมีส่วนร่วมในสังคม

วัฒนธรรมของกลุ่มคนหรือหลายกลุ่มคนที่ต่างไปจากที่พวกเขาคุ้นเคยติดต่อกันเป็นระยะเวลานาน ซึ่ง Arends-Toth และ van de Vijver (2006) ได้สรุปกระบวนการการผสมผสานทางวัฒนธรรมตามแนวคิดของ Berry และคณะไว้ว่าประกอบไปด้วย 3 องค์ประกอบใหญ่ๆ อันได้แก่ หนึ่ง เงื่อนไขของการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่บุคคลเผชิญ (acculturation conditions) สอง แนวทางรับมือกับการผสมผสานทางวัฒนธรรมของบุคคล (acculturation orientations) อันสอดคล้องกับตัวแปรกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม ซึ่งเป็นหัวใจสำคัญของงานของ Berry และคณะ และสาม ผลลัพธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม (acculturation outcomes)



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

การศึกษานี้มุ่งเน้นการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่ถือเป็นเงื่อนไขของการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่บุคคลเผชิญ (ซึ่งได้แก่ แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม และการสนับสนุนทางสังคม) ตัวแปรที่ถือเป็นแนวทางรับมือกับการผสมผสานทางวัฒนธรรมของบุคคล (ซึ่งได้แก่ กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม) และตัวแปรที่ถือเป็นผลลัพธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม (ซึ่งได้แก่ สุขภาวะ) ตามแนวทางที่เสนอไว้โดย Arends-Toth และ van de Vijver (2006)

นิยามเชิงปฏิบัติการ

1. แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม (Acculturative stressor) หมายถึง ครอบคลุมแหล่งที่มาของความกดดันที่หงุดหงิด กวนใจ และทุกข์ใจที่เกิดขึ้นในการมีปฏิสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมในแต่ละวัน โดยที่ความกดดันเหล่านี้มีรากฐานมาจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม (acculturation) ซึ่งก็คือ การเปลี่ยนแปลงที่กลุ่มบุคคลและบุคคลเผชิญเมื่อพวกเขาได้มีการติดต่อกับวัฒนธรรมอีกแห่งหนึ่ง มันเป็นกระบวนการของการเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรมที่เกิดจากการติดต่อกันโดยตรงระหว่างกลุ่ม/บุคคลที่มีความแตกต่างกันอย่างต่อเนื่อง ซึ่งในการศึกษาครั้งนี้ แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมมี 4 ด้านได้แก่ (1) ด้านภาษา (Language Deficiency) หมายถึง การตระหนักว่าตนเองมีความสามารถไม่เพียงพอในการใช้ภาษาอื่นที่เป็นภาษาที่สองหรือภาษาตามวัฒนธรรมสังคมของเจ้าบ้าน (ซึ่งกรณีนี้คือภาษาไทย) ในการสื่อสารกับผู้อื่นในชีวิตประจำวัน ด้านการเรียน (Academic Work) ด้านความแตกต่างทางวัฒนธรรม (Cultural Difference) และ ด้านปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (Social Interaction) (2) ด้านการเรียน (Academic Work) หมายถึง การตระหนักถึงความกดดันที่มาจาก การเรียน ปัญหาการเรียนในชั้นเรียน การทำการบ้าน การทำรายงาน การทำกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการเรียน การสอบและอื่นๆ (3) ด้านความแตกต่างทางวัฒนธรรม (Cultural Difference) หมายถึง การตระหนักว่าตนเองมีความเครียดความกดดันจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่เกิดขึ้นจากความแตกต่างทางวัฒนธรรมระหว่างวัฒนธรรมดั้งเดิมและวัฒนธรรมไทย (4) ด้านการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (Social Interaction) หมายถึง การตระหนักว่าตนเองมีความกดดันจากการมีปฏิสัมพันธ์ หรือการไร้ซึ่งปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นในสังคมไทย ทั้งในบริบทของการเรียน การทำงาน หรือการเข้าสังคมทั่วไป ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม หมายถึง ค่าคะแนนจากมาตรวัด แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากมาตรวัด Acculturative Hassles Scale for Chinese Students ที่พัฒนาโดย Pan, Yue และ Chan (2010)

2. กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม (Acculturation strategy) หมายถึง แนวทางที่บุคคลเผชิญกับการผสมผสานทางวัฒนธรรมผ่านการตัดสินใจว่า ตนจะยังคงรักษาวัฒนธรรมและตัวตนดั้งเดิมไว้หรือไม่ และ ตนจะติดต่อและมีส่วนร่วมในการใช้ชีวิตประจำวันกับกลุ่มคนต่างวัฒนธรรมหรือไม่ (Berry, 1997) การตัดสินใจของบุคคลในสองประเด็นนี้จะนำไปสู่กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมที่แตกต่างกัน ซึ่งในการศึกษาครั้งนี้ เนื่องจากกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมเป็นตัวแปรสองมิติ มิใช่มิติเดียว (Ryder et al., 2000) ซึ่งประกอบไปด้วย 2 องค์ประกอบ ได้แก่ (1) การ

ยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิม (Adherence to the Home Culture) หมายถึง แนวทางที่เมื่อนิสิตนักศึกษาเผชิญกับการผสมผสานทางวัฒนธรรมแล้วมีการตัดสินใจว่า ตนจะยังคงรักษาวัฒนธรรมและตัวตนดั้งเดิมไว้มากน้อยเพียงใด ผู้ที่ได้คะแนนสูงมีแนวโน้มสูงที่จะคบหากับคนจากวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิมเดียวกัน มีค่านิยมที่สอดคล้องกับวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิม เสพสื่อบันเทิงจากสังคมดั้งเดิม และมีการกระทำอื่นๆ ที่แสดงให้เห็นถึงการรักษาวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิมในการใช้ชีวิตประจำวัน ผู้ที่ได้คะแนนต่ำมีแนวโน้มต่ำที่จะคบหากับคนจากวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิมเดียวกัน มีค่านิยมที่สอดคล้องกับวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิม เสพสื่อบันเทิงจากสังคมดั้งเดิม และมีการกระทำอื่นๆ ที่แสดงให้เห็นถึงการรักษาวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิมในการใช้ชีวิตประจำวัน (2) การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐาน (Adherence to the Host Culture) หมายถึง แนวทางเมื่อนิสิตนักศึกษาเผชิญกับการผสมผสานทางวัฒนธรรมแล้วมีการตัดสินใจว่า ตนจะติดต่อและมีส่วนร่วมในการใช้ชีวิตประจำวันกับกลุ่มคนต่างวัฒนธรรม โดยเฉพาะคนจากวัฒนธรรมเจ้าบ้าน มากน้อยเพียงใด ผู้ที่ได้คะแนนสูงมีแนวโน้มสูงที่จะคบหากับคนจากวัฒนธรรมสังคมเจ้าบ้าน มีค่านิยมที่สอดคล้องกับวัฒนธรรมสังคมเจ้าบ้าน เสพสื่อบันเทิงจากสังคมเจ้าบ้าน และมีการกระทำอื่นๆ ที่แสดงให้เห็นถึงการปรับเข้าหาวัฒนธรรมสังคมเจ้าบ้านในการใช้ชีวิตประจำวัน ผู้ที่ได้คะแนนต่ำมีแนวโน้มต่ำที่จะคบหากับคนจากวัฒนธรรมสังคมเจ้าบ้าน มีค่านิยมที่สอดคล้องกับวัฒนธรรมสังคมเจ้าบ้าน เสพสื่อบันเทิงจากสังคมเจ้าบ้าน และมีการกระทำอื่นๆ ที่แสดงให้เห็นถึงการปรับเข้าหาวัฒนธรรมสังคมเจ้าบ้านในการใช้ชีวิตประจำวัน ในการศึกษาครั้งนี้กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมเป็นค่าคะแนนจากมาตรวัดกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมฉบับภาษาไทยที่พัฒนามาจากมาตรวัด Vancouver Index of Acculturation (Ryder et al., 2000)

3. การสนับสนุนทางสังคม (Social support) หมายถึง การที่บุคคลรับรู้ว่าคุณมีความสัมพันธ์เชื่อมโยงกับสังคมที่ตนเป็นสมาชิกอยู่ รับรู้ว่าคุณมีความสัมพันธ์แบบผูกพันใกล้ชิด สนับสนุน กับคนรอบข้าง มีการแสวงหาคำแนะนำ และการชี้แนะช่วยเหลือ เกื้อกูลกันทางสังคม มีความรู้สึกเป็นหนึ่งเดียวกับชุมชนของตน มีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมมีการติดต่อสื่อสารระหว่างกัน และ มีการแลกเปลี่ยนข้อมูลหรือทรัพยากรต่างๆ การให้การช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ซึ่งประกอบไปด้วย 2 องค์ประกอบ ได้แก่ (1) การสนับสนุนเชิงสังคมและอารมณ์ (Socioemotional Support) หมายถึง การนับรู้อาใจตนเอง ได้รับความรัก การยอมรับ กำลังใจ การดูแลเอาใจใส่ เห็นคุณค่า มีเพื่อนในการทำกิจกรรมต่างๆ และรู้สึกว่าตนเป็นส่วนหนึ่งของสังคมที่ตนสังกัดอยู่ ผู้ที่มีคะแนนด้านนี้สูง จะเป็นผู้ที่รับรู้ว่ามีคนจำนวนมากที่เอาใจใส่ดูแล ห่วงใยทุกข์สุขของเขา รับรู้ว่าคุณเองเป็นที่รักของบุคคลอื่น มีคุณค่า และเมื่อจำเป็นหรือมีปัญหาก็สามารถพึ่งพาคนรอบข้างได้ รวมถึงเป็นผู้ที่รับรู้ว่าคุณเองมีโอกาสในการเข้าร่วมกิจกรรมในสังคม ได้แลกเปลี่ยนซึ่งกันและกันกับผู้อื่น ในทางตรงกันข้าม ผู้ที่มีคะแนนด้านนี้ต่ำ

จะเป็นผู้ที่รับรู้ว่าคุณเอง ไม่มีคนใส่ใจ ห่วงใย ไม่สามารถพึ่งพาใครได้เมื่อต้องการ และรับรู้ว่าคุณเองขาดโอกาส ในการมีส่วนร่วมกิจกรรมต่างๆ กับผู้อื่น เป็นต้น(2) การสนับสนุนเชิงปฏิบัติ (Instrumental Support) หมายถึง การได้รับความช่วยเหลือที่เป็นรูปธรรม ไม่ว่าจะเป็น เวลา แรงงาน การเงิน สิ่งของ การได้รับข้อมูลข่าวสาร การได้รับคำแนะนำ ที่ช่วยทำให้เกิดความเข้าใจสิ่งต่างๆ เพื่อให้สามารถแก้ไขปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้น หรือ เพื่อการดำรงชีวิตประจำวันได้ดี ผู้ที่มีคะแนนด้านนี้สูง จะเป็นผู้ที่รับรู้ว่าคุณเองมีทรัพยากรที่ช่วยให้พวกเขาตอบสนองต่อความต้องการของตนในสถานการณ์ต่างๆ ได้อย่างเพียงพอ ตลอดจนรับรู้ว่าคุณเองมีความสามารถที่จะเผชิญปัญหา ความกดดัน ความเครียดและปรับตัวได้ดี ในทางตรงกันข้าม ผู้ที่มีคะแนนด้านนี้ต่ำ จะเป็นผู้ที่รับรู้ว่าคุณเองมีความจำกัด (มีความไม่เพียงพอ) ด้านเวลา แรงงาน การเงิน ข้อมูล และทรัพยากรต่างๆ ที่จำเป็นในการใช้ชีวิต ในการศึกษาครั้งนี้ การสนับสนุนทางสังคม หมายถึง ค่าคะแนนจากมาตรวัดการสนับสนุนทางสังคมฉบับภาษาไทยที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นมาจากมาตรวัด The Index of Sojourner Social Support (Ong & Ward, 2005)

4. สุขภาวะ (Wellness) หมายถึง การรับรู้ตนเองของบุคคลโดยรวม ว่าตนมีความสุข มีการเห็นคุณค่าของชีวิต มีร่างกายที่แข็งแรง มีสุขภาพจิตที่ดี โดยสุขภาวะนี้เป็นการเชื่อมโยงกันอย่างสมดุลทั้งร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ ผู้ที่มีสุขภาวะจะมีความสามารถในการปรับตัวและการรับมือกับปัญหาที่ผ่านเข้ามาในชีวิต ตลอดจนมีความพอใจในชีวิตและการทำงาน มีสุขภาวะทางจิต มีความสนใจในสังคม และมีระดับความเครียดที่ต่ำ (Myers et al., 2000, p. 252) อันประกอบไปด้วย 5 ด้าน ได้แก่ (1) ตัวตนที่สร้างสรรค์ หมายถึง คุณลักษณะต่างๆ ที่ทำให้แต่ละบุคคลมีความ เฉพาะตัว และทำให้แต่ละบุคคลตีความประสบการณ์ในชีวิตแตกต่างกันไป ตัวตนที่สร้างสรรค์มีองค์ประกอบย่อย 5 ด้าน ได้แก่ การคิด อารมณ์ การควบคุม การทำงาน และ อารมณ์เชิงบวก บุคคลที่มีสุขภาวะด้านตัวตนที่ สร้างสรรค์สูงจะมีความสามารถในการคิดอย่างกระจ่างชัดรับรู้สิ่งต่างๆ ได้ตามจริง โดยมีการตอบสนองต่อสิ่งที่ เกิดขึ้นรอบตัวได้อย่างเหมาะสม (2) ตัวตนที่เผชิญปัญหา หมายถึง องค์ประกอบที่ช่วยควบคุมให้บุคคลตอบสนองต่อ เหตุการณ์ต่างๆ ในชีวิตได้อย่างสอดคล้องเหมาะสม ตัวตนที่เผชิญปัญหามีองค์ประกอบย่อย 4 ด้าน ได้แก่ การมี ความเชื่ออยู่บนพื้นฐานความเป็นจริง การรับรู้คุณค่าในตนเอง การจัดการความเครียด และการใช้เวลาว่าง บุคคลที่มีสุขภาวะด้านตัวตนที่เผชิญปัญหาสูงจะเป็นผู้ที่สามารถรับมือกับปัญหาและจัดการสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตได้ อย่างลงตัวและมีประสิทธิภาพ (3) ตัวตนที่สัมพันธ์กับสังคม หมายถึง การสนับสนุนทางสังคมที่บุคคลได้รับภายใต้ ความสัมพันธ์กับผู้อื่น ได้แก่ ความสัมพันธ์กับเพื่อน กับบุคคลที่มีความผูกพันใกล้ชิด กับครอบครัวและญาติมิตร ตัวตนที่สัมพันธ์กับสังคมมีองค์ประกอบย่อย 2 ด้าน ได้แก่ มิตรภาพกับผู้อื่น และ ความรัก บุคคลที่มีสุขภาวะด้านตัวตนที่สัมพันธ์กับสังคมสูงจะมีความสัมพันธ์ที่

ใกล้ชีวิตสนิทสนมกับผู้อื่น รู้สึกอบอุ่นมั่นคงเนื่องจากมีแหล่งสนับสนุน ทางสังคมที่ดี (4) ตัวตนที่เป็นแก่นแท้สำคัญ หมายถึง แก่นแท้ภายในของตัวบุคคลที่เกี่ยวกับ กระบวนการการให้ความหมายต่อชีวิต ต่อตนเอง และต่อผู้อื่น ตัวตนที่เป็นแก่นแท้สำคัญมีองค์ประกอบย่อย 4 ด้าน ได้แก่ จิตวิญญาณ การดูแลตนเอง เอกลักษณ์ทางเพศ และ เอกลักษณ์ทางวัฒนธรรม บุคคลที่มีสุขภาวะด้าน ตัวตนที่เป็นแก่นแท้สำคัญสูงจะมีการตระหนักรู้ในความหมายและความสำคัญของชีวิต โดยมีเป้าหมายในการดำรงชีวิตที่ชัดเจน (5) ตัวตนที่เกี่ยวกับสุขภาพร่างกาย หมายถึง กระบวนการทางชีววิทยาและสรีระศาสตร์ที่มีความ เกี่ยวพันกับพัฒนาการและความมีประสิทธิภาพในร่างกายของบุคคล ตัวตนด้านร่างกายมีองค์ประกอบย่อย 2 ด้าน ได้แก่ โภชนาการ และ การออกกำลังกาย บุคคลที่มีสุขภาวะด้านตัวตนด้านร่างกายสูงจะมีสุขภาพร่างกาย แข็งแรง และมีความกระฉับกระเฉง ในการศึกษาครั้งนี้ สุขภาวะ หมายถึง ค่าคะแนนที่พัฒนามาจากมาตรวัดสุขภาวะฉบับภาษาไทย โดย สุววุฒิ วงศ์ทางสวัสดิ์ (2559) จากแนวคิดตัวตนที่เป็นองค์รวมของ Myers และ Sweeney (2005) ร่วมกับ มาตรวัด The Five Factor Wellness Inventory” (FFWEL) (FormA2) (Myers & Sweeney, 2014)

5. นิสิตนักศึกษาปริญญาตรีต่างประเทศที่ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติในประเทศไทย หมายถึง นิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรีชาวต่างประเทศที่กำลังศึกษาอยู่ในหลักสูตรนานาชาติ ปีการศึกษา 2562-2563 ในมหาวิทยาลัยทั้งภาครัฐ ในกำกับของรัฐ และมหาวิทยาลัยเอกชน

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

ประโยชน์ในทางวิชาการ

1. ได้ทราบถึงแนวทางการรับมือเมื่อเผชิญกับแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมของนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรีชาวต่างประเทศที่กำลังศึกษาอยู่ในหลักสูตรนานาชาติในประเทศไทย
2. ได้ทราบถึงบทบาทของการสนับสนุนทางสังคมในกระบวนการผสมผสานทางวัฒนธรรมของนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรีชาวต่างประเทศที่กำลังศึกษาอยู่ในหลักสูตรนานาชาติในประเทศไทย
3. ได้ทราบถึงผลกระทบของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม และการสนับสนุนทางสังคมที่มีต่อสุขภาวะของนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรีชาวต่างประเทศที่กำลังศึกษาอยู่ในหลักสูตรนานาชาติในประเทศไทย

ประโยชน์ในทางปฏิบัติ

1. นักจิตวิทยาการศึกษา อาจารย์มหาวิทยาลัยประจำหลักสูตรนานาชาติ และบุคลากรด้านกิจการนิสิตนักศึกษาได้ทราบถึงแนวทางในการลดหรือป้องกันผลกระทบของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่มีต่อสุขภาวะของนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรีชาวต่างประเทศที่กำลังศึกษาอยู่ในหลักสูตรนานาชาติในประเทศไทย

2. นักจิตวิทยาการศึกษา อาจารย์มหาวิทยาลัยประจำหลักสูตรนานาชาติ และบุคลากรด้านกิจการนิสิตนักศึกษามีมาตรฐานประเมินแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมและมาตรฐานประเมินกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมของนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรีชาวต่างประเทศที่กำลังศึกษาอยู่ในหลักสูตรนานาชาติในประเทศไทย

3. มหาวิทยาลัยมีข้อมูลที่จะช่วยในการนำเสนอ และ/หรือปรับเปลี่ยนนโยบายการดูแลส่งเสริม และพัฒนานิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรีชาวต่างประเทศที่กำลังศึกษาอยู่ในหลักสูตรนานาชาติได้อย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น



บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ผู้วิจัยได้ทบทวนเอกสารและวรรณกรรมในประเด็นต่าง ๆ ได้แก่ ทฤษฎีการผสมผสานทางวัฒนธรรม แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม ระยะห่างทางวัฒนธรรม สุขภาวะ การสนับสนุนทางสังคม และการศึกษาวิจัยเชิงประจักษ์ที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

ทฤษฎีการผสมผสานทางวัฒนธรรม (Theories of Acculturation)

เมื่อนักศึกษานานาชาติเดินทางไปอีกประเทศหนึ่งและใช้ชีวิตอยู่ที่นั่นเป็นระยะเวลาหนึ่ง พวกเขาจะต้องเผชิญกับวัฒนธรรมที่ต่างไปจากที่พวกเขาคุ้นเคย การผสมผสานทางวัฒนธรรม คือ สิ่งที่เกิดขึ้นเมื่อวัฒนธรรมที่แตกต่างกันได้มีการติดต่อกัน

การผสมผสานทางวัฒนธรรมเป็นปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นมาเป็นระยะเวลายาวนาน และจะยังคงเกิดขึ้นต่อไปเรื่อยๆ トラบไตก็ตามที่มนุษย์ยังมีการติดต่อกันอยู่ แนวคิดของการผสมผสานทางวัฒนธรรมนี้ แรกเริ่มเดิมทีเป็นแนวคิดที่นักมานุษยวิทยาที่ถูกนำเสนอในปี 1930s (Sam & Berry, 2010) ณ ตอนนั้น การผสมผสานทางวัฒนธรรมถูกมองว่าเป็นปรากฏการณ์ในระดับกลุ่ม กล่าวคือมันเป็นปรากฏการณ์ของการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในระดับวัฒนธรรมเมื่อกลุ่มคนหลายกลุ่มมีการติดต่อกันเป็นระยะเวลานาน นักจิตวิทยาเริ่มมีการให้ความสนใจในการผสมผสานทางวัฒนธรรมในฐานะของปรากฏการณ์ในระดับบุคคล ซึ่งหมายถึงปรากฏการณ์ของการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในจิตใจของบุคคลเมื่อกลุ่มคนหลายกลุ่มมีการติดต่อกันเป็นระยะเวลานาน ในปี 1960s (Graves, 1967)

ทฤษฎีของการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่ถูกนำมาใช้เป็นระยะเวลาประมาณครึ่งศตวรรษ คือ ทฤษฎีโค้งตัวยู (U-curve) พัฒนาโดย Lysgaard ทฤษฎีความตระหนกทางวัฒนธรรม (culture shock) พัฒนาโดย Oberg และ ทฤษฎีการผสมผสานทางวัฒนธรรม และการปรับตัวทางจิตวิทยา พัฒนาโดย Berry ดังรายละเอียดต่อไปนี้

ทฤษฎีโค้งตัวยู (U-curve)

ทฤษฎีของการปรับตัวข้ามวัฒนธรรมที่เป็นที่รู้จักมากที่สุด คือ ทฤษฎีของ Lysgaard (1955) ซึ่งเกิดจากการศึกษานักศึกษาชาวนอร์เวย์ที่ได้รับทุนการศึกษา Fullbright ให้ไปศึกษาต่อในประเทศสหรัฐอเมริกา Lysgaard สังเกตเห็นว่านักศึกษาที่อยู่ในสหรัฐอเมริกาเป็นระยะเวลา 6 ถึง 12 เดือน

พบกับความลำบากในการปรับตัวมากกว่านักศึกษาที่อยู่ในสหรัฐอเมริกาเป็นระยะเวลาน้อยกว่า 6 เดือนหรือมากกว่า 18 เดือน

ทั้งหมดนี้ทำให้ Lysgaard กล่าวว่ากระบวนการปรับตัวในระยะยาวมีลักษณะเป็นเหมือน โค้งตัวยู กล่าวคือ ในช่วงแรกๆ นักศึกษาจะรู้สึกว่าการปรับตัวเป็นเรื่องง่ายและประสบความสำเร็จ ต่อมา นักศึกษาก็จะเผชิญกับ “วิกฤติ” บางอย่าง ทำให้รู้สึกว่าตนปรับตัวได้ด้น้อยลง อีกทั้งยังเริ่มรู้สึก เหนงาและไม่มีความสุข ต่อมา นักศึกษาก็จะเริ่มรู้สึกว่าตนปรับตัวได้ดีขึ้นอีกครั้ง ตนเริ่มรู้สึกกลมกลืน เข้ากับสังคมเจ้าบ้านหรือสังคมถิ่นฐานมากขึ้น

ทฤษฎีความตระหนกทางวัฒนธรรม (culture shock)

Oberg (1960) เป็นผู้ที่ทำให้คำอธิบายคำว่า “ความตระหนกทางวัฒนธรรม” จากมุมมองของนัก มานุษยวิทยา Oberg อธิบายว่ามันเป็นเหมือนกับ “เชื้อโรคที่เกี่ยวข้องกับการทำงาน (occupational disease)” ที่เกิดขึ้นกับคนที่ถูกย้ายไปอยู่ในอีกประเทศหนึ่งอย่างทันทีทันใด เชื้อโรค นี้มีอาการต่างๆ เช่น ความรู้สึกที่ว่าทำอะไรไม่ได้ ความรู้สึกโกรธ ความรู้สึกคิดถึงบ้าน เป็นต้น Oberg นำเสนอว่าความตระหนกทางวัฒนธรรมมีอยู่ 4 ขั้นตอน ซึ่ง Muecke, Lenthall, and Lindeman (2011) ได้ทำการสรุป 4 ขั้นตอนนี้ไว้อย่างดีในการศึกษาของพวกเขาในเรื่องของความ ตระหนกทางวัฒนธรรมและเจ้าหน้าที่พนักงานในอุตสาหกรรมการดูแลสุขภาพในชุมชนชนบท ประเทศออสเตรเลียดังนี้

ขั้นตอนแรก: ขั้นฮันนีมูน (honeymoon) ในขั้นตอนนี้ บุคคลรู้สึกตื่นเต้น และตื่นตาตื่นใจกับ สิ่งที่พบเห็น ปัญหาที่เกิดขึ้นอันเนื่องมาจากความไม่ลงรอยทางวัฒนธรรมระหว่างสังคมถิ่นฐานกับ สังคมดั้งเดิม จะถูกมองว่าเป็นเรื่องตลกขบขัน

ขั้นตอนที่สอง: ขั้นปฏิเสธ (rejection) ในขั้นตอนนี้ ทศนคติที่รุนแรงและมั่งร้ายที่มีต่อสังคมถิ่น ฐานจะเริ่มปรากฏ เนื่องจากบุคคลไม่สามารถใช้ชีวิตประจำวันได้อย่างราบรื่น การเหมารวม (stereotyping) มักจะเริ่มเกิดขึ้นในขั้นตอนนี้ บุคคลเริ่มมองว่าประสบการณ์ที่เผชิญอยู่นี้เป็น ประสบการณ์ที่สับสน น่าอับอาย หดหู่ และเต็มไปด้วยความเครียด

ขั้นตอนที่สาม: ขั้นคลี่คลายในเบื้องต้น (beginning resolution) ในขั้นตอนนี้ บุคคลเริ่มที่จะ แก้ปัญหาเล็กๆน้อยๆได้แล้ว แต่ยังคงรักษาทัศนคติที่ “เหนือกว่า” ต่อคนจากสังคมถิ่นฐานอยู่ แม้ว่า บุคคลจะยังคงมีปัญหา แต่มุมมองของบุคคลเริ่มมีความสมดุลมากขึ้น และเริ่มต้นที่จะใช้ ชีวิตประจำวันได้ลงตัวแล้ว

ขั้นตอนที่สี่: ขั้นการผสมผสานวัฒนธรรม (acculturation) ในขั้นตอนนี้ บุคคลปรับตัวได้แล้ว บุคคลสามารถใช้ชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพในวัฒนธรรมใหม่ นี่คือเป้าหมายของนักศึกษานานาชาติ

ทฤษฎีความตระหนกทางวัฒนธรรมของ Oberg มีลักษณะที่ล้อตามไปกับทฤษฎีไค้งตัวของ Lysgaard ทฤษฎีทั้งสองนี้เป็นรากฐานของโปรแกรมฝึกเพื่อเตรียมรับมือกับการข้ามวัฒนธรรม (cross-cultural training programs) ตลอดครึ่งศตวรรษที่ผ่านมา ทั้งสองทฤษฎีมุ่งเน้นที่บุคคลที่กำลังเผชิญกับการผสมผสานวัฒนธรรมและการปรับตัวเชิงสังคมวัฒนธรรม (ซึ่งก็คือการเรียนรู้ที่จะใช้ชีวิตในแต่ละวันในวัฒนธรรมใหม่) ของบุคคลนั้น เมื่อมองในมุมของสองทฤษฎีนี้ การผสมผสานทางวัฒนธรรมเป็นแนวคิดที่ลักษณะหนึ่งมิติ (unidimensional) และมุ่งเน้นที่ตัวบุคคลที่ย้ายมาอยู่ในประเทศใหม่เพียงอย่างเดียว กล่าวคือ บุคคลที่กำลังเผชิญกับการผสมผสานวัฒนธรรมมีการเคลื่อนจากจุดที่บุคคลยึดถือในวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิมไปสู่จุดที่บุคคลมีการรับค่านิยม ลักษณะ และทัศนคติของวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐานมากขึ้นเรื่อยๆ ข้อตกลงเบื้องต้นที่รองรับทฤษฎีเหล่านี้ คือ บุคคลที่กำลังเผชิญกับการผสมผสานวัฒนธรรมมีความต้องการที่จะสละวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิมของตนและรับทัศนคติของวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐาน

แม้ว่าทฤษฎีความตระหนกทางวัฒนธรรมของ Oberg และทฤษฎีไค้งตัวของ Lysgaard ได้ถูกนำมาใช้ไม่ต่ำกว่าครึ่งศตวรรษ งานวิจัยพบว่าปัญหาที่หนักที่สุดของนักศึกษานานาชาติไม่ได้เกิดขึ้นในช่วงระยะเวลาหลายเดือนหลังจากที่ได้เดินทางมาถึงสังคมถิ่นฐาน แต่มักจะเกิดขึ้นในช่วงแรกที่เพิ่งเดินทางมาถึงสังคมถิ่นฐาน และจากนั้นปัญหาจะลดลงเมื่อเวลาผ่านไป (Selby & Woods, 1966; Suanet & Van de Vijver, 2009; Ward, Okura, Kennedy, & Kojima, 1998) การทบทวนวรรณกรรมที่เกิดขึ้นพบว่าทฤษฎีทั้งสองนี้ได้รับการสนับสนุนที่ค่อนข้างจำกัด (Furnham & Bochner, 1986; Hechanova-Alampay, Beehr, Christiansen, & Van Horn, 2002) คำวิจารณ์จำนวนมากมักจะเป็นเรื่องของระเบียบวิธีวิจัยที่อ่อน กล่าวคือ Oberg พัฒนาทฤษฎีของเขาขึ้นมาจากหลักฐานโดยเรื่องเล่า (anecdotal evidence) ในขณะที่งานวิจัยของ Lysgaard เป็นการศึกษาหนึ่งช่วงเวลา (cross-sectional) และไม่ได้มีการศึกษาหลายช่วงเวลา (longitudinal) ตามมา และเนื่องจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมเป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นเป็นระยะเวลายาว การศึกษากลุ่มบุคคลเดิมเป็นระยะเวลาหลายเดือนจึงเป็นรูปแบบการศึกษาที่เหมาะสมมากกว่า (Ward และคณะ, 1998) Church (1982) ระบุว่า หลังจากที่ได้การทบทวนหลักฐานของไค้งตัวแล้ว พบว่าหลักฐานมี “ความอ่อนแอ หาข้อสรุปไม่ได้ และเหมารวม” (p. 542) Ward, Okura, Kennedy และ Kojima (1998) ถึงกับกล่าวว่าทฤษฎีไค้งตัวเป็นทฤษฎีที่ล้าสมัยมานานแล้วด้วยซ้ำ ซึ่งนอกเหนือจากเหตุผลในเรื่องของระเบียบวิธีวิจัยที่กล่าวไปในข้างต้นแล้ว อีกหนึ่งจุดอ่อนของทฤษฎีความตระหนกทาง

วัฒนธรรมและทฤษฎีไค้งตัวยู คือ การที่ทฤษฎีเหล่านี้มีสมมติฐานว่าทุกคนจะมีรูปแบบการปรับตัวเป็นลำดับขั้นตอนที่ตายตัวเสมอ ไม่ว่าจะคนๆ นั้นจะอาศัยอยู่ในประเทศใดก็ตาม พุทธิกัญญ์หนึ่งก็คือ ความแตกต่างระหว่างบุคคลแต่ละคนและความแตกต่างของสภาพแวดล้อมที่บุคคลอาศัยอยู่ถือเป็นปัจจัยที่ไม่มีความสำคัญแต่อย่างใด ซึ่งผู้ที่ได้ทำการศึกษาเรื่องการผสมผสานทางวัฒนธรรมในเวลาต่อมา (เช่น Berry, 1997; Ward และคณะ, 2001; Safdar และคณะ, 2003; Arends-Toth และ van de Vijver, 2006) พบว่าสมมติฐานข้อนี้ไม่เป็นความจริงและได้นำเสนอทฤษฎีการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่คำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคลแต่ละคนและความแตกต่างของสภาพแวดล้อมที่บุคคลอาศัยอยู่ด้วย

ปัจจุบันการวิจัยเรื่องการผสมผสานทางวัฒนธรรม มีนักวิจัยอยู่ 2 ท่านที่ได้รับการยอมรับว่าเป็นผู้เชี่ยวชาญ นั่นคือ Berry และ Ward (Garza, 2015) นักวิจัย 2 ท่านนี้ศึกษาการผสมผสานทางวัฒนธรรมเป็นระยะเวลามากกว่า 4 ทศวรรษ และได้ทำการขยายงานของกันและกัน อีกทั้งยังมีการชื่นชมกันและกัน ทั้งทางตรงและทางอ้อมมาโดยตลอดอีกด้วย (Sam & Berry, 2010, p. 478; Ward & Rana-Deuba, 1999, p. 423) การศึกษาในครั้งนี้จะใช้กรอบแนวคิดของ Berry เป็นรากฐานในการศึกษาดังนี้

ทฤษฎีการผสมผสานทางวัฒนธรรม และการปรับตัวทางจิตวิทยา

ตามแนวคิดของ Berry (2006) กระบวนการผสมผสานทางวัฒนธรรม และการปรับตัวทางจิตวิทยานี้ประกอบด้วยขั้นตอนต่างๆ ได้แก่

(1) บุคคลเผชิญกับประสบการณ์ที่ต้องติดต่อกับสถานการณ์ที่วัฒนธรรมจากสังคมทั้ง 2 อันได้แก่ สังคมถิ่นฐานและสังคมดั้งเดิมมีการติดต่อกัน และบุคคลจำเป็นต้องเข้าไปมีส่วนร่วมในวัฒนธรรมจากสังคมทั้ง 2 แห่ง

(2) บุคคลจะทำการพิจารณาความหมายของประสบการณ์เหล่านี้และทำการประเมินสิ่งที่เผชิญอยู่ หากบุคคลได้พิจารณาและประเมินสถานการณ์ที่ประสบอยู่แล้วพบว่าประสบการณ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมที่เกิดขึ้นไม่เป็นปัญหากับชีวิต บุคคลก็จะสามารถมีการปรับตัวได้อย่างราบรื่น แต่หากเมื่อประเมินแล้วพบว่าประสบการณ์ที่เผชิญอยู่นี้เป็นเรื่องที่ยุ่งยากและเป็นปัญหา แม้ว่าบุคคลจะสามารถผ่านพ้นเหตุการณ์ช่วงนี้ไปได้แต่ก็ทำให้เกิดความรู้สึกว่าตนเองไม่สามารถจัดการแก้ไขได้อย่างง่ายดายจึงทำให้บุคคลเกิดความเครียดในการผสมผสานทางวัฒนธรรม

(3) เมื่อบุคคลพยายามที่จะจัดการกับประสบการณ์ที่ได้รับการประเมินแล้วว่าเป็นปัญหาวิธีการหรือกลยุทธ์ที่บุคคลนำมาใช้ในการจัดการก็จะมีอยู่หลากหลาย หากมองในมุมมองการผสมผสานทางวัฒนธรรมของ Berry (1997) กลยุทธ์การรับมือกับการผสมผสานทางวัฒนธรรมมีอยู่ 4 ประเภท (การบูรณาการ การผสมกลมกลืน การเป็นคนชายขอบ และการแยกตัว) อันจะได้กล่าวถึงในส่วนถัดไป อย่างไรก็ตาม หากมองในมุมมองของความเครียดและการปรับตัวโดยทั่วไปแล้ว มีกลยุทธ์จำนวนไม่น้อยอยู่ไม่น้อยที่ถูกนำเสนอ และมักจะมีเชื่อมโยงกับการรับมือ (coping) เช่น Lazarus และ Folkman (2015) ซึ่งระบุไว้ว่าการรับมือมีอยู่ 2 ประเภท การรับมือแบบมุ่งเน้นปัญหา (problem-focused coping) และการรับมือแบบมุ่งเน้นอารมณ์ (emotion-focused coping) หรือ Diaz-Guerrero (1979) ที่ได้เสนอว่าการรับมือมีอยู่ 2 ลักษณะ ทั้งลักษณะของการลงมือจัดการปัญหา หรือ active coping (ซึ่งคล้ายกับการรับมือแบบมุ่งเน้นปัญหาของ Lazarus และ Folkman) และลักษณะการยอมปัญหาหรือ passive coping (ซึ่งคล้ายกับการผสมกลมกลืนของ Berry) เป็นต้น Aldwin (2007) และ Lazarus (1995) เสนอว่าประเภทของการรับมือต่าง ๆ นี้จะมีความแตกต่างกันในแต่ละวัฒนธรรม และในแต่ละวัฒนธรรม ประเภทของการรับมือที่มองว่า “ดีกว่า” หรือ “เหมาะสมกว่า” ก็น่าจะแตกต่างกันเช่นกัน ยกตัวอย่างเช่น ในกรณีของการรับมือแบบลงมือจัดการปัญหาและแบบยอมปัญหาของ Diaz-Guerrero (1979) นั้น สำหรับการรับมือแบบลงมือจัดการปัญหา กลยุทธ์นี้อาจจะประสบความสำเร็จได้น้อยหากว่าปัญหาอยู่ที่ตัวสังคมพื้นฐาน โดยเฉพาะถ้าสังคมพื้นฐานไม่เปิดกว้างยอมรับคนต่างวัฒนธรรม ส่วนการรับมือแบบยอมปัญหานั้นสะท้อนถึงความอดทนและการปรับตนเองของบุคคล ซึ่งจะประสบความสำเร็จก็ต่อเมื่อกลุ่มวัฒนธรรมพื้นฐานมีเจตคติที่ดีต่อวัฒนธรรมของผู้ย้ายถิ่น และมีการยอมรับบุคคลจากต่างวัฒนธรรม หากกลุ่มสังคมพื้นฐานมีเจตคติที่ไม่เป็นมิตรกับกลุ่มผู้ย้ายถิ่นแล้ว การเผชิญปัญหาด้วยวิธีนี้ก็ทำให้เกิดการแบ่งแยกหรือการกดขี่อย่างชัดเจน

(4) บุคคลเกิดปฏิกิริยาทั้งทางร่างกาย (physiological) และอารมณ์ (emotional) อันเป็นผลมาจากกระบวนการผสมผสานทางวัฒนธรรมทั้ง 3 ขั้นตอนก่อนหน้านี้ ปฏิกิริยาที่เกิดขึ้นนี้มีอยู่ 3 รูปแบบ ในรูปแบบแรก หากบุคคลไม่พบปัญหาจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมและสามารถปรับพฤติกรรมของตนให้สอดคล้องกับการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่เกิดขึ้นได้อย่างราบรื่น บุคคลก็จะเกิดความเครียดน้อยและได้รับผลกระทบทางบวก ในรูปแบบที่สอง บุคคลพบว่ามีปัญหาจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมแต่สามารถรับมือกับปัญหานั้นได้ บุคคลจะมีความเครียดในระดับต่ำและเกิดผลกระทบทางบวกเช่นกัน ในรูปแบบสุดท้าย บุคคลพบกับปัญหา แต่ไม่สามารถจัดการกับปัญหาที่เกิดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมได้ บุคคลก็จะพบกับระดับความเครียดที่รุนแรงและผลกระทบทางลบ เช่น ภาวะวิตกกังวล และภาวะซึมเศร้า เป็นต้น

(5) เมื่อบุคคลสามารถผ่านประสบการณ์การเผชิญความเครียดในการผสมผสานทางวัฒนธรรม ไปสักกระยะหนึ่ง บุคคลก็จะเข้าสู่ขั้นตอนของการปรับตัว ซึ่งการปรับตัวนี้เป็นการเปลี่ยนแปลงของ บุคคลที่มีความคงทนอันเกิดจากการที่บุคคลตอบสนองต่อสิ่งแวดล้อมที่อยู่รอบตัว การปรับตัวใน ขั้นตอนนี้ของโมเดล Berry (1997) ไม่ได้หมายความว่า ตัวบุคคลและสภาพแวดล้อมใหม่อันเกิดจาก การผสมผสานทางวัฒนธรรม มีความสอดคล้องกันเสมอไป การปรับตัวที่เกิดขึ้นอาจจะอยู่ในรูปแบบ ของการที่บุคคลกับสภาพแวดล้อมอยู่ในสภาพที่ไม่สอดคล้องมากเสียจนกระทั่งบุคคลตัดสินใจหลีกเลี่ยง ออกจากสภาพแวดล้อมดังกล่าวอย่างถาวรก็เป็นได้ ฉะนั้น การปรับตัวในโมเดลนี้จึงถือเป็นคำที่มี ความเป็นกลาง มันไม่ใช่คำเชิงบวก (ปรับตัวได้ดี) หรือเชิงลบ (ปรับตัวได้ไม่ดี)

Berry (1997) อธิบายว่า ปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อขั้นตอนกระบวนการผสมผสานทาง วัฒนธรรมและการปรับตัวทั้ง 5 ขั้นตอนนี้ประกอบด้วยปัจจัย 2 ระดับ ได้แก่ ปัจจัยระดับกลุ่มหรือ วัฒนธรรม และปัจจัยระดับบุคคลหรือจิตวิทยา

ปัจจัยแรก คือ ปัจจัยทางวัฒนธรรม ได้แก่ สังคมดั้งเดิม (Society of origin) ลักษณะทาง วัฒนธรรมของสังคมดั้งเดิมมีความสำคัญมาก เนื่องจากการนำลักษณะทางวัฒนธรรมของสังคมดั้งเดิม มาเทียบกับสังคมถิ่นฐาน จะทำให้เราทราบได้ว่า ระยะห่างทางวัฒนธรรม (Cultural distance) มี มากน้อยเพียงใด (จะมีการพูดถึงระยะห่างทางวัฒนธรรมในรายละเอียดในลำดับถัดไป) นอกจากนี้ ลักษณะทางการเมือง เศรษฐกิจ และประชากรของสังคมดั้งเดิมก็มีความสำคัญ เนื่องจากลักษณะ เหล่านี้เป็นฐานในการเข้าใจระดับความสมัครใจ (Voluntariness) ในการเคลื่อนย้ายถิ่นฐานของ บุคคลอีกด้วย นอกจากนี้ ปัจจัยทางวัฒนธรรม ยังรวมถึง สังคมถิ่นฐาน (Society of settlement) ทักษะคติของคนในสังคมถิ่นฐานมีความสำคัญเป็นอย่างมาก หากว่าทักษะคติของคนในสังคมถิ่นฐาน เป็นไปในลักษณะที่เปิดกว้างต่อความหลากหลายทางวัฒนธรรม บุคคลที่เผชิญหน้ากับการผสมผสาน ทางวัฒนธรรมจะได้รับประโยชน์มากกว่า เมื่อเทียบกับในกรณีที่ทักษะคติของคนในสังคมถิ่นฐานเป็นไป ในลักษณะที่ไม่สนับสนุนความหลากหลายทางวัฒนธรรม (Murphy, 1973) ซึ่งทักษะคติของคนใน สังคมถิ่นฐานนี้ ส่วนหนึ่งเป็นผลมาจากนโยบายของรัฐบาลของสังคมถิ่นฐานนั้นๆ (Sabatier & Berry, 1994) และประเด็นสุดท้ายในปัจจัยด้านวัฒนธรรมคือ การผสมผสานทางวัฒนธรรมระดับกลุ่ม (Group acculturation) เมื่อสังคมถิ่นฐานและสังคมดั้งเดิมมาพบกัน การเปลี่ยนแปลงในด้านต่างๆก็ เกิดขึ้น ไม่ว่าจะเป็นในด้านกายภาพ (เช่น การเกิดขึ้นของเมือง ความหนาแน่นของประชากรที่ เพิ่มขึ้น) ด้านชีวิตภาพ (เช่น อาหารการกินแบบใหม่ เชื้อโรคแบบใหม่) ด้านเศรษฐกิจ (เช่น การ สูญเสียสถานภาพการทำงานเดิม โอกาสการทำงานใหม่) ด้านสังคม (เช่น วงคนรู้จักเดิมหายไป

ความสัมพันธ์ใหม่เข้ามา) และด้านวัฒนธรรม (เช่น เสื้อผ้าที่ใส่ อาหารที่ทาน ภาษาที่ใช้ ศาสนาที่นับถือ ค่านิยมความเชื่อที่ยึดมั่น) เป็นต้น

ปัจจัยที่สอง คือ ปัจจัยทางจิตวิทยา Berry (1997) ได้อธิบายถึง ปัจจัยที่มีผลในปรับเปลี่ยน หรือ แรงกระบวนการผสมผสานทางวัฒนธรรมเชิงจิตวิทยา ซึ่งปัจจัยดังกล่าวแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่ ปัจจัยที่มีอยู่ก่อนกระบวนการผสมผสานทางวัฒนธรรม (Factors existing prior to acculturation) ได้แก่ อายุ เพศ การศึกษา สถานภาพของบุคคล ระยะห่างทางวัฒนธรรม เป็นต้น ส่วนปัจจัยที่เกิดขึ้นระหว่างกระบวนการผสมผสานทางวัฒนธรรม (Factors arising during acculturation) ได้แก่ ระยะเวลา กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม การสนับสนุนทางสังคม เป็นต้น ซึ่งบางปัจจัย (เช่น กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม) เป็นปัจจัยที่ทำหน้าที่ได้ทั้งตัวแปรกำกับ และตัวแปรส่งผ่าน

ทฤษฎีของ Berry (1997) นี้เป็นรากฐานสำคัญของการศึกษากระบวนการผสมผสานทางวัฒนธรรมในเวลาต่อมาจำนวนมาก (เช่น Ward และคณะ, 2001; Safdar และคณะ, 2003; Arends-Toth และ van de Vijver, 2006) ซึ่งในบรรดาแนวคิดทั้งหมดที่ต่อยอดมาจากงานของ Berry (1997) ผู้วิจัยพบว่า Arends-Toth และ van de Vijver (2006) ได้สรุปกระบวนการการผสมผสานทางวัฒนธรรมในงานของ Berry (1997) ได้อย่างกระชับยิ่ง (ดูภาพที่ 2)



ภาพที่ 2 แสดงกระบวนการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่ Arends-Toth และ van de Vijver (2006) ได้สรุปมาจากงานของ Berry (1997)

สำหรับกระบวนการผสมผสานทางวัฒนธรรมนี้ Arends-Toth และ van de Vijver (2006) สรุปไว้ว่าประกอบไปด้วย 3 ส่วนใหญ่ๆดังต่อไปนี้

ส่วนที่หนึ่ง เงื่อนไขของการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่บุคคลเผชิญ (acculturation conditions) อันหมายถึงปัจจัยระดับบุคคลและระดับสังคมที่ทำหน้าที่เป็นบริบทหรือพื้นหลังที่ส่งผลกระทบต่อกระบวนการการผสมผสานทางวัฒนธรรม (เช่น ระดับการเลือกปฏิบัติของสังคมถิ่นฐาน สถานการณ์ทางการเมืองระหว่างสังคม 2 กลุ่ม ลักษณะนิสัยของบุคคล เป็นต้น)

ส่วนที่สอง แนวทางรับมือกับการผสมผสานทางวัฒนธรรมของบุคคล (acculturation orientations) อันหมายถึงแนวทางที่บุคคลผู้กำลังเผชิญกับการผสมผสานทางวัฒนธรรมเลือกที่จะมีปฏิสัมพันธ์กับทั้งวัฒนธรรมถิ่นฐานและวัฒนธรรมดั้งเดิมของเขา ซึ่ง Berry (1997) ระบุไว้ว่า แนว

ทางการรับมือกับการผสมผสานทางวัฒนธรรมของบุคคลมีอยู่ 4 ประเภท ได้แก่ (1) การแยกตัว (separation) หรือการรักษาวัฒนธรรมดั้งเดิมของตนโดยที่ไม่ได้เข้าไปมีส่วนร่วมกับวัฒนธรรมถิ่นฐาน (2) การผสมกลมกลืน (assimilation) หรือการปฏิเสธวัฒนธรรมดั้งเดิมของตนและซึมซับวัฒนธรรมถิ่นฐานอย่างสมบูรณ์ (3) การเป็นคนชายขอบ (marginalization) การปฏิเสธทั้งวัฒนธรรมดั้งเดิมของตนและวัฒนธรรมถิ่นฐาน (4) การบูรณาการ (integration) หรือการคงไว้ซึ่งวัฒนธรรมดั้งเดิมของตนพร้อมกับการเข้าไปมีส่วนร่วมในวัฒนธรรมถิ่นฐานพร้อมๆกัน

ส่วนที่สาม ผลลัพธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม (acculturation outcomes) ซึ่งจะถูกแบ่งออกเป็น 2 ประเภท ได้แก่ ผลลัพธ์เชิงจิตวิทยาและผลการปรับตัวเชิงพฤติกรรม (Van Oudenhoven, Judd, & Ward, 2008; Ward, Leong, & Law, 2004) ตัวอย่างของผลลัพธ์เชิงจิตวิทยา คือ สุขภาวะ สุขภาพจิต ความพึงพอใจกับชีวิตในวัฒนธรรมใหม่ ในขณะที่ผลการปรับตัวเชิงพฤติกรรมคือการที่บุคคลได้เรียนรู้ทักษะและความรู้ที่เหมาะสม อันจะช่วยให้บุคคลใช้ชีวิตอยู่ในวัฒนธรรมใหม่นี้ได้

สำหรับความสัมพันธ์ระหว่างเงื่อนไขของการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่บุคคลเผชิญ (acculturation conditions) แนวทางรับมือกับการผสมผสานทางวัฒนธรรมของบุคคล (acculturation orientations) และผลลัพธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมของ (acculturation outcomes) นี้ Arends-Toth และ van de Vijver (2006) ระบุว่าเงื่อนไขการผสมผสานทางวัฒนธรรมจะส่งผลต่อแนวทางรับมือกับการผสมผสานทางวัฒนธรรม และแนวทางรับมือกับการผสมผสานทางวัฒนธรรมจะส่งผลต่อผลลัพธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมตามลำดับ นอกจากนี้ผลลัพธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมยังย้อนกลับมาส่งผลต่อเงื่อนไขการผสมผสานทางวัฒนธรรมและแนวทางรับมือกับการผสมผสานทางวัฒนธรรมอีกด้วย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยมุ่งศึกษา แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม การสนับสนุนทางสังคม และสุขภาวะ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม (Acculturative Stressors)

ในการประเมินความเครียด นักจิตวิทยา และนักวิจัย เช่น Holme และ Rahe (1967) Sarason, Johnson และ Siegel (1978) ได้ให้ความสำคัญกับ การประเมินแหล่งความเครียด โดยในยุคแรกของการประเมินแหล่งความเครียด เป็นการประเมินเหตุการณ์ทางลบในชีวิต (Negative Life Events) ซึ่งครอบคลุมเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับบุคคลแล้วจะทำให้บุคคลเกิดการเปลี่ยนแปลงการดำเนินชีวิต เกิดภาวะความเครียด ความกดดัน เป็นสิ่งที่บุคคลไม่พึงปรารถนาและเป็นสิ่งที่เกิดจาก

การถูกบังคับให้ต้องปรับตัวต่อสถานการณ์อันไม่พึงปรารถนานั้น (Sarason, Johnson และ Siegel 1978) เป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพ ความเครียด และปัญหาสุขภาพจิต (Holme & Rahe, 1967)

เมื่อเร็วๆ นี้ Wheaton และ Montazer (2010) ได้แบ่งแหล่งของความเครียด ออกเป็นกลุ่มต่างๆ ดังนี้

กลุ่มแรก เหตุการณ์เปลี่ยนแปลงในชีวิต (life change events) หรือ เหตุการณ์เครียด (event stressors) ที่เป็นการเปลี่ยนแปลงที่สังเกตเห็นได้ มักเป็นการเปลี่ยนแปลงในชีวิตที่ส่งผลกระทบต่อบุคคล มีจุดเริ่มต้นและสิ้นสุดอย่างชัดเจน ตัวอย่างของแหล่งความเครียดประเภทนี้ ได้แก่ การตกงาน การย้ายถิ่นฐาน เป็นต้น (Wheaton & Montazer, 2010)

กลุ่มที่สอง แหล่งความเครียดเรื้อรัง (chronic stressors) ซึ่งมีลักษณะที่ค่อยๆ ก่อตัวขึ้นอย่างช้าๆจนกระทั่งมันได้กลายเป็นเงื่อนไขที่มีปัญหาที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องในสภาพแวดล้อมหรือบทบาททางสังคมของบุคคล ซึ่งมักจะกินระยะเวลาตั้งแต่ต้นจนจบนานกว่าเหตุการณ์เปลี่ยนแปลงในชีวิต และมักจะสร้างข้อจำกัดในการใช้ชีวิตมากกว่าเหตุการณ์เปลี่ยนแปลงในชีวิต ตัวอย่างของแหล่งความเครียดประเภทนี้ คือ การที่สมาชิกในครอบครัวมีปัญหาสุขภาพเรื้อรัง การเผชิญกับความรู้สึกแบ่งแยก (discrimination) จากคนอื่น และสถานะทางการเงินที่ย่ำแย่ เป็นต้น

กลุ่มที่สาม แหล่งความเครียดที่รบกวนในชีวิตประจำวัน (daily hassles) ซึ่งมักจะได้รับการนิยามว่าเป็น “ความกดดันที่หงุดหงิด กวนใจ และทุกข์ใจที่เกิดขึ้นในการมีปฏิสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมในแต่ละวัน” (Kanner, Coyne, Schaefer, & Lazarus, 1981, p. 3) แหล่งความเครียดประเภทนี้มีอีกชื่อหนึ่งว่าเหตุการณ์ขนาดเล็ก (micro-events) เนื่องจากมันเป็นแหล่งความเครียดที่กล่าวถึงเรื่องธรรมดาๆที่พวกเราหลายๆเผชิญหรือทำแบบอัตโนมัติ ตัวอย่างของแหล่งความเครียดประเภทนี้ คือ การมีเพื่อนบ้านที่น่ารำคาญ สภาพอากาศ และการจราจรบนท้องถนน เป็นต้น

กลุ่มที่สี่ แหล่งความเครียดที่เกิดจากไม่ได้รับสิ่งที่คาดหวัง (nonevents) ดังที่ Gersten, Langer, Eisenberg และ Orzeck (1974) ระบุไว้ว่าการเปลี่ยนแปลงสามารถทำให้เกิดความเครียดได้ไม่ต่างกับการไม่มีการเปลี่ยนแปลง ซึ่งการไม่มีการเปลี่ยนแปลงหรือภาวะไร้เหตุการณ์นี้ พวกเขาได้ให้นิยามไว้ว่าพวกมันคือ “เหตุการณ์ที่บุคคลต้องการหรือคาดหวังไว้ แต่เหตุการณ์ดังกล่าวกลับไม่เกิดขึ้น หรือถ้าจะมองในอีกมุมหนึ่ง ภาวะไร้เหตุการณ์คือบางสิ่งบางอย่างที่น่าปรารถนาแต่ไม่เกิดขึ้น ทั้งๆที่เหตุการณ์เหล่านี้เกิดขึ้นเป็นเรื่องปกติกับคนกลุ่มหนึ่ง” (1974, p. 169) ตัวอย่างของแหล่ง

ความเครียดประเภทนี้ คือ การไม่ได้รับการเลื่อนตำแหน่ง และการยังไม่มีลูก แม้ว่าอายุที่ “สมควร มีลูกได้แล้ว” เป็นต้น

กลุ่มที่ห้า แหล่งความเครียดจากเหตุการณ์สะเทือนใจหรือบาดแผลทางใจ (traumas) Wheaton และ Montazer (2010) ได้ศึกษานิยามของเหตุการณ์สะเทือนใจของ Norris (1992) และ American Psychiatric Association (1987) และพัฒนาเพิ่มเติมจากนิยามเหล่านั้น จนกระทั่งได้ข้อสรุปว่า เหตุการณ์สะเทือนใจ/บาดแผลทางใจ มีลักษณะดังต่อไปนี้ (1) ระดับความคุกคามของเหตุการณ์สะเทือนใจจะต้องมีความร้ายแรงมากกว่าเหตุการณ์เปลี่ยนแปลงในชีวิตทั่วไป (2) เหตุการณ์สะเทือนใจสามารถเกิดขึ้นในรูปแบบของเหตุการณ์เดี่ยวๆที่เป็นเอกเทศใดๆหรือปัญหาเรื้อรังในระยะยาวก็ได้ (3) เนื่องจากเหตุการณ์สะเทือนใจมีความรุนแรงสูง พวกมันจึงมีศักยภาพที่จะส่งผลกระทบต่อในระยะยาวมากกว่าแหล่งความเครียดประเภทอื่นๆ ตัวอย่างของแหล่งความเครียดประเภทนี้ คือ การสูญเสียสมาชิกในครอบครัว (จัดเป็นเหตุการณ์สะเทือนใจ) การเป็นเหยื่อของการถูกทารุณกรรมทางเพศจากคนภายในครอบครัว และการที่ต้องเติบโตภายในพื้นที่สงคราม (จัดเป็นแหล่งความเครียดเรื้อรังที่สะเทือนใจ) เป็นต้น

แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมของนักศึกษาต่างชาติ

โดยธรรมชาติแล้ว ประชากรบางกลุ่ม นอกจากจะต้องเผชิญกับแหล่งความเครียดโดยทั่วไปแล้ว พวกเขาจะต้องเผชิญกับแหล่งความเครียดเฉพาะเจาะจงเพิ่มเติมจากแหล่งความเครียดโดยทั่วไปอีกด้วย (Lay & Nguyen, 1998; Safdar & Lay, 1999) ซึ่งสำหรับกรณีของนักศึกษาต่างชาตินี้ แหล่งเครียดเฉพาะเจาะจงที่พวกเขาต้องเผชิญ คือ แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม (acculturative stressors) นั่นเอง (Saldaina, 1994; Utsey & Ponterotto, 1996)

นักจิตวิทยาที่ศึกษาเรื่องการปรับตัวทางวัฒนธรรม เช่น Berry, Kim, Minde, & Mok (1987) ได้ระบุว่า แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม คือ ความกดดันที่หงุดหงิด กวนใจ และทุกข์ใจที่เกิดขึ้นในการมีปฏิสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมในแต่ละวัน (Kanner et al., 1981, p. 3) โดยที่ความกดดันดังกล่าวมีรากฐานมาจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม (acculturation) ซึ่งก็คือ การเปลี่ยนแปลงที่กลุ่มบุคคลและบุคคลเผชิญเมื่อพวกเขามีการติดต่อกับวัฒนธรรมอีกแห่งหนึ่งที่มีความแตกต่างกันอย่างต่อเนื่อง (Berry, Kim, Minde, & Mok, 1987) ฉะนั้น จึงอาจกล่าวได้ว่า แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่มีการศึกษาอยู่นี้ จัดเป็นแหล่งความเครียดกลุ่มที่ 4 หรือแหล่งความเครียดที่รบกวนในชีวิตประจำวัน (daily hassles) ตามการจัดประเภทแหล่งความเครียดของ Wheaton และ Montazer (2010) นั่นเอง

ข้อมูลจากการทบทวนวรรณกรรม พบว่าแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมของนิสิตนักศึกษานานาชาติที่พบได้บ่อยที่สุด ได้แก่

1) ความรู้สึกคิดถึงบ้าน: การใช้ชีวิตห่างไกลจากครอบครัวและเพื่อนฝูงที่สนิทเป็นเรื่องที่ท้าทายสำหรับนักศึกษานานาชาติ Jenny, Lin และ Kishimoto (2003) พบว่าความรู้สึกคิดถึงบ้านเป็นหนึ่งในความกังวลใจของนักศึกษานานาชาติในสหรัฐอเมริกาที่ได้รับการรายงานบ่อยที่สุด ความรู้สึกคิดถึงบ้านนี้แบ่งออกเป็น 5 ด้าน (1) คิดถึงครอบครัว (2) คิดถึงเพื่อน (3) ความรู้สึกเหงา (4) ปัญหาการปรับตัว (5) การหมกมุ่นครุ่นคิดถึงบ้าน (Willis, Stroebe, & Hewstone, 2003) Sandhu และ Asrabadi (1994) ระบุว่านักเรียนนักศึกษาในกลุ่มนี้มักจะคิดว่าครอบครัวและเพื่อนของพวกเขากำลังทำอะไรอยู่ตอนนี้ นักศึกษาเหล่านี้มักจะคิดถึงอาหาร เสื้อผ้า หนังสือพิมพ์ ความบันเทิง (เช่น ดนตรี โทรทัศน์ ภาพยนตร์ หนังสือ) และสภาพอากาศในบ้านเกิดเมื่อนอนมากเป็นพิเศษ

2) ความรู้สึกถูกกีดกัน แบ่งแยก: วรรณกรรมระบุว่านักศึกษานานาชาติประสบกับการแบ่งแยก (discrimination) ซึ่งส่งผลกระทบต่อสภาพจิตใจและการปรับตัวทางวัฒนธรรมของพวกเขา (Mori, 2000; Sandhu, 1994; Yoon & Portman, 2004) ระดับการแบ่งแยกที่สูงมีแนวโน้มที่จะเกิดขึ้นในหมู่นักศึกษานานาชาติที่มาจากวัฒนธรรมที่มีความแตกต่างจากสังคมถิ่นฐาน (Pedersen, 1991) นักศึกษาที่เจอกับการแบ่งแยกอาจจะรู้สึกมีแรงจูงใจในการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้คนในสังคมถิ่นฐานลดลง ซึ่งอาจจะนำมาสู่ความรู้สึกเหงาและโดดเดี่ยวได้ (Constantine, Anderson, Berkel, Caldwell, & Utsey, 2005; Klomegh, 2006; Mallinckrodt & Leong, 1992b; Mori, 2000)

3. ปัญหาด้านการใช้ภาษา: ภาษาถือเป็นหนึ่งในประเด็นที่ท้าทายมากที่สุดสำหรับนักศึกษานานาชาติ (Mori, 2000) การที่บุคคลไม่สามารถใช้ภาษาประจำสังคมถิ่นฐานได้อย่างคล่องแคล่วถือเป็นแหล่งความเครียดอย่างหนึ่งที่จะต้องเผชิญในการปรับตัวในวัฒนธรรมใหม่อย่างประสบความสำเร็จ (Poyrazli, Arbona, Bullington, & Pisecco, 2001; Yeh & Inose, 2003) อีกสิ่งหนึ่งที่มีความท้าทาย คือ สำเนียงของนักศึกษา ซึ่งมีผลมากเป็นพิเศษในการเรียนการสอนและการถกเถียงกันในห้องเรียน ระดับความสามารถในการใช้ภาษาประจำสังคมถิ่นฐานของนักศึกษาส่งผลกระทบต่อผลการเรียน ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม และการปรับตัวโดยทั่วไปในสังคมถิ่นฐาน ซึ่งส่งผลกระทบต่อสุขภาวะทางจิตของนักศึกษาอีกทีหนึ่ง ทักษะทางภาษาที่ไม่เพียงพอนี้สามารถนำมาสู่ความภาคภูมิใจในตัวเอง (self-esteem) ที่ต่ำ ซึ่งอาจจะนำมาสู่ภาวะวิตกกังวลและซึมเศร้าได้ (Lin & Yi, 1997)

4) ความรู้สึกตกใจ สับสนต่อวัฒนธรรมที่ไม่คุ้นเคย: ความรู้สึกตกใจ สับสนต่อวัฒนธรรมที่ไม่คุ้นเคย (culture shock) คือ ปฏิกริยาทางจิตใจที่มีต่อบรรทัดฐานทางวัฒนธรรมที่ไม่คุ้นเคย ซึ่งพบได้

ในสภาพแวดล้อมที่ไม่คุ้นเคย (Furnham & Bochner, 1986) แนวทางปฏิบัติและค่านิยมในสังคมถิ่นฐานบางส่วนจะไม่สอดคล้องกับที่นักศึกษานานาชาติพบเจอในสังคมดั้งเดิมของพวกเขา ความแตกต่างในการสื่อสารและธรรมเนียมปฏิบัติอาจจะทำให้เกิดความรู้สึกตกใจ สับสนต่อวัฒนธรรมที่ไม่คุ้นเคยกับนักศึกษาต่างชาติได้ ยกตัวอย่างเช่น Chen (1999) ระบุว่านักศึกษานานาชาติมักจะรู้สึกแปลกใจกับความเป็นกันเองระหว่างบุคคลในคณะกับนักศึกษา (เช่น การเรียกชื่อต้นของกันและกัน แทนที่จะเรียกชื่อสกุล เป็นต้น) นักศึกษาที่มาจากแอฟริกาและเอเชียจะรู้สึกแปลกใจกับประเด็นนี้มากเป็นพิเศษ เนื่องจากพวกเขาคุ้นเคยกับความเป็นทางการระหว่างบุคคลในคณะกับนักศึกษามากกว่า การอนุญาตให้มีการดื่มกินภายในห้องเรียนก็เป็นอีกหนึ่งประเด็นที่สร้างความประหลาดใจให้กับนักศึกษาหลายๆคนเช่นกัน

5) ความเกลียดชัง ความรู้สึกผิด และความกลัว: ความรู้สึกเกลียดชังสามารถเกิดขึ้นได้เมื่อนักศึกษารู้สึกว่าตนได้รับการปฏิบัติจากผู้คนในสังคมถิ่นฐาน นอกจากนี้ นักศึกษาอาจจะรู้สึกถึงความกลัวในสิ่งที่ตนไม่รู้ อันเนื่องมาความรู้สึกไม่มั่นคงปลอดภัยและความกังวลต่างๆได้ (Sandhu & Asrabadi, 1994) บางครั้ง การตัดสินใจที่จะปรับตัวเข้าหาสังคมถิ่นฐานอาจจะทำให้นักศึกษารู้สึกว่าตนกำลังทรยศหรือหันหลังให้กับสังคมดั้งเดิมของตนอีกด้วย (Sandhu & Asrabadi, 1994) ความรู้สึกผิดนี้ นอกเหนือจากจะมีต่อสังคมดั้งเดิมในภาพรวมแล้ว ยังจะมีต่อเพื่อนนักศึกษานานาชาติที่มาจากสังคมดั้งเดิมเดียวกันอีกด้วย การรับเอาค่านิยมทางวัฒนธรรมของสังคมถิ่นฐานอาจจะได้รับการถูกมองว่าไม่จริงใจต่อวัฒนธรรมของตน ปัจจัยเหล่านี้สามารถนำมาสู่แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่สูงขึ้นได้

6) ปัญหาด้านการเงิน: ความกังวลในด้านการเงินมักจะเป็นแหล่งที่ก่อให้เกิดความเครียดที่ได้รับการรายงานบ่อยที่สุดเรื่องหนึ่งสำหรับนักศึกษานานาชาติ (Yang & Clum, 1995) การเพิ่มขึ้นของค่าเล่าเรียน การเข้าไม่ถึงหรือไม่มีทุนการศึกษา อัตราเงินเฟ้อที่เพิ่มขึ้นเกินความคาดหมาย และช่องทางการทำงานที่จำกัด คือ ประเด็นที่นักศึกษานานาชาติจำเป็นต้องเผชิญเมื่อพวกเขาใช้ชีวิตอยู่ในสังคมถิ่นฐาน ประเด็นทางการเงินเหล่านี้เป็นสิ่งเหนี่ยวนำความเครียดที่อาจจะนำมาสู่การเพิ่มขึ้นของความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมได้ แม้ว่านักศึกษานานาชาติบางส่วนเดินทางมาพร้อมๆกับเงินสดจำนวนมาก นักศึกษานานาชาติจำนวนไม่น้อยเช่นกัน ที่ต้องเผชิญกับความยากลำบากในการหาเงินประทังชีวิตในแต่ละวัน อีกทั้งยังไม่มีเงินมากพอที่จะเดินทางกลับบ้านในช่วงเทศกาลวันหยุดอีกด้วย (Butcher & McGrath, 2004) Poyrazli และคณะ (2001) พบว่านักศึกษาจากประเทศตุรกีที่ได้รับทุนการศึกษาจากรัฐบาลของพวกเขามีระดับความเครียดที่สูงกว่าเพื่อนนักศึกษา

จากตุรกีด้วยกันที่ไม่ได้รับทุนการศึกษา เพราะพวกเขา มักจะประสบปัญหากับความล่าช้าในการส่งเงิน จากตุรกีมายังสหรัฐอเมริกาเป็นประจำทุกเดือน

7) การขาดการสนับสนุนทางสังคม: นักศึกษานานาชาติเผชิญหน้ากับความท้าทายในเรื่องของการคบกับเพื่อนใหม่ การรับมือกับการสูญเสียการสนับสนุนทางสังคม และการสร้างระบบการสนับสนุนทางสังคมใหม่ การสูญเสียและการขาดการสนับสนุนทางสังคมถูกพบว่ามีส่วนที่นำมาสู่ผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษาที่ลดลงและประสบการณ์ทางจิตใจเชิงลบ (เช่น ความสับสน ภาวะซึมเศร้า เป็นต้น) มากเป็นพิเศษ (Pedersen, 1991) Yeh และ Inose (2003) พบว่านักศึกษานานาชาติที่รู้สึกพึงพอใจกับเครือข่ายการสนับสนุนทางสังคมของพวกเขามีระดับความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมต่ำกว่านักศึกษาที่ไม่รู้สึกพึงพอใจกับเครือข่ายการสนับสนุนทางสังคม เช่นเดียวกัน Poyrazli และคณะ (2001) พบว่านักศึกษาที่มีการสนับสนุนทางสังคมที่สูงกว่าประสบกับความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่ต่ำกว่า

รายละเอียดของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมของนักศึกษานานาชาติที่พบได้บ่อยที่สุด ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 รายละเอียดของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมของนักศึกษานานาชาติที่พบได้บ่อยที่สุด

แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม	ผู้ศึกษา
ความรู้สึกตกใจ สับสนต่อวัฒนธรรมที่ไม่คุ้นเคย ความเครียดที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงสิ่งรอบตัว	Chen, 1999; Furnham & Bochner, 1986; Sandhu & Asrabadi, 1994
ความรู้สึกเหงา คิดถึงบ้าน หรือคิดถึงถิ่นที่ตนเอง คุ้นเคย ความเครียดจากวัฒนธรรมใหม่และความต้องการที่จะ กลับสู่วัฒนธรรมเดิม	Jenny, Lin, & Kishimoto, 2003; Sandhu & Asrabadi, 1994; Willis, Stroebe, & Hewstone, 2003
ความเกลียดชัง ความรู้สึกถูกกีดกันเหมือนคนแปลก หน้าไม่เข้าพวก ความรู้สึกผิด ความกังวลที่ไม่ เฉพาะเจาะจง ความกลัว	Sandhu & Asrabadi, 1994
ปัญหาด้านการเงินความกังวลทางการเงิน ความต้องการที่จะใช้ชีวิตอยู่ในประเทศไทยต่อไป	Butcher & McGrath, 2004; Poyrazli et al., 2001; Yang & Clum, 1995
ปัญหาด้านการใช้ภาษา ปัญหาการเรียน การศึกษา	Poyrazli, Arbona, Bullington, & Pisecco, 2001; Yeh & Inose, 2003;

แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม	ผู้ศึกษา
ความยากลำบากในการสื่อสาร และการศึกษา	Yang & Clum, 1995
ปัญหาการขาดการสนับสนุนทางสังคม/ปัญหาด้านความสัมพันธ์	Pedersen, 1991; Poyrazli et al., 2001; Yeh & Inose, 2003; Yang & Clum, 1995

อย่างไรก็ตาม แม้การศึกษาแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมของนักเรียนนานาชาติที่ผ่านมาจะมีประโยชน์อยู่ไม่น้อย แต่ Pan, Yue, และ Chan (2010) พบว่าเครื่องมือที่ถูกพัฒนาเพื่อใช้วัดแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมในอดีต เต็มไปด้วยความสับสนระหว่างแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม (acculturative stressors) ความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม (acculturative stress) และผลอันเกิดจากความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม (responses of acculturative stress)

สาเหตุที่เป็นเช่นนั้นอาจจะเป็นเพราะนักวิจัยที่พัฒนาเครื่องมือเหล่านี้ในอดีตมีนิยามของคำว่า “ความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม” ที่แตกต่างกัน นักวิจัยบางกลุ่ม (เช่น Joiner Jr & Walker, 2002) ซึ่งมองความเครียดในฐานะของตัวกระตุ้น (stress as a stimulus) นิยามความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมว่าเป็นข้อขัดแย้ง ความยุ่งยาก หรือแหล่งความเครียดที่เกิดขึ้นจากการปรับตัวข้ามวัฒนธรรม นักวิจัยบางกลุ่ม (เช่น Mishra, Sinha, & Berry, 1996) ซึ่งมองความเครียดในฐานะของการตอบสนอง (stress as a response) จะสมมติว่าความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมเป็นสิ่งที่สร้างผลกระทบทางลบต่อสุขภาวะของบุคคลที่เผชิญกับการเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรม ในขณะที่นักวิจัยบางกลุ่ม (เช่น Shuval, 1982) ซึ่งมองความเครียดในฐานะของการปฏิสัมพันธ์ (stress as a transaction/interaction) นิยามความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมว่าเป็นกระบวนการปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและสภาพแวดล้อมใหม่ของสังคมถิ่นฐาน และมีการนำการประเมินความเครียดและการรับมือกับความเครียดเข้ามาพิจารณาด้วย

จะสังเกตได้ว่า นักวิจัยกลุ่มที่มองความเครียดในฐานะของตัวกระตุ้นและการตอบสนอง ละเลยความแตกต่างของบุคคลแต่ละคน กล่าวคือ กลุ่มที่มองความเครียดในฐานะของตัวกระตุ้นตัดสินว่าความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมเป็นสิ่งที่ปัญหาเท่านั้น ในขณะที่กลุ่มที่มองความเครียดในฐานะของการตอบสนองตัดสินว่าความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมจะส่งผลร้ายต่อสุขภาวะของบุคคลเท่านั้น ยิ่งไปกว่านั้น การมองความเครียดในฐานะของตัวกระตุ้นและการตอบสนองยังเป็นมุมมองที่ไม่สอดคล้องกับทฤษฎีที่เป็นกรอบแนวคิดสำคัญในการศึกษาการ

ผสมผสานทางวัฒนธรรมของนักศึกษานานาชาติอีกด้วย (เช่น Berry, 1997; Ward และคณะ, 2001; Safdar และคณะ, 2003; Arends-Toth และ van de Vijver, 2006) ผู้วิจัยจึงเลือกที่จะศึกษาและพัฒนาเครื่องมือสำหรับวัดแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม โดยมองความเครียดในฐานะของการปฏิสัมพันธ์

กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม (Acculturation strategies)

กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม (Acculturation strategies) หมายถึง แนวทางที่บุคคลเผชิญกับการผสมผสานทางวัฒนธรรมผ่านการตัดสินใจว่า ตนจะยังคงรักษาวัฒนธรรมและตัวตนดั้งเดิมไว้หรือไม่ และ ตนจะติดต่อและมีส่วนร่วมในการใช้ชีวิตประจำวันกับกลุ่มคนต่างวัฒนธรรมหรือไม่ (Berry, 1997)

สำหรับการศึกษากลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมนี้ จากการทบทวนวรรณกรรมทั้งหมด Ryder, Alden, and Paulhus (2000) พบว่า มีกลุ่มผู้วิจัยที่ศึกษาตัวแปรตัวนี้ทั้งหมด 2 กลุ่มใหญ่

กลุ่มใหญ่แรก คือ กลุ่มนักวิจัยที่มองว่ากลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม เป็นตัวแปรที่มีลักษณะหนึ่งมิติ (unidimensional) กล่าวคือ กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมของแต่ละบุคคลจะเคลื่อนตัวอยู่ระหว่าง 2 ขั้ว ปลายขั้วหนึ่ง คือ การยึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิมโดยละทิ้งวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐานโดยสิ้นเชิง ในขณะที่อีกปลายขั้วหนึ่ง คือ การยึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐานโดยละทิ้งวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิมโดยสิ้นเชิง จุดกึ่งกลางระหว่างปลายขั้วทั้ง 2 ขั้ว คือ การยึดมั่นใน 2 วัฒนธรรม (Biculturalism) ตัวอย่างหนึ่งของผู้วิจัยกลุ่มนี้ คือ ผู้พัฒนามาตรวัด Suinn-Lew Asian Self-Identity Acculturation Scale (Suinn, Rickard-Figueroa, Lew, & Vigil, 1987)

กลุ่มใหญ่ที่สอง คือ กลุ่มที่เห็นด้วยกับแนวคิดกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมของ Berry (1997) กลุ่มนี้เชื่อว่าตัวแปร กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม เป็นตัวแปรที่ลักษณะสองมิติ (bidimensional) ซึ่งหมายความว่า การที่บุคคลยึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมแห่งหนึ่ง ไม่ได้หมายความว่าบุคคลต้อง “ละ” วัฒนธรรมสังคมอีกแห่งหนึ่งเสมอไป

กลุ่มใหญ่ที่สองนี้จะการแบ่งย่อยลงไปอีก 2 กลุ่มย่อย ซึ่งกลุ่มย่อยแรก (เช่น Berry, Kim, Power, Young และ Bujaki, 1989) มองว่ากลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมแบ่งออกเป็น 4 มิติที่มีความสัมพันธ์กันตามกลยุทธ์ 4 ประเภทของทฤษฎี Berry (1997) อันได้แก่

1) การแยกตัว (Separation) หมายถึง การที่บุคคลได้คงมาตรฐานค่านิยมทางวัฒนธรรมเดิมของตนโดยที่ไม่เข้าไปมีส่วนร่วมกับวัฒนธรรมถิ่นฐาน ซึ่งลักษณะการใช้ชีวิตของผู้ย้ายถิ่นประเภทนี้

มักจะใช้ภาษาท้องถิ่นของตัวเองเป็นภาษาพูด มีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลที่มาจากวัฒนธรรมเดียวกัน และมีปฏิสัมพันธ์เพียงเล็กน้อยกับบุคคลที่มาจากวัฒนธรรมถิ่นฐาน

2) การผสมกลมกลืน (Assimilation) หมายถึง การที่บุคคลปฏิเสธวัฒนธรรมของตนเองและซึมซับเอาวัฒนธรรมถิ่นฐานอย่างสมบูรณ์ ผู้ย้ายถิ่นลดความสำคัญในการติดต่อกับบุคคลที่มาจากวัฒนธรรมเดียวกัน เลือกใช้ภาษาของวัฒนธรรมถิ่นฐานในการติดต่อสื่อสารกับบุคคลที่มาจากวัฒนธรรมเดียวกัน เนื่องจากมีความสนใจและชื่นชอบวัฒนธรรมถิ่นฐานมากกว่า

3) การเป็นคนชายขอบ (Marginalization) หมายถึง การที่บุคคลที่ปฏิเสธทั้งวัฒนธรรมของตนและวัฒนธรรมถิ่นฐาน ไม่สามารถปฏิบัติตนได้อย่างเหมาะสมไม่ว่าจะเป็นวิถีวัฒนธรรมถิ่นฐานหรือวัฒนธรรมเดิมของตน ไม่สามารถอยู่กับวัฒนธรรมทั้งสองลักษณะได้ มักจะดำเนินชีวิตห่างจากกลุ่มสังคม ซึ่งบุคคลที่มีการผสมผสานทางวัฒนธรรมในรูปแบบนี้จะไม่สามารถเข้าไปมีส่วนร่วมกับวัฒนธรรมถิ่นฐาน เป็นลักษณะที่เกิดกับชนกลุ่มน้อยในท้องถิ่น

4) การบูรณาการ (Integration) หมายถึง การที่บุคคลคงไว้ซึ่งเอกลักษณ์ทางวัฒนธรรมเดิมของตนในขณะเดียวกันก็เข้าไปมีส่วนร่วมกับค่านิยมของวัฒนธรรมถิ่นฐาน ซึ่งแสดงให้เห็นลักษณะของบุคคลที่สามารถย้ายจากวัฒนธรรมหนึ่งไปยังวัฒนธรรมใหม่ได้ มีการเปลี่ยนรูปแบบทางวัฒนธรรมของตนเองไปตามวัฒนธรรมที่อาศัยอยู่ โดยบุคคลจะใช้ภาษาทั้งสองภาษาหรือหลายภาษาในการสื่อสาร

กลุ่มย่อยที่สอง คือ กลุ่มที่มองว่าการผสมผสานทางวัฒนธรรมแบ่งออกเป็น 2 มิติ ได้แก่ การยึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิม และการยึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐาน (เช่น Ryder, Alden, & Paulhus, 2000) ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

ด้านที่ 1 การยึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิม (Identification with heritage culture) หมายถึงแนวทางที่บุคคลเผชิญกับการผสมผสานทางวัฒนธรรมผ่านการตัดสินใจว่า ตนจะยังคงรักษาวัฒนธรรมและตัวตนดั้งเดิมไว้หรือไม่ บุคคลที่มีคะแนนด้านนี้สูง มักจะเป็นผู้ที่คงมาตรฐานค่านิยมทางวัฒนธรรมเดิมของตนโดยที่ไม่เข้าไปมีส่วนร่วมกับวัฒนธรรมถิ่นฐาน ซึ่งลักษณะการใช้ชีวิตของผู้ย้ายถิ่นประเภทนี้มักจะใช้ภาษาท้องถิ่นของตัวเองเป็นภาษาพูด มีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลที่มาจากวัฒนธรรมเดียวกัน และมีปฏิสัมพันธ์เพียงเล็กน้อยกับบุคคลที่มาจากวัฒนธรรมถิ่นฐาน ในทางตรงกันข้ามบุคคลที่มีคะแนนในด้านนี้ต่ำ มักจะปฏิเสธวัฒนธรรมเดิมของตน และใช้ชีวิตห่างจากกลุ่มสังคมในวัฒนธรรมดั้งเดิมของตน

ด้านที่ 2: การยึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมนักเจ้าของบ้าน (Identification with mainstream culture) หมายถึง แนวทางที่บุคคลเผชิญกับการผสมผสานทางวัฒนธรรมผ่านการตัดสินใจว่า ตนจะติดต่อและมีส่วนร่วมในการใช้ชีวิตประจำวันกับกลุ่มคนต่างวัฒนธรรมหรือไม่ บุคคลที่มีคะแนนด้านนี้สูง มักจะเป็นผู้ที่มักเป็นผู้ที่ปฏิเสธวัฒนธรรมของตนเอง โดยอาจจะซึมซับเอาวัฒนธรรมถิ่นฐานอย่างสมบูรณ์ โดยพวกเขาจะลดความสำคัญในการติดต่อกับบุคคลที่มาจากวัฒนธรรมเดียวกัน เลือกใช้ภาษาของวัฒนธรรมถิ่นฐานในการติดต่อสื่อสารกับบุคคลที่มาจากวัฒนธรรมเดียวกัน เนื่องจากมีความสนใจและชื่นชอบวัฒนธรรมถิ่นฐานมากกว่า ในทางตรงกันข้ามบุคคลที่มีคะแนนในด้านนี้ต่ำ มักจะรู้สึกไม่สบายใจที่มีส่วนร่วมกับกิจกรรมต่างๆ ที่เป็นสังคมนักเจ้าของถิ่นฐาน ไม่สนใจคบหาเพื่อนจากวัฒนธรรมถิ่นฐานเป็นต้น

ในมุมมองของกลุ่มย่อยที่ 2 นี้ กลยุทธ์ 4 ประเภทตามทฤษฎีของ Berry (1997) (การบูรณาการ การผสมกลมกลืน การเป็นคนชายขอบ การแยกตัว) เป็นเพียงแค่ “ผลลัพธ์” ของปฏิสัมพันธ์ (interaction) ระหว่างมิติ 2 มิตินี้เท่านั้น

เนื่องจากการศึกษาในเรื่องนี้ หลักฐานเชิงประจักษ์ที่มีอยู่สนับสนุนแนวคิดกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมที่เป็นตัวแปรสองมิติที่มี 2 ด้าน กล่าวคือ ได้แก่ การยึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมนักเจ้าเดิม และการยึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมนักถิ่นฐาน (Ryder, Alden, & Paulhus, 2000) ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงเลือกใช้แนวคิดนี้เป็นหลักในการศึกษาและพัฒนาเครื่องมือที่จะวัดกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม

ระยะห่างทางวัฒนธรรม (Cultural Distance)

จากการทบทวนวรรณกรรม ทฤษฎีหลักที่อธิบายแนวคิดของระยะห่างทางวัฒนธรรม (cultural distance) ซึ่งหมายถึงความเหมือนหรือความแตกต่างระหว่างวัฒนธรรม 2 วัฒนธรรม มีอยู่ 3 ทฤษฎี ทฤษฎีแรก คือ ทฤษฎีของ Hofstede (1980) ซึ่งเป็นทฤษฎีที่มาจากสาขาบริหารธุรกิจและการจัดการ ทฤษฎีที่สอง คือ ทฤษฎีของ Inglehart (1997, 2000) ซึ่งเป็นทฤษฎีที่มาจากสาขารัฐศาสตร์และสังคมวิทยา ทฤษฎีที่สาม คือ ทฤษฎีของ Schwartz (1994, 1999) ซึ่งเป็นทฤษฎีที่มาจากสาขาจิตวิทยาสังคม ความแตกต่างของ 3 ทฤษฎีนี้อยู่ที่พารามิเตอร์ที่ทฤษฎีทั้ง 3 ใช้ในการเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างวัฒนธรรม 2 วัฒนธรรม

พารามิเตอร์ในงานของ Hofstede (1980) มีอยู่ 4 ตัว ได้แก่ ระยะห่างของอำนาจ (power distance) การหลีกเลี่ยงความไม่แน่นอน (uncertainty avoidance) ความเป็นชาย/ความเป็นหญิง (masculinity/femininity) และปัจเจกนิยม/คตินิยมหมู่ (individualism/collectivism)

ระยะห่างของอำนาจ คือ ระดับในการยอมรับและคาดหวังการกระจายอำนาจของบุคคลที่มีอำนาจต่ำกว่าภายในสังคมนั้นๆ หากระยะห่างทางอำนาจมีสูง แสดงว่าสังคมนั้นมีระดับชั้นอำนาจอย่างชัดเจน และคนในสังคมนั้นยอมรับระดับชั้นอำนาจนั้นสูง หากระยะห่างทางอำนาจมีต่ำ แสดงว่าคนในสังคมนั้นไม่ยอมรับในกลุ่มบุคคลที่มีอำนาจและพยายามที่จะทำให้การกระจายอำนาจเป็นไปอย่างเท่าเทียมมากขึ้น

การหลีกเลี่ยงความไม่แน่นอน คือ ระดับการยอมรับความกำกวมของสังคม หากการหลีกเลี่ยงความไม่แน่นอนมีสูง สังคมนั้นจะมีกฎเกณฑ์ ระเบียบ กฎหมาย ที่อยู่บนฐานความจริงเพียงหนึ่งเดียวที่เข้มงวดและเป็นที่ยอมรับกันภายในสังคม หากการหลีกเลี่ยงความไม่แน่นอนมีต่ำ สังคมนั้นจะมีกฎระเบียบที่น้อย มีการยอมรับความคิดที่แตกต่างสูง

ความเป็นชาย/ความเป็นหญิง สังคมที่มีความเป็นชายสูงจะให้ความสำคัญกับความสำเร็จ ความกล้าหาญ ความตรงไปตรงมา และผลตอบแทนในเชิงวัตถุ ส่วนสังคมที่มีความเป็นหญิงสูงจะให้ความสำคัญกับความร่วมมือ ความถ่อมตน ความห่วงใยต่อสิ่งหรือบุคคลที่อ่อนแอกว่า และคุณภาพชีวิต

ปัจเจกนิยม/คตินิยมสูง สังคมที่มีปัจเจกนิยมสูงจะมีสายใยระหว่างบุคคลที่หลวม ทุกคนจะถูกคาดหวังให้ดูแลตัวเองครอบครัวด้วยตัวเอง ส่วนสังคมที่มีคตินิยมสูงจะมีสายใยระหว่างบุคคลที่แน่นแฟ้น ความเป็นกลุ่มก้อน ซึ่งไม่ได้หมายถึงเพียงแค่นั้นเองและครอบครัวเท่านั้น แต่ยังหมายถึงญาติพี่น้องและคนในชุมชนอีกด้วย จะมีอยู่สูง ทุกคนในแต่ละกลุ่มก้อนจะคอยปกป้องดูแลกันและกัน โดยมีข้อแม้ว่าทุกคนในกลุ่มก้อนจะต้องมีความจงรักภักดีต่อกันและกันอย่างไร้ข้อกังขา

พารามิเตอร์ในงานของ Inglehart (1997; 2000) มีอยู่ 2 ข้อ ได้แก่ ค่านิยมยึดธรรมเนียม/ค่านิยมยึดเหตุผลทางโลก (traditional/secular-rational) และค่านิยมเอาตัวรอด/ค่านิยมการแสดงตน (survival/self-expression)

ค่านิยมยึดธรรมเนียมให้ความสำคัญกับศาสนา สายใยพ่อแม่ลูก และการเชื่อฟังผู้มีอำนาจ สังคมที่รับค่านิยมนี้จะปฏิเสธการหย่าร้าง การทำแท้ง การรัณยฆาต และการฆ่าตัวตาย นอกจากนี้ สังคมนี้ยังจะมีระดับความภาคภูมิใจในประเทศชาติและมีความเป็นชาตินิยมที่สูงอีกด้วย

ค่านิยมยึดเหตุผลทางโลกให้ความสำคัญในทิศทางที่ตรงกันข้ามกับค่านิยมยึดธรรมเนียม สังคมที่รับค่านิยมนี้จะให้ความสำคัญกับศาสนา ผู้มีอำนาจ และครอบครัวน้อยกว่า การหย่าร้าง การทำแท้ง

การอุทธรณ์ และการฆ่าตัวตายจะถูกยอมรับได้มากกว่า (แต่ไม่ได้หมายความว่า สังคมนี้อาจจะมีการฆ่าตัวตายที่มากกว่าเสมอไป)

ค่านิยมเอาตัวรอดให้ความสำคัญกับความมั่นคงทางเศรษฐกิจและกายภาพ มันมีความเชื่อมโยงกับมุมมองที่ยึดคนในชาติเป็นหลักและระดับของความไว้วางใจและความอดทน (tolerance) ที่ต่ำ

ค่านิยมการแสดงตนให้ความสำคัญกับการปกป้องสภาพแวดล้อม มีความอดทนและการยอมรับกับชาวต่างชาติ เกย์ เลสเบี้ยน และความเท่าเทียมทางเพศที่สูง มีการมีส่วนร่วมในการตัดสินใจในเรื่องของเศรษฐกิจและการเมืองที่สูง

พารามิเตอร์ในงานของ Schwartz (1994, 1999) มีอยู่ 3 ข้อ ได้แก่ การเป็นตัวของตัวเอง/การเป็นส่วนหนึ่ง (embeddedness/autonomy) ความกลมกลืน/ความเชี่ยวชาญ (harmony/mastery) ลำดับชั้น/ความเท่าเทียม (hierarchy/egalitarianism)

การเป็นส่วนหนึ่ง หมายถึง การรักษาลำดับทางสังคม การหลีกเลี่ยงการเปลี่ยนแปลง และการรักษาระบบเดิมดั้งเดิม สังคมที่การเป็นส่วนหนึ่งอยู่ในระดับสูง คือ สังคมที่ผู้คนใช้ชีวิตหรือทำงานอย่างใกล้ชิดกับผู้อื่น การคล้อยตามธรรมเนียมปฏิบัติประจำกลุ่มมีความสำคัญ การเชื่อฟัง ความปลอดภัย และธรรมเนียมเป็นส่วนสำคัญของสังคมนี้

การเป็นตัวของตัวเอง หมายถึง การมีอิสระในการควบคุมทางเลือกของตัวเอง แทนที่จะคำนึงถึงผู้อื่นและกฎเกณฑ์ต่างๆทางสังคม การเป็นตัวของตัวเองแบ่งออกเป็น 2 ประเภท ได้แก่ การเป็นตัวของตัวเองเชิงอารมณ์ (affective) และการเป็นตัวของตัวเองเชิงความคิด (intellectual)

การเป็นตัวของตัวเองเชิงอารมณ์ คือ การตามหาความสุขความเพลิดเพลินด้วยวิธีใดก็ได้ (ไม่มีจำกัด) ในสังคมหลายๆแห่ง การเป็นตัวของตัวเองเชิงอารมณ์มีข้อจำกัดเมื่อมันนำไปสู่การใช้สารเสพติดผิดกฎหมายหรือการปฏิบัติในทางที่ทำร้ายผู้อื่น ในขณะที่เดียวกัน การเป็นตัวของตัวเองเชิงความคิด คือ การตามหาแนวคิดหรือความคิดต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นแนวคิดทางทฤษฎี ทางการเมือง หรือทางไหนก็ตาม

ความเชี่ยวชาญ หมายถึง การตามหาความสำเร็จผ่านการกระทำของบุคคล การทำเช่นนี้อาจจะส่งผลดีต่อตัวบุคคลและ/หรือกลุ่มที่มีบุคคลเป็นสมาชิก และบางครั้ง ผลดีนั้นมันก็ต้องแลกมาพร้อมกับการสูญเสียของผู้อื่น ความเชี่ยวชาญจำเป็นต้องใช้ความเป็นอิสระ ความกล้าหาญ ความทะเยอทะยาน แรงขับเคลื่อน และความสามารถ

สำหรับความหมายของสังคมที่มีระดับความกลมกลืนสูง แทนที่จะมุ่งเน้นที่การพัฒนาตนเอง ผู้คนมีความสุขกับสถานะของตนในสังคม คนในสังคมนี้จะให้ความสำคัญกับกลุ่มมากกว่าตัวบุคคล

ลำดับชั้น หมายถึง การมีลำดับทางสังคมที่ชัดเจน ซึ่งจะมีคนบางส่วนอยู่ในตำแหน่งที่เหนือกว่า ในขณะที่คนบางส่วนอยู่ในตำแหน่งที่ต่ำกว่า ในสังคมที่มีระดับลำดับชั้นที่สูง คนในสังคมจะยอมรับตำแหน่งของพวกเขาในลำดับชั้น จะถูกคาดหวังให้มีความถ่อมตน และมีการควบคุมตัวเองที่สูง

ความเท่าเทียม หมายถึง การที่ทุกคนถูกมองว่าเท่ากัน และทุกๆคนถูกคาดหวังว่าจะแสดงความเป็นห่วงต่อคนอื่นๆ

ทั้ง Hofstede (1980), Inglehart (2000) และ Schwartz (2006) ได้มีการจัดกลุ่มประเทศต่างๆในโลกโดยใช้เกณฑ์ทางวัฒนธรรมที่แตกต่างกันออกไป ซึ่งในการจัดกลุ่มนี้ Hofstede ใช้มิติเชิงวัฒนธรรมจำนวน 4 ด้าน (ได้แก่ ระยะห่างทางอำนาจ การหลีกเลี่ยงความไม่แน่นอน ความเป็นปัจเจกนิยม/คตินิยมหมู่ ความเป็นชาย/ความเป็นหญิง) Inglehart ใช้มิติเชิงวัฒนธรรมจำนวน 2 ด้าน (ได้แก่ ค่านิยมยึดธรรมเนียม/ค่านิยมยึดเหตุผลทางโลก และค่านิยมเอาตัวรอด/ค่านิยมการแสดงตน) ส่วน Schwartz ใช้มิติเชิงวัฒนธรรมจำนวน 3 ด้าน (ได้แก่ การเป็นตัวของตัวเอง/การเป็นส่วนหนึ่ง ความกลมกลืน/ความเชี่ยวชาญ และลำดับชั้น/ความเท่าเทียม) อย่างไรก็ตาม แม้เกณฑ์ทางวัฒนธรรมที่ Hofstede, Inglehart และ Schwartz ใช้ในการจัดกลุ่มประเทศต่างๆในโลกจะมีความแตกต่างกัน แต่ทั้งสามกลับพบว่าประเทศต่างๆในโลกสามารถถูกจัดกลุ่มออกเป็น 7 ภูมิภาคทางวัฒนธรรม (cultural regions) เหมือนกัน ยิ่งไปกว่านั้น ภูมิภาคทางวัฒนธรรมแต่ละภูมิภาคยังมีประเทศสมาชิกที่คล้ายคลึงกันอีกด้วย (Schwartz, 2014)

แม้ว่าทฤษฎีของ Hofstede (1980), Inglehart (1997, 2000) และ Schwartz (1994, 1999) จะมีความคล้ายคลึงกันอยู่ไม่น้อย แต่จุดอ่อนสำคัญของงานของ Hofstede และ Inglehart ก็คือ Hofstede และ Inglehart จะมองวัฒนธรรมในฐานะที่เป็นระบบคุณค่าที่ผู้คนในวัฒนธรรมแบ่งปันร่วมกัน (shared meaning system) และมีค่านิยม (value) เป็นศูนย์กลางของระบบนั้น กล่าวอีกนัยหนึ่งก็คือ สำหรับ Hofstede และ Inglehart แล้ว ผู้คนที่อาศัยอยู่ในวัฒนธรรมเดียวกันควรมีค่านิยมที่ใกล้เคียงกัน ในขณะที่ผู้คนที่อาศัยอยู่ในวัฒนธรรมที่ต่างก็ควรจะมีค่านิยมที่ต่างกันอย่างใดก็ตาม มีการศึกษาจำนวนไม่น้อย (เช่น Fischer & Schwartz, 2011) ที่พบว่าความแตกต่างของค่านิยมของผู้คนที่อาศัยอยู่ในวัฒนธรรมเดียวกันมีสูงกว่าความแตกต่างของค่านิยมระหว่างผู้คนจากต่างวัฒนธรรม ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงตัดสินใจใช้ทฤษฎีของ Schwartz (1994, 1999) ในการอธิบายลักษณะทางวัฒนธรรมของแต่ละกลุ่มภูมิภาคทางวัฒนธรรม อันประกอบไปด้วย กลุ่มยุโรปตะวันตก

กลุ่มใช้ภาษาอังกฤษในการสื่อสาร กลุ่มละตินอเมริกา กลุ่มยุโรปตะวันออก กลุ่มเอเชียใต้ กลุ่มที่ได้รับอิทธิพลจากขงจื้อ และกลุ่มแอฟริกาและตะวันออกกลาง

กลุ่มยุโรปตะวันตก: กลุ่มประเทศนี้ให้ความสำคัญกับการเป็นตัวของตัวเองเชิงความคิด ความเท่าเทียม และความกลมกลืน มากกว่ากลุ่มอื่นๆ แต่ในขณะเดียวกัน กลุ่มประเทศนี้ให้ความสำคัญกับลำดับชั้นและการเป็นส่วนหนึ่งน้อยกว่ากลุ่มอื่นๆเช่นกัน ลักษณะนี้เป็นลักษณะที่ยังคงไม่เปลี่ยนแปลง แม้ว่าจะได้มีการควบคุมอิทธิพลของ GDP ต่อหัวแล้วก็ตาม ฉะนั้น จึงอาจจะกล่าวได้ว่า แม้ว่าระดับเศรษฐกิจอาจจะส่งผลกระทบต่อวัฒนธรรมของกลุ่มประเทศนี้ แต่ปัจจัยอื่นๆดูเหมือนจะมีความสำคัญมากกว่า ลักษณะทางวัฒนธรรมนี้ถือว่ามีความเหมาะสมกับกลุ่มประเทศนี้ ซึ่งเป็นกลุ่มประเทศที่ปกครองด้วยระบบการปกครองแบบประชาธิปไตย เป็นรัฐสวัสดิการ และมีความเป็นห่วงในเรื่องของสิ่งแวดล้อม (Ester, Halman, & Seuren, 1994)

กลุ่มใช้ภาษาอังกฤษในการสื่อสาร: กลุ่มประเทศนี้มีระดับการเป็นตัวของตัวเองเชิงอารมณ์และความเชี่ยวชาญค่อนข้างสูง และมีระดับความกลมกลืนและการเป็นส่วนหนึ่งค่อนข้างต่ำ เมื่อเทียบกับกลุ่มอื่นๆ ในขณะที่ระดับการเป็นตัวของตัวเองเชิงความคิด ลำดับชั้น และความเท่าเทียมถือว่าอยู่ในระดับกลาง วัฒนธรรมในอเมริกาจะมีความแตกต่างจากประเทศอื่นๆในกลุ่มประเทศนี้ตรงที่อเมริกาจะให้ความสำคัญกับความเชี่ยวชาญและลำดับชั้นมากกว่า แต่มีระดับการเป็นตัวของตัวเองทางความคิด ความกลมกลืน และความเท่าเทียมต่ำกว่า ลักษณะทางวัฒนธรรมของกลุ่มประเทศนี้แสดงให้เห็นถึงการสนับสนุนทัศนคติของการกล้าคิดกล้าแสดงออก (assertiveness) การเน้นการปฏิบัติ (pragmatism) จิตวิญญาณผู้ประกอบการ (entrepreneurship) และแม้กระทั่งการแสวงหาผลประโยชน์ (exploitation) ต่อสิ่งแวดล้อมทางสังคมและธรรมชาติ หากไม่นับอเมริกาแล้ว กลุ่มประเทศนี้ถือว่าเป็นกลุ่มที่ประเทศสมาชิกมีความคล้ายคลึงทางวัฒนธรรมสูง

กลุ่มที่ได้รับอิทธิพลจากขงจื้อ: ลักษณะทางวัฒนธรรมของกลุ่มประเทศนี้แสดงให้เห็นถึงการสนับสนุนทัศนคติของการเน้นการปฏิบัติและจิตวิญญาณผู้ประกอบการ อย่างไรก็ตาม กลุ่มประเทศนี้ให้ความสำคัญกับลำดับชั้นและความเชี่ยวชาญ อีกทั้งยังปฏิเสธความเท่าเทียมและความกลมกลืน เมื่อเทียบกับกลุ่มอื่นๆ นอกจากนี้ กลุ่มประเทศนี้ยังให้ความสำคัญกับการเป็นส่วนหนึ่งมากกว่ากลุ่มวัฒนธรรมยุโรปและอเมริกาทั้งหมด ความแตกต่างระหว่างประเทศสมาชิกภายในกลุ่มมีน้อย ยกเว้นแต่ประเทศญี่ปุ่น ซึ่งมีระดับความกลมกลืนและการเป็นตัวของตัวเองทางความคิดที่สูงกว่า และมีระดับการเป็นส่วนหนึ่งและลำดับชั้นที่ต่ำกว่า

กลุ่มแอฟริกาและตะวันออกกลาง: ประเทศใต้ทะเลทรายซาฮารา (sub-Saharan) แอฟริกาเหนือ และตะวันออกกลาง รวมกันกลายเป็นภูมิภาคอันกว้างขวางที่ไม่สามารถแบ่งออกมาเป็นภูมิภาคย่อยๆได้อย่างชัดเจน วัฒนธรรมนี้มีระดับการเป็นส่วนหนึ่งที่สูงเป็นพิเศษ และมีระดับการเป็นตัวของตัวเองทางความคิดและอารมณ์ที่ต่ำ ดังนั้น พวกเขาจึงหาความหมายในชีวิตผ่านความสัมพันธ์ทางสังคม และการปกป้องความสมัครสมานของกลุ่มและธรรมเนียมประเพณี มากกว่าการพัฒนาเอกลักษณ์ประจำตัวของตัวเอง ภายในกลุ่มๆนี้ ระดับของการเป็นส่วนหนึ่ง ความเท่าเทียม และการเป็นตัวของตัวเองทางความคิด ค่อนข้างจะเท่ากัน แต่ลักษณะทางวัฒนธรรมอื่น ๆ มีความแตกต่างภายในกลุ่มสูงมาก

กลุ่มเอเชียใต้: วัฒนธรรมของกลุ่มประเทศนี้มีลำดับขั้นและการเป็นส่วนหนึ่งที่ค่อนข้างสูง ในขณะที่ระดับการเป็นตัวของตัวเองและความเท่าเทียมต่ำ ลักษณะนี้บ่งชี้ให้เห็นถึงการให้ความสำคัญกับการทำหน้าที่ตามหน้าที่ของแต่ละคนในระบบ การทำตามความคาดหวังของผู้อื่นที่มีสถานะที่สูงกว่า และการคาดหวังความถ่อมตัวและการเชื่อฟังจากคนในสถานะที่ต่ำกว่า เช่นเดียวกับในกลุ่มแอฟริกาแหล่งที่มาของความหมายในชีวิตจะมาจากความสัมพันธ์ทางสังคมมากกว่าการทำให้ตนอยากจะทำประเทศสมาชิกในกลุ่มนี้มีลักษณะที่คล้ายคลึงกันมาก (แม้ว่าศาสนาหลักประจำชาติแต่ละประเทศจะมีความแตกต่างกันก็ตาม) ยกเว้นแต่ประเทศอินเดียที่มีระดับความเชื่อชาวยุติที่สูงสักหน่อย

กลุ่มยุโรปตะวันออก: กลุ่มประเทศนี้มีระดับการเป็นส่วนหนึ่งและลำดับขั้นที่ต่ำ เมื่อเทียบกับกลุ่มแอฟริกา เอเชีย และตะวันออกกลาง แต่ถ้าเทียบกับยุโรปตะวันออกและอเมริกาแล้ว ถือว่าระดับการเป็นส่วนหนึ่งและลำดับขั้นของกลุ่มประเทศนี้อยู่สูงกว่า แม้ว่าประเทศสมาชิกในกลุ่มยุโรปตะวันออกจะถูกจัดให้อยู่กลุ่มเดียวกัน แต่ระดับลำดับขั้น ความเชื่อชาวยุติ และความกลมกลืนมีความแตกต่างภายในกลุ่มสูงมาก กลุ่มประเทศบอลติก (Baltic) และยุโรปตะวันออก-กลาง (East-Central) จะมีระดับความกลมกลืน การเป็นตัวของตัวเองทางความคิด และความเท่าเทียมสูงกว่า ประเทศกลุ่มบอลข่าน (Balkan) และยุโรปตะวันออก แต่ถ้ามองกันที่ระดับความเชื่อชาวยุติและลำดับขั้นแล้ว กลุ่มประเทศบอลข่านและยุโรปตะวันออกจะสูงกว่ากลุ่มประเทศบอลติกและยุโรปตะวันออก-กลาง สาเหตุที่กลุ่มประเทศบอลติกและยุโรปตะวันออก-กลางจะมีลักษณะทางวัฒนธรรมที่คล้ายคลึงกับกลุ่มยุโรปตะวันตก อาจจะเป็นเพราะว่ากลุ่มประเทศนี้มีความเชื่อมโยงทางประวัติศาสตร์และการค้ากับยุโรปตะวันตกสูงกว่าได้รับอิทธิพลของการปกครองแบบเผด็จคอมมิวนิสต์น้อยกว่า เมื่อเทียบกับกลุ่มประเทศบอลข่านและยุโรปตะวันออก

กลุ่มลาตินอเมริกา: กลุ่มประเทศนี้มีลักษณะทางวัฒนธรรมที่ใกล้เคียงกับค่าเฉลี่ยของโลกในทุกๆด้าน ยิ่งไปกว่านี้ หากยกเว้นประเทศโบลิเวียและเปรู ซึ่งได้รับอิทธิพลจากวัฒนธรรมยุโรปแล้ว

กลุ่มประเทศนี้ถือว่ามีผลคล้ายคลึงทางวัฒนธรรมระหว่างประเทศสูงมาก กลุ่มประเทศนี้มีระดับลำดับชั้นและการเป็นส่วนหนึ่งที่สูงกว่ากลุ่มประเทศยุโรปตะวันตก ในขณะที่กลุ่มประเทศยุโรปตะวันตกมีระดับการเป็นตัวของตัวเองทางความคิดที่สูงกว่า

จะเห็นได้ว่า งานของ Hofstede (1980) Inglehart (1997, 2000) และ Schwartz (1994, 1999) ถือเป็นงานที่ศึกษาระยะห่างทางวัฒนธรรมในภาพรวมระหว่างสังคมหนึ่งกับอีกสังคมหนึ่ง อย่างไรก็ตาม การศึกษาระยะห่างทางวัฒนธรรมในแต่ละบุคคลประสบในการใช้ชีวิตประจำวันในสังคมใหม่ที่ไม่คุ้นเคยก็มีความสำคัญไม่แพ้กัน ซึ่ง Babiker และคณะ (1980) ถือเป็นนักวิจัยกลุ่มแรกที่ศึกษาระยะห่างทางวัฒนธรรมประเภทหลังนี้

พารามิเตอร์ในงานของ Babiker และคณะ (1980) ที่ใช้ในการเปรียบเทียบวัฒนธรรมของสังคม 2 แห่งมีอยู่ 10 ตัว ได้แก่ สภาพอากาศ เสื้อผ้า ภาษา ระดับการศึกษา อาหาร ศาสนา ความสะดวกสบายทางวัตถุ (material comfort) การพักผ่อน (leisure) และความสัมพันธ์เชิงคู่สาว/การแต่งงาน (courtship/marriage)

ในวรรณกรรม ได้มีการนำเสนอไว้ว่า ความสัมพันธ์ระหว่างระยะห่างทางวัฒนธรรมและอุปสรรคความลำบากที่บุคคลที่เพิ่งเผชิญกับการผสมผสานทางวัฒนธรรมต้องเจอ เป็นความสัมพันธ์เชิงบวก (Ward, Bochner, & Furnham, 2005) ซึ่งข้อเสนอนี้ ได้มีการทดสอบและพบว่าเป็นความจริงในการศึกษาหลายครั้ง (เช่น Chirkov, Lynch, & Niwa, 2005; Furnham & Bochner, 1982)

ยิ่งไปกว่านั้น ระยะห่างทางวัฒนธรรมยังมีความสัมพันธ์กับผลการปรับตัว (adaptation) อีกด้วย ไม่ว่าจะเป็ผล การปรับตัวทางสังคมวัฒนธรรม (sociocultural) หรือทางจิตใจ (psychological) ยกตัวอย่างเช่น Redmond และ Bunyi (1993) พบว่า สำหรับนักศึกษานานาชาติจำนวนมากที่กำลังศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยตะวันตกตอนกลางแห่งหนึ่งในสหรัฐอเมริกาแล้ว ระยะห่างทางวัฒนธรรมที่สูงมักจะมาพร้อมกับปัญหาในการบูรณาการทางสังคม (หรือความสามารถในการเริ่มต้นสนทนาและรักษาความสัมพันธ์กับคนในสังคมถิ่นฐาน) ที่สูง นักศึกษานานาชาติที่มาจากสหราชอาณาจักร ยุโรป และอเมริกาได้มักจะพบกับปัญหานี้น้อยกว่านักศึกษานานาชาติจากเกาหลีเหนือ ไต้หวัน และเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ ในขณะที่ Galchenko และ Van De Vijver (2007) พบว่า ในกลุ่มนักเรียนนักศึกษาแลกเปลี่ยนจากประเทศจีน เกาหลีเหนือ แอฟริกา และอดีตสหภาพโซเวียต ที่กำลังศึกษาอยู่ในประเทศสวีเดน ระยะห่างทางวัฒนธรรมมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับปัญหาทางจิตใจ เป็นต้น

อีกหนึ่งแนวคิดที่มีความเกี่ยวข้องกับระยะห่างทางวัฒนธรรม คือ ความเข้ากันได้ทางวัฒนธรรม (cultural fit) ซึ่งหมายถึงระดับความเข้ากันได้ระหว่างกรอบแนวคิดทางวัฒนธรรมของบุคคล (เช่น ลักษณะนิสัย อารมณ์ ความคิด พฤติกรรม) และลักษณะทางวัฒนธรรมของสังคมถิ่นฐาน (Searle & Ward, 1990) นักวิจัยจำนวนไม่น้อยนำเสนอว่า ระยะห่างทางวัฒนธรรมอาจจะเป็นตัวแปรทำนาย การปรับตัวของนักเรียนนานาชาติที่ดีกว่าความเข้ากันได้ทางวัฒนธรรม (R. P.-J. Yang, Noels, & Saumure, 2006) หากบุคคลไม่มองเห็นถึงความแตกต่างระหว่างคุณลักษณะของตนกับคุณลักษณะทางวัฒนธรรมของสังคมถิ่นฐาน ประเด็นของความเข้ากันได้ทางวัฒนธรรมอาจจะมีผลเพียงเล็กน้อย ต่อการปรับตัวข้ามวัฒนธรรมของเขา

อันที่จริง ระยะห่างทางวัฒนธรรมและความเข้ากันได้ทางวัฒนธรรมเป็นแนวคิด 2 แนวคิดที่แตกต่างกัน แต่ก็มีความเกี่ยวเนื่องกัน แนวคิดแรกกล่าวถึงระดับความเหมือนและความแตกต่างระหว่างวัฒนธรรม 2 วัฒนธรรม ในขณะที่แนวคิดที่สองหมายถึงระดับความเข้ากันได้ระหว่างตัวบุคคลและวัฒนธรรม ระยะห่างทางวัฒนธรรมที่สูงระหว่าง 2 วัฒนธรรมอาจจะนำมาสู่ระดับความเข้ากันได้ระหว่างบุคคลกับสังคมถิ่นฐานก็จริงอยู่ อย่างไรก็ตาม สมมติฐานที่เกี่ยวข้องกับบทบาทของความเข้ากันได้ทางวัฒนธรรมที่มีต่อการปรับตัวข้ามวัฒนธรรมมักจะไม่ค่อยได้รับการสนับสนุน (Yang และคณะ, 2006) ในขณะที่การศึกษาเชิงประจักษ์จำนวนมากพบว่าระยะห่างทางวัฒนธรรมมีผลกระทบโดยตรงต่อการปรับตัวข้ามวัฒนธรรม นอกจากนี้ ระยะห่างทางวัฒนธรรมยังทำหน้าที่เป็นตัวแปรกำกับในการปรับตัวข้ามวัฒนธรรมอีกด้วย (เช่น Stahl & Caligiuri, 2005; Waxin, 2004) ด้วยเหตุนี้เอง การศึกษาในครั้งนี้จึงมิได้ศึกษาความเข้ากันได้ทางวัฒนธรรมเพิ่มเติมจากระยะห่างทางวัฒนธรรม

สุขภาพ (Wellness)

สุขภาพ (wellness) ถือเป็นจุดเน้นหลักภายในวิชาชีพของนักจิตวิทยาการปรึกษามาโดยตลอด (Myers, 1992; Myers & Sweeney, 2008; Roscoe, 2009) นับตั้งแต่แรกที่วิชาชีพนี้ได้ถือกำเนิดขึ้นมา นักจิตวิทยาการปรึกษาก็ได้พยายามแสวงหาแนวทางในการให้ความช่วยเหลือที่ตอบ โจทย์ความต้องการเชิงพัฒนาการของผู้รับบริการ นักจิตวิทยาการปรึกษาพยายามที่จะทำให้แน่ใจว่า ผู้รับบริการทุกคนได้รับบริการที่ส่งเสริมสุขภาพทางร่างกาย จิตใจ และสังคมตลอดทุกช่วงวัย (Myers & Sweeney, 2008) Remley (1991) แนะนำว่าสิ่งที่ทำให้นักจิตวิทยาการปรึกษาแตกต่างจากวิชาชีพอื่นๆ คือ การให้ความสำคัญกับแนวทางการป้องกันที่ไม่ได้มีพื้นฐานอยู่บนโมเดลความเจ็บป่วยหรือความขาด (illness/deficit model) แต่มีพื้นฐานจากมุมมองของความแข็งแกร่ง (strength perspective) ด้วยเหตุนี้เอง ความสนใจในสุขภาพจึงทำให้นักจิตวิทยาการปรึกษา

สามารถให้ความช่วยเหลือผู้รับบริการในบทบาทของผู้ที่สร้างความเปลี่ยนแปลงในชีวิตของผู้รับบริการ โดยที่ไม่ได้มีการวินิจฉัยว่ามีความเจ็บป่วยแต่อย่างใด

ในช่วงประมาณ 2 ทศวรรษที่ผ่านมา แนวทางในการดูแลสุขภาวะมีทิศทางเชิงรุกมากขึ้น ในปี 1989 สมาคมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาประเทศสหรัฐอเมริกา (American Counseling Association หรือ ACA) ซึ่งตอนนั้นยังใช้ชื่อว่า สมาคมสำหรับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาและการพัฒนา (Association for Counseling and Development หรือ AACD) ได้ประกาศพันธะในการส่งเสริมสุขภาวะในวิชาชีพนักจิตวิทยาการศึกษา อันมีพื้นฐานอยู่บนแผนการและพันธกิจที่ถูกพัฒนาขึ้นโดย ACA ในปี 1988 (Myers, 1992) ตั้งแต่นั้นเป็นต้นมา งานวิจัยจำนวนมากในสาขาจิตวิทยาการศึกษา ได้มีการสำรวจองค์ประกอบต่างๆของสุขภาวะในกลุ่มประชากรที่หลากหลาย (Chang & Myers, 2003; Degges-White & Myers, 2006; Spurgeon, 2009; Tatar & Myers, 2010)

สุขภาวะจัดเป็นองค์ประกอบสำคัญของบทบาทนักจิตวิทยาการศึกษาในหัวข้อ/พื้นที่ความเชี่ยวชาญพิเศษจำนวนไม่น้อย สภาการแต่งตั้งโปรแกรมจิตวิทยาการศึกษาและการศึกษาที่เกี่ยวข้อง (Council for Accreditation of Counseling and Related Education Program หรือ CACREP) ได้มีการระบุถึงบทบาทของนักจิตวิทยาการศึกษาที่มีความเกี่ยวข้องกับสุขภาวะไว้อย่างน้อย 13 จุด ระเบียบมาตรฐานปี 2009 (เช่น อุตลักษณ์ของวิชาชีพ การปรึกษาเชิงจิตวิทยาเรื่องอาชีพและการทำงาน การปรึกษาเชิงจิตวิทยาในโรงเรียน เป็นต้น) ดังนั้น มันจึงเป็นสำคัญที่นักจิตวิทยาการศึกษา จำเป็นต้องรู้จักกับสุขภาวะในแง่มุมต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นนิยามของสุขภาวะ โมเดลสุขภาวะ การประเมินสุขภาวะ และอื่นๆ

สุขภาวะนับว่าเป็นปัจจัยสำคัญต่อการมีชีวิตอยู่ดีมีสุขของคนเรา ดังจะเห็นได้ความหมายของสุขภาวะที่องค์การอนามัยโลก นักปราชญ์ นักวิชาการ และ นักจิตวิทยา ได้ให้ไว้ดังนี้

องค์การอนามัยโลก ได้ระบุ ความหมายของสุขภาวะไว้ว่า หมายถึง การมีบุคคลรับรู้ว่าคุณมีความสุข มีคุณค่าในชีวิต มีร่างกายที่แข็งแรงสมบูรณ์ ไม่เจ็บป่วย ไม่พิการ สติปัญญาดี เบิกบาน ร่าเริงแจ่มใส อันเป็นผลมาจากการเชื่อมโยงกันเป็นองค์รวมอย่างสมดุล ทั้งทางร่างกาย จิตใจ สังคม และทางจิตวิญญาณ (World Health Organization, 2002)

Halbert Dunn (1973) ระบุว่า สุขภาวะหมายถึง วิธีการแบบบูรณาการของวิถีชีวิตที่เป็นไป เพื่อการพัฒนาศักยภาพที่บุคคลมีให้ถึงขีดสุด ซึ่งกำหนดให้บุคคลรักษาสมดุลและทิศทางที่ชัดเจนในสภาพแวดล้อมที่บุคคลใช้ชีวิตอยู่อย่างต่อเนื่อง

แพทย์และนักการสาธารณสุขชาวอเมริกัน เช่น Bill Hettler (1984) ระบุว่า สุขภาวะ หมายถึง กระบวนการที่บุคคลเกิดการตระหนักรู้ถึง และตัดสินใจที่จะนำไปสู่ การดำรงอยู่อย่าง ประสบความสำเร็จมากยิ่งขึ้น

นักจิตวิทยา เช่น Adams Bezner และ Steinhardt (1997) ระบุว่า สุขภาวะ หมายถึง ลักษณะของการดำรงชีวิตของคนที่มีมุ่งเน้นไปสู่การมีสุขภาพที่ดีและการมีความเป็นอยู่ที่ดี ทั้งทาง ร่างกาย จิตใจ จิตวิญญาณอย่างเป็นองค์รวม การมีสุขภาพที่ดีจะตรงกันข้ามกับการมีภาวะความ เจ็บป่วย

นักจิตวิทยาการปรึกษา เช่น Myers Sweeney และ Witmer (2000) ระบุว่า สุขภาวะ หมายถึง วิธีชีวิตที่นำไปสู่สุขภาพและความผาสุกที่เหมาะสมที่สุด ซึ่งร่างกาย จิตใจ และจิตวิญญาณ ได้ถูกนำมาบูรณาการโดยบุคคลเพื่อที่จะได้ใช้ชีวิตได้อย่างเต็มอ้อมภายในสังคมและสิ่งแวดล้อม

ในประเทศไทย ประชาชนทางพุทธศาสนาและพระสงฆ์ เช่น พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต) (2548) ให้ความหมาย สุขภาวะ ว่า หมายถึง ภาวะที่เป็นสุข หรือมีสุขภาพดีตามหลักพุทธธรรม ซึ่งมี หลักการเบื้องต้นว่า สุขภาวะที่ดีจะเกิดขึ้นได้นั้นเกิดจากการพัฒนาตนเองด้วยองค์ประกอบ 4 ด้าน ตามหลักภาวนา 4 ได้แก่ กายภาวนา (การพัฒนาทางกาย) ศิลภาวนา (การพัฒนาศีล) จิตตภาวนา (การพัฒนาจิต) และปัญญาภาวนา (การพัฒนาปัญญา)

ความหมายของ สุขภาวะ มีใกล้เคียง เชื่อมโยงกับ ความหมายของ การมีสุขภาพจิต (Mental health) ที่ดี ตัวอย่างเช่น

องค์การอนามัยโลก (World Health Organization (2014) ให้ความหมายสุขภาพจิตว่า หมายถึง สภาวะของความผาสุก ซึ่งบุคคลเข้าถึงศักยภาพของเขาหรือเธอ สามารถรับมือกับความเครียดปกติของชีวิต สามารถทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ และสามารถสร้างประโยชน์ให้แก่ ชุมชนของเขาหรือเธอได้

U.S. Department of Health and Human Services (1999) ให้ความหมายสุขภาพจิตว่า หมายถึง สภาวะของการทำงานทางจิตใจที่ประสบความสำเร็จ อันนำไปสู่กิจกรรมที่เป็นประโยชน์ ความสัมพันธ์ที่เต็มอ้อมกับผู้อื่น และความสามารถที่จะปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงและรับมือกับ อุปสรรคต่างๆ

สมาคมจิตแพทย์แห่งอเมริกา (American Psychiatric Association (2015) ให้ความหมาย สุขภาพจิตว่า หมายถึง การใช้ชีวิตประจำวันอย่างมีประสิทธิภาพ อันส่งผลให้เกิดกิจกรรมที่เป็น

ประโยชน์ (เช่น การทำงาน การเรียน) ความสัมพันธ์ที่ดี และความสามารถที่จะปรับตัวให้เข้ากับ
เปลี่ยนแปลงและรับมือกับอุปสรรคต่างๆได้

นักจิตวิทยา เช่น Keyes (2002) ให้ความหมายสุขภาพจิตว่า หมายถึง กลุ่มอาการของ
ความรู้สึกและการใช้ชีวิตทางบวก ซึ่งมีมิติและมาตรวัดของความสุขเชิงอัตวิสัย (Subjective well-
being) จิตใจ (Psychological well-being) และสังคม (Social well-being) ถูกนำมาใช้ในการวัด
กลุ่มอาการเหล่านี้

จิตแพทย์ไทย เช่น ฝน แสงสิงแก้ว (2521) ให้ความหมายสุขภาพจิตว่า หมายถึง สภาพชีวิตที่
เป็นสุข มีอารมณ์ที่มั่นคง สามารถปรับตัวให้เข้ากับสังคมที่เปลี่ยนแปลง มีสมรรถภาพในการทำงาน
และอยู่ร่วมกับผู้อื่นด้วยความพอใจ

สำหรับทางจิตวิทยา คำว่า สุขภาวะ มีความหมายใกล้เคียงกับคำว่า ความสุขเชิงอัตวิสัย และ
สุขภาวะทางจิต โดย ความสุขเชิงอัตวิสัย (Subjective well-being) นั้น Diener (2000) กล่าวว่า
หมายถึง ผลการประเมินชีวิตของตน ทั้งในเชิงความคิดและอารมณ์ความรู้สึก อันประกอบไปด้วย
ความพึงพอใจในชีวิตโดยรวม อารมณ์ความรู้สึกเชิงบวก และอารมณ์ความรู้สึกเชิงลบ ส่วน สุขภาวะ
ทางจิต (Psychological well-being) ซึ่ง Ryff (1989) ให้ความหมายว่า คือ ลักษณะทางจิตด้าน
บวกที่บุคคลใช้ในการดำเนินชีวิตประกอบด้วย การยอมรับตัวเอง การมีสัมพันธภาพเชิงบวกกับผู้อื่น
การมีจุดมุ่งหมายในชีวิต ความสามารถในการจัดการกับสภาพแวดล้อม ความองกามในตนเอง และ
การพึ่งพาตนเองได้

กล่าวโดยสรุป สุขภาวะ หมายถึง ภาวะที่บุคคลรับรู้ตนเองโดยรวม ว่าตนมีความสุข มีการเห็น
คุณค่าของชีวิต มีร่างกายที่แข็งแรง มีสุขภาพจิตที่ดี โดยสุขภาวะนี้เป็นการเชื่อมโยงกันอย่างสมดุลทั้ง
ร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ นอกจากนี้ “สุขภาวะ” ยังหมายถึง สุขภาวะที่พอเหมาะ
(Optimal wellness) คือ การมีชีวิตที่เป็นสุขตามศักยภาพแห่งตน ในภาวะที่มีความเป็นอยู่ที่ดีทั้ง
ร่างกาย จิตใจ สังคม และปัญญา เป็นภาวะที่ปราศจากความทุกข์ ไร้สิ่งบีบคั้นติดขัด หรือทำให้เป็น
ทุกข์ทั้งทางร่างกายและจิตใจ ผู้ที่มีสุขภาวะที่พอเหมาะจะค้นพบและเสริมสร้างความเข้มแข็งภายใน
ของตนเอง มีการขยายขอบเขตของความคิดและความสนใจ มีพฤติกรรมและความสัมพันธ์ต่อ
สิ่งแวดล้อมและสังคม จิตใจ และปัญญา ที่ได้รับการพัฒนาขึ้นมาจนสมบูรณ์เต็มศักยภาพที่เขามีอยู่
(Optimal development) นอกจากนี้ ผู้ที่มีสุขภาวะจะมีความสามารถในการปรับตัวและการรับมือ
กับปัญหาที่ผ่านเข้ามาในชีวิต ตลอดจนมีความพอใจในชีวิต (Life satisfaction) และความสุข
(Happiness)

แนวคิดเกี่ยวกับสุขภาวะ

ผู้วิจัยได้ทบทวนวรรณกรรมทางด้านจิตวิทยา และศาสตร์ที่เกี่ยวข้อง ในเรื่องแนวคิดสุขภาวะ พบว่า มี 3 แนวคิด ที่ได้รับการกล่าวถึงและมีการศึกษาวิจัยเชิงประจักษ์สนับสนุน ซึ่งได้แก่ แนวคิดสุขภาวะของ Bill Hettler แนวคิดสุขภาวะของ Adams และคณะ และแนวคิดสุขภาวะของ Myers และคณะ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

แนวคิดที่ 1 แนวคิดสุขภาวะของ Bill Hettler

ในยุคเริ่มต้นของการศึกษา เรื่อง สุขภาวะ นั้น Bill Hettler (1976) ผู้ร่วมก่อตั้งสถาบันสุขภาวะแห่งชาติ (The National Wellness Institute; NWI) ประเทศสหรัฐอเมริกา ที่นำเสนอแนวคิดของการพัฒนาสุขภาวะใน 6 มิติ (Six dimensions of wellness) ซึ่งมีการนำไปใช้อย่างแพร่หลายในหลายชุมชนทางการศึกษาวิจัย ตัวอย่างเช่น โครงการ “A University of Minnesota publication promoting the well-being of the University community” ของมหาวิทยาลัย มิเนโซต้า มลรัฐมิเนโซต้า ประเทศอเมริกา เป็นต้น

Hettler เสนอว่าสุขภาวะ ประกอบด้วย องค์ประกอบ 6 ด้าน ได้แก่ (1) สุขภาวะทางสังคม (Social wellness) (2) สุขภาวะทางการงานอาชีพ (Occupational wellness) (3) สุขภาวะทางกาย (Physical wellness) (4) สุขภาวะทางความคิด (Intellectual wellness) (5) สุขภาวะทางอารมณ์ (Emotional wellness) และ (6) สุขภาวะทางจิตวิญญาณ (Spiritual wellness) โดย Hettler เสนอแนะว่า บุคคลควรจะต้องแบ่งสัปดาห์ส่วนเวลาและพลังงานในการพัฒนาองค์ประกอบ 6 ด้านนี้ โดยการพัฒนาสุขภาวะดังกล่าวมีรายละเอียดในแต่ละมิติดังต่อไปนี้

ตารางที่ 2 สุขภาวะ 6 องค์ประกอบ ของ Bill Hettler

องค์ประกอบ	คำอธิบาย
สังคม	มิติด้านสังคมแสดงถึงความสัมพันธ์ระหว่างตนเองกับบุคคลอื่นและสิ่งแวดล้อมภายในชุมชน การพัฒนาสุขภาวะทางสังคมจะให้ความสัมพันธ์กับการเกื้อกูลซึ่งกันและกัน รวมถึงการดำเนินชีวิตอย่างสอดคล้องกลมกลืน (แทนที่จะดำเนินชีวิตอย่างขัดแย้ง) กับบุคคลอื่นและสิ่งแวดล้อมภายในชุมชน
อาชีพการงาน	มิติด้านอาชีพการงานคำนึงถึงความพึงพอใจและความสมบูรณ์พูนสุขส่วนบุคคลผ่านการประกอบอาชีพหรือการเรียนรู้ที่สอดคล้องกับทัศนคติของตน โดยใช้พรสวรรค์ ทักษะ และความสามารถที่มีทั้งหมดกับการงานเพื่อให้บรรลุสุขภาวะ

	การพัฒนาสุขภาพระดับนี้ คือ การส่งเสริมให้สมาชิกเลือกเรียนหรือเลือกทำงานที่สอดคล้องกับค่านิยม ความสนใจ ความเชื่อของแต่ละคน และพัฒนาทักษะต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับหน้าที่การงาน รวมทั้งส่งผ่านองค์ความรู้และประสบการณ์ของตน ไปสู่สมาชิกคนอื่นๆ ในชุมชนอย่างมีระบบ
ด้านร่างกาย	มิติด้านร่างกายเกี่ยวข้องกับการส่งเสริมการเรียนรู้ด้านโภชนาการ การป้องกันโรคและควบคุมภาวะเจ็บป่วย การรณรงค์ให้ลดการใช้บุหรี่ ยา และสิ่งเสพติด การส่งเสริมการออกกำลังกาย และการปรับเปลี่ยนนิสัยการบริโภคอาหาร รวมถึงการดูแลสุขภาพของตนเอง การรับรู้และสามารถใช้ประโยชน์จากระบบบริการทางการแพทย์และสาธารณสุขได้อย่างเหมาะสม
ด้านความคิด	มิติด้านความคิดหมายถึงความนึกคิดและความคิดสร้างสรรค์ของบุคคล ซึ่งพัฒนาผ่านการใช้กิจกรรมทางความคิดและวัฒนธรรม ทั้งภายในและภายนอกห้องเรียน ร่วมกับทรัพยากรการเรียนรู้ด้านอื่นๆ ภายในชุมชนมหาวิทยาลัยและชุมชนอื่นๆ รอบข้าง
ด้านอารมณ์	มิติด้านอารมณ์เกี่ยวข้องกับการรับเอาอารมณ์จากภายนอกที่มากระทบและการแสดงออกถึงความรู้สึกจากภายในจิตใจสู่สภาพแวดล้อมภายนอก รวมถึงการตระหนักรู้และยอมรับความรู้สึกของตนเองและบุคคลอื่นๆ รอบข้าง ทำให้สามารถแสดงออกถึงความรู้สึกได้อย่างอิสระและบริหารจัดการอารมณ์ความรู้สึกได้อย่างมีประสิทธิภาพ
ด้านปัญญา	มิติด้านปัญญาคำนี้ถึงการพัฒนาโลกทัศน์ของสมาชิกในชุมชน โดยบุคคลจะสามารถบรรลุสุขภาพทางปัญญาได้ก็ต่อเมื่อการกระทำมีความสอดคล้องกับความเชื่อและค่านิยมของตน

แนวคิดสุขภาพของ Hettler เป็นที่นิยมมากในแวดวงธุรกิจ อุตสาหกรรม และชุมชน ท่านและภรรยาของท่านนำเสนอแนวคิดนี้ผ่านรายการ Good Morning America และนำแนวคิดนี้เป็นรากฐานในการพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพของ YMCA นอกจากนี้ แนวคิดสุขภาพของ Hettler เป็นพื้นฐานของแบบวัดจำนวนมาก เช่น แบบวัด Testwell (National Wellness Institute, 1983) แบบวัด Lifestyle Assessment Questionnaire (LAQ; National Wellness Institute, 1983) แบบวัด LifeScan และแบบวัด LiveWell เป็นต้น (แบบวัด LifeScan และ LiveWell สามารถดาวน์โหลดได้ฟรีผ่านเว็บไซต์ <http://www.hettler.com>) แม้ว่าแบบวัดเหล่านี้จะถูกนำมาใช้กันอย่างแพร่หลาย แต่หลักฐานเชิงประจักษ์ที่สนับสนุนมีอยู่ค่อนข้างน้อย ยกตัวอย่างเช่น ในการวิเคราะห์

องค์ประกอบของแบบวัด LAQ Cooper (1990) พบว่า มีเพียงแค่องค์ประกอบ 2 ด้าน (ไม่ใช่ 6 ด้านตามแนวคิดสุขภาวะของ Hettler) เท่านั้นที่ปรากฏ

แนวคิดที่ 2 แนวคิดสุขภาวะของ Adams และ คณะ

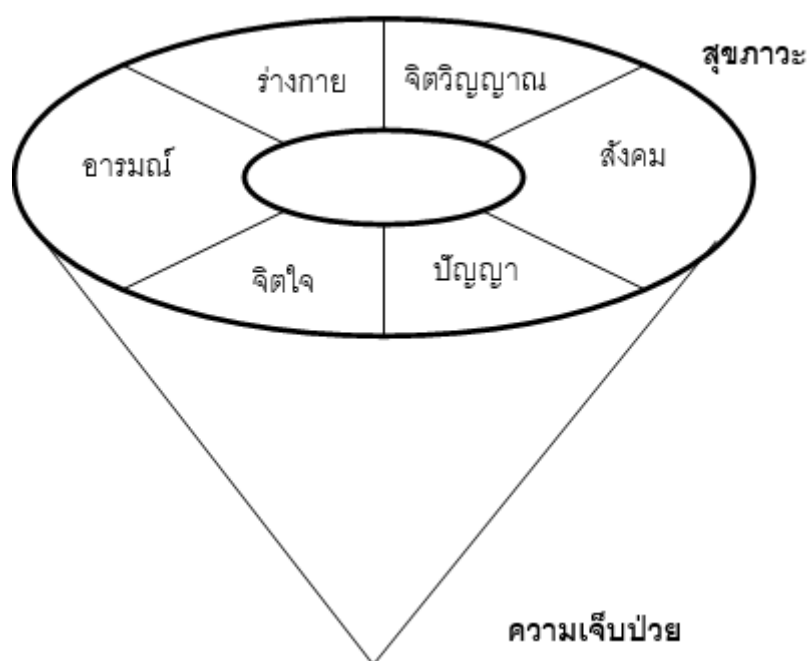
นักจิตวิทยา ได้นำแนวคิดเรื่องการพัฒนาสุขภาวะมาพัฒนาเพิ่มเติม โดยศาสตร์ด้านจิตวิทยา เมื่อกล่าวถึง สุขภาวะ ได้หมายถึง ภาวะที่บุคคลรับรู้ตนเองโดยรวมว่าตนมีความสุข มีการเห็นคุณค่าของชีวิต มีร่างกายที่แข็งแรง มีสุขภาพจิตที่ดี โดยสุขภาวะนี้เป็นการเชื่อมโยงกันอย่างสมดุลทั้งร่างกาย จิตใจ สังคมและจิตวิญญาณ โดยนักจิตวิทยาผู้ริเริ่มศึกษาเรื่องสุขภาวะ เช่น Adams, Bezner, และ Steinhardt (1997) ระบุว่าสุขภาวะเป็นการรับรู้ของบุคคลว่าตนมีสุขภาพดีมากกว่าการเจ็บป่วย

เมื่อพิจารณา แนวคิดสุขภาวะของ Adams และคณะ (1997) จะพบว่า มีความแตกต่างจากแนวคิดสุขภาวะอื่นๆตรงที่มันเป็นแนวคิดที่มีพื้นฐานบนการรับรู้ถึงสุขภาวะ เนื่องจากเหตุผลสองประการ กล่าวคือ ประการแรก การรับรู้เชิงอัตวิสัยเป็นดัชนีของสุขภาพเชิงภาวะวิสัยในอนาคตที่ค่อนข้างถูกต้อง แม้ว่าจะได้ทำการควบคุมอิทธิพลของตัวแปรแทรกซ้อนต่างๆแล้วก็ตาม (Idler & Kasl, 1991; Kaplan & Camacho, 1983; Stewart, Hays, & Ware, 1992) ประการที่สอง การรับรู้ทำหน้าที่เป็นเหมือนตัวคัดกรองข้อมูลหรือตัวกระตุ้นต่างๆก่อนที่พวกมันจะถูกตีความใดๆ นี่คือหลักการเบื้องต้นของการปรับเปลี่ยนความคิด แนวคิดที่ว่า การรับรู้เกิดขึ้นก่อนการตอบสนองทางกายและพฤติกรรมเป็นแนวคิดที่ปรากฏอยู่ในทฤษฎีสุขภาพจำนวนมาก (Glanz, Rimer, & Viswanath, 2008; Jasnoski & Schwartz, 1985; Seeman, 1989; Wilson & Cleary, 1995) ประการที่สาม ผลการศึกษาจำนวนมากสนับสนุนความสำคัญของการรับรู้ วรรณกรรมในเรื่องการสนับสนุนทางสังคมระบุว่า การสนับสนุนที่รับรู้มีอิทธิพลต่อสุขภาพเหนือกว่าการสนับสนุนที่ได้รับ (Cohen, Sherrod, & Clark, 1986; Wethington & Kessler, 1986) นอกจากนี้ วรรณกรรมในเรื่องความเครียดระบุว่า การรับรู้ถึงทรัพยากรภายในทำให้บุคคลผ่านพ้นและเติบโตในสภาวะที่เต็มไปด้วยความเครียดอย่างสุดขีดได้ (Antonovsky, 1987; Kobasa, 1979)

นอกเหนือจากการรับรู้แล้ว แนวคิดสุขภาวะของ Adams และคณะ (1997) ยังอยู่บนพื้นฐานของหลักการ 3 ประการที่พบได้ในแนวคิดสุขภาวะอื่นๆอีกด้วย หลักการ 3 ประการนี้ได้แก่ ความเป็นพหุมิติ ความสมดุลระหว่างมิติ และความเป็นต้นเหตุแห่งสุขภาพ (ไม่ใช่ความเจ็บป่วย)

สุขภาวะตามแนวคิดนี้ ประกอบด้วยองค์ประกอบ ที่เชื่อมโยงกัน 6 ด้าน ได้แก่ สุขภาวะทางด้านร่างกาย สุขภาวะทางสังคม สุขภาวะทางจิตวิญญาณ สุขภาวะทางปัญญา สุขภาวะทาง

อารมณ์ และสุขภาวะทางจิต ดังที่ Adams, Bezner, และ Steinhardt (1997) ได้นำเสนอในโมเดล สุขภาวะ ที่มีลักษณะเป็นรูปกรวยหงาย (ดังภาพที่ 3) ด้านบนสุดจะเป็นมิติต่างๆของสุขภาวะ 6 มิติ (ดังรายละเอียดใน ตารางที่ 3) แต่ละมิติจะมีความเชื่อมโยงกันอย่างสมดุล อันหมายถึงการมีสุขภาวะ ที่ดี ในขณะที่ด้านล่างจะเป็นภาวะของความเจ็บป่วย ในระหว่างด้านบนและด้านล่างของรูปกรวย จะเต็มไปด้วยการรวมกันของมิติต่างๆของสุขภาวะในลักษณะที่มีความสมดุลแตกต่างกันไป เส้นที่ขยาย จากวงกลมด้านในไปสู่วงกลมด้านนอกบ่งบอกถึงความเป็นไปได้ของการเคลื่อนไหวสองทางระหว่าง ขอบวงกลมทั้งสอง การเคลื่อนไหวในทุกมิติส่งผลกระทบต่อและได้รับผลกระทบจากการเคลื่อนไหวในมิติ อื่นๆที่เหลือ ยกตัวอย่างเช่น ในกรณีของสุขภาวะที่ดี มิติหนึ่งหรือหลายมิติมีการขยายออก ส่งผลให้ เกิด “แรงขยายสุขภาวะ” แก่มิติอื่นๆด้วย ในทางกลับกัน ในกรณีของสุขภาวะที่ย่ำแย่ มิติหนึ่งหรือ หลายมิติมีการหดตัว ส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงแบบ “ลดขนาดหรือหดตัว” ในมิติอื่นๆด้วย



ภาพที่ 3 แสดงภาพ โมเดลสุขภาวะตามแนวคิด Adams และคณะ (1997)

ตารางที่ 3 สุขภาวะ 6 องค์ประกอบตามแนวคิดของ Adams และคณะ (1997)

มิติ	คำอธิบาย
1. ร่างกาย	การรับรู้และความคาดหวังเชิงบวกในเรื่องสุขภาพกาย รวมถึงการมีค่านิยมเกี่ยวกับสุขภาพร่างกายที่ดี การมีกิจกรรมต่างๆ เพื่อส่งเสริมสุขภาพร่างกาย การไม่มีโรคและความเจ็บป่วย รวมถึงการมีแนวทางในการดูแลสุขภาพของตนเอง

2.จิตวิญญาณ	การมีความตระหนักรู้ถึงความสัมพันธ์เชื่อมโยงกันอย่างเป็นเอกภาพของร่างกายและจิต รวมถึงการรับรู้ความหมายและความมุ่งหวังในชีวิตด้านบวก ระหว่างตนเอง ผู้อื่น ธรรมชาติ สิ่งเหนือธรรมชาติ ก่อให้เกิดการเห็นคุณค่าของตนเองและสรรพสิ่งต่างๆ รวมถึงความสงบภายในจิตใจที่มาจากการรับรู้ความหมายและเป้าหมายในชีวิตด้านบวก
3.ปัญญา	การรับรู้ด้านการรู้คิด การแก้ปัญหา การใช้ปัญญาและเหตุผลเพื่อจัดการและแก้ไขเหตุการณ์และสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิต มีการมองโลกในแง่ดีต่อเหตุการณ์ กล่าวเผชิญกับปัญหาอย่างท้าทาย แสวงหาวิธีการแก้ปัญหาที่เหมาะสมและไม่หนีปัญหา
4.สังคม	การรับรู้การสนับสนุนจากครอบครัวและเพื่อน รับรู้ถึงการได้รับกำลังใจและการช่วยเหลือจากครอบครัว ได้รับการยอมรับและไว้วางใจจากเพื่อน
5.อารมณ์	การมีความภาคภูมิใจในตนเอง มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีการรับรู้เกี่ยวกับภาพลักษณ์ของตนเอง มีการยอมรับและเห็นคุณค่าของตนเอง
6.จิตใจ	การมีความคาดหวังในการมองอนาคตด้านบวก มองโลกในแง่ดี มีความหวังและความใฝ่ฝันที่ดีและเป็นไปได้

แนวคิดที่ 3 แนวคิดสุขภาวะของ Myers และ คณะ

Myers และ Sweeney (2005) ได้เสนอโมเดลตัวตนที่เป็นองค์รวม (The Indivisible Self Model) ที่พัฒนาขึ้นมาจากแนวคิดทฤษฎีจิตวิทยาบุคคล (Individual Psychology) ของ Alfred Adler โดยแนวคิดนี้เสนอว่าการเข้าใจบุคคลจะต้องเข้าใจบุคคลนั้นในภาพรวมทั้งหมดที่เขาเป็นเพราะทุกสิ่งล้วนเชื่อมโยงและมีปฏิสัมพันธ์ต่อกันอย่างแยกไม่ได้ ทั้งจิตใจ ตัวตนที่บุคคลเป็น สังคมที่บุคคลอยู่ และสิ่งแวดล้อมรอบตัวทั้งหมดที่บุคคลอาศัยอยู่ (Sweeney & Witmer, 1991; Myers & Sweeney, 2005) โมเดลตัวตนที่เป็นองค์รวมมีลักษณะตามภาพที่ 2.3 (Hattie, Myers, & Sweeney, 2004; Myers, Luecht, & Sweeney, 2004)

ในโมเดลตัวตนที่เป็นองค์รวม (The Indivisible Self Model) (Myers & Sweeney, 2004) นี้ ตัวตน (Self) คือแกนกลางของสุขภาวะที่ไม่สามารถแบ่งแยกได้ ซึ่งรายล้อมไปด้วยปัจจัยลำดับที่สองเป็นจำนวนห้าปัจจัย ได้แก่ ตัวตนสร้างสรรค์ (Creative self) ตัวตนรับมือ (Coping self) ตัวตนสังคม (Social self) ตัวตนเนื้อแท้ (Essential self) และตัวตนกายภาพ (Physical self) ปัจจัยลำดับที่สองแต่ละปัจจัยต่างก็ประกอบไปด้วยปัจจัยลำดับที่สามจำนวนมาก ซึ่งทั้งหมดสรุปอยู่ในตารางที่ 4

ตารางที่ 4 สุขภาวะและองค์ประกอบย่อยในปัจจัยรายบุคคลตามโมเดลตัวตนที่เป็นองค์รวมของ Myers และ Sweeney (2005)

องค์ประกอบ	คำอธิบาย
1.ตัวตนสร้างสรรค์	การรวมตัวของคุณสมบัติที่พวกเราแต่ละคนสร้างขึ้นเพื่อปกป้องถึงเอกลักษณ์ของเราในปฏิสัมพันธ์ทางสังคม และเพื่อตีความโลกของพวกเราในทางบวก
1.1ความคิด	การใช้ความคิดอย่างสม่ำเสมอ ความเปิดกว้างทางความคิด ความสามารถและความปรารถนาที่จะมีความสร้างสรรค์ ความกระหายใคร่รู้ ความต้องการที่จะรู้ ที่จะเรียนรู้ ความสามารถที่จะเก็บข้อมูล วิเคราะห์ สังเคราะห์ และประเมินผล กระทบของผลลัพธ์ต่างๆ ความสามารถที่จะเปลี่ยนความคิดของตนเพื่อจัดการกับความเครียด ความสามารถที่จะนำคุณสมบัติต่างๆในข้างต้นมาใช้ในการจัดการความขัดแย้งทางสังคม
1.2ความรู้สึก	ความสามารถในการเข้าถึงความรู้สึก สามารถที่จะเปิดเผยความรู้สึกอันหลากหลายที่มีต่อประสบการณ์ต่างๆในชีวิตอย่างเหมาะสม ความเพลิดเพลินกับอารมณ์ความรู้สึกทางบวก สามารถรับมือกับอารมณ์ความรู้สึกทางด้านลบ ไม่มีสภาวะอารมณ์ทางลบที่เรื้อรัง พลังงาน
1.3การควบคุม	ความเชื่อเกี่ยวกับความเชี่ยวชาญ ความสามารถ ความมั่นใจในตนเอง สมรรถนะของตนเอง การนำเสนอตนเองในลักษณะที่มีอิทธิพลผ่านการใช้จินตนาการ ความรู้ทักษะ และการเลือก ทิศทางในการใช้ชีวิต ความสามารถในการสื่อสารความต้องการของตนได้อย่างตรงไปตรงมา
1.4การทำงาน	กิจกรรมที่นำไปสู่ความผาสุกของตนและผู้อื่น มุมมองของความเพียงพอในด้านทรัพยากรทางการเงิน ความพึงพอใจในการทำงาน ความรู้สึกที่ว่าทักษะของตนถูกนำมาใช้งาน มุมมองของปริมาณงาน ความขัดแย้งของบทบาท ความคลุมเคลือของบทบาท การมีส่วนร่วมในการตัดสินใจ ความพึงพอใจในความสัมพันธ์ในที่ทำงาน
1.5อารมณ์ขันเชิงบวก	ความสามารถที่จะหัวเราะเยาะตนเองอย่างเหมาะสม ความสามารถที่จะหัวเราะเยาะผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม มีความสามารถที่จะมองเห็นความขัดแย้งและความยากลำบากของชีวิตได้อย่างเป็นกลาง ซึ่งนำมาสู่มุมมองใหม่ๆ การเพลิดเพลินกับความไม่สอดคล้องและความเฉพาะตัวของชีวิต
2.ตัวตนรับมือ	การรวมกันขององค์ประกอบที่กำกับการตอบสนองของตนต่อเหตุการณ์ในชีวิตและให้

	แนวทางในการก้าวข้ามผ่านผลกระทบเชิงลบของเหตุการณ์เหล่านี้
2.1การพักผ่อน	กิจกรรมที่ทำในเวลาว่าง ความพึงพอใจกับกิจกรรมยามว่างของตน ความสำคัญของเวลาว่าง อารมณ์ความรู้สึกทางบวกที่เกี่ยวข้องกับเวลาว่าง มีกิจกรรมอย่างน้อยหนึ่งอย่าง ที่ “ฉันสามารถทำและเพลิดเพลินเวลา” ความสามารถที่จะเข้าทำงานต่าง ๆ จากมุมมองขี้เล่น ความสามารถที่จะพักการทำงานเพื่อพักผ่อนได้โดยไม่รู้สึกผิด
2.2การจัดการ ความเครียด	มุมมองในภาพรวมของการควบคุมตนเองของตน การมองเห็นความเปลี่ยนแปลงว่าเป็นโอกาสสำหรับการเติบโตมากกว่าภัยคุกคามความปลอดภัยของตน การตรวจเช็คตนเองอย่างสม่ำเสมอและการประเมินทรัพยากรในการรับมือของตน ความสามารถที่จะจัดระเบียบและบริหารจัดการทรัพยากร ความต้องการโครงสร้างที่ชัดเจน ความพึงพอใจกับความสามารถในการจัดการกับความเครียดของตน
2.3คุณค่าใน ตนเอง	ความพึงพอใจในตนเอง การยอมรับตนเอง รวมทั้งข้อบกพร่องของตนเอง การยอมรับรูปร่างของตนเอง การให้คุณค่าตนเองในฐานะคนที่มีเอกลักษณ์และคุณค่าคนหนึ่ง
2.4ความเชื่อที่ เป็นจริง	ความสามารถที่จะมองเห็นความจริงได้อย่างถูกต้อง ปราศจากความคาดหวังที่ไม่ตรงกับความเป็นจริง
3.ตัวตนสังคม	การสนับสนุนทางสังคมผ่านการมีความสัมพันธ์กับผู้อื่น ไม่ว่าจะเพื่อน คู่รัก รวมทั้งครอบครัว
3.1มิตรภาพ	ความรู้สึกเชื่อมโยงกับผู้อื่นในลักษณะที่ไม่ใช่เชิงชู้สาว มีการสนับสนุนทางสังคมเมื่อต้องการ มีคนที่ไวใจได้เวลาที่ต้องการการสนับสนุนที่เป็นรูปธรรม การสนับสนุนเชิงอารมณ์ความรู้สึก และการสนับสนุนเชิงข้อมูล สามารถให้การสนับสนุนทางสังคม ไม่รู้สึกเหงาเพราะไม่มีเพื่อน รู้สึกสบายใจในปฏิสัมพันธ์ทางสังคม
3.2ความรัก	ความสนใจในชีวิตและการเติบโตของสิ่งที่เป็นที่รัก มีศรัทธาว่าความผาสุกของตนเอง จะได้รับการเคารพ การตอบสนองโดยการเคารพความผาสุกของคนอื่น ความสามารถที่จะใกล้ชิด ไว้วางใจ เปิดเผยกับอีกคนหนึ่ง ความสามารถที่จะได้รับและแสดงออกถึงความรู้สึกกับบุคคลสำคัญ ความสามารถที่จะสัมผัสหรือส่งต่อความรู้สึกห่วงใยแบบไม่เป็นเจ้าของที่ให้ความเคารพเอกลักษณ์ของคนอื่น การมีความสัมพันธ์ที่ลึกซึ้ง มั่นคง ยาวนาน การมองเห็นว่าคนอื่นมีความสนใจในการเติบโตของตน ความพึงพอใจในความต้องการทางเพศ ความต้องการการสัมผัสได้รับการตอบสนอง
4.ตัวตนเนื้อแท้	กระบวนการสร้างความหมายในชีวิต ตนเอง และผู้อื่น
4.1จิตวิญญาณ	ความเชื่อส่วนตัวที่ส่งเสริมชีวิตของตน ความหวัง การมองโลกในแง่ดี เป้าหมายในชีวิต คุณธรรม วิชชา ความผาสุกเชิงจิตวิญญาณในภาพรวม
4.2อัตลักษณ์ทาง	ความพึงพอใจกับอัตลักษณ์ทางเพศของตน ความรู้สึกได้รับการสนับสนุนในเพศของตน

เพศ	การให้คุณค่ากับความสัมพันธ์กับคนในทุกเพศ การก้าวข้ามผ่านอัตลักษณ์ทางเพศ ความสามารถที่จะจัดการกับความเครียดในเรื่องของอัตลักษณ์ทางเพศ
4.3อัตลักษณ์ทาง วัฒนธรรม	ความพึงพอใจกับอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของตน ความรู้สึกได้รับการสนับสนุนใน วัฒนธรรมของตน การให้คุณค่ากับความสัมพันธ์กับคนในทุกวัฒนธรรม การก้าวข้าม ผ่านอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรม ความสามารถที่จะจัดการกับความเครียดในเรื่องของอัต ลักษณ์ทางวัฒนธรรม
4.4การดูแล ตนเอง	การไม่ใช้สารเสพติดในลักษณะที่เป็นโทษ การใช้เข็มขัดนิรภัย การได้นอนหลับ เพียงพอ การได้รับการดูแลทางการแพทย์เชิงป้องกันและการดูแลทันตกรรม
5. ตัวตนกายภาพ	กระบวนการทางชีวภาพและสรีรวิทยาที่รวมกันเป็นลักษณะทางกายภาพของ พัฒนาการและการทำงานของบุคคล
5.1โภชนาการ	การทานอาหารเข้าเป็นประจำ ความหลากหลายในอาหารบำรุงสุขภาพในแต่ละวัน การรักษาน้ำหนักในอุดมคติของบุคคล
5.2การออกกำลังกาย	การมีวิถีชีวิตที่มีการเคลื่อนไหว ไม่อยู่กับที่ การออกกำลังกาย 20-30 นาทีจำนวนสาม ครั้งต่อสัปดาห์ การยืดคลายกล้ามเนื้ออย่างสม่ำเสมอ

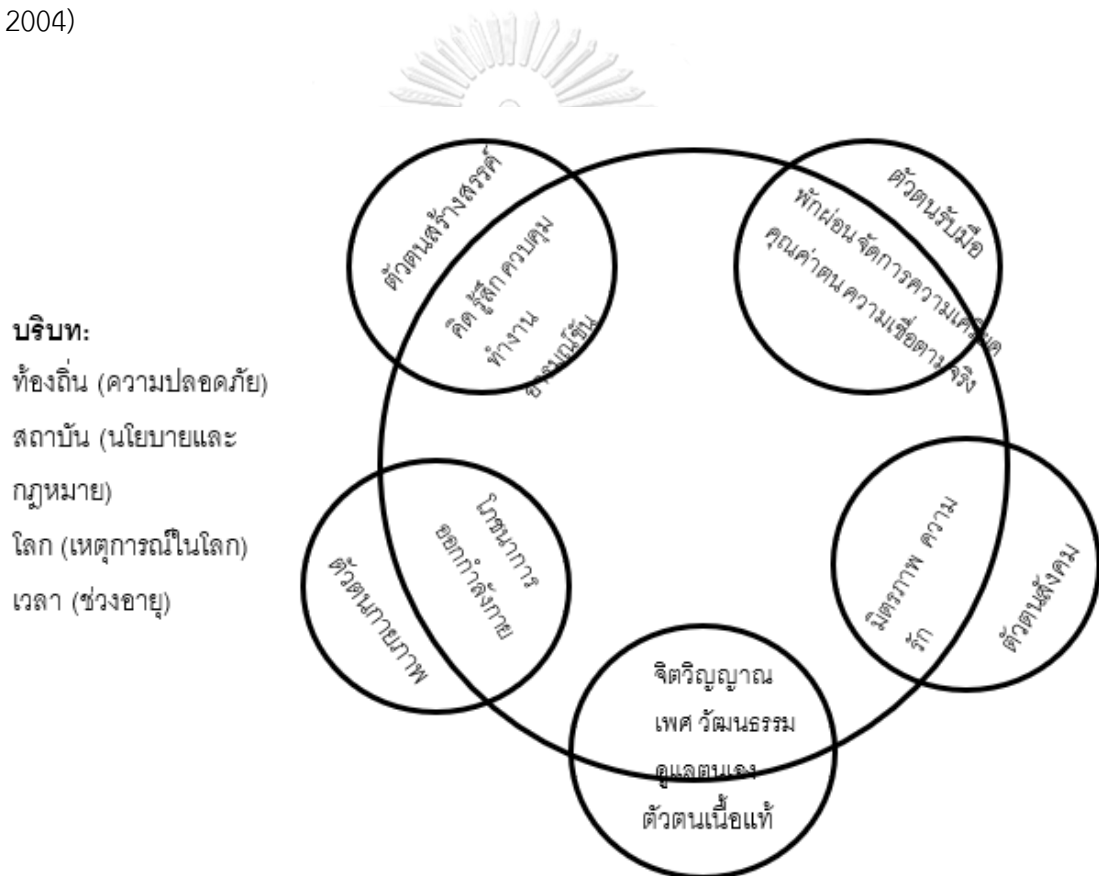
นอกเหนือจากปัจจัยรายบุคคลเหล่านี้แล้ว หากสังเกตดูในภาพที่ 4 จะพบว่าปัจจัยเชิงบริบท
ที่ส่งผลต่อตัวตนเช่นกัน ปัจจัยเชิงบริบทเหล่านี้ประกอบไปด้วยปัจจัยในท้องถิ่น ปัจจัยเชิงสถาบัน
ปัจจัยระดับโลก และปัจจัยเชิงเวลา ตารางที่ 5 สรุปความหมายของปัจจัยเชิงบริบทแต่ละตัวไว้ดังนี้

ตารางที่ 5 สุขภาวะและองค์ประกอบย่อยในปัจจัยเชิงบริบทตามโมเดลตัวตนที่เป็นองค์รวมของ
Myers และ Sweeney (2005)

องค์ประกอบ	คำอธิบาย
1. ท้องถิ่น	ระบบที่ตนใช้ชีวิตอยู่เป็นประจำ ไม่ว่าจะเป็นครอบครัว ย่านที่อยู่อาศัย และ ชุมชน และความเชื่อของตนในเรื่องความปลอดภัยของระบบเหล่านี้
2. สถาบัน	ระบบทางสังคมและการเมืองที่ส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิตประจำวันของตน และเสริมสร้างหรือจำกัดพัฒนาการอย่างชัดเจนและไม่ชัดเจน ซึ่งรวมถึง การศึกษา ศาสนา รัฐบาลและสื่อ
3. โลก	ปัจจัย เช่น การเมือง วัฒนธรรม เหตุการณ์ในโลก และสิ่งแวดล้อมที่เชื่อมโยง ตนเข้ากับคนอื่นในโลก
4. เวลา	การเติบโต การเคลื่อนไหว และการเปลี่ยนแปลงในมิติเวลาที่เกิดขึ้น

ตลอดเวลา มีความจำเป็น เป็นไปในทางบวก และมีทิศทางที่ชัดเจน

ในทฤษฎีนี้ แต่ละปัจจัยในแต่ละองค์ประกอบ ไม่ว่าจะเป็นรายบุคคลหรือเชิงบริบทก็ตาม ต่างก็มีปฏิสัมพันธ์กับปัจจัยอื่นๆทั้งหมดและนำไปสู่การใช้ชีวิตอย่างเป็นองค์รวม เช่นเดียวกัน ปัจจัยเชิงบริบทแต่ละปัจจัยก็มีผลกระทบต่อบุคคล เช่นเดียวกับบุคคลที่มีผลกระทบต่อบริบท ปฏิสัมพันธ์เหล่านี้สามารถทำให้ผลลัพธ์ออกมาดีขึ้นหรือแย่ลงก็ได้ ดังนั้น ความสำคัญของทฤษฎีนี้ก็คือ จุดแข็งขององค์ประกอบใดก็ตามสามารถถูกดึงมาใช้เสริมสร้างจุดอื่นๆและก้าวข้ามผ่านอุปสรรคที่บุคคลเผชิญได้ ดังแสดงใน ภาพที่ 4 สรุปภาพรวมของทฤษฎีตัวตนที่แบ่งแยกมิได้ (Myers & Sweeney, 2004)



ภาพที่ 4 ภาพรวมของทฤษฎีตัวตนที่แบ่งแยกมิได้ (Myers & Sweeney, 2004)

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยมีความสนใจแนวคิดสุขภาวะแบบองค์รวมที่พัฒนาโดย Myers และคณะ (2000) เนื่องจากมันเป็นแนวคิดสุขภาวะที่มีเครื่องมือที่ให้ข้อมูลที่นักจิตวิทยาการปรึกษาสามารถนำไปใช้เป็นฐานในการให้บริการได้โดยตรง

การสนับสนุนทางสังคม (Social support)

นิยามและขอบเขต

การสนับสนุนทางสังคมได้มีการกล่าวถึงในหลายศาสตร์ โดยครอบคลุมความสัมพันธ์หรือปฏิสัมพันธ์ทางสังคมระหว่างผู้ให้และผู้รับ ไม่ว่าจะเป็นปริมาณหรือจำนวนสิ่งที่คุณจะได้รับหรือรายงานว่าได้รับการสนับสนุนที่เรียกว่า นิยามเชิงวัตถุวิสัย (objective) หรือการรับรู้ของคุณคนที่มีต่อการสนับสนุนที่ตนเองมีอยู่ ที่เรียกว่า นิยามเชิงอัตวิสัย (subjective) ดังตัวอย่างการศึกษาต่อไปนี้

Caplan (1974) ให้นิยามการสนับสนุนทางสังคมไว้ว่าเป็นการรับรู้ความผูกพัน (attachment) ที่นำมาสู่การให้คำชี้แนะ และให้ข้อมูลป้อนกลับในเชิงส่งเสริมแก่บุคคล

Cobb (1976) มองว่าการสนับสนุนทางสังคมคือข้อมูลที่อยู่ในกลุ่มใดกลุ่มหนึ่งต่อไปนี้ (1) ข้อมูลที่เหนี่ยวนำให้บุคคลเชื่อว่าเขามีคนที่รักและห่วงใย (2) ข้อมูลที่เหนี่ยวนำให้บุคคลเชื่อว่าเขามีคุณค่า (3) ข้อมูลที่เหนี่ยวนำให้บุคคลเชื่อว่าเขาเป็นส่วนหนึ่งของเครือข่ายการสื่อสารและความผูกพันร่วมกัน (network of communication and mutual obligation)

James S House (1981) ระบุว่าพฤติกรรมที่จัดได้ว่าเป็นพฤติกรรมให้การสนับสนุนทางสังคมทางสังคมมีอยู่ 4 ประเภทดังต่อไปนี้ (1) การสนับสนุนทางอารมณ์ (emotional support) อันหมายถึงการให้ความเข้าใจ ความรัก ความไว้วางใจ และความห่วงใย (2) การสนับสนุนด้านสิ่งของ (instrument support) อันหมายถึงการให้ความช่วยเหลือและบริการที่จับต้องได้ (tangible) ซึ่งจะช่วยเหลือบุคคลได้โดยตรง (3) การสนับสนุนด้านข้อมูล (information support) อันหมายถึงการให้คำแนะนำและข้อมูลที่คุณสามารถนำไปใช้จัดการกับปัญหาได้ (4) การสนับสนุนเชิงประเมิน (appraisal support) อันหมายถึงการให้ข้อมูลที่มีจุดประสงค์เพื่อประเมินตนเอง ซึ่งนำมาสู่ข้อมูลป้อนกลับ การยืนยัน และการเปรียบเทียบทางสังคมที่สร้างสรรค์

Barrera และ Ainlay (1983) กล่าวว่าหน้าที่ของการสนับสนุนทางสังคมมีอยู่ 6 ประการดังต่อไปนี้ (1) การให้คำชี้แนะ เช่น การให้ข้อมูล คำสั่ง และคำแนะนำ (2) การมีปฏิสัมพันธ์ที่ลึกซึ้ง (intimate interaction) เช่น การแสดงออกถึงการยืนยัน (affirmation) และความไว้วางใจ (3) การมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมเชิงบวก เช่น การแสดงออกถึงความสนใจ การพูดคุยเล่นสนุกสนาน และการเข้าร่วมกิจกรรมสันทนาการ (4) การให้ความช่วยเหลือทางวัตถุ เช่น การให้ยืมเงิน (5) การให้ความช่วยเหลือเชิงพฤติกรรม เช่น การแบ่งงานทำ (6) การให้ข้อมูลป้อนกลับ

Tolsdorf (1976) มองว่าการสนับสนุนทางสังคมคือผลรวมของสายใยทางสังคม (social bond) ทั้งหมดที่ให้สิ่งต่อไปนี้แก่บุคคล (1) สินค้าและบริการ (เช่น ความช่วยเหลือทางการเงิน การช่วยเหลืองานบ้าน) (2) ข้อมูลและคำชี้แนะ (เช่น การแนะนำว่าควรตรวจสอบสุขภาพที่ไหน อย่างไร) (3) การสนับสนุนทางสังคมและจิตใจ (psychosocial backing) (เช่น การให้กำลังใจ การให้ความอบอุ่นใจ)

นักวิจัยบางส่วน เช่น Thoits (1984) กล่าวว่าสาเหตุที่การสนับสนุนทางสังคมที่บุคคลรับรู้ดูเหมือนจะมีผลมากกว่าการสนับสนุนทางสังคมที่บุคคลได้รับจริงๆ อาจจะเป็นเพราะว่าการนี้เกี่ยวข้องกับองค์ประกอบเชิงอารมณ์ความรู้สึกของการสนับสนุนทางสังคมเป็นสิ่งที่ทำได้ง่ายกว่าการนี้เกี่ยวข้องกับการสนับสนุนที่เป็นขึ้นเป็นอันที่จับต้องได้ที่บุคคลได้รับ ในขณะที่นักวิจัยบางส่วน เช่น Sarason, Sarason, and Pierce (1990) มองว่าสาเหตุที่การสนับสนุนทางสังคมที่บุคคลรับรู้ดูเหมือนจะมีผลมากกว่าการสนับสนุนทางสังคมที่บุคคลได้รับจริงๆ อาจจะเป็นเพราะว่าการที่บุคคลรับรู้ว่ามีคนที่พร้อมจะให้การช่วยเหลือทำให้บุคคลรู้สึกที่ตนเองมีคุณค่าและได้รับการยอมรับ ส่งผลให้บุคคลมีแรงใจที่จะจัดการกับปัญหาที่เผชิญอยู่ ทั้งในระยะสั้นและระยะยาว ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ในทางกลับกัน ความช่วยเหลือที่บุคคลที่ได้รับจากผู้อื่น แม้ว่าจะมีประโยชน์ แต่ก็เพียงแค่ช่วยเหลือบุคคลได้เป็นครั้งๆเท่านั้น

กล่าวโดยสรุป การสนับสนุนทางสังคม หมายถึง การที่บุคคลรับรู้ว่าคุณมีความสัมพันธ์เชื่อมโยงกับสังคมที่ตนเป็นสมาชิกอยู่ รับรู้ว่าคุณมีความสัมพันธ์แบบผูกพันใกล้ชิด สนับสนุน กับคนรอบข้าง มีการแสวงหาคำแนะนำ และการชี้แนะช่วยเหลือ เกื้อกูลกันทางสังคม มีความรู้สึกเป็นหนึ่งเดียวกับชุมชนของตน มีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมมีการติดต่อสื่อสารระหว่างกัน และ มีการแลกเปลี่ยนข้อมูลหรือทรัพยากรต่างๆ การให้การช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

แนวคิดเกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคม

Cohen, Gottlieb และ Underwood (2001) นำเสนอแนวคิดเกี่ยวข้องกับการสนับสนุนทางสังคม 4 แนวคิด ได้แก่ (1) แนวคิดด้านสังคมวิทยา (2) แนวคิดด้านการรู้คิด (cognitive) (3) แนวคิดกระบวนการระหว่างบุคคล (interpersonal process) และ (4) แนวคิดด้านการแทรกแซงช่วยเหลือ (intervention) ดังรายละเอียดต่อไปนี้

แนวคิดที่ 1 ด้านสังคมวิทยา

เมื่อประมาณหนึ่งร้อยปีก่อน Durkheim (1951) นำเสนอไว้ว่าการล่มสลายของสายใยครอบครัว ชุมชน และการทำงานที่เกิดขึ้นเมื่อบุคคลมีการย้ายถิ่นฐานจะเป็นอันตรายต่อสุขภาวะทางจิต (psychological well-being) เนื่องจากมันทำให้บุคคลสูญเสียทรัพยากรทางสังคม (social resources) และบทบาททางสังคม (social roles) ที่ได้รับการนิยามอย่างชัดเจน (Brownell & Shumaker, 1984) Durkheim (1951) พบว่ามีการฆ่าตัวตายในกลุ่มคนที่มีความสัมพันธ์ทางสังคม (social ties) น้อย และนักสังคมวิทยาหลายท่านพบการเพิ่มขึ้นของความไร้ระเบียบทางสังคม (social disorganization) และพฤติกรรมที่เป็นปัญหาในกลุ่มคนที่มีการย้ายถิ่นฐาน อันรวมถึงผู้อพยพ (immigrants) (Thomas & Znaniecki, 1918) และกลุ่มคนที่จำเป็นต้องย้ายออกจากชุมชนเพื่อหางานด้วย (Park, Burgess, & McKenzie, 1984)

ความสนใจในความสัมพันธ์ระหว่างสายใยทางสังคมและสุขภาวะทางจิตเพิ่มขึ้นอีกครั้งในปี 1970s และ 1980s มีการศึกษาหลายชิ้นที่พบว่าผู้ที่มีส่วนร่วมในชุมชนของพวกเขา มีสุขภาพจิตที่ดีกว่าคนที่แยกตัวออกม่ายคนเดียว (Bell, Leroy, & Stephenson, 1982; Miller & Ingham, 1979) การมีส่วนร่วมในเครือข่ายทางสังคม (social network participation) ซึ่งมีอีกชื่อหนึ่งว่าการบูรณาการทางสังคม (social integration) มักจะได้รับการวัดโดยการดูที่ความหลากหลายของความสัมพันธ์ที่บุคคลมีส่วนร่วมอยู่ ความสัมพันธ์ที่มักจะพบในการวัดการบูรณาการทางสังคม ได้แก่ สามีภรรยา สมาชิกในครอบครัวที่สนิท เพื่อน เพื่อนบ้าน และเพื่อนที่พบในงานทางสังคมและงานทางศาสนา ยิ่งบุคคลรายงานว่าตนมีความสัมพันธ์ที่หลากหลายมากเท่าไร ระดับการบูรณาการทางสังคมของบุคคลก็ยิ่งสูงขึ้นเท่านั้น

ในขณะเดียวกัน นักระบาดวิทยาทางสังคม (social epidemiologists) ก็มีการใช้การวัดการบูรณาการทางสังคมที่คล้ายคลึงกันนี้ในการศึกษาบทบาทของสายใยทางสังคมในการอธิบายอัตราการเสียชีวิต (mortality) และความผิดปกติทางร่างกาย (physical morbidity) อีกด้วย ตัวอย่างที่เห็นได้ชัดจนที่สุด คือ การศึกษาของ Berkman และ Syme (1979) สำนวจความสัมพันธ์ระหว่างการบูรณาการทางสังคมและอัตราการเสียชีวิตในผู้อาศัยเขต Alameda ในรัฐ California ซึ่งมีการติดตามผลเป็นระยะเวลา 9 ปี ผลลัพธ์การศึกษาพบว่า ผู้ที่มีการบูรณาการทางสังคมที่สูงในปีแรกของการศึกษามีอายุที่ยืนยาวนานกว่าผู้ที่มีบูรณาการทางสังคมที่ต่ำ ซึ่งผลลัพธ์นี้ได้รับการค้นพบในการศึกษาหลายชิ้นในเวลาต่อมาจำนวนมาก (Cerhan & Wallace, 1997; Schoenbach, Kaplan, Fredman, & Kleinbaum, 1986; Vogt, Mullooly, Ernst, Pope, & Hollis, 1992) ยิ่งไปกว่านั้น ผู้ที่มีการบูรณาการทางสังคมสูงยังมีโอกาสที่จะเกิดภาวะหัวใจล้มเหลวน้อยกว่า (Kaplan et al., 1988) มีโอกาสป่วยเป็นโรคในระบบทางเดินหายใจเมื่อร่างกายเผชิญกับไวรัสไข้หวัด น้อยกว่า

(Cohen, Doyle, Turner, Alper, & Skoner, 2003) และมีโอกาสที่จะมีชีวิตรอดจากโรคมะเร็งสูงกว่า (Kroenke, Kubzansky, Schernhammer, Holmes, & Kawachi, 2006) ความเสี่ยงต่อสุขภาพที่เกี่ยวข้องกับระดับการบูรณาการทางสังคมที่ต่ำนี้มีขนาดอิทธิพลพอๆกับความเสี่ยงที่เกี่ยวข้องกับการสูบบุหรี่ ความดันโลหิตที่สูง และโรคอ้วน (obesity) และแม้ว่าจะมีการควบคุมอิทธิพลของการสูบบุหรี่ ความดันโลหิตที่สูง โรคอ้วน และปัจจัยเสี่ยงอื่นๆแล้ว อิทธิพลของการบูรณาการทางสังคมก็ยังคงอยู่ในระดับที่ถึงนัยสำคัญทางสถิติอยู่ดี (James S House, Landis, & Umberson, 1988)

อย่างไรก็ตาม ทุกวันนี้ ยังมีการถกเถียงกันอยู่ว่าคุณลักษณะใดของเครือข่ายทางสังคมที่มีความสำคัญต่อสุขภาพ การบูรณาการทางสังคม ไม่ว่าคำๆนี้จะได้รับการนิยามว่าเป็นการมีประเภทความสัมพันธ์ที่หลากหลาย (Thoits, 1983) หรือการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม (social activities) ที่หลากหลาย (James S House, Robbins, & Metzner, 1982) ถือเป็นคุณลักษณะของเครือข่ายทางสังคมที่ได้รับการสนับสนุนมากที่สุด ในขณะที่จำนวนของสมาชิกในเครือข่ายมีความสำคัญน้อยกว่า อย่างไรก็ตาม มิมีติเชิงโครงสร้าง (structural dimension) อื่นๆของเครือข่ายทางสังคมที่อาจจะมีผลต่อสุขภาพและสมควรที่จะได้รับการศึกษามากกว่านี้

แนวคิดที่ 2 แนวคิดด้านการรู้คิด

ในปี 1976 นายแพทย์และนักระบาดวิทยาที่มีชื่อว่า John Cassel และจิตแพทย์ที่มีชื่อว่า Sidney Cobb เสนอว่าคนที่มีความเครียดทางสังคมที่แข็งแกร่งจะได้รับการปกป้องจากผลกระทบเชิงลบจากเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด (stressful event) Cassel (1976) มองว่าแหล่งความเครียด (stressor) ที่ทำให้บุคคลมีความเสี่ยงต่อการเจ็บป่วยมักจะมีข้อมูลป้อนกลับ (feedback) ที่สับสนจากสภาพแวดล้อมทางสังคมหรือไม่ก็ไม่มีข้อมูลป้อนกลับใดๆจากสภาพแวดล้อมทางสังคมเป็นคุณสมบัติสำคัญ ในทางกลับกัน ผลกระทบของสถานการณ์เหนี่ยวนำความเครียดจะได้รับการบรรเทาหรือสกัดกั้นในกลุ่มบุคคลที่มีเครือข่ายที่สื่อสารให้พวกเขาทราบอย่างต่อเนื่องว่าอะไรคือสิ่งที่พวกเขาได้รับการคาดหวังให้ปฏิบัติ ที่ให้การสนับสนุนและความช่วยเหลือในการทำงานต่างๆ ที่มีการประเมินผลการปฏิบัติของพวกเขา และที่มีการให้รางวัลอันเหมาะสม (Cassel, 1976) เช่นเดียวกัน Cobb (1976) มองว่าการเปลี่ยนผ่านของชีวิตและวิกฤติที่มีขนาดใหญ่ส่งผลให้บุคคลมีความเสี่ยง กลุ่มบุคคลที่ดีความการสื่อสารจากคนอื่นในลักษณะที่หมายความว่า พวกเขามีคนห่วง มีคนรัก มีคนให้คุณค่า และมีที่อยู่ในเครือข่ายจะได้รับการปกป้องจากความเครียด ซึ่งการปกป้องนี้เกิดขึ้นเพราะมุมมองเหล่านี้เอื้อให้เกิดการรับมือ (coping) และการปรับตัว (adaptation)

ในปี 1985 Cohen และ Willis ทบทวนการศึกษาสหสัมพันธ์เป็นจำนวนมากกว่า 40 การศึกษาที่ได้รับการออกแบบให้ทดสอบสมมติฐานที่ว่า การสนับสนุนทางสังคมปกป้องบุคคลจากผลกระทบทางจิตใจเชิงลบของความเครียดในชีวิต พวกเขาสรุปว่าหลักฐานการเป็นกันชนความเครียด (stress-buffering) ได้ถูกค้นพบในการศึกษาที่การสนับสนุนทางสังคมได้ถูกวัดจากการรับรู้ถึงการมีอยู่ของทรัพยากรทางสังคมที่สอดคล้องเหมาะสมกับความต้องการที่เกิดขึ้นจากเหตุการณ์ที่เต็มไปด้วยความเครียดนั้นๆ นอกจากนี้ ยังมีการพบหลักฐานว่าการสนับสนุนเชิงอารมณ์และความเคารพนับถือ (esteem) คอยปกป้องบุคคลจากเหตุการณ์ที่เต็มไปด้วยความเครียดที่หลากหลายอีกด้วย (Cohen & Wills, 1985)

องค์ประกอบสำคัญของการศึกษาในกลุ่มนี้ คือ ประเด็นที่ว่า การรับรู้ว่าคุณอื่นจะคอยให้ความช่วยเหลือเมื่อบุคคลต้องการ คือ กุญแจสำคัญของการเป็นกันชนความเครียด (Wethington & Kessler, 1986) ดังนั้น จึงกล่าวได้ว่า การที่บุคคลได้รับความช่วยเหลือจริงๆ หรือไม่นั้นมีความสำคัญต่อสุขภาพและการปรับตัวน้อยกว่าการที่บุคคลเชื่อว่าตนจะได้รับความช่วยเหลือ

แนวคิดที่ 3 แนวคิดด้านกระบวนการระหว่างบุคคล

ตลอดระยะเวลาประมาณ 30 กว่าปีที่ผ่านมา ความสนใจในการออกแบบโปรแกรมช่วยเหลือที่มีการสนับสนุนทางสังคมเป็นองค์ประกอบสำคัญ ส่งผลให้การศึกษาพลวัต (dynamics) ที่เกี่ยวข้องในการแสดงออกและการรับการสนับสนุนทางสังคมสำหรับกลุ่มบุคคลที่กำลังเผชิญอยู่กับสถานการณ์ในชีวิตที่เต็มไปด้วยความเครียด แนวทางในช่วงแรกที่สุดเป็นการพยายามพัฒนาประเภทต่างๆของการสนับสนุนในแง่มุมต่างๆที่เกิดขึ้นระหว่างบุคคล ทั้งในบริบทบุคคลหนึ่งคู่และในบริบทกลุ่มบุคคล ประเภทต่างๆเหล่านี้มีพื้นฐานอยู่บนการรายงานของผู้ที่ให้หรือได้รับการสนับสนุน ยกตัวอย่างเช่น จากการสัมภาษณ์คุณแม่เลี้ยงเดี่ยวรายได้น้อยกลุ่มหนึ่ง Gottlieb (1978) พบว่า พฤติกรรมการช่วยเหลืออย่างไม่เป็นทางการ (informal helping behavior) มีอยู่ทั้งหมด 26 ประเภท ซึ่งพฤติกรรมทั้งหมดนี้สามารถแบ่งออกมาได้เป็น 4 หมวดหมู่ ได้แก่ พฤติกรรมการหล่อเลี้ยงทางอารมณ์ (emotionally-sustaining behavior) พฤติกรรมการแก้ปัญหา (problem-solving behavior) อิทธิพลส่วนตัวทางอ้อม (indirect personal influence) และการจัดการกับสภาพแวดล้อม (environmental action) การศึกษาของ (Gottlieb, 1978) ในครั้งนี้เป็นรากฐานของมาตราวัด Inventory of Socially Supportive Behaviors ของ (Barrera, Sandler, & Ramsay, 1981) ซึ่งเป็นเครื่องมือที่ได้รับความนิยมในการวัดการระดมการสนับสนุนจากเครือข่าย

ในขณะเดียวกัน Levy (1979) ได้ทำการศึกษาในกลุ่มสนับสนุน (support group) ในเมืองต่างๆ ในประเทศสหรัฐอเมริกา ซึ่งรวมถึงกลุ่มที่เน้นไปที่การควบคุมพฤติกรรม การเจริญเติบโตส่วนบุคคล การสนับสนุนและการรับมือ การจัดการกับการตีตรา (stigma) เขาได้ทำการจัดประเภทการแลกเปลี่ยนเชิงสนับสนุน (supportive exchange) ที่เกิดขึ้นในกลุ่มสนับสนุนและพบว่ามีการแลกเปลี่ยนเชิงสนับสนุน 9 ประเภทที่เกิดขึ้นบ่อยที่สุด ได้แก่ การเข้าใจแบบร่วมรู้สึก (empathy) การยืนยันซึ่งกันและกัน (mutual affirmation) การอธิบาย (explanation) การแบ่งปัน (sharing) การสร้างกำลังใจ (morale building) การเปิดเผยตน (self-disclosure) การให้การเสริมแรงเชิงบวก (positive reinforcement) การตั้งเป้าหมายส่วนตัว (personal goal setting) การปลดปล่อยอารมณ์ (catharsis) ตัวอย่างการจัดประเภทอื่นๆ ของพฤติกรรมที่มุ่งสนับสนุน (support-intended behavior) ได้แก่ การสนับสนุนเชิงอารมณ์ (emotional) ทางข้อมูล (informational) และที่จับต้องได้ (tangible) (House & Kahn, 1985) การสนับสนุนเชิงคุณค่า การเป็นส่วนหนึ่งของหมู่คณะ (belonging) เชิงข้อมูล และที่จับต้องได้ (Cohen & McKay, 1984) การสนับสนุนเชิงคุณค่า (esteem) เชิงเครือข่าย (network/companionship) เชิงข้อมูล เชิงจับต้องได้ และเชิงอารมณ์ (Cutrona, Suhr, & MacFarlane, 1990) เป็นต้น

การศึกษาอื่นๆ ได้ทำการศึกษาการร้องขอและการให้การสนับสนุน ยกตัวอย่างเช่น Cutrona และคณะ (1990) ได้พัฒนารอบแนวคิดที่อธิบายกลยุทธ์การร้องขอการสนับสนุนต่างๆ ซึ่งมีความแตกต่างกันในแง่ของความตรงไปตรงมาและความเฉพาะเจาะจง ในการสนับสนุนประเภทของการสนับสนุนที่ต้องการ บุคคลสามารถบ่งเกี่ยวกับสถานการณ์ที่เต็มไปด้วยความเครียดที่กำลังเผชิญอยู่ได้ ตรงๆ แสดงออกถึงความไม่มั่นใจในความสามารถที่จะรับมือกับสถานการณ์ของตน หรือร้องขอการสนับสนุนทางอ้อมผ่านการแสดงอารมณ์โดยไม่ใช้คำพูด Barbee (1990) พัฒนารอบแนวคิดสำหรับการจัดแบ่งประเภทแนวทางการให้การสนับสนุนโดยใช้วิธีการสังเกตพฤติกรรมในสถานการณ์จำลอง ผลการศึกษาพบว่า กลยุทธ์ในการ “ให้กำลังใจ” มีอยู่ 4 ประเภท ซึ่งมีกลยุทธ์อยู่ 2 ประเภทที่เน้นความพยายามในการให้การสนับสนุนที่เน้นตัวปัญหา (problem-focused) และเน้นความรู้สึก (emotion-focused) ในขณะที่กลยุทธ์อีก 2 ประเภทเน้นการหลีกเลี่ยงหรือหลบหนีปัญหาหรือความรู้สึกที่เกิดขึ้นในสถานการณ์นั้นๆ

การศึกษามุ่งเน้นไปที่การศึกษาริบทของปฏิสัมพันธ์ที่มีการสนับสนุนเกิดขึ้นและศึกษาว่า อิทธิพลของบริบทนั้นส่งผลกระทบต่อกระบวนการสนับสนุนอย่างไร ยกตัวอย่างเช่น Barbee (1990) ได้ทำการศึกษาว่าอารมณ์ของผู้ที่ให้และรับการสนับสนุนส่งผลกระทบต่อประเภทของการสนับสนุนที่เกิดขึ้นอย่างไร ผลการศึกษาพบว่า เมื่อบุคคลกำลังอารมณ์ดี บุคคลมักจะให้ความช่วยเหลือด้วยการ

ให้คำแนะนำ อย่างไรก็ตาม เมื่อบุคคลกำลังอารมณ์ไม่ดี พฤติกรรมที่เกิดขึ้นมักจะเป็นพฤติกรรมหลีกเลี่ยง (เช่น การเปลี่ยนเรื่องหรือการถอยห่างออกมา เป็นต้น) นอกจากนี้ ผลการศึกษายังพบอีกว่า การประเมินความสำคัญและความเป็นไปได้ในการควบคุม (controllability) ของสถานการณ์ที่เต็มไปด้วยความเครียดของผู้ให้ความช่วยเหลือเป็นปัจจัยที่มีความสำคัญ หากผู้ให้ความช่วยเหลือมองว่าสถานการณ์ที่เกิดขึ้นเป็นสถานการณ์ที่สามารถควบคุมได้ ผู้ให้ความช่วยเหลือมักจะมีท่าทีที่ไม่สนใจในทางกลับกัน หากผู้ให้ความช่วยเหลือมองสถานการณ์ที่เกิดขึ้นว่ายากต่อการควบคุม ผู้ให้ความช่วยเหลือมักจะแนะนำแนวทางในการรับมือกับปัญหาหรือความรู้สึกที่เกิดขึ้นในสถานการณ์นั้นๆ

นอกจากนี้ ยังมีการศึกษาที่ทำการเปรียบเทียบผลกระทบของการสนับสนุนที่เกิดขึ้นจากการร้องขอและการสนับสนุนที่เกิดขึ้นเองโดยธรรมชาติอีกด้วย (Eckenrode & Wethington, 1990) การได้รับการสนับสนุนจากเครือข่ายโดยที่ไม่ได้ร้องขอมีข้อดีตรงที่มันก่อให้เกิดการรักษาค่านิยมของตนเอง (self-esteem) และการเสริมความรู้สึกใกล้ชิด (intimacy) และความน่าเชื่อถือ (dependability) ในความสัมพันธ์ที่มีกับผู้ให้ความช่วยเหลือ ยิ่งไปกว่านั้น Eckenrode และ Wethington (1990) ยังพบว่า โดยธรรมชาติแล้ว สถานการณ์เหนี่ยวนำความเครียดบางตัวสามารถมองเห็นได้ชัดเจนมากกว่าในสายตาของสมาชิกในเครือข่าย ส่งผลให้พวกเขาเข้าไปช่วยเหลือได้เร็วและเป็นการช่วยเหลือโดยที่ยังไม่ได้รับการร้องขอให้ช่วย ในทางกลับกัน สมาชิกในเครือข่ายไม่สามารถมองเห็นสถานการณ์เหนี่ยวนำความเครียดบางตัวได้ด้วยเหตุผลบางประการ ประการแรก พวกมันอาจจะได้รับการปกปิดอันเนื่องมาจากความรู้สึกอับอายหรือความรู้สึกตีตรา อีกประการหนึ่ง พวกมันอาจจะเป็นสถานการณ์ที่มีความ “เรื้อรัง” ทำให้สมาชิกในเครือข่ายมองเห็นได้ยากและไม่สามารถตีความว่าเป็นสัญญาณที่สื่อออกมาว่าพวกเขาควรจะเข้าไปช่วยเหลือ เช่นเดียวกัน Steinberg และ Gottlieb (1994) พบว่าข้อความที่ถูกซ่อนอยู่ภายใต้กระบวนการการสนับสนุน (เช่น ความคาดหวังที่จะได้รับการ “จ่ายเงิน” ในอนาคต) มักจะทำให้ผลกระทบเชิงบวกของการสนับสนุนที่มีอยู่จางหายไป

แนวคิดที่ 4 แนวคิดการเสริมสร้างการสนับสนุนทางสังคม

ผู้ที่บุกเบิกการศึกษากการสนับสนุนทางสังคมมักจะกระตุ้นให้เกิดการนำเอาหลักฐานที่เชื่อมโยงระหว่างสายใยทางสังคมกับสุขภาพมาใช้เป็นฐานในการวางโปรแกรมส่งเสริมการสนับสนุนทางสังคม ยกตัวอย่างเช่น Cassel (1976) เรียกร้องให้มีการศึกษาที่เน้นไปที่การพัฒนาและเสริมสร้างการสนับสนุนทางสังคมแทนการพยายามลดการเผชิญกับสถานการณ์เหนี่ยวนำความเครียด เช่นเดียวกัน Cobb (1976) สนับสนุนแนวคิดของ Cassel (1976) พร้อมกับกล่าวเสริมว่า ควรจะต้องมีการสอนทุกคน (ไม่ว่าจะเป็นคนป่วยหรือไม่ป่วยก็ตาม) ให้เรียนรู้วิธีที่จะให้และรับการสนับสนุนทางสังคม

การจัดกระทำในช่วงแรกซึ่งมีลักษณะที่ยึดเครือข่ายเป็นศูนย์กลาง (network-centered) มีจุดมุ่งหมายเพื่อที่จะเพิ่มการตอบสนอง (responsiveness) และพัฒนาทักษะการให้ความช่วยเหลือของผู้ดูแลประจำชุมชนอย่างไม่เป็นทางการ (informal community caregiver) เป้าหมายของโปรแกรมเหล่านี้ คือ ครู ตำรวจ แพทย์ และพระสงฆ์ ยกตัวอย่างเช่น Weisenfeld และ Weis (1979) ฝึกช่างทำผมให้ใช้ทักษะการให้ความช่วยเหลือชุดหนึ่ง พร้อมกับชวนให้ลดการให้เทคนิคการให้ความช่วยเหลือที่มีประโยชน์น้อย เมื่อเปรียบเทียบกับช่างทำผมอีกกลุ่มหนึ่งที่มีใจที่พร้อมที่จะช่วยเหลือเช่นกัน แต่ไม่มีเวลาในการเข้าร่วมการฝึกอบรม ผลการศึกษานี้พบว่า ผู้ที่เข้าร่วมการฝึกอบรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการช่วยเหลือไปในทิศทางที่โปรแกรมแนะนำ

ในทำนองเดียวกัน D'Augelli, Vallance, Danish, Young และ Gerdes (1981) ได้พัฒนาโปรแกรมที่นำไปใช้ในเขตชนบทของรัฐเพนซิลเวเนีย 2 เขต ผู้พัฒนาโปรแกรมได้ติดต่อบุคคลที่ทำหน้าที่ในฐานะผู้ให้ความช่วยเหลือภายในเครือข่ายทางสังคมของพวกเขา และสอนทักษะการให้ความช่วยเหลือทั่วไป (ทักษะชุดเดียวกันกับที่สอนช่างทำผมในการศึกษาข้างต้น) แก่บุคคลเหล่านั้น นอกจากนี้ ยังได้มีการสอนการรับมือกับสถานการณ์วิกฤติ (crisis intervention) และทักษะการพัฒนาชีวิตอีกด้วย อย่างไรก็ตาม การประเมินที่เกิดขึ้นเป็นเพียงแค่การประเมินผลกระทบของการฝึกสอนที่มีต่อประชาชนที่ได้รับการสนับสนุนจากบุคคลเหล่านี้เท่านั้น

แนวทางที่สองของการจัดกระทำในช่วงแรกเริ่มต้นในปี 1970s เช่นเดียวกับการจัดกระทำแนวทางแรกในข้างต้น แนวทางที่สองนี้ คือ การริเริ่มกลุ่มสนับสนุน (support group) สำหรับกลุ่มบุคคลที่ประสบกับเหตุการณ์ต่างๆในชีวิต เช่น การสูญเสียบุคคลสำคัญในชีวิต มหัตภัยธรรมชาติ การแยกทางกับคู่สมรส และการก้าวสู่การเป็นพ่อแม่ มีกลุ่มระยะสั้นจำนวนมากที่ถูกสร้างขึ้นมาเพื่อการสนับสนุนที่เข้มข้นในระยะสั้นแก่กลุ่มบุคคลเหล่านี้

กลุ่มสนับสนุนกลุ่มแรกๆที่ได้รับการประเมินอย่างรัดกุม เป็นกลุ่มสำหรับผู้หญิงที่เพิ่งสูญเสียคู่ชีวิตไป ผลการประเมินพบว่าได้รับการสนับสนุนแบบตัวต่อตัวจากผู้หญิงที่เป็นหม้ายมานานแล้ว ตามด้วยการเข้าร่วมในกลุ่มที่สมาชิกกลุ่มเป็นหญิงหม้ายทั้งหมด ช่วยเร่งการปรับตัวทางอารมณ์และสังคม (Vachon, Lyall, Rogers, Freedman-Letofsky, & Freeman, 1980) ตัวอย่างอื่นๆที่พบในช่วงแรก คือ กลุ่มสำหรับพ่อแม่มือใหม่ (McGuire & Gottlieb, 1979) กลุ่มสำหรับพ่อแม่ที่มีลูกวัยทารก (Olmsted et al., 1980) และกลุ่มสำหรับผู้หญิงที่ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรคมะเร็งเต้านม (Spiegel, Bloom, & Yalom, 1981)

แนวทางที่สาม คือ การสร้างโปรแกรมที่ปรึกษาตัวต่อตัว (one-to-one mentoring and coaching program) ซึ่งผู้ให้การสนับสนุนที่สำคัญจะถูกดึงออกมาจากหรือใส่เข้าไปในเครือข่ายทางสังคมที่มีอยู่แล้วของผู้ที่จะได้รับการสนับสนุน ตัวอย่างของโปรแกรมนี้อีกคือ องค์กร Big Brothers Big Sisters สิ่งที่ต้องคำนึงถึงคือ จับคู่อาสาสมัครกับเด็กที่เติบโตอยู่ในครอบครัวเลี้ยงเดี่ยว โดยหวังว่าการสนับสนุนทางสังคมที่เด็กได้รับจากอาสาสมัครจะช่วยทดแทนการไม่มีอยู่ของพ่อหรือแม่ในครอบครัวได้ไม่มากนักน้อย อีกหนึ่งตัวอย่างมาจากกระทรวงสาธารณสุข ซึ่งก็คือ การสนับสนุนให้คู่สมรสเข้าร่วมการเรียนเตรียมความพร้อมสำหรับการเป็นพ่อแม่ (Wideman & Singer, 1984) ซึ่งเชื่อกันว่านอกจากช่วยให้คุณแม่มือใหม่รู้สึกได้ถึงความหวังใจและความร่วมมือร่วมใจจากคู่สมรสแล้ว ยังจะช่วยบรรเทาความเจ็บปวดในระหว่างการคลอดอีกด้วย อันที่จริงแล้ว หนึ่งในการจัดกระทำในยุคบุกเบิกที่ได้รับการอ้างถึงมากที่สุด เกิดขึ้นในหน่วยเวชศาสตร์มารดาของโรงพยาบาลประกันสังคมในเมืองกัวเตมาลา สิ่งที่เกิดขึ้นในการศึกษานั้นก็คือ ผู้วิจัยได้ทำการจัดให้เพื่อนผู้หญิงหนึ่งคนคอยอยู่เป็นเพื่อนและให้การสนับสนุนคุณแม่ที่กำลังจะคลอดบุตรเป็นครั้งแรกจำนวนครึ่งหนึ่ง (Sosa, Kennell, Klaus, Robertson, & Urrutia, 1980) เพื่อนผู้หญิงคนนั้นจะคอยปลอบโยนและให้กำลังใจคุณแม่มือใหม่เหล่านั้นและช่วยให้พวกเขารู้สึกสบายกายมากขึ้น เมื่อมีการเปรียบเทียบคุณแม่เหล่านี้กับคุณแม่ที่ไม่มีเพื่อนผู้หญิงอยู่ข้างๆ (แต่ยังได้รับการดูแลทางการแพทย์จากหน่วยเวชศาสตร์มารดาตามปกติเหมือนเดิม) ผลการศึกษาพบว่าคุณแม่ที่มีเพื่อนผู้หญิงอยู่ข้างๆ ประสบกับความยุ่งยากในระหว่างการคลอดน้อยกว่า และใช้เวลานับจากตอนที่เข้ามาอยู่ในโรงพยาบาลจนกระทั่งตอนคลอดบุตรน้อยกว่า ยิ่งไปกว่านั้น หลังจากที่ได้ทำการคลอดเรียบร้อยแล้ว คุณแม่ที่มีเพื่อนผู้หญิงอยู่ข้างๆ ยังรู้สึกตัวนานกว่า ลูบ ยิ้มและพูดคุยกับทารกของตนมากกว่าอีกด้วย

กลไกที่การสนับสนุนทางสังคมส่งผลต่อสุขภาพจิต

Heaney และ Israel (2008) ได้นำเสนอไว้ว่าการสนับสนุนทางสังคมสามารถส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตผ่านกลไกใดได้บ้าง (ดูภาพที่ 5) สิ่งหนึ่งที่สังเกตได้จากภาพที่ 5 คือ แม้การสนับสนุนทางสังคมจะเป็นจุดตั้งต้นของกระบวนการที่นำมาสู่ผลลัพธ์ทางสุขภาพจิต แต่ในความเป็นจริงแล้ว ความสัมพันธ์จำนวนมากในภาพที่ 5 เป็นความสัมพันธ์ที่ส่งผลต่อกันและกัน ยกตัวอย่างเช่น การสนับสนุนทางสังคมไม่เพียงแต่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตเท่านั้น แต่สุขภาพจิตส่งผลกระทบต่อความสามารถในการรักษาและรวบรวมการสนับสนุนอีกด้วย

จากภาพที่ 5 เส้นทางความสัมพันธ์เส้นที่ 1 กล่าวถึงว่าการที่การสนับสนุนทางสังคมสามารถส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตได้โดยตรง ไม่ว่าจะบุคคลจะมีระดับความเครียดที่ต่ำหรือสูงเพียงใดก็ตาม การสนับสนุนทางสังคมสามารถส่งอิทธิพลทางบวกต่อสุขภาพจิตได้ ผ่านการเติมเต็มความต้องการพื้นฐาน

ของมนุษย์ในด้านการมีเพื่อน ความสนิทสนม การรู้สึกว่าคุณเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม และการรู้สึกว่าคุณมีคุณค่า (Berkman & Glass, 2000)

เส้นทางความสัมพันธ์เส้นที่ 2 กล่าวถึงการที่การสนับสนุนทางสังคมสามารถส่งผลต่อสุขภาพได้ผ่านทรัพยากรการรับมือกับปัญหาของบุคคล (individual coping resource) กล่าวคือ การสนับสนุนทางสังคมสามารถช่วยให้บุคคลเข้าถึงบุคคลและข้อมูลที่จะแก้ปัญหาได้มากขึ้น ช่วยเสริมความสามารถในการระบุและแก้ไขปัญหา และ/หรือช่วยให้บุคคลรู้สึกว่าคุณสามารถควบคุมจัดการสถานการณ์ที่เผชิญอยู่ผ่านการลดความไม่แน่นอนในสถานการณ์ดังกล่าวหรือการสร้างผลลัพธ์ที่ต้องการให้เกิดขึ้น ทั้งหมดนี้นำมาสู่การเปลี่ยนแปลงของสุขภาพจิตในทิศทางที่ดีขึ้นในที่สุด

เส้นทางความสัมพันธ์เส้นที่ 4 กล่าวถึงการที่การสนับสนุนทางสังคมสามารถส่งผลต่อสุขภาพได้ผ่านทรัพยากรขององค์กรและชุมชน (organizational and community resource) กล่าวคือ การสนับสนุนทางสังคมสามารถช่วยให้บุคคลตีความเหตุการณ์หรือปัญหาที่เกิดขึ้นในทิศทางที่เป็นบวกมากขึ้น (Thoits, 1995) ตามแนวคิดจากทฤษฎีสัญลักษณ์สัมพันธ์ (symbolic interactionism) ที่เสนอว่าพฤติกรรมของมนุษย์ขึ้นอยู่กับความหมายที่มนุษย์แต่ละคนมอบให้กับเหตุการณ์ต่างๆที่เขาเผชิญ และโดยส่วนมากแล้ว ความหมายที่ว่านี้ก็มีมาจากรากปฏิสัมพันธ์ทางสังคมนั่นเอง (Israel, 1982; Berkman, Glass, Brissette, & Seeman, 2000) นอกจากนี้ การแลกเปลี่ยนการสนับสนุนทางสังคมภายในชุมชนยังสามารถเพิ่มความสามารถของชุมชนในการรวบรวมทรัพยากรและการแก้ไขปัญหาต่างๆอีกด้วย (Minkler, 2001; Eng & Parker, 1994)

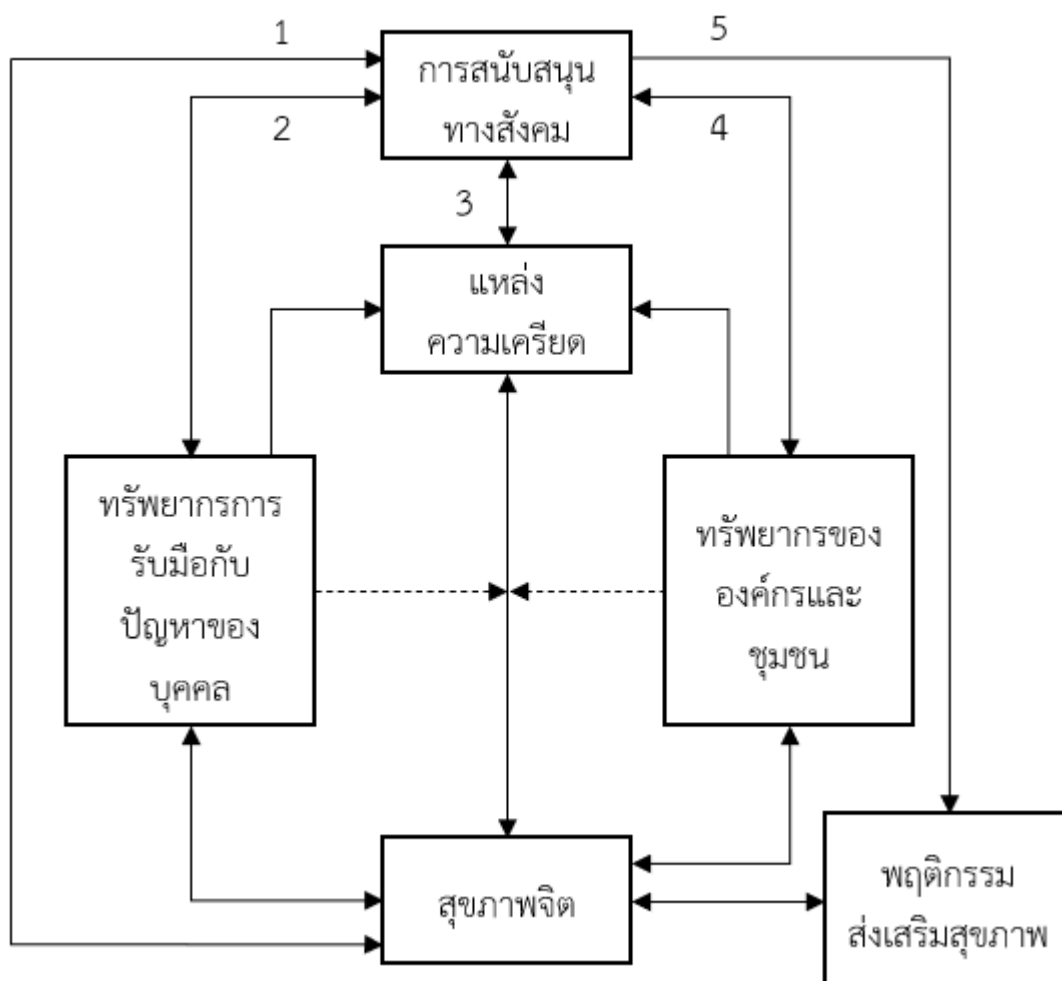
การที่บุคคลมีทรัพยากร (ทั้งในระดับบุคคลและชุมชน) สามารถส่งผลทางบวกต่อสุขภาพจิตโดยตรง อีกทั้งยังสามารถลดผลกระทบทางลบที่แหล่งความเครียดมีต่อสุขภาพได้อีกด้วย สำหรับกรณีหลังนี้ การมีทรัพยากรที่มากจะช่วยเพิ่มโอกาสที่บุคคลจะรับมือกับแหล่งความเครียดในลักษณะที่ช่วยลดผลกระทบทางลบต่อสุขภาพจิตทั้งในระยะสั้นและระยะยาว (เส้นความสัมพันธ์ที่เป็นเส้นประทั้ง 2 เส้น) วรรณกรรมเรียกกรณีหลังนี้ว่า “ผลกันชน” (buffering effect) การศึกษาคนที่กำลังเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงครั้งใหญ่ในชีวิต (เช่น ตกงาน มีลูก) พบว่าการสนับสนุนทางสังคมส่งผลต่อกระบวนการรับมือปัญหา อีกทั้งยังพบว่า การสนับสนุนทางสังคมช่วยบรรเทาผลกระทบของแหล่งความเครียดที่มีต่อสุขภาพอีกด้วย (เช่น Hodnett, Gates, Hofmeyr, & Sakala, 2007)

สำหรับเส้นทางความสัมพันธ์เส้นที่ 3 การสนับสนุนทางสังคมสามารถช่วยลดความถี่และระยะเวลาของการเผชิญกับแหล่งความเครียด ซึ่งส่งผลทางบวกต่อสุขภาพจิตอีกทีหนึ่ง ยกตัวอย่าง

เช่น หัวหน้าที่เห็นอกเห็นใจจะไม่ทำให้ลูกน้องทำงานหนักเกินความจำเป็น หรือการมีเพื่อนที่รู้ว่า บริษัทไหนเปิดรับสมัครงานบ้างจะช่วยให้คนตกงานมีโอกาสได้งานทำเร็วขึ้น เป็นต้น

เส้นทางความสัมพันธ์เส้นที่ 5 กล่าวถึงการที่การสนับสนุนสามารถส่งผลให้บุคคลมีพฤติกรรม ส่งเสริมสุขภาพที่มากขึ้น ไม่ว่าจะเป็นการทานยาตามที่แพทย์แนะนำ (DiMatteo, 2004) การแสวงหาความช่วยเหลือเมื่อต้องการ (McKinlay, 1980; Starrett และคณะ, 1990) การเลิกสูบบุหรี่ (Palmer, Baucom, and McBride, 2000) หรือการลดน้ำหนัก (Wing & Jeffery, 1999) ซึ่งพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพเหล่านี้ก็ส่งผลต่อการเกิดปัญหาสุขภาพจิต รวมทั้งการฟื้นตัวจากปัญหาสุขภาพจิตอีกทีหนึ่ง

สุดท้าย เส้นประทั้ง 2 เส้นแสดงให้เห็นว่า เมื่อบุคคลมีทรัพยากรที่มากขึ้น (ทั้งทรัพยากรในระดับบุคคลและองค์กร/ชุมชน) ผลกระทบทางลบของแหล่งความเครียดที่มีต่อสุขภาพจิตสามารถลดลงได้ นั่นเป็นเพราะว่า การมีทรัพยากรที่มากขึ้น มันส่งผลให้บุคคลมีโอกาที่จะรับมือกับแหล่งความเครียดในลักษณะที่ลดผลกระทบทางลบต่อสุขภาพจิตทั้งในระยะสั้นและระยะยาวได้ การศึกษาในอดีตที่ศึกษาบุคคลที่กำลังเผชิญกับการเปลี่ยนผ่านในชีวิตครั้งใหญ่ (เช่น การสูญเสียงาน การมีลูกคนแรก) พบว่า การสนับสนุนทางสังคมทำหน้าที่เป็นเสมือน “กันชน” ระหว่างแหล่งความเครียดและสุขภาพจิต (เช่น Hodnett, Gates, Hofmeyr, และ Sakala, 2007)



ภาพที่ 5: โมเดลเชิงแนวคิดสำหรับความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมและสุขภาพจิต (ดัดแปลงมาจาก Heaney และ Israel (2008))

การสนับสนุนทางสังคมในนิสิตนักศึกษานานาชาติ

การศึกษาวิจัยที่ผ่านมา แบ่งการสนับสนุนทางสังคม ออกเป็น 3 มิติ ได้แก่ (1) มิติเชิงโครงสร้าง (structural) ซึ่งกล่าวถึง ลักษณะของขนาด โครงสร้าง และความสัมพันธ์ของเครือข่ายการสนับสนุน (support network) ของบุคคล (2) มิติเชิงหน้าที่ (functional) ซึ่งกล่าวถึง การกระทำเชิงสนับสนุนต่างๆ (เช่น การรับฟัง การปลอบโยน การให้คำแนะนำ การให้ยืมเงิน เป็นต้น) และ (3) มิติเชิงประเมิน (evaluative) ซึ่งกล่าวถึง การรับรู้หรือความเชื่อที่ว่าตนได้รับความเคารพ ได้รับความห่วงใยใส่ใจ และ/หรือความต้องการทางสังคมของตนได้รับการเติมเต็ม (Vaux, 1988; Vaux et al., 1986)

นักจิตวิทยา นักวิชาการ และนักวิจัยกลุ่มต่างๆ ที่ศึกษาการสนับสนุนทางสังคม มักจะกำหนดนิยามและขอบเขตการสนับสนุนทางสังคม ภายใต้อายุ 3 มิติดังกล่าว โดยอาจเลือกศึกษาเพียง บางมิติ หรือ หลายมิติร่วมกันก็ได้ (Cobb, 1976; Kaplan, Cassel, & Gore, 1977) ตัวอย่างเช่น Cobb (1976) ให้ความหมาย การสนับสนุนทางสังคม ว่าหมายถึง การรับรู้ของบุคคลเกี่ยวกับความสัมพันธ์ของเขากับคนรอบตัวในลักษณะที่ว่า (1) เขามีคนที่รักและห่วงใย (2) เขามีคุณค่า (3) เขาเป็นส่วนหนึ่งของเครือข่ายการสื่อสารและความผูกพันร่วมกัน (network of communication and mutual obligation) ซึ่งนิยามนี้ครอบคลุม 2 มิติของการสนับสนุนทางสังคมข้างต้น คือ มิติเชิงหน้าที่และมิติเชิงประเพณี เป็นต้น

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ นิสิตผู้วิจัยมีความสนใจ ศึกษาการสนับสนุนทางสังคมของนิสิตศึกษานานาชาติ ที่ครอบคลุม มิติเชิงหน้าที่และมิติเชิงประเพณี ดังจะได้อธิบายต่อไปนี้

มิติที่ 1 มิติเชิงหน้าที่ การสนับสนุนทางสังคมในมิตินี้ครอบคลุม 4 หน้าที่ คือ การสนับสนุนทางอารมณ์ (emotional support) อันหมายถึง การแสดงออกถึงความรัก ความใส่ใจ ความห่วงใย และความเห็นอกเห็นใจ การสนับสนุนทางสังคม (social companionship) อันหมายถึง การเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มทางสังคมที่คอยเป็นเพื่อนในการทำกิจกรรมต่างๆ การสนับสนุนให้ความช่วยเหลือด้านวัตถุสิ่งของ (tangible assistance) อันหมายถึงการช่วยเหลือที่เป็นรูปธรรม ซึ่งอาจจะมาในรูปแบบของการช่วยเหลือทางการเงิน การให้บริการ หรือวัสดุทรัพยากร และการสนับสนุนด้านข้อมูล (informational support) อันหมายถึง การสื่อสารความคิดเห็นหรือข้อเท็จจริงที่เกี่ยวข้องกับความยุ่งยากลำบากหรือปัญหาที่บุคคลกำลังเผชิญอยู่ (เช่น การให้คำแนะนำ การให้ข้อมูลป้อนกลับส่วนตัว) (Vaux, Riedel, & Stewart, 1987; Wellman & Hiscott, 1985) ซึ่งในการศึกษานิสิตศึกษานานาชาติโดย Ong และ Ward (2005) ได้รวบมิติเชิงหน้าที่จาก 4 หน้าที่เป็น 2 หน้าที่หลัก คือ การสนับสนุนทางสังคมและอารมณ์ (socioemotional support) และการสนับสนุนทางปฏิบัติ (instrumental support) ซึ่งการสนับสนุนทางสังคมและอารมณ์ คือ การผนวกรวมกันของการสนับสนุนทางอารมณ์และการสนับสนุนทางสังคม ในขณะที่การสนับสนุนเชิงปฏิบัติ คือ การผนวกรวมกันของการสนับสนุนให้ความช่วยเหลือด้านวัตถุสิ่งของและการสนับสนุนด้านข้อมูล นั่นเอง

มิติที่ 2 มิติเชิงประเพณี สำหรับการสนับสนุนทางสังคมมิติเชิงประเพณีนั้น แบ่งออกเป็น 2 ประเภท ได้แก่ การสนับสนุนที่บุคคลรับรู้ว่ามีอยู่ (perceived social support) และการสนับสนุนที่บุคคลได้รับจริงๆ (received social support) โดยที่การสนับสนุนที่บุคคลรับรู้ว่ามีอยู่ หมายถึง มุมมองของบุคคลที่เกี่ยวข้องกับการมีอยู่ของการสนับสนุนโดยทั่วไปและ/หรือความพึงพอใจที่มีต่อการสนับสนุนที่ได้รับในภาพรวม (Sarason, Sarason, & Pierce, 1990) ในขณะที่การ

สนับสนุนที่บุคคลได้รับจริง หมายถึง พฤติกรรมสนับสนุนที่บุคคลได้รับจากเครือข่ายสนับสนุนของตน (Sarason et al., 1990) ประเด็นที่น่าสนใจในมิติเชิงประเมิณนี้ คือ คำถามที่ว่า การสนับสนุนที่บุคคลรับรู้ว่ามีอยู่ และ การสนับสนุนที่บุคคลได้รับจริงๆ นี้ แบบไหนจะส่งผลต่อสุขภาพของบุคคลมากกว่ากัน ซึ่งผลการศึกษามากมาย (เช่น Antonucci & Israel, 1986; Blazer, 1982; Cohen & Wills, 1985; Sandler & Barrera, 1984) รายงานว่าการสนับสนุนที่บุคคลรับรู้ว่ามีอยู่ ส่งผลกระทบเหนือกว่าการสนับสนุนที่บุคคลได้รับจริงๆ

การศึกษาในครั้งนี้จะมุ่งศึกษาการสนับสนุนทางสังคมที่บุคคลรับรู้ว่ามีอยู่ โดยเน้นที่มิติเชิงหน้าที่ของการสนับสนุนทางสังคม 2 ด้าน ได้แก่ (1) การสนับสนุนเชิงสังคมและอารมณ์ (Socioemotional Support) และ (2) การสนับสนุนเชิงปฏิบัติ (Instrumental Support) ดังนี้

ด้านที่ 1 การสนับสนุนเชิงสังคมและอารมณ์ (Socioemotional Support) หมายถึง การรับรู้ที่ตนเอง ได้รับความรัก การยอมรับ กำลังใจ การดูแลเอาใจใส่ เห็นคุณค่า มีเพื่อนในการทำกิจกรรมต่างๆ และรู้สึกว่าเป็นส่วนหนึ่งของสังคมที่ตนสังกัดอยู่ ผู้ที่มีคะแนนด้านนี้สูง จะเป็นผู้ที่รับรู้ว่ามีคนจำนวนมากที่เอาใจใส่ดูแล ห่วงใยทุกข์สุขของเขา รับรู้ว่าตนเองเป็นที่รักของบุคคลอื่น มีคุณค่า และเมื่อจำเป็นหรือมีปัญหา ก็สามารถพึ่งพาคนรอบข้างได้ รวมถึงเป็นผู้ที่รับรู้ว่ามีโอกาสในการเข้าร่วมกิจกรรมในสังคม ได้แลกเปลี่ยนซึ่งกันและกันกับผู้อื่น ในทางตรงกันข้าม ผู้ที่มีคะแนนด้านนี้ต่ำ จะเป็นผู้ที่รับรู้ที่ตนเอง ไม่มีคนใส่ใจ ห่วงใย ไม่สามารถพึ่งพาใครได้เมื่อต้องการ และรับรู้ที่ตนเองขาดโอกาส ในการมีส่วนร่วมกิจกรรมต่างๆ กับผู้อื่น เป็นต้น

ด้านที่ 2: การสนับสนุนเชิงปฏิบัติ (Instrumental Support) หมายถึง การได้รับความช่วยเหลือที่เป็นรูปธรรม ไม่ว่าจะเป็น เวลา แรงงาน การเงิน สิ่งของ การได้รับข้อมูลข่าวสาร การได้รับคำแนะนำ ที่ช่วยทำให้เกิดความเข้าใจสิ่งต่างๆ เพื่อให้สามารถแก้ไขปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้น หรือเพื่อการดำรงชีวิตประจำวันได้ดี ผู้ที่มีคะแนนด้านนี้สูง จะเป็นผู้ที่รับรู้ที่ตนเองมีทรัพยากรที่ช่วยให้พวกเขาตอบสนองต่อความต้องการของตนในสถานการณ์ต่างๆ ได้อย่างเพียงพอ ตลอดจนรับรู้ที่ตนเองมีความสามารถที่จะเผชิญปัญหา ความกดดัน ความเครียดและปรับตัวได้ดี ในทางตรงกันข้าม ผู้ที่มีคะแนนด้านนี้ต่ำ จะเป็นผู้ที่รับรู้ตนเองมีความจำกัด (มีความไม่เพียงพอ) ด้านเวลา แรงงาน การเงิน ข้อมูล และทรัพยากรต่างๆ ที่จำเป็นในการใช้ชีวิต

ในวรรณกรรม แม้ว่าจะมีการศึกษาการสนับสนุนทางสังคมอยู่ไม่น้อย แต่ผู้วิจัยที่ศึกษาการสนับสนุนทางสังคมในกลุ่มนักศึกษานานาชาติโดยเฉพาะมีอยู่ไม่มาก การศึกษาของ Ong และ Ward (2005) ถือเป็นการศึกษาชิ้นหนึ่งที่ศึกษาการสนับสนุนทางสังคมของนักศึกษานานาชาติโดยตรง

สาเหตุที่การศึกษาการสนับสนุนทางสังคมของกลุ่มประชากรนี้เป็นสิ่งที่จำเป็น เป็นเพราะว่า ความแตกต่างในประเภทของปัญหาที่กลุ่มประชากรนี้เผชิญ (เช่น ความรู้สึกคิดถึงบ้าน อุปสรรคทางภาษา) บริบทที่พวกเขาเผชิญ (นั่นคือสภาพแวดล้อมที่ใหม่และไม่คุ้นเคย) และกระบวนการของการได้มาซึ่งการสนับสนุนทางสังคมของพวกเขา ล้วนแล้วแต่มีลักษณะเฉพาะที่แตกต่างจากกลุ่มประชากรอื่นๆ ประชากรกลุ่มนี้ประสบกับการสูญเสียระบบการสนับสนุนทางสังคมและวิธีการสื่อสารการสนับสนุนทางสังคมที่คุ้นเคย (Fontaine, 1986; Mallinckrodt & Leong, 1992a; Sandhu, 1994) พวกเขาจำเป็นต้องถูกสถานการณ์บีบบังคับให้แสวงหาแนวทางใหม่ให้ได้มาซึ่งการสนับสนุนทางสังคม ซึ่งรวมถึงการรักษาการติดต่อสื่อสารทางไกลกับแหล่งสนับสนุนสำคัญที่บ้านและการพัฒนาระบบการสนับสนุนใหม่ในสังคมถิ่นฐาน (Walton, 1990) ลักษณะเฉพาะตัวของคนต่างวัฒนธรรมเหล่านี้ไม่ได้ถูกนำมาพิจารณาอย่างถี่ถ้วนในการศึกษาการสนับสนุนทางสังคมโดยทั่วไปที่พบในวรรณกรรม (Church, 1982; Furnham, 1988; Pedersen, 1991; B. Yang & Clum, 1995)

Ong และ Ward (2005) พบว่าการสนับสนุนทางสังคมของกลุ่มศึกษานานาชาติมีอยู่ 2 ประเภท ได้แก่ การสนับสนุนเชิงสังคมและอารมณ์ (Socioemotional support) (เช่น การให้ความรัก การแสดงออกถึงความรู้สึกเห็นอกเห็นใจ การใช้เวลาอยู่เป็นเพื่อน) และการสนับสนุนเชิงช่วยเหลือ (Instrumental support) (เช่น การให้คำแนะนำ การให้ข้อมูล การช่วยแบ่งเบาความรับผิดชอบในครอบครัวหรือการทำงาน การให้ความช่วยเหลือทางการเงิน) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Suurmeijer และคณะ (1995) นอกจากนี้ Ong and Ward (2005) พบว่า คนต่างวัฒนธรรมมักจะได้รับการสนับสนุนเชิงช่วยเหลือจากคนในสังคมถิ่นฐาน ในขณะที่การสนับสนุนเชิงสังคมและอารมณ์มักจะได้รับจากคนนอกสังคมถิ่นฐาน ซึ่งในที่นี้ไม่ได้มีเพียงแค่ครอบครัวและเพื่อนจากสังคมดั้งเดิมเท่านั้น แต่คนนอกสังคมถิ่นฐานนี้ยังรวมถึงคนต่างวัฒนธรรมที่มาจากสังคมอื่นที่ไม่ใช่สังคมดั้งเดิมของตนด้วย

สำหรับบทบาทของการสนับสนุนทางสังคมในการผสมผสานทางวัฒนธรรมนั้น ในภาพรวมงานวิจัยที่ผ่านมาพบว่าการสนับสนุนทางสังคมมีบทบาทสำคัญในการปรับตัวต่อการผสมผสานทางวัฒนธรรม (Furnham & Shiekh, 1993; Laksiri Jayasuriya, David Sang, & Angela Fielding, 1992; Vega & Rumbaut, 1991) สำหรับบางคน ความสัมพันธ์กับคนที่มาจากสังคมดั้งเดิมมีความสัมพันธ์กับความเครียดที่ลดลง (e.g., Vega, Kolody, Valle, & Weir, 1991; Ward & Kennedy, 1993) ในขณะที่สำหรับบางคน ความสัมพันธ์กับคนที่มาจากสังคมถิ่นฐาน (หากว่าความสัมพันธ์ดังกล่าวตรงกับความคาดหวัง) มีส่วนช่วยในการปรับตัวมากกว่า (e.g., Berry & Kostovcik, 1983) อย่างไรก็ตาม ในการศึกษาส่วนใหญ่ การมีความสัมพันธ์กับทั้งคนในสังคมดั้งเดิม

และสังคมถิ่นฐานสามารถทำนายการปรับตัวอย่างประสบความสำเร็จได้ดีที่สุด (Berry, Kim, Minde, & Mok, 1987; Kealey, 1989) สาเหตุที่ผลลัพธ์ออกมาเป็นเช่นนี้อาจจะเป็นเพราะว่า การมีความสัมพันธ์กับคนที่มาจากสังคมสองแห่งบ่งบอกว่าบุคคลมีทรัพยากรจากสังคมสองแห่งนี้ ซึ่งมากกว่าในกรณีที่บุคคลมีความสัมพันธ์กับคนเพียงแค่สังคมใดสังคมหนึ่ง

งานวิจัยเชิงประจักษ์ที่เกี่ยวข้อง

ผลจากการทบทวนวรรณกรรม หากจะใช้กรอบความคิดของ Arends-Toth และ van de Vijver (2006) ผู้วิจัยพบว่ามีการศึกษาไม่มากอยู่ไม่มากที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่เป็นส่วนหนึ่งของเงื่อนไขการผสมผสานทางวัฒนธรรม (acculturation conditions) ตัวแปรที่เป็นแนวทางการรับมือกับการผสมผสานทางวัฒนธรรมหรือกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม (acculturation orientations/strategies) และตัวแปรที่เป็นผลลัพธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม (acculturation outcomes) ในกลุ่มนักเรียนนานาชาติ (เช่น Dao, Lee & Chang, 2007; Du & Wei, 2015; Meghani & Harvey, 2016; Ng, Wang, & Chan, 2017; Pan & Wong, 2011; Ra & Trusty, 2017; Rayle & Myers, 2004; Szabó, Papp, & Luu, 2020; Ying & Han, 2006; Zhang & Goodson, 2011) ซึ่งในบรรดาการศึกษาเหล่านี้ ผู้วิจัยไม่พบการศึกษาชิ้นใดเลยที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม (ส่วนหนึ่งของเงื่อนไขการผสมผสานทางวัฒนธรรม) การสนับสนุนทางสังคม (ส่วนหนึ่งของเงื่อนไขการผสมผสานทางวัฒนธรรม) กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม และสุขภาวะ (ผลลัพธ์ของการผสมผสานทางวัฒนธรรมรูปแบบหนึ่ง) ของนักเรียนนานาชาติเลย มีเพียงแค่การศึกษาของ Meghani และ Harvey (2016) เท่านั้นที่มีความใกล้เคียงกับการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง 4 ตัวแปรนี้มากที่สุด กล่าวคือ พวกเขาศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม การสนับสนุนทางสังคม และภาวะซึมเศร้า

การศึกษาวิจัยของ Meghani และ Harvey (2016) ในกลุ่มตัวอย่างนักเรียนนานาชาติชาวอินเดียระดับปริญญาโท-เอกจำนวน 114 คนที่กำลังศึกษาอยู่ในสหรัฐอเมริกาในปีการศึกษาแรกของพวกเขา (โดยมีการเก็บข้อมูลทั้งหมด 6 ครั้ง) และมีข้อค้นพบหลักดังต่อไปนี้ ประการแรก นักเรียนนานาชาติชาวอินเดียทั้งหมดสามารถแบ่งออกได้เป็น 3 กลุ่ม กลุ่มแรก คือ กลุ่มต่ำ-พัฒนาขึ้น (มี 39 คน) ซึ่งเป็นกลุ่มที่มีระดับภาวะซึมเศร้าต่ำที่สุดในช่วงเวลาแรกที่เก็บข้อมูล และต่อมา ภาวะซึมเศร้าของพวกเขาก็พัฒนาในทิศทางที่ดีขึ้นเรื่อยๆ กลุ่มสอง คือ กลุ่มต่ำ-นิ่ง (มี 60 คน) ซึ่งเป็นกลุ่มที่มีระดับภาวะซึมเศร้าต่ำในช่วงเวลาแรกที่เก็บข้อมูล และภาวะซึมเศร้าของพวกเขาก็ค่อนข้างคงที่ในเวลาต่อมา กลุ่มสาม คือ กลุ่มสูง-ถดถอย (มี 15 คน) ซึ่งเป็นกลุ่มที่มีระดับภาวะซึมเศร้าสูงที่สุดในช่วงเวลา

แรกที่เก็บข้อมูล และต่อมา ภาวะซึมเศร้าของพวกเขาที่พัฒนาในทิศทางที่แยลงเรื่อยๆ ประการที่สอง นักศึกษากลุ่มต่ำ-พัฒนาขึ้น มีแนวโน้มที่จะยึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐานสูงกว่า มีการสนับสนุนทางสังคมจากคนชาติเดียวกันที่สูงกว่า และมีแหล่งความเครียดด้านการเรียนและการเงินที่ต่ำกว่า

สำหรับงานวิจัยกลุ่มที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม และตัวแปรที่เป็นผลลัพธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม (acculturation outcomes) ในกลุ่มศึกษานานาชาติ จากการทบทวนวรรณกรรม ผู้วิจัยพบงานวิจัยกลุ่มนี้เพียงแค่ 3 ชิ้นเท่านั้น ได้แก่ การศึกษาของ Ying และ Han (2006) การศึกษาของ Dao, Lee และ Chang (2007) และการศึกษาของ Pan และ Wong (2011) โดย Ying และ Han (2006) ศึกษาตัวอย่างนักศึกษาชาวไต้หวัน 155 คนที่กำลังศึกษาอยู่ในสหรัฐอเมริกาและมีข้อค้นพบหลักดังต่อไปนี้ ประการแรก การยึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐานทำหน้าที่เป็นตัวแปรส่งผ่านบางส่วน (partial mediator) ในความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบเปิดเผย (extraversion) และปรับตัวด้านการใช้ชีวิตประจำวัน (functional adjustment) กล่าวคือ ยิ่งนักศึกษามีบุคลิกภาพแบบเปิดเผยมาก นักศึกษาก็จะมีแนวโน้มสูงที่จะยึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐาน และส่งผลให้การปรับตัวด้านการใช้ชีวิตประจำวันดีขึ้นในที่สุด อีกนัยหนึ่งก็คือ กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมประเภทการผสมกลมกลืน (assimilation) จะเป็นกลยุทธ์ที่ช่วยในการปรับตัวด้านการใช้ชีวิตประจำวัน ประการที่สอง บุคลิกภาพแบบเปิดเผยส่งผลด้านลบต่อระดับภาวะซึมเศร้า ประการที่สาม แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมส่งผลด้านลบต่อการปรับตัวด้านการใช้ชีวิตประจำวัน พร้อมทั้งส่งผลด้านบวกต่อระดับภาวะซึมเศร้า ประการที่สี่ นักศึกษาหญิงมีแนวโน้มที่จะใช้กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมประเภทการผสมกลมกลืนมากกว่านักศึกษาชาย

ส่วนการศึกษาของ Dao, Lee และ Chang (2007) ในกลุ่มตัวอย่างศึกษานานาชาติชาวไต้หวันจำนวน 112 คนที่กำลังศึกษาอยู่ในสหรัฐอเมริกาและมีข้อค้นพบหลักดังต่อไปนี้ ประการแรก นักศึกษาที่มีความเสี่ยงที่จะมีภาวะซึมเศร้าสูง มักจะเป็นนักศึกษาหญิงที่ใช้กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมประเภทการแยกตัว (separation) และมองว่าตัวเองใช้ภาษาอังกฤษได้ไม่ค่อยคล่องแคล่ว (perceived English fluency) ประการที่สอง กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมส่งผลต่อภาวะซึมเศร้าผ่านระดับความคล่องแคล่วในการใช้ภาษาอังกฤษโดยสมบูรณ์ (full mediation) กล่าวคือ หากนักศึกษาเลือกใช้กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมประเภทการผสมกลมกลืน (assimilation) นักศึกษาก็มีแนวโน้มที่จะมองว่าตนใช้ภาษาอังกฤษได้คล่องขึ้น และนั่นส่งผลให้ภาวะซึมเศร้าลดลงตามลำดับ นอกจากนี้มีศึกษาของ Pan และ Wong (2011) ศึกษาตัวอย่างนักศึกษาระดับปริญญาโท-เอกชาวจีนจำนวน 602 คน (400 คนศึกษาอยู่ในฮ่องกง 202 คนศึกษาอยู่ในออสเตรเลีย)

และมีข้อค้นพบหลักดังนี้ ประการแรก นักศึกษาจีนในออสเตรเลียมีแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมและอารมณ์เชิงลบ (negative affect) สูงกว่านักศึกษาจีนในฮ่องกง ประการที่สอง สำหรับนักศึกษาจีนที่กำลังศึกษาอยู่ในออสเตรเลียและฮ่องกง แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมในเรื่องการเรียนและกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมประเภทการเป็นคนชายขอบ (marginalization) ส่งผลทางบวกต่ออารมณ์เชิงลบ ประการที่สาม สำหรับนักศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในฮ่องกง แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมด้านความแตกต่างทางวัฒนธรรมเป็นอีกหนึ่งตัวแปรที่ส่งผลทางบวกต่ออารมณ์เชิงลบ ประการที่สี่ สำหรับนักศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในออสเตรเลีย กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมประเภทการผสมกลมกลืน (assimilation) เป็นอีกหนึ่งตัวแปรที่ส่งผลทางลบต่ออารมณ์เชิงลบ

สำหรับงานวิจัยกลุ่มที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรการสนับสนุนทางสังคม/ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการสนับสนุนทางสังคม อันเป็นส่วนหนึ่งของเงื่อนไขการผสมผสานทางวัฒนธรรม (acculturation conditions) กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม และตัวแปรที่เป็นผลลัพธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม (acculturation outcomes) ในกลุ่มนักศึกษานานาชาติ จากการทบทวนวรรณกรรม ผู้วิจัยพบงานวิจัยกลุ่มนี้เพียงแค่ 6 ชิ้นเท่านั้น ได้แก่ การศึกษาของ Zhang และ Goodson (2011) การศึกษาของ Du และ Wei (2015) การศึกษาของ Sullivan และ Kashubeck-West (2015) การศึกษาของ Ng, Wang, และ Chan (2017) การศึกษาของ Ra และ Trusty (2017) และการศึกษาของ Szabó, Papp, และ Luu (2020) ตัวอย่างเช่น การศึกษาของ Zhang และ Goodson (2011) ในกลุ่มตัวอย่างนักศึกษานานาชาติชาวจีนจำนวน 508 คนที่กำลังศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยจำนวน 4 แห่งในรัฐเท็กซัส และมีข้อค้นพบหลักดังต่อไปนี้ ประการแรก ความรู้สึกเชื่อมต่อทางสังคม (social connectedness) ที่มีกับชาวอเมริกันทำหน้าที่เป็นตัวแปรส่งผ่านอย่างเต็มตัว (full mediation) ผ่านระหว่างอิทธิพลของการยึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐานที่มีต่ออาการซึมเศร้า กล่าวคือ ยิ่งนักศึกษายึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมอเมริกันมากเท่าไร นักศึกษาก็จะยิ่งรู้สึกเชื่อมต่อทางสังคมกับชาวอเมริกันและสังคมอเมริกันมากขึ้น นั่นส่งผลให้สามารถจัดการกับแรงกดดันทางอารมณ์ได้ดีขึ้น และนำมาสู่การลดลงของอาการซึมเศร้าในที่สุด ประการที่สอง ความรู้สึกเชื่อมต่อทางสังคม (social connectedness) ที่มีกับชาวอเมริกันทำหน้าที่เป็นตัวแปรส่งบางส่วน (partial mediation) ผ่านระหว่างอิทธิพลของการยึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐานต่อปัญหาการปรับตัวเชิงสังคมวัฒนธรรม กล่าวคือ ยิ่งนักศึกษายึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมอเมริกันมากเท่าไร นักศึกษาก็จะยิ่งรู้สึกเชื่อมต่อทางสังคมกับชาวอเมริกันและสังคมอเมริกันมากขึ้น นั่นส่งผลให้เกิดการพัฒนาทักษะทางสังคมวัฒนธรรมได้ดีขึ้น และนำมาสู่การลดลงของปัญหาการปรับตัวเชิงสังคมวัฒนธรรมในที่สุด ประการที่สาม การมีปฏิสัมพันธ์กับชาวอเมริกันทำหน้าที่เป็นตัวแปรกำกับความสัมพันธ์ระหว่างการ

ยึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิมและอาการซึมเศร้า กล่าวคือ นักศึกษาที่มีระดับการยึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิมต่ำ อีกทั้งยังมีระดับปฏิสัมพันธ์กับชาวอเมริกันที่ต่ำ คือกลุ่มนักศึกษาที่มีอาการซึมเศร้าสูงที่สุด

นอกจากนี้การศึกษาของ Du และ Wei (2015) ในกลุ่มตัวอย่างนักศึกษานานาชาติชาวจีนที่กำลังศึกษาอยู่ใน USA จำนวน 213 คน โดยมีการเก็บข้อมูล 2 ครั้ง (แต่แต่ละครั้งมีระยะห่างราวๆ 4-6 เดือน) และมีข้อค้นพบหลักดังต่อไปนี้ ประการแรก ความรู้สึกใกล้ชิดกับสังคมถิ่นฐาน (mainstream social connectedness) ในระยะเวลาที่ 2 ทำหน้าที่เป็นตัวแปรส่งผ่านบางส่วน (partial mediator) ในความสัมพันธ์ระหว่างการยึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐานในระยะเวลาที่ 1 และความพึงพอใจในชีวิต (life satisfaction) และความรู้สึกทางบวก (positive affect) ในระยะเวลาที่ 2 กล่าวคือ ยิ่งนักศึกษายึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐานมากเท่าไร นักศึกษาก็ยิ่งรู้สึกใกล้ชิดกับสังคมถิ่นฐานนั้นมากขึ้น และนั่นทำให้ความพึงพอใจในชีวิตและความรู้สึกทางบวกของนักศึกษาเพิ่มขึ้นตามลำดับ ประการที่สอง ความรู้สึกใกล้ชิดกับสังคมดั้งเดิม (ethnic social connectedness) ในระยะเวลาที่ 2 ทำหน้าที่เป็นตัวแปรส่งผ่านบางส่วน (partial mediator) ในความสัมพันธ์ระหว่างการยึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิมในระยะเวลาที่ 1 และความรู้สึกทางลบ (negative affect) ในระยะเวลาที่ 2 กล่าวคือ ยิ่งนักศึกษายึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิมมากเท่าไร นักศึกษาก็ยิ่งรู้สึกใกล้ชิดกับสังคมดั้งเดิมนั้นมากขึ้น และนั่นทำให้ความรู้สึกทางลบของนักศึกษาลดลงตามลำดับ ประการที่สาม ความรู้สึกใกล้ชิดกับสังคมถิ่นฐานในระยะเวลาที่ 2 ทำหน้าที่เป็นตัวแปรส่งผ่านบางส่วน (partial mediator) ในความสัมพันธ์ระหว่างการยึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิมในระยะเวลาที่ 1 และความพึงพอใจในชีวิตและความรู้สึกทางบวกในระยะเวลาที่ 2 กล่าวคือ ยิ่งนักศึกษายึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิมมากเท่าไร นักศึกษาก็ยิ่งรู้สึกใกล้ชิดกับสังคมถิ่นฐานน้อยลง และนั่นทำให้ความพึงพอใจในชีวิตและความรู้สึกทางบวกของนักศึกษาลดลงตามลำดับ ส่วน Sullivan และ Kashubeck-West (2015) ศึกษากลุ่มตัวอย่างนักศึกษานานาชาติที่กำลังศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยขนาดกลางแห่งหนึ่งในแถบตะวันตกตอนกลางของประเทศสหรัฐอเมริกาและมีข้อค้นพบหลักดังต่อไปนี้ นักศึกษาที่มีความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม (acculturative stress) ในระดับที่ต่ำ คือ นักศึกษาที่มีกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมประเภทการบูรณาการ (ยึดมั่นในทั้งวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิมและวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐาน) และมีแหล่งการสนับสนุนทางสังคมที่หลากหลาย อันได้แก่ ชาวอเมริกัน เพื่อนๆนักศึกษานานาชาติ (ที่มาจากคนละประเทศกับตัวนักศึกษา) และคนที่มาจากประเทศเดียวกันกับตัวนักศึกษาเอง ด้านการศึกษาของ Ng, Wang, และ Chan (2017) ในนักศึกษาชาวจีนจำนวน 188 คนที่กำลังศึกษาอยู่ในฮ่องกง Ng, Wang, และ มีข้อค้นพบหลักดังต่อไปนี้ ประการแรก การที่นักศึกษามีการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนในสังคมถิ่นฐานที่สูง ได้ทำการส่งเสริมอิทธิพลทางบวก

ของกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมแบบการบูรณาการ (integration) ที่มีต่อการปรับตัวทั้งในด้านสังคมวัฒนธรรมและด้านจิตวิทยา ประการที่สอง การที่นักศึกษามีการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนในสังคมถิ่นฐานที่สูง ได้ทำการลดทอนอิทธิพลทางลบของกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมแบบการเป็นคนชายขอบ (marginalization) ที่มีต่อการปรับตัวทั้งในด้านสังคมวัฒนธรรมและด้านจิตวิทยา ประการที่สาม การที่นักศึกษามีการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนที่ไม่ได้มาจากสังคมถิ่นฐานที่สูง ได้ทำการลดทอนอิทธิพลทางบวกของกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมแบบการบูรณาการ (integration) ที่มีต่อการปรับตัวทั้งในด้านจิตวิทยา

การศึกษาของ Ra และ Trusty (2017) ในกลุ่มตัวอย่างนักศึกษานานาชาติชาวเอเชียตะวันออกจำนวน 232 คนที่กำลังศึกษาอยู่ในอเมริกาและมีข้อค้นพบหลักดังต่อไปนี้ ประการแรก การสนับสนุนทางสังคมทำหน้าที่เป็นตัวแปรส่งผ่านบางส่วน (partial mediator) ในความสัมพันธ์ระหว่างกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมและความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม (acculturative stress) กล่าวคือ ยิ่งนักศึกษาใช้กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมประเภทการผสมกลมกลืน (assimilation) มากเท่าไร นักศึกษาก็ยิ่งมีการสนับสนุนทางสังคมมากขึ้น และส่งผลให้ความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม (acculturative stress) ลดลงตามลำดับ ในทางกลับกัน ยิ่งนักศึกษาใช้กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมประเภทการแยกตัว (separation) มากเท่าไร นักศึกษาก็ยิ่งมีการสนับสนุนทางสังคมลดลง และส่งผลให้ความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม (acculturative stress) เพิ่มขึ้นตามลำดับ ประการที่สอง การรับมือกับปัญหา (coping) ทำหน้าที่เป็นตัวแปรส่งผ่านบางส่วน (partial mediator) ในความสัมพันธ์ระหว่างกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมและความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม (acculturative stress) กล่าวคือ ยิ่งนักศึกษาใช้กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมประเภทการผสมกลมกลืน (assimilation) มากเท่าไร นักศึกษาก็ยิ่งมีการรับมือกับปัญหาที่มีประสิทธิภาพมากขึ้น และส่งผลให้ความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม (acculturative stress) ลดลงตามลำดับ ในทางกลับกัน ยิ่งนักศึกษาใช้กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมประเภทการแยกตัว (separation) มากเท่าไร นักศึกษาก็ยิ่งมีการรับมือกับปัญหาที่มีประสิทธิภาพน้อยลง และส่งผลให้ความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม (acculturative stress) เพิ่มขึ้นตามลำดับ อีกหนึ่งการศึกษาคือ งานของ Szabó, Papp, และ Luu (2020) ในกลุ่มตัวอย่างนักศึกษานานาชาติจำนวน 291 คนและมีข้อค้นพบหลักดังต่อไปนี้ ประการแรก นักศึกษาที่มีการติดต่อกับชาวฮังการีบ่อยๆ มีแนวโน้มสูงที่จะยึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐาน ประการที่สอง นักศึกษาที่มีการติดต่อกับคนชาติเดียวกันบ่อยๆ มีแนวโน้มสูงที่จะยึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิม ประการที่สาม นักศึกษาที่มีการติดต่อกับทั้งชาวฮังการีและคนชาติเดียวกัน (ซึ่งได้แก่นักศึกษาที่มีแนวโน้มจะใช้กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมประเภทการบูร

ณาการหรือ integration) คือ นักศึกษาที่มีสุขภาวะทางจิต (psychological wellbeing) ที่สูงที่สุด ประการที่สี่ นักศึกษาที่ไม่มีการติดต่อกับทั้งชาวฮังการีและคนชาติเดียวกัน (ซึ่งได้แก่นักศึกษาที่มีแนวโน้มจะใช้กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมประเภทการเป็นคนชายขอบหรือ marginalisation) คือนักศึกษาที่มีสุขภาวะทางจิตที่แย่

สำหรับงานวิจัยกลุ่มที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม การสนับสนุนทางสังคม และกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมในกลุ่มศึกษานานาชาติ จากการทบทวนวรรณกรรม ผู้วิจัยพบงานวิจัยกลุ่มนี้เพียงแค่ 1 ชิ้นเท่านั้น ได้แก่ การศึกษาของ Cao, Zhu, และ Meng (2017) ในนักศึกษานานาชาติชาวจีนที่กำลังศึกษาอยู่ในประเทศเบลเยียมจำนวน 183 คน และมีข้อค้นพบหลักดังต่อไปนี้ ประการแรก นักศึกษาส่วนใหญ่ใช้กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมประเภทการบูรณาการ (integration) มากที่สุด (ยึดมั่นในทั้งวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิมและวัฒนธรรมสังคมนิฐาน) ตามมาด้วยกลยุทธ์ประเภทการแยกตัว (separation; ยึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิม แต่หลีกเลี่ยงวัฒนธรรมสังคมนิฐาน) การผสมกลมกลืน (assimilation; ละเลยวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิม แต่ยึดมั่นวัฒนธรรมสังคมนิฐาน) และการเป็นคนชายขอบ (marginalization; ละเลยทั้งวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิมและวัฒนธรรมสังคมนิฐาน) ตามลำดับ นอกจากนี้ ผู้วิจัยยังพบว่าประสบการณ์การปรับตัวข้ามวัฒนธรรมในอดีต ปัญหาความเชี่ยวชาญในภาษาที่ใช้สื่อสารในเบลเยียม (ภาษาฝรั่งเศสหรือไม่กี่ภาษาตัดซ์) การมีสายสัมพันธ์กับเพื่อนชาวเบลเยียม เพื่อนชาวจีน และเพื่อนนักศึกษานานาชาติจากประเทศอื่น คือ ตัวแปรสำคัญที่ทำนายกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมของนักศึกษา กล่าวคือ นักศึกษาที่ใช้กลยุทธ์การบูรณาการหรือการผสมกลมกลืน มักจะมีสายสัมพันธ์กับเพื่อนที่ไม่ใช่ชาวจีนที่แน่นแฟ้นและเชี่ยวชาญในการใช้ภาษาฝรั่งเศส/ตัดซ์มากกว่า เมื่อเทียบกับนักศึกษาที่ใช้กลยุทธ์การแยกตัวหรือการเป็นคนชายขอบ ยิ่งไปกว่านั้น นักศึกษาที่ใช้กลยุทธ์การบูรณาการยังมักจะมีสายสัมพันธ์กับเพื่อนชาวจีนที่แน่นแฟ้นกว่านักศึกษาที่ใช้กลยุทธ์การเป็นคนชายขอบหรือการผสมกลมกลืน และสุดท้ายนี้ นักศึกษาที่มีประสบการณ์การปรับตัวข้ามวัฒนธรรมในอดีตมักจะใช้กลยุทธ์การผสมกลมกลืนมากกว่ากลยุทธ์อื่นๆ

สำหรับงานวิจัยกลุ่มที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม การสนับสนุนทางสังคม และผลลัพธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมในกลุ่มศึกษานานาชาติ ซึ่งจากการทบทวนวรรณกรรม ผู้วิจัยพบงานวิจัยกลุ่มนี้เพียงแค่ 1 ชิ้นเท่านั้น ได้แก่ การศึกษาของ Misra, Crist และ Burant (2003) ในนักศึกษานานาชาติจำนวน 143 คนที่กำลังศึกษาอยู่ในสหรัฐอเมริกา และมีข้อค้นพบหลักดังต่อไปนี้ ประการแรก นักศึกษาชายและนักศึกษามีระดับแหล่งความเครียดจากการเรียน (academic stressors) และแหล่งความเครียดจากการใช้ชีวิต

โดยทั่วไป (life stressors) ที่ไม่แตกต่างกัน ประการสอง นักศึกษาหญิงได้รับผลกระทบ (ไม่ว่าจะเป็นผลกระทบเชิงพฤติกรรม อารมณ์ หรือสรีรวิทยาก็ตาม) จากแหล่งความเครียดมากกว่านักศึกษาชาย ประการที่สาม แหล่งความเครียดจากการใช้ชีวิตโดยทั่วไปส่งผลต่อผลกระทบจากแหล่งความเครียดผ่านการสนับสนุนทางสังคมและแหล่งความเครียดจากการเรียน กล่าวคือ เมื่อนักศึกษาเผชิญกับแหล่งความเครียดจากการใช้ชีวิตโดยทั่วไปมากขึ้น นักศึกษาก็จะแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากขึ้น ส่งผลให้นักศึกษาเผชิญกับแหล่งความเครียดจากการเรียนน้อยลง และนำไปสู่ผลกระทบจากแหล่งความเครียดน้อยลงตามลำดับ

สำหรับงานวิจัยกลุ่มที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมและกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม ความสัมพันธ์ระหว่างแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมและผลลัพธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม หรือความสัมพันธ์ระหว่างกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมและผลลัพธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมในกลุ่มศึกษานานาชาติ จากการทบทวนวรรณกรรม ผู้วิจัยพบงานวิจัยกลุ่มนี้เพียงแค่ 4 ชิ้นเท่านั้น ได้แก่ การศึกษาของ Pan (2011) การศึกษาของ Li, Liu, Wei, และ Lan (2013) การศึกษาของ Tan และ Liu (2014) และการศึกษาของ Ramos, Cassidy, Reicher, และ Haslam (2016) โดยเรื่องแรก Pan (2011) ศึกษา กลุ่มนักศึกษาชาวจีนจำนวน 400 คนที่กำลังศึกษาอยู่ในฮ่องกง และมีข้อค้นพบหลักดังต่อไปนี้ ประการแรก การประเมินภัยคุกคาม (threat appraisal) และการรับมือด้วยด้วยการทำความเข้าใจเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น (sense-making coping) ทำหน้าที่เป็นตัวแปรส่งผ่านบางส่วน (partial mediator) ในความสัมพันธ์ระหว่างแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมและอารมณ์เชิงลบ (negative affect) กล่าวคือ เมื่อนักศึกษาเผชิญแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่เพิ่มขึ้น การประเมินภัยคุกคามก็จะสูงขึ้น ส่งผลให้การรับมือด้วยการทำความเข้าใจเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นลดลง และนำมาสู่ระดับอารมณ์เชิงลบที่เพิ่มขึ้นตามลำดับ ประการที่สอง แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมส่งผลต่ออารมณ์เชิงบวก (positive affect) ผ่านทาง 2 ช่องทาง ช่องทางแรก คือ ความหมายในชีวิต (meaning-in-life) กล่าวคือ เมื่อนักศึกษาเผชิญแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมเพิ่มขึ้น ความหมายในชีวิตของพวกเขาจะลดลง และส่งผลต่อเนื่องให้อารมณ์เชิงบวกลดลงอีกทีหนึ่ง ช่องทางที่สอง คือ การประเมินภัยคุกคาม การรับมือด้วยการทำความเข้าใจเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น และอารมณ์เชิงลบ กล่าวคือ เมื่อนักศึกษาเผชิญแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมเพิ่มขึ้น การประเมินภัยคุกคามก็จะสูงขึ้น ส่งผลให้การรับมือด้วยการทำความเข้าใจเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นลดลง นำมาสู่ระดับอารมณ์เชิงลบที่เพิ่มขึ้น และทำให้อารมณ์เชิงบวกลดลงในที่สุด เรื่องต่อมาเป็นการศึกษาของ Li, Liu, Wei, และ Lan (2013) นี้ พวกเขาได้ทำการศึกษานักศึกษานานาชาติชาวจีนจำนวน 170 คนที่กำลังศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยแห่ง

หนึ่งในภาคตะวันออกเฉียงใต้ในอเมริกา และมีข้อค้นพบหลักดังต่อไปนี้ ประการแรก นักศึกษาในระดับปริญญาตรีจะมีระดับสุขภาวะทางจิต (psychological well-being) ที่สูงกว่านักศึกษาที่กำลังศึกษาในระดับปริญญาโทหรือสูงกว่า ประการสอง การยึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมนั้นฐานมีความสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาวะทางจิต (psychological well-being) ประการสาม การยึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมนั้นเดิมไม่มีความสัมพันธ์กับสุขภาวะทางจิต (psychological well-being) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ส่วน Tan และ Liu (2014) นี้ พวกเขาได้ทำการศึกษานักศึกษานานาชาติจำนวน 221 คนที่กำลังศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยออสเตรเลียขนาดใหญ่แห่งหนึ่ง และมีข้อค้นพบหลักดังต่อไปนี้ ประการแรก นักศึกษานานาชาติที่มีชาติพันธุ์ที่มีรูปร่างภายนอกแตกต่างจากชาวแองโกล ยุโรป หรือคอเคเซียนอย่างเห็นได้ชัด (ethnically visible) มีคะแนนการยึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมนั้นฐานต่ำกว่านักศึกษานานาชาติที่มีชาติพันธุ์แองโกล ยุโรป หรือคอเคเซียน (ethnically non-visible) ประการที่สอง นักศึกษานานาชาติที่มีชาติพันธุ์ที่มีรูปร่างภายนอกแตกต่างจากชาวแองโกล ยุโรป หรือคอเคเซียนอย่างเห็นได้ชัด (ethnically visible) มีคะแนนการยึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมนั้นเดิมสูงกว่านักศึกษานานาชาติที่มีชาติพันธุ์แองโกล ยุโรป หรือคอเคเซียน (ethnically non-visible) ประการที่สาม สำหรับนักศึกษานานาชาติที่มีชาติพันธุ์ที่มีรูปร่างภายนอกแตกต่างจากชาวแองโกล ยุโรป หรือคอเคเซียนอย่างเห็นได้ชัด (ethnically visible) การยึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมนั้นฐานมีความสัมพันธ์ในทางลบกับการเลือกปฏิบัติที่คาดว่าจะเกิดขึ้น (expected discrimination) ซึ่งความสัมพันธ์นี้เป็นอิสระจากอิทธิพลของระยะห่างทางวัฒนธรรมที่นักศึกษารับรู้ (perceived cultural distance) เรื่องสุดท้ายเป็นการศึกษาของ Ramos, Cassidy, Reicher, และ Haslam (2016) นี้ พวกเขาได้ทำการศึกษานักศึกษานานาชาติที่กำลังศึกษาอยู่ใน UK จำนวน 113 คนเป็นระยะเวลา 1 ปี และพบว่า เมื่อนักศึกษารู้สึกว่าตนถูกเลือกปฏิบัติ (discrimination) มากขึ้น พวกเขาก็จะยิ่งรู้สึกว่าพวกเขาไม่สามารถแทรกซึม (lack of permeability) หรือขยับติดต่อกันมาๆระหว่างกลุ่มคนชาว UK กับกลุ่มคนที่มาจากประเทศบ้านเกิดของตนได้ และนั่นส่งผลให้นักศึกษามีแนวโน้มที่จะเลือกใช้กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมประเภทการแยกตัว (marginalization) ในที่สุด

การทบทวนวรรณกรรม ผู้วิจัยพบว่า มีเพียงแค่การศึกษา 1 ชิ้นเท่านั้นที่ศึกษาตัวแปรสุขภาวะ (wellness) ในบริบทของการผสมผสานทางวัฒนธรรม ได้แก่ การศึกษาของ Rayle และ Myers (2004) อย่างไรก็ตาม การศึกษานี้เป็นการศึกษากระบวนการการผสมผสานทางวัฒนธรรมของนักเรียนชาวอเมริกันมัธยมศึกษาตอนปลายที่เรียนอยู่ในประเทศอเมริกา ดังนั้น งานวิจัยของ Rayle และ Myers (2004) จึงมีความเกี่ยวกับการศึกษาปัจจุบันค่อนข้างต่ำ กล่าวคือ Rayle และ Myers

(2004) ได้ทำการศึกษานักเรียนชาวอเมริกันมัธยมศึกษาตอนปลายที่เป็นสมาชิกของกลุ่มชาติพันธุ์กลุ่มน้อย (minority ethnic groups) จำนวน 176 คน และนักเรียนชาวอเมริกันมัธยมศึกษาตอนปลายที่ไม่ได้เป็นสมาชิกของกลุ่มชาติพันธุ์กลุ่มน้อย (nonminority ethnic groups) และมีข้อค้นพบดังต่อไปนี้ ประการแรก สำหรับนักเรียนจากทุกกลุ่มชาติพันธุ์ ความรู้สึกว่าตนสำคัญกับคนอื่น (mattering) และการยึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐาน ส่งผลทางบวกต่อสุขภาวะ 6 ด้าน ได้แก่ ด้านจิตวิญญาณ (spirituality) ด้านการกำหนดทิศทางในชีวิตด้วยตนเอง (self direction) ด้านการเรียน (schoolwork) ด้านการพักผ่อน (leisure) ด้านความรัก (love) และด้านมิตรภาพ (friendship) ประการที่สอง สำหรับนักเรียนที่เป็นสมาชิกของกลุ่มชาติพันธุ์กลุ่มน้อย การยึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิมส่งผลทางบวกต่อสุขภาวะด้านจิตวิญญาณ ด้านการเรียน ด้านการพักผ่อน ด้านความรัก และด้านมิตรภาพ แต่ส่งผลทางลบต่อสุขภาวะด้านการกำหนดทิศทางในชีวิตด้วยตนเอง

ผลจากการทบทวนวรรณกรรมทั้งหมดที่ผ่านมา ผู้วิจัยสามารถสรุปความสัมพันธ์ระหว่างแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม การสนับสนุนทางสังคม กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม และผลลัพธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมออกได้ดังตารางที่ 6

ตารางที่ 6 สรุปความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต่างๆจากการทบทวนวรรณกรรม

ตัวแปรอิสระ	ตัวแปรตาม	ผู้ศึกษา
แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม	การสนับสนุนทางสังคม (+)	Misra, Crist & Burant (2003), Zhang & Goodson (2011)
	การยึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิม (+)	Ramos, Cassidy, Reicher, & Haslam (2016)
	การยึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิม (-)	Cao, Zhu, & Meng (2017)
	การยึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐาน (+)	Tan & Liu (2014)
	การยึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐาน (-)	Ramos, Cassidy, Reicher, & Haslam (2016), Cao, Zhu, & Meng (2017)
	ผลลัพธ์ทางจิตวิทยา (-)	Ying & Han (2006), Dao, Lee & Chang (2007), Pan (2011), Pan & Wong (2011), Meghani & Harvey (2016)
	ผลลัพธ์ทางสังคมวัฒนธรรม (-)	Ying & Han (2006)
การสนับสนุนทางสังคม	การยึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิม (+)	Cao, Zhu, & Meng (2017), Szabó, Papp, & Luu (2020)
	การยึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐาน (+)	Cao, Zhu, & Meng (2017), Szabó, Papp, & Luu (2020)
	ผลลัพธ์ทางจิตวิทยา (+)	Zhang & Goodson (2011), Du & Wei

ตัวแปรอิสระ	ตัวแปรตาม	ผู้ศึกษา
		(2015) , Sullivan & Kashubeck-West (2015), Meghani & Harvey (2016), Ra & Trusty (2017), Szabó, Papp, & Luu (2020)
	ผลลัพธ์ทางสังคมวัฒนธรรม (+)	Zhang & Goodson (2011)
	อิทธิพลของกลยุทธ์การผสมผสานทาง วัฒนธรรมที่มีต่อผลลัพธ์ทางจิตวิทยา	Zhang & Goodson (2011), Ng, Wang, & Chan (2017)
	อิทธิพลของกลยุทธ์การผสมผสานทาง วัฒนธรรมที่มีต่อผลลัพธ์ทางสังคมวัฒนธรรม	Ng, Wang, & Chan (2017)
การยึดมั่นใน วัฒนธรรมสังคม ดั้งเดิม	การสนับสนุนทางสังคม (+)	Du & Wei (2015)
	การสนับสนุนทางสังคม (-)	Du & Wei (2015), Ra & Trusty (2017)
	ผลลัพธ์ทางจิตวิทยา (+)	Rayle & Myers (2004), Pan & Wong (2011), Sullivan & Kashubeck-West (2015)
	ผลลัพธ์ทางจิตวิทยา (-)	Rayle & Myers (2004), Dao, Lee & Chang (2007), Pan & Wong (2011)
การยึดมั่นใน วัฒนธรรมสังคม ถิ่นฐาน	การสนับสนุนทางสังคม (+)	Du & Wei (2015), Ra & Trusty (2017)
	ผลลัพธ์ทางจิตวิทยา (+)	Dao, Lee & Chang (2007), Pan & Wong (2011), Li, Liu, Wei, & Lan (2013), Sullivan & Kashubeck-West (2015), Meghani & Harvey (2016)
	ผลลัพธ์ทางสังคมวัฒนธรรม (+)	Ying & Han (2006)

ดังที่ได้กล่าวไปแล้วว่า การศึกษากระบวนการผสมผสานทางวัฒนธรรมของนักศึกษานานาชาติที่ผ่านมามีเพียงแค่การศึกษา 4 ชิ้นเท่านั้นที่ศึกษากระบวนการรับมือกับแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมของนิสิตนักศึกษานานาชาติ โดยมีองค์ประกอบของกระบวนการนี้ครบถ้วนทั้ง 3 องค์ประกอบ (แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม แนวทางรับมือกับการผสมผสานทางวัฒนธรรม และผลลัพธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม) อันเปรียบได้กับความเครียด (stress) การรับมือความเครียด (coping) และผลความเครียด (strain) ในทฤษฎีความเครียดของ Lazarus และ Folkman (1984) ซึ่งการศึกษาทั้ง 4 ชิ้นนี้ได้แก่ การศึกษาของ Ying และ Han (2006) การศึกษาของ Dao, Lee และ Chang (2007) การศึกษาของ Pan และ Wong (2011) และการศึกษาของ Meghani และ Harvey (2016) อย่างไรก็ตาม การศึกษาของ Ying และ Han (2006)

Dao, Lee และ Chang (2007) Pan และ Wong (2011) และ Meghani และ Harvey (2016) ยังมีข้อจำกัดอยู่ 4 ประการด้วยกัน

ประการที่หนึ่ง ตัวแปรที่เป็นผลลัพธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม (acculturation outcomes) ทางจิตวิทยาส่วนมากมักจะเป็นตัวแปรด้านลบ ในขณะที่ตัวแปรที่เป็นผลลัพธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมของ (acculturation outcomes) ที่จะนำไปสู่การพัฒนาศักยภาพและต้นทุนทางจิตวิทยาด้านบวกมีอยู่น้อยมาก ทั้งยังเป็นตัวแปรที่ไม่ได้ให้ข้อมูลที่สามารถกำหนดแนวทางการให้บริการการศึกษาเชิงจิตวิทยา (เช่น สุขภาวะ) อีกด้วย

ประการที่สอง การศึกษาส่วนใหญ่มักจะศึกษานิสิตนักศึกษานานาชาติที่ใช้ชีวิตอยู่ในประเทศตะวันตกอย่างสหรัฐอเมริกาเมื่อก่อนนิสิตนักศึกษานานาชาติที่ใช้ชีวิตอยู่ในประเทศตะวันออกอย่างฮ่องกง และเนื่องจากแต่ละประเทศจะมีค่านิยมที่แตกต่างกันออกไป (ดู Schwartz 1994, 1999) ทำศนคติและนโยบายที่มีต่อชาวต่างชาติของแต่ละประเทศจึงไม่เหมือนกัน ซึ่งการศึกษาในอดีตพบว่า ค่านิยมเรื่องการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม (embeddedness) และความเท่าเทียม (egalitarianism) ถือเป็นค่านิยมที่ส่งผลต่อทัศนคติการยอมรับชาวต่างชาติมากเป็นพิเศษ (Schwartz, 2006)

ประการที่สาม การทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม และผลลัพธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม ในการศึกษาชุดนี้ ดูจะไม่ได้ทดสอบอิทธิพลทางอ้อมของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่มีต่อผลลัพธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมผ่านกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมตามที่ทฤษฎีกระบวนการผสมผสานทางวัฒนธรรม (เช่น Berry, 1997; Arends-Toth และ van de Vijver, 2006) ระบุไว้แต่อย่างใด

ประการที่สี่ การศึกษาของ Meghani และ Harvey (2016) เป็นเพียงการศึกษาเดียวที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม การสนับสนุนทางสังคม กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม และผลลัพธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมเชิงจิตวิทยาของนิสิตนักศึกษานานาชาติ โดยที่พวกเขาเชื่อว่าการสนับสนุนทางสังคมส่งผลต่อผลลัพธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมเชิงจิตวิทยาโดยตรงเพียงอย่างเดียว อย่างไรก็ตาม Heaney และ Israel (2008) ระบุว่านอกจากจะส่งผลต่อผลลัพธ์เชิงจิตวิทยาได้โดยตรงแล้ว การสนับสนุนทางสังคมสามารถส่งผลต่อผลลัพธ์เชิงจิตวิทยาได้อีกอย่างน้อย 2 รูปแบบ ได้แก่ การส่งผลต่อผลลัพธ์เชิงจิตวิทยาผ่านแหล่งความเครียด และการส่งผลต่อผลลัพธ์เชิงจิตวิทยาผ่านแนวทางการรับมือความเครียด

สรุปผลการทบทวนวรรณกรรมและการพัฒนาสมมุติฐานการวิจัย

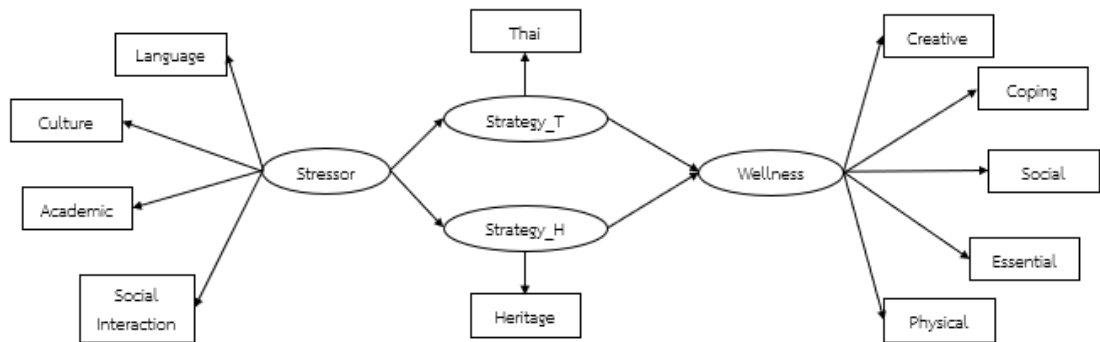
ผลจากการทบทวนวรรณกรรมข้างต้น นิสิตผู้วิจัยเลือกใช้กรอบแนวคิดของ Arends-Toth และ van de Vijver (2006) ที่อิงตามโมเดลการผสมผสานทางวัฒนธรรมและการปรับตัวทางจิตวิทยาของ Berry โดยในการศึกษาครั้งนี้เน้นศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านด้านเงื่อนไขการผสมผสานทางวัฒนธรรม (acculturation conditions) ซึ่งได้แก่ แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมและการสนับสนุนทางสังคม ปัจจัยแนวทางการรับมือกับการผสมผสานทางวัฒนธรรม (acculturation orientations/strategies) ซึ่งได้แก่ กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม และปัจจัยผลลัพธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม (acculturation outcomes) ซึ่งได้แก่ สุขภาวะ ในกลุ่มนักศึกษาปริญญาตรีชาวต่างประเทศที่ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติในประเทศไทย การศึกษาครั้งนี้เป็นการทดสอบความสัมพันธ์ตามวัตถุประสงค์การวิจัย 2 ข้อ โดยผลจากการทบทวนวรรณกรรมนำมาสู่สมมุติฐานการวิจัยในแต่ละวัตถุประสงค์ดังรายละเอียดต่อไปนี้

วัตถุประสงค์การวิจัยข้อที่ 1 เพื่อพัฒนาและตรวจสอบโมเดลเชิงสาเหตุของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมและกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมต่อสุขภาวะของนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีที่ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติ

ในการวิจัยครั้งนี้ นิสิตผู้วิจัยใช้กรอบแนวคิดการวิจัย โดยอิงตามการศึกษาของ Arends-Toth และ van de Vijver (2006) และข้อมูลจากการทบทวนวรรณกรรม นำมาสู่การพัฒนาโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของตัวแปรที่ศึกษาและการกำหนดสมมุติฐานการวิจัยที่ 1 กล่าวคือ

สมมุติฐานการวิจัยที่ 1 โมเดลเชิงสาเหตุของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมและกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม ต่อสุขภาวะของนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีที่ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติ สอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ประกอบด้วย 1 สมมุติฐานย่อยดังนี้

1.1. โมเดลเชิงสาเหตุของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมและสุขภาวะของนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีที่ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติ ที่มีกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมเป็นตัวแปรส่งผ่าน มีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ดังภาพที่ 6 ตามโมเดลการผสมผสานทางวัฒนธรรมโดยทั่วไปของ Arends-Toth และ van de Vijver (2006)

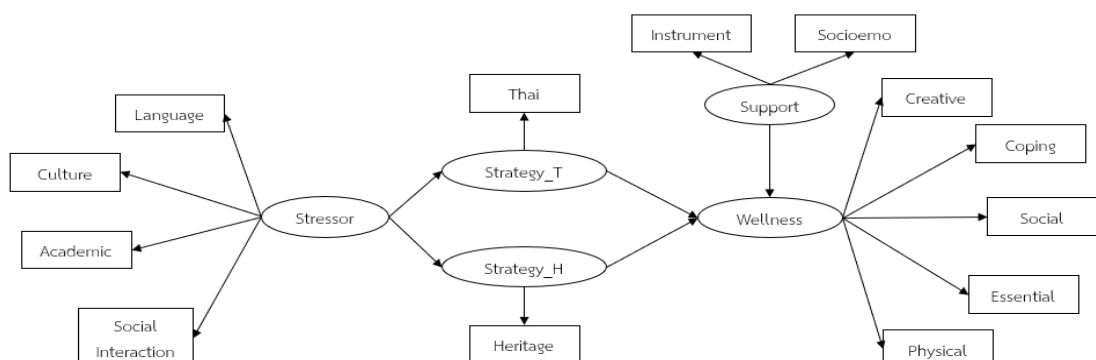


ภาพที่ 6 แสดงโมเดลเชิงสาเหตุของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมและสุขภาวะของนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีที่ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติ ที่มีกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมเป็นตัวแปรส่งผ่าน

วัตถุประสงค์การวิจัยข้อที่ 2 ศึกษาบทบาทของการสนับสนุนทางสังคมในโมเดลเชิงสาเหตุของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม และกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมต่อสุขภาวะของนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีที่ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติ

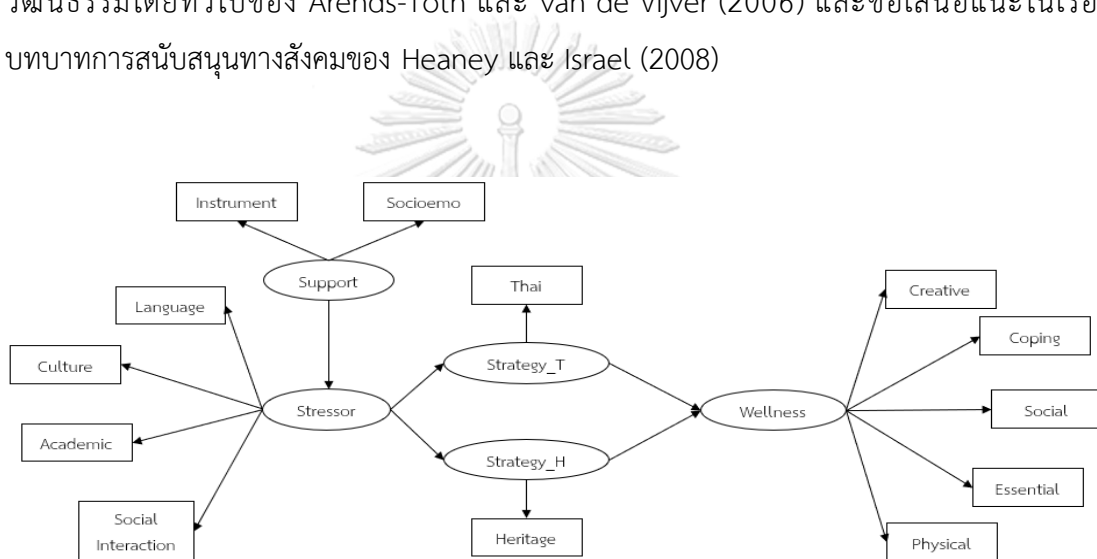
สมมุติฐานการวิจัยที่ 2 โมเดลเชิงสาเหตุของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม การสนับสนุนทางสังคม กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม ต่อสุขภาวะของนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีที่ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติ สอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ประกอบด้วย 4 สมมุติฐานย่อยดังนี้

2.1 โมเดลเชิงสาเหตุของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมและสุขภาวะของนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีที่ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติ ที่มีกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมเป็นตัวแปรส่งผ่าน โดยที่การสนับสนุนทางสังคมส่งผลโดยตรงต่อสุขภาวะ มีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ดังภาพที่ 7 ตามโมเดลการผสมผสานทางวัฒนธรรมโดยทั่วไปของ Arends-Toth และ van de Vijver (2006) และข้อเสนอแนะในเรื่องบทบาทการสนับสนุนทางสังคมของ Heaney และ Israel (2008)



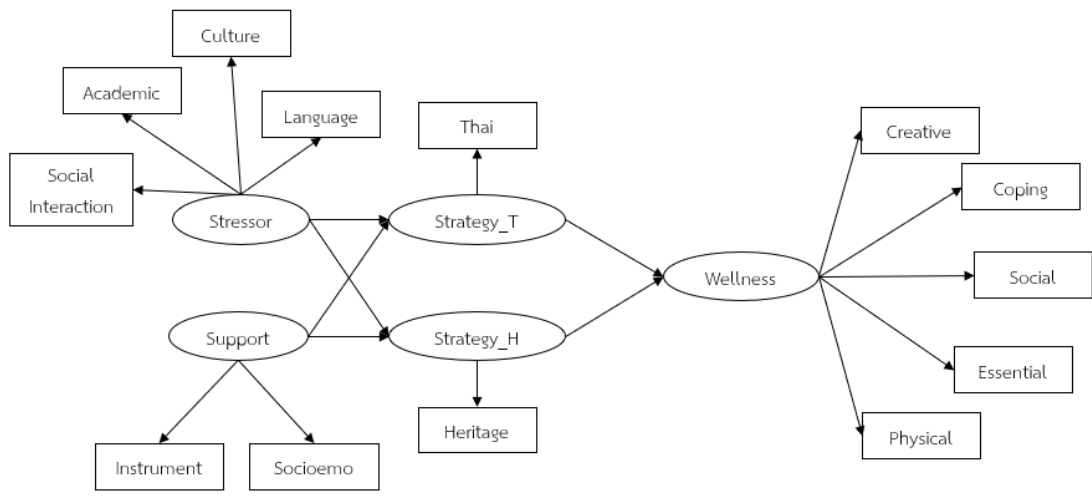
ภาพที่ 7 แสดงโมเดลเชิงสาเหตุของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมและสุขภาวะของนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีที่ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติ ที่มีกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมเป็นตัวแปรส่งผ่าน โดยที่การสนับสนุนทางสังคมส่งผลโดยตรงต่อสุขภาวะ

2.2 โมเดลเชิงสาเหตุของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมและสุขภาวะของนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีที่ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติ ที่มีกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมเป็นตัวแปรส่งผ่าน โดยที่การสนับสนุนทางสังคมส่งผลต่อสุขภาวะผ่านแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม มีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ดังภาพที่ 8 ตามโมเดลการผสมผสานทางวัฒนธรรมโดยทั่วไปของ Arends-Toth และ van de Vijver (2006) และข้อเสนอแนะในเรื่องบทบาทการสนับสนุนทางสังคมของ Heaney และ Israel (2008)



ภาพที่ 8 แสดงโมเดลเชิงสาเหตุของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมและสุขภาวะของนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีที่ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติ ที่มีกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมเป็นตัวแปรส่งผ่าน โดยที่การสนับสนุนทางสังคมส่งผลต่อสุขภาวะผ่านแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม

2.3 โมเดลเชิงสาเหตุของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมและสุขภาวะของนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีที่ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติ ที่มีกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมเป็นตัวแปรส่งผ่าน โดยที่การสนับสนุนทางสังคมส่งผลต่อสุขภาวะผ่านกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม มีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ดังภาพที่ 9 ตามโมเดลการผสมผสานทางวัฒนธรรมโดยทั่วไปของ Arends-Toth และ van de Vijver (2006) และข้อเสนอแนะในเรื่องบทบาทการสนับสนุนทางสังคมของ Heaney และ Israel (2008)



ภาพที่ 9 แสดงโมเดลเชิงสาเหตุของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมและสุขภาวะของนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีที่ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติ ที่มีกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมเป็นตัวแปรส่งผ่าน โดยที่การสนับสนุนทางสังคมส่งผลต่อสุขภาวะผ่านกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม

2.4 วิเคราะห์โมเดลแข่งขันเพื่อทดสอบว่า ระหว่างโมเดลในสมมติฐานย่อยที่ 2.1 ถึง 2.3 โมเดลใดที่มีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์มากที่สุด

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) เพื่อพัฒนาและตรวจสอบโมเดลเชิงสาเหตุของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมและกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมต่อสุขภาวะของนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีที่ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติ (2) ศึกษาบทบาทของการสนับสนุนทางสังคมในโมเดลเชิงสาเหตุของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม และกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมต่อสุขภาวะของนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีที่ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติ

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร คือ นิสิตศึกษาปริญญาตรีชาวต่างชาติที่ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติ ในมหาวิทยาลัยไทย ทั้งชายและหญิง ที่ลงทะเบียนเรียนในปีการศึกษา 2562-2563

กลุ่มตัวอย่าง คือ นิสิตศึกษาปริญญาตรีชาวต่างชาติที่ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติ ในมหาวิทยาลัยไทย ทั้งชายและหญิง ที่ลงทะเบียนเรียนในปีการศึกษา 2562-2563 จำนวน 207 คน โดยผู้เข้าร่วมงานวิจัยมีคุณสมบัติตามเกณฑ์การคัดเลือก ดังต่อไปนี้

เกณฑ์คัดเข้า ได้แก่ (1) เป็นนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีชาวต่างชาติ ทั้งเพศชายและหญิงที่กำลังศึกษาอยู่ในหลักสูตรนานาชาติ ที่ไม่ใช้ภาษาไทยเป็นหลักในการเรียนการสอน จากสถาบันการศึกษาทั่วประเทศ ในปีการศึกษา 2562-2563 (2) มีความสมัครใจในการเข้าร่วมงานวิจัย

เกณฑ์คัดออก ได้แก่ (1) เป็นผู้ที่รายงานตนเองว่าเกิด เติบโต และใช้ชีวิตในประเทศไทยมาตั้งแต่เด็ก (2) เป็นผู้ที่รายงานตนเองว่า มีปัญหาสุขภาพจิตหรือจิตเวช และยังคงอยู่ในระยะการบำบัดรักษาด้วยโรคทางจิตเวช

การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ใช้วิธีคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบตามเกณฑ์ (purposive sampling) ข้างต้น ผ่านช่องทางต่างๆ ได้แก่ (1) การประชาสัมพันธ์ผ่านทาง online communities ที่มีนักศึกษาชาวต่างชาติ (เช่น Facebook group ที่ชื่อว่า ‘International Students Thailand’) (2) นอกจากนี้จะได้ ติดต่อไปฝ่ายกิจการนักศึกษา หรือฝ่ายวิชาการของมหาวิทยาลัยต่างๆ ที่มีหลักสูตรการเรียนการสอนระดับปริญญาตรีเป็นภาษาต่างประเทศและมีนักศึกษาต่างชาติเรียนอยู่ เช่น จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

มหาวิทยาลัยมหิดล มหาวิทยาลัยกรุงเทพ มหาวิทยาลัยอัสสัมชัญ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง เป็นต้น และ (3) ติดต่อผ่านคนที่รู้จักและทำงานใกล้ชิดกับกลุ่มตัวอย่าง ด้วยการบอกต่อของผู้ที่ตอบแบบสอบถาม เป็นต้น

เนื่องจากสถานการณ์การระบาดของโรคโควิด 19 ทำให้การเก็บข้อมูลในนักศึกษาปริญญาตรีชาวต่างชาติเป็นไปได้ด้วยความยากลำบาก จึงทำให้ในการเก็บข้อมูลครั้งนี้แม้ว่าผู้วิจัยจะมีการสอบถามสถานศึกษา ชั้นปี และสาขาวิชาที่นักศึกษาเข้ามาเรียน อย่างไรก็ตามตัวแปรดังกล่าวผู้วิจัยไม่ได้มีความมุ่งหมายที่จะนำตัวแปรเหล่านั้นเข้ามาร่วมวิเคราะห์ด้วย

การกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง: งานวิจัยครั้งนี้ทำการวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้าง (Structural Equation Modeling) ซึ่งจำนวนกลุ่มตัวอย่างขั้นต่ำของโมเดลจากกลุ่มตัวอย่าง 1 กลุ่มควรอยู่ในช่วง 100 ถึง 150 คน (Anderson & Gerbing, 1988; Ding, Velicer, & Harlow, 1995; Tabachnick, Fidell, & Osterlind, 2001) เพื่อป้องกันข้อมูลขาดหายผู้วิจัยจึงได้กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างในงานวิจัยครั้งนี้ 200 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบไปด้วยแบบสอบถามข้อมูลทั่วไป (เช่น เพศ ชั้นปี สัญชาติ คณะและมหาวิทยาลัยที่สังกัด เป็นต้น) และมาตรวัดดังต่อไปนี้

1. มาตรวัดแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมของนิสิตศึกษานานาชาติ ผู้วิจัยพัฒนามาจาก มาตรวัด Acculturative Hassles Scale for Chinese Students ที่พัฒนาโดย Pan, Yue และ Chan (2010) และครอบคลุมแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมของนิสิตศึกษานานาชาติ 4 ด้าน ได้แก่ (1) ปัญหาด้านภาษา (Language Deficiency) (2) ปัญหาด้านการเรียน (Academic Work) (3) ปัญหาด้านวัฒนธรรม (Cultural Difference) และ (4) ปัญหาด้านความสัมพันธ์ (Social Interaction) มาตรวัดนี้เป็นมาตรวัดที่ให้ผู้ตอบรายงานตนเอง (self-report) ว่าผู้ตอบพบกับแหล่งความเครียดแต่ละข้อมากน้อยเพียงใด มาตรวัดนี้จะมีลักษณะเป็นมาตรประเมินค่า 4 ระดับ (0 หมายถึง “ไม่เลย” 1 หมายถึง “เล็กน้อย” 2 หมายถึง “ปานกลาง” 3 หมายถึง “มาก”) Pan, Yue และ Chan (2010) รายงานค่าความเที่ยงของมาตรวัดทั้งฉบับด้วยค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายในของครอนบาค เท่ากับ .88 ซึ่งอยู่ในระดับดี ในขณะที่มิติปัญหาด้านภาษามีค่าเท่ากับ .81 ซึ่งอยู่ในระดับดี มิติปัญหาด้านการเรียนมีค่าเท่ากับ .74 ซึ่งอยู่ในระดับยอมรับได้ มิติปัญหาด้านวัฒนธรรมมีค่าเท่ากับ .76 ซึ่งอยู่ในระดับยอมรับได้ และมิติปัญหาด้านความสัมพันธ์มีค่าเท่ากับ .74 ซึ่งอยู่ในระดับยอมรับได้

ผู้วิจัยมีการพัฒนาและตรวจสอบคุณภาพตามขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. ศึกษาานิยามและขอบเขตของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมจากการทบทวนวรรณกรรม

2. พัฒนาข้อคำถามนิยามและขอบเขตของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่ศึกษาในขั้นที่ 1 และ ข้อคำถามจาก มาตรฐาน Acculturative Hassles Scale for Chinese Students ที่พัฒนาโดย Pan, Yue และ Chan (2010)

3. ตรวจสอบตรงเชิงเนื้อหา โดยผู้ทรงคุณวุฒิ 5 ท่านพิจารณา และคัดเลือก และ/หรือ ปรับแก้ตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ

4. นำมาตรฐานไปทดลองใช้กับนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีชาวต่างประเทศที่ศึกษาอยู่ในหลักสูตรนานาชาติในประเทศไทย จำนวน 29 คน เพื่อประเมินคุณภาพของข้อกระทงรายข้อโดยนำคะแนนมาวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมทั้งชุด (corrected item-total correlation) โดยมีเกณฑ์การคัดเลือกคือข้อกระทงจะต้องมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์สูงกว่าค่า critical r จากนั้นนำข้อกระทงที่ผ่านการตรวจสอบคุณภาพรายข้อมาปรับปรุง และจัดเรียงให้เหมาะสมสำหรับการนำไปทดสอบในขั้นต่อไป

5. ตรวจสอบความเที่ยงมาตรฐานทั้งฉบับและด้านย่อย ด้วยค่าความเที่ยงแบบสอดคล้องภายใน (internal consistency) แบบสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha)

2. มาตรฐานกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมของนิสิตนักศึกษานานาชาติ ผู้วิจัยพัฒนามาจาก มาตรฐาน Vancouver Index of Acculturation (Ryder et al., 2000) ซึ่งมี 2 องค์ประกอบ ได้แก่ (1) การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิม (Adherence to the Home Culture) และ (2) การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐาน (Adherence to the Host Culture) แต่ละข้อคำถามเป็นคำถามมาตรฐานประมาณค่า (rating scale) 9 ระดับ โดยที่ระดับ 1 หมายถึง “ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง” จนถึงระดับ 9 หมายถึง “เห็นด้วยอย่างยิ่ง” เนื่องจากกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมเป็นตัวแปรสองมิติ มิใช่มิติเดียว (Ryder et al., 2000) คะแนนที่นำมาใช้งานวิจัยนี้จึงไม่ใช่คะแนนค่าเฉลี่ยของทุกข้อคำถามรวมกัน แต่จะใช้คะแนนค่าเฉลี่ยของทุกข้อคำถามของแต่ละองค์ประกอบ ซึ่งคะแนนที่สูงแสดงให้เห็นถึงระดับการยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิม/ถิ่นฐานที่สูง ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficients) ของมาตรฐาน Vancouver Index of Acculturation ที่ได้รับการรายงานในงานวิจัยที่ผ่านมาพบว่าการยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิมมีค่าอยู่ที่ .91 - .92 ในขณะที่

ที่การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐานมีค่าอยู่ที่ .85 - .89 ในกลุ่มตัวอย่างชาวจีน ชาวเอเชีย ตะวันออก และชาวต่างชาติที่ไม่ได้ใช้ภาษาอังกฤษในการสื่อสารเป็นหลัก (Ryder et al., 2000) ในขณะที่ความตรงเชิงโครงสร้าง (construct validity) ได้รับการสนับสนุนผ่านการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างมาตรวัด Vancouver Index of Acculturation กับร้อยละของเวลาที่ใช้ชีวิตอยู่ในต่างประเทศ สถานะของรุ่น (generational status) สถานะของการใช้ชีวิตในต่างประเทศเป็น เวลาชั่วคราว (sojourner status) การใช้ภาษาอังกฤษ (ว่าเป็นภาษาแม่หรือไม่) และมาตรวัดอื่นที่วัด การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิมตะวันตก (เช่น SL-ASIA (Suinn, Ahuna, & Khoo, 1992)) (Ryder et al., 2000)

การพัฒนาและตรวจสอบคุณภาพตามขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. ศึกษาานิยามและขอบเขตของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมจากการ ทบทวนวรรณกรรม
2. พัฒนาข้อคำถามนิยามและขอบเขตของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม ที่ศึกษาในขั้นที่ 1 และ ข้อคำถามจาก มาตรวัด Vancouver Index of Acculturation (Ryder et al., 2000)
3. ตรวจสอบตรงเชิงเนื้อหา โดยผู้ทรงคุณวุฒิ 5 ท่านพิจารณา และคัดเลือก และ/หรือ ปรับแก้ ตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ
4. นำมาตรวัดไปทดลองใช้กับนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีชาวต่างประเทศที่ศึกษาอยู่ในหลักสูตร นานาชาติในประเทศไทย จำนวน 29 คน เพื่อ ประเมินคุณภาพของข้อกระทงรายข้อโดยนำคะแนน มาวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมทั้งชุด (corrected item-total correlation) โดยมีเกณฑ์การคัดเลือกคือข้อกระทงจะต้องมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์สูง กว่าค่า critical r จากนั้นนำข้อกระทงที่ผ่านการตรวจสอบคุณภาพรายข้อมาปรับปรุง และจัดเรียงให้ เหมาะสมสำหรับการนำไปทดสอบในขั้นต่อไป
5. ตรวจสอบความเที่ยงมาตรวัดทั้งฉบับและด้านย่อย ด้วยค่าความเที่ยงแบบสอดคล้อง ภายใน (internal consistency) แบบสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha)

3.มาตรวัดการสนับสนุนทางสังคมของนิสิตศึกษานานาชาติ ผู้วิจัยพัฒนามาจากมาตรวัด The Index of Sojourner Social Support (Ong & Ward, 2005) มาตรวัดนี้ประกอบไปด้วย 2 องค์ประกอบ ได้แก่ (1) การสนับสนุนเชิงสังคมและอารมณ์ (Socioemotional Support) จำนวน 9

ข้อคำถาม และ (2) การสนับสนุนเชิงปฏิบัติ (Instrumental Support) จำนวน 9 ข้อคำถาม แต่ละข้อคำถามเป็นคำถามมาตรฐานประมาณค่า (rating scale) 5 ระดับ โดยที่ระดับ 1 หมายถึง “ไม่มีใครทำสิ่งนี้” จนถึงระดับ 5 หมายถึง “หลายคนจะทำสิ่งนี้” คะแนนที่นำมาใช้งานวิจัยนี้เป็นคะแนนรวม โดยที่คะแนนที่สูงแสดงให้เห็นถึงระดับการสนับสนุนทางสังคมที่สูง ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach’s alpha coefficients) ของมาตรวัด The Index of Sojourner Social Support ที่ได้รับการรายงานในงานวิจัยที่ผ่านมาพบว่าการสนับสนุนทางสังคมในภาพรวมมีค่าอยู่ที่ .94 การสนับสนุนเชิงสังคมและอารมณ์มีค่าอยู่ .92 ในขณะที่การสนับสนุนเชิงปฏิบัติมีค่าอยู่ที่ .91 (Ong & Ward, 2005) ในขณะที่ความตรงเชิงโครงสร้าง (construct validity) ได้รับการทดสอบผ่านการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างมาตรวัด The Index of Sojourner Social Support กับตัวแปรที่เกี่ยวข้อง เช่น พฤติกรรมการสนับสนุนที่ได้รับ (received supportive behaviour) ความไว้วางใจในความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (interpersonal trust) ภาวะซึมเศร้า (depression) เป็นต้น (Ong & Ward, 2005)

การพัฒนาและตรวจสอบคุณภาพตามขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. ศึกษาปริมาณและขอบเขตของการสนับสนุนทางสังคมจากการทบทวนวรรณกรรม
2. พัฒนาข้อคำถามปริมาณและขอบเขตของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่ศึกษาในขั้นที่ 1 และ ข้อคำถามจาก มาตร The Index of Sojourner Social Support (Ong & Ward, 2005)
3. ตรวจสอบตรงเชิงเนื้อหา โดยผู้ทรงคุณวุฒิ 5 ท่านพิจารณา และคัดเลือก และ/หรือ ปรับแก้ตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ
4. นำมาตรวัดไปทดลองใช้กับนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีชาวต่างประเทศที่ศึกษาอยู่ในหลักสูตรนานาชาติในประเทศไทย จำนวน 29 คน เพื่อ ประเมินคุณภาพของข้อกระทงรายข้อโดยนำคะแนนมาวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมทั้งหมด (corrected item-total correlation) โดยมีเกณฑ์การคัดเลือกคือข้อกระทงจะต้องมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์สูงกว่าค่า critical r จากนั้นนำข้อกระทงที่ผ่านการตรวจสอบคุณภาพรายข้อมาปรับปรุง และจัดเรียงให้เหมาะสมสำหรับการนำไปทดสอบในขั้นต่อไป
5. ตรวจสอบความเที่ยงมาตรวัดทั้งฉบับและด้านย่อย ด้วยค่าความเที่ยงแบบสอดคล้องภายใน (internal consistency) แบบสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha)

4. มาตรวัดสุขภาวะ ผู้วิจัยปรับปรุงมาตรวัดสุขภาวะแบบห้าองค์ประกอบฉบับภาษาไทย ที่พัฒนาโดย สุววุฒิ วงศ์ทางสวัสดิ์ (2559) จากแนวคิดตัวตนที่เป็นองค์รวมของ Myers และ Sweeney (2005) ร่วมกับ มาตรวัด The Five Factor Wellness Inventory” (FFWEL) (FormA2) (Myers & Sweeney, 2014) มาตรวัดสุขภาวะฉบับภาษาไทยมี จำนวน 69 ข้อ ประกอบด้วย 5 ด้าน คือ ตัวตนที่สร้างสรรค์ ตัวตนที่เผชิญปัญหา ตัวตนที่สัมพันธ์กับสังคม ตัวตนที่เป็นแก่นแท้สำคัญ และ ตัวตนที่เกี่ยวกับสุขภาพร่างกาย แต่ละข้อคำถามเป็นคำถามมาตราส่วนประมาณค่า (rating scale) 4 โดยที่ระดับ 1 หมายถึง “ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง” จนถึงระดับ 4 หมายถึง “เห็นด้วยอย่างยิ่ง” คะแนนที่นำมาใช้งานวิจัยนี้เป็นคะแนนรวม โดยที่คะแนนที่สูงแสดงให้เห็นถึงระดับสุขภาวะที่สูง ค่าความเที่ยงสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach’s alpha coefficients) ของมาตรวัดนี้ที่ได้รับการรายงานในงานวิจัยที่ผ่านมาพบว่า สุขภาวะในภาพรวมมีค่าอยู่ที่ .891 สุขภาวะในด้านตัวตนสร้างสรรค์มีค่าอยู่ที่ .764 สุขภาวะในด้านตัวตนที่เผชิญปัญหาามีค่าอยู่ที่ .731 สุขภาวะในด้านตัวตนที่สัมพันธ์กับสังคมมีค่าอยู่ที่ .96 สุขภาวะในด้านตัวตนที่เป็นแก่นแท้สำคัญมีค่าอยู่ที่ .95 และสุขภาวะในด้านตัวตนที่เกี่ยวกับสุขภาพร่างกายมีค่าอยู่ที่ .90

การพัฒนาและตรวจสอบคุณภาพตามขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. ผู้วิจัยจะศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคมจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และศึกษามาตรวัดสุขภาวะแบบห้าองค์ประกอบฉบับภาษาไทย ที่พัฒนาโดย สุววุฒิ วงศ์ทางสวัสดิ์ (2559) และมาตรวัด The Five Factor Wellness Inventory” (FFWEL) (FormA2) (Myers & Sweeney, 2014)

2. นำมาตรวัดไปทดลองใช้กับนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีชาวต่างประเทศที่ศึกษาอยู่ในหลักสูตรนานาชาติในประเทศไทย จำนวน 29 คน เพื่อ ประเมินคุณภาพของข้อกระทงรายข้อโดยนำคะแนนมาวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมทั้งชุด (corrected item-total correlation) โดยมีเกณฑ์การคัดเลือกคือข้อกระทงจะต้องมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์สูงกว่าค่า critical r จากนั้นนำข้อกระทงที่ผ่านการตรวจสอบคุณภาพรายข้อมาปรับปรุง และจัดเรียงให้เหมาะสมสำหรับการนำไปทดสอบในขั้นต่อไป

3. ตรวจสอบความเที่ยงมาตรวัดทั้งฉบับและด้านย่อย ด้วยค่าความเที่ยงแบบสอดคล้องภายใน (internal consistency) แบบสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha)

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการวิจัยในครั้งนี้มีการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

1. ผู้วิจัยเสนอโครงการวิจัยต่อคณะกรรมการการพิจารณาจริยธรรมในคนกลุ่มสหสถาบันชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

2. หลังจากได้รับการพิจารณาจากคณะกรรมการจริยธรรมในการวิจัยในคน ผู้วิจัยได้ประชาสัมพันธ์โครงการ และสอบถามความสนใจและสมัครใจเข้าร่วมการวิจัยผ่าน 3 ช่องทาง ได้แก่ (1) การประชาสัมพันธ์ผ่านทาง online communities ที่มีนักศึกษาชาวต่างชาติ (เช่น Facebook group ที่ชื่อว่า ‘International Students Thailand’) (2) นอกจากนี้จะได้ ติดต่อไปฝ่ายกิจการนักศึกษา หรือฝ่ายวิชาการของมหาวิทยาลัยต่างๆ ที่มีหลักสูตรการเรียนการสอนระดับปริญญาตรีเป็นภาษาอังกฤษ และมีนักศึกษาต่างชาติเรียนอยู่ เช่น จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล มหาวิทยาลัยกรุงเทพ มหาวิทยาลัยอัสสัมชัญ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง เป็นต้น และ (3) ติดต่อผ่านคนที่รู้จักและทำงานใกล้ชิดกับกลุ่มตัวอย่าง ด้วยการบอกต่อของผู้ที่ตอบแบบสอบถาม เป็นต้น

3. เมื่อนักศึกษาชาวต่างชาติ ผู้สนใจ ได้สมัครใจเข้าร่วมโครงการ ผู้วิจัยจะได้อธิบายรายละเอียดเกี่ยวกับงานวิจัยให้ผู้สนใจให้ทราบ และขอความสมัครใจในการเข้าร่วมการวิจัย เมื่อผู้สนใจแสดงความจำนงเข้าร่วมการวิจัย ผู้วิจัยจะให้ผู้เข้าร่วมการวิจัยตอบแบบสอบถาม จำนวน 132 ข้อ ประกอบด้วย ข้อมูลทั่วไป มาตรฐานแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม มาตรฐานวิถีการผสมผสานทางวัฒนธรรม มาตรฐานการสนับสนุนทางสังคม และมาตรฐานสุขภาวะ จำนวน 1 ครั้ง โดยใช้เวลาทำ ประมาณ 30 นาที โดยไม่มีการระบุชื่อของผู้เข้าร่วมการวิจัยในแบบสอบถามทั้งหมด

4. แบบสอบถามในการวิจัยนี้มี 2 แบบ คือ แบบกระดาษ และแบบออนไลน์ ในแบบกระดาษ เมื่อนักศึกษาชาวต่างชาติตอบเสร็จแล้วจะถูกเก็บใส่ซองทันที โดยไม่อนุญาตให้คนอื่นมาอ่าน สำหรับแบบออนไลน์ เนื้อหาเหมือนในแบบกระดาษทุกประการ โดยผู้ตอบจะตอบผ่านทาง <https://forms.gle/Yq5PGFCtM4z7TCY97> โดยผู้วิจัยเป็นเพียงผู้เดียวที่เข้าถึงข้อมูลดังกล่าว การนำเสนอผลการวิจัยจะเสนอข้อมูลเป็นภาพรวม ไม่มีข้อมูลใดนำไปสู่การระบุตัวตนได้ เมื่อเสร็จสิ้นการวิจัยจะมีการทำลายแบบสอบถามดังกล่าวทั้งหมด

5. ขณะตอบแบบสอบถาม กรณีนักศึกษาชาวต่างชาติแบบสอบถามแบบกระดาษเกิดรู้สึกไม่สบายใจ หรือเมื่อสอบถามแล้วทราบว่าผู้ตอบรู้สึกไม่สบายใจขณะตอบแบบสอบถาม ผู้วิจัยจะได้ยุติการตอบ แบบสอบถามทันที และจะพูดคุยเพื่อให้ผู้ตอบรู้สึกผ่อนคลาย รวมทั้งนัดหมายการเข้าร่วมวิจัยครั้งใหม่ หากผู้ตอบยังประสงค์จะเข้าร่วมโครงการวิจัย ในกรณีที่นักศึกษาชาวต่างชาติผู้ตอบแบบสอบถามออนไลน์ เกิดความรู้สึกไม่สบายใจในการตอบแบบสอบถาม คำชี้แจงจะระบุชัดเจนว่าผู้ตอบแบบสอบถามสามารถยุติการทำแบบสอบถามออนไลน์ได้ทันที หรือผู้ตอบแบบสอบถามสามารถแจ้งความไม่สบายใจนั้นแก่ผู้วิจัยผ่านทางอีเมลที่ไว้ไว้เพื่อให้ผู้วิจัยติดต่อกลับไปเพื่อพูดคุยหรือให้ความช่วยเหลือในเบื้องต้น ในทั้งกรณีการตอบแบบกระดาษและการตอบแบบออนไลน์ หากผู้ตอบแบบสอบถามมีความไม่สบายใจระดับที่มากเกินไปและต้องการรับการช่วยเหลือในขั้นต่อไปจากนักวิชาชีพ ผู้วิจัยจะได้เป็นผู้ประสานงานให้ได้รับการช่วยเหลือดังกล่าวต่อไป

6. ผู้วิจัยตรวจสอบการตอบแบบสอบถามของผู้ที่เข้าร่วมโครงการ เพื่อนำผลคำตอบจากแบบสอบถามออนไลน์ที่ตอบครบถ้วนสมบูรณ์ นำไปใช้วิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

7. ในการวิจัยครั้งนี้ นักศึกษาผู้ตอบแบบสอบถามทั้งแบบกระดาษและแบบออนไลน์ จะไม่ได้รับคำตอบแทนใดๆ อย่างไรก็ตามเพื่อเป็นการแสดงความขอบคุณแก่ผู้เข้าร่วมการวิจัย ผู้วิจัยจะทำการสุ่ม ผู้เข้าร่วมการวิจัยที่ตอบแบบสอบถามได้ครบถ้วน เป็นจำนวนร้อยละ 10 เพื่อรับ gift voucher เป็นบัตรร้านค้าแฟมิลีค่าไม่เกิน 100 บาท โดยขั้นตอนนี้จะเกิดขึ้นไม่เกิน 1 สัปดาห์หลังจากที่ผู้วิจัยได้ทำการตรวจสอบความครบถ้วนของแบบสอบถามที่ผู้เข้าร่วมการวิจัยได้ตอบไว้ ผู้วิจัยจะติดต่อไปยังผู้เข้าร่วมการวิจัยที่ถูกสุ่มได้รับ gift voucher ผ่านทางอีเมลที่ผู้เข้าร่วมการวิจัยได้ระบุไว้ในแบบสอบถาม หากผู้เข้าร่วมการวิจัยไม่ยืนยันรับ gift voucher ภายใน 1 สัปดาห์ ผู้วิจัยจะถือว่าผู้เข้าร่วมการวิจัยไม่ประสงค์จะรับ gift voucher ดังกล่าว หากผู้เข้าร่วมการวิจัยยืนยันที่จะรับ gift voucher ภายในเวลาที่กำหนด ผู้วิจัยจะติดต่อขอที่อยู่เพื่อส่ง gift voucher ทางไปรษณีย์ให้ผู้เข้าร่วมการวิจัยต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้โปรแกรม SPSS และ JASP ในการคำนวณและวิเคราะห์ค่าสถิติต่างๆ ดังนี้

1. สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ การแจกแจงความถี่ (Frequency), ค่าร้อยละ (Percentage), ค่าเฉลี่ยเลขคณิต (Mean), ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation), ค่า

สัมประสิทธิ์ สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson's product moment correlation coefficient) ด้วย โปรแกรม SPSS

2. สถิติเพื่อทดสอบสมมติฐาน ด้วยวิธีการสร้างสมการโครงสร้าง (Structural Equation Modeling) และการทดสอบโมเดลแข่งขันด้วยโปรแกรม JASP

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยพิทักษ์สิทธิผู้เข้าร่วมการวิจัยด้วยการนำข้อมูลจากแบบสอบถามมาวิเคราะห์ รายงาน และนำเสนอข้อมูลเป็นภาพรวมเท่านั้น ในรายงานไม่มีข้อมูลที่นำไปสู่การระบุตัวตนของผู้เข้าร่วมการวิจัยได้ จึงส่งผลกระทบต่อผู้เข้าร่วมวิจัยน้อยเมื่องานวิจัยออกเผยแพร่ นอกจากนี้การเข้าร่วมในการวิจัยของผู้เข้าร่วมการวิจัยเป็นไปโดยสมัครใจ และสามารถปฏิเสธการเข้าร่วมหรือถอนตัวจากการวิจัยได้ทุกขณะ โดยไม่ต้องให้เหตุผล และไม่สูญเสียประโยชน์ที่พึงได้รับใดๆ ซึ่งประโยชน์ของผู้เข้าร่วมงานวิจัยนี้เป็นประโยชน์ทางอ้อมในเชิงการพัฒนาองค์ความรู้เพื่อพัฒนาแนวทางในการส่งเสริมสุขภาพจิตและการปรับตัวทางวัฒนธรรมในนักศึกษาชาวต่างชาติ

การวิจัยนี้มีความเสี่ยงในงานวิจัยอยู่ในระดับต่ำ เนื่องจากผู้ตอบแบบสอบถามไม่ได้เป็นผู้ที่อยู่ในกลุ่มที่ต้องเฝ้าระวัง อีกทั้งผู้วิจัยได้ระบุชัดเจนในแบบสอบถามถึงกรณีที่ผู้เข้าร่วมการวิจัยเกิดความรู้สึกไม่สบายใจหรือสับสนใจ เนื่องจากการตอบแบบสอบถาม เพราะเป็นการถามถึงข้อมูลและเรื่องราวส่วนตัว ตลอดจนเกี่ยวข้องกับปัญหาด้านจิตใจ สามารถแจ้งให้ผู้วิจัยรับทราบผ่านทางอีเมลของผู้วิจัยที่ให้ไว้ในแบบสอบถาม เมื่อผู้วิจัยได้รับการแจ้งถึงความไม่สบายใจดังกล่าว เบื้องต้นผู้วิจัยได้ให้แหล่งบริการพูดคุยปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบออนไลน์ สำหรับเป็นข้อมูลทางเลือกในการพูดคุยปรึกษา กรณีที่ผู้มาปรึกษามีความไม่สบายใจและอยากพบพูดคุยเพื่อการแก้ไขปัญหาด้านจิตใจต่อไป

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล แบ่งออกเป็น 3 ตอน ได้แก่ ตอนที่ 1 การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนาเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติเบื้องต้นและการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ ตอนที่ 3 ผลการทดสอบสมมติฐานการวิจัย ดังรายละเอียดต่อไปนี้

ตอนที่ 1 การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนาของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่นำมาวิเคราะห์ทั้งหมดเป็นนิสิตนักศึกษานานาชาติที่ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติ สถาบันอุดมศึกษาของประเทศไทยจำนวน 207 คน เป็นเพศหญิง 127 คน คิดเป็นร้อยละ 61.4 มีจำนวนมากกว่าเพศชายซึ่งมีทั้งหมด 80 คน คิดเป็นร้อยละ 38.6 กลุ่มตัวอย่างมีอายุโดยเฉลี่ย 21.68 ± 2.11 ปี ใช้ชีวิตอยู่ในประเทศไทยโดยเฉลี่ย 17.73 ± 17.32 เดือน ส่วนใหญ่มีภูมิลำเนามาจากประเทศจีน ร้อยละ 23.2 รองลงมาคือประเทศอินโดนีเซีย ร้อยละ 18.9 ส่วนใหญ่ศึกษาอยู่ในคณะวิทยาศาสตร์ ร้อยละ 15.5 รองลงมาคือคณะบริหารธุรกิจและการบัญชี ร้อยละ 13 ส่วนใหญ่ได้รับการสนับสนุนทางการเงินจากครอบครัว ร้อยละ 68.1 รองลงมาได้รับทุนการศึกษา ร้อยละ 34.2 รายละเอียดของกลุ่มตัวอย่างดังตารางที่ 7

ตารางที่ 7 ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง (n = 207)

รายการ	จำนวน	ร้อยละ
เพศ		
หญิง	127	61.4
ชาย	80	38.6
อายุเฉลี่ย 21.68 \pm 2.11 ปี อายุต่ำสุด เท่ากับ 18 ปี สูงสุด 29 ปี		
สถานภาพสมรส		
โสด	105	98
อาศัยอยู่กับคู่รัก	2	2
คณะ		

รายการ	จำนวน	ร้อยละ
วิทยาศาสตร์	32	15.5
บริหารธุรกิจและการบัญชี	27	13
วิศวกรรมศาสตร์	24	11.6
อักษรศาสตร์/ศิลปะศาสตร์	21	10.1
นิเทศศาสตร์	14	6.8
อื่นๆ	89	43
ประเทศภูมิภานา		
จีน	48	23.2
อินโดนีเซีย	39	18.9
กัมพูชา	21	10.1
เมียนมาร์	16	7.7
เวียดนาม	16	7.7
อื่นๆ (เช่น อินเดีย ฝรั่งเศส คองโก เนเธอร์แลนด์)	67	32.4
ระยะเวลาที่ใช้ชีวิตอยู่ในประเทศไทย		
น้อยกว่า 6 เดือน	78	37.6
6 เดือน ถึง 1 ปี	53	25.6
1 ปี ถึง 2 ปี	30	14.8
2 ปี ถึง 3 ปี	20	9.6
มากกว่า 3 ปี	22	10.1
ไม่ระบุ	4	2.3
ระยะเวลาที่ใช้ชีวิตอยู่ในประเทศไทย (เดือน): 17.729 ± 17.324 เดือน , Min = 0.5, Max = 72 เดือน		
แหล่งสนับสนุนทางการเงิน (เลือกได้มากกว่า 1 ข้อ)		
ครอบครัว	141	68.1
ทุนการศึกษา	71	34.2
ตนเอง	21	10.1

รายการ	จำนวน	ร้อยละ
แหล่งสนับสนุนทางการเงินอื่นๆ	11	5.3
ผลกระทบจากสถานการณ์โควิด-19		
ไม่ได้รับผลกระทบเลย	140	68.1
แทบไม่ได้รับผลกระทบเลย	8	3.8
ได้รับผลกระทบเล็กน้อย	22	10.6
ได้รับผลกระทบอย่างมาก	36	17.3

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติเบื้องต้นและการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้

ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติเบื้องต้นนี้เป็นการรายงานผลของตัวแปรสังเกตได้ จำนวน 13 ตัวแปร ได้แก่ ตัวแปร Language เป็นตัวแปรชี้วัดของตัวแปรแฝงแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม (Stressor) นำมาจากคะแนนเฉลี่ยของข้อกระทงในมาตรวัดแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมของนิสิตศึกษานานาชาติจำนวน 4 ข้อ ตัวแปร Academic เป็นตัวแปรชี้วัดของตัวแปรแฝงแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม (Stressor) นำมาจากคะแนนเฉลี่ยของข้อกระทงในมาตรวัดแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมของนิสิตศึกษานานาชาติจำนวน 8 ข้อ ตัวแปร Culture เป็นตัวแปรชี้วัดของตัวแปรแฝงแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม (Stressor) นำมาจากคะแนนเฉลี่ยของข้อกระทงในมาตรวัดแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมของนิสิตศึกษานานาชาติจำนวน 4 ข้อ ตัวแปร Social Interaction เป็นตัวแปรชี้วัดของตัวแปรแฝงแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม (Stressor) นำมาจากคะแนนเฉลี่ยของข้อกระทงในมาตรวัดแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมของนิสิตศึกษานานาชาติจำนวน 5 ข้อ ตัวแปร Socioemo เป็นตัวแปรชี้วัดของตัวแปรแฝงการสนับสนุนทางสังคม (Support) นำมาจากคะแนนรวมของข้อกระทงในมาตรวัดการสนับสนุนทางสังคมของนิสิตศึกษานานาชาติจำนวน 12 ข้อ ตัวแปร Instrument เป็นตัวแปรชี้วัดของตัวแปรแฝงการสนับสนุนทางสังคม (Support) นำมาจากคะแนนรวมของข้อกระทงในมาตรวัดการสนับสนุนทางสังคมของนิสิตศึกษานานาชาติจำนวน 9 ข้อ ตัวแปร Heritage เป็นตัวแปรชี้วัดของตัวแปรแฝงกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมแบบอิงวัฒนธรรมดั้งเดิม (Strategy_H) นำมาจากคะแนนเฉลี่ยของข้อกระทงในมาตรวัดกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมของนิสิตศึกษานานาชาติจำนวน 12 ข้อ ตัวแปร Thai เป็นตัวแปรชี้วัดของตัวแปรแฝงกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมแบบอิงวัฒนธรรมถิ่นฐาน (Strategy_T) นำมาจากคะแนนเฉลี่ยของข้อกระทงในมาตรวัด

กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมของนิสิตศึกษานานาชาติจำนวน 12 ข้อ ตัวแปร Creative เป็นตัวแปรชี้วัดของตัวแปรแฝงสุขภาพ (Wellness) นำมาจากคะแนนรวมของข้อกระทงในมาตรวัดสุขภาพจำนวน 14 ข้อ ตัวแปร Coping เป็นตัวแปรชี้วัดของตัวแปรแฝงสุขภาพ (Wellness) นำมาจากคะแนนรวมของข้อกระทงในมาตรวัดสุขภาพจำนวน 11 ข้อ ตัวแปร Social เป็นตัวแปรชี้วัดของตัวแปรแฝงสุขภาพ (Wellness) นำมาจากคะแนนรวมของข้อกระทงในมาตรวัดสุขภาพจำนวน 6 ข้อ ตัวแปร Essential เป็นตัวแปรชี้วัดของตัวแปรแฝงสุขภาพ (Wellness) นำมาจากคะแนนรวมของข้อกระทงในมาตรวัดสุขภาพจำนวน 12 ข้อ ตัวแปร Physical เป็นตัวแปรชี้วัดของตัวแปรแฝงสุขภาพ (Wellness) นำมาจากคะแนนรวมของข้อกระทงในมาตรวัดสุขภาพจำนวน 6 ข้อ ค่าสถิติที่ใช้ได้แก่ ค่าเฉลี่ย (M) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) คะแนนต่ำสุด (Min) และคะแนนสูงสุด (Max)

ตารางที่ 8 สถิติเชิงพรรณนาของตัวแปรสังเกตได้ ($n = 207$)

ตัวแปรสังเกตได้	Min	Max	M	SD	ช่วงที่เป็นไปได้
1. แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม					
1.1 ด้านภาษา (Language Deficiency)	0	3	1.508	0.719	0-3
1.2 ด้านการเรียน (Academic Work)	0	3	1.205	0.628	0-3
1.3 ด้านวัฒนธรรม (Cultural Difference)	0	3	1.001	0.641	0-3
1.4 ด้านความสัมพันธ์ (Social Interaction)	0	3	1.419	0.645	0-3
2. การสนับสนุนสังคม					
2.1 ด้านสังคมและอารมณ์ (Socio-emotional Support)	12	60	38.314	10.225	12-60
2.2 ด้านปฏิบัติ (Instrumental Support)	13	45	31.802	7.457	9-45
3. กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม					
3.1 การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิม (Adherence to the Home Culture)	2.333	9	6.727	1.388	0-9
3.2 การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐาน (Adherence to the Host Culture)	1.917	8.667	5.574	1.297	0-9
4. สุขภาวะ(การรับรู้ตัวตนแบบองค์รวม)					
4.1 ตัวตนที่สร้างสรรค์ (Creative self)	15	56	42.628	6.349	14-56

ตัวแปรสังเกตได้	Min	Max	M	SD	ช่วงที่เป็นไปได้
4.2 ตัวตนที่เผชิญปัญหา (Coping self)	14	44	33.976	4.889	11-44
4.3 ตัวตนที่สัมพันธ์กับสังคม (Social self)	6	24	19.169	3.621	6-24
4.4 ตัวตนที่เป็นแก่นแท้สำคัญ (Essential self)	12	48	37.469	6.077	12-48
4.5 ตัวตนที่เกี่ยวกับสุขภาพร่างกาย (Physical self)	8	24	17.174	3.325	6-24

ตั้งรายละเอียดที่แสดงไว้ในตารางที่ 8 สำหรับตัวแปรสังเกตได้ที่เป็นตัวชี้วัดของตัวแปรแฝง แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม (Stressor) ตัวแปรที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือตัวแปร Language (1.508 ± 0.719) ในขณะที่ตัวแปรที่มีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุดคือตัวแปร Culture (1.001 ± 0.641) สำหรับตัวแปรสังเกตได้ที่เป็นตัวชี้วัดของตัวแปรแฝงการสนับสนุนทางสังคม (Support) ค่าเฉลี่ยของตัวแปร Socioemo (38.314 ± 10.225) สูงกว่าค่าเฉลี่ยของตัวแปร Instrument (31.802 ± 7.457) อย่างไรก็ตาม ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยระหว่าง 2 ตัวแปรสังเกตได้นี้ อาจเป็นเพราะตัวแปร Socioemo มีจำนวนข้อกระทงที่มากกว่าก็เป็นได้ สำหรับตัวแปรสังเกตได้ที่เป็นตัวชี้วัดของตัวแปรแฝงกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมแบบอิงวัฒนธรรมดั้งเดิม (Strategy_H) และอิงวัฒนธรรมถิ่นฐานนั้น (Strategy_T) ค่าเฉลี่ยของตัวแปร Heritage (6.727 ± 1.388) สูงกว่าค่าเฉลี่ยของตัวแปร Thai (5.574 ± 1.297) สำหรับตัวแปรสังเกตได้ที่เป็นตัวชี้วัดของตัวแปรแฝงสุขภาพะ (Wellness) ตัวแปรที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือตัวแปร Creative (42.628 ± 6.349) ในขณะที่ตัวแปรที่มีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุดคือตัวแปร Physical (17.174 ± 3.325) อย่างไรก็ตาม ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยระหว่าง 2 ตัวแปรสังเกตได้นี้ อาจเป็นเพราะตัวแปร Creative มีจำนวนข้อกระทงที่มากกว่าก็เป็นได้

ตารางที่ 9 เมทริกซ์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของตัวแปรสังเกตได้ (n = 207)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1	1												
2	.577***	1											
3	.499***	.653***	1										
4	.583***	.507***	.575***	1									
5	-.165*	-0.09	-0.087	-.230**	1								
6	-.195**	-0.115	-.163*	-.168*	.784****	1							
7	0.068	0.025	-0.062	0.101	.141*	.257***	1						
8	-0.054	-0.048	-0.065	0.052	.199**	.299***	.475***	1					
9	-0.08	-.150*	-0.135	0.073	.213**	.219**	.207**	.323***	1				
10	0.022	-0.051	-0.052	0.134	.149*	0.126	.245***	.336***	.800***	1			
11	-0.097	-.188**	-.147*	-0.042	.339***	.315***	.143*	.211**	.665***	.651***	1		
12	-0.018	-0.078	-.200**	0.041	.162*	.190**	.323***	.190**	.669***	.623***	.560***	1	
13	-0.035	-0.119	-0.136	-0.041	.270***	.265***	.215**	.285***	.526***	.502***	.466***	.488***	1
M	1.508	1.205	1.001	1.419	38.314	31.802	6.727	5.574	42.628	33.976	19.169	37.469	17.174
SD	0.719	0.628	0.641	0.645	10.225	7.457	1.388	1.297	6.349	4.889	3.621	6.077	3.325

หมายเหตุ * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

โดยที่ 1. Language 2. Academic 3. Culture 4. Social Interaction 5. Socioemo 6. Instrument 7. Heritage 8. Thai 9. Creative 10. Coping 11. Social 12. Essential 13. Physical

จากการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร ดังแสดงในตารางที่ 9 พบว่าตัวแปรส่วนใหญ่มีความสัมพันธ์กันโดยมีค่าต่างจากศูนย์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ขนาดความสัมพันธ์อยู่ในช่วงระหว่าง -.230 ถึง .800 ($p < .001$) ตัวแปรคู่ที่มีความสัมพันธ์สูงที่สุดคือตัวแปร Creative และ Coping (.800) ในทิศทางบวก รองลงมาคือตัวแปร Socioemo และ Instrument (.784) ในทิศทางบวก ตัวแปรคู่ที่มีความสัมพันธ์น้อยที่สุดคือตัวแปร Social Interaction และ Socioemo (-.230) ในทิศทางลบ

ตอนที่ 3 ผลการทดสอบสมมุติฐานการวิจัย

ผู้วิจัยเริ่มต้นด้วยตรวจสอบค่าสุดโต่งของตัวแปรเดียว (univariate outlier) ค่าสุดโต่งของตัวแปรรวม (multivariate outlier) และการแจกแจงโค้งปกติของตัวแปรรวม (multivariate normality) ตามลำดับโดยใช้เกณฑ์การคัดเลือกของ Tabachnick, Fidell และ Ullman (2007)

สำหรับการตรวจสอบค่าสุดโต่งของตัวแปรเดียว (univariate outlier) ผู้วิจัยคำนวณค่า z-score ของคะแนนรวมมาตรวัดทุกมาตร และพบข้อมูลของกลุ่มตัวอย่าง 2 คนที่มีค่า z-score ต่ำกว่า

-3.29 ส่งผลให้ผู้วิจัยทำการตัดข้อมูลของกลุ่มตัวอย่าง 2 คนนี้ออกจากการวิเคราะห์ในลำดับถัดไป สำหรับการตรวจสอบค่าสุดโต่งของตัวแปรรวม (multivariate outlier) ผู้วิจัยได้ทำการคำนวณระยะทาง Mahalanobis ซึ่งผู้วิจัยไม่พบว่าข้อมูลของกลุ่มตัวอย่างคนใดที่มีระยะ Mahalanobis มากกว่า 18.46 สำหรับการตรวจสอบการแจกแจงโค้งปกติของตัวแปรรวม (multivariate normality) ผู้วิจัยทำการคำนวณสัมประสิทธิ์ของมาร์เตีย (Mardia's coefficient) และพบว่าสัมประสิทธิ์ดังกล่าวมีนัยสำคัญทางสถิติ

ในลำดับต่อไป ผู้วิจัยจะทำการวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้าง (structural equation model: SEM) ตามแนวทางของ Anderson และ Gerbing (1988) กล่าวคือ ผู้วิจัยจะเริ่มจากการวิเคราะห์หอคู่ประกอบเชิงยืนยัน (confirmatory factor analysis: CFA) เพื่อพัฒนาโมเดลการวัดที่สอดคล้องกับข้อมูลในระดับที่ยอมรับได้ก่อน จากนั้น ผู้วิจัยจึงค่อยสร้างโมเดลเชิงโครงสร้างเพื่อทดสอบความสัมพันธ์ที่ตั้งสมมติฐานไว้ โดยผู้วิจัยจะใช้วิธีการประมาณค่าพารามิเตอร์แบบ maximum likelihood (ML) กับทั้งโมเดลการวัดและโมเดลเชิงโครงสร้าง อย่างไรก็ตาม เนื่องจากสัมประสิทธิ์ของมาร์เตียมีนัยสำคัญทางสถิติ ผู้วิจัยจึงตัดสินใจทำตามคำแนะนำของ Finney และ DiStefano (2008) และใช้วิธีการประมาณค่าพารามิเตอร์แบบ robust ML เพื่อทำการแก้ไขความผิดพลาดที่อาจเกิดขึ้นกับค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐาน (standard error) ได้

สำหรับดัชนีความสอดคล้องของโมเดลนั้น ผู้วิจัยใช้ค่าสถิติไค-สแควร์ (ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ) standardized root-mean-square residual (SRMR; .08 หรือน้อยกว่า) root-mean-square error of approximation (RMSEA; .06 หรือน้อยกว่า) และ comparative fit index (CFI; .95 หรือมากกว่า) โดยผู้วิจัยถือเอาคำแนะนำจาก Hu และ Bentler (1999) และ Martens (2005) เป็นเกณฑ์ในการวัดระดับความสอดคล้องของโมเดล

โมเดลการวิเคราะห์หอคู่ประกอบเชิงยืนยันประกอบด้วยตัวแปรแฝงจำนวน 5 ตัวแปร คือ ตัวแปรแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม (Stressor) ตัวแปรการสนับสนุนทางสังคม (Support) ตัวแปรกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมแบบอิงวัฒนธรรมดั้งเดิม (Strategy_H) ตัวแปรกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมแบบอิงวัฒนธรรมถิ่นฐาน (Strategy_T) และตัวแปรสุขภาพ (Wellness) ในขณะที่ตัวแปรสังเกตได้นั้น การศึกษาครั้งนี้จะมีอยู่ทั้งหมด 13 ตัวแปร ได้แก่ ตัวแปรแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมด้านการเรียน (Academic) ด้านภาษา (Language) ด้านวัฒนธรรม (Culture) และด้านปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (Social Interaction) ตัวแปรการสนับสนุนทางสังคมด้านสังคมอารมณ์ (Socioemo) และด้านการให้ความช่วยเหลือและข้อมูล (Instrument) ตัวแปรการยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิม (Heritage) และถิ่นฐาน (Thai) ตัวแปรสุข

ภาวะด้านสร้างสรรค์ (Creative) ด้านการรับมือปัญหา (Coping) ด้านสังคม (Social) ด้านแก่นแท้ (Essential) และด้านร่างกาย (Physical)

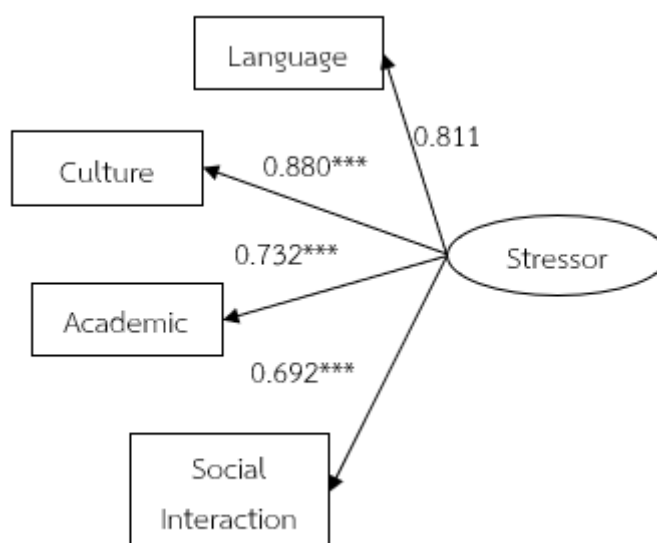
หลังจากที่ได้ปรับโมเดล โดยยอมให้ความคลาดเคลื่อนสัมพันธ์กันได้ ผู้วิจัยพบว่า โมเดลการวิเคราะห์หองค์ประกอบเชิงยืนยันมีความตรงซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ พิจารณาจากค่าไค-สแควร์ที่มีค่าเท่ากับ 44.773 ที่องศาอิสระ 34 และค่า p เท่ากับ .102 ค่า SRMR ที่เท่ากับ 0.049 ค่า RMSEA ที่เท่ากับ 0.039 และค่า CFI ที่เท่ากับ 0.990

สำหรับตัวแปรแฝงแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม (Stressor) ตัวแปรสังเกตได้แหล่งความเครียดจากการผสมผสานวัฒนธรรมด้านวัฒนธรรม (Culture) คือ ตัวแปรสังเกตได้ที่มีน้ำหนักมากที่สุด ในขณะที่ตัวแปรสังเกตได้แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมด้านปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (Social Interaction) คือ ตัวแปรสังเกตได้ที่มีน้ำหนักน้อยที่สุด (ดังตารางที่ 10 และภาพที่ 10)

ตารางที่ 10 ผลการวิเคราะห์หองค์ประกอบเชิงยืนยัน (n = 205)

ตัวแปร	b	SE	t	SC
แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม				
1. ด้านภาษา (Language Deficiency)	1.000	-	-	0.811
2. ด้านการเรียน (Academic Work)	0.977	0.085	11.494	0.880***
3. ด้านวัฒนธรรม (Cultural Difference)	0.792	0.084	9.428	0.732***
4. ด้านความสัมพันธ์ (Social Interaction)	0.769	0.083	9.265	0.692***

หมายเหตุ: *** $p < .001$, SE คือ ความคลาดเคลื่อนมาตรฐาน, SC คือ ค่าสัมประสิทธิ์ในรูปของคะแนนมาตรฐาน



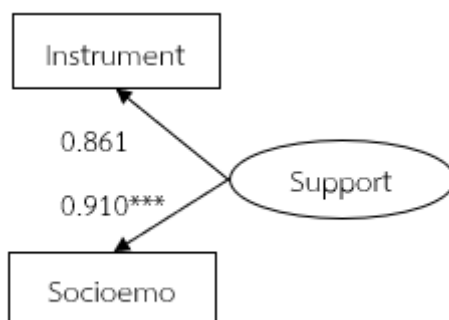
ภาพที่ 10 โมเดลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม

สำหรับตัวแปรแฝงการสนับสนุนทางสังคม (Support) ตัวแปรสังเกตได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านการให้ความช่วยเหลือและข้อมูล (Instrument) มีน้ำหนักมากกว่าตัวแปรสังเกตได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านสังคมอารมณ์ (Socioemo) (ดังตารางที่ 11 และภาพที่ 11)

ตารางที่ 11 ผลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน (n = 205)

ตัวแปร	b	SE	t	SC
การสนับสนุนสังคม				
1.ด้านสังคมและอารมณ์ (Socio-emotional Support)	1.000	-	-	0.861
2. ด้านปฏิบัติ (Instrumental Support)	0.763	0.094	8.117	0.910***

หมายเหตุ: *** $p < .001$, SE คือ ความคลาดเคลื่อนมาตรฐาน, SC คือ ค่าสัมประสิทธิ์ในรูปของคะแนนมาตรฐาน



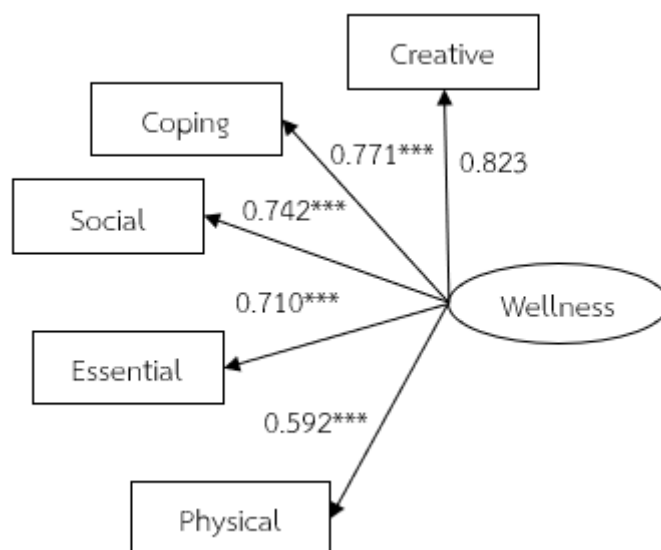
ภาพที่ 11 โมเดลการวิเคราะห์หึ่งค์ประกอบเชิงยืนยันของการสนับสนุนทางสังคม

สำหรับตัวแปรแฝงสุขภาวะ (Wellness) ตัวแปรสังเกตได้สุขภาวะด้านสร้างสรรค์ (Creative) คือ ตัวแปรสังเกตได้ที่มีน้ำหนักมากที่สุด ในขณะที่ตัวแปรสังเกตได้สุขภาวะด้านร่างกาย (Physical) คือ ตัวแปรสังเกตได้ที่มีน้ำหนักน้อยที่สุด (ดังตารางที่ 12 และภาพที่ 12)

ตารางที่ 12 ผลการวิเคราะห์หึ่งค์ประกอบเชิงยืนยัน (n = 205)

ตัวแปร	b	SE	t	SC
สุขภาวะ (Wellness)				
1. ตัวตนที่สร้างสรรค์ (Creative self)	1.000	-	-	0.823
2. ตัวตนที่เผชิญปัญหา (Coping self)	0.732	0.051	14.352	0.771***
3. ตัวตนที่สัมพันธ์กับสังคม (Social self)	0.538	0.045	11.955	0.742***
4. ตัวตนที่เป็นแก่นแท้สำคัญ (Essential self)	0.847	0.078	10.858	0.710***
5. ตัวตนที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพร่างกาย (Physical self)	0.405	0.045	9.000	0.592***

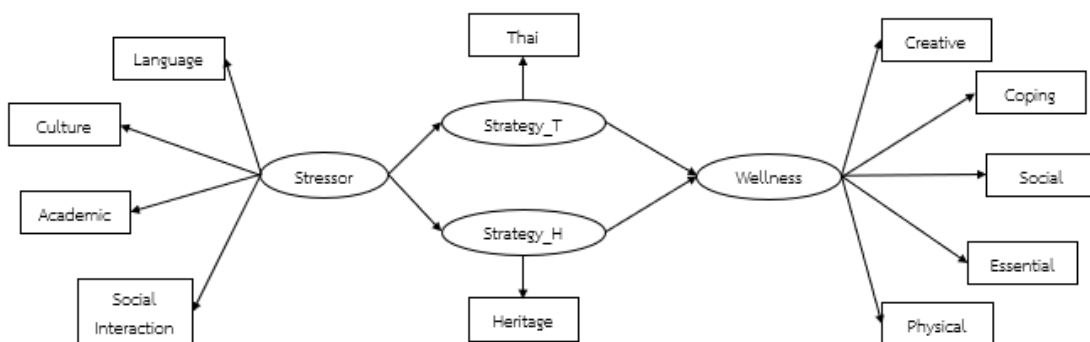
หมายเหตุ: *** $p < .001$, SE คือ ความคลาดเคลื่อนมาตรฐาน, SC คือ ค่าสัมประสิทธิ์ในรูปของคะแนนมาตรฐาน



ภาพที่ 12 โมเดลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันของสุขภาวะ

สำหรับกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมมี 2 ตัวแปรแฝง กล่าวคือ ตัวแปรแฝง กลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐาน (Adherence to the Host Culture) Strategy_H และ ตัวแปรแฝง กลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิม (Adherence to the Home Culture) หรือ Strategy_T นั้น ทั้ง 2 ตัวแปรแฝงต่างมีตัวแปรสังเกตเพียงแค่ 1 ตัวแปร อันได้แก่ Heritage และ Thai ตามลำดับเท่านั้น

ในลำดับต่อมา ผู้วิจัยได้ทำการสร้างโมเดลเชิงโครงสร้างเพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1.1 ซึ่งโมเดลนี้ประกอบไปด้วยตัวแปรแฝงจำนวน 4 ตัวแปร ได้แก่ ตัวแปรแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม (Stressor) ตัวแปรกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมแบบอิงวัฒนธรรมดั้งเดิม (Strategy_H) ตัวแปรกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมแบบอิงวัฒนธรรมเจ้าบ้าน (Strategy_T) และตัวแปรสุขภาวะ (Wellness) ในขณะที่ตัวแปรสังเกตได้นั้น โมเดลจะประกอบด้วยตัวแปรสังเกตได้จำนวน 11 ตัวแปร ได้แก่ ตัวแปรแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม ด้านการเรียน (Academic) ด้านภาษา (Language) ด้านวัฒนธรรม (Culture) และด้านปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (Social Interaction) ตัวแปรการสนับสนุนทางสังคมด้านสังคมอารมณ์ (Socioemo) และด้านการให้ความช่วยเหลือและข้อมูล (Instrument) ตัวแปรกลยุทธ์ผสมผสานทางวัฒนธรรมแบบอิงวัฒนธรรมดั้งเดิม (Heritage) และแบบอิงวัฒนธรรมเจ้าบ้าน (Thai) ตัวแปรสุขภาวะด้านสร้างสรรค์ (Creative) ด้านการรับมือปัญหา (Coping) ด้านสังคม (Social) ด้านแก่นแท้ (Essential) และด้านร่างกาย (Physical) โดยที่ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝงทั้งหมดจะเป็นดังภาพที่ 13



ภาพที่ 13 โมเดลการผสมผสานทางวัฒนธรรมเบื้องต้น

สำหรับโมเดลการผสมผสานทางวัฒนธรรมเบื้องต้นนี้ หลังจากที่ได้ปรับโมเดล โดยยอมให้ความคลาดเคลื่อนสัมพันธ์กันได้ ผู้วิจัยพบว่า โมเดลมีความตรงซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ พิจารณานาจากค่าไค-สแควร์ที่มีค่าเท่ากับ 44.167 ที่องศาอิสระ 34 และค่า p เท่ากับ .114 ค่า SRMR ที่เท่ากับ 0.059 ค่า RMSEA ที่เท่ากับ 0.038 และค่า CFI ที่เท่ากับ 0.989

เมื่อพิจารณาน้ำหนักของตัวแปรสังเกตได้ของตัวแปรแฝงแต่ละตัวในโมเดลการผสมผสานทางวัฒนธรรมเบื้องต้นนี้ ผู้วิจัยพบว่า สำหรับตัวแปรแฝงแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม (Stressor) ตัวแปรสังเกตได้แหล่งความเครียดจากการผสมผสานวัฒนธรรมด้านวัฒนธรรม (Culture) คือ ตัวแปรสังเกตได้ที่มีน้ำหนักมากที่สุด (0.870) ในขณะที่ตัวแปรสังเกตได้แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมด้านปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (Social Interaction) คือ ตัวแปรสังเกตได้ที่มีน้ำหนักน้อยที่สุด (0.683) สำหรับตัวแปรแฝงสุขภาวะ (Wellness) ตัวแปรสังเกตได้สุขภาวะด้านสร้างสรรค์ (Creative) คือ ตัวแปรสังเกตได้ที่มีน้ำหนักมากที่สุด (0.820) ในขณะที่ตัวแปรสังเกตได้สุขภาวะด้านร่างกาย (Physical) คือ ตัวแปรสังเกตได้ที่มีน้ำหนักน้อยที่สุด (0.589) นอกจากนี้ ผู้วิจัยยังพบว่าค่าน้ำหนักองค์ประกอบของตัวแปรสังเกตได้ทุกตัวมีค่าต่างจากศูนย์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 อีกด้วย (สามารถดูค่าน้ำหนักองค์ประกอบของตัวแปรสังเกตได้ทุกตัวได้ในตารางที่ 13)

ตารางที่ 13 ค่าน้ำหนักองค์ประกอบของตัวแปรสังเกตได้ทุกตัวในโมเดลการผสมผสานทางวัฒนธรรมเบื้องต้น (n = 205)

ตัวแปร	b	SE	t	SC
แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม				
1. ด้านภาษา (Language Deficiency)	1.000	-	-	0.813

ตัวแปร	<i>b</i>	SE	<i>t</i>	SC
2. ด้านการเรียน (Academic Work)	0.958	0.083	11.542	0.736***
3. ด้านวัฒนธรรม (Cultural Difference)	0.794	0.086	9.232	0.870***
4. ด้านความสัมพันธ์ (Social Interaction)	0.754	0.086	8.767	0.683***
กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมประเภทการยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมนิฐาน				
1. การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมนิฐาน (Adherence to the Host Culture)	1.000	0.000	-	1.000
กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมประเภทการยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมนิเดิม				
1. การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมนิเดิม (Adherence to the Home Culture)	1.000	0.000	-	1.000
สุขภาพ (Wellness)				
1. ตัวตนที่สร้างสรรค์ (Creative self)	1.000	-	-	0.820
2. ตัวตนที่เผชิญปัญหา (Coping self)	0.748	0.051	14.666	0.784***
3. ตัวตนที่สัมพันธ์กับสังคม (Social self)	0.529	0.043	12.302	0.734***
4. ตัวตนที่เป็นแก่นแท้สำคัญ (Essential self)	0.855	0.075	11.400	0.727***
5. ตัวตนที่เกี่ยวกับสุขภาพร่างกาย (Physical self)	0.401	0.045	8.911	0.589***

หมายเหตุ: * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$, *b* คือ ค่าสัมประสิทธิ์, SE คือ ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐาน, SC คือ ค่าสัมประสิทธิ์คะแนนมาตรฐาน

ผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางตรง (direct effect) และอิทธิพลทางอ้อม (indirect effect) ระหว่างตัวแปรแฝงในโมเดลเชิงโครงสร้างสำหรับการทดสอบการแข่งขันโมเดลการผสมผสานทางวัฒนธรรมเบื้องต้น (ดังตารางที่ 14) มีดังต่อไปนี้

ผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางตรงของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่มีต่อกลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมนิฐาน พบว่า แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมมีอิทธิพลทางลบต่อกลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมนิฐาน โดยมีค่าอิทธิพลเท่ากับ - 0.090 อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางตรงของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่มีต่อ กลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิม พบว่า แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทาง วัฒนธรรมมีอิทธิพลทางลบต่อกลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิม โดยมีค่าอิทธิพลเท่ากับ - 0.044 อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางตรงของกลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐานต่อสุขภาวะ พบว่า กลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐานมีอิทธิพลทางบวกต่อสุขภาวะ โดยมีค่าอิทธิพล เท่ากับ 0.473 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

ผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางตรงของกลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิมต่อสุขภาวะ พบว่า กลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิมมีอิทธิพลทางบวกต่อสุขภาวะ โดยมีค่าอิทธิพล เท่ากับ 0.445 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

ผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางอ้อมของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่มีต่อ สุขภาวะผ่านกลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐานพบว่า แหล่งความเครียดจากการผสมผสาน ทางวัฒนธรรมมีอิทธิพลทางลบต่อสุขภาวะ โดยมีค่าอิทธิพลเท่ากับ -0.043 อย่างไม่มีนัยสำคัญทาง สถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางอ้อมของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่มีต่อ สุขภาวะผ่านกลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิมพบว่า แหล่งความเครียดจากการผสมผสาน ทางวัฒนธรรมมีอิทธิพลทางลบต่อสุขภาวะ โดยมีค่าอิทธิพลเท่ากับ -0.020 อย่างไม่มีนัยสำคัญทาง สถิติที่ระดับ .05

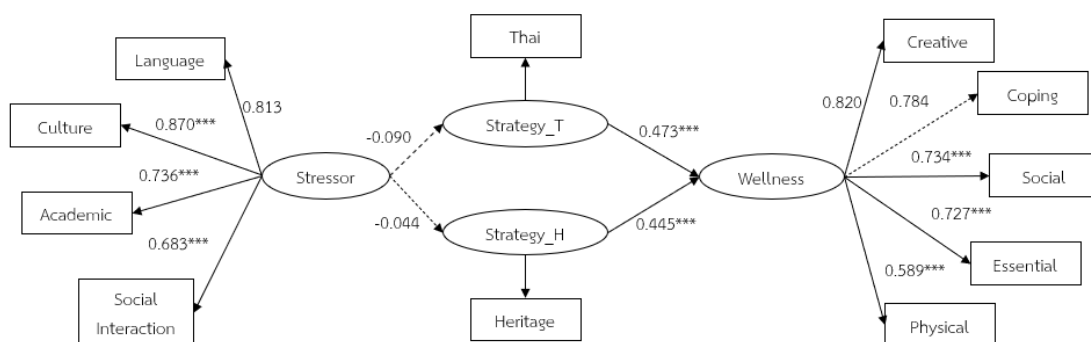
จะเห็นได้ว่า แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมมีอิทธิพลทางอ้อมในทิศทาง ลบต่อสุขภาวะอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติโดยมีกลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐานเป็นตัว แปรส่งผ่าน และแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมมีอิทธิพลทางอ้อมในทิศทางลบ ต่อสุขภาวะอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติโดยมีกลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิมเป็นตัวแปร ส่งผ่าน (ดังภาพที่ 14)

ตารางที่ 14 ผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางตรงและอิทธิพลทางอ้อมของโมเดลการผสมผสานทาง วัฒนธรรมเบื้องต้น (n = 205)

ตัวแปรสาเหตุ	ค่าสถิติ	ตัวแปรผล

		กลยุทธ์การยึดมั่นต่อ วัฒนธรรมสังคมนิฐาน (Strategy_Thai)			กลยุทธ์การยึดมั่นต่อ วัฒนธรรมสังคมนั้งเดิม (Strategy_Heritage)			สุขภาพ (Wellness)			
		DE	IE	TE	DE	IE	TE	DE	IE _T	IE _H	TE
แหล่งความเครียด จากการผสมผสาน ทางวัฒนธรรม (Stressor)	<i>b</i>	-0.203	-	-0.203	-0.104	-	-0.104	-	-0.347	-0.159	-0.506
	SE	0.147	-	-	0.167	-	-	-	0.258	0.256	-
	<i>t</i>	1.380	-	-	0.622	-	-	-	1.344	0.621	-
	SC	-0.090	-	-0.090	-0.044	-	-0.044	-	-0.043	-0.020	-0.063
กลยุทธ์การยึดมั่นต่อ วัฒนธรรมสังคมนิฐาน (Strategy_Thai)	<i>b</i>	-	-	-	-	-	-	1.706	-	-	1.706
	SE	-	-	-	-	-	-	0.269	-	-	-
	<i>t</i>	-	-	-	-	-	-	6.342	-	-	-
	SC	-	-	-	-	-	-	0.473***	-	-	0.473***
กลยุทธ์การยึดมั่นต่อ วัฒนธรรมสังคมนั้งเดิม (Strategy_Heritage)	<i>b</i>	-	-	-	-	-	-	1.526	-	-	1.526
	SE	-	-	-	-	-	-	0.220	-	-	-
	<i>t</i>	-	-	-	-	-	-	6.936	-	-	-
	SC	-	-	-	-	-	-	0.445***	-	-	0.445***
R^2		0.008			0.002			0.423			
Chi-Square		44.167 <i>df</i> = 34 (<i>p</i> = .114)									
SRMR		0.059									
RMSEA		0.038									
CFI		0.989									

หมายเหตุ: **p* < .05, ***p* < .01, ****p* < .001, *b* คือ ค่าสัมประสิทธิ์, SE คือ ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐาน, SC คือ ค่าสัมประสิทธิ์คะแนนมาตรฐาน

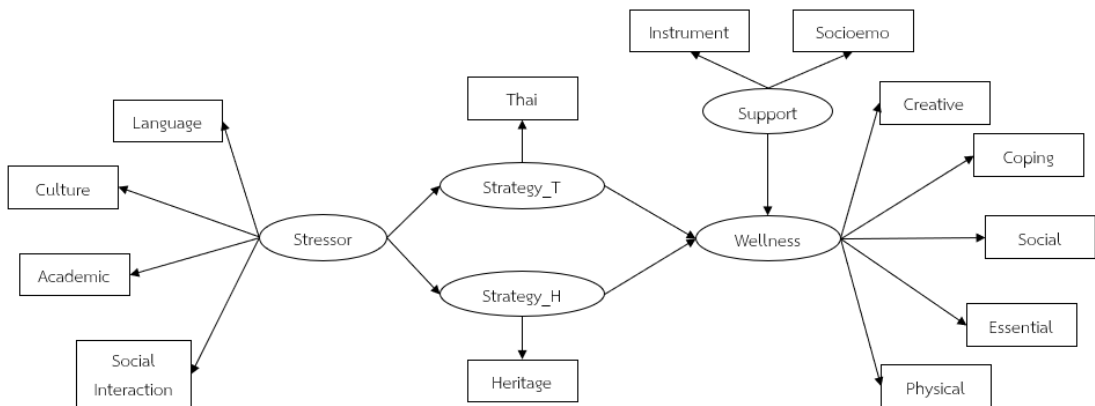


Chi-square = 44.167, df = 34, $p = .114$, SRMR = 0.059, RMSEA = 0.038, CFI = 0.989

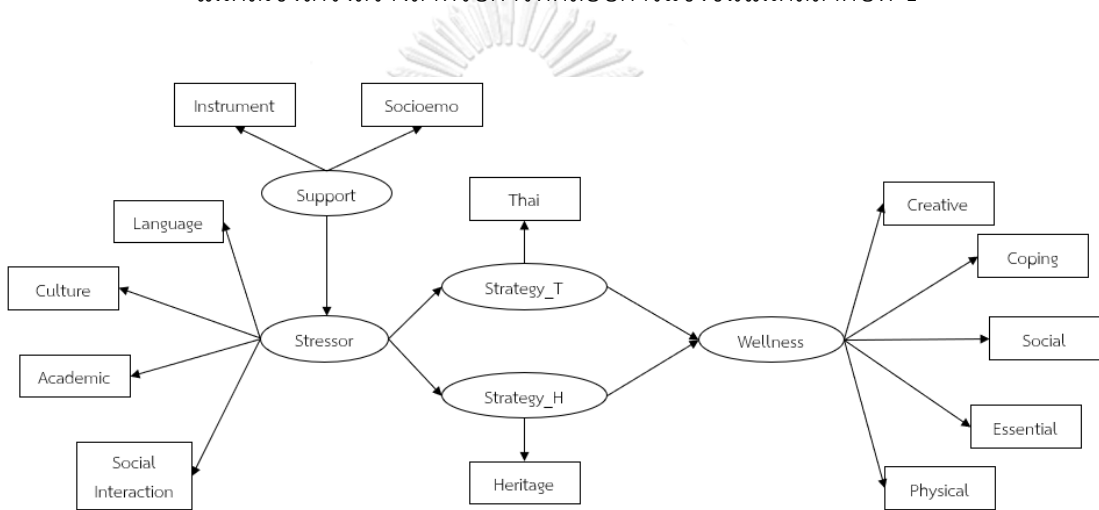
ภาพที่ 14 โมเดลการผสมผสานทางวัฒนธรรมเบื้องต้น

หมายเหตุ: *** $p < .001$

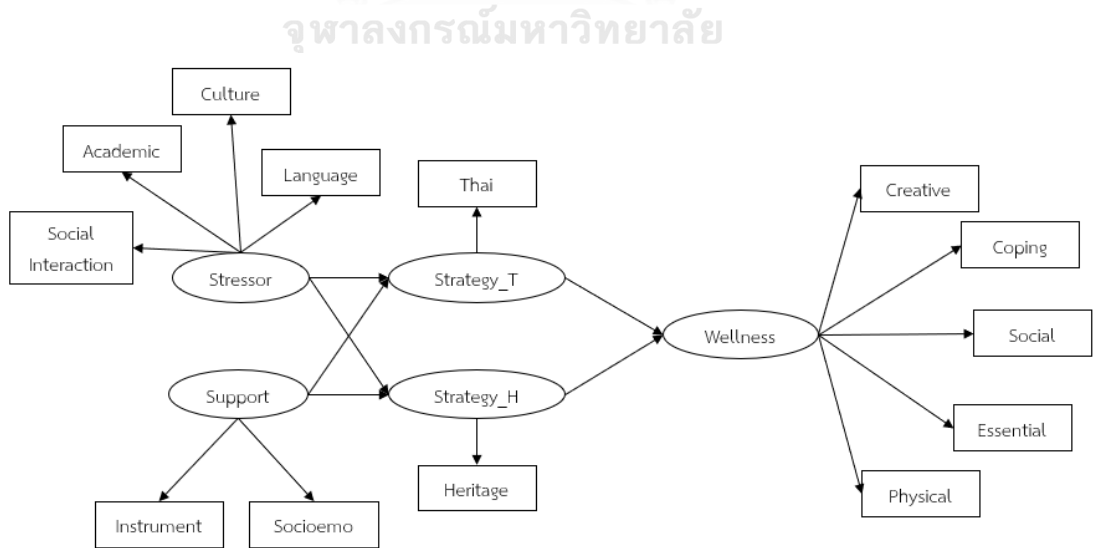
ในลำดับต่อมา ผู้วิจัยได้ทำการสร้างโมเดลเชิงโครงสร้างเพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 2.4 เป็นจำนวน 3 โมเดลด้วยกัน โมเดลทั้งสามล้วนประกอบไปด้วยตัวแปรแฝงจำนวน 5 ตัวแปร ได้แก่ ตัวแปรแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม (Stressor) ตัวแปรการสนับสนุนทางสังคม (Support) ตัวแปรกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมแบบอิงวัฒนธรรมดั้งเดิม (Strategy_H) ตัวแปรกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมแบบอิงวัฒนธรรมเจ้าบ้าน (Strategy_T) และตัวแปรสุขภาพ (Wellness) ในขณะที่ตัวแปรสังเกตได้นั้น โมเดลจะประกอบด้วยตัวแปรสังเกตได้จำนวน 13 ตัวแปร ได้แก่ ตัวแปรแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมด้านการเรียน (Academic) ด้านภาษา (Language) ด้านวัฒนธรรม (Culture) และด้านปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (Social Interaction) ตัวแปรการสนับสนุนทางสังคมด้านสังคมอารมณ์ (Socioemo) และด้านการให้ความช่วยเหลือและข้อมูล (Instrument) ตัวแปรกลยุทธ์ผสมผสานทางวัฒนธรรมแบบอิงวัฒนธรรมดั้งเดิม (Heritage) และแบบอิงวัฒนธรรมเจ้าบ้าน (Thai) ตัวแปรสุขภาพด้านสร้างสรรค์ (Creative) ด้านการรับมือปัญหา (Coping) ด้านสังคม (Social) ด้านแก่นแท้ (Essential) และด้านร่างกาย (Physical) อย่างไรก็ตาม แม้จะมีตัวแปรแฝงและตัวแปรสังเกตได้ที่เหมือนกัน แต่ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝงของโมเดลทั้งสาม (โดยเฉพาะตัวแปรแฝงการสนับสนุนทางสังคม) จะมีความแตกต่างกันดังภาพที่ 15



โมเดลเชิงโครงสร้างสำหรับการทดสอบการแข่งขันโมเดลลำดับที่ 1



โมเดลเชิงโครงสร้างสำหรับการทดสอบการแข่งขันโมเดลลำดับที่ 2



โมเดลเชิงโครงสร้างสำหรับการทดสอบการแข่งขันโมเดลลำดับที่ 3

ภาพที่ 15 โมเดลเชิงโครงสร้างทั้งสามที่นำมาวิเคราะห์โมเดลแข่งขัน

สำหรับโมเดลเชิงโครงสร้างสำหรับการทดสอบการแข่งขันโมเดลลำดับที่ 1 นี้ หลังจากที่ได้ปรับโมเดล โดยยอมให้ความคลาดเคลื่อนสัมพันธ์กันได้ ผู้วิจัยพบว่า โมเดลมีความตรงซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ในระดับหนึ่ง **สมมติฐานข้อที่ 2.1** จึงได้รับการสนับสนุนระดับที่ไม่ดีนัก พิจารณานาจากค่าไค-สแควร์ที่มีค่าเท่ากับ 23.552 ที่องศาอิสระ 11 และค่า p เท่ากับ .015 ค่า SRMR ที่เท่ากับ 0.036 ค่า RMSEA ที่เท่ากับ 0.075 และค่า CFI ที่เท่ากับ 0.989

เมื่อพิจารณาน้ำหนักของตัวแปรสังเกตได้ของตัวแปรแฝงแต่ละตัวในโมเดลเชิงโครงสร้างสำหรับการทดสอบการแข่งขันโมเดลลำดับที่ 1 นี้ ผู้วิจัยพบว่า สำหรับตัวแปรแฝงแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม (Stressor) ตัวแปรสังเกตได้แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมด้านภาษา (Language) คือ ตัวแปรสังเกตได้ที่มีน้ำหนักมากที่สุด (0.822) ในขณะที่ตัวแปรสังเกตได้แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมด้านปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (Social Interaction) คือ ตัวแปรสังเกตได้ที่มีน้ำหนักน้อยที่สุด (0.713) สำหรับตัวแปรแฝงการสนับสนุนทางสังคม (Support) ตัวแปรสังเกตได้การสนับสนุนทางสังคมด้านการให้ความช่วยเหลือและข้อมูล (Instrument) มีน้ำหนักมากกว่าตัวแปรสังเกตได้การสนับสนุนทางสังคมด้านสังคมอารมณ์ (Socioemo) (0.877 และ 0.641 ตามลำดับ) สำหรับตัวแปรแฝงสุขภาวะ (Wellness) ตัวแปรสังเกตได้สุขภาวะด้านสร้างสรรค์ (Creative) คือ ตัวแปรสังเกตได้ที่มีน้ำหนักมากที่สุด (0.771) ในขณะที่ตัวแปรสังเกตได้สุขภาวะด้านร่างกาย (Physical) คือ ตัวแปรสังเกตได้ที่มีน้ำหนักน้อยที่สุด (0.578) นอกจากนี้ ผู้วิจัยยังพบว่าค่าน้ำหนักองค์ประกอบของตัวแปรสังเกตได้ทุกตัวมีค่าต่างจากศูนย์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 อีกด้วย (ยกเว้นตัวแปรสังเกตได้การสนับสนุนทางสังคมด้านการให้ความช่วยเหลือและข้อมูลที่มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบต่างจากศูนย์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05) สำหรับค่าน้ำหนักองค์ประกอบของตัวแปรสังเกตได้ทุกตัว (ดังตารางที่ 15)

ตารางที่ 15 ค่าน้ำหนักองค์ประกอบของตัวแปรสังเกตได้ทุกตัวในโมเดลเชิงโครงสร้างสำหรับการทดสอบการแข่งขันโมเดลลำดับที่ 1 ($n = 205$)

ตัวแปร	b	SE	t	SC
แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม				
1. ด้านภาษา (Language Deficiency)	1.000	-	-	0.882
2. ด้านการเรียน (Academic Work)	0.762	0.096	7.937	0.716***
3. ด้านวัฒนธรรม (Cultural Difference)	0.890	0.111	8.018	0.821***
4. ด้านความสัมพันธ์ (Social Interaction)	0.768	0.087	8.827	0.713***

ตัวแปร	<i>b</i>	SE	<i>t</i>	SC
การสนับสนุนสังคม				
1. ด้านสังคมและอารมณ์ (Socio-emotional Support)	1.000	-	-	0.641
2. ด้านปฏิบัติ (Instrumental Support)	0.982	0.355	2.766	0.877*
กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมประเภทการยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐาน				
1. การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐาน (Adherence to the Host Culture)	1.000	0.000	-	1.000
กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมประเภทการยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิม				
1. การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิม (Adherence to the Home Culture)	1.000	0.000	-	1.000
สุขภาวะ				
1. ตัวตนที่สร้างสรรค์ (Creative Self)	1.000	-	-	0.771
2. ตัวตนที่เผชิญปัญหา (Coping Self)	0.718	0.081	8.864	0.707***
3. ตัวตนที่สัมพันธ์กับสังคม (Social Self)	0.592	0.084	7.047	0.766***
4. ตัวตนที่เป็นแก่นแท้สำคัญ (Essential Self)	0.965	0.123	7.845	0.761***
5. ตัวตนที่เกี่ยวกับสุขภาพร่างกาย (Physical Self)	0.423	0.055	7.690	0.578***

หมายเหตุ: ** $p < .01$, *** $p < .001$, SE คือ ความคลาดเคลื่อนมาตรฐาน, SC คือ ค่าสัมประสิทธิ์ในรูปแบบของคะแนนมาตรฐาน

ผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางตรง (direct effect) และอิทธิพลทางอ้อม (indirect effect) ระหว่างตัวแปรแฝงในโมเดลเชิงโครงสร้างสำหรับการทดสอบการแข่งขันโมเดลลำดับที่ 1 (ดังตารางที่ 16) มีดังต่อไปนี้

ผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางตรงของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่มีต่อกลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐาน พบว่า แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมมีอิทธิพลทางลบต่อกลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐาน โดยมีค่าอิทธิพลเท่ากับ - 0.017 อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางตรงของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่มีต่อ กลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิม พบว่า แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทาง วัฒนธรรมมีอิทธิพลทางบวกต่อกลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิม โดยมีค่าอิทธิพลเท่ากับ 0.062 อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางตรงของกลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐานที่มีต่อสุข ภาวะ พบว่า กลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐานมีอิทธิพลทางบวกต่อสุขภาวะ โดยมีค่า อิทธิพลเท่ากับ 0.504 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

ผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางตรงของกลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิมที่มีต่อสุขภาวะ พบว่า กลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิมมีอิทธิพลทางบวกต่อสุขภาวะ โดยมีค่าอิทธิพล เท่ากับ 0.512 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

ผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางตรงของการสนับสนุนทางสังคมที่มีต่อสุขภาวะ พบว่า การ สนับสนุนทางสังคมมีอิทธิพลทางบวกต่อสุขภาวะ โดยมีค่าอิทธิพลเท่ากับ 0.674 อย่างไม่มีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางอ้อมของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่มีต่อ สุขภาวะผ่านกลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐาน พบว่า แหล่งความเครียดจากการผสมผสาน ทางวัฒนธรรมมีอิทธิพลทางลบต่อสุขภาวะ โดยมีค่าอิทธิพลเท่ากับ -0.008 อย่างไม่มีนัยสำคัญทาง สถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางอ้อมของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่มีต่อ สุขภาวะผ่านกลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิม พบว่า แหล่งความเครียดจากการผสมผสาน ทางวัฒนธรรมมีอิทธิพลทางบวกต่อสุขภาวะ โดยมีค่าอิทธิพลเท่ากับ 0.032 อย่างไม่มีนัยสำคัญทาง สถิติที่ระดับ .05

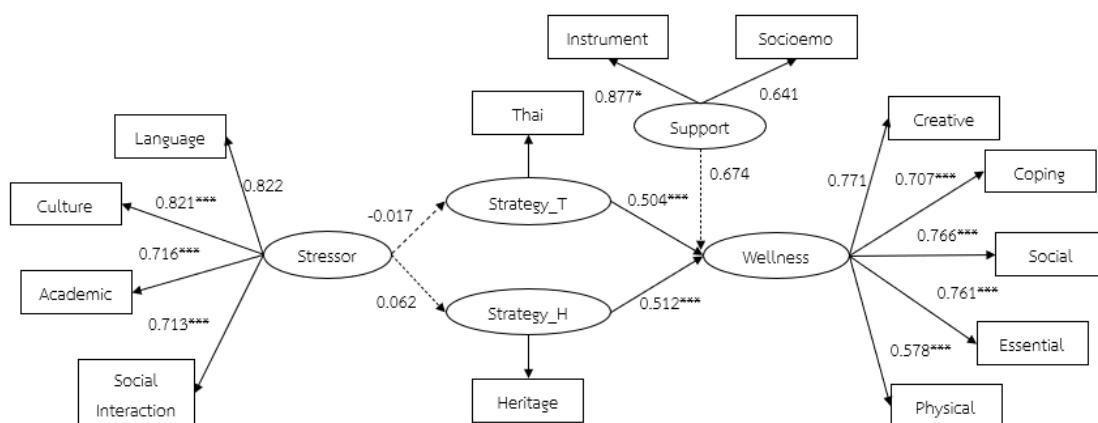
จะเห็นได้ว่า แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมมีอิทธิพลทางอ้อมในทิศทาง ลบต่อสุขภาวะอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติโดยมีกลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐานเป็นตัว แปรส่งผ่าน แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมมีอิทธิพลทางอ้อมในทิศทางบวกต่อ สุขภาวะอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติโดยมีกลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิมเป็นตัวแปร ส่งผ่าน และการสนับสนุนทางสังคมมีอิทธิพลทางตรงและอิทธิพลทางรวมในทิศทางบวกต่อสุขภาวะ อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ (ดังภาพที่ 16)

ตารางที่ 16 ผลการวิเคราะห์หัตถิพลาทางตรงและหัตถิพลาทางอ้อมของโมเดลเชิงโครงสร้างสำหรับการทดสอบการแข่งขันโมเดลลำดับที่ 1 ($n = 205$)

ตัวแปรสาเหตุ	ค่าสถิติ	ตัวแปรผล									
		กลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมนิฐาน (Strategy_Thai)			กลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมนิตั้งเดิม (Strategy_Heritage)			สุขภาพ (Wellness)			
		DE	IE	TE	DE	IE	TE	DE	IE _T	IE _H	TE
แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม (Stressor)	<i>b</i>	-0.037	-	-0.037	0.143	-	0.143	-	-	0.235	0.172
	SE	0.182	-	-	0.225	-	-	-	0.312	0.369	-
	<i>t</i>	0.203	-	-	0.635	-	-	-	0.201	0.636	-
	SC	0.017	-	-0.017	0.062	-	0.062	-	0.008	0.032	0.024
กลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมนิฐาน (Strategy_Thai)	<i>b</i>	-	-	-	-	-	-	1.718	-	-	1.718
	SE	-	-	-	-	-	-	0.351	-	-	-
	<i>t</i>	-	-	-	-	-	-	4.894	-	-	-
	SC	-	-	-	-	-	-	0.504***	-	-	0.504***
กลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมนิตั้งเดิม (Strategy_Heritage)	<i>b</i>	-	-	-	-	-	-	1.641	-	-	1.641
	SE	-	-	-	-	-	-	0.301	-	-	-
	<i>t</i>	-	-	-	-	-	-	5.451	-	-	-
	SC	-	-	-	-	-	-	0.512***	-	-	0.512***
การสนับสนุนทางสังคม (Social Support)	<i>b</i>	-	-	-	-	-	-	0.450	-	-	0.450
	SE	-	-	-	-	-	-	0.356	-	-	-
	<i>t</i>	-	-	-	-	-	-	1.264	-	-	-
	SC	-	-	-	-	-	-	0.674***	-	-	0.674***
R^2	0.0002829			0.004			0.962				
Chi-Square	23.552 <i>df</i> = 11 ($p = .015$)										
SRMR	0.036										
RMSEA	0.075										

CFI	0.989
-----	-------

หมายเหตุ: * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$, b คือ ค่าสัมประสิทธิ์, SE คือ ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐาน, SC คือ ค่าสัมประสิทธิ์คะแนนมาตรฐาน



Chi-square = 23.552, df = 11, $p = .015$, SRMR = 0.036, RMSEA = 0.075, CFI = 0.989

ภาพที่ 16 แสดงโมเดลเชิงโครงสร้างสำหรับการทดสอบการแข่งขันโมเดลลำดับที่ 1

หมายเหตุ: ** $p < .01$, *** $p < .001$

สำหรับโมเดลเชิงโครงสร้างสำหรับการทดสอบการแข่งขันโมเดลลำดับที่ 2 นี้ หลังจากที่ได้ปรับโมเดล โดยยอมให้ความคลาดเคลื่อนสัมพันธ์กันได้ ผู้วิจัยพบว่า โมเดลมีความตรงซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ในระดับที่ค่อนข้างแย่มาก **สมมติฐานข้อที่ 2.2 จึงได้รับการสนับสนุนในระดับที่ไม่ดีนัก** พิจารณาจากค่าไค-สแควร์ที่มีค่าเท่ากับ 11.314 ที่องศาอิสระ 4 และค่า p เท่ากับ .023 ค่า SRMR ที่เท่ากับ 0.035 ค่า RMSEA ที่เท่ากับ 0.094 และค่า CFI ที่เท่ากับ 0.994

เมื่อพิจารณาน้ำหนักของตัวแปรสังเกตได้ของตัวแปรแฝงแต่ละตัวในโมเดลเชิงโครงสร้างสำหรับการทดสอบการแข่งขันโมเดลลำดับที่ 2 นี้ ผู้วิจัยพบว่า สำหรับตัวแปรแฝงแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม (Stressor) ตัวแปรสังเกตได้แหล่งความเครียดจากการผสมผสานวัฒนธรรมด้านวัฒนธรรม (Culture) คือ ตัวแปรสังเกตได้ที่มีน้ำหนักมากที่สุด (0.887) ในขณะที่ตัวแปรสังเกตได้แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมด้านการเรียน (Academic) คือ ตัวแปรสังเกตได้ที่มีน้ำหนักน้อยที่สุด (0.733) สำหรับตัวแปรแฝงการสนับสนุนทางสังคม (Support) ตัวแปรสังเกตได้การสนับสนุนทางสังคมด้านการให้ความช่วยเหลือและข้อมูล (Instrument) มีน้ำหนักมากกว่าตัวแปรสังเกตได้การสนับสนุนทางสังคมด้านสังคมอารมณ์ (Socioemo) (0.893 และ 0.881 ตามลำดับ) สำหรับตัวแปรแฝงสุขภาวะ (Wellness) ตัวแปรสังเกตได้สุขภาวะด้านสร้างสรรค์

(Creative) คือ ตัวแปรสังเกตได้ที่มีน้ำหนักมากที่สุด (0.782) ในขณะที่ตัวแปรสังเกตได้สุขภาวะด้านการรับมือปัญหา (Coping) คือ ตัวแปรสังเกตได้ที่มีน้ำหนักน้อยที่สุด (0.415) นอกจากนี้ ผู้วิจัยยังพบว่าค่าน้ำหนักองค์ประกอบของตัวแปรสังเกตได้ทุกตัวมีค่าต่างจากศูนย์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 อีกด้วย (ยกเว้นตัวแปรสังเกตได้แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมด้านการเรียนและปฏิสัมพันธ์สังคมที่มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบต่างจากศูนย์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ตัวแปรสังเกตได้แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมด้านวัฒนธรรมมีค่าน้ำหนักองค์ประกอบต่างจากศูนย์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และตัวแปรสังเกตได้สุขภาวะด้านการรับมือปัญหาที่มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบไม่ต่างจากศูนย์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ) ผู้อ่านสามารถดูค่าน้ำหนักองค์ประกอบของตัวแปรสังเกตได้ทุกตัวได้ในตารางที่ 17

ตารางที่ 17 ค่าน้ำหนักองค์ประกอบของตัวแปรสังเกตได้ทุกตัวในโมเดลเชิงโครงสร้างสำหรับการทดสอบการแข่งขันโมเดลลำดับที่ 2 ($n = 205$)

ตัวแปร	<i>b</i>	SE	<i>t</i>	SC
แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม				
1. ด้านภาษา (Language Deficiency)	1.000	-	-	0.773
2. ด้านการเรียน (Academic Work)	0.833	0.222	3.752	0.733*
3. ด้านวัฒนธรรม (Cultural Difference)	1.023	0.116	8.818	0.877***
4. ด้านความสัมพันธ์ (Social Interaction)	0.897	0.220	4.077	0.771*
การสนับสนุนสังคม				
1. ด้านสังคมและอารมณ์ (Socio-emotional Support)	1.000	-	-	0.881
2. ด้านปฏิบัติ (Instrumental Support)	0.735	0.154	4.772	0.893**
กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมประเภทการยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐาน				
1. การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐาน (Adherence to the Host Culture)	1.000	0.000	-	1.000
กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมประเภทการยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิม				
1. การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิม (Adherence to the Home Culture)	1.000	0.000	-	1.000

ตัวแปร	<i>b</i>	SE	<i>t</i>	SC
สุขภาวะ (Wellness)				
1. ตัวตนที่สร้างสรรค์ (Creative self)	1.000	-	-	0.782
2. ตัวตนที่เผชิญปัญหา (Coping self)	0.415	0.371	1.118	0.415
3. ตัวตนที่สัมพันธ์กับสังคม (Social self)	0.511	0.081	6.308	0.678**
4. ตัวตนที่เป็นแก่นแท้สำคัญ (Essential self)	0.876	0.117	7.487	0.697**
5. ตัวตนที่เกี่ยวกับสุขภาพร่างกาย (Physical self)	0.428	0.087	4.919	0.601**

หมายเหตุ: *** $p < .001$, SE คือ ความคลาดเคลื่อนมาตรฐาน, SC คือ ค่าสัมประสิทธิ์ในรูปแบบของคะแนนมาตรฐาน

ผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางตรง (direct effect) และอิทธิพลทางอ้อม (indirect effect) ระหว่างตัวแปรแฝงในโมเดลเชิงโครงสร้างสำหรับการทดสอบการแข่งขันโมเดลลำดับที่ 2 (ดูตารางที่ 18) มีดังต่อไปนี้

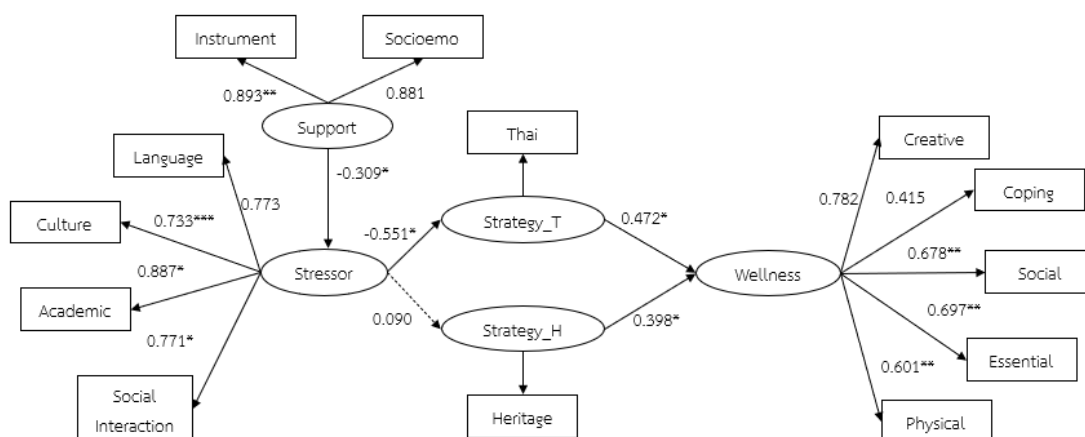
ผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางตรงของการสนับสนุนทางสังคมที่มีต่อแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม พบว่า การสนับสนุนทางสังคมมีอิทธิพลทางลบต่อแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม โดยมีค่าอิทธิพลเท่ากับ -0.309 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $.05$

ผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางตรงของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่มีต่อกลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมนิฐาน พบว่า แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมมีอิทธิพลทางลบต่อกลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมนิฐาน โดยมีค่าอิทธิพลเท่ากับ -0.551 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $.01$

ผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางตรงของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่มีต่อกลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมนิฐาน พบว่า แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมมีอิทธิพลทางบวกต่อกลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมนิฐานดั้งเดิม โดยมีค่าอิทธิพลเท่ากับ 0.090 อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $.05$

แหล่งความเครียดจาก การผสมผสานทาง วัฒนธรรม (Stressor)	<i>b</i>	-	-	-	-1.278	-	-1.278	0.223	-	0.223	-	-	-	-
	SE	-	-	-	0.428	-	-	0.246	-	-	-	-	-	-
	<i>t</i>	-	-	-	2.985	-	-	0.906	-	-	-	-	-	-
	SC	-	-	-	-0.551*	-	-0.551	0.090	-	0.090	-	-	-	-
กลยุทธ์การยึดมั่นต่อ วัฒนธรรมสังคมนี ฐาน (Strategy_Thai)	<i>b</i>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1.644	-	-	1.644
	SE	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.501	-	-	-
	<i>t</i>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	3.281	-	-	-
	SC	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.472*	-	-	0.472*
กลยุทธ์การยึดมั่นต่อ วัฒนธรรมสังคมนีดั้งเดิม (Strategy_Heritage)	<i>b</i>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1.301	-	-	1.301
	SE	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.447	-	-	-
	<i>t</i>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2.910	-	-	-
	SC	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.398*	-	-	0.398*
การสนับสนุนทาง สังคม (Social Support)	<i>b</i>	-0.019	-	-0.019	-	-	-	-	-	-	-	0.040	-0.006	0.034
	SE	0.006	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.019	0.006	-
	<i>t</i>	3.166	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2.105	1.000	-
	SC	-0.309*	-	-0.309	-	-	-	-	-	-	-	0.080	-0.011	0.069
R^2	0.095		0.304		0.008		0.362							
Chi-Square	11.314 <i>df</i> = 4 (<i>p</i> = .023)													
SRMR	0.035													
RMSEA	0.094													
CFI	0.994													

หมายเหตุ: **p* < .05, ***p* < .01, ****p* < .001, *b* คือ ค่าสัมประสิทธิ์, SE คือ ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐาน, SC คือ ค่าสัมประสิทธิ์คะแนนมาตรฐาน



Chi-square = 11.314, df = 4, $p = .023$, SRMR = 0.035, RMSEA = 0.094, CFI = 0.994

ภาพที่ 17 แสดงโมเดลเชิงโครงสร้างสำหรับการทดสอบการแข่งขันโมเดลลำดับที่ 2

หมายเหตุ: * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

สำหรับโมเดลเชิงโครงสร้างสำหรับการทดสอบการแข่งขันโมเดลลำดับที่ 3 นี้ หลังจากที่ได้ปรับโมเดล โดยยอมให้ความคลาดเคลื่อนสัมพันธ์กันได้ ผู้วิจัยพบว่า โมเดลมีความตรงซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ **สมมติฐานข้อที่ 2.3 จึงได้รับการสนับสนุน** พิจารณาจากค่าไค-สแควร์ที่มีค่าเท่ากับ 66.675 ที่องศาอิสระ 50 และค่า p เท่ากับ .057 ค่า SRMR ที่เท่ากับ 0.071 ค่า RMSEA ที่เท่ากับ 0.040 และค่า CFI ที่เท่ากับ 0.986

เมื่อพิจารณาน้ำหนักของตัวแปรสังเกตได้ของตัวแปรแฝงแต่ละตัวในโมเดลเชิงโครงสร้างสำหรับการทดสอบการแข่งขันโมเดลลำดับที่ 3 นี้ ผู้วิจัยพบว่า สำหรับตัวแปรแฝงแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม (Stressor) ตัวแปรสังเกตได้แหล่งความเครียดจากการผสมผสานวัฒนธรรมด้านวัฒนธรรม (Culture) คือ ตัวแปรสังเกตได้ที่มีน้ำหนักมากที่สุด (0.867) ในขณะที่ตัวแปรสังเกตได้แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมด้านปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (Social Interaction) คือ ตัวแปรสังเกตได้ที่มีน้ำหนักน้อยที่สุด (0.694) สำหรับตัวแปรแฝงการสนับสนุนทางสังคม (Support) ตัวแปรสังเกตได้การสนับสนุนทางสังคมด้านการให้ความช่วยเหลือและข้อมูล (Instrument) มีน้ำหนักมากกว่าตัวแปรสังเกตได้การสนับสนุนทางสังคมด้านสังคมอารมณ์ (Socioemo) เล็กน้อย (0.457 และ 0.316 ตามลำดับ) สำหรับตัวแปรแฝงสุขภาวะ (Wellness) ตัวแปรสังเกตได้สุขภาวะด้านสร้างสรรค์ (Creative) คือ ตัวแปรสังเกตได้ที่มีน้ำหนักมากที่สุด (0.878) ในขณะที่ตัวแปรสังเกตได้สุขภาวะด้านร่างกาย (Physical) คือ ตัวแปรสังเกตได้ที่มีน้ำหนักน้อยที่สุด (0.563) นอกจากนี้ ผู้วิจัยยังพบว่าค่าน้ำหนักองค์ประกอบของตัวแปรสังเกตได้ทุกตัวมีค่าต่างจากศูนย์

อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 อีกด้วย (ผู้อ่านสามารถดูค่าน้ำหนักองค์ประกอบของตัวแปรสังเกตได้ทุกตัวได้ในตารางที่ 19)

ตารางที่ 19 ค่าน้ำหนักองค์ประกอบของตัวแปรสังเกตทุกตัวในโมเดลเชิงโครงสร้างสำหรับการทดสอบการแข่งขันโมเดลลำดับที่ 3 (n = 205)

ตัวแปร	b	SE	t	SC
แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม				
1. ด้านภาษา (Language Deficiency)	1.000	-	-	0.815
2. ด้านการเรียน (Academic Work)	0.949	0.082	11.573	0.867***
3. ด้านวัฒนธรรม (Cultural Difference)	0.789	0.083	9.506	0.734***
4. ด้านความสัมพันธ์ (Social Interaction)	0.776	0.083	9.349	0.694***
การสนับสนุนสังคม				
1. ด้านสังคมและอารมณ์ (Socio-emotional Support)	1.000	-	-	0.316
2. ด้านปฏิบัติ (Instrumental Support)	1.055	0.159	6.635	0.457***
กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมประเภทการยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐาน				
1. การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐาน (Adherence to the Host Culture)	1.000	0.000	-	1.000
กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมประเภทการยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิม				
1. การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิม (Adherence to the Home Culture)	1.000	0.000	-	1.000
สุขภาวะ (Wellness)				
1. ตัวตนที่สร้างสรรค์ (Creative self)	1.000	-	-	0.878
2. ตัวตนที่เผชิญปัญหา (Coping self)	0.763	0.052	14.673	0.847***
3. ตัวตนที่สัมพันธ์กับสังคม (Social self)	0.456	0.038	12.000	0.682***
4. ตัวตนที่เป็นแก่นแท้สำคัญ (Essential self)	0.760	0.067	11.343	0.684***
5. ตัวตนที่เกี่ยวกับสุขภาพร่างกาย (Physical)	0.363	0.038	9.552	0.563***

ตัวแปร	b	SE	t	SC
self)				

หมายเหตุ: *** $p < .001$, SE คือ ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐาน, SC คือ ค่าสัมประสิทธิ์คะแนนมาตรฐาน

ผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางตรง (direct effect) และอิทธิพลทางอ้อม (indirect effect) ระหว่างตัวแปรแฝงในโมเดลเชิงโครงสร้างสำหรับการทดสอบการแข่งขันโมเดลลำดับที่ 3 (ดูตารางที่ 20) มีดังต่อไปนี้

ผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางตรงของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่มีต่อกลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมพื้นฐาน พบว่า แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมมีอิทธิพลทางบวกต่อกลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมพื้นฐาน โดยมีค่าอิทธิพลเท่ากับ 0.240 อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางตรงของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่มีต่อกลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิม พบว่า แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมมีอิทธิพลทางบวกต่อกลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิม โดยมีค่าอิทธิพลเท่ากับ 0.267 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางตรงของการสนับสนุนทางสังคมที่มีต่อกลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมพื้นฐาน พบว่า การสนับสนุนทางสังคมมีอิทธิพลทางบวกต่อกลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมพื้นฐาน โดยมีค่าอิทธิพลเท่ากับ 0.795 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางตรงของการสนับสนุนทางสังคมที่มีต่อกลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิม พบว่า การสนับสนุนทางสังคมมีอิทธิพลทางบวกต่อกลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิม โดยมีค่าอิทธิพลเท่ากับ 0.697 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางตรงของกลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมพื้นฐานต่อสุขภาวะ พบว่า กลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมพื้นฐานมีอิทธิพลทางบวกต่อสุขภาวะ โดยมีค่าอิทธิพลเท่ากับ 0.327 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

ผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางตรงของกลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิมต่อสุขภาวะ พบว่า กลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิมมีอิทธิพลทางบวกต่อสุขภาวะ โดยมีค่าอิทธิพลเท่ากับ 0.180 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางอ้อมของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่มีต่อสุขภาวะผ่านกลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐานพบว่า แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมมีอิทธิพลทางบวกต่อสุขภาวะ โดยมีค่าอิทธิพลเท่ากับ 0.079 อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางอ้อมของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่มีต่อสุขภาวะผ่านกลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิมพบว่า แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมมีอิทธิพลทางบวกต่อสุขภาวะ โดยมีค่าอิทธิพลเท่ากับ 0.048 อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางอ้อมของการสนับสนุนทางสังคมที่มีต่อสุขภาวะผ่านกลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐานพบว่า การสนับสนุนทางสังคมมีอิทธิพลทางบวกต่อสุขภาวะ โดยมีค่าอิทธิพลเท่ากับ 0.260 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

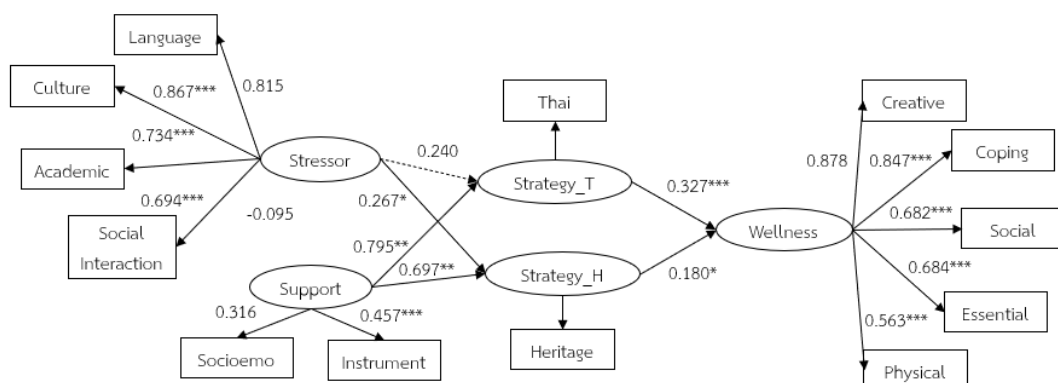
ผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางอ้อมของการสนับสนุนทางสังคมที่มีต่อสุขภาวะผ่านกลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิมพบว่า การสนับสนุนทางสังคมมีอิทธิพลทางบวกต่อสุขภาวะ โดยมีค่าอิทธิพลเท่ากับ 0.125 อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จะเห็นได้ว่า แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมมีอิทธิพลทางอ้อมในทิศทางบวกต่อสุขภาวะอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติโดยมีกลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐานเป็นตัวแปรส่งผ่าน แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมมีอิทธิพลทางอ้อมในทิศทางบวกต่อสุขภาวะอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติโดยมีกลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิมเป็นตัวแปรส่งผ่าน การสนับสนุนทางสังคมมีอิทธิพลทางอ้อมในทิศทางบวกต่อสุขภาวะอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติโดยมีกลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐานเป็นตัวแปรส่งผ่าน และการสนับสนุนทางสังคมมีอิทธิพลทางอ้อมในทิศทางบวกต่อสุขภาวะอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติโดยมีกลยุทธ์การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิมเป็นตัวแปรส่งผ่าน (ดังภาพที่ 18)

ตารางที่ 20 ผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางตรงและอิทธิพลทางอ้อมของโมเดลเชิงโครงสร้างสำหรับการทดสอบการแข่งขันโมเดลลำดับที่ 3 (n = 205)

ตัวแปรสาเหตุ	ค่าสถิติ	ตัวแปรผล									
		กลยุทธ์การยึดมั่นต่อ วัฒนธรรมสังคมถิ่น ฐาน (Strategy_Thai)			กลยุทธ์การยึดมั่นต่อ วัฒนธรรมสังคมดั้งเดิม (Strategy_Heritage)			สุขภาวะ (Wellness)			
		DE	IE	TE	DE	IE	TE	DE	IE _T	IE _H	TE
แหล่งความเครียดจาก การผสมผสานทาง วัฒนธรรม (Stressor)	<i>b</i>	0.533	-	0.533	0.630	-	0.630	-	0.673	0.411	1.084
	SE	0.282	-	-	0.302	-	-	-	0.366	0.282	-
	<i>t</i>	1.890	-	-	2.086	-	-	-	1.838	1.457	-
	SC	0.240	-	0.240	0.267*	-	0.267	-	0.079	0.048	0.127
กลยุทธ์การยึดมั่นต่อ วัฒนธรรมสังคมถิ่นฐาน (Strategy_Thai)	<i>b</i>	-	-	-	-	-	-	1.261	-	-	1.261
	SE	-	-	-	-	-	-	0.329	-	-	-
	<i>t</i>	-	-	-	-	-	-	3.832	-	-	-
	SC	-	-	-	-	-	-	0.327***	-	-	0.327***
กลยุทธ์การยึดมั่นต่อ วัฒนธรรมสังคมดั้งเดิม (Strategy_Heritage)	<i>b</i>	-	-	-	-	-	-	0.652	-	-	0.652
	SE	-	-	-	-	-	-	0.288	-	-	-
	<i>t</i>	-	-	-	-	-	-	2.263	-	-	-
	SC	-	-	-	-	-	-	0.180*	-	-	0.180
การสนับสนุนทางสังคม (Social Support)	<i>b</i>	0.320	-	0.320	0.299	-	0.299	-	0.404	0.195	0.599
	SE	0.102	-	-	0.097	-	-	-	0.155	0.106	-
	<i>t</i>	3.137	-	-	3.082	-	-	-	2.606	1.839	-
	SC	0.795**	-	0.795	0.697**	-	0.697	-	0.260*	0.125	0.385*
<i>R</i> ²		0.547			0.418			0.195			
Chi-Square		66.675 <i>df</i> = 50 (<i>p</i> = .057)									
SRMR		0.071									
RMSEA		0.040									
CFI		0.986									

หมายเหตุ: **p* < .05, ***p* < .01, ****p* < .001, *b* คือ ค่าสัมประสิทธิ์, SE คือ ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐาน, SC คือ ค่าสัมประสิทธิ์คะแนนมาตรฐาน



Chi-square = 66.675, df = 50, $p = .057$, SRMR = 0.071, RMSEA = 0.040, CFI = 0.986

ภาพที่ 18 แสดงโมเดลเชิงโครงสร้างสำหรับการทดสอบการแข่งขันโมเดลลำดับที่ 3

หมายเหตุ: * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

หลังจากที่ผู้วิจัยได้ทำการสร้างโมเดลเชิงโครงสร้างสำหรับการทดสอบการแข่งขันไว้เป็นจำนวนทั้งหมด 3 โมเดลแล้ว ในลำดับถัดไป ผู้วิจัยจะทำการทดสอบการแข่งขันของโมเดลเชิงโครงสร้างทั้งสามโดยใช้ค่า Akaike information criteria (AIC) และค่า Bayesian information criteria (BIC) ซึ่งถือเป็นเกณฑ์ที่นักวิจัยส่วนใหญ่ใช้ในการเปรียบเทียบระหว่างโมเดลเชิงโครงสร้างประเภทไม่ซ้อนสัมพันธ์กัน (nonnested structural equation models) (Merkle, You, & Preacher, 2016) นอกจากนี้ ผู้วิจัยจะพิจารณาเกณฑ์ดังกล่าวร่วมกับค่าสถิติไค-สแควร์สัมพันธ์ ค่า standardized root-mean-square residual (SRMR) ค่า root-mean-square error of approximation (RMSEA) และค่า comparative fit index (CFI) ของแต่ละโมเดลอีกด้วย

ตารางที่ 21 ผลการเปรียบเทียบระหว่างโมเดลเชิงโครงสร้างทั้งสามด้วยเกณฑ์ต่างๆ

โมเดล	χ^2	df	χ^2/df	AIC	BIC	SRMR	RMSEA	CFI
1	23.552	11	2.141	10855.604	11121.445	0.036	0.075	0.989
2	11.314	4	2.828	10857.366	11146.468	0.035	0.094	0.994
3	66.675	50	1.333	10820.727	10956.971	0.071	0.040	0.986

จากตารางที่ 21 จะสังเกตได้ว่า หากพิจารณาจากค่าสถิติไค-สแควร์สัมพันธ์ ค่า Akaike information criteria (AIC) ค่า Bayesian information criteria (BIC) และค่า root-mean-square error of approximation (RMSEA) โมเดลเชิงโครงสร้างสำหรับการทดสอบการแข่งขัน

โมเดลลำดับที่ 3 เป็นโมเดลที่เหมาะสมที่สุด อย่างไรก็ตาม หากพิจารณาจากค่า standardized root-mean-square residual (SRMR) และค่า comparative fit index (CFI) โมเดลเชิงโครงสร้างสำหรับการทดสอบการแข่งขันโมเดลลำดับที่ 2 เป็นโมเดลที่เหมาะสมที่สุด

จากการพิจารณาด้วยเกณฑ์ต่างๆ ในตารางที่ 21 โดยถือคำแนะนำจาก Hu และ Bentler (1999) และ Martens (2005) อันได้แก่ ค่าสถิติไค-สแควร์ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ค่า standardized root-mean-square residual (SRMR) อยู่ที่ .08 หรือน้อยกว่า ค่า root-mean-square error of approximation (RMSEA) อยู่ที่ .06 หรือน้อยกว่า และค่า comparative fit index (CFI) อยู่ที่ .95 หรือมากกว่า ผู้วิจัยพบว่า โมเดลเชิงโครงสร้างสำหรับการทดสอบการแข่งขันโมเดลลำดับที่ 1 และลำดับที่ 2 ล้วนมีจุดที่ไม่ผ่านเกณฑ์ที่ Hu และ Bentler (1999) และ Martens (2005) แนะนำทั้งสิ้น กล่าวคือ โมเดลเชิงโครงสร้างสำหรับการทดสอบการแข่งขันโมเดลลำดับที่ 1 และลำดับที่ 2 มีค่าสถิติไค-สแควร์มีนัยสำคัญทางสถิติ และมีค่า root-mean-square error of approximation (RMSEA) ที่มากกว่า .06

จริงอยู่ ค่าสถิติอย่างเช่นค่าไค-สแควร์เป็นค่าสถิติที่ได้รับอิทธิพลจากจำนวนของกลุ่มตัวอย่างได้ง่าย (Schermelleh-Engel, Moosbrugger, & Müller, 2003) อย่างไรก็ตาม เมื่อพิจารณาคุณค่าสถิติไค-สแควร์ของโมเดลเชิงโครงสร้างสำหรับการทดสอบการแข่งขันโมเดลลำดับที่ 3 แล้ว ผู้วิจัยพบว่า ค่าสถิติไค-สแควร์อยู่ในระดับที่ไม่ถึงนัยสำคัญทางสถิติ แม้โมเดลเชิงโครงสร้างสำหรับการทดสอบการแข่งขันโมเดลลำดับที่ 3 จะถูกวิเคราะห์ด้วยจำนวนกลุ่มตัวอย่างขนาดเดียวกันก็ตาม ด้วยเหตุนี้เอง ผู้วิจัยจึงตัดสินใจคัดโมเดลลำดับที่ 1 และลำดับที่ 2 ออก ส่งผลให้เหลือเพียงแค่โมเดลที่ 3 เพียงโมเดลเดียวที่ผ่านเกณฑ์ที่ Hu และ Bentler (1999) และ Martens (2005) แนะนำทั้งหมด อีกทั้งโมเดลที่ 3 ยังเป็นโมเดลที่มีค่า Akaike information criteria (AIC) และค่า Bayesian information criteria (BIC) สูงที่สุดอีกด้วย

จึงอาจกล่าวได้ว่า ในบรรดาโมเดลเชิงโครงสร้างสำหรับการทดสอบการแข่งขันทั้งหมดนี้ โมเดลที่ 3 คือ โมเดลที่มีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์มากที่สุด ฉะนั้น **สมมติฐานข้อที่ 2.4 จึงสนับสนุนสมมติฐาน**

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

นิสิตนักศึกษาถือเป็นประชากรกลุ่มหนึ่งที่มีความเสี่ยงต่อการมีปัญหาสุขภาพจิตมากกว่าประชากรกลุ่มอื่นๆโดยทั่วไป เนื่องจากชีวิตช่วงมหาวิทยาลัยถือเป็นช่วงชีวิตที่เต็มไปด้วยแหล่งความเครียดจำนวนมาก แต่สำหรับนิสิตนักศึกษาชาวต่างชาตินั้น ความเสี่ยงต่อการมีปัญหาสุขภาพจิตของพวกเขาอยู่ในระดับที่สูงยิ่งกว่านิสิตนักศึกษาประเทศถิ่นฐาน เพราะนอกจากพวกเขาจะต้องเผชิญกับแหล่งความเครียดที่นิสิตนักศึกษาประเทศถิ่นฐานเผชิญแล้ว พวกเขาจะต้องเผชิญกับแหล่งความเครียดอีกชุดหนึ่งที่เรียกว่าแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมอีกด้วย นี่คือนิสิตนักศึกษาต่างชาติที่เรียกว่าแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม รวมทั้งกระบวนการรับมือกับแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมของนิสิตศึกษานานาชาติจึงมีความสำคัญ การศึกษาในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) พัฒนาและตรวจสอบโมเดลเชิงสาเหตุของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมและกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมต่อสุขภาพของนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีที่ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติ (2) ศึกษาบทบาทของการสนับสนุนทางสังคมในโมเดลเชิงสาเหตุของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม และกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมต่อสุขภาพของนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีที่ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติ

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้เป็นนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีที่ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติของประเทศไทย จำนวน 207 คน (หญิง 127 คน ชาย 80 คน) อายุเฉลี่ย 21.68 ± 2.11 ปี ใช้ชีวิตอยู่ในประเทศไทยเฉลี่ยประมาณ 1 ปี 5 เดือน ($M = 1.47 \pm 1.44$ ปี) ส่วนใหญ่มีภูมิลำเนามาจากประเทศจีน (ร้อยละ 23.2) รองลงมาคือประเทศอินโดนีเซีย (ร้อยละ 18.9) ส่วนใหญ่ศึกษาอยู่ในคณะวิทยาศาสตร์ (ร้อยละ 15.5) รองลงมาคือคณะบริหารธุรกิจและการบัญชี (ร้อยละ 13) ส่วนใหญ่ได้รับการสนับสนุนทางการเงินจากครอบครัว (ร้อยละ 68.1) รองลงมาได้รับทุนการศึกษา (ร้อยละ 34.2) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป (เช่น เพศ ชั้นปี สัญชาติ เป็นต้น) มาตรวัดแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมของนิสิตศึกษานานาชาติ มาตรวัดกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมของนิสิตศึกษานานาชาติ มาตรวัดการสนับสนุนทางสังคมของนิสิตศึกษานานาชาติ และมาตรวัดสุข การเก็บข้อมูลได้ถูกนำดำเนินการทั้งหมด 2 รูปแบบ ได้แก่ รูปแบบกระดาษและรูปแบบออนไลน์ ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา และทดสอบสมมติฐาน ด้วยวิธีการสร้างสมการโครงสร้าง (Structural Equation Modeling) และการทดสอบโมเดลแข่งขัน

ผลการวิจัยสามารถสรุปได้ดังนี้

1. โมเดลเชิงสาเหตุของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมและสุขภาวะของนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีที่ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติ ที่มีกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมเป็นตัวแปรส่งผ่าน มีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ผลการวิจัยนี้สนับสนุนสมมติฐานที่ 1.1

2. โมเดลเชิงสาเหตุของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมและสุขภาวะของนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีที่ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติ ที่มีกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมเป็นตัวแปรส่งผ่าน โดยที่การสนับสนุนทางสังคมส่งผลต่อสุขภาวะ มีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ผลการวิจัยนี้สนับสนุนสมมติฐานที่ 2.1 (โมเดลแข่งขันลำดับที่ 1)

3. โมเดลเชิงสาเหตุของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมและสุขภาวะของนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีที่ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติ ที่มีกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมเป็นตัวแปรส่งผ่าน โดยที่การสนับสนุนทางสังคมส่งผลต่อแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม มีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ผลการวิจัยนี้สนับสนุนสมมติฐานที่ 2.2 (โมเดลแข่งขันลำดับที่ 2)

4. โมเดลเชิงสาเหตุของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมและสุขภาวะของนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีที่ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติ ที่มีกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมเป็นตัวแปรส่งผ่าน โดยที่การสนับสนุนทางสังคมส่งผลต่อสุขภาวะผ่านกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม มีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ผลการวิจัยนี้สนับสนุนสมมติฐานที่ 2.3 (โมเดลแข่งขันลำดับที่ 3)

เนื่องจากสมมติฐานข้อ 2.1 ถึง 2.3 ได้รับการสนับสนุนโดยข้อมูลเชิงประจักษ์ ผู้วิจัยจึงได้วิเคราะห์โมเดลแข่งขันเพื่อทดสอบว่า ในบรรดาโมเดลแข่งขันทั้ง 3 โมเดลนี้ โมเดลแข่งขันใดที่มีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์มากที่สุด ผลการศึกษาพบว่าโมเดลที่ดีที่สุด คือ โมเดลแข่งขันลำดับที่ 3 อันเป็นโมเดลเชิงสาเหตุของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมและสุขภาวะของนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีที่ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติ ที่มีกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมเป็นตัวแปรส่งผ่าน โดยที่การสนับสนุนทางสังคมส่งผลต่อสุขภาวะผ่านกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม

การอภิปรายผล

ผลการศึกษานี้มีข้อค้นพบหลักที่สามารถนำมาอภิปรายได้ดังต่อไปนี้

ข้อค้นพบหลักข้อที่ 1: การสนับสนุนทางสังคมส่งผลต่อสุขภาวะของนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีที่ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติ ผ่านกลยุทธิการผสมผสานทางวัฒนธรรม ทั้งสองแบบ

ผลการพัฒนาและตรวจสอบโมเดลเชิงสาเหตุของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมและสุขภาวะของนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีชาวต่างชาติ พบว่าโมเดลการแข่งขันลำดับที่ 3 คือ โมเดลเชิงสาเหตุของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมและสุขภาวะของนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีที่ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติ ที่มีกลยุทธิการผสมผสานทางวัฒนธรรมเป็นตัวแปรส่งผ่าน โดยที่การสนับสนุนทางสังคมส่งผลต่อสุขภาวะผ่านกลยุทธิการผสมผสานทางวัฒนธรรม เป็นโมเดลที่ดีที่สุด

แม้ว่าโมเดลการแข่งขัน 3 โมเดลที่พัฒนาขึ้นจากการศึกษาครั้งนี้มีลักษณะร่วมกันกล่าวคือ โมเดลทั้ง 3 โมเดลประกอบด้วยแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม กลยุทธิการผสมผสานทางวัฒนธรรมทั้ง 2 ประเภท และสุขภาวะเหมือนกัน อย่างไรก็ตามในโมเดลการแข่งขันลำดับที่ 3 การสนับสนุนทางสังคมส่งผลต่อสุขภาวะผ่านกลยุทธิการผสมผสานทางวัฒนธรรม ซึ่งบทบาทของการสนับสนุนทางสังคมในโมเดลนี้อยู่บนฐานแนวคิดที่ว่า การสนับสนุนทางสังคมสามารถช่วยให้บุคคลเข้าถึงบุคคลและข้อมูลที่จะแก้ปัญหาได้มากขึ้น ช่วยเสริมความสามารถในการระบุและแก้ไขปัญหา ช่วยให้บุคคลรู้สึกว่าคุณสามารถควบคุมจัดการสถานการณ์ที่เผชิญอยู่ผ่านการลดความไม่แน่นอนในสถานการณ์ดังกล่าวหรือการสร้างผลลัพธ์ที่ต้องการให้เกิดขึ้น และ/หรือช่วยให้บุคคลตีความเหตุการณ์หรือปัญหาที่เกิดขึ้นให้เปลี่ยนไปในทิศทางบวกมากขึ้น (Berkman และคณะ, 2000; Heaney & Israel, 2008; Israel, 1982; Thoits, 1995) ทั้งหมดนี้นำมาสู่การเปลี่ยนแปลงของสุขภาพจิตในทิศทางที่ดีขึ้นในที่สุด ส่วนโมเดลการแข่งขันลำดับที่ 1 การสนับสนุนทางสังคมจะส่งผลโดยตรงต่อสุขภาวะ ซึ่งบทบาทของการสนับสนุนทางสังคมในโมเดลนี้อยู่บนฐานแนวคิดที่ว่า การสนับสนุนทางสังคมช่วยเติมเต็มความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ในแง่ของมิตรภาพ (Companionship) ความใกล้ชิด (Intimacy) ความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม (Sense of Belonging) และการให้ความมั่นใจว่าตนมีคุณค่าได้เสมอ ไม่ว่าบุคคลจะเผชิญกับความเครียดมากน้อยเพียงใดก็ตาม (Berkman & Glass, 2000) และโมเดลการแข่งขันลำดับที่ 2 การสนับสนุนทางสังคมส่งผลต่อแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม ซึ่งบทบาทของการสนับสนุนทางสังคมในโมเดลนี้อยู่บนฐานแนวคิดที่ว่า การสนับสนุนทางสังคมสามารถช่วยลดความถี่และระยะเวลาของการเผชิญกับแหล่งความเครียด ซึ่งส่งผลทางบวกต่อสุขภาวะอีกทีหนึ่ง ยกตัวอย่างเช่น หัวหน้าที่เห็นอกเห็นใจจะไม่ทำให้ลูกน้องทำงานหนักเกินความจำเป็น หรือการมีเพื่อนที่รู้ว่าบริษัทไหนเปิดรับสมัครงานบ้างจะช่วยให้คนตกงานมีโอกาสได้งานทำเร็วขึ้น เป็นต้น (Heaney & Israel, 2008)

ความเป็นไปได้ที่ทำให้โมเดลการแข่งขันลำดับที่ 1 ด้อยกว่าโมเดลการแข่งขันลำดับที่ 3 อาจเนื่องมาจากกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาปัจจุบันให้น้ำหนักกับการสนับสนุนเชิงสังคมและอารมณ์ (Socioemotional support) (เช่น การให้ความรัก การแสดงออกถึงความรู้สึกเห็นอกเห็นใจ การใช้เวลาอยู่เป็นเพื่อน) น้อยกว่าการสนับสนุนเชิงช่วยเหลือ (Instrumental support) (เช่น การให้คำแนะนำ การให้ข้อมูล การช่วยแบ่งเบาความรับผิดชอบในครอบครัวหรือการทำงาน การให้ความช่วยเหลือทางการเงิน) ฉะนั้น ฐานแนวคิดที่รองรับโมเดลการแข่งขันลำดับที่ 1 ซึ่งระบุว่า การสนับสนุนทางสังคมช่วยเติมเต็มความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ในแง่ของมิตรภาพ (Companionship) ความใกล้ชิด (Intimacy) ความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม (Sense of Belonging) และการให้ความมั่นใจว่าตนมีคุณค่าได้เสมอ (ซึ่งถือเป็นการสนับสนุนเชิงสังคมและอารมณ์ทั้งสิ้น) ไม่ว่าจะบุคคลจะเผชิญกับความเครียดมากน้อยเพียงใดก็ตาม (Berkman & Glass, 2000) จึงเป็นฐานแนวคิดที่สอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ในการศึกษานี้ค่อนข้างต่ำ

ส่วนความเป็นไปได้ที่ทำให้โมเดลการแข่งขันลำดับที่ 2 ด้อยกว่าโมเดลการแข่งขันลำดับที่ 3 อาจเป็นเพราะว่าแหล่งความเครียดที่มีน้ำหนักมากที่สุดในตัวแปรแฝงแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม คือ แหล่งความเครียดด้านความแตกต่างทางวัฒนธรรม (Cultural Difference) ซึ่งถือเป็นสถานการณ์ความเครียดที่บุคคลสามารถควบคุมได้จำกัด ในขณะที่การสนับสนุนที่มีน้ำหนักมากที่สุดในตัวแปรแฝงการสนับสนุนทางสังคม คือ การสนับสนุนเชิงช่วยเหลือ (Instrumental support) ซึ่งเป็นการสนับสนุนประเภทที่เหมาะสมกับสถานการณ์ที่บุคคลสามารถควบคุมได้ (Cohen, 1992; Cutrona & Russell, 1990) ฉะนั้น ฐานแนวคิดที่รองรับโมเดลการแข่งขันลำดับที่ 2 ซึ่งระบุว่า การสนับสนุนทางสังคมสามารถช่วยลดความถี่และระยะเวลาของการเผชิญกับแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม (Heaney & Israel, 2008) จึงเป็นฐานแนวคิดที่สอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ในการศึกษานี้ค่อนข้างต่ำ

ข้อค้นพบหลักข้อที่ 2: เมื่อนักศึกษาชาวต่างชาติเผชิญกับแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมเพิ่มขึ้น กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมที่มีแนวโน้มจะถูกนำมาใช้ คือ กลยุทธ์การแยกตัว

ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝงแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมและกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมทั้ง 2 มิติในโมเดลการแข่งขันลำดับที่ 3 (ซึ่งเป็นโมเดลที่ดีที่สุด) ระบุว่า เมื่อนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีที่ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติเผชิญกับแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่เพิ่มขึ้น พวกเขาจะมีแนวโน้มที่จะรับมือด้วยการใช้กลยุทธ์การผสมผสานทาง

วัฒนธรรมประเภทการแยกตัว (Separation; การที่บุคคลยึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิมของตนเอง โดยที่ไม่ได้สนใจกับการเข้าหาวัฒนธรรมสังคมนิฐาน)

ความเป็นไปได้ประการแรก ที่อาจส่งผลต่อการใช้กลยุทธ์การแยกตัวของกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาชาวต่างชาติครั้งนี้ อาจเนื่องจาก กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ (ร้อยละ 61.4) เป็นนิสิตนักศึกษาหญิง โดยที่การศึกษาวิจัยที่ผ่านมารายงานว่าเมื่อเทียบกับผู้ชายแล้ว ผู้หญิงมีแนวโน้มสูงกว่าที่จะใช้แนวทางการรับมือประเภทมุ่งเน้นการหลีกเลี่ยง (avoidance-oriented) และแนวทางการรับมือประเภทมุ่งเน้นการจัดการอารมณ์ (emotion-oriented) (Haarr & Morash, 1999; Rawson, Palmer & Henderson, 1999) อันเป็นแนวทางที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับกลยุทธ์การแยกตัวนั่นเอง (Schmitz, 1992)

ความเป็นไปได้ประการต่อมาที่อาจทำให้นิสิตนักศึกษามีแนวโน้มการใช้กลยุทธ์การแยกตัวอาจเนื่องมาจากแหล่งความเครียดที่มีน้ำหนักมากที่สุดในตัวแปรแฝงแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม คือ แหล่งความเครียดด้านความแตกต่างทางวัฒนธรรม (Cultural Difference) ซึ่งถือเป็นสถานการณ์ความเครียดที่บุคคลสามารถควบคุมได้จำกัด และการศึกษาในอดีตพบว่า เวลาบุคคลเผชิญกับแหล่งความเครียดที่ควบคุมไม่ได้หรือควบคุมได้น้อย บุคคลมีแนวโน้มที่จะใช้แนวทางรับมือกับแหล่งความเครียดประเภทมุ่งเน้นการหลีกเลี่ยง (avoidance-oriented) (Anshel & Kaissidis, 1997; Compas, Malcarne & Fondacaro., 1988; Lazarus, 1981; Lazarus & Folkman, 1984; Roecker, Dubow & Donaldson, 1996) อันเป็นแนวทางที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับกลยุทธ์การแยกตัวนั่นเอง (Schmitz, 1992)

ความเป็นไปได้ประการข้อสุดท้ายที่อาจทำให้นิสิตนักศึกษามีแนวโน้มในการใช้กลยุทธ์การแยกตัว อาจเป็นเพราะว่ากลุ่มตัวอย่างได้ใช้ชีวิตอยู่ในประเทศไทยเป็นเวลาสี่กระยะแล้ว (เฉลี่ยอยู่ที่ 17.729 เดือน) และการศึกษาในอดีตพบว่า เมื่อนิสิตนักศึกษาเผชิญหน้ากับสถานการณ์ที่เคร่งเครียด พวกเขาจะมีแนวโน้มที่จะเริ่มต้นรับมือกับสถานการณ์เหล่านี้ด้วยแนวทางการรับมือประเภทมุ่งเน้นการจัดการปัญหา (task-oriented) ก่อน จนกระทั่งแนวทางนี้ไม่สามารถช่วยจัดการความเครียดได้เพิ่มเติมอีกแล้ว พวกเขาจึงค่อยเปลี่ยนมาจัดการกับความเครียดที่เหลือด้วยแนวทางการรับมือประเภทมุ่งเน้นการจัดการอารมณ์ (emotion-oriented) (Kariv & Heiman, 2005) อันเป็นแนวทางที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับกลยุทธ์การแยกตัวนั่นเอง (Schmitz, 1992)

ข้อค้นพบหลักข้อที่ 3: แหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมไม่ส่งผลทางตรงต่อสุขภาวะของนิสิตนักศึกษาชาวต่างชาติ และไม่ส่งผลทางอ้อมต่อสุขภาวะผ่านกลยุทธิ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม

ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝงแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม กลยุทธิ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมทั้ง 2 มิติ และสุขภาวะในโมเดลการแข่งขันลำดับที่ 3 (ซึ่งเป็นโมเดลที่ดีที่สุด) ระบุว่า อิทธิพลทางอ้อมของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่มีต่อสุขภาวะผ่านกลยุทธิ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ความเป็นไปได้ประการหนึ่งอาจเป็นเพราะกลุ่มตัวอย่างของการศึกษาครั้งนี้มีระดับแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมในระดับที่ค่อนข้างต่ำ ($M = 1.205$ สำหรับด้านการเรียน; $M = 1.508$ สำหรับด้านภาษา; $M = 1.001$ สำหรับด้านความแตกต่างทางวัฒนธรรม; $M = 1.419$ สำหรับด้านปฏิสัมพันธ์ทางสังคม) ซึ่งการศึกษาในอดีตพบว่า ช่วงเวลาที่นิสิตศึกษานานาชาติจะเผชิญกับปัญหาการปรับตัวในด้านสังคม ด้านวัฒนธรรม ด้านการเรียน และด้านภาษาอย่างหนักหน่วงที่สุด คือ ช่วง 4-6 เดือนแรก ช่วง 1 ปีแรก ช่วงก่อนขึ้นเป็นนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 2 และช่วง 2 ปีแรกของการใช้ชีวิตและเรียนอยู่ในประเทศถิ่นฐานตามลำดับ (An & Chiang, 2015; Bayley, Fearnside, Arnol, Misiano, & Rottura, 2002; Ruben & Kealey, 1979; Ward & Kennedy, 1996; Ward, Okura, Kennedy, & Kojima, 1998; Zhang & Mi, 2010) ซึ่งกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาปัจจุบันอาจใช้ชีวิตอยู่ในประเทศไทยเป็นระยะเวลาจนสามารถปรับตัวได้พอสมควรแล้ว (โดยเฉพาะด้านสังคมและภาษา) นอกเหนือจากระยะเวลาที่กลุ่มตัวอย่างได้ใช้ชีวิตอยู่ในประเทศไทยแล้ว ผู้วิจัยคาดว่ายังมีสาเหตุอื่นที่อาจทำให้กลุ่มตัวอย่างมีระดับแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่ค่อนข้างต่ำอีกอย่างน้อย 3 ประการ ประการแรก กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 82.1 มีภูมิลำเนาจากประเทศในกลุ่มอาเซียน จีน ญี่ปุ่น อินเดีย เนปาล ฮองกง และไต้หวัน อันเป็นกลุ่มประเทศที่มีลักษณะวัฒนธรรมที่ใกล้เคียงกับประเทศไทยเป็นอย่างมาก (Schwartz, 1994, 1999, 2014) ฉะนั้น ความยากลำบากอันเกิดจากความแตกต่างทางวัฒนธรรมจึงอาจจะไม่ได้อยู่ในระดับที่สูงนัก ประการที่สอง พื้นฐานคนไทยมีความเป็นมิตร ความเป็นกันเอง และรักสนุกค่อนข้างสูง (Komin, 1990) ฉะนั้น ปัญหาด้านปฏิสัมพันธ์ทางสังคมจึงอาจจะไม่เข้มข้นมากนัก ประการที่สาม กลุ่มตัวอย่างมีอายุที่ค่อนข้างสูง สังเกตได้จากอายุเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 อยู่ที่ 22.11 ปี ในขณะที่สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา กระทรวงศึกษาธิการของประเทศไทยระบุว่ากลุ่มอายุของนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 คือ 18 ปี ซึ่งการศึกษาในอดีตพบว่าการที่นิสิตศึกษานานาชาติมีอายุมากกว่านิสิตศึกษาประเทศถิ่นฐานถือเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้นิสิตศึกษานานาชาติมีผลการเรียนเทียบเท่าหรือมากกว่านิสิตศึกษาประเทศถิ่นฐาน เพราะอายุที่มากกว่ามักจะมาพร้อมกับวุฒิภาวะและทัศนคติที่

เอื้อต่อการเรียนในระดับอุดมศึกษามากกว่า (Russell, Rosenthal, & Thomson, 2010; Tempelaar, Rienties, & Gijssels, 2006) ฉะนั้น นี่จึงอาจเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้กลุ่มตัวอย่างประสบปัญหาด้านการเรียนน้อย

ข้อค้นพบหลักข้อที่ 4: เมื่อได้รับการสนับสนุนทางสังคมมากขึ้น กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมที่นักศึกษาชาวต่างชาติมีแนวโน้มจะถูกนำมาใช้ คือ กลยุทธ์การบูรณาการ

ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝงการสนับสนุนทางสังคมและกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมทั้ง 2 มิติในโมเดลการแข่งขันลำดับที่ 3 (ซึ่งเป็นโมเดลที่ดีที่สุด) ระบุว่า เมื่อนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีที่ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติได้รับการสนับสนุนทางสังคมที่เพิ่มขึ้น พวกเขามีแนวโน้มที่จะใช้กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมประเภทการบูรณาการ (Integration; การที่บุคคลยึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิมของตัวเอง พร้อมๆกับการเข้าหาวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐาน)

การศึกษาในอดีตพบว่า เมื่อบุคคลเผชิญหน้ากับสถานการณ์ที่คุกคาม บุคคลจะทำการประเมินว่าตนมีทรัพยากรเพียงพอที่จะรับมือกับสถานการณ์ที่คุกคามนี้หรือไม่ (Lazarus & Folkman, 1984) ซึ่งการประเมินดังกล่าวจะนำไปสู่การเลือกใช้นโยบายรับมือกับสถานการณ์คุกคาม (Moos, 1984) กล่าวคือ หากทรัพยากรของบุคคลไม่เพียงพอ บุคคลมีแนวโน้มที่จะใช้นโยบายการรับมือที่มุ่งเน้นการหลีกเลี่ยง (avoidance-oriented) แต่ถ้าทรัพยากรของบุคคลมีมากขึ้น แนวโน้มที่จะใช้นโยบายการรับมือที่มุ่งเน้นการจัดการปัญหา (task-oriented) ก็จะมีมากขึ้น (Holahan & Moos, 1987)

เนื่องจากการสนับสนุนทางสังคมถือเป็นทรัพยากรรูปแบบหนึ่งของบุคคล มันจึงเป็นเรื่องสมเหตุสมผลที่นิสิตนักศึกษาจะมีแนวโน้มที่จะใช้กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมประเภทการบูรณาการ อันเป็นกลยุทธ์ที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับ แนวทางการรับมือที่มุ่งเน้นการจัดการปัญหา (task-oriented) (Schmitz, 1992)

ข้อค้นพบหลักข้อที่ 5: อิทธิพลทางอ้อมของการสนับสนุนทางสังคมที่มีต่อสุขภาวะผ่านกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมเฉพาะด้านการยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝงการสนับสนุนทางสังคม กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมทั้ง 2 มิติ และสุขภาวะในโมเดลการแข่งขันลำดับที่ 3 (ซึ่งเป็นโมเดลที่ดีที่สุด) ระบุว่า อิทธิพลทางอ้อมของการสนับสนุนทางสังคมที่มีต่อสุขภาวะผ่านกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมด้านการยึดมั่นต่อ

วัฒนธรรมสังคมดั้งเดิมอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แต่อิทธิพลทางอ้อมของการสนับสนุนทางสังคมที่มีต่อสุขภาวะผ่านกลยุทธิการผสมผสานทางวัฒนธรรมด้านการยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมนั้นฐานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ การศึกษาในอดีตพบว่า การใช้กลยุทธิการผสมผสานทางวัฒนธรรมประเภทการผสมกลมกลืน (Assimilation; การที่บุคคลให้ความสนใจกับการเข้าหาวัฒนธรรมสังคมนั้นฐาน โดยเลือกที่จะปล่อยการยึดมั่นในวัฒนธรรมสังคมนั้นเดิมของตนเอง) ถือเป็นกลยุทธิที่นำไปปฏิบัติได้ง่ายสำหรับชาวต่างชาติ เนื่องจากคนในประเทศนั้นฐานมีความคาดหวังให้ชาวต่างชาติปรับตัวเข้าหาวัฒนธรรมสังคมนั้นฐานเป็นทุนเดิมอยู่แล้ว (Eshel & Rosenthal-Sokolov, 2000; Fugita & O'Brien, 1985; Ward & Rana-Deuba, 1999; Yao, 1985) นี่จึงอาจเป็นสาเหตุที่ทำให้การสนับสนุนทางสังคมมีผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติต่อสุขภาวะผ่านกลยุทธิการผสมผสานทางวัฒนธรรมด้านการยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมนั้นฐานเพียงด้านเดียว

ข้อจำกัดในการวิจัย

แม้ผลการศึกษานี้จะช่วยเติมช่องว่างข้อความรู้ในเรื่องของกระบวนการผสมผสานทางวัฒนธรรมและการปรับตัวทางจิตวิทยาของนิสิตนักศึกษานานาชาติปริญญาตรีที่กำลังศึกษาในประเทศไทย อย่างไรก็ตามการนำผลการศึกษาไปใช้อธิบายกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาวต่างชาติที่มาเรียนในประเทศไทย อาจต้องพิจารณาขอบเขตและบริบทดังต่อไปนี้ร่วมด้วย

ประการที่ 1 ผลกระทบจากสถานการณ์วิกฤตโรคระบาดโควิด-19 (ตั้งแต่เดือนมีนาคม พ.ศ. 2563) เนื่องจากการศึกษาวิจัยครั้งนี้มีการเก็บข้อมูลในช่วงปีการศึกษา 2562 -2563 หลังจากที่สถานการณ์วิกฤตโรคระบาดโควิด-19 เริ่มทวีความรุนแรงมากขึ้น ผู้วิจัยได้ปฏิบัติตามคำแนะนำสำหรับประชาชนตามมาตรการต่างๆในการป้องกันโรคของรัฐบาลตามพระราชกำหนดการบริหารราชการในสถานการณ์ฉุกเฉิน พ.ศ. 2548 ที่ถูกใช้บังคับทั่วราชอาณาจักรเป็นระยะๆตลอดช่วงเวลาในการเก็บข้อมูล ซึ่งนับเป็นช่วงเวลาที่นิสิตนักศึกษาต่างชาติที่คงเหลือในประเทศไทยมีจำนวนน้อยมาก และส่วนที่เหลือก็ไม่สะดวกที่จะให้ข้อมูล ผลกระทบดังกล่าวจึงทำให้จำนวนกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้มีจำกัด อีกทั้งผู้ที่ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีภูมิลำเนาจากประเทศที่มีวัฒนธรรมใกล้เคียงกับวัฒนธรรมไทย การขยายผลการศึกษาไปยังกลุ่มนิสิตนักศึกษานานาชาติที่มีภูมิลำเนาจากประเทศที่มีวัฒนธรรมแตกต่างจากวัฒนธรรมไทยเป็นอย่างมาก จึงควรทำอย่างระมัดระวัง หรือควรมีการศึกษาซ้ำโดยขยายลักษณะของกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาให้กว้างขึ้น (เช่น นิสิตนักศึกษาที่มาจากวัฒนธรรมที่ไม่ใช่กลุ่มประเทศแถบเอเชีย เป็นต้น)

ประการที่ 2 การศึกษาครั้งนี้ครอบคลุมแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม (Acculturative Stressor) 4 ด้านได้แก่ ด้านภาษา (Language Deficiency) หมายถึง การตระหนักว่าตนเองมีความสามารถไม่เพียงพอในการใช้ภาษาอื่นที่เป็นภาษาที่สองหรือภาษาตามวัฒนธรรมสังคมของเจ้าบ้าน (ซึ่งกรณีนี้คือภาษาไทย) ในการสื่อสารกับผู้อื่นในชีวิตประจำวัน ด้านการเรียน (Academic Work) หมายถึง การตระหนักถึงความกดดันที่มาจากการเรียน ปัญหาการเรียนในชั้นเรียน การทำการบ้าน การทำรายงาน การทำกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการเรียน การสอบและอื่นๆ ด้านความแตกต่างทางวัฒนธรรม (Cultural Difference) หมายถึง การตระหนักว่าตนเองมีความเครียดความกดดันจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่เกิดขึ้นจากความแตกต่างทางวัฒนธรรมระหว่างวัฒนธรรมดั้งเดิมและวัฒนธรรมไทย ด้านการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (Social Interaction) หมายถึง การตระหนักว่าตนเองมีความกดดันจากการมีปฏิสัมพันธ์ หรือการไร้ซึ่งปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นในสังคมไทย ทั้งในบริบทของการเรียน การทำงาน หรือการเข้าสังคมทั่วไปเท่านั้น ยังมีตัวแปรประเภทเงื่อนไขของการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่บุคคลเผชิญ (Acculturation Conditions) อีกเป็นจำนวนมากที่ไม่ได้ถูกนำมาศึกษาในการศึกษาครั้งนี้ (เช่น แหล่งความเครียดจากการใช้ชีวิตโดยทั่วไป (Life Stressors) และลักษณะบุคลิกภาพของนิสิตนักศึกษา เป็นต้น) เนื่องจากการศึกษาครั้งนี้เป็นเพียงการศึกษาในระยะเริ่มต้นเท่านั้น

ประการที่ 3 นิสิตนักศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่ค่อนข้างต่ำ ทั้งนี้อาจเนื่องจากการในการศึกษาครั้งนี้มีการกำหนดคุณสมบัติของกลุ่มตัวอย่างตามเกณฑ์คัดเลือกกว่า กลุ่มตัวอย่างที่เป็นนิสิตนักศึกษาจะต้องไม่ใช่บุคคลที่รายงานตัวว่ามีปัญหาสุขภาพจิตหรือจิตเวช และยังอยู่ในระยะการบำบัดรักษาด้วยโรคทางจิตเวช ดังนั้น การนำผลการศึกษาไปอธิบายกลุ่มนิสิตศึกษานานาชาติที่มีปัญหาสุขภาพจิตหรือจิตเวชจึงควรทำอย่างระมัดระวัง นอกจากนี้ อีกหนึ่งสาเหตุที่เป็นไปได้ที่ส่งผลให้กลุ่มตัวอย่างจำนวนมากมีระดับแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่ค่อนข้างต่ำ คือ การที่กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาปัจจุบันจำนวนไม่น้อยใช้ชีวิตอยู่ในประเทศไทยเป็นระยะเวลาอันยาวนานจนพวกเขาผ่านพ้นช่วงเวลาที่นิสิตนักศึกษาชาวต่างชาติมักจะประสบปัญหาการปรับตัวด้านต่างๆมากที่สุดไปแล้ว (An & Chiang, 2015; Bayley, Fearnside, Arnol, Misiano, & Rottura, 2002; Ruben & Kealey, 1979; Ward & Kennedy, 1996; Ward, Okura, Kennedy, & Kojima, 1998; Zhang & Mi, 2010) ดังนั้น การนำผลการศึกษาไปอธิบายกลุ่มนิสิตศึกษานานาชาติที่ใช้ชีวิตอยู่ในประเทศเป็นระยะเวลาไม่นานจึงควรทำอย่างระมัดระวังเช่นกัน

ข้อเสนอแนะในการวิจัย

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้มีจุดเด่นคือการให้ความสำคัญกับการตรวจสอบรูปแบบความสัมพันธ์ระหว่างแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม การสนับสนุนทางสังคม กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม และผลลัพธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมในกลุ่มนิสิตนักศึกษาต่างชาติระดับปริญญาตรี โดยผลลัพธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรม คือการรับรู้สุขภาวะแบบองค์รวม (Wellness) อันเป็นตัวแปรที่สามารถนำไปสู่การจัดกระทำเพื่อพัฒนาศักยภาพและต้นทุนทางจิตวิทยาส่วนบุคคลโดยนักจิตวิทยาการปรึกษาได้โดยตรง ในบริบทของกลุ่มประชากรนิสิตศึกษานานาชาติระดับปริญญาตรี นอกจากนี้การศึกษาค้นคว้านี้ยังเป็นการศึกษาในบริบทที่ประเทศถิ่นฐานเป็นประเทศไทย ในขณะที่ตัวนิสิตศึกษานานาชาติเป็นทั้งชาวตะวันออกและตะวันตก (การศึกษาส่วนใหญ่ในอดีตมักจะเป็นการศึกษาในบริบทของประเทศตะวันตกที่มีนิสิตศึกษานานาชาติเป็นชาวตะวันออก) ซึ่งข้อค้นพบจากการศึกษานำมาสู่ข้อเสนอแนะดังต่อไปนี้

1. ข้อเสนอแนะในเชิงปฏิบัติ

การใช้ชีวิตและการเรียนในสภาพแวดล้อมทางการศึกษาและสังคมใหม่ นับเป็นสิ่งที่ท้าทายสำหรับนิสิตนักศึกษาต่างชาติอยู่ไม่น้อย นิสิตนักศึกษาต่างชาติจำนวนหนึ่งมองว่าอุปสรรคในด้านการศึกษาและสังคมเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลกระทบต่อความเครียดและสุขภาวะโดยรวมของพวกเขา อย่างไรก็ตามงานวิจัยที่ผ่านมามักนำเสนอผลกระทบเชิงลบเป็นส่วนใหญ่ (เช่น ภาวะซึมเศร้า ภาวะวิตกกังวล) ส่วนงานที่มีการประเมินผลกระทบเชิงบวก (เช่น สุขภาวะ ซึ่งในที่นี้หมายถึง การรับรู้ตนเองของบุคคลโดยรวม ว่าตนมีความสุข มีการเห็นคุณค่าของชีวิต มีร่างกายที่แข็งแรง มีสุขภาพจิตที่ดี) มีจำนวนค่อนข้างจำกัด ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้สามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้ดังนี้

1.1 การศึกษานี้มีข้อค้นพบว่า เมื่อนิสิตนักศึกษาชาวต่างชาติเผชิญกับแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมมากขึ้น พวกเขามีแนวโน้มที่จะรับมือด้วยกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมประเภทการแยกตัว (Separation) ซึ่งการศึกษาในอดีตที่ผ่านมา (รวมทั้งการศึกษาปัจจุบันด้วย) ล้วนแล้วแต่พบว่ากลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมที่ดีที่สุดไม่ใช่การแยกตัว หากแต่เป็นการบูรณาการ (Integration) เนื่องจากเหตุผลอย่างน้อย 3 ประการต่อไปนี้ ประการแรก การบูรณาการช่วยให้บุคคลสามารถใช้ชีวิตอยู่ในวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐานและวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิมได้อย่างราบรื่น (LaFromboise, Coleman, & Gerton, 1993) ประการที่สอง การบูรณาการช่วยให้บุคคลสามารถเข้าถึงทรัพยากรได้จากทั้ง 2 วัฒนธรรม (Mok, Morris, Benet-Martínez, & Karakitapoglu-Aygun, 2007) ประการที่สาม บุคคลที่ใช้กลยุทธ์การบูรณาการมีแนวโน้มที่จะมี

ความคิดสร้างสรรค์ ความยืดหยุ่น และความซับซ้อนทางความคิดมากขึ้น (Benet-Martinez, Lee, & Leu, 2006; Tadmor, Tetlock, & Peng, 2009) อย่างไรก็ตาม สิ่งที่โชคดีประการหนึ่งก็คือ การศึกษาครั้งนี้พบว่า หากนิสิตนักศึกษานานาชาติได้รับการสนับสนุนทางสังคมเพิ่มเติม พวกเขามีแนวโน้มที่จะหันมาใช้กลยุทธ์การบูรณาการมากขึ้น ฉะนั้น การที่นักจิตวิทยาการปรึกษา อาจารย์มหาวิทยาลัยประจำหลักสูตรนานาชาติ และบุคลากรที่ทำงานเกี่ยวข้อง เข้ามามีบทบาทที่ทำให้ นิสิตนักศึกษารู้สึกว่าตนได้รับการสนับสนุน (ไม่ว่าจะเป็นการสนับสนุนเชิงสังคมอารมณ์หรือการสนับสนุนเชิงปฏิบัติก็ตาม) นิสิตนักศึกษาก็มีแนวโน้มที่จะหันมาใช้กลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมที่ดีต่อการปรับตัว (adaptive) ของพวกเขามากขึ้นแล้ว ซึ่งตัวอย่างการสนับสนุนที่นักจิตวิทยาการปรึกษา อาจารย์มหาวิทยาลัยประจำหลักสูตรนานาชาติ และบุคลากรที่ทำงานเกี่ยวข้องสามารถมอบให้แก่ นิสิตนักศึกษาได้ ได้แก่ การให้ข้อมูลแก่นิสิตนักศึกษาเรื่องกฎระเบียบข้อบังคับต่างๆ การให้ความรู้แก่นิสิตนักศึกษาเรื่องวัฒนธรรม สังคม และภาษาไทย การเยี่ยมเยียนนิสิตนักศึกษาเป็นระยะเพื่อ สอบถามว่าพวกเขาเป็นอย่างไรบ้าง การให้บริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแก่นิสิตนักศึกษา เป็นต้น

1.2 ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้มีการพัฒนาเครื่องมือวิจัยที่เหมาะสมกับนิสิตนักศึกษานานาชาติที่ศึกษาในประเทศไทย ได้แก่ มาตรวัดแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมสำหรับนักศึกษาชาวต่างชาติที่ศึกษาในประเทศไทยจำนวน 21 ข้อ อันประกอบด้วยด้านย่อย 4 ด้าน (ได้แก่ ด้านภาษา ด้านการเรียน ด้านความแตกต่างทางวัฒนธรรม และด้านการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม) ตามแนวคิดและมาตรวัดต้นฉบับ The Acculturative Hassles Scale ที่พัฒนาโดย Pan และคณะ และมาตรวัดกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมสำหรับนักศึกษาชาวต่างชาติที่ศึกษาในประเทศไทยจำนวน 24 ข้อ อันประกอบไปด้วยด้านย่อย 2 ด้าน (ได้แก่ การยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมดั้งเดิม และการยึดมั่นต่อวัฒนธรรมสังคมถิ่นฐาน) ตามแนวคิดและมาตรวัดต้นฉบับ Vancouver Index of Acculturation ที่พัฒนาโดย Ryder และคณะ นักจิตวิทยาการปรึกษา อาจารย์มหาวิทยาลัยประจำหลักสูตรนานาชาติ และบุคลากรที่ทำงานเกี่ยวข้องช่วยเหลือสนับสนุนนิสิตนักศึกษาชาวต่างชาติสามารถนำมาตรวัดแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมมาใช้คัดกรองนิสิตนักศึกษาที่กำลังเผชิญกับแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมในระดับสูงได้ในเบื้องต้น ซึ่งจะช่วยให้สามารถ “คัดกรอง และเฝ้าระวัง” นิสิตนักศึกษาในกลุ่มนี้ นอกจากนี้ มาตรวัดกลยุทธ์การผสมผสานทางวัฒนธรรมยังมีประโยชน์ในแง่ของการให้ข้อมูลในเบื้องต้นว่า นิสิตนักศึกษาคนใดที่กำลังรับมือกับแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมด้วยกลยุทธ์ที่ไม่ใช่การบูรณาการ เพื่อที่จะได้พิจารณาให้ความช่วยเหลือแก่นิสิตนักศึกษาในกลุ่มนี้ในการนำกลยุทธ์การบูรณาการมาใช้ในชีวิตของพวกเขาได้อย่างประสบความสำเร็จต่อไป

2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยต่อไป

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไปประกอบด้วยประเด็นดังต่อไปนี้

2.1 สำหรับโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของแหล่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรม และการสนับสนุนทางสังคมที่ส่งผลต่อสุขภาวะแบบองค์รวมผ่านกลไกการผสมผสานทางวัฒนธรรมทั้ง 2 มิตินี้ ตัวแปรในโมเดลทั้งหมดอธิบายความแปรปรวนของสุขภาวะได้ประมาณร้อยละ 20 ซึ่งจะเห็นได้ว่าอีกร้อยละ 80 ยังไม่สามารถอธิบายได้ด้วยตัวแปรชุดนี้ ดังนั้นในการศึกษาวิจัยครั้งต่อไปควรมีการศึกษาตัวแปรประเภทเงื่อนไขของการผสมผสานทางวัฒนธรรมที่บุคคลเผชิญ (Acculturation Conditions) เพิ่มเติม (เช่น ลักษณะบุคลิกภาพของนิสิตนักศึกษา ระดับการเลือกปฏิบัติของสังคมถิ่นฐาน สถานการณ์ทางการเมืองระหว่างสังคมถิ่นฐานและสังคมดั้งเดิมของนิสิตนักศึกษา เป็นต้น)

2.2 ในแง่ของกลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะสำหรับการศึกษารั้งถัดไปอย่างน้อย 3 ประการต่อไปนี้ ประการแรก ควรมีการเก็บตัวอย่างที่มีความหลากหลายในแง่ของประเทศภูมิภาคขึ้นมามากขึ้น โดยอาจพิจารณาคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามหลักเกณฑ์ภูมิภาคเชิงวัฒนธรรม (cultural regions) (Schwartz, 2014) ซึ่งสามารถแบ่งนิสิตนักศึกษาต่างชาติออกเป็น 7 กลุ่ม (กลุ่มยุโรป ตะวันตก กลุ่มใช้ภาษาอังกฤษในการสื่อสาร กลุ่มละตินอเมริกา กลุ่มยุโรปกลาง กลุ่มยุโรปตะวันออก กลุ่มที่ได้รับอิทธิพลจากขงจื้อ และกลุ่มแอฟริกาและตะวันออกกลาง) ประการที่สอง ควรศึกษากลุ่มนิสิตศึกษานานาชาติที่รายงานว่าตนมีปัญหาสุขภาพจิตหรือจิตเวช และยังอยู่ในระยะการบำบัดรักษาด้วยโรควิตกกังวล ประการสุดท้าย ควรเก็บข้อมูลภายในช่วง 4-6 เดือนแรก (นับจากวันแรกที่นิสิตศึกษานานาชาติได้เดินทางมาถึงประเทศไทย) อันเป็นช่วงระยะเวลาที่การศึกษาในอดีตพบว่านิสิตศึกษานานาชาติมักจะมีปัญหาการปรับตัวด้านสังคม ด้านวัฒนธรรม ด้านการเรียน และด้านภาษามากที่สุด

บรรณานุกรม

- Adams, T., Bezner, J., & Steinhardt, M. (1997). The conceptualization and measurement of perceived wellness: Integrating balance across and within dimensions. *American Journal of health promotion*, 11(3), 208-218.
- Aldwin, C. M. (2007). *Stress, coping, and development: An integrative perspective*: Guilford Press.
- An, R., & Chiang, S.-Y. (2015). International students' culture learning and cultural adaptation in China. *Journal of multilingual and multicultural development*, 36(7), 661-676.
- Anderson, J. C., & Gerbing, D. W. (1988). Structural equation modeling in practice: A review and recommended two-step approach. *Psychological bulletin*, 103(3), 411.
- Anshel, M. H., & Kaissidis, A. N. (1997). Coping style and situational appraisals as predictors of coping strategies following stressful events in sport as a function of gender and skill level. *British Journal of Psychology*, 88(2), 263-276.
- Antonovsky, A. (1987). *Unraveling the mystery of health: How people manage stress and stay well*: Jossey-Bass.
- Antonucci, T. C., & Israel, B. A. (1986). Veridicality of social support: A comparison of principal and network members' responses. *Journal of consulting and clinical psychology*, 54(4), 432.
- Arends-Tóth, J., & Van de Vijver, F. J. (2006). Issues in the Conceptualization and Assessment of Acculturation. In M. H. Bornstein & L. R. Cote (Eds.), *Acculturation and parent-child relationships: Measurement and development* (pp. 33–62): Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Artino Jr, A. R., & Stephens, J. M. (2009). Academic motivation and self-regulation: A comparative analysis of undergraduate and graduate students learning online. *The Internet and Higher Education*, 12(3-4), 146-151.
- Association, A. P. (1987). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (3 ed.): American Psychiatric Association.
- Babiker, I. E., Cox, J. L., & Miller, P. M. (1980). The measurement of cultural distance and

- its relationship to medical consultations, symptomatology and examination performance of overseas students at Edinburgh University. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 15(3), 109-116.
- Barbee, A. P. (1990). Interactive coping: The cheering-up process in close relationships. *Personal relationships and social support*, 46-65.
- Barrera, M., & Ainlay, S. L. (1983). The structure of social support: A conceptual and empirical analysis. *Journal of community psychology*, 11(2), 133-143.
- Barrera, M., Sandler, I. N., & Ramsay, T. B. (1981). Preliminary development of a scale of social support: Studies on college students. *American Journal of Community Psychology*, 9(4), 435-447.
- Bayley, S., Fearnside, R., Arnol, J., Misiano, J., & Rottura, R. (2002). International students in Victoria. *People and Place*, 10(2), 45-54.
- Bell, R. A., Leroy, J. B., & Stephenson, J. J. (1982). Evaluating the mediating effects of social support upon life events and depressive symptoms. *Journal of community psychology*, 10(4), 325-340.
- Benet-Martínez, V., Lee, F., & Leu, J. (2006). Biculturalism and cognitive complexity: Expertise in cultural representations. *Journal of cross-cultural psychology*, 37(4), 386-407.
- Berkman, L. F., & Glass, T. (2000). Social integration, social networks, social support, and health. *Social epidemiology*, 1, 137-173.
- Berkman, L. F., Glass, T., Brissette, I., & Seeman, T. E. (2000). From social integration to health: Durkheim in the new millennium. *Social science & medicine*, 51(6), 843-857.
- Berkman, L. F., & Syme, S. L. (1979). Social networks, host resistance, and mortality: a nine-year follow-up study of Alameda County residents. *American journal of epidemiology*, 109(2), 186-204.
- Berry, J. (1980). Acculturation as Varieties of Adaptation in AM Padilla (Ed.), *Acculturation: Theory, Models and Some New Findings*, (pp. 9'25). Boulder, CO: West'view.
- Berry, J., & Kostovcik, N. (1983). Psychological adaptation of Malay students in Canada. Paper presented at the Paper from the Third Asian Regional conference of IACCP.
- Berry, J. W. (1976). Human ecology and cognitive style: Comparative studies in cultural

- and psychological adaptation (Vol. 3): John Wiley & Sons.
- Berry, J. W. (1990). Acculturation and adaptation: A general framework. In W. H. Holtzman & T. H. Bornemann (Eds.), *Mental health of immigrants and refugees* (pp. 90–102): Hogg Foundation for Mental Health.
- Berry, J. W. (1997). Immigration, acculturation, and adaptation. *Applied Psychology*, 46(1), 5-34.
- Berry, J. W. (2006). Acculturative stress. *Handbook of multicultural perspectives on stress and coping* (pp. 287-298): Springer.
- Berry, J. W., Kim, U., Minde, T., & Mok, D. (1987). Comparative studies of acculturative stress. *International migration review*, 491-511.
- Berry, J. W., Kim, U., Power, S., Young, M., & Bujaki, M. (1989). Acculturation attitudes in plural societies. *Applied Psychology*, 38(2), 185-206.
- Billedo, C. J., Kerkhof, P., Finkenauer, C., & Ganzeboom, H. (2019). Facebook and face-to-face: Examining the short-and long-term reciprocal effects of interactions, perceived social support, and depression among international students. *Journal of computer-mediated communication*, 24(2), 73-89.
- Blazer, D. G. (1982). Social support and mortality in an elderly community population. *American journal of epidemiology*, 115(5), 684-694.
- Bochner, S. (1982). The social psychology of cross-cultural relations. *Cultures in contact: Studies in cross-cultural interaction*, 1, 5-44.
- Brown, L. (2008). The incidence of study-related stress in international students in the initial stage of the international sojourn. *Journal of Studies in International Education*, 12(1), 5-28.
- Brownell, A., & Shumaker, S. A. (1984). Social support: An introduction to a complex phenomenon. *Journal of Social Issues*, 40(4), 1-9.
- Brownson, C., Drum, D. J., Smith, S. E., & Burton Denmark, A. (2011). Differences in suicidal experiences of male and female undergraduate and graduate students. *Journal of College Student Psychotherapy*, 25(4), 277-294.
- Butcher, A., & McGrath, T. (2004). International students in New Zealand: Needs and responses. *International Education Journal*, 5(4), 540-551.
- Cao, C., Zhu, C., & Meng, Q. (2017). Predicting Chinese international students'

- acculturation strategies from socio-demographic variables and social ties. *Asian Journal of Social Psychology*, 20(2), 85-96.
- Caplan, G. (1974). *Support systems and community mental health: Lectures on concept development*: Behavioral Publications.
- Cassel, J. (1976). The contribution of the social environment to host resistance: the Fourth Wade Hampton Frost Lecture. *American journal of epidemiology*, 104(2), 107-123.
- Cerhan, J. R., & Wallace, R. B. (1997). Change in social ties and subsequent mortality in rural elders. *Epidemiology*, 475-481.
- Chang, C. Y., & Myers, J. E. (2003). Cultural adaptation of the wellness evaluation of lifestyle: An assessment challenge. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 35(4), 239.
- Chen, C. P. (1999). Professional issues: Common stressors among international college students: Research and counseling implications. *Journal of College Counseling*, 2(1), 49-65.
- Chirkov, V. I., Lynch, M., & Niwa, S. (2005). Application of the scenario questionnaire of horizontal and vertical individualism and collectivism to the assessment of cultural distance and cultural fit. *International Journal of Intercultural Relations*, 29(4), 469-490.
- Church, A. T. (1982). Sojourner adjustment. *Psychological bulletin*, 91(3), 540.
- Cobb, S. (1976). Social support as a moderator of life stress. *Psychosomatic medicine*, 38(5), 300-314.
- Cohen, S. (1992). Stress, social support, and disorder. In H. O. F. Veiel & U. Baumann (Eds.), *The meaning and measurement of social support* (pp. 109-124). New York: Hemisphere Press.
- Cohen, S., Doyle, W. J., Turner, R., Alper, C. M., & Skoner, D. P. (2003). Sociability and susceptibility to the common cold. *Psychological science*, 14(5), 389-395.
- Cohen, S., Gottlieb, B. H., & Underwood, L. G. (2001). Social relationships and health: challenges for measurement and intervention. *Advances in mind-body medicine*, 17(2), 129-141.

- Cohen, S., Sherrod, D. R., & Clark, M. S. (1986). Social skills and the stress-protective role of social support. *Journal of personality and social psychology*, 50(5), 963.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological bulletin*, 98(2), 310-357.
- Compas, B. E., Malcarne, V. L., & Fondacaro, K. M. (1988). Coping with stressful events in older children and young adolescents. *Journal of consulting and clinical psychology*, 56(3), 405-411.
- Constantine, M. G., Anderson, G. M., Berkel, L. A., Caldwell, L. D., & Utsey, S. O. (2005). Examining the cultural adjustment experiences of African international college students: A qualitative analysis. *Journal of Counseling Psychology*, 52(1), 57-66.
- Cooper, S. E. (1990). Investigation of the Lifestyle Assessment Questionnaire. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 23(2), 83-87.
- Cudmore, G. (2005). Globalization, internationalization, and the recruitment of international students in higher education, and in the Ontario colleges of applied arts and technology. *Canadian Journal of Higher Education*, 35(1), 37-60.
- Cutrona, C. E., & Russell, D. W. (1990). Type of social support and specific stress: Toward a theory of optimal matching. In B. R. Sarason, I. G. Sarason, & G. R. Pierce (Eds.), *Wiley series on personality processes. Social support: An interactional view* (pp. 319-366): John Wiley & Sons.
- Cutrona, C. E., Suhr, J. A., & MacFarlane, R. (1990). Interpersonal transactions and the psychological sense of support. *Personal relationships and social support*, 30-45.
- Cutrona, C. E., & Troutman, B. R. (1986). Social support, infant temperament, and parenting self-efficacy: A mediational model of postpartum depression. *Child development*, 1507-1518.
- D'Augelli, A. R., Vallance, T. R., Danish, S. J., Young, C. E., & Gerdes, J. L. (1981). The Community Helpers Project: A description of a prevention strategy for rural communities. *The Journal of prevention*, 1(4), 209-224.
- D'Zurilla, T. J., & Sheedy, C. F. (1991). Relation between social problem-solving ability and subsequent level of psychological stress in college students. *Journal of personality and social psychology*, 61(5), 841-846.
- Dao, T. K., Donghyuck, L., & Chang, H. L. (2007). Acculturation level, perceived English

- fluency, perceived social support level, and depression among Taiwanese international students. *College Student Journal*, 41(2), 287-296.
- Degges-White, S., & Myers, J. E. (2006). Transitions, wellness, and life satisfaction: Implications for counseling midlife women. *Journal of Mental Health Counseling*, 28(2), 133-150.
- Diaz-Guerrero, R. (1979). The development of coping style. *Human development*, 22(5), 320-331.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American psychologist*, 55(1), 34.
- DiMatteo, M. R. (2004). Social support and patient adherence to medical treatment: a meta-analysis. *Health psychology*, 23(2), 207.
- Dimitrov, D. M. (2010). Testing for factorial invariance in the context of construct validation. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 43(2), 121-149.
- Ding, L., Velicer, W. F., & Harlow, L. L. (1995). Effects of estimation methods, number of indicators per factor, and improper solutions on structural equation modeling fit indices. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 2(2), 119-143.
- Du, Y., & Wei, M. (2015). Acculturation, enculturation, social connectedness, and subjective well-being among Chinese international students. *The counseling psychologist*, 43(2), 299-325.
- Dunn, H. L. (1959). High-level wellness for man and society. *American journal of public health and the nations health*, 49(6), 786-792.
- Durkheim, E. (1951). *Suicide: A study in sociology* (JA Spaulding & G. Simpson, trans.). Glencoe, IL: Free Press. (Original work published 1897).
- Eckenrode, J., & Wethington, E. (1990). The process and outcome of mobilizing social support. *Personal relationships and social support*, 83-103.
- Endler, N. S., & Parker, J. D. (1990). Multidimensional assessment of coping: a critical evaluation. *Journal of personality and social psychology*, 58(5), 844-854.
- Eng, E., & Parker, E. (1994). Measuring community competence in the Mississippi Delta: The interface between program evaluation and empowerment. *Health education quarterly*, 21(2), 199-220.

- Eshel, Y., & Rosenthal-Sokolov, M. (2000). Acculturation attitudes and sociocultural adjustment of sojourner youth in Israel. *The Journal of Social Psychology, 140*(6), 677-691.
- Ester, P., Halman, L., & Seuren, B. (1994). Environmental concern and offering willingness in Europe and North America. *The individualizing society: Value change in Europe and North America, 163-181.*
- Finney, S. J., & DiStefano, C. (2006). Non-normal and categorical data in structural equation modeling. *Structural equation modeling: A second course, 10*(6), 269-314.
- Fischer, R., & Schwartz, S. (2011). Whence differences in value priorities? Individual, cultural, or artifactual sources. *Journal of cross-cultural psychology, 42*(7), 1127-1144.
- Fontaine, G. (1986). Roles of social support systems in overseas relocation: Implications for intercultural training. *International Journal of Intercultural Relations, 10*(3), 361-378.
- Fugita, S. S., & O'Brien, D. J. (1985). Structural assimilation, ethnic group membership, and political participation among Japanese Americans: A research note. *Social Forces, 63*(4), 986-995.
- Furnham, A. (1988). The adjustment of sojourners. In Y. Y. Kim & G. W. B. (Eds.), *International and intercultural communication annual, 1987, Vol. 11. Cross-cultural adaptation: Current approaches* (pp. 42-61): Sage Publications, Inc.
- Furnham, A., & Bochner, S. (1982). Social difficulty in a foreign culture: An empirical analysis of culture shock. *Cultures in contact: Studies in cross-cultural interaction, 1*, 161-198.
- Furnham, A., & Bochner, S. (1986). *Culture shock. Psychological reactions to unfamiliar environments.* London, UK: Methuen.
- Furnham, A., & Shiekh, S. (1993). Gender, generational and social support correlates of mental health in Asian immigrants. *International Journal of Social Psychiatry, 39*(1), 22-33.
- Galchenko, I., & Van De Vijver, F. J. (2007). The role of perceived cultural distance in the acculturation of exchange students in Russia. *International Journal of Intercultural Relations, 31*(2), 181-197.

- Garza, D. D. (2015). The acculturation needs of International students at US Universities: A call for online anticipatory orientation. University of Kansas.
- Gersten, J. C., Langner, T. S., Eisenberg, J. G., & Orzeck, L. (1974). Child behavior and life events: Undesirable change or change per se? In B. S. Dohrenwend & B. P. Dohrenwend (Eds.), *Stressful life events: Their nature and effects*: John Wiley & Sons.
- Ginter, E., & Glauser, A. (1997). A developmental life skills model: A comprehensive approach for students. Paper presented at the Presentation made at the 22nd Annual University System of Georgia's Learning Support/Developmental Studies Conference, Augusta, Georgia.
- Glanz, K., Rimer, B. K., & Viswanath, K. (2008). *Health behavior and health education: theory, research, and practice*: John Wiley & Sons.
- Gottlieb, B. H. (1978). The development and application of a classification scheme of informal helping behaviours. *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement*, 10(2), 105.
- Graves, T. D. (1967). Psychological acculturation in a tri-ethnic community. *Southwestern Journal of Anthropology*, 23(4), 337-350.
- Haarr, R. N., & Morash, M. (1999). Gender, race, and strategies of coping with occupational stress in policing. *Justice quarterly*, 16(2), 303-336.
- Hattie, J. A., Myers, J. E., & Sweeney, T. J. (2004). A factor structure of wellness: Theory, assessment, analysis, and practice. *Journal of counseling & development*, 82(3), 354-364.
- Hayes, R. L., & Lin, H. R. (1994). Coming to America: Developing social support systems for international students. *Journal of Multicultural Counseling and Development*, 22(1), 7-16.
- Heaney, C. A., & Israel, B. A. (2008). Social networks and social support. *Health behavior and health education: Theory, research, and practice*, 4, 189-210.
- Hechanova-Alampay, R., Beehr, T. A., Christiansen, N. D., & Van Horn, R. K. (2002). Adjustment and strain among domestic and international student sojourners: A longitudinal study. *School Psychology International*, 23(4), 458-474.
- Hettler, B. (1976). *Six dimensions of wellness model*: National Wellness Institute: Inc.
- Hettler, B. (1984). *Wellness: Encouraging a lifetime pursuit of excellence*. Health values,

- 8(4), 13-17.
- Hodnett, E. D., Gates, S., Hofmeyr, G. J., & Sakala, C. (2013). Continuous support for women during childbirth. *Cochrane database of systematic reviews*(7).
- Hofstede, G. (1980). *Culture's consequences: National differences in thinking and organizing*. Beverly Hills, Calif.: Sage.
- Holahan, C. J., & Moos, R. H. (1987). Personal and contextual determinants of coping strategies. *Journal of personality and social psychology*, 52(5), 946-955.
- Holmes, T. H., & Rahe, R. H. (1967). The social readjustment rating scale. *Journal of psychosomatic research*, 11(2), 213-218.
- House, J. S. (1981). *Work, stress and social support*. Reading, MA: Addison-Wesley.
- House, J. S., & Kahn, R. L. (1985). Measures and concepts of social support. In S. Cohen & S. L. Syme (Eds.), *Social support and health* (pp. 83-103). New York: Academic.
- House, J. S., Landis, K. R., & Umberson, D. (1988). Social relationships and health. *Science*, 241(4865), 540-545.
- House, J. S., Robbins, C., & Metzner, H. L. (1982). The association of social relationships and activities with mortality: prospective evidence from the Tecumseh Community Health Study. *American journal of epidemiology*, 116(1), 123-140.
- Hu, L. t., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 6(1), 1-55.
- Ickes, M. J., Brown, J., Reeves, B., & Zephyr, P. M. D. (2015). Differences between undergraduate and graduate students in stress and coping strategies. *Californian Journal of Health Promotion*, 13(1), 13-25.
- Idler, E. L., & Kasl, S. (1991). Health perceptions and survival: do global evaluations of health status really predict mortality? *Journal of gerontology*, 46(2), S55-S65.
- Inglehart, R. (1997). *Modernization and postmodernization: Cultural, economic, and political change in 43 societies*: Princeton University Press.
- Inglehart, R., & Baker, W. E. (2000). Modernization, cultural change, and the persistence of traditional values. *American sociological review*, 19-51.
- Israel, B. A. (1982). Social networks and health status: Linking theory, research, and practice. *Patient counselling and health education*, 4(2), 65-79.

- Janoski, M. L., & Schwartz, G. E. (1985). A synchronous systems model for health. *American Behavioral Scientist*, 28(4), 468-485.
- Jayasuriya, L., Sang, D., & Fielding, A. (1992). *Ethnicity, immigration, and mental illness: A critical review of Australian research*. Canberra: Bureau of Immigration Research.
- Jenny, K. Y., Lin, J.-C. G., & Kishimoto, Y. (2003). Utilization of counseling services by international students. *Journal of Instructional psychology*, 30(4), 333.
- Joiner Jr, T. E., & Walker, R. L. (2002). Construct validity of a measure of acculturative stress in African Americans. *Psychological assessment*, 14(4), 462.
- Kanner, A. D., Coyne, J. C., Schaefer, C., & Lazarus, R. S. (1981). Comparison of two modes of stress measurement: Daily hassles and uplifts versus major life events. *Journal of behavioral medicine*, 4(1), 1-39.
- Kaplan, B. H., Cassel, J. C., & Gore, S. (1977). Social support and health. *Medical care*, 15(5), 47-58.
- Kaplan, G. A., & Camacho, T. (1983). Perceived health and mortality: a nine-year follow-up of the human population laboratory cohort. *American journal of epidemiology*, 117(3), 292-304.
- Kariv, D., & Heiman, T. (2005). Task-oriented versus emotion-oriented coping strategies: The case of college students. *College Student Journal*, 39(1), 72-85.
- Kealey, D. J. (1989). A study of cross-cultural effectiveness: Theoretical issues, practical applications. *International Journal of Intercultural Relations*, 13(3), 387-428.
- Keyes, C. L. (2002). The mental health continuum: From languishing to flourishing in life. *Journal of health and social behavior*, 207-222.
- Klomegah, R. Y. (2006). Social factors relating to alienation experienced by international students in the United States. *College Student Journal*, 40(2), 303-316.
- Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. *Journal of personality and social psychology*, 37(1), 1-11.
- Komin, S. (1990). Culture and work-related values in Thai organizations. *International journal of psychology*, 25(3-6), 681-704.
- Kroenke, C. H., Kubzansky, L. D., Schernhammer, E. S., Holmes, M. D., & Kawachi, I. (2006). Social networks, social support, and survival after breast cancer diagnosis. *Journal of clinical oncology*, 24(7), 1105-1111.

- LaFromboise, T., Coleman, H. L., & Gerton, J. (1993). Psychological impact of biculturalism: Evidence and theory. *Psychological bulletin*, 114(3), 395-412.
- Lay, C., & Nguyen, T. (1998). The role of acculturation-related and acculturation non-specific daily hassles: Vietnamese-Canadian students and psychological distress. *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement*, 30(3), 172.
- Lazarus, R. S. (1981). The stress and coping paradigm. In C. Eisdorfer, D. Cohen, A. Kleinman, & P. Maxim (Eds.), *Models for Clinical Psychopathology* (pp. 177-214). New York: Spectrum.
- Lazarus, R. S. (1995). Psychological stress in the workplace. *Occupational stress: A handbook*, 1, 3-14.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*: Springer publishing company.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (2015). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Levy, L. H. (1979). Processes and activities in groups. In M. A. Lieberman & L. D. Borman (Eds.), *Self-help groups for coping with crisis*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Li, J. Q., Liu, X., Wei, T., & Lan, W. (2013). Acculturation, internet use, and psychological well-being among Chinese international students. *Journal of International Students*, 3(2), 155-166.
- Lin, J.-C. G., & Yi, J. K. (1997). Asian international students' adjustment: Issues and program suggestions. *College Student Journal*, 31(4), 473-479.
- Lysgaard, S. (1955). Adjustment in a foreign society: Norwegian Fulbright grantees visiting the United States. *International Social Science Bulletin*, 7, 45-51.
- Major, B., Cozzarelli, C., Sciacchitano, A. M., Cooper, M. L., Testa, M., & Mueller, P. M. (1990). Perceived social support, self-efficacy, and adjustment to abortion. *Journal of personality and social psychology*, 59(3), 452-463.
- Mallinckrodt, B., & Leong, F. T. (1992). International graduate students, stress, and social support. *Journal of College Student Development*, 33(1), 71-78.
- Martens, M. P. (2005). The use of structural equation modeling in counseling psychology research. *The counseling psychologist*, 33(3), 269-298.
- McGuire, J. C., & Gottlieb, B. H. (1979). Social support groups among new parents: An

- experimental study in primary prevention. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 8(2), 111-116.
- McKay, G. (1984). Social Support, Stress and the Buffering Hypothesis: A Theoretical Analysis. In A. Baum, S. E. Taylor, & J. E. Singer (Eds.), *Handbook of psychology and health* (pp. 253-267). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- McKinlay, J. B. (1981). Social network influences on morbid episodes and the career of help seeking. In L. Eisenberg & A. Kleinman (Eds.), *The Relevance of Social Science for Medicine* (pp. 77-107): Springer.
- Meghani, D. T., & Harvey, E. A. (2016). Asian indian international students' trajectories of depression, acculturation, and enculturation. *Asian American journal of psychology*, 7(1), 1-14.
- Merenkov, A., & Antonova, N. (2015). Problems of social adaptation of international students in Russia. *New Educational Review*, 41(3), 122-132.
- Merkle, E. C., You, D., & Preacher, K. J. (2016). Testing nonnested structural equation models. *Psychological Methods*, 21(2), 151-163.
- Miller, P. M., & Ingham, J. (1979). Reflections on the life events to illness link with some preliminary findings. *Stress and anxiety*, 6, 313-336.
- Minkler, M. (1997). Community Organizing among the Elderly Poor in San Francisco's Tenderloin District. In M. Minkler (Ed.), *Community organizing and community building for health* (pp. 244): Rutgers University Press.
- Mishra, R. C., Sinha, D., & Berry, J. W. (1996). *Ecology, acculturation and psychological adaptation: A study of adivasis in Bihar*: Sage Publications, Inc.
- Misra, R., Crist, M., & Burant, C. J. (2003). Relationships among life stress, social support, academic stressors, and reactions to stressors of international students in the United States. *International Journal of Stress Management*, 10(2), 137-157.
- Mok, A., Morris, M. W., Benet-Martinez, V., & Karakitapoğlu-Aygün, Z. (2007). Embracing American culture: Structures of social identity and social networks among first-generation biculturals. *Journal of cross-cultural psychology*, 38(5), 629-635.
- Moos, R. H. (1979). *Evaluating educational environments*: Jossey-Bass San Francisco.
- Moos, R. H. (1984). Context and coping: Toward a unifying conceptual framework. *American Journal of Community Psychology*, 12(1), 5-36.

- Mori, S. C. (2000). Addressing the mental health concerns of international students. *Journal of counseling & development*, 78(2), 137-144.
- Muecke, A., Lenthall, S., & Lindeman, M. (2011). Culture shock and healthcare workers in remote Indigenous communities of Australia: What do we know and how can we measure it. *Rural and Remote Health*, 11(1607), 1-13.
- Murphy, H. B. M. (1973). Migration and the major mental disorders: a reappraisal. In C. Zwingmann & M. Pfister-Ammende (Eds.), *Uprooting and After...* (pp. 204-220): Springer.
- Myers, J. E. (1992). Wellness, prevention, development: The cornerstone of the profession. *Journal of counseling & development*, 71(2), 136-139.
- Myers, J. E., Luecht, R. M., & Sweeney, T. J. (2004). The factor structure of wellness: Reexamining theoretical and empirical models underlying the wellness evaluation of lifestyle (WEL) and the five-factor Wei. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 36(4), 194-208.
- Myers, J. E., & Sweeney, T. J. (2004). The indivisible self: An evidence-based model of wellness. *Journal of Individual Psychology*, 60, 234-244.
- Myers, J. E., & Sweeney, T. J. (2005a). The Indivisible Self: An Evidence-Based Model of Wellness (reprint). *Journal of Individual Psychology*, 61(3), 269-279.
- Myers, J. E., & Sweeney, T. J. (2005b). *Manual for the five factor wellness inventory*. Palo Alto, CA: Mindgarden.
- Myers, J. E., & Sweeney, T. J. (2008). Wellness counseling: The evidence base for practice. *Journal of counseling & development*, 86(4), 482-493.
- Myers, J. E., Sweeney, T. J., & Witmer, J. M. (2000). The wheel of wellness counseling for wellness: A holistic model for treatment planning. *Journal of counseling & development*, 78(3), 251-266.
- Nash, D., & Schaw, L. C. (1962). Personality and adaptation in an overseas enclave. *Human organization*, 21(4), 252-263.
- National Wellness Institute. (1983). *Testwell*. Stevens Point, WI: Author.
- Ng, T. K., Wang, K. W. C., & Chan, W. (2017). Acculturation and cross-cultural adaptation: The moderating role of social support. *International Journal of Intercultural Relations*, 59, 19-30.

- Nguyen, A.-M. D., & Benet-Martínez, V. (2013). Biculturalism and adjustment: A meta-analysis. *Journal of cross-cultural psychology*, 44(1), 122-159.
- Norris, F. H. (1992). Epidemiology of trauma: frequency and impact of different potentially traumatic events on different demographic groups. *Journal of consulting and clinical psychology*, 60(3), 409.
- Oberg, K. (1960). Cultural shock: Adjustment to new cultural environments. *Practical anthropology*, 7(4), 177-182.
- Office of the Higher Education Commission. (2011). Foreign students in Thai higher education in 2010. Bangkok, Thailand: Bangkok Block Ltd.
- Olivas, M., & Li, C.-S. (2006). Understanding stressors of international students in higher education: What college counselors and personnel need to know. *Journal of Instructional psychology*, 33(3).
- Olmsted, R. W., Minde, K., Shosenberg, N., Marton, P., Thompson, J., Ripley, J., & Burns, S. (1980). Self-help groups in a premature nursery—a controlled evaluation. *The Journal of pediatrics*, 96(5), 933-940.
- Ong, A. S., & Ward, C. (2005). The construction and validation of a social support measure for sojourners: The Index of Sojourner Social Support (ISSS) Scale. *Journal of cross-cultural psychology*, 36(6), 637-661.
- Palmer, C. A., Baucom, D. H., & McBride, C. M. (2000). Couple approaches to smoking cessation.
- Pan, J.-Y. (2011). A resilience-based and meaning-oriented model of acculturation: A sample of mainland Chinese postgraduate students in Hong Kong. *International Journal of Intercultural Relations*, 35(5), 592-603.
- Pan, J.-Y., & Wong, D. F. K. (2011). Acculturative stressors and acculturative strategies as predictors of negative affect among Chinese international students in Australia and Hong Kong: A cross-cultural comparative study. *Academic Psychiatry*, 35(6), 376-381.
- Pan, J.-Y., Yue, X., & Chan, C. L. (2010). Development and validation of the Acculturative Hassles Scale for Chinese Students (AHSCS): An example of mainland Chinese university students in Hong Kong. *Psychologia*, 53(3), 163-178.
- Park, R. E., Burgess, E. W., & McKenzie, R. D. (1984). *The city*: University of Chicago Press.
- Pedersen, P. B. (1991). Counseling international students. *The counseling psychologist*,

- 19(1), 10-58.
- Poyrazli, S., Arbona, C., Bullington, R., & Pisecco, S. (2001). Adjustment issues of Turkish college students studying in the United States. *College Student Journal*, 35(1), 52-52.
- Quan, R., He, X., & Sloan, D. (2016). Examining Chinese postgraduate students' academic adjustment in the UK higher education sector: A process-based stage model. *Teaching in Higher Education*, 21(3), 326-343.
- Ra, Y. A., & Trusty, J. (2017). Impact of Social Support and Coping on Acculturation and Acculturative Stress of East Asian International Students. *Journal of Multicultural Counseling and Development*, 45(4), 276-291.
- Ramos, M. R., Cassidy, C., Reicher, S., & Haslam, S. A. (2016). A longitudinal study of the effects of discrimination on the acculturation strategies of international students. *Journal of cross-cultural psychology*, 47(3), 401-420.
- Rawson, H. E., Palmer, D. W., & Henderson, J. (1999). Coping resources and self-esteem differences between students selecting a large and small college. *College Student Affairs Journal*, 18(2), 72.
- Rayle, A. D., & Myers, J. E. (2004). Counseling adolescents toward wellness: The roles of ethnic identity, acculturation, and mattering. *Professional School Counseling*, 81-90.
- Redmond, M. V., & Bunyi, J. M. (1993). The relationship of intercultural communication competence with stress and the handling of stress as reported by international students. *International Journal of Intercultural Relations*, 17(2), 235-254.
- Remley, T. (1991). On being different. *Guidepost*, 3.
- Rienties, B., Beusaert, S., Grohnert, T., Niemantsverdriet, S., & Kommers, P. (2012). Understanding academic performance of international students: The role of ethnicity, academic and social integration. *Higher education*, 63(6), 685-700.
- Roeker, C. E., Dubow, E. F., & Donaldson, D. (1996). Cross-situational patterns in children's coping with observed interpersonal conflict. *Journal of Clinical Child Psychology*, 25(3), 288-299.
- Roscoe, L. J. (2009). Wellness: A review of theory and measurement for counselors. *Journal of counseling & development*, 87(2), 216-226.
- Rovinelli, R. J., & Hambleton, R. K. (1976). On the use of content specialists in the assessment of criterion-referenced test item validity.

- Rubén, B. D., & Kealey, D. J. (1979). Behavioral assessment of communication competency and the prediction of cross-cultural adaptation. *International Journal of Intercultural Relations*, 3(1), 15-47.
- Russell, J., Rosenthal, D., & Thomson, G. (2010). The international student experience: Three styles of adaptation. *Higher Education*, 60(2), 235-249.
- Ryder, A. G., Alden, L. E., & Paulhus, D. L. (2000). Is acculturation unidimensional or bidimensional? A head-to-head comparison in the prediction of personality, self-identity, and adjustment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79(1), 49.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069.
- Sabatier, C., & Berry, J. (1994). Immigration et acculturation. Stéréotypes, discrimination et relations intergroupes, 261-291.
- Safdar, S., & Lay, C. (1999). The relations of minority/immigrant-specific and nonspecific daily hassles to psychological distress. Unpublished manuscript. York University, Toronto, Canada.
- Safdar, S., Lay, C., & Struthers, W. (2003). The process of acculturation and basic goals: Testing a multidimensional individual difference acculturation model with Iranian immigrants in Canada. *Applied Psychology*, 52(4), 555-579.
- Sakamoto, I. (2006a). When family enters the picture: The model of cultural negotiation and gendered experiences of Japanese academic sojourners in the United States. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, 12(3), 558-577.
- Sakamoto, I. (2006b). When family enters the picture: The model of cultural negotiation and gendered experiences of Japanese academic sojourners in the United States. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, 12(3), 558.
- Saldana, D. H. (1994). Acculturative stress: Minority status and distress. *Hispanic Journal of Behavioral Sciences*, 16(2), 116-128.
- Sam, D. L., & Berry, J. W. (2010). Acculturation when individuals and groups of different cultural backgrounds meet. *Perspectives on Psychological Science*, 5(4), 472-481.
- Sandhu, D. S. (1994). An examination of the psychological needs of the international students: Implications for counselling and psychotherapy. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 17(4), 229-239.

- Sandhu, D. S., & Asrabadi, B. R. (1994). Development of an acculturative stress scale for international students: Preliminary findings. *Psychological reports*, 75(1), 435-448.
- Sandler, I. N., & Barrera, M. (1984). Toward a multimethod approach to assessing the effects of social support. *American Journal of Community Psychology*, 12(1), 37-52.
- Sarason, B. R., Sarason, I. G., & Pierce, G. R. (1990). *Social support: An interactional view*: John Wiley & Sons.
- Sarason, I. G., Johnson, J. H., & Siegel, J. M. (1978). Assessing the impact of life changes: development of the Life Experiences Survey. *Journal of consulting and clinical psychology*, 46(5), 932.
- Schermelleh-Engel, K., Moosbrugger, H., & Müller, H. (2003). Evaluating the fit of structural equation models: Tests of significance and descriptive goodness-of-fit measures. *Methods of psychological research online*, 8(2), 23-74.
- Schmitz, P. G. (1992). Acculturation styles and health. In S. Iwawaki, Y. Kashima, & K. Leung (Eds.), *Innovations in cross-cultural psychology* (pp. 360-370): Swets & Zeitlinger Publishers.
- Schmitz, P. G. (2001). Psychological aspects of immigration. *Cross-cultural topics in psychology*, 229-243.
- Schoenbach, V. J., Kaplan, B. H., Fredman, L., & Kleinbaum, D. G. (1986). Social ties and mortality in Evans County, Georgia. *American journal of epidemiology*, 123(4), 577-591.
- Schwartz, S. H. (1994). *Beyond individualism/collectivism: New cultural dimensions of values*: Sage Publications, Inc.
- Schwartz, S. H. (1999). A theory of cultural values and some implications for work. *Applied Psychology*, 48(1), 23-47.
- Schwartz, S. H. (2006). A theory of cultural value orientations: Explication and applications. *Comparative sociology*, 5(2), 137-182.
- Schwartz, S. H. (2014). National culture as value orientations: Consequences of value differences and cultural distance *Handbook of the Economics of Art and Culture* (Vol. 2, pp. 547-586): Elsevier.
- Searle, W., & Ward, C. (1990). The prediction of psychological and sociocultural adjustment during cross-cultural transitions. *International Journal of Intercultural*

- Relations, 14(4), 449-464.
- Seeman, J. (1989). Toward a model of positive health. *American psychologist*, 44(8), 1099.
- Selby, H. A., & Woods, C. M. (1966). Foreign students at a high-pressure university. *Sociology of Education*, 138-154.
- Sheard, J., Markham, S., & Dick, M. (2003). Investigating differences in cheating behaviours of IT undergraduate and graduate students: The maturity and motivation factors. *Higher Education Research & Development*, 22(1), 91-108.
- Shuval, J. T. (1993). Migration and stress. In L. Goldberger & S. Breznitz (Eds.), *Handbook of stress: Theoretical and clinical aspects* (pp. 641-657): Free Press.
- Smith, R. A., & Khawaja, N. G. (2011). A review of the acculturation experiences of international students. *International Journal of Intercultural Relations*, 35(6), 699-713.
- Sobre-Denton, M., & Hart, D. (2008). Mind the gap: Application-based analysis of cultural adjustment models. *International Journal of Intercultural Relations*, 32(6), 538-552.
- Sosa, R., Kennell, J., Klaus, M., Robertson, S., & Urrutia, J. (1980). The effect of a supportive companion on perinatal problems, length of labor, and mother-infant interaction. *New England Journal of Medicine*, 303(11), 597-600.
- Spiegel, D., Bloom, J. R., & Yalom, I. (1981). Group support for patients with metastatic cancer: A randomized prospective outcome study. *Archives of general psychiatry*, 38(5), 527-533.
- Spurgeon, S. L. (2009). Wellness and college type in African American male college students: An examination of differences. *Journal of College Counseling*, 12(1), 33-44.
- Stahl, G. K., & Caligiuri, P. (2005). The effectiveness of expatriate coping strategies: the moderating role of cultural distance, position level, and time on the international assignment. *Journal of Applied Psychology*, 90(4), 603.
- Starrett, R. A., Bresler, C., Decker, J. T., Walters, G. T., & Rogers, D. (1990). The role of environmental awareness and support networks in Hispanic elderly persons' use of formal social services. *Journal of community psychology*, 18(3), 218-227.
- Steinberg, M., & Gottlieb, B. H. (1994). The appraisal of spousal support by women facing conflicts between work and family.
- Stewart, A., Hays, R. D., & Ware, J. E. (1992). Health perceptions, energy/fatigue, and

- health distress measures.
- Suanet, I., & Van de Vijver, F. J. (2009). Perceived cultural distance and acculturation among exchange students in Russia. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 19(3), 182-197.
- Sue, S., & Sue, D. W. (1971). Chinese-American personality and mental health. *Amerasia Journal*, 1(2), 36-49.
- Suinn, R. M., Ahuna, C., & Khoo, G. (1992). The Suinn-Lew Asian self-identity acculturation scale: Concurrent and factorial validation. *Educational and psychological measurement*, 52(4), 1041-1046.
- Suinn, R. M., Rickard-Figueroa, K., Lew, S., & Vigil, P. (1987). The Suinn-Lew Asian self-identity acculturation scale: An initial report. *Educational and psychological measurement*, 47(2), 401-407.
- Sullivan, C., & Kashubeck-West, S. (2015). The interplay of international students' acculturative stress, social support, and acculturation modes. *Journal of International Students*, 5(1), 1-11.
- Suurmeijer, T. P., Doeglas, D. M., Briançon, S., Krijnen, W. P., Krol, B., Sanderman, R., . . . Van Den Heuvel, W. J. (1995). The measurement of social support in the 'European Research on Incapacitating Diseases and Social Support': the development of the Social Support Questionnaire for Transactions (SSQT). *Social science & medicine*, 40(9), 1221-1229.
- Sweeney, T. J., & Witmer, J. M. (1991). Beyond social interest: Striving toward optimum health and wellness. *Individual Psychology: Journal of Adlerian Theory, Research & Practice*.
- Szabó, Á., Papp, Z. Z., & Luu, L. A. N. (2020). Social contact configurations of international students at school and outside of school: Implications for acculturation orientations and psychological adjustment. *International Journal of Intercultural Relations*, 77, 69-82.
- Tabachnick, B. G., Fidell, L. S., & Osterlind, S. J. (2001). *Using multivariate statistics*.
- Tabachnick, B. G., Fidell, L. S., & Ullman, J. B. (2007). *Using multivariate statistics (Vol. 5)*: Pearson Boston, MA.
- Tadmor, C. T., Tetlock, P. E., & Peng, K. (2009). Acculturation strategies and integrative

- complexity: The cognitive implications of biculturalism. *Journal of cross-cultural psychology*, 40(1), 105-139.
- Tan, S.-A., & Liu, S. (2014). Ethnic visibility and preferred acculturation orientations of international students. *International Journal of Intercultural Relations*, 39, 183-187.
- Tatar, M., & Myers, J. E. (2010). Wellness of children in Israel and the United States: A preliminary examination of culture and well-being. *Counselling Psychology Quarterly*, 23(1), 17-33.
- Tempelaar, D., Rienties, B., & Gijssels, W. (2006). Internationalisering; en de Nederlandse student? Maastrichtse ervaringen met Nederlandse en Duitse studenten. *Onderzoek van Onderwijs*, 35(3), 40-45.
- Thoits, P. A. (1983). Multiple identities and psychological well-being: A reformulation and test of the social isolation hypothesis. *American sociological review*, 174-187.
- Thoits, P. A. (1984). Coping, social support, and psychological outcomes: The central role of emotion. *Review of Personality & Social Psychology*.
- Thoits, P. A. (1995). Stress, coping, and social support processes: Where are we? What next? *Journal of health and social behavior*, 53-79.
- Thomas, W. I., & Znaniecki, F. (1918). *The Polish peasant in Europe and America: Monograph of an immigrant group (Vol. 2)*: University of Chicago Press.
- Tolsdorf, C. C. (1976). Social networks, support and coping. *Family Process*, 15, 407-417.
- Towbes, L. C., & Cohen, L. H. (1996). Chronic stress in the lives of college students: Scale development and prospective prediction of distress. *Journal of youth and adolescence*, 25(2), 199-217.
- U.S. Department of Health and Human Services. (1999). *Mental Health: A Report of the Surgeon General*. Rockville, MD: U.S. Department of Health and Human Services.
- Utsey, S. O., & Ponterotto, J. G. (1996). Development and validation of the Index of Race-Related Stress (IRRS). *Journal of Counseling Psychology*, 43(4), 490.
- Vachon, M., Lyall, W., Rogers, J., Freedman-Letofsky, K., & Freeman, S. (1980). A controlled study of self-help intervention for widows. *The American Journal of Psychiatry*.
- Van Oudenhoven, J., Judd, C., & Ward, C. (2008). Social psychology and immigration. Relations between immigrants and host societies *Applied social psychology*:

- Understanding and managing social problems (pp. 141-161): Cambridge University Press.
- Vaux, A. (1988). *Social support: Theory, research, and intervention*: Praeger publishers.
- Vaux, A., Phillips, J., Holly, L., Thomson, B., Williams, D., & Stewart, D. (1986). The social support appraisals (SS-A) scale: Studies of reliability and validity. *American Journal of Community Psychology*, 14(2), 195-218.
- Vaux, A., Riedel, S., & Stewart, D. (1987). Modes of social support: The social support behaviors (SS-B) scale. *American Journal of Community Psychology*, 15(2), 209-232.
- Vega, W., Kolody, B., Valle, R., & Weir, J. (1991). Social networks, social support, and their relationship to depression among immigrant Mexican women. *Human organization*, 50(2), 154-162.
- Vega, W. A., & Rumbaut, R. G. (1991). Ethnic minorities and mental health. *Annual Review of Sociology*, 17(1), 351-383.
- Vogt, T. M., Mullooly, J. P., Ernst, D., Pope, C. R., & Hollis, J. F. (1992). Social networks as predictors of ischemic heart disease, cancer, stroke and hypertension: incidence, survival and mortality. *Journal of clinical epidemiology*, 45(6), 659-666.
- Vongtangwad, S. (2016). *The Effect of Individual Existential-Humanistic Online Counseling on Wellness of Undergraduates with Neuroticism*. Chulalongkorn University.
- Votta, R. J., & Benau, E. M. (2014). Sources of stress for pharmacy students in a nationwide sample. *Currents in Pharmacy Teaching and Learning*, 6(5), 675-681.
- Walton, S. J. (1990). Stress management training for overseas effectiveness. *International Journal of Intercultural Relations*, 14(4), 507-527.
- Wang, Y.-W., Lin, J.-c. G., Pang, L.-S., & Shen, F. C. (2007). International Students From Asia *Handbook of Asian American psychology*, 2nd ed. (pp. 245-261). Thousand Oaks, CA, US: Sage Publications, Inc.
- Ward, C. (1996). Acculturation. In D. Landis & R. Bhagat (Eds.), *Handbook of intercultural training*. Newbury Park, CA: Sage.
- Ward, C. (2001). The A, B, Cs of Acculturation. In D. Matsumoto (Ed.), *The handbook of culture and psychology* (pp. 411-445): Oxford University Press.

- Ward, C., Bochner, S., & Furnham, A. (2005). *The psychology of culture shock*: Routledge.
- Ward, C., & Kennedy, A. (1992). Locus of control, mood disturbance, and social difficulty during cross-cultural transitions. *International Journal of Intercultural Relations*, 16(2), 175-194.
- Ward, C., & Kennedy, A. (1993a). Psychological and socio-cultural adjustment during cross-cultural transitions: A comparison of secondary students overseas and at home. *International journal of psychology*, 28(2), 129-147.
- Ward, C., & Kennedy, A. (1993b). Where's the "culture" in cross-cultural transition? Comparative studies of sojourner adjustment. *Journal of cross-cultural psychology*, 24(2), 221-249.
- Ward, C., & Kennedy, A. (1996). Crossing cultures: The relationship between psychological and sociocultural dimensions of cross-cultural adjustment. *Asian contributions to cross-cultural psychology*, 289-306.
- Ward, C., Leong, C.-H., & Low, M. (2004). Personality and sojourner adjustment: An exploration of the Big Five and the cultural fit proposition. *Journal of cross-cultural psychology*, 35(2), 137-151.
- Ward, C., Okura, Y., Kennedy, A., & Kojima, T. (1998). The U-curve on trial: A longitudinal study of psychological and sociocultural adjustment during cross-cultural transition. *International Journal of Intercultural Relations*, 22(3), 277-291.
- Ward, C., & Rana-Deuba, A. (1999). Acculturation and adaptation revisited. *Journal of cross-cultural psychology*, 30(4), 422-442.
- Ward, C., & Searle, W. (1991). The impact of value discrepancies and cultural identity on psychological and sociocultural adjustment of sojourners. *International Journal of Intercultural Relations*, 15(2), 209-224.
- Waxin, M. F. (2004). Expatriates' interaction adjustment: The direct and moderator effects of culture of origin. *International Journal of Intercultural Relations*, 28(1), 61-79.
- Weber, H. (2001). Stress management programs. In N. J. Smelser & P. B. Baltes (Eds.), *International encyclopedia of the social and behavioral sciences* (pp. 15184-15190): Pergamon.

- Weisenfeld, A. R., & Weis, H. M. (1979). A mental health consultation program for beauticians. *Professional Psychology, 10*, 786-792.
- Wellman, B., & Hiscott, R. (1985). From social support to social network Social support: Theory, research and applications (pp. 205-222): Springer.
- Wethington, E., & Kessler, R. C. (1986). Perceived support, received support, and adjustment to stressful life events. *Journal of health and social behavior, 78-89*.
- Wheaton, B., & Montazer, S. (2010). Stressors, stress, and distress. A handbook for the study of mental health: Social contexts, theories, and systems, 171-199.
- Wideman, M. V., & Singer, J. E. (1984). The role of psychological mechanisms in preparation for childbirth. *American psychologist, 39(12)*, 1357.
- Willis, H., Stroebe, M., & Hewstone, M. (2003). Homesick blues. *Psychologist, 16(10)*, 526-528.
- Wilson, I. B., & Cleary, P. D. (1995). Linking clinical variables with health-related quality of life: a conceptual model of patient outcomes. *Jama, 273(1)*, 59-65.
- Wing, R. R., & Jeffery, R. W. (1999). Benefits of recruiting participants with friends and increasing social support for weight loss and maintenance. *Journal of consulting and clinical psychology, 67(1)*, 132.
- World Health Organization. (2002). Gender and mental health.
- World Health Organization. (2014). Mental health: a state of well-being. Retrieved from http://www.who.int/features/factfiles/mental_health/en/
- Wyatt, T., & Oswald, S. B. (2013). Comparing mental health issues among undergraduate and graduate students. *American journal of health education, 44(2)*, 96-107.
- Yang, B., & Clum, G. A. (1995). Measures of life stress and social support specific to an Asian student population. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment, 17(1)*, 51-67.
- Yang, R. P.-J., Noels, K. A., & Saumure, K. D. (2006). Multiple routes to cross-cultural adaptation for international students: Mapping the paths between self-construals, English language confidence, and adjustment. *International Journal of Intercultural Relations, 30(4)*, 487-506.
- Yao, E. L. (1985). Adjustment needs of Asian immigrant children. *Elementary School Guidance & Counseling, 19(3)*, 222-227.

- Yeh, C. J., & Inose, M. (2003). International students' reported English fluency, social support satisfaction, and social connectedness as predictors of acculturative stress. *Counselling Psychology Quarterly*, 16(1), 15-28.
- Yeh, C. J., Kim, A. B., Pituc, S. T., & Atkins, M. (2008). Poverty, loss, and resilience: The story of Chinese immigrant youth. *Journal of Counseling Psychology*, 55(1), 34.
- Ying, Y.-W., & Han, M. (2006). The contribution of personality, acculturative stressors, and social affiliation to adjustment: A longitudinal study of Taiwanese students in the United States. *International Journal of Intercultural Relations*, 30(5), 623-635.
- Yoon, E., & Portman, T. A. A. (2004). Critical issues of literature on counseling international students. *Journal of Multicultural Counseling and Development*, 32(1), 33-44.
- Zhang, J., & Goodson, P. (2011). Acculturation and psychosocial adjustment of Chinese international students: Examining mediation and moderation effects. *International Journal of Intercultural Relations*, 35(5), 614-627.
- Zhang, Y., & Mi, Y. (2010). Another look at the language difficulties of international students. *Journal of Studies in International Education*, 14(4), 371-388.
- ฝน แสงสิงแก้ว. (2521). *เรื่องสุภาพจิต*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ชวนพิมพ์.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต). (2548). *สุภาพะองค์รวมแนวพุทธ* (10th ed.). กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์ การเกษตรแห่งประเทศไทย.



ภาคผนวก ก
รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

ลำดับ	ผู้ทรงคุณวุฒิ	สังกัด	ตำแหน่ง/ความเชี่ยวชาญ
1	ผศ.เบญจวรรณ อุบลศรี	มูลนิธิการศึกษาไทย-อเมริกัน	ผู้อำนวยการบริหาร มีประสบการณ์การดูแลนักศึกษาชาวต่างชาติที่ได้รับทุนมาศึกษาในประเทศไทย
2	ดร.นิปัทม์ พิชญโยธิน	คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย	อาจารย์ผู้สอนคณะจิตวิทยา มีประสบการณ์การสอน วิจัย และให้บริการนักศึกษานานาชาติ
3	ดร.พินิตา เสือวรรณศรี	คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย	อาจารย์ผู้สอนคณะจิตวิทยา มีประสบการณ์การสอน วิจัย และให้บริการนักศึกษานานาชาติ
4	ดร.เจนนิเฟอร์ ชวโนวานิช	คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย	อาจารย์ผู้สอนคณะจิตวิทยา มีประสบการณ์การวิจัยในเรื่องการปรับตัวข้ามวัฒนธรรม
5	อ.ปรเมศวร์ ชรอยนุช	ศูนย์พัฒนาโรงเรียนวิทยาศาสตร์ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน	หัวหน้ากลุ่มแผนงานงบประมาณและความร่วมมือระหว่างประเทศ มีประสบการณ์ในการสนับสนุนและดูแลนักศึกษาที่ได้รับทุนการศึกษาในต่างประเทศ

ภาคผนวก ข

ใบยินยอมของประชากรตัวอย่างหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยและ

ข้อมูลสำหรับประชากรตัวอย่างหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย

AF 04-07

Research Participant Information Sheet and Consent Form

Title of research project	A causal model of acculturative stressors and wellness of international undergraduates studying in an international program
Principal researcher's name	Thosapit Ruchirasak, a doctoral counseling student from Faculty of Psychology, Chulalongkorn University
Office address	Faculty of Psychology, Chulalongkorn University 7th floor Borommaratchachonnaniersattaphat Building, Rama 1 Rd. Pathum Wan, Bangkok, 10330 Cell phone: 080-552-8438 E-mail: snutcher7069@gmail.com

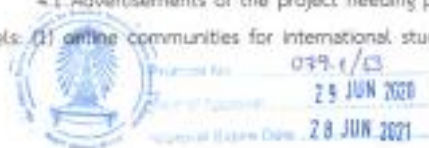
1. The researcher is glad to welcome you to participate the study. Before you decide to do so, however, it is essential that you understand why the study is needed and what it is all about. Please take the time to thoroughly read the following information and do not hesitate to ask if anything is unclear or if you would like more information.

2. This research project aims to study a causal model of acculturative stressors and wellness of international undergraduates studying in an international program in Thailand.

3. You've been invited to participate in this study since you are one of the 400 undergraduates studying in an international program in Thailand during the academic years of 2019 and 2020. Half of the 400 undergraduates come from within the ASEAN countries while the other half comes from out the ASEAN countries. The inclusion criteria are the following: (1) Being an undergraduate studying in an international program in Thailand during the academic years of 2019 and 2020 (2) Agreeing to participate in the study. The exclusion criteria are the following: (1) Having reported to being born, raised and lived in Thailand since young (2) Having reported to having mental health problems and being in the middle of mental health treatment

4. This following are the procedures for conducting this research project

4.1. Advertisements of the project needing participants are executed through 3 channels: (1) online communities for international students in Thailand (e.g. a Facebook



ฉบับปรับปรุงเมื่อ 23 พฤษภาคม 2554

AF 04-07

group named 'International Students Thailand') (2) faculties of selected universities with international undergraduate programs (e.g., Chulalongkorn University, Bangkok University, Assumption University, Stamford International University, and Huachiew Chalermprakiet) and (3) individuals who work closely with international students and individuals with potential contact with international students

4.2 When an international student wishes to participate in the research, the researcher will explain to the potential participant the details of the project and ask whether the potential participant is willing to voluntarily participate in the research. When the potential participant agrees to do so, the researcher will ask the participant to fill out a 132-item questionnaire, consisting of demographics, an acculturative stressors scale, a social support scale, an acculturation strategy scale, and a wellness scale. The entire questionnaire should take about 30 minutes to fill out and the participant's identity shall remain anonymous.

4.3 This research project has 2 types of questionnaire: an online one and a paper one. If the participant fills out the paper questionnaire, it will be immediately collected within an envelope. Nobody, with the exception of the researcher himself, will be allowed to take a look at the questionnaire. If the participant chooses to fill out the online questionnaire, its URL is <https://forms.gle/Yq5PGFctM8zTTCY97>. Only the researcher himself has access to the responses of the online questionnaire. The data provided by the participant will be presented as a part of all the data collected. There will be no information presented that can lead to the identity of any participants. After the research project is concluded, all questionnaires will be terminated.

4.4 The researcher checks whether the questionnaire is completely filled out. If it is, it will be used in further analyses.

5. If, while filling out the questionnaire, the participant has any feelings of psychological discomfort or the researcher notices the participant having such feelings, the researcher will stop the participant from filling out the questionnaire and personally provide any necessary psychological support for the participant. If the participant still wishes to participate in the project, the participation will be scheduled later. If the participant is filling out an online survey and experiences any feelings of psychological discomfort, the directions in the survey clearly state that the participant may choose to terminate his/her participation immediately. Alternatively, the participant may choose to inform the researcher of his/her feelings of psychological discomfort. The researcher will



Approval No. 079-1/63
Date of Approval 29 JUN 2020
Approval Expiry Date 28 JUN 2021

ฉบับที่ 23 พฤษภาคม 2554

AP 06-07

then be able to contact the participant to personally provide any necessary psychological support for the participant. If the participant experiences an excessive degree of psychological discomfort and needs professional help, while filling out both the online and paper questionnaire, the researcher will personally arrange for it.

6. The degree of risk for this research project is low since the identity of the participant will not be needed to answer any questions in the questionnaire. Furthermore, all questionnaires will be destroyed within a single year. Your participation is voluntary. You may wish to terminate your participation at any point during the research without having to specify your reasons for termination and without losing the potential benefits from choosing to participate in the project.

7. Participants will not receive any compensation. However, as a token of appreciation for your participation in the research project, the researcher will randomly select 40 individuals (or 1 out every 10 individuals) who complete the entire questionnaire to receive a gift voucher (up to 100 baht) from a coffee shop. This process will occur within 1 week after the researcher has checked whether the questionnaire is completely filled out. An email will be sent to the randomly selected participant. If the participant does not provide any confirmation to the researcher within 1 week after the email is sent, the researcher will take it that the participant does not wish to receive the gift voucher. If confirmation is provided within 1 week, the researcher will ask the participant for his/her address so that the gift voucher will be mailed there.

8. If you need any additional information, feel free to contact the researcher using the information stated above.

9. If researcher does not perform upon participants as indicated in the participant information sheet and consent form, the participants can report the incident to the Research Ethics Review Committee for Research Involving Human Research Participants, Health Sciences Group, Chulalongkorn University (RECCU) Jernjaree 1 Bldg., 254 Phyathai Rd., Patumwan district, Bangkok 10330, Thailand, Tel./Fax: 0-2218-3202, 0-2218-3049 E-mail: ecru@chula.ac.th



Protocol No. 079.1/63
 Date of Approval 29 JUN 2020
 Approval Expires Date 28 JUN 2021

AF 04-07

I have read and understood all the details in participant information sheet and consent form. I, therefore, give my consent to participate in this project by signature and also received a copy of participant information sheet and consent form

Sign.....
 (Thosapit Ruchirasak)
 Principal investigator
 Date: 16 June 2020

Sign.....
 (.....)
 Research participant
 Date...../...../.....

Sign.....
 (.....)
 Witness
 Date...../...../.....



Approval No. 079-1/63
 29 JUN 2021
 Date of Approval 28 JUN 2021
 Approval Expiry Date



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ภาคผนวก ค
ผลการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์



บันทึกข้อความ



ส่วนงาน คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 โทร.0-2283-83049
ที่ จว 292/2563 (อ) วันที่ 2 กรกฎาคม 2563
เรื่อง แจ้งผลผ่านการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย

เรียน คณบดีคณะจิตวิทยา

สิ่งที่ส่งมาด้วย เอกสารแจ้งผ่านการรับรองผลการพิจารณา

ตามที่นิสิต/บุคลากรในสังกัดของท่านได้เสนอโครงการวิจัยเพื่อขอรับการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย จากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย นั้น ในกรณีนี้ กรรมการผู้ทบทวนหลักได้เห็นสมควรให้ผ่านการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยได้ ดังนี้

โครงการวิจัยที่ 079.1/63 เรื่อง โมเดลเชิงสาเหตุแห่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมและสุขภาพของนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีชาวต่างประเทศที่ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติในประเทศไทย (A CAUSAL MODEL OF ACCULTURATIVE STRESSORS AND WELLNESS OF INTERNATIONAL UNDERGRADUATES STUDYING IN AN INTERNATIONAL PROGRAM) ของ นายทศพิศ จุจิริศักดิ์ นิสิตระดับสุขุณบัณฑิต

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

เรียน ผอ.ฝ่ายวิชาการ
จึงเรียนมาเพื่อโปรด
ทราบ
พิจารณา
ลงชื่อ *วิภา*

พันตรี ไพฑูริศ
(รองศาสตราจารย์ ดร.นันทรี ชัยชนวงศาโรจน์)
กรรมการและเลขานุการ
คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน
กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

เรียน *สุวิมล*
เพื่อโปรดแจ้ง *นิสิต* อาจารย์
ปาน ฐะ
(น.ส.เวณิกา บวรสิน)
ผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ
14 ก.ค. 2563



คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน จุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
254 อาคารจามจุรี 1 ชั้น 2 ถนนพญาไท เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330
โทรศัพท์: 0-2218-3202, 0-2218-3049 E-mail: eccu@chula.ac.th

COA No. 146/2563

ใบรับรองโครงการวิจัย

- โครงการวิจัยที่ 079.1/63 : โมเดลเชิงสาเหตุแห่งความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมและสุขภาพของนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีชาวต่างประเทศที่ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติในประเทศไทย
- ผู้วิจัยหลัก : นายทศพล จูใจระคำดี
- หน่วยงาน : คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน จุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ได้พิจารณา โดยใช้หลัก ข้อ ๘ Belmont Report 1979, Declaration of Helsinki 2013, Council for International Organizations of Medical Sciences (CIOMS) 2016, มาตราฐานคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคน (มคอ.จ.) 2560, นโยบายของประชาคมแพทยศาสตร์ปฏิบัติกรวิจัยในมนุษย์ 2558 อนุมัติให้ดำเนินการศึกษาวิจัยเบื้องต้นได้

ลงนาม ศศิธร อธิมาวณิช
(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ปิลา ทิศนารัตินัญ)
ประธาน

ลงนาม สินี วัฒนสุโข
(รองศาสตราจารย์ ดร.สินี ชัยชนะสงคราม)
กรรมการและเลขานุการ

วันที่รับรอง : 29 มิถุนายน 2563

วันหมดอายุ : 28 มิถุนายน 2564

เอกสารที่คณะกรรมการรับรอง

- 1) โครงการวิจัย
- 2) เอกสารขออนุญาตยื่นสมัครเข้าร่วมโครงการวิจัย
- 3) ผู้วิจัย
- 4) แบบสอบถาม



เงื่อนไข

1. ข้าราชการที่เข้าร่วมโครงการวิจัยนี้ จะดำเนินการที่ปฏิบัติตามที่ได้ระบุไว้ในเอกสารพิจารณาจริยธรรมการวิจัย
2. หากมีข้อสงสัยเกี่ยวกับโครงการวิจัยนี้ กรุณาติดต่อผู้วิจัย เมื่อต้องการข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อผู้วิจัย
3. ต้องดำเนินการวิจัยเพื่อประโยชน์ต่อสังคม
4. มีเอกสารขออนุญาตยื่นสมัครเข้าร่วมโครงการวิจัย ในชื่อของคณะกรรมการที่ผู้วิจัยร่วมดำเนินการวิจัย และเอกสารผู้วิจัยร่วมวิจัยแล้ว และขอรับทราบผลการพิจารณา
5. หากมีข้อสงสัยเกี่ยวกับเงื่อนไขอื่นใด กรุณาติดต่อผู้วิจัยหรือคณะกรรมการ คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย 5 วันทำการ
6. หากมีการเปลี่ยนแปลงการดำเนินการวิจัย ให้แจ้งคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย
7. หากผู้วิจัยต้องการถอนการสมัครโครงการวิจัย ส่วน 2 ปีหลังจากยื่นสมัคร
8. โครงการวิจัยไม่ได้รับ 0.5 หน่วยกิตจากต้นโครงการวิจัย (AF 01-15) และขอคืนโครงการวิจัยภายใน 30 วัน เมื่อโครงการวิจัยเสร็จสิ้น สำหรับโครงการวิจัยที่ (ในวิชา) ที่มีชื่อโครงการวิจัย ส่วน 30 วัน เมื่อโครงการวิจัยเสร็จสิ้น
9. โครงการวิจัยที่มีผลวิจัย จะมีการจัดการเรียนการสอน เมื่อดำเนินการวิจัยในระยะเวลาที่ยาวนาน ให้ดำเนินการจัดการเรียนการสอนกับนักศึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
10. คณะกรรมการฯ จะดำเนินการขอรับแจ้งผลการดำเนินการวิจัย
11. สำหรับโครงการวิจัยที่ขอรับและ ผู้วิจัยร่วมวิจัย ส่วนที่ดำเนินการวิจัย



The Research Ethics Review Committee for Research Involving Human Research
Participants, Group I, Chulalongkorn University

Jamjumeo 1 Building, 2nd Floor, Phayathai Rd., Patumwan district, Bangkok 10330, Thailand.

Tel: 0-2218-3202, 0-2218-3049 E-mail: eccu@chula.ac.th

AF 02-12

COA No. 146/2020

Certificate of Approval

Study Title No. 079.1/63 : A CAUSAL MODEL OF ACCULTURATIVE STRESSORS AND WELLNESS OF INTERNATIONAL UNDERGRADUATES STUDYING IN AN INTERNATIONAL PROGRAM

Principal Investigator : MR. THOSAPIT RUCHIRASAK

Place of Proposed Study/Institution : Faculty of Psychology,
Chulalongkorn University

The Research Ethics Review Committee for Research Involving Human Research Participants, Group I, Chulalongkorn University, Thailand, has approved constituted in accordance with Belmont Report 1979, Declaration of Helsinki 2013, Council for International Organizations of Medical Sciences (CIOMS) 2016, Standards of Research Ethics Committee (SREC) 2013, and National Policy and guidelines for Human Research 2015.

Signature: 
(Associate Prof. Prida Tasanapradit, M.D.)
Chairman

Signature: 
(Associate Prof. Nuntaree Chaichanawongroj, Ph.D.)
Secretary

Date of Approval : 29 June 2020

Approval Expire date : 28 June 2021

The approval documents including:

1) Research proposal

2) Participant Information Sheet

3) Researcher

4) Questionnaires




079.1/63
29 JUN 2020
28 JUN 2021

The approved investigator must comply with the following conditions:

- The research/project activities must end on the approval expired date of the Research Ethics Review Committee for Research Involving Human Research Participants, Health Sciences Group, Chulalongkorn University (RECCU). In case the research/project is unable to complete within that date, the project extension can be applied one month prior to the RECCU approval expired date.
- Strictly conduct the research/project activities as written in the proposal.
- Using only the documents that bearing the RECCU's seal of approval with the subjects/volunteers including subject information sheet, consent form, invitation letter for project/research participation (if available).
- Report to the RECCU for any serious adverse events within 3 working days.
- Report to the RECCU for any change of the research/project activities prior to conduct the activities.
- Final report (AF 02-10) and abstract is required for a one year or less research/project and report within 30 days after the completion of the research/project. For thesis, abstract is required and report within 30 days after the completion of the research/project.
- Annual progress report is needed for a two-year (or more) research/project and submit the progress report before the expire date of certificate. After the completion of the research/project processes as No. 4.

ภาคผนวก ง
แบบสอบถาม

ภาคผนวก ก:
แบบสอบถาม
International Student Wellness Survey



SCREENING QUESTIONS	
Q1. Were you born or raised in Thailand? <input type="checkbox"/>	Q2. Have you recently taken medication or treatments due to mental health concerns such as depression etc? <input type="checkbox"/>
Yes No	Yes No

If "YES" responses to Q1 or Q2, Please add this questionnaire.

If "NO" responses to Q1 and Q2, Please get started.

Dear Prospective Participant:

I am conducting a study about international students' wellness and its related factors such as acculturative stressors, acculturation strategy, social support. This study is part of my doctoral dissertation project in Counseling Psychology Program, Faculty of Psychology, and Chulalongkorn University. To add to limited literature, I personally hope that this project can be informative about challenges and resources that international students have to face during their undergraduate years in Thailand.

This online survey consists of 5 sections:

- Section 1: Demographics
- Section 2: Acculturative stressors
- Section 3: Acculturation strategy
- Section 4: Social support
- Section 5: Wellness

I am asking you to complete an anonymous online survey that takes about twenty minutes. Your participation is voluntary, and you may skip any question that you do not want to answer. Although your participation will contribute a great deal to equip mental health professionals in helping international students, you may experience discomfort or personal thoughts/feelings associated with some questions asked. You may stop answering at any point. Since it is impossible to identify respondents, there is no way to penalize any one for participating or declining to participate. Please feel free to contact me at kritsana.216@gmail.com if you have questions about this survey or if you have any further questions involving this research.

By continuing with this survey, you have agreed to participate in this survey based on the preceding information you have been presented.

Thank you for your time and cooperation.



Thosapit Rochimsak
Doctoral Student in Counseling Psychology Program
Faculty of Psychology, Chulalongkorn University.

Protocol No. 079-9/63
Term of Approval 29 JUN 2020
Approval Expiry Date 28 JUN 2021

Section 1: Demographics

1. Please indicate your age.....
2. Please indicate your biological sex (i.e., sex that was assigned to you at birth)
: male female
3. What is your native or home country?
.....
4. Were you born in Thailand?
: yes no
5. How long have you been in Thailand?
.....month(s).....year(s)
6. How long do you intend to stay in Thailand?
.....month(s).....year(s)
7. In which university do you currently study?
.....
8. Faculty
9. Year of study
: First year Second year Third year
 Fourth year Fifth year Sixth year
 Others (please specify):
10. Marital status
 Single (never married) Living with partner Married
 Married (separated) Other (please specify):
11. Is English your native language?
 Yes
 No
12. What is your native language?
13. Source of your financial support while studying in Thailand (check all that apply):
 Family Friends Native government
 College/University Thai government Others
14. How much has your life been affected by COVID-19?



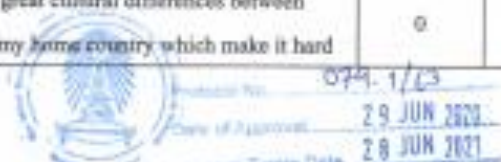
Reviewed by: 079 1/63
Date of Approval: 29 JUN 2020
Approval Expires: 28 JUN 2021

- A lot A little
 Not quite Not at all

Section 2: Acculturative Stressors

Directions: Please read each statement below and decide to what degree each describes your experiences as an international student. For each of the following statements, please indicate the degree to which you have experienced or are experiencing these stressors as: not at all (0), a little (1), moderate (2), a lot (3). Please respond to each and every statement.

Statement	Not at all	A little	Moderate	A lot
1) When I first arrived Thailand, I did not know how to start my study.	0	1	2	3
2) I do not have a new social network in Thailand.	0	1	2	3
3) I am not able to express my ideas in Thai/non-native languages fluently.	0	1	2	3
4) Writing academic papers in English is difficult for me.	0	1	2	3
5) My social space in Thailand is very small. I am either at school/university or at home.	0	1	2	3
6) It is difficult for me to reach my supervisor's/lecturer's expectations on my study.	0	1	2	3
7) It is difficult for me to integrate into the social circle of local people. My relationships with the locals are general working/studying relationships.	0	1	2	3
8) I am not accustomed to the Thai / non-native language way of thinking.	0	1	2	3
9) I worry that Thai people will discriminate against people from my country.	0	1	2	3
10) I am worried whether I can graduate as scheduled.	0	1	2	3
11) There are great cultural differences between Thailand and my home country which make it hard	0	1	2	3



for me to adjust.				
12) I am not able to express my ideas in Thai / non-native languages in a class or seminar fluently.	0	1	2	3
13) There is a huge gap between my expectation about Thailand and the actual situation.	0	1	2	3
14) It is very difficult for me to integrate into the local culture in Thailand.	0	1	2	3
15) I feel pressured when making comparison with fellow students.	0	1	2	3
16) I do not have a sufficient vocabulary in Thai / non-native languages.	0	1	2	3
17) I feel uncomfortable when I am trying to adapt to a new culture and values.	0	1	2	3
18) I am taken aback by how competitive my fellow students are in their studies.	0	1	2	3
19) It's hard to make friends because Thai people speak Thai among themselves all the time.	0	1	2	3
20) I am unfamiliar with the style of learning here (e.g. heavy emphasis on memorization).	0	1	2	3
21) I am frustrated when instructors use Thai in class.	0	1	2	3



079.1/63
 Date of Approval: 23 JUN 2020
 Approval Expires Date: 28 JUN 2021

CHULALONGKORN UNIVERSITY

Section 3: Acculturation Strategy

Directions: When answering this questionnaire, please first identify your, or your family's, heritage culture. It refers the original culture of your family (other than Thai). It may be the culture of your birth, the culture in which you have been raised, or any culture in your family background. If there are several (e.g. Irish, Chinese, Mexican), pick the one that has influenced you most. If you do not feel that you have been influenced by any other culture, please name a culture that influenced previous generations of your family.

Your heritage culture (other than Thai) is _____

Now that you have identified your heritage culture, please proceed to answer the rest of this questionnaires by selecting one of the numbers to the right of each item to indicate your degree of agreement or disagreement.

Disagree the most Agree the most

Response options: 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9

Statement	Disagree	Agree
1. I often participate in my heritage cultural traditions.	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9	
2. I often participate in mainstream Thai cultural traditions.	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9	
3. I would be willing to marry a person from my heritage culture.	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9	
4. I would be willing to marry a Thai person.	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9	
5. I enjoy social activities with people from the same heritage culture as myself.	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9	
6. I enjoy social activities with typical Thai people.	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9	
7. I am comfortable interacting with people of the same heritage culture as myself.	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9	
8. I am comfortable interacting with typical Thai people.	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9	
9. I enjoy entertainment (e.g. movies, music) from my heritage culture.	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9	
10. I enjoy Thai entertainment (e.g. movies, music).	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9	
11. I often behave in ways that are typical of my heritage culture.	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9	
12. I often behave in ways that are 'typically Thai'.	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9	
13. It is important for me to maintain the practices of my heritage culture.	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9	
14. It is important for me to maintain Thai cultural practices.	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9	
15. It is important for me to develop the practices of my heritage culture.	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9	
16. It is important for me to develop Thai cultural practices.	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9	



Document No. 079.1/63
 Date of Approval: 28 JUN 2021
 Validity/Expiry Date: 28 JUN 2021

Statement	Disagree	Agree
17. I believe in the values of my heritage culture.	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9
18. I believe in mainstream Thai values.	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9
19. I enjoy the jokes and humor of my heritage culture.	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9
20. I enjoy Thai jokes and humor.	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9
21. I am interested in having friends from my heritage culture.	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9
22. I am interested in having Thai friends.	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9
23. I enjoy food from my heritage culture.	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9
24. I enjoy Thai food.	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9



Project No. 079.1/63
 Date of Approval: 29 JUN 2020
 Approval Expires Date: 28 JUN 2021

Section 4: Social Support

Directions: The following statements detail helpful behaviors which can make living in Thailand easier or more enjoyable for you. The people who perform these behaviors can be those who live in Thailand or outside Thailand. Please consider how many people whom you know are willing to perform the following behaviors, using the scales described below.:

Response options:	1	No one would do this
	2	Someone would do this
	3	A few would do this
	4	Several would do this
	5	Many would do this

Statement	No one would do this (1)	Someone would do this (2)	A few would do this (3)	Several would do this (4)	Many would do this (5)
1. Listen and talk with you whenever you feel lonely or depressed.	1	2	3	4	5
2. Give you tangible (concrete, practical) assistance in dealing with any communication or language problems that you might face.	1	2	3	4	5
3. Explain things to make your situation	1	2	3	4	5

Statement	No one would do this (1)	Someone would do this (2)	A few would do this (3)	Several would do this (4)	Many would do this (5)
clearer and easier to understand.					
4. Spend some quiet time with you whenever you do not feel like going out.	1	2	3	4	5
5. Explain and help you understand the local culture and language.	1	2	3	4	5
6. Accompany you somewhere even if he/she doesn't have to.	1	2	3	4	5
7. Share your good times and bad times.	1	2	3	4	5
8. Help you deal with some local institutions' official rules and regulations.	1	2	3	4	5
9. Accompany you to do things whenever you need someone for company.	1	2	3	4	5
10. Provide necessary information to help orient you to your new surroundings.	1	2	3	4	5
11. Comfort you when you feel homesick.	1	2	3	4	5
12. Help you interpret things that you don't really understand.	1	2	3	4	5
13. Tell you what can and cannot be done in Thailand.	1	2	3	4	5
14. Visit you to see how you are doing.	1	2	3	4	5
15. Tell you about available choices and options.	1	2	3	4	5
16. Spend time chatting with you whenever you are bored.	1	2	3	4	5
17. Reassure you that you are loved, supported and cared for.	1	2	3	4	5
18. Show you how to do something that you didn't know how to do.	1	2	3	4	5



Approved By: 079 9/63
 Date of Approval: 29 JUN 2020
 Approved Faculty Chair: 28 JUN 2021

Statement	No one would do this (1)	Someone would do this (2)	A few would do this (3)	Several would do this (4)	Many would do this (5)
19. Invite you to do various activities to help you feel more at ease living in Thailand.	1	2	3	4	5
20. Have someone who understands how you feel when being far away from home.	1	2	3	4	5
21. Become someone whom you can turn to when having difficulties/problems.	1	2	3	4	5



Professor Prof. 079.1/63
 Date of Approval 29 JUN 2020
 Approval Expires Date 28 JUN 2021

Section 5: Wellness

Direction: The following questions ask about how you have been feeling during the past two weeks. For each question, please check the response that best describes how often you had this feeling.

- Response options:
- 4 Strongly Agree
 - 3 Agree
 - 2 Disagree
 - 1 Strongly Disagree

Question	Strongly Disagree (1)	Disagree (2)	Agree (3)	Strongly Agree (4)
1. When I have a problem, I study my choices and possible outcomes before acting.				
2. I can take charge and manage a situation when it is appropriate.				
3. I can laugh at myself.				
4. I have a lot of control over conditions affecting the work or schoolwork I do.				
5. I am often unhappy when my expectations are not met.				

6. I am satisfied with how I cope with stress.				
7. My free time activities are an important part of my life.				
8. My cultural background enhances the quality of my life.				
9. I get some form of exercise for 20 minutes at least three times a week.				
10. I seek ways to stimulate my thinking and increase my learning.				
11. I usually achieve the goals I set for myself.				
12. My work or schoolwork allows me to use my abilities and skills.				
13. Others say I have a good sense of humor.				
14. I accept how I look even though I am not perfect.				
15. I am able to manage my stress.				
16. I take part in leisure activities that satisfy me.				
17. I have friends and/or relatives who would provide help for me if I were in need.				
18. I have spiritual beliefs that guide me in my daily life.				
19. I do not use tobacco.				
20. I have at least one person who is interested in my growth and well-being.				
21. Being male/female has a positive effect on my life.				
22. I have sources of support with respect to my race, color, or culture.				
23. I am satisfied with the quality and quantity of foods in my diet.				
24. I do some form of stretching activity at least three times a week.				
25. I can show my feelings anytime.				
26. I plan ahead to achieve the goals in my life.				
27. I am appreciated by those around me at work or				



Professor No. 079-1/63
 Date of Approval 29 JUN 2021
 Approval Expires Date 28 JUN 2021

school.				
28. I use humor to gain new insights on the problems in my life.				
29. I make time for leisure activities that I enjoy.				
30. I can start and keep relationships that are satisfying to me.				
31. I can cope with the thoughts that cause me stress.				
32. I have at least one person with whom I am close emotionally.				
33. I believe that I am a worthwhile person.				
34. Prayer or spiritual study is a regular part of my life.				
35. I regularly get enough sleep.				
36. I feel support from others for being a male/female.				
37. I am proud of my cultural heritage.				
38. I eat a healthy diet.				
39. I like to be physically fit.				
40. I am good at using my imagination, knowledge, and skills to solve problems.				
41. I can experience a full range of emotions, both positive and negative.				
42. I like myself even though I am not perfect.				
43. When I need information, I have friends whom I can ask for help.				
44. My spiritual growth is essential to me.				
45. I do not use illegal drugs.				
46. I have at least one person in whom I can confide my thoughts and feelings.				
47. I feel a positive identity with others of my gender.				
48. I eat fruits, vegetables, and whole grains daily.				
49. I feel like I need to keep other people happy.				



UPR-001-191

UPR-001-191

UPR-001-191

079.1/63

29 JUN 2020

28 JUN 2021

I would like to THANK YOU for participating in this research by randomly offering gift vouchers (from coffee shops like Starbucks and True Coffee) to 10 out of every 100 people who completed the entire survey. If you wish to take part in this giveaway, please give me your email address down below.

(OPTIONAL)

Your Email:



Proposal No. 079.1/63
Date of Approval 28 JUN 2020
Approval Expire Date 28 JUN 2021



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ภาคผนวก จ
การขออนุญาตใช้มาตรวัด

In the Public Domain

The following questionnaires are available without permission. Feel free to download and use as needed.

[Spheres of Control \(SOC-3\)](#). This 30-item instrument taps three domains of perceived control: Personal Control, Interpersonal Control, and Socio-Political Control. Although positively intercorrelated, the three subscales often predict distinctive criteria.

[Free Will and Determinism \(FAD-Plus\)](#). This 27-item instrument measures two types of determinism (fatalism & scientific causation) as well as two types of non-determinism (free will & chance). These beliefs have trait antecedents but are also influenced by a variety of contextual manipulations.

[Vancouver Index of Acculturation \(VIA\)](#). This 20-item measure of acculturation distinguishes the acquisition of the new (host) cultural tendencies from the loss of old (heritage) cultural tendencies.



Andy ONG (NYP)

08:15 (5)

to me ▾

Hello,

Please go ahead to use the ISSS.

I'd be interested to know the outcome of your study – do let know how the ISSS holds up in a Thai context when you are done! 😊

Sincerely,
Andy

Jiayan Pan

to me ▾

Dear Thosapit Ruchirasak

Thanks for your interest in my study! Please find the scale in the attachment for your use.

Kind regards,

Jiayan

Dr. Jiayan Pan
Associate Professor
Department of Social Work
Hong Kong Baptist University
Tel: (852)3411 6415
Email: jiayan@hkbu.edu.hk



ศูนย์ประเมินทางจิตวิทยา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

แบบฟอร์มขอใช้มาตรการ

1) เว้น คณะจิตวิทยา

ข้าพเจ้า ทศพร วชิระศักดิ์

ผลิตนักศึกษา เลขประจำตัว 5777611238 ระดับการศึกษา ปริญญาตรี ปริญญาโท ปริญญาเอก

คณะ จิตวิทยา มหาวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

อาจารย์ที่ปรึกษา รศ.ดร.ลวิญญา ตูมคำศิริ

อาจารย์ คณะ มหาวิทยาลัย

ผู้สนใจ หน่วยงาน

ที่อยู่ปัจจุบัน เลขที่ 53/19 ถนน เทพารักษ์ เขต ตลิ่งเหนือ ตำบลหนอง มาบองสีใหญ่

อำเภอ มาบองสี จังหวัด สมุทรปราการ รหัสไปรษณีย์ 10540

โทรศัพท์มือถือ 080-459-8438 อีเมล krutcher7069@gmail.com

มีความประสงค์จะขอใช้มาตรการ

ชื่อมาตรการ ศูนย์ภาวะแบบห้องสัมมนา ชื่อผู้พัฒนามาตรการ ศราวณี วงศ์ทางสวัสดิ์

จากวิทยานิพนธ์/งานวิจัยเรื่อง ผลการปรึกษาเชิงจิตวิทยาบุคคลแบบออนไลน์แนวสติภาวนาแบบผสม

นิเทศต่อสุขภาพของนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีที่มีคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์

ชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาของผู้พัฒนามาตรการ (ในกรณีที่มาจากวิทยานิพนธ์ ไม่ควรระบุชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ของผู้พัฒนา

มาตรการ) รศ.ดร.ลวิญญา ตูมคำศิริ ปี พ.ศ. 2559

วัตถุประสงค์ของมาตรการใช้ถาม โครงการทางจิตวิทยา การวิจัย วิทยานิพนธ์

การเรียนการสอน อื่น ๆ โปรดระบุ _____

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ จักเป็นพระคุณยิ่ง

รณสมิตานันต์

ลงนามผู้ขอใช้มาตรการ ศราวณี วงศ์ทางสวัสดิ์
วันที่ 17 / 8 / 63

<p>2) อาจารย์ที่ปรึกษาของผู้ขอใช้มาตรการ (ในกรณีที่มีผู้ขอใช้มาตรการเป็นนิสิตนักศึกษา)</p> <p>ลงนาม <u></u> วันที่ <u>18 / 8 / 63</u></p>	<p>3) ศูนย์ประเมินทางจิตวิทยาตรวจสอบ</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> สามารถดำเนินการ</p> <p><input type="checkbox"/> ไม่สามารถดำเนินการ เพราะ _____</p> <p>ลงนาม <u></u> วันที่ <u>18 / 8 / 63</u></p>
<p>4) อาจารย์ที่ปรึกษาของผู้พัฒนามาตรการ (ในกรณีที่เป็นวิทยานิพนธ์) / เจ้าภาพผลงาน (ในกรณีที่เป็นงานวิจัย)</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> อนุญาต</p> <p><input type="checkbox"/> ไม่อนุญาต เพราะ _____</p> <p>ลงนาม <u></u> วันที่ <u>18 / 8 / 63</u></p>	<p>5) คณะจิตวิทยา</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> อนุมัติ</p> <p><input type="checkbox"/> ไม่อนุมัติ</p> <p>ลงนาม <u></u> วันที่ <u>19 / 8 / 2563</u></p>



สัญญาขอใช้มาตรา ๖๖ แห่ง พ.ร.บ.การศึกษาแห่งชาติ

คณะนิติศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2563

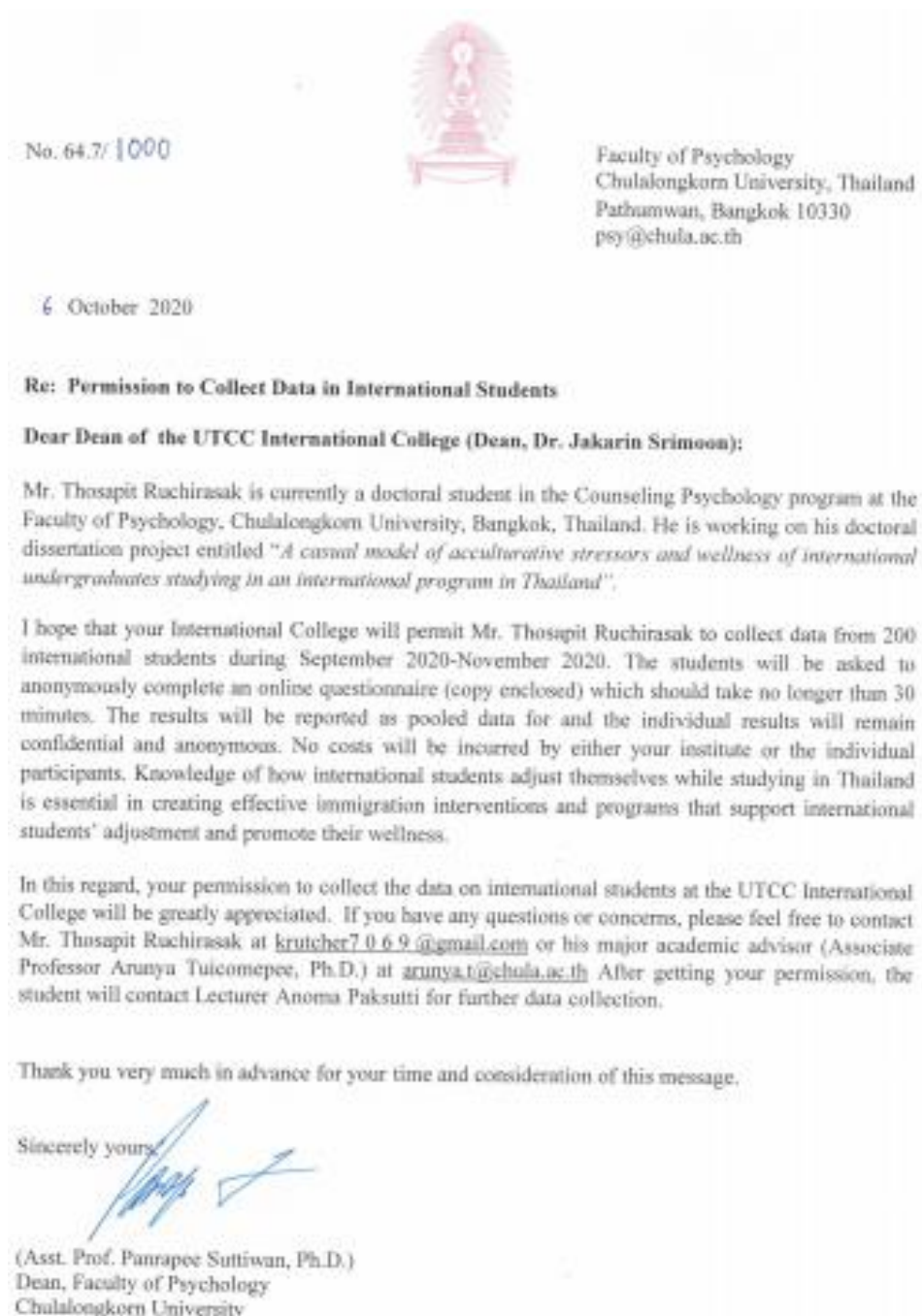
สัญญาฉบับนี้ทำขึ้น ณ คณะนิติศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ซึ่งอยู่ที่อาคารบรมราชชนนีศรีศุภพราว ชั้น 7
 ถนนสุขุมวิท แขวงวังใหม่ เขตปทุมวัน กรุงเทพมหานคร เมื่อวันที่ 17 เดือน มิถุนายน พ.ศ. 2563
 ระหว่าง คณะนิติศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โดย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ศุภพรณนที สุทธิธรรม ตำแหน่ง คณะบดีคณะ
 นิติศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ซึ่งต่อไปในสัญญานี้จะเรียกว่า "ผู้ขอใช้มาตรา ๖๖ แห่ง พ.ร.บ.ศึกษา
 ชาติ" ฝ่ายหนึ่ง กับ **ศาสตราจารย์ ทศพร อธิษฐาน** เลขประจำตัวผู้เสียภาษี 5777611238
 ระดับปริญญา เอก คณะ นิติศึกษา มหาวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
 อาจารย์ที่ปรึกษา **ศาสตราจารย์ รศ.ดร.สุวิทย์ ตุ่มคำศิริ** เจ้าศึกษาเมื่อมีการศึกษา 2557
 สาขาวิชา นิติศึกษาระดับปริญญา เลขประจำตัวประจำตัวประชาชน 1100800713751
 ที่อยู่ปัจจุบัน 53/19 หมู่ 5 ถนน เพชรเกษม แขวง/ตำบล บางพลีใหญ่
 เขต/อำเภอ บางพลี จังหวัด สมุทรปราการ รหัสไปรษณีย์ 10540
 หมายเลขโทรศัพท์ 080-459-8438 ซึ่งต่อไปในสัญญานี้ จะเรียกว่า "ผู้ขอใช้มาตรา ๖๖ แห่ง พ.ร.บ.ศึกษา
 ชาติ" อีกฝ่ายหนึ่ง
 มีความประสงค์ขอใช้มาตรา ๖๖ แห่ง พ.ร.บ.ศึกษา ชาติ สาขาวิชานิติศึกษาระดับปริญญาตรี
 ชื่อผู้ส่งมอบมาตรา ๖๖ **ศาสตราจารย์ ทศพร อธิษฐาน**
 จากวิชาในคณะ/ภาควิชา/โรงเรียน ผลการเรียนวิชาเชิงนิติศึกษาระดับอุดมศึกษา โสภณนิติศึกษา นิเทศศาสตร์
 ต่อสาขาวิชานิติศึกษาระดับปริญญาตรีที่มีคุณลักษณะเด่น ไม่เป็นผลทางอารมณ์
 ชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาของผู้ส่งมอบมาตรา ๖๖ ในการนี้จากภาควิชานิติศาสตร์ ไม่ควรระบุชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิชาที่มีผลส่งมอบผู้ส่งมอบ
 มาตรา ๖๖ **รศ.ดร.สุวิทย์ ตุ่มคำศิริ** ปี พ.ศ. 2559
 วัตถุประสงค์ของการใช้มาตรา ๖๖ โครงการทางนิติศึกษา การวิจัย วิทยานิพนธ์ การเขียนการสอบ
 อื่น ๆ ไม่ประสงค์

ผู้ขอใช้มาตรา ๖๖ แห่ง พ.ร.บ.ศึกษา ชาติยินยอมตามข้อกล่าว ดังนี้

1. มาตรา ๖๖ แห่ง พ.ร.บ.ศึกษา ชาติเป็นสิทธิของคณะนิติศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
2. ผู้ขอใช้มาตรา ๖๖ แห่ง พ.ร.บ.ศึกษา ชาติต้องปฏิบัติตามข้อกำหนดและวิธีการของคณะนิติศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
 ซึ่งกำหนดในสัญญา ดังนี้
 - 2.1 ผู้ขอใช้มาตรา ๖๖ แห่ง พ.ร.บ.ศึกษา ชาติต้องปฏิบัติตามข้อกำหนดในสัญญาฉบับนี้ไปตั้งแต่เริ่มขอใช้มาตรา ๖๖ แห่ง พ.ร.บ.ศึกษา ชาติ
 - 2.2 การอนุญาตให้ใช้มาตรา ๖๖ แห่ง พ.ร.บ.ศึกษา ชาติเป็นไปอย่างไม่มีเงื่อนไข

ภาคผนวก ฉ

ตัวอย่างหลักฐานการขออนุญาตเก็บข้อมูลตามสถานศึกษาต่างๆ



No. 64.7/643

Faculty of Psychology Chulalongkorn University,
Pathumwan, Bangkok 10330

12 September 2019

Re: Permission to Collect Data in International Students

Dear: President of the University (Dr. Andrew David Leslie Scown)

I am writing to request permission for our doctoral student to collect data of international students at your institute. Mr. Thosapit Ruchirarak is currently a doctoral student in Counseling Psychology program at Faculty of Psychology, Chulalongkorn University, Bangkok, Thailand. He is in the process of working on my doctoral dissertation project titled *A casual model of acculturative stressors and wellness of international undergraduates studying in an international program in Thailand*.

I hope that your institute administration will allow Mr. Thosapit Ruchirarak to recruit 300 international students to anonymously complete an online questionnaire (copy enclosed) during September 2019-November 2019. The online survey process should take no longer than 30 minutes to complete the questionnaire. The study results will be pooled for the dissertation project and individual results of this study will remain absolutely confidential and anonymously. No costs will be incurred by either your institute or the individual participants. Knowledge on how international students adjust themselves while studying in Thailand is essential in creating effective immigration interventions and programs that support international students' adjustment and promote their wellness.

In this regard, your approval to collect the data in international students at the Stamford International University will be greatly appreciated. If any questions or concerns that you may have for this study, please feel free to contact the student at krutcher7069@gmail.com or his major academic advisor (Associate Professor Anunya Tuicomepee, Ph.D.) at anunya.t@chula.ac.th

Thank you very much in advance for your time and consideration on this message. I am looking forward to hearing from you at your earliest convenience.

Sincerely yours,

Dean, Faculty of Psychology

OK -
Andrew D. Scown
2019/10/19

ที่ อ 64.7/ 627



คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
อาคารบรมราชชนนีศรีศศพรหม ชั้น 7
เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330

๙ กันยายน 2562

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์มิให้นิสิตเข้ามาเก็บข้อมูลเพื่อใช้ในงานวิจัย

เรียน อธิการบดี มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม

ด้วยนายทศพล รุจีระศักดิ์ เลขประจำตัวนิสิต 577 76112 38 นิสิตหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา คณะวิชาจิตวิทยาการบริการ มหาวิทยาลัยพนมเปญ พัวซ้อ "โมเดลเชิงสาเหตุซึ่งเน้นย้ำความเครียดจากการผสมผสานทางวัฒนธรรมและสุขภาพของนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีชาวต่างประเทศที่ศึกษาในหลักสูตรนานาชาติ" โดยมีรองศาสตราจารย์ ดร.อริญญา ตัญคำภีร์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

นิสิตมีความประสงค์เข้ามาเก็บข้อมูลเพื่อใช้ในงานวิจัย ณ มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม กับกลุ่มตัวอย่าง คือ นักศึกษาปริญญาตรีชาวต่างชาติ จำนวน 15 คน โดยใช้แบบสอบถาม ครั้งละ 30 นาที ในวันที่ 30 กันยายน 2562

ในการนี้คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จึงใคร่ขอความอนุเคราะห์มิให้นิสิตดังกล่าวข้างต้นเข้ามาเก็บข้อมูลในหน่วยงานของท่าน

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ และขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. พรรณระพี สุทธิวรรณ)
คณบดีคณะจิตวิทยา

งานบริการการศึกษา คณะจิตวิทยา
โทร. 02-218-1184 โทรสาร.02-218-1313

ภาคผนวก ข

ผลการวิเคราะห์โมเดลเชิงโครงสร้างสำหรับการทดสอบการแข่งขันโมเดลลำดับที่ 1 ด้วย

โปรแกรม JASP

Chi Square Test Statistic (unscaled)

	df	AIC	BIC	χ^2	p
Model	10.000	10854.801	11123.964	20.749	0.023

Parameter Estimates ▼

	label	est	se	z	p	CI (lower)	CI (upper)	std (lv)	std (all)	std (nox)	
stressor	==	Language	1.000	0.000		1.000	1.000	0.588	0.822	0.822	
stressor	==	Culture	0.881	0.114	7.757	< .001	0.659	1.104	0.518	0.811	0.811
stressor	==	Academic	0.750	0.099	7.547	< .001	0.556	0.945	0.441	0.703	0.703
stressor	==	SocialInter	0.761	0.089	8.555	< .001	0.587	0.935	0.447	0.704	0.704
support	==	Socio	1.000	0.000		1.000	1.000	5.673	0.552	0.552	
support	==	Instrument	0.958	0.337	2.847	0.004	0.299	1.618	5.436	0.734	0.734
strat_h	==	Heritage	1.000	0.000		1.000	1.000	1.380	1.000	1.000	
strat_t	==	Thai	1.000	0.000		1.000	1.000	1.297	1.000	1.000	
well	==	Creative	1.000	0.000		1.000	1.000	4.506	0.785	0.785	
well	==	Coping	0.697	0.080	8.705	< .001	0.540	0.854	3.141	0.698	0.698
well	==	Social	0.586	0.084	6.993	< .001	0.422	0.750	2.639	0.771	0.771
well	==	Essential	0.968	0.123	7.890	< .001	0.727	1.208	4.361	0.775	0.775
well	==	Physical	0.409	0.057	7.194	< .001	0.298	0.521	1.844	0.570	0.570
well	~	strat_h	1.657	0.305	5.431	< .001	1.059	2.256	0.508	0.508	0.508
well	~	strat_t	1.751	0.364	4.814	< .001	1.038	2.464	0.504	0.504	0.504
well	~	support	0.616	0.449	1.372	0.170	-0.264	1.497	0.776	0.776	0.776
strat_h	~	stressor	0.127	0.236	0.538	0.591	-0.336	0.590	0.054	0.054	0.054
strat_t	~	stressor	-0.033	0.188	-0.175	0.861	-0.401	0.335	-0.015	-0.015	-0.015
Heritage	~~	Thai	0.849	0.158	5.369	< .001	0.539	1.159	0.849	∞	∞
Instrument	~~	Heritage	2.983	0.773	3.860	< .001	1.469	4.498	2.983	∞	∞
Instrument	~~	Thai	3.111	0.761	4.090	< .001	1.620	4.601	3.111	∞	∞
Socio	~~	Heritage	2.568	0.988	2.598	0.009	0.631	4.506	2.568	∞	∞
Language	~~	Culture	-0.079	0.034	-2.341	0.019	-0.145	-0.013	-0.079	-0.516	-0.516
Socio	~~	Thai	3.112	1.049	2.968	0.003	1.057	5.168	3.112	∞	∞
Heritage	~~	Creative	-0.977	0.614	-1.592	0.111	-2.181	0.226	-0.977	∞	∞
SocialInter	~~	Socio	-0.753	0.371	-2.029	0.043	-1.481	-0.025	-0.753	-0.194	-0.194
Thai	~~	Creative	-0.419	0.450	-0.931	0.352	-1.302	0.463	-0.419	∞	∞
Creative	~~	Coping	5.447	1.742	3.127	0.002	2.033	8.862	5.447	0.475	0.475
Heritage	~~	Social	-0.933	0.379	-2.459	0.014	-1.676	-0.189	-0.933	∞	∞
Thai	~~	Social	-0.776	0.365	-2.125	0.034	-1.491	-0.060	-0.776	∞	∞
Thai	~~	Essential	-1.463	0.513	-2.853	0.004	-2.468	-0.458	-1.463	∞	∞
Heritage	~~	Coping	-0.293	0.405	-0.722	0.470	-1.087	0.502	-0.293	∞	∞

Instrument	~~	Coping	-5.282	4.847	-1.090	0.276	-14.781	4.217	-5.282	-0.326	-0.326
Instrument	~~	Creative	-6.483	7.211	-0.899	0.369	-20.617	7.652	-6.483	-0.362	-0.362
Instrument	~~	Social	-3.144	3.879	-0.811	0.418	-10.746	4.458	-3.144	-0.287	-0.287
Instrument	~~	Essential	-8.565	6.824	-1.255	0.209	-21.940	4.810	-8.565	-0.479	-0.479
Socio	~~	Instrument	28.924	20.463	1.413	0.158	-11.184	69.031	28.924	0.671	0.671
Instrument	~~	Physical	-1.839	2.890	-0.636	0.525	-7.503	3.825	-1.839	-0.137	-0.137
Creative	~~	Social	0.215	1.876	0.115	0.909	-3.461	3.891	0.215	0.028	0.028
Creative	~~	Essential	-0.180	2.116	-0.085	0.932	-4.328	3.967	-0.180	-0.014	-0.014
Coping	~~	Social	1.002	1.329	0.754	0.451	-1.602	3.606	1.002	0.143	0.143
Heritage	~~	Physical	-0.190	0.320	-0.595	0.552	-0.817	0.436	-0.190
Social	~~	Essential	-1.725	1.649	-1.046	0.295	-4.957	1.506	-1.725	-0.223	-0.223
Socio	~~	Creative	-1.777	2.772	-0.641	0.521	-7.210	3.656	-1.777	-0.058	-0.058
Culture	~~	Heritage	-0.093	0.052	-1.795	0.073	-0.195	0.009	-0.093
Socio	~~	Essential	-7.394	3.685	-2.007	0.045	-14.615	-0.172	-7.394	-0.242	-0.242
Language	~~	Thai	-0.029	0.053	-0.544	0.586	-0.134	0.076	-0.029
SocialInter	~~	Heritage	0.029	0.053	0.541	0.588	-0.076	0.134	0.029
Culture	~~	Social	-0.118	0.138	-0.854	0.393	-0.388	0.153	-0.118	-0.145	-0.145
Language	~~	Heritage	0.028	0.065	0.435	0.663	-0.099	0.156	0.028
Academic	~~	Social	-0.234	0.140	-1.672	0.095	-0.508	0.040	-0.234	-0.240	-0.240
Academic	~~	Essential	0.031	0.230	0.134	0.894	-0.419	0.481	0.031	0.019	0.019
Language	~~	Essential	0.417	0.383	1.090	0.276	-0.333	1.167	0.417	0.287	0.287
Culture	~~	Thai	-0.037	0.040	-0.927	0.354	-0.116	0.042	-0.037
SocialInter	~~	Social	0.031	0.146	0.216	0.829	-0.254	0.317	0.031	0.032	0.032
Language	~~	Physical	0.182	0.138	1.316	0.188	-0.089	0.453	0.182	0.168	0.168
Culture	~~	Instrument	-0.102	0.267	-0.383	0.702	-0.626	0.421	-0.102	-0.054	-0.054
SocialInter	~~	Essential	0.322	0.254	1.267	0.205	-0.176	0.820	0.322	0.200	0.200
Culture	~~	Creative	-0.216	0.195	-1.109	0.267	-0.598	0.166	-0.216	-0.162	-0.162
Academic	~~	Creative	-0.301	0.179	-1.683	0.092	-0.651	0.050	-0.301	-0.189	-0.189
Language	~~	Social	0.053	0.206	0.258	0.797	-0.351	0.457	0.053	0.060	0.060
Language	~~	Coping	0.314	0.234	1.344	0.179	-0.144	0.773	0.314	0.240	0.240
Culture	~~	Academic	0.033	0.039	0.828	0.408	-0.045	0.110	0.033	0.195	0.195
Culture	~~	Essential	-0.375	0.226	-1.658	0.097	-0.819	0.068	-0.375	-0.282	-0.282
Language	~~	Creative	0.075	0.363	0.205	0.837	-0.638	0.787	0.075	0.051	0.051
SocialInter	~~	Coping	0.381	0.162	2.352	0.019	0.063	0.698	0.381	0.261	0.261
Culture	~~	Socio	0.182	0.346	0.525	0.600	-0.497	0.860	0.182	0.057	0.057
SocialInter	~~	Instrument	-0.159	0.250	-0.636	0.525	-0.649	0.331	-0.159	-0.070	-0.070
SocialInter	~~	Creative	0.370	0.250	1.479	0.139	-0.121	0.861	0.370	0.230	0.230
Language	~~	Language	0.166	0.032	5.182	< .001	0.103	0.229	0.166	0.324	0.324
Culture	~~	Culture	0.140	0.053	2.629	0.009	0.036	0.245	0.140	0.343	0.343
Academic	~~	Academic	0.200	0.038	5.228	< .001	0.125	0.275	0.200	0.506	0.506
SocialInter	~~	SocialInter	0.204	0.028	7.308	< .001	0.149	0.259	0.204	0.505	0.505
Socio	~~	Socio	73.572	24.753	2.972	0.003	25.058	122.087	73.572	0.696	0.696
Instrument	~~	Instrument	25.286	22.675	1.115	0.265	-19.157	69.729	25.286	0.461	0.461
Heritage	~~	Heritage	0.000	0.000			0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
Thai	~~	Thai	0.000	0.000			0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
Creative	~~	Creative	12.676	3.676	3.448	< .001	5.471	19.880	12.676	0.384	0.384
Coping	~~	Coping	10.373	1.738	5.968	< .001	6.967	13.780	10.373	0.513	0.513
Social	~~	Social	4.748	1.646	2.884	0.004	1.522	7.975	4.748	0.405	0.405
Essential	~~	Essential	12.664	3.190	3.970	< .001	6.412	18.916	12.664	0.400	0.400
Physical	~~	Physical	7.082	0.869	8.149	< .001	5.379	8.786	7.082	0.676	0.676
stressor	~~	stressor	0.346	0.050	6.967	< .001	0.248	0.443	1.000	1.000	1.000
support	~~	support	32.178	25.302	1.272	0.203	-17.414	81.769	1.000	1.000	1.000
strat_h	~~	strat_h	1.900	0.186	10.207	< .001	1.535	2.264	0.997	0.997	0.997
strat_t	~~	strat_t	1.681	0.164	10.247	< .001	1.359	2.002	1.000	1.000	1.000
well	~~	well	-2.133	8.901	-0.240	0.811	-19.578	15.313	-0.105	-0.105	-0.105
stressor	~~	support	-0.880	0.547	-1.608	0.108	-1.952	0.192	-0.264	-0.264	-0.264

Model test baseline model ▼

	Model
Minimum Function Test Statistic	0.051
χ^2	20.749
Degrees of freedom	10.000
p	0.023

User model versus baseline model

	Model
Comparative Fit Index (CFI)	0.991
Tucker-Lewis Index (TLI)	0.929
Bentler-Bonett Non-normed Fit Index (NNFI)	0.929
Bentler-Bonett Normed Fit Index (NFI)	0.983
Parsimony Normed Fit Index (PNFI)	0.126
Bollen's Relative Fit Index (RFI)	0.871
Bollen's Incremental Fit Index (IFI)	0.991
Relative Noncentrality Index (RNI)	0.991

Loglikelihood and Information Criteria

	Model
Loglikelihood user model (H0)	-5346.400
Loglikelihood unrestricted model (H1)	-5336.026
Number of free parameters	81
Akaike (AIC)	10854.801
Bayesian (BIC)	11123.964
Sample-size adjusted Bayesian (BIC)	10867.328

Root Mean Square Error of Approximation ▼

	Model
RMSEA	0.072
Upper 90% CI	0.117
Lower 90% CI	0.026
p-value RMSEA \leq 0.05	0.178

Standardized Root Mean Square Residual

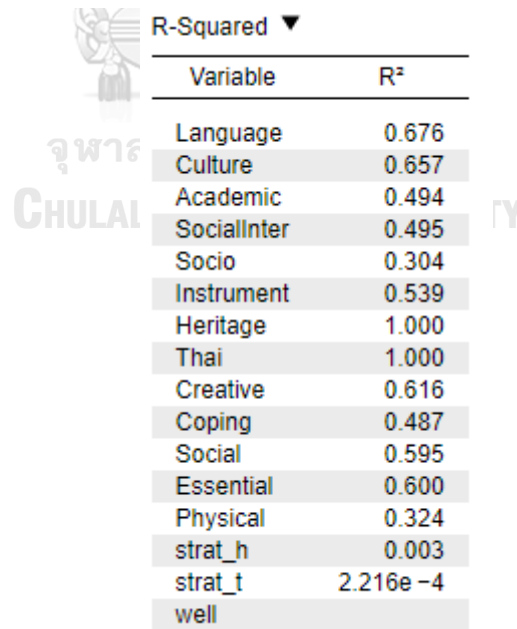
	Model
RMR	0.908
RMR (No Mean)	0.908
SRMR	0.030

Other Fit Indices

	Model
Hoelter Critical N (CN) alpha=0.05	181.877
Hoelter Critical N (CN) alpha=0.01	230.312
Goodness of Fit Index (GFI)	0.986
Parsimony Goodness of Fit Index (GFI)	0.869
McDonald Fit Index (MFI)	0.974

R-Squared ▼

Variable	R ²
Language	0.676
Culture	0.657
Academic	0.494
SocialInter	0.495
Socio	0.304
Instrument	0.539
Heritage	1.000
Thai	1.000
Creative	0.616
Coping	0.487
Social	0.595
Essential	0.600
Physical	0.324
strat_h	0.003
strat_t	2.216e -4
well	



ผลการวิเคราะห์โมเดลเชิงโครงสร้างสำหรับการทดสอบการแข่งขันโมเดลลำดับที่ 2 ด้วย

โปรแกรม JASP

Chi Square Test Statistic (unscaled)

	df	AIC	BIC	χ^2	p
Model	4.000	10857.366	11146.468	11.314	0.023

Parameter Estimates

	label	est	se	z	p	CI (lower)	CI (upper)	std (lv)	std (all)	std (nox)	
stressor	=~	Language	1.000	0.000		1.000	1.000	0.557	0.773	0.773	
stressor	=~	Culture	1.023	0.116	8.786	< .001	0.795	1.251	0.569	0.887	0.887
stressor	=~	Academic	0.833	0.222	3.758	< .001	0.399	1.267	0.464	0.733	0.733
stressor	=~	SocialInter	0.897	0.220	4.083	< .001	0.466	1.327	0.499	0.771	0.771
support	=~	Socio	1.000	0.000		1.000	1.000	9.031	0.881	0.881	
support	=~	Instrument	0.735	0.154	4.761	< .001	0.433	1.038	6.642	0.893	0.893
strat_h	=~	Heritage	1.000	0.000		1.000	1.000	1.375	1.000	1.000	
strat_t	=~	Thai	1.000	0.000		1.000	1.000	1.290	1.000	1.000	
well	=~	Creative	1.000	0.000		1.000	1.000	4.497	0.782	0.782	
well	=~	Coping	0.415	0.371	1.117	0.264	-0.313	1.142	1.864	0.415	0.415
well	=~	Social	0.511	0.081	6.313	< .001	0.352	0.670	2.298	0.678	0.678
well	=~	Essential	0.876	0.117	7.485	< .001	0.647	1.105	3.939	0.697	0.697
well	=~	Physical	0.428	0.087	4.893	< .001	0.257	0.599	1.925	0.601	0.601
well	~	strat_h	1.301	0.447	2.908	0.004	0.424	2.177	0.398	0.398	0.398
well	~	strat_t	1.644	0.501	3.284	0.001	0.663	2.625	0.472	0.472	0.472
strat_h	~	stressor	0.223	0.246	0.906	0.365	-0.259	0.704	0.090	0.090	0.090
strat_t	~	stressor	-1.278	0.428	-2.983	0.003	-2.118	-0.438	-0.551	-0.551	-0.551
stressor	~	support	-0.019	0.006	-2.950	0.003	-0.032	-0.006	-0.309	-0.309	-0.309
Heritage	~~	Thai	0.919	0.181	5.068	< .001	0.563	1.274	0.919	∞	∞
Instrument	~~	Heritage	2.380	0.742	3.206	0.001	0.925	3.835	2.380	∞	∞
Socio	~~	Heritage	1.402	0.940	1.492	0.136	-0.440	3.244	1.402	∞	∞
Academic	~~	SocialInter	-0.023	0.059	-0.389	0.698	-0.140	0.093	-0.023	-0.130	-0.130
Culture	~~	Essential	-0.363	0.237	-1.529	0.126	-0.828	0.102	-0.363	-0.302	-0.302
Heritage	~~	Creative	-0.232	0.900	-0.258	0.796	-1.996	1.531	-0.232	∞	∞
Culture	~~	Socio	0.935	0.508	1.839	0.066	-0.061	1.931	0.935	0.650	0.650
Heritage	~~	Essential	0.913	0.782	1.168	0.243	-0.619	2.445	0.913	∞	∞
Instrument	~~	Coping	2.187	2.194	0.997	0.319	-2.114	6.487	2.187	0.160	0.160
Socio	~~	Social	10.076	2.582	3.902	< .001	5.015	15.137	10.076	0.832	0.832
Instrument	~~	Social	6.781	1.935	3.505	< .001	2.989	10.573	6.781	0.811	0.811
Heritage	~~	Social	-0.397	0.443	-0.895	0.371	-1.266	0.472	-0.397	∞	∞
Thai	~~	Social	-0.431	0.431	-1.001	0.317	-1.276	0.413	-0.431	∞	∞
Academic	~~	Social	-0.313	0.135	-2.317	0.021	-0.577	-0.048	-0.313	-0.292	-0.292
Thai	~~	Essential	-0.987	0.687	-1.437	0.151	-2.332	0.359	-0.987	∞	∞

Creative	~~	Coping	11.194	7.262	1.542	0.123	-3.038	25.427	11.194	0.765	0.765
SocialInter	~~	Thai	0.408	0.126	3.232	0.001	0.161	0.655	0.408	∞	∞
SocialInter	~~	Heritage	0.043	0.058	0.751	0.453	-0.070	0.156	0.043	∞	∞
Language	~~	Instrument	-0.144	0.272	-0.528	0.598	-0.676	0.389	-0.144	-0.094	-0.094
Socio	~~	Creative	8.187	3.262	2.510	0.012	1.795	14.580	8.187	0.471	0.471
Socio	~~	Physical	6.810	2.012	3.386	< .001	2.868	10.753	6.810	0.548	0.548
Instrument	~~	Physical	5.008	1.289	3.884	< .001	2.481	7.535	5.008	0.584	0.584
Thai	~~	Coping	0.966	1.077	0.897	0.370	-1.145	3.078	0.966	∞	∞
Thai	~~	Creative	-0.071	0.849	-0.083	0.934	-1.735	1.594	-0.071	-∞	-∞
Heritage	~~	Coping	0.896	1.003	0.893	0.372	-1.071	2.862	0.896	∞	∞
Culture	~~	Heritage	-0.128	0.066	-1.938	0.053	-0.257	0.001	-0.128	-∞	-∞
Academic	~~	Creative	-0.296	0.213	-1.387	0.165	-0.713	0.122	-0.296	-0.192	-0.192
Language	~~	Creative	0.105	0.307	0.342	0.733	-0.498	0.708	0.105	0.064	0.064
Culture	~~	Creative	-0.082	0.317	-0.260	0.795	-0.705	0.540	-0.082	-0.078	-0.078
SocialInter	~~	Coping	0.547	0.197	2.769	0.006	0.160	0.934	0.547	0.325	0.325
Culture	~~	Thai	0.353	0.141	2.502	0.012	0.077	0.630	0.353	∞	∞
Culture	~~	SocialInter	-0.044	0.045	-0.984	0.325	-0.133	0.044	-0.044	-0.364	-0.364
Coping	~~	Social	4.678	3.753	1.247	0.213	-2.677	12.032	4.678	0.459	0.459
Creative	~~	Social	1.453	1.602	0.907	0.364	-1.687	4.593	1.453	0.163	0.163
Instrument	~~	Thai	1.110	0.497	2.233	0.026	0.136	2.083	1.110	∞	∞
Creative	~~	Essential	1.785	3.033	0.588	0.556	-4.160	7.730	1.785	0.123	0.123
SocialInter	~~	Instrument	0.259	0.214	1.209	0.227	-0.161	0.679	0.259	0.187	0.187
Academic	~~	Thai	0.281	0.121	2.325	0.020	0.044	0.517	0.281	∞	∞
Language	~~	Thai	0.346	0.131	2.643	0.008	0.089	0.602	0.346	∞	∞
Academic	~~	Heritage	-0.044	0.057	-0.765	0.444	-0.156	0.068	-0.044	-∞	-∞
SocialInter	~~	Creative	0.678	0.316	2.147	0.032	0.059	1.297	0.678	0.460	0.460
Language	~~	Coping	0.249	0.227	1.096	0.273	-0.196	0.694	0.249	0.133	0.133
Culture	~~	Social	-0.109	0.172	-0.635	0.525	-0.447	0.228	-0.109	-0.148	-0.148
Language	~~	Social	-0.035	0.167	-0.208	0.835	-0.362	0.293	-0.035	-0.031	-0.031
Culture	~~	Physical	-0.134	0.143	-0.941	0.347	-0.415	0.146	-0.134	-0.178	-0.178
SocialInter	~~	Social	0.105	0.160	0.652	0.514	-0.210	0.419	0.105	0.102	0.102
Academic	~~	Physical	-0.184	0.114	-1.612	0.107	-0.408	0.040	-0.184	-0.168	-0.168
Coping	~~	Essential	6.745	6.260	1.077	0.281	-5.524	19.014	6.745	0.407	0.407
SocialInter	~~	Physical	0.032	0.137	0.232	0.817	-0.236	0.300	0.032	0.030	0.030
Coping	~~	Physical	2.705	3.135	0.863	0.388	-3.439	8.849	2.705	0.259	0.259
Academic	~~	Coping	-0.067	0.149	-0.450	0.652	-0.359	0.225	-0.067	-0.038	-0.038
Instrument	~~	Creative	6.632	2.464	2.691	0.007	1.802	11.462	6.632	0.553	0.553
Socio	~~	Coping	3.592	2.987	1.202	0.229	-2.263	9.447	3.592	0.181	0.181
Instrument	~~	Essential	2.768	1.664	1.664	0.096	-0.493	6.028	2.768	0.203	0.203
Language	~~	Culture	-0.089	0.090	-0.992	0.321	-0.266	0.087	-0.089	-0.661	-0.661
SocialInter	~~	Essential	0.524	0.236	2.219	0.026	0.061	0.988	0.524	0.314	0.314
Language	~~	Essential	0.396	0.270	1.465	0.143	-0.134	0.926	0.396	0.214	0.214
Culture	~~	Instrument	0.295	0.430	0.688	0.491	-0.546	1.137	0.295	0.298	0.298
Language	~~	Language	0.209	0.084	2.488	0.013	0.044	0.373	0.209	0.402	0.402
Culture	~~	Culture	0.088	0.103	0.856	0.392	-0.113	0.289	0.088	0.213	0.213
Academic	~~	Academic	0.185	0.068	2.701	0.007	0.051	0.319	0.185	0.462	0.462
SocialInter	~~	SocialInter	0.170	0.065	2.612	0.009	0.042	0.297	0.170	0.405	0.405
Socio	~~	Socio	23.596	18.255	1.293	0.196	-12.183	59.375	23.596	0.224	0.224
Instrument	~~	Instrument	11.245	9.744	1.154	0.248	-7.852	30.343	11.245	0.203	0.203
Heritage	~~	Heritage	0.000	0.000			0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
Thai	~~	Thai	0.000	0.000			0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
Creative	~~	Creative	12.812	4.882	2.624	0.009	3.242	22.381	12.812	0.388	0.388
Coping	~~	Coping	16.697	6.096	2.739	0.006	4.750	28.644	16.697	0.828	0.828
Social	~~	Social	6.214	1.217	5.106	< .001	3.829	8.599	6.214	0.541	0.541
Essential	~~	Essential	16.466	2.971	5.543	< .001	10.644	22.288	16.466	0.515	0.515
Physical	~~	Physical	6.539	1.059	6.173	< .001	4.463	8.615	6.539	0.638	0.638
stressor	~~	stressor	0.280	0.079	3.558	< .001	0.126	0.435	0.905	0.905	0.905
support	~~	support	81.565	19.794	4.121	< .001	42.769	120.360	1.000	1.000	1.000
strat_h	~~	strat_h	1.875	0.187	10.050	< .001	1.510	2.241	0.992	0.992	0.992
strat_t	~~	strat_t	1.158	0.299	3.875	< .001	0.572	1.744	0.696	0.696	0.696
well	~~	well	12.902	4.767	2.706	0.007	3.558	22.246	0.638	0.638	0.638

Model test baseline model

	Model
Minimum Function Test Statistic	0.028
χ^2	11.314
Degrees of freedom	4.000
p	0.023

Root Mean Square Error of Approximation ▼

	Model
RMSEA	0.094
Upper 90% CI	0.162
Lower 90% CI	0.032
p-value RMSEA \leq 0.05	0.105

User model versus baseline model

	Model
Comparative Fit Index (CFI)	0.994
Tucker-Lewis Index (TLI)	0.879
Bentler-Bonett Non-normed Fit Index (NNFI)	0.879
Bentler-Bonett Normed Fit Index (NFI)	0.991
Parsimony Normed Fit Index (PNFI)	0.051
Bollen's Relative Fit Index (RFI)	0.824
Bollen's Incremental Fit Index (IFI)	0.994
Relative Noncentrality Index (RNI)	0.994

Standardized Root Mean Square Residual

	Model
RMR	1.127
RMR (No Mean)	1.127
SRMR	0.035

Loglikelihood and Information Criteria

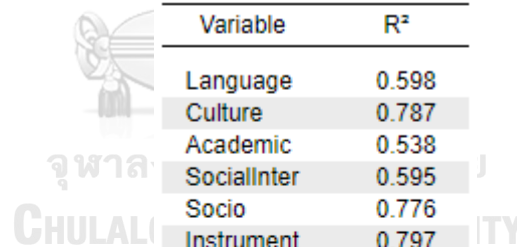
	Model
Loglikelihood user model (H0)	-5341.683
Loglikelihood unrestricted model (H1)	-5336.026
Number of free parameters	87
Akaike (AIC)	10857.366
Bayesian (BIC)	11146.468
Sample-size adjusted Bayesian (BIC)	10870.822

Other Fit Indices

	Model
Hoelter Critical N (CN) alpha=0.05	172.906
Hoelter Critical N (CN) alpha=0.01	241.557
Goodness of Fit Index (GFI)	0.991
Parsimony Goodness of Fit Index (GFI)	0.805
McDonald Fit Index (MFI)	0.982

R-Squared

Variable	R ²
Language	0.598
Culture	0.787
Academic	0.538
SocialInter	0.595
Socio	0.776
Instrument	0.797
Heritage	1.000
Thai	1.000
Creative	0.612
Coping	0.172
Social	0.459
Essential	0.485
Physical	0.362
stressor	0.095
strat_h	0.008
strat_t	0.304
well	0.362



ผลการวิเคราะห์โมเดลเชิงโครงสร้างสำหรับการทดสอบการแข่งขันโมเดลลำดับที่ 3 ด้วย
โปรแกรม JASP

Chi Square Test Statistic (unscaled)

	df	AIC	BIC	χ^2	p
Model	50.000	10820.727	10956.971	66.675	0.057

Parameter Estimates

	label	est	se	z	p	CI (lower)	CI (upper)	std (lv)	std (all)	std (nox)	
stressor	==	Language	1.000	0.000			1.000	1.000	0.585	0.815	0.815
stressor	==	Culture	0.949	0.082	11.503	< .001	0.787	1.110	0.555	0.867	0.867
stressor	==	Academic	0.789	0.083	9.483	< .001	0.626	0.952	0.462	0.734	0.734
stressor	==	SocialInter	0.776	0.083	9.356	< .001	0.613	0.938	0.454	0.694	0.694
support	==	Socio	1.000	0.000			1.000	1.000	3.224	0.316	0.316
support	==	Instrument	1.055	0.159	6.629	< .001	0.743	1.367	3.401	0.457	0.457
strat_h	==	Heritage	1.000	0.000			1.000	1.000	1.382	1.000	1.000
strat_t	==	Thai	1.000	0.000			1.000	1.000	1.299	1.000	1.000
well	==	Creative	1.000	0.000			1.000	1.000	5.009	0.878	0.878
well	==	Coping	0.763	0.052	14.799	< .001	0.662	0.864	3.823	0.847	0.847
well	==	Social	0.456	0.038	11.980	< .001	0.381	0.530	2.283	0.682	0.682
well	==	Essential	0.760	0.067	11.405	< .001	0.629	0.890	3.805	0.684	0.684
well	==	Physical	0.363	0.038	9.466	< .001	0.288	0.438	1.819	0.563	0.563
well	~	strat_h	0.652	0.288	2.262	0.024	0.087	1.218	0.180	0.180	0.180
well	~	strat_t	1.261	0.329	3.839	< .001	0.617	1.905	0.327	0.327	0.327
strat_h	~	support	0.299	0.097	3.077	0.002	0.108	0.489	0.697	0.697	0.697
strat_h	~	stressor	0.630	0.302	2.090	0.037	0.039	1.221	0.267	0.267	0.267
strat_t	~	support	0.320	0.102	3.136	0.002	0.120	0.520	0.795	0.795	0.795
strat_t	~	stressor	0.533	0.282	1.888	0.059	-0.020	1.087	0.240	0.240	0.240
Socio	~~	Instrument	48.455	6.520	7.432	< .001	35.677	61.233	48.455	0.757	0.757
Heritage	~~	Essential	1.053	0.400	2.634	0.008	0.270	1.837	1.053	∞	∞
Thai	~~	Essential	-0.658	0.300	-2.192	0.028	-1.247	-0.070	-0.658	∞	∞
Language	~~	Culture	-0.097	0.029	-3.380	< .001	-0.153	-0.041	-0.097	-0.735	-0.735
Culture	~~	Essential	-0.399	0.140	-2.842	0.004	-0.674	-0.124	-0.399	-0.309	-0.309
SocialInter	~~	Socio	-0.808	0.219	-3.696	< .001	-1.237	-0.380	-0.808	-0.178	-0.178
Instrument	~~	Coping	-2.221	0.909	-2.444	0.015	-4.002	-0.440	-2.221	-0.140	-0.140
SocialInter	~~	Creative	0.267	0.109	2.456	0.014	0.054	0.480	0.267	0.208	0.208
Socio	~~	Social	7.060	2.367	2.983	0.003	2.421	11.700	7.060	0.298	0.298
Instrument	~~	Social	4.194	1.754	2.391	0.017	0.757	7.631	4.194	0.259	0.259
Language	~~	Language	0.172	0.031	5.567	< .001	0.112	0.233	0.172	0.335	0.335
Culture	~~	Culture	0.102	0.029	3.536	< .001	0.045	0.158	0.102	0.248	0.248
Academic	~~	Academic	0.182	0.028	6.595	< .001	0.128	0.236	0.182	0.461	0.461
SocialInter	~~	SocialInter	0.221	0.026	8.469	< .001	0.170	0.273	0.221	0.518	0.518
Socio	~~	Socio	93.554	9.593	9.752	< .001	74.752	112.356	93.554	0.900	0.900
Instrument	~~	Instrument	43.806	5.424	8.077	< .001	33.175	54.436	43.806	0.791	0.791
Heritage	~~	Heritage	0.000	0.000			0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
Thai	~~	Thai	0.000	0.000			0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
Creative	~~	Creative	7.465	1.394	5.354	< .001	4.732	10.198	7.465	0.229	0.229
Coping	~~	Coping	5.753	1.157	4.973	< .001	3.486	8.020	5.753	0.282	0.282
Social	~~	Social	5.983	0.966	6.192	< .001	4.089	7.877	5.983	0.534	0.534
Essential	~~	Essential	16.446	2.040	8.064	< .001	12.449	20.443	16.446	0.532	0.532
Physical	~~	Physical	7.133	0.941	7.578	< .001	5.288	8.978	7.133	0.683	0.683
stressor	~~	stressor	0.342	0.048	7.150	< .001	0.248	0.436	1.000	1.000	1.000
support	~~	support	10.397	6.109	1.702	0.089	-1.576	22.370	1.000	1.000	1.000
strat_h	~~	strat_h	1.110	0.216	5.144	< .001	0.687	1.533	0.582	0.582	0.582
strat_t	~~	strat_t	0.764	0.187	4.076	< .001	0.397	1.131	0.453	0.453	0.453
well	~~	well	20.185	3.575	5.646	< .001	13.178	27.191	0.805	0.805	0.805
stressor	~~	support	-0.702	0.343	-2.048	0.041	-1.375	-0.030	-0.373	-0.373	-0.373

Model test baseline model ▼

	Model
Minimum Function Test Statistic	0.163
χ^2	66.675
Degrees of freedom	50.000
p	0.057

User model versus baseline model

	Model
Comparative Fit Index (CFI)	0.986
Tucker-Lewis Index (TLI)	0.978
Bentler-Bonett Non-normed Fit Index (NNFI)	0.978
Bentler-Bonett Normed Fit Index (NFI)	0.947
Parsimony Normed Fit Index (PNFI)	0.607
Bollen's Relative Fit Index (RFI)	0.917
Bollen's Incremental Fit Index (IFI)	0.986
Relative Noncentrality Index (RNI)	0.986

Loglikelihood and Information Criteria

	Model
Loglikelihood user model (H0)	-5369.364
Loglikelihood unrestricted model (H1)	-5336.026
Number of free parameters	41
Akaike (AIC)	10820.727
Bayesian (BIC)	10956.971
Sample-size adjusted Bayesian (BIC)	10827.068

Loglikelihood and Information Criteria ▼

	Model
Loglikelihood user model (H0)	-5369.364
Loglikelihood unrestricted model (H1)	-5336.026
Number of free parameters	41
Akaike (AIC)	10820.727
Bayesian (BIC)	10956.971
Sample-size adjusted Bayesian (BIC)	10827.068

Root Mean Square Error of Approximation

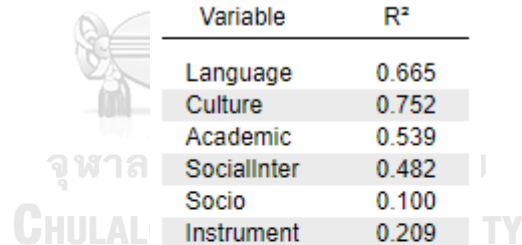
	Model
RMSEA	0.040
Upper 90% CI	0.064
Lower 90% CI	0.000
p-value RMSEA \leq 0.05	0.724

Standardized Root Mean Square Residual

	Model
RMR	1.752
RMR (No Mean)	1.752
SRMR	0.071

R-Squared ▼

Variable	R ²
Language	0.665
Culture	0.752
Academic	0.539
SocialInter	0.482
Socio	0.100
Instrument	0.209
Heritage	1.000
Thai	1.000
Creative	0.771
Coping	0.718
Social	0.466
Essential	0.468
Physical	0.317
strat_h	0.418
strat_t	0.547
well	0.195



ประวัติผู้เขียน

ชื่อ-สกุล	ทศพิธ รุจิระศักดิ์
วัน เดือน ปี เกิด	7 พฤษภาคม 2534
สถานที่เกิด	กรุงเทพมหานคร
วุฒิการศึกษา	- สำเร็จการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลายจากโรงเรียนอัสสัมชัญสมุทรปราการเมื่อปี พ.ศ. 2552 - สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรี หลักสูตรเศรษฐศาสตรบัณฑิต คณะเศรษฐศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เมื่อปี พ.ศ. 2556 - เข้าศึกษาระดับปริญญาโท หลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา แขนงวิชาจิตวิทยาการปรึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เมื่อปี พ.ศ. 2557 - เข้าศึกษาต่อระดับปริญญาเอก หลักสูตรศิลปศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา แขนงวิชาจิตวิทยาการปรึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เมื่อปี พ.ศ. 2559
ที่อยู่ปัจจุบัน	53/19 ซอยที่ดินไทย ถนนเทพารักษ์ ตำบลบางพลีใหญ่ อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ 10540
ผลงานตีพิมพ์	วารสารสุขศึกษา กรกฎาคม - ธันวาคม 2563 ปีที่ 43 ฉบับที่ 2 หน้า 92-106

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

CHULALONGKORN UNIVERSITY