

การศึกษาความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัว
ของนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพา : การวิจัยผสมผสานวิธีแบบอธิบายตามกาลเวลา



เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยและพัฒนาศักยภาพมนุษย์

เมษายน 2561

การศึกษาความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัว
ของนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพา : การวิจัยผสมผสานวิธีแบบอธิบายตามกาลเวลา



ปริญญานิพนธ์
ของ
พรรณวิพา เพ็ชรสวัสดิ์

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยและพัฒนาศักยภาพมนุษย์

เมษายน 2561

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

การศึกษาความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัว
ของนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพา : การวิจัยผสมผสานวิธีแบบอธิบายตามกาลเวลา



บทคัดย่อ
ของ
พรรณวิพา เพ็ชรสวัสดิ์

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยและพัฒนาศักยภาพมนุษย์

เมษายน 2561

พรรณนิพา เพ็ชรสวัสดิ์. (2561). การศึกษาความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพา : การวิจัยผสมผสานวิธีแบบอธิบายตามกาลเวลา. ปรินซ์นิพนธ์ กศ.ม. (การวิจัยและพัฒนาศักยภาพมนุษย์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อาจารย์ที่ปรึกษาปรินซ์นิพนธ์: อาจารย์ ดร.วิไลลักษณ์ ลังกา, ผศ.ดร.อรอุมา เจริญสุข.

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เพื่อตรวจสอบความสอดคล้องกลมกลืนของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุการปรับตัวของนิสิตต่างชาติตามสมมติฐานกับข้อมูลเชิงประจักษ์ 2) เพื่อศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลทางตรงและทางอ้อมต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ ในมหาวิทยาลัยบูรพา 3) เพื่ออธิบายปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ ในมหาวิทยาลัยบูรพา และ 4) เพื่อศึกษาแนวทางในการพัฒนาการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ ในมหาวิทยาลัยบูรพา กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตต่างชาติ ที่กำลังศึกษาหลักสูตรที่ใช้ภาษาไทย ในปีการศึกษา 2560 ของมหาวิทยาลัยบูรพา จำนวน 293 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถามปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัว มีคุณภาพด้านความเชื่อมั่น ด้วยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค เท่ากับ 0.71-0.92 แบบสัมภาษณ์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัว และแบบสัมภาษณ์แนวทางในการพัฒนาการปรับตัว ใช้วิธีการวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้าง (SEM) และการวิเคราะห์เนื้อหา (Content analysis) ผลการวิจัย พบว่า 1) ความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวกับข้อมูลเชิงประจักษ์ มีความสอดคล้องกลมกลืน พบว่า $\chi^2 = 49.79$, $df = 37$, $p = .06$, ค่า $GFI = 0.98$, ค่า $AGFI = 0.93$, $RMSEA = 0.03$, $SRMR = 0.05$ 2) สัมพันธภาพกับผู้อื่น สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย ความเชื่อมั่นในตนเอง การมองโลกในแง่ดี และความมั่นคงทางอารมณ์ ส่งผลทางตรงต่อการปรับตัว ส่วนสัมพันธภาพกับผู้อื่น ความเชื่อมั่นในตนเอง ส่งผลทางอ้อมต่อการปรับตัว ปัจจัยเชิงสาเหตุทั้งหมดรวมกันอธิบายการปรับตัวได้ ร้อยละ 52 3) ปัจจัยสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยที่ดีจะให้นิสิตต่างชาติรู้สึกดีและสดชื่น ปัจจัยสัมพันธภาพกับผู้อื่น นิสิตต่างชาติจะมีเพื่อนและอาจารย์ให้กำลังใจ รับฟังความคิดเห็น ร่วมกันทำกิจกรรมต่างๆ ปัจจัยความมั่นคงทางอารมณ์ การมองโลกในแง่ดี และความเชื่อมั่นในตนเอง เป็นตัวแปรภายในตัวบุคคล ถ้าหากนิสิตต่างชาติมีจิตใจที่เข้มแข็ง ควบคุมอารมณ์ตนเองได้ มองโลกในแง่ดี มีปัญหาไม่โทษตัวเอง กล้าคิดกล้าทำ ก็จะทำให้สามารถเผชิญปัญหาและหาทางแก้ไขได้ และ 4) ข้อเสนอแนะในการพัฒนาการปรับตัว คือจัดตั้งศูนย์กลางช่วยเหลือนิสิต การอบรมปฐมนิเทศ การจับคู่เพื่อนคนไทยหรือบัดดี้ มาตรการการป้องกันนิสิตกระทำความผิด และการจัดกิจกรรมพบปะสังสรรค์สำหรับนิสิตต่างชาติ

A STUDY OF CAUSAL RELATIONSHIP OF FACTORS EFFECTING ADJUSTMENT OF
FOREIGN STUDENTS OF BURAPHA UNIVERSITY : A MIXED METHODS RESEARCH
WITH SEQUENTIAL EXPLANATORY DESIGN



Presented in Partial Fulfillment of the Requirements for the Master of Education degree in
Research and Development on Human Potentials

at Srinakharinwirot University

April 2018

Panwipa Petsawat. (2018). *A Study of Causal Relationships among the Factors effecting the Adjustment of Foreign Students at Burapha University: Mixed Methods Research with Sequential Explanatory Design*. Master is Thesis, M.Ed. (Research and Development on Human Potential). Bangkok: Graduate School, Srinakharinwirot University. Advisor Committee: Dr. Wilailak Langka, Assist. Prof. Dr. Orn-uma Charoensuk.

The objectives of this research were 1) to investigate the consistency of the causal relationship of factors effecting the adjustment model of foreign students with the empirical data; 2) to study the factors which had direct and indirect effects and influences on the adjustment of foreign students at Burapha University; 3) to explain the factors influencing the adjustment of foreign students at Burapha University; 4) to study the way for development of adjustment of foreign students at Burapha University. The sample consisted of two hundred and ninety-three foreign students. These foreign students were studying in the course that the Thai language of the 2017 academic year at Burapha University. The instruments used in this research included a 1) a questionnaire on the causal relationship of factors effecting adjustment which had reliability and were between 0.71-0.92; 2) interviews about the of causal relationship of factors that effecting adjustment; 3) interviews on the development of adjustment. The data were analyzed by using Structural Equation Model (SEM) and content analysis.

The results of this research were; 1) the causal relationship of factors effecting adjustment model had a good fit with the empirical data. ($\chi^2 = 49.79$, $df = 37$, $p = 0.06$, $GFI = 0.98$, $AGFI = 0.93$, $RMSEA = 0.03$, $SRMR = 0.05$); 2) it was found that relationships with others, the environment in the university, self-confidence, optimism and emotional stability had direct effects on adjustment and relationships with others, self-confidence had an indirect effect on adjustment. All factors account for fifty two percent of the variance on adjustment; 3) a positive environment in the university which can make foreign students feel better and lower their stress levels. Foreign students will make good friends and have good relationships with teachers who can support them, listen to their problems and have good relationship with other. Moreover, if they have a powerful mind, they can control themselves, be optimistic, and can face and solve their problem easily; 4) some suggestions for improving the adjustment of foreign students were to establish an international students center, provide foreign student orientation, pair foreign students with Thai peers, provide disciplinary actions to foreign students who break the rules and meetings between hosts and foreign students.

ปริญญานิพนธ์
เรื่อง
การศึกษาความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ
ในมหาวิทยาลัยบูรพา : การวิจัยผสมผสานวิธีแบบอธิบายตามกาลเวลา
ของ
พรรณวิภา เพ็ชรสวัสดิ์

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยและพัฒนาศักยภาพมนุษย์
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นายแพทย์จัตตชัย เอกปัญญาสกุล)
วันที่ เดือน พ.ศ. 2561

คณะกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ คณะกรรมการสอบปากเปล่า

.....ที่ปรึกษาหลัก ประธาน
(อาจารย์ ดร.วิไลลักษณ์ ลังกา) (ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ฐิยาพร กันตารณวัฒน์)

.....ที่ปรึกษาร่วม ประธาน
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อรอุมา เจริญสุข) (อาจารย์ ดร.วิไลลักษณ์ ลังกา)

.....กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อรอุมา เจริญสุข)

.....กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อิทธิพัทธ์ สุธันพรกุล)

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จลงได้ด้วยความกรุณาเอาใจใส่ให้คำปรึกษาเป็นอย่างดีของ คณะกรรมการที่ปรึกษาปริญญานิพนธ์ ได้แก่ อาจารย์ ดร.วิไลลักษณ์ ลังกา ในฐานะประธานที่ ปรึกษาปริญญานิพนธ์ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อรอุมา เจริญสุข ในฐานะกรรมการที่ปรึกษา ปริญญานิพนธ์ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูง

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ฐิยาพร กันตาทนวัฒน์ และผู้ช่วย ศาสตราจารย์ ดร.อิทธิพัทธ์ สุตันทพรกุล ที่กรุณาเป็นกรรมการสอบปริญญานิพนธ์ และได้ให้ คำแนะนำที่ทำให้ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น และที่สำคัญยิ่งผู้วิจัยขอกราบระลึกถึงพระ คุณครูอาจารย์ภาควิชาวัดผลและวิจัยการศึกษาทุกท่านที่ได้อบรมสั่งสอนให้วิชาความรู้ ซึ่งเป็น ประโยชน์ต่อการทำปริญญานิพนธ์ฉบับนี้จนสำเร็จลุล่วง

ขอกราบขอบพระคุณผู้เชี่ยวชาญทั้ง 5 ท่าน จากภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยา ภาค วิชาการศึกษาวัดผลและวิจัยการศึกษา ที่ได้กรุณาตรวจสอบและให้ข้อเสนอแนะในการแก้ไขปรับปรุง เครื่องมือที่ใช้และเก็บข้อมูลในการทำวิจัยครั้งนี้เป็นอย่างดี ผู้วิจัยขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง

ขอกราบขอบพระคุณ อาจารย์ ดร.ประชา อินัง อาจารย์ปริญญญา นาคปฐม อาจารย์ปริยา ปะ บุญเรือง คณะทำงานกองกิจการนิสิต นิสิตต่างชาติ มหาวิทยาลัยบูรพาที่ให้ความร่วมมือในการเก็บ รวบรวมข้อมูลเพื่อใช้ในการวิจัยเป็นอย่างดี

ขอกราบขอบพระคุณ นายปรารถนา เพ็ชรสวัสดิ์ และนางขวัญใจ คนชื้อ ซึ่งเป็นบิดาและ มารดาและครอบครัวที่ให้อำนาจใจ ความหวังใจ ทำให้ลูกประสบความสำเร็จในการศึกษา รวมทั้ง ขอขอบคุณนางสาวนันทิชา บุญละเอียด นางสาวจิระวรรณ ยืนยง เพื่อนๆ พี่ๆ น้องๆ ทุกคนที่เป็น กำลังใจและคอยช่วยเหลือผู้วิจัยมาโดยตลอด

คุณค่าทั้งหมดที่เกิดขึ้นจากปริญญานิพนธ์เล่มนี้ ผู้วิจัยน้อมรำลึกและบูชาพระคุณแก่บุพการี ของผู้วิจัย และบูรพาจารย์ทุกท่านที่อยู่เบื้องหลังในการวางรากฐานการศึกษาให้กับผู้วิจัยตั้งแต่อดีต จนถึงปัจจุบัน

พรรณวิพา เพ็ชรสวัสดิ์

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ	1
ภูมิหลัง	1
ความมุ่งหมายของการวิจัย	6
ความสำคัญของการวิจัย	6
ขอบเขตของการวิจัย	7
นิยามศัพท์เฉพาะ	9
กรอบแนวคิดการวิจัย	12
สมมติฐานการวิจัย	16
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	17
ตอนที่ 1 การปรับตัว	18
ความหมายของการปรับตัว	18
ความสำคัญของการปรับตัว	19
ทฤษฎีการปรับตัว	20
สาเหตุของการปรับตัว	22
ลักษณะของบุคคลที่ปรับตัวได้ดี	26
ลักษณะการปรับตัว	28
แบบวัดการปรับตัว	29
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	30
ตอนที่ 2 ทฤษฎีที่ใช้ในงานวิจัย	32
ตอนที่ 3 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัว	34
สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย	34
ความหมายของสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย	34
ความสำคัญของสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย	36
สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยกับการปรับตัว	37
สัมพันธภาพกับผู้อื่น	38
ความหมายของสัมพันธภาพกับผู้อื่น	38
ความสำคัญของสัมพันธภาพกับผู้อื่น	38
สัมพันธภาพกับผู้อื่นกับการปรับตัว	39
ความเชื่อมั่นในตนเอง	40
ความหมายของความเชื่อมั่นในตนเอง	40

สารบัญ (ต่อ)

บทที่ (ต่อ)	หน้า
องค์ประกอบของความเชื่อมั่นในตนเอง.....	41
ความเชื่อมั่นในตนเองกับการปรับตัว.....	42
ความมั่นคงทางอารมณ์.....	43
ความหมายของความมั่นคงทางอารมณ์.....	43
องค์ประกอบของความมั่นคงทางอารมณ์.....	44
ปัจจัยส่งเสริมความมั่นคงทางอารมณ์.....	46
ความมั่นคงทางอารมณ์กับการปรับตัว.....	47
การมองโลกในแง่ดี.....	48
ความหมายของการมองโลกในแง่ดี.....	48
ความสำคัญของการมองโลกในแง่ดี.....	49
องค์ประกอบของการมองโลกในแง่ดี.....	50
การมองโลกในแง่ดีกับการปรับตัว.....	50
ตอนที่ 4 แนวทางในการพัฒนาการปรับตัว.....	51
ตอนที่ 5 การวิจัยผสมผสานวิธีแบบอธิบายตามกาลเวลา.....	52
3 วิธีการดำเนินการวิจัย.....	55
ระยะที่ 1 อธิบายความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัว ของนิสิตต่างชาติ.....	55
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	55
การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	57
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	66
การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล.....	66
ระยะที่ 2 ศึกษาแนวทางในการพัฒนาการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ.....	69
การกำหนดกลุ่มเป้าหมาย.....	70
การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	70
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	71
การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล.....	71
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	72
ตัวอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	73
ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐาน.....	74

สารบัญ (ต่อ)

บทที่ (ต่อ)	หน้า
ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์โมเดลการวัด.....	76
ผลการวิเคราะห์โมเดลการวัดสัมพันธภาพกับผู้อื่น.....	76
ผลการวิเคราะห์โมเดลการวัดความเชื่อมั่นในตนเอง.....	78
ผลการวิเคราะห์โมเดลการวัดการมองโลกในแง่ดี.....	80
ผลการวิเคราะห์โมเดลการวัดความมั่นคงทางอารมณ์.....	81
ผลการวิเคราะห์โมเดลการวัดการปรับตัว.....	83
ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์เชิงสาเหตุ.....	85
ตอนที่ 4 ผลการศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ.....	88
ตอนที่ 5 ข้อเสนอแนะทางการพัฒนาการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ.....	90
 5 สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ.....	93
สรุปผลการวิจัย.....	93
อภิปรายผล.....	97
ข้อเสนอแนะ.....	101
 บรรณานุกรม.....	102
 ภาคผนวก.....	110
ภาคผนวก ก ผลการวิเคราะห์ข้อคำถามรายข้อ.....	111
ภาคผนวก ข เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	116
 ประวัติย่อผู้วิจัย.....	145

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 จำนวนกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามคณะที่ศึกษา.....	56
2 สรุปเกณฑ์ที่ใช้ในการตรวจสอบความสอดคล้อง.....	69
3 ข้อมูลพื้นฐานของผู้ตอบแบบสอบถาม.....	74
4 ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของสัมพันธภาพกับ ผู้อื่น.....	76
5 การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันของโมเดลการวัดสัมพันธภาพกับผู้อื่น.....	76
6 ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของความเชื่อมั่นใน ตนเอง.....	78
7 การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันของโมเดลการวัดความเชื่อมั่นในตนเอง.....	78
8 ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของการมองโลก ในแง่ดี.....	80
9 การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันของโมเดลการวัดการมองโลกในแง่ดี.....	80
10 ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของความมั่นคง ทางอารมณ์.....	81
11 การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันของโมเดลการวัดความมั่นคงทางอารมณ์.....	82
12 ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของ การปรับตัว.....	83
13 การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันของโมเดลการวัดการปรับตัว.....	83
14 ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของความสัมพันธ์ เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัย บูรพา.....	85
15 ค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลของความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อ การปรับตัวของนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพา.....	87

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ	หน้า
1 กรอบแนวคิดการวิจัยการปรับตัว.....	14
2 โมเดลสมมติฐานปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพา.....	15
3 แผนผังการเกิดสภาวะทางอารมณ์ต่างๆ ซึ่งเป็นสาเหตุการปรับตัว.....	23
4 แผนภาพแสดงการกำหนดซึ่งกันและกันของปัจจัยทางพฤติกรรม (B) สภาพแวดล้อม (E) และส่วนบุคคล (P) ซึ่งได้แก่ ปัญญา ชีวภาพ และสิ่งภายในอื่น ๆ ที่มีผลต่อการเรียนรู้และการกระทำ.....	32
5 แผนผังแสดงแบบอธิบายตามกาลเวลา.....	53
6 โมเดลการวัดสัมพันธภาพกับผู้อื่น (คะแนนมาตรฐาน).....	77
7 โมเดลการวัดความเชื่อมั่นในตนเอง (คะแนนมาตรฐาน).....	79
8 โมเดลการวัดการมองโลกในแง่ดี (คะแนนมาตรฐาน).....	81
9 โมเดลการวัดความมั่นคงทางอารมณ์ (คะแนนมาตรฐาน).....	83
10 โมเดลการวัดการปรับตัว (คะแนนมาตรฐาน).....	84
11 ความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพา.....	86

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

สภาพเศรษฐกิจที่มีการเจริญเติบโตอย่างมากขึ้นอย่างต่อเนื่อง สถาบันทางการศึกษาต่างก็พัฒนาคุณภาพการเรียนการสอนของสถาบันให้มีคุณภาพมากยิ่งขึ้น และเยาวชนที่อยู่ในวัยศึกษาเล่าเรียนต่างพากันหาสถาบันการศึกษาที่ดีและมีคุณภาพ ทำให้นักศึกษาต่างชาติเลือกที่จะเดินทางมาศึกษาต่อในประเทศไทย ซึ่งประเทศไทยก็เป็นทางเลือกที่ดีทางเลือกหนึ่งในนักศึกษาต่างชาติเหล่านี้ อาจจะเป็นเพราะว่าประเทศไทยมีลักษณะความเป็นอยู่และวัฒนธรรมที่ใกล้เคียงกับประเทศใกล้เคียง ค่าใช้จ่ายไม่สูงมากนักเมื่อเทียบกับประเทศทางฝั่งตะวันตก (ศูนย์สารสนเทศยุทธศาสตร์ภาครัฐ สำนักงานสถิติแห่งชาติ. 2556: 1-7) ซึ่งทำให้นักศึกษาต่างชาติที่มาศึกษาต่อสามารถปรับตัวและดำรงชีวิตในการศึกษาต่อในต่างประเทศ ให้ประสบความสำเร็จได้ นักศึกษาต่างชาติที่เข้ามาศึกษาต่อในประเทศไทยเพราะต้องการพัฒนาศักยภาพของตนเองให้มีความรู้ความสามารถ และเพิ่มประสบการณ์ให้แก่ตนเองมากยิ่งขึ้น เพื่อให้สามารถประกอบอาชีพที่ต้องการได้อย่างมีประสิทธิภาพ และทันต่อการเปลี่ยนแปลงของสังคม ความก้าวหน้าทางวิชาการ ตลอดจนความเจริญทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีที่เป็นไปอย่างรวดเร็ว จึงต้องพัฒนาตัวเองเพื่อให้ทันต่อการเปลี่ยนแปลงดังกล่าว มิฉะนั้นแล้วจะกลายเป็นผู้ล้าหลัง นอกจากนี้ผู้ที่จบการศึกษาระดับอุดมศึกษาในต่างประเทศยังเป็นที่ยอมรับของสังคมทุกประเทศ และส่งผลต่อความก้าวหน้าในการทำงานในอนาคตต่อไป

มหาวิทยาลัยบูรพา นับว่าเป็นมหาวิทยาลัยที่เก่าแก่และมีหลักสูตรที่เปิดสอนที่หลากหลายแห่งหนึ่งของประเทศไทย ทำให้มีนิสิตต่างชาติที่มาเรียนในหลักสูตรภาษาไทยเป็นจำนวนมาก จากสถิติจำนวนนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพา ในปี พ.ศ. 2555 มีนิสิตต่างชาติ จำนวน 353 คน (สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา. 2558: ออนไลน์) และในปี พ.ศ. 2557 มีนิสิตระดับปริญญาตรี 239 คน นิสิตระดับปริญญาโท 205 คน นิสิตระดับปริญญาเอก 46 คน รวมทั้งสิ้น 490 คน (กองทะเบียนและประมวลผลการศึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา. 2557: ออนไลน์) เมื่อนิสิตต่างชาติเข้ามาศึกษาในต่างบ้านต่างเมือง เปลี่ยนแปลงระดับการศึกษาเป็นระดับอุดมศึกษาต้องมีการปรับตัวในทุกๆ ด้าน ช่วงเปิดเรียนใหม่เป็นช่วงที่นักศึกษาใหม่ ต้องเผชิญกับการปรับตัว อย่างรอบด้านทั้งที่อยู่อาศัย การเรียนการปรับตัวเข้ากับเพื่อน การปรับตัวเข้ากับกิจกรรมใหม่ รวมทั้งการปรับตัวเข้ากับสังคมใหม่ๆ รวมทั้งต้องปรับตัวในเรื่องของเพศที่แตกต่างกันเพิ่มขึ้น เนื่องจากนิสิตอยู่ในช่วงที่เป็นวัยรุ่น และพื้นฐานแต่ละคนย่อมแตกต่างกัน กิจกรรมบางอย่างที่ต้องทำร่วมกันในมหาวิทยาลัยอาจจะทำได้ไม่เท่ากัน ในเรื่องของการปรับตัว

ผู้ที่ดำเนินชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพในสังคมปัจจุบัน จะต้องเป็นบุคคลที่สามารถพัฒนาบุคลิกภาพอันมั่นคง พร้อมทั้งความสามารถในการปรับตัวที่จะช่วยให้สามารถนำชีวิตไปสู่จุดหมายปลายทางที่ดีได้ ไม่ว่าจะตกอยู่ในสังคมที่มีสภาพส่งเสริมหรือขัดขวางเพียงใดก็ตาม ซึ่งมนุษย์ที่มีความเข้าใจในเรื่องต่างๆ ของตนเอง เช่น การแสดงออกของพฤติกรรม อิทธิพลของพันธุกรรมและสิ่งแวดล้อม ความต้องการของมนุษย์ทั้งทางกายและจิตใจ ปัญหาและความคับข้องใจ การพัฒนาบุคลิกภาพของตนเอง และการปรับตัว ย่อมทำให้มนุษย์ทุกคนรู้จักตัวเองมากขึ้น มีความเข้าใจตนเองอย่างถูกต้องและลึกซึ้งขึ้น สามารถดำเนินชีวิตในสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลาได้ดีขึ้น ทั้งทางร่างกายและจิตใจการที่บุคคลจะสามารถปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่นได้ในการอยู่ร่วมกันในสังคม ซึ่งจะต้องมีการติดต่อสัมพันธ์หรือแข่งขันกัน คนในสังคมจะสามารถดำรงชีวิตอยู่ร่วมกันได้โดยการปรับปรุงไม่ให้เกิดความขัดแย้งจนถึงต้องแตกกลุ่มกัน แม้ว่าแต่ละคนอาจจะมีความสนใจแตกต่างกัน (วิภาพร มาพบสุข. 2542: 435-436) ปัญหาต่างๆ ของการปรับตัว อาจมีสาเหตุมาจากการที่บุคคลต้องเผชิญกับสภาพการณ์ หรือสถานการณ์ที่มีความกดดัน มีความขัดแย้ง เมื่อบุคคลใดบุคคลหนึ่งเผชิญปัญหาไม่ว่าทั้งปัญหาที่อาจจะเกิดขึ้นจากตัวบุคคลนั่นเอง หรือปัญหาที่เป็นผลจากสภาพแวดล้อม โดยทั่วไป บุคคลนั้นก็จะพยายามปรับตัวต่อสภาพที่เป็นปัญหาที่เขากำลังเผชิญนั้น เพื่อให้สภาวะความกดดัน หรือ ความเครียด ความวุ่นวายใจ และความกังวลใจค่อยๆ คลี่คลายลงจนหมดไปในที่สุด สภาวะที่ทำให้บุคคลเกิดความวุ่นวายทางจิตใจนั้น อาจจะมีสาเหตุมาจากสภาพทางร่างกาย สภาพทางจิตใจ หรือสภาพทางสังคมของบุคคลนั้น และเมื่อสภาวะดังกล่าวเกิดขึ้น ก็อาจจะส่งผลกระทบต่อให้บุคคลนั้นต้องสูญเสียความสมดุลในตนเอง ซึ่งอาจจะก่อให้เกิดความแปรปรวนทางพฤติกรรม ดังนั้นบุคคลทุกคนต้องรู้จักที่จะปรับตัวในทุกๆ ด้าน เพื่อที่จะสามารถดำรงชีวิตอยู่สังคมอย่างมีความสุขและมีสุขภาพจิตที่ดี ซึ่งมีงานวิจัยที่มีการศึกษากล่าวไว้ดังนี้ ดีเซนา (Desena. 1964: 145-149) ได้ทำการศึกษานิสิตชั้นปีที่ 1 ของมหาวิทยาลัยเพนซิลวาเนีย ผลการวิจัยพบว่า นิสิตที่มีผลการเรียนดี จะมีความสามารถในการปรับตัวได้ดี และรวดเร็วกว่านิสิตที่เรียนได้ปานกลางหรือนิสิตที่เรียนได้ต่ำ ซึ่งสอดคล้องกับ กิล (Gill. 1962: 144-149) ผลการวิจัยพบว่า เด็กที่เรียนดีจะมีความสามารถในการแก้ปัญหาด้านการปรับตัวได้ดีกว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ และ จุมจินต์ สลัดทุภัก (2543: 62-63) ศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวของนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ผลการวิจัยพบว่าบรรยากาศทางการเรียนการสอนของอาจารย์ สัมพันธ์ภาพกับเพื่อนและรุ่นพี่ มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวทางสังคม กับ ชูลีพรรณ พลขาน (2547: 126) ศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนิสิตปริญญาตรี มหาวิทยาลัยมหาสารคาม ผลการวิจัยพบว่า การปรับตัวมีอิทธิพลทางตรงต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ซึ่งสอดคล้องกับ เปรมพร มันเสมอ (2545: 151-155) ซึ่งได้ศึกษาการปรับตัวกลวิธีการแก้ปัญหาและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ผลการวิจัยพบว่า การปรับตัวมีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ที่กล่าวมาเป็นการปรับตัวมีความเกี่ยวข้องกับปัจจัยหลายๆ ด้าน ซึ่งทุกๆ ด้านนั้นมีความสำคัญแตกต่างกันออกไป เพื่อแสดงออกถึงพฤติกรรมของมนุษย์ตามทฤษฎีต่างๆ

ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม (Social Cognitive Theory) ซึ่งพัฒนาขึ้นโดยนักจิตวิทยาชื่อ Albert Bandura มีความเชื่อว่าพฤติกรรมของคนเรานั้นไม่ได้เกิดขึ้นและเปลี่ยนแปลงไปเนื่องจากปัจจัยทางสภาพแวดล้อมเพียงอย่างเดียว แต่ต้องมีปัจจัยส่วนบุคคล ปัญญา ชีวภาพ และสิ่งภายในอื่นๆ ร่วมด้วย และการรวมของปัจจัยส่วนบุคคลนั้นจะร่วมกันในลักษณะที่กำหนดซึ่งกันและกัน กับปัจจัยทางด้านพฤติกรรมและสภาพแวดล้อม หมายความว่า ทั้งสามปัจจัยได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล สภาพแวดล้อม และพฤติกรรม มีความสัมพันธ์กัน บางปัจจัยอาจมีอิทธิพลมากกว่าอีกปัจจัย ทั้งนี้อิทธิพลของปัจจัยทั้ง 3 นั้น ไม่ได้เกิดขึ้นพร้อมกัน แต่ต้องอาศัยเวลาในการที่ปัจจัยใดปัจจัยหนึ่งจะมีผลต่อการกำหนดปัจจัยอื่นๆ (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. 2553: 47-49) ซึ่งในงานวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษา ปัจจัยส่วนบุคคล ประกอบด้วย ความเชื่อมั่นในตนเอง ความมั่นคงทางอารมณ์ การมองโลกในแง่ดี สภาพแวดล้อม ประกอบด้วย สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย สัมพันธภาพกับผู้อื่น พฤติกรรมการปรับตัวทั้งทางด้านจิตใจและสังคม

สภาพแวดล้อมมีอิทธิพลต่อชีวิตความเป็นอยู่ของมนุษย์ ซึ่งเป็นสาเหตุถึงการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของมนุษย์ ดังนั้น สภาพแวดล้อมในสถานศึกษาจึงเป็นสิ่งสำคัญที่มีอิทธิพลต่อการเรียนรู้ และสิ่งที่ขัดเกลาบุคลิกภาพ พัฒนาการทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม อารมณ์ (กรมวิชาการ. 2539: 16) ดังนั้นการจัดการศึกษาในสถาบันอุดมศึกษาจะต้องคำนึงถึงสภาพแวดล้อมของสถานศึกษานั้นด้วย ฐานะทีนีสิตนักศึกษาเป็นบุคคลสำคัญในสถาบัน มหาวิทยาลัยจำเป็นต้องสร้างสภาพแวดล้อมให้เหมาะสม สร้างความรู้สึกที่ดีให้แก่นิสิต เพื่อให้นิสิตได้มีโอกาสพัฒนาความรู้ อารมณ์ และบุคลิกภาพของตนเองได้อย่างสมบูรณ์ ซึ่งมีงานวิจัยที่มีการศึกษากว่าไว้ดังนี้ นิภา คำภาทุ (2547: 74) ทำการศึกษาถึงการปรับตัวในการเรียนระดับไฮสคูล ของนักเรียนเกรด 9 ซึ่งผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวด้านการเรียนของนักเรียน มี 5 ตัวแปร ได้แก่ ทศนคติต่อการเรียนระดับไฮสคูล สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับบิดามารดา ลักษณะสภาพแวดล้อมทางกายภาพ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู และสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน และ ชมาพร ศรีอิทยาจิต (2548: 97-98) ได้ทำการศึกษาความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างปัจจัยบางประการที่ส่งผลต่อทักษะชีวิต ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ผลการวิจัยพบว่าการปรับตัว มีอิทธิพลมาจากตัวแปรสภาพแวดล้อมในโรงเรียน สัมพันธภาพภายในครอบครัว ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน การสนับสนุนทางสังคม แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์

สัมพันธภาพหรือความสัมพันธ์อันดีระหว่างบุคคล จะทำให้เกิดความรักและความร่วมมือ การที่จะสร้างสัมพันธภาพหรือความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น บุคคลนั้นจะต้องรู้จักปรับปรุงตนเองก่อน ต้องรู้จักปรับตนเองให้เข้ากับบุคคล เหตุการณ์ และสถานที่ รู้จักพูด รู้จักรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น มองโลกในแง่ของความเป็นจริง และสามารถควบคุมอารมณ์ได้ ได้มีงานวิจัยที่มีการศึกษากว่าไว้ดังนี้ จุฑารัตน์ ฉัตรพงษ์สวัสดิ์ (2553: 109-110) ทำการศึกษาปัจจัยคัดสรรที่ส่งผลต่อการปรับตัว

ด้านการเรียนของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมาและสร้างสมการทำนวยการปรับตัวด้านการเรียน ผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษา มี 5 ปัจจัย คือ นิสัยทางการเรียน สัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับเพื่อน ลักษณะมุ่งอนาคต ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลาง ซึ่งสามารถอธิบายความแปรปรวนของการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษาค่อนข้างมาก และ เอิร์นส์ (Ernst . 2013: 2-13) ได้ทำการศึกษาการปรับตัวของนักเรียนที่มีความเสี่ยงต่อการใช้เทคโนโลยีในตะวันออกเฉียงใต้ของรัฐเวอร์จิเนียพบว่า การปรับตัวมีความสัมพันธ์กับสัมพันธภาพต่อเพื่อน (ขนาดความสัมพันธ์ 0.64) และสัมพันธภาพต่อเพื่อนมีความสัมพันธ์กับการควบคุมตนเอง (ขนาดความสัมพันธ์ 0.64)

ความเชื่อมั่นในตนเองและรู้คุณค่าในตนเองเป็นส่วนสำคัญในการดำเนินชีวิต เป็นการคิดและความรู้สึกเกี่ยวกับตนเองว่าสามารถทำสิ่งต่างๆ ได้อย่างไร ตนเองมีความสำคัญอย่างไร ความเชื่อมั่นในตนเองเริ่มต้นมาตั้งแต่เด็ก เมื่อได้รับการตอบสนองความต้องการและได้รับความรักและความอบอุ่น ย่อมเรียนรู้เกี่ยวกับตนเองและความสามารถของตนเอง บางคนจะมีความเชื่อมั่นในตนเองได้ต้องเป็นผลมาจากมีความเชื่อมั่นว่าตนเองมีความสามารถและเห็นว่าตนเองมีคุณค่า การยอมรับนับถือตนเอง แต่ยังมีบางคนก็เชื่อว่าการประเมินความสามารถในการเผชิญอุปสรรคและปรับตัวของตนเองให้เข้ากับสิ่งแวดล้อม มีงานวิจัยที่มีการศึกษากล่าวไว้ดังนี้ สิทธิศักดิ์ ศักดิ์สีตากร (2552: 106-107) ทำการศึกษา ปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อความสามารถในการเผชิญความขัดแย้งของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ผลการวิจัยพบว่า ความเชื่อมั่นในตนเอง ได้รับอิทธิพลมาจากสัมพันธภาพภายในครอบครัว สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนและครูประจำชั้น ส่วน สิทธิมา สุทธิศักดิ์ (2549: 109-110) ทำการศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับความสามารถในการแก้ปัญหาด้านการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ผลการวิจัยพบว่า แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่นในตนเอง การรับรู้ความสามารถของตนเอง และความสามารถทางสมอง มีความสัมพันธ์กับความสามารถในการแก้ปัญหาการเรียน

วิธีการที่เราควบคุมอารมณ์ ที่มีผลกระทบกระเทือนต่อจิตใจและร่างกายของเรา หากเราพยายามกำจัดอารมณ์และความรู้สึกออกไปให้หมดสิ้น ชีวิตก็จะมีแต่ทุกข์ มีผลเสียต่อสุขภาพจิต แต่ในทางตรงกันข้าม ถ้าหากเราไม่สามารถควบคุมอารมณ์ของเราได้ เราก็อาจจะประสบกับความยุ่งยากวุ่นวาย เกิดปัญหาและอุปสรรคในการดำเนินชีวิต ดังนั้นผู้ที่มีสุขภาพจิตที่ดีควรจะแสดงความรู้สึกทางอารมณ์ออกมาได้ และควบคุมอารมณ์ของตนได้ตามความเหมาะสมของเหตุการณ์ ซึ่งได้มีงานวิจัยที่มีการศึกษากล่าวไว้ดังนี้ ธิดา จิตติพานิชยางกูร (2550: 88-90) ได้ทำการศึกษาความสัมพันธ์ปัจจัยที่ส่งผลต่อความมั่นคงทางอารมณ์ ผลการวิจัยพบว่า สัมพันธภาพในครอบครัว การอบรมเลี้ยงดูแบบมีเหตุผล สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความมั่นคงทางอารมณ์ และ สิริยลักษณ์ ไชยลังกา และคณะ (2552: 135) ได้ทำการศึกษาความเกี่ยวข้องระหว่างปัจจัยบางประการ กับความมั่นคงทางอารมณ์และความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรคของนักศึกษาพยาบาลศาสตรบัณฑิต วิทยาลัยพยาบาลบรม

ราชชนนี พระยา พบว่า สัมพันธภาพระหว่างอาจารย์และนักศึกษามีความเกี่ยวข้องกับความมั่นคงทางอารมณ์

การมองโลกในแง่ดี เป็นวิธีการคิดที่มีความสำคัญ และยังเป็นแนวทางปฏิบัติที่ช่วยแก้ปัญหาต่างๆ ได้ ปัจจุบันการดำเนินชีวิตมักจะต้องเผชิญกับภาวะคับข้องใจ สับสน วุ่นวาย และรบกวนจิตใจ จนส่งผลให้กำลังใจในการต่อสู้หรือความกล้าต่อการเผชิญหน้าเพื่อฟันฝ่าอุปสรรคลดน้อยถอยลงไป ผู้ที่ไม่สามารถก้าวผ่านไปได้ ก็จะต้องจมอยู่กับความคิดที่เป็นทุกข์ จนเกิดผลเสียต่อการดำเนินชีวิต ดังนั้นบุคคลที่มองโลกในแง่ดี สามารถปรับเปลี่ยนมุมมองของความคิดให้แตกต่างไปจากเดิม ก็จะพบสิ่งที่ดีๆ การคิดเชิงบวกเป็นความคิดที่ช่วยทำให้ชีวิตมีความสุข และมีความสุขมากขึ้น มีงานวิจัยที่มีการศึกษากล่าวไว้ดังนี้ ทิวา มิ่งน้อย (2535: 60) ได้ศึกษาความสามารถในการปรับตัวของนักเรียนมัธยมศึกษาที่มีรูปแบบการอธิบายแตกต่างกัน โดยจะศึกษาว่านักเรียนที่มีรูปแบบการอธิบายแบบใดจะมีความสามารถในการปรับตัวกับเพื่อนสูงกว่ากัน พบว่านักเรียนที่มีรูปแบบการอธิบายในลักษณะของการมองโลกในแง่ดี มีความสามารถในการปรับตัวกับเพื่อนสูงกว่านักเรียนที่มีรูปแบบการอธิบายในลักษณะการมองโลกในแง่ร้ายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และณัฐกานต์ ทองสนธิ (2549: 99-100) ทำการศึกษา สาเหตุที่มีผลต่อวิธีการเผชิญปัญหาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ผลการวิจัยพบว่า ลักษณะความเป็นชาย ลักษณะความเป็นหญิง การมองโลกในแง่ดี ความเชื่ออำนาจภายในตน และความเชื่ออำนาจผู้อื่น ส่งผลต่อการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์

จากสภาพปัญหาที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวของนิสิตในระดับอุดมศึกษาดังกล่าว ผู้วิจัยจึงทำการศึกษาความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ ในมหาวิทยาลัยบูรพา ซึ่งผู้วิจัยทำการศึกษาถึงปัจจัยทางสภาพแวดล้อม ได้แก่ สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย สัมพันธภาพกับผู้อื่น ปัจจัยภายในตัวบุคคล ได้แก่ ความเชื่อมั่นในตนเอง ความมั่นคงทางอารมณ์ การมองโลกในแง่ดี และพฤติกรรมการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ ซึ่งดำเนินการวิจัยโดยใช้แบบแผนการวิจัยผสมผสานแบบอธิบายตามกาลเวลา (Sequential Explanatory Design) ซึ่งรูปแบบนี้ให้ความสำคัญกับวิธีการเชิงปริมาณเป็นวิธีการหลัก โดยนักวิจัยเริ่มต้นศึกษาหาคำตอบด้วยวิธีการเชิงปริมาณและศึกษาต่อด้วยวิธีการเชิงคุณภาพ จากนั้นจึงนำผลการวิจัยเชิงคุณภาพที่ค้นพบกับกลุ่มเป้าหมายมาช่วยอธิบายความเพิ่มเติมผลการวิจัยเชิงปริมาณต่อไป ในการวิจัยระยะที่ 1 เก็บข้อมูลเชิงปริมาณโดยใช้การวิเคราะห์ความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ ในมหาวิทยาลัยบูรพา และเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพโดยการสัมภาษณ์เกี่ยวกับปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวด้านจิตใจและสังคมของนิสิตต่างชาติ ในมหาวิทยาลัยบูรพา

เพื่ออธิบายรายละเอียดการวิเคราะห์ความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพาและผู้วิจัยศึกษางานวิจัยระยะที่ 2 ศึกษาแนวทางในการพัฒนาการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ ซึ่งผลการศึกษจะเป็นแนวทางในการพัฒนาในเรื่องการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ ให้ความช่วยเหลือ ให้คำปรึกษาพร้อมทั้งสามารถที่จะแก้ปัญหาต่างๆ ได้ และจากแนวทางของผลการวิจัยจะช่วยให้นิสิตมีการปรับตัวได้เร็วขึ้นและเหมาะสมกับแต่ละบุคคล ทั้งด้านภายในและภายนอก มีสุขภาพจิตที่ดี เหมาะกับสภาพแวดล้อมและบริบทของมหาวิทยาลัยอีกด้วย ตลอดจนเป็นแนวทางในการมุ่งผลิตบัณฑิตที่พึงประสงค์ต่อไป

ความมุ่งหมายของการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ตั้งความมุ่งหมายไว้ดังนี้

1. เพื่อตรวจสอบความสอดคล้องกลมกลืนของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุการปรับตัวของนิสิตต่างชาติตามสมมติฐานกับข้อมูลเชิงประจักษ์
2. เพื่อศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลทางตรง และอิทธิพลทางอ้อมต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ ในมหาวิทยาลัยบูรพา
3. เพื่ออธิบายปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ ในมหาวิทยาลัยบูรพา
4. เพื่อศึกษาแนวทางในการพัฒนาการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ ในมหาวิทยาลัยบูรพา

ความสำคัญของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพา ซึ่งผลการวิจัยที่ได้จากการศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้ จะก่อให้เกิดประโยชน์ทั้งทางด้านองค์ความรู้และด้านการนำไปใช้ ดังนี้

ด้านองค์ความรู้

1. ได้องค์ความรู้เกี่ยวกับปัจจัยทางสภาพแวดล้อมและปัจจัยภายในบุคคลที่มีต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ ในมหาวิทยาลัยบูรพาที่ศึกษาอยู่ในระดับต่างๆ
2. ได้องค์ความรู้ที่สามารถยืนยันว่าสาเหตุของพฤติกรรมมนุษย์ที่มีความแตกต่างทางวัฒนธรรมขึ้นอยู่กับปัจจัยทางสภาพแวดล้อมและปัจจัยภายในตัวบุคคลตามแนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม (Social Cognitive Theory)

ด้านการนำไปใช้

1. สามารถใช้องค์ความรู้ที่เกี่ยวกับปัจจัยสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย สัมพันธ์ภาพกับผู้อื่นความเชื่อมั่นในตนเอง ความมั่นคงทางอารมณ์ การมองโลกในแง่ดี เพื่อเป็นแนวทางในการวางแผนและให้ความช่วยเหลือเกี่ยวกับการปรับตัวแก่นิสิตต่างชาติต่อไป
2. สามารถใช้องค์ความรู้เกี่ยวกับอิทธิพลสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยที่มีต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ ไปใช้ในการปรับปรุงลักษณะทางกายภาพของมหาวิทยาลัยให้ดียิ่งขึ้น
3. สามารถใช้วางแผนจัดกิจกรรมส่งเสริมปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติให้ดียิ่งขึ้น

ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ใช้วิธีการวิจัยผสมผสานวิธีแบบอธิบายตามกาลเวลา ซึ่งได้แบ่งการวิจัยออกเป็น 2 ระยะ ดังนี้

ระยะที่ 1 อธิบายความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ

ผู้วิจัยดำเนินการวิจัยใช้วิธีการเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ ผู้วิจัยจะดำเนินการศึกษาด้วยวิธีการเชิงปริมาณก่อน โดยใช้วิธีการเชิงปริมาณเพื่อศึกษาความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพา จากนั้นใช้วิธีการเชิงคุณภาพ เพื่อช่วยอธิบายรายละเอียดของข้อค้นพบเชิงปริมาณให้ได้สารสนเทศที่ชัดเจนมากขึ้น

ประชากร

นิสิตต่างชาติ ที่กำลังศึกษาหลักสูตรที่ใช้ภาษาไทย ของมหาวิทยาลัยบูรพา ซึ่งแบ่งเป็นนิสิตระดับปริญญาตรี และนิสิตระดับปริญญาโท

กลุ่มตัวอย่าง

วิธีการเชิงปริมาณ เป็นนิสิตต่างชาติ ที่กำลังศึกษาหลักสูตรที่ใช้ภาษาไทย ในปีการศึกษา 2560 ของมหาวิทยาลัยบูรพา จำนวน 293 คน ซึ่งแบ่งเป็นนิสิตระดับปริญญาตรี จำนวน 198 คน และนิสิตระดับปริญญาโท จำนวน 95 คน

วิธีการเชิงคุณภาพ เป็นนิสิตต่างชาติ ที่กำลังศึกษาหลักสูตรที่ใช้ภาษาไทย ในปีการศึกษา 2560 ของมหาวิทยาลัยบูรพา จำนวน 5 คน จากการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling)

ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

1. ตัวแปรภายนอก (exogenous variables) แบ่งออกได้ดังนี้

1.1 สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย

1.2 สัมพันธภาพกับผู้อื่น วัดจากตัวแปรสังเกตได้ 2 ตัวแปร

- สัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์
- สัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน

2. ตัวแปรภายใน (endogenous variables) แบ่งออกได้ดังนี้

2.1 ความเชื่อมั่นในตนเอง วัดจากตัวแปรสังเกตได้ 4 ตัวแปร

- ความเข้มแข็งทางจิตใจ
- ความกล้าหาญ
- การพึ่งตนเอง
- ความเป็นตัวของตัวเอง

2.2 ความมั่นคงทางอารมณ์ วัดจากตัวแปรสังเกตได้ 3 ตัวแปร

- การรับรู้ต่อเหตุการณ์
- การจัดการกับอารมณ์
- การได้รับความช่วยเหลือสนับสนุน

2.3 การมองโลกในแง่ดี วัดจากตัวแปรสังเกตได้ 3 ตัวแปร

- ความคงทนถาวร
- ความเป็นตนเอง
- ความครอบคลุม

2.4 การปรับตัว วัดจากตัวแปรสังเกตได้ 2 ตัวแปร

- การปรับตัวด้านจิตใจ
- การปรับตัวด้านสังคม

ระยะที่ 2 ศึกษาแนวทางในการพัฒนาการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ

ผู้วิจัยดำเนินการวิจัยโดยใช้วิธีการเชิงคุณภาพเพื่อศึกษาแนวทางในการพัฒนาการปรับตัวของนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพา

กลุ่มเป้าหมาย

อาจารย์และบุคลากรในมหาวิทยาลัยบูรพา ปีการศึกษา 2560 จำนวน 5 คน ซึ่งได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) มีเกณฑ์การคัดเลือกดังนี้

1. เป็นอาจารย์หรือผู้เชี่ยวชาญที่ประจำอยู่ในสาขาจิตวิทยา จำนวน 1 คน
2. เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาหรือผู้รับผิดชอบดูแลนิสิตต่างชาติในคณะทางสังคมศาสตร์ 1 คน และในคณะทางวิทยาศาสตร์ 1 คน
3. คณะทำงานหน่วยกิจกรรมนิสิตหรือหน่วยบริการนิสิตนานาชาติ กองกิจการนิสิตมหาวิทยาลัยบูรพา จำนวน 2 คน

ประเด็นที่ศึกษา

แนวทางในการพัฒนาการปรับตัวทางด้านจิตใจและสังคมของนิสิตต่างชาติ ในมหาวิทยาลัยบูรพา

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. การปรับตัว (Adjustment) หมายถึง การรับรู้ถึงความพยายามของนิสิตในการปรับตนเองให้เหมาะสมกับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้น มีความสามารถในการดำรงชีวิตอยู่ได้ด้วยวิธีการต่างๆ อย่างเหมาะสม มีการรับรู้ถึงสภาพจิตใจของตนเอง เกี่ยวกับภาพลักษณ์ ความพึงพอใจในชีวิต ความภาคภูมิใจในตนเอง ความสามารถในการจัดการกับปัญหา และความสัมพันธ์กับคนรอบข้างที่แสดงออกเป็นบทบาทหน้าที่ของตนเองตามสังคมรอบข้าง การยอมรับวัฒนธรรมที่แตกต่างจากวัฒนธรรมเดิม โดยที่จะมีความรู้สึกหรือพฤติกรรมที่เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมที่อยู่และตามความต้องการของตนเอง ให้อยู่ในภาวะสมดุลทั้งอารมณ์ จิตใจ และสังคม ซึ่งวัดได้จากการประเมินคุณลักษณะของนิสิตในด้านต่างๆ 2 ด้าน ประกอบด้วย

1.1 การปรับตัวด้านจิตใจ (Morale Adjustment) หมายถึง การรับรู้ถึงสภาพจิตใจของนิสิตกับภาพลักษณ์ของตนเอง ความรู้สึกพึงพอใจในชีวิต ความภาคภูมิใจในตนเองและในชีวิต รวมไปถึงการรับรู้ถึงความสามารถในการจัดการกับความทุกข์ ความเศร้า หรือความกังวล และความเชื่อต่างๆ ของตนเองที่มีผลต่อการดำเนินชีวิต

1.2 การปรับตัวด้านสังคม (Social Adjustment) หมายถึง การรับรู้ถึงความสัมพันธ์ระหว่างนิสิตกับสังคมรอบข้าง โดยมีการแสดงออกเป็นบทบาทหน้าที่ของตนเองที่เหมาะสม รับรู้ถึงบทบาทของนิสิตตามบรรทัดฐานของสังคมรอบข้างและตามวัฒนธรรมที่อาศัยอยู่ การยอมรับถึงวัฒนธรรมความเป็นอยู่ที่แตกต่างจากวัฒนธรรมของตนเอง

2. สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย (University Environment) หมายถึง การรับรู้ของนิสิตเกี่ยวกับการจัดบริการอาคารสถานที่ที่มีรื้อรอบขอบชิด อาคารสถานที่ที่มีความมั่นคงแข็งแรงปลอดภัย มีขนาดกว้างขวางเพียงพอกับจำนวนนิสิต อากาศถ่ายเทสะดวก มีแสงสว่างเพียงพอ มีบรรยากาศร่มรื่น สงบ สะอาด สวยงาม การจัดบริการหอพักที่เอื้ออำนวยต่อการทำกิจวัตรและกิจกรรมต่างๆ

3. สัมพันธภาพกับผู้อื่น (Relationships with others) หมายถึง ความผูกพันเกี่ยวข้องกันระหว่างนิสิตกับอาจารย์และเพื่อน มีความรู้สึกที่ดี และแสดงพฤติกรรมที่ดีต่อการปฏิบัติตนระหว่างนิสิตกับอาจารย์และเพื่อน เพื่อสร้างความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน มีความรู้สึกที่ดี และแสดงพฤติกรรมที่ดีต่อกัน ได้แก่ การเข้าใจความรู้สึก การรับฟังความคิดเห็น การดูแล การเอาใจใส่ ให้กำลังใจ เป็นที่ปรึกษาเมื่อนิสิตเจอปัญหาหรืออุปสรรค การให้ความช่วยเหลืออย่างเต็มที่ ให้ความไว้วางใจ เปิดโอกาสให้นิสิตมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ ให้ความยุติธรรมกับนิสิตทุกคนอย่างเท่าเทียมกัน ยอมรับความแตกต่างระหว่างตนเองกับผู้อื่นได้

3.1 สัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์ (Teacher-student relationships) หมายถึง การแสดงปฏิบัติตนระหว่างอาจารย์และนิสิตที่มีต่อกัน เพื่อสร้างความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ได้แก่ การรับฟังความคิดเห็น การดูแลให้ความสนใจเอาใจใส่ เข้าใจ ให้ความรักความอบอุ่น ความหวังดี เป็นที่ปรึกษาเมื่อนิสิตมีความกังวลใจ เปิดโอกาสให้นิสิตได้มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมต่างๆ

3.2 สัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน (Friends relationships) หมายถึง การปฏิบัติตนของนิสิตกับเพื่อน ที่มีต่อกันทั้งในหอพักและในมหาวิทยาลัย เพื่อสร้างความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ได้แก่ การเข้าใจความรู้สึกของเพื่อนและของตนเอง ยอมรับฟังความคิดเห็น เติบโตให้ช่วยเหลือ การให้ความไว้วางใจ ให้กำลังใจ ไม่นินทาถึงกันและกัน

4. ความเชื่อมั่นในตนเอง (Self-Confidence) หมายถึง การแสดงออกของนิสิตที่มีความมั่นใจในตนเองอย่างเหมาะสมกับสภาพของตนเอง ในลักษณะที่มีจิตใจหนักแน่น ไม่ลังเล ควบคุมตนเองให้อยู่ในสภาพปกติ ความกล้าที่จะพูด กล้ากระทำ กล้าแสดงออก เผชิญความจริงอย่างถูกต้อง เชื่อมมั่นในความสามารถแก้ปัญหาและการทำงานต่างๆ ไม่ทำตัวเป็นปัญหาแก่ผู้อื่น และเป็นตัวของตัวเอง รู้จักฟังตนเอง สามารถปรับตัวให้อยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข โดยวัดได้จากการประเมินคุณลักษณะในด้านต่างๆ 4 ด้าน ประกอบด้วย

4.1 ความเข้มแข็งทางจิตใจ (Strong mind) หมายถึง คุณลักษณะของนิสิตที่มีจิตใจหนักแน่นไม่ลังเล มีการควบคุมอารมณ์ให้อยู่ในสภาพปกติ ไม่วิตกกังวลเกินไป

4.2 ความกล้าหาญ (Courage) หมายถึง คุณลักษณะของนิสิตที่กล้าพูด กล้าแสดงความคิดเห็น กล้ากระทำ กล้าซักถามข้อสงสัย กล้าเผชิญความจริง กล้ารับผิดชอบเมื่อกระทำ ความผิด กล้าเป็นผู้นำ ชอบการต่อสู้ แข่งขัน ไม่ขี้อาย ไม่ประหม่า และไม่เคอะเขิน

4.3 การพึ่งตนเอง (Self-reliance) หมายถึง คุณลักษณะของนิสิตที่มีความเชื่อมั่นในความสามารถแก้ปัญหาและการทำงานให้ประสบผลสำเร็จได้ด้วยตนเอง และไม่ทำตัวเป็นปัญหาหรือเป็นภาระแก่ผู้อื่น

4.4 ความเป็นตัวของตัวเอง (Self-confident) หมายถึง คุณลักษณะของนิสิตที่มีความพอใจและภูมิใจในตนเอง สามารถตัดสินใจสิ่งต่างๆหรือเรื่องราวต่างๆ ได้ด้วยตนเอง ไม่คล้อยตามผู้อื่นโดยไร้เหตุผล และมีความคิดสร้างสรรค์

5. ความมั่นคงทางอารมณ์ (Emotional Stability) หมายถึง ภาวะที่นิสิตสามารถควบคุมอารมณ์ และสะกดกั้นอารมณ์ของตนเองให้อยู่ในสภาพปกติเมื่อมีปัญหาเกิดขึ้น มีวิธีการลดความทุกข์หรือความไม่สบายใจลงได้ ไม่หวั่นไหวเมื่อต้องเผชิญปัญหาหรือสิ่งรบกวนความสงบสุขของอารมณ์ สามารถรับรู้ปัญหาที่เกิดขึ้นได้ถูกต้อง แก้ไขปัญหาต่างๆ ได้ และมีบุคคลอื่นเป็นที่ปรึกษาเมื่อเกิดปัญหาที่นิสิตไม่สามารถแก้ไขได้ โดยที่บุคคลนั้นช่วยหาทางแก้ปัญหาหรือให้นิสิตมีความสบายใจขึ้น โดยวัดได้จากการประเมินคุณลักษณะในด้านต่างๆ 3 ด้าน ประกอบด้วย

5.1 การรับรู้ต่อเหตุการณ์ (Awareness events) หมายถึง เมื่อเกิดปัญหานั้นนิสิตสามารถที่รับรู้ปัญหาที่เกิดขึ้นได้ถูกต้องตามความเป็นจริงแล้ว แก้ปัญหาได้ตรงจุดและประสบผลสำเร็จ ส่งผลให้เกิดความสบายใจหลุดพ้นจากปัญหานั้นๆ

5.2 การจัดการกับอารมณ์ (Emotion Management) หมายถึง เมื่อเกิดปัญหานั้นนิสิตมีวิธีการที่ลดความไม่สบายใจหรือปรับอารมณ์โกรธให้เบาลงได้จากความทุกข์และความคับข้องใจที่เกิดแก่ตัวเรา

5.3 การได้รับความช่วยเหลือสนับสนุน (Receive Assistance) หมายถึง เมื่อเกิดปัญหานั้นนิสิตมีบุคคลเป็นที่พึ่งพอจะขอคำปรึกษาเกี่ยวกับปัญหาที่ตนไม่สามารถแก้ไขได้ และให้บุคคลนั้นที่เข้าใจปัญหาช่วยหาทางแก้ไขปัญหานั้นได้หรือดีขึ้นก็จะทำให้นิสิตมีความสบายใจเกิดขึ้น

6. การมองโลกในแง่ดี (Optimism) หมายถึง ความสามารถของนิสิตที่มีมุมมองชีวิตในด้านดีหรือในด้านบวก มีความหวังในชีวิต แม้จะเผชิญสถานการณ์เลวร้าย หรืออุปสรรคใดๆ ก็ตาม นิสิตจะมองว่าเหตุการณ์ร้ายๆ ที่เกิดขึ้นเดี๋ยวมันจะผ่านไปหรือสามารถแก้ไขได้ ซึ่งเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นมีสาเหตุมาจากผู้อื่นหรือมาจากสิ่งแวดล้อมจะเกิดขึ้นในโอกาสใดโอกาสหนึ่งเท่านั้น ซึ่งนิสิตสามารถปรับเปลี่ยนเพื่อตอบสนองต่อสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไปได้เหมาะสม มีความสามารถในการ

การต่อสู้อุปสรรคหรือเหตุการณ์ร้ายๆ โดยไม่ย่อท้อหรือหลบหนี โดยวัดได้จากการประเมินคุณลักษณะในด้านต่างๆ 3 ด้าน ประกอบด้วย

6.1 ความคงทนถาวร (Permanence) หมายถึง คุณลักษณะของนิสิตในการมองสถานการณ์หรือเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นชั่วคราวหรือคงทนถาวร นิสิตที่มองโลกในแง่ดีจะมองเหตุการณ์ในทางลบว่าเกิดขึ้นเฉพาะครั้งคราว จึงคิดว่าตนเองจะช่วยเหลือตนเองหรือแก้ปัญหาได้ ส่วนเหตุการณ์ทางบวกจะเกิดขึ้นได้เสมอ แต่นิสิตที่มองโลกในแง่ร้ายจะคิดตรงกันข้าม คือ มองสถานการณ์หรือเหตุการณ์ทางบวกว่าเป็นเหตุการณ์ที่บังเอิญเกิดขึ้นในบางโอกาสเท่านั้น ส่วนเหตุการณ์ทางลบจะเกิดขึ้นบ่อยครั้ง

6.2 ความเป็นตนเอง (Personalization) หมายถึง คุณลักษณะของนิสิตในการมองสถานการณ์หรือเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นว่าเป็นเพราะตัวเราหรือเกิดจากสถานการณ์รอบข้างสิ่งแวดล้อม บุคคลอื่น เป็นการมองปัญหาที่เกิดขึ้นไม่เฉพาะเจาะจงหรือเฉพาะตัวบุคคล นิสิตที่มองโลกในแง่ดีจะมองเหตุการณ์ทางลบว่าเกิดขึ้นจากบุคคลอื่น หรือเกิดจากธรรมชาติ ทำให้ไม่รู้สึกสูญเสียคุณค่าในตนเอง ส่วนเหตุการณ์ทางบวกจะเกิดขึ้นจากเพราะตัวเอง หรือบุคลิกภาพในตัวเอง แต่นิสิตที่มองโลกในแง่ร้ายจะมองเหตุการณ์ทางบวกว่าเกิดขึ้นจากบุคคลอื่นหรือสิ่งอื่นไม่ใช่ตัวเอง ทำให้เกิด ส่วนเหตุการณ์ทางลบเกิดขึ้นเพราะตัวเอง

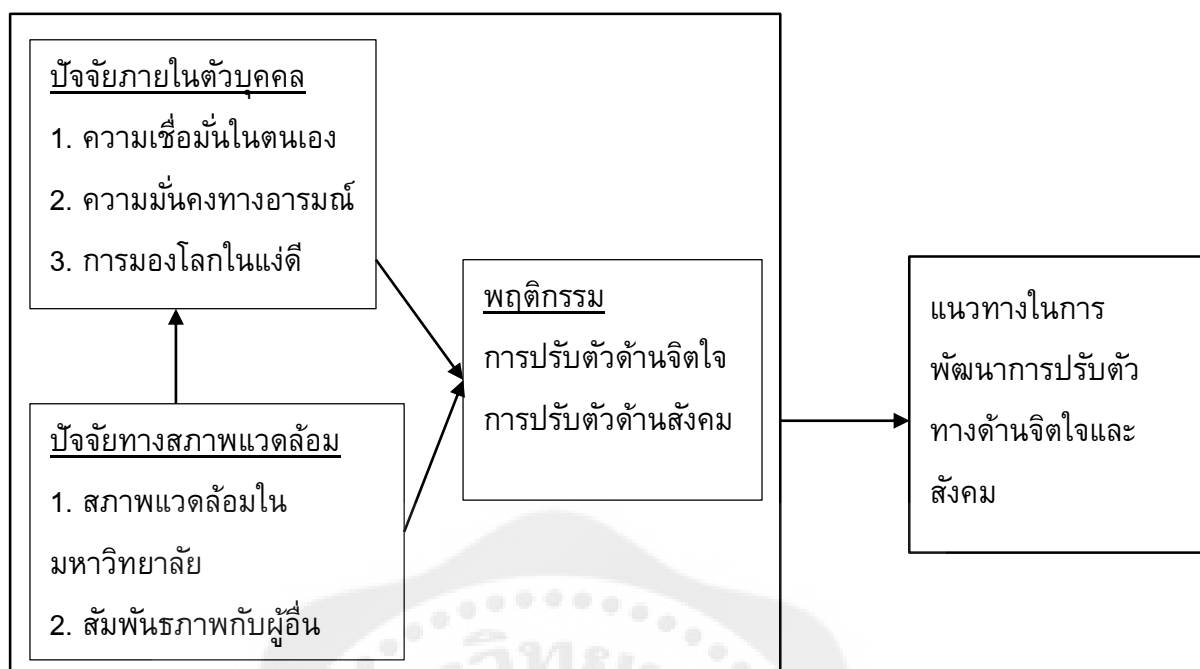
6.3 ความครอบคลุม (Pervasiveness) หมายถึง คุณลักษณะของนิสิตในการมองสถานการณ์หรือเหตุการณ์ต่างๆ ว่าเกิดขึ้นเฉพาะบุคคลหรือเกิดกับคนทั่วไป นิสิตที่มองโลกในแง่ดีจะมองเหตุการณ์ทางลบว่าเกิดขึ้นเฉพาะกรณีหรือโอกาสใดโอกาสหนึ่งเท่านั้น ส่วนเหตุการณ์ทางบวกจะเกิดขึ้นบ่อยครั้งแต่นิสิตที่มองโลกในแง่ร้ายจะมองเหตุการณ์ทางบวกว่าเกิดขึ้นได้เสมอและมีผลต่อทุกสิ่งทุกอย่างในชีวิต

7. แนวทางในการพัฒนาการปรับตัว หมายถึง นโยบาย มาตรการ วิธีการ แนวทางปฏิบัติ และกิจกรรมที่กำหนดขึ้น สำหรับชี้แนะและให้ความช่วยเหลือ ที่จะสามารถปรับปรุงเปลี่ยนแปลงและพัฒนาการปรับตัวนิสิตต่างชาติให้ดีขึ้นกว่าเดิม เหมาะสมกว่าเดิม ทำให้นิสิตต่างชาติสามารถแสดงพฤติกรรมเพื่อสนองความต้องการและเป้าหมายของนิสิตต่างชาติ อีกทั้งยังสอดคล้องกับสิ่งที่มหาวิทยาลัย ครอบครัวยุ และสังคมคาดหวัง

กรอบแนวคิดการวิจัย

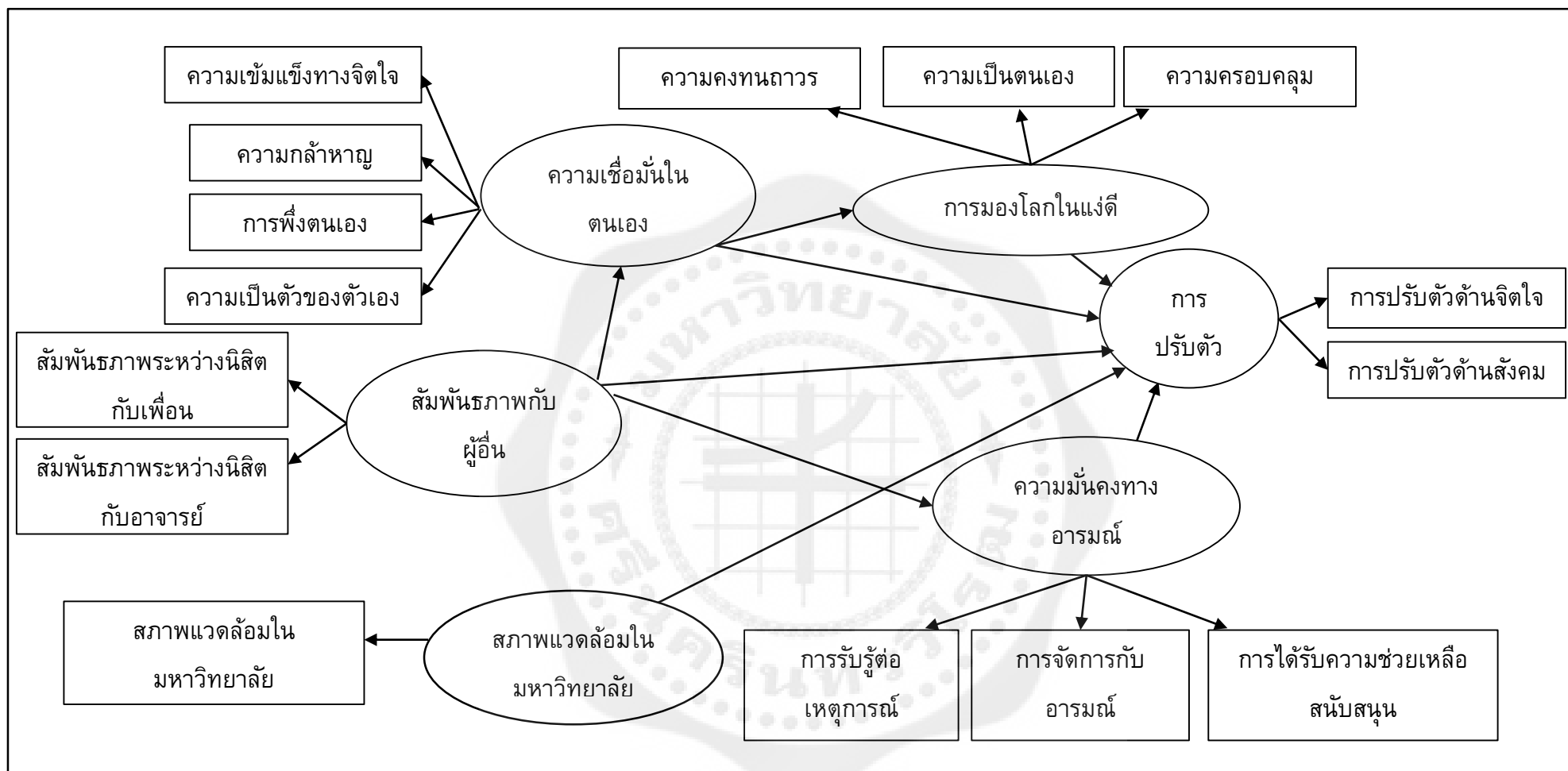
ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจะศึกษาถึงปัจจัยเชิงสาเหตุ ได้แก่ ปัจจัยทางสภาพแวดล้อม และปัจจัยภายในตัวบุคคลที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ ในมหาวิทยาลัยบูรพา ซึ่งอยู่บน

พื้นฐานแนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม (Social Cognitive Theory) ของแบนดูรา (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. 2553: 47-49) ที่ได้อธิบายสาเหตุของพฤติกรรมว่า เกิดจากปัจจัยภายในตัวบุคคล และปัจจัยสภาพแวดล้อม โดยลักษณะความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรมีรูปแบบตามแนวคิดของทฤษฎี อิทธิพลระหว่างปัจจัยทางสภาพแวดล้อม ปัจจัยภายในตัวบุคคล มีอิทธิพลทางตรงต่อพฤติกรรม จากแนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม ของแบนดูรา ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาถึงปัจจัยทางสภาพแวดล้อม ที่มาจากสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย และที่มาจากสัมพันธภาพกับผู้อื่นที่เป็นเรื่องของสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน สัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์ และปัจจัยภายในตัวบุคคล ซึ่งเป็นเรื่องของความเชื่อมั่นในตนเอง ความมั่นคงทางอารมณ์ การมองโลกในแง่ดี ว่าปัจจัยทางสภาพแวดล้อมและปัจจัยภายในตัวบุคคลเหล่านี้มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติหรือไม่ และนิสิตที่ศึกษาในระดับการศึกษาที่แตกต่างกันมีโครงสร้างความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของการปรับตัวแตกต่างกันหรือไม่ และแตกต่างกันอย่างไร ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาถึงการปรับตัว 2 ด้าน ได้แก่ ด้านจิตใจและด้านสังคม ตามทฤษฎีการปรับตัวของรอย (นิรมล สุวรรณโคตร. 2553: 14; อ้างอิงจาก Roy. 1976: 135) ที่ได้อธิบายว่าพื้นฐานธรรมชาติของมนุษย์ประกอบด้วย ร่างกาย จิตใจ และสังคม ผสมผสานเป็นหน่วยเดียวกัน เพื่อให้มนุษย์มีภาวะปกติสุขได้ บุคคลจะต้องมีการปรับตัวที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงจากภายนอกหรือภายในบุคคล เพื่อรักษาสมดุลของจิตใจ และสังคมของบุคคล ทั้งนี้ผู้วิจัยได้เก็บข้อมูลวิจัยในระยะที่ 2 โดยมุ่งประเด็นเกี่ยวกับแนวทางการพัฒนาการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ ดังนั้นในการวิจัยครั้งนี้จึงมีการดำเนินการวิจัย ระยะที่ 1 เก็บ ข้อมูล วิจัย เชิง ปริมาณ และ เชิง คุณ ภาพ โดยที่ เก็บ ข้อมูล เชิง ปริมาณ เป็นการตรวจสอบอิทธิพลโดยมีตัวแปรการปรับตัวเป็นตัวแปรหลักในการวิจัย และมีตัวแปรปัจจัยภายในตัวบุคคล ปัจจัยทางสภาพแวดล้อม เป็นตัวแปรคั่นกลาง (mediator variable) เก็บข้อมูลเชิงคุณภาพ เป็นการอธิบายถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ ซึ่งเป็นแบบแผนการวิจัยผสมผสานวิธีแบบอธิบายตามกาลเวลา และระยะที่ 2 เก็บข้อมูลวิจัยเชิงคุณภาพ โดยการสัมภาษณ์ศึกษาแนวทางในการพัฒนาการปรับตัวทางด้านจิตใจและสังคม สามารถสรุปได้ดังภาพประกอบ 1



ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดการวิจัยการปรับตัว

จากภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดการวิจัยการปรับตัว จะเห็นได้ว่าปัจจัย 2 ด้านหลัก คือ ปัจจัยภายในตัวบุคคล ได้แก่ ความเชื่อมั่นในตนเอง ความมั่นคงทางอารมณ์ การมองโลกในแง่ดี และปัจจัยทางสภาพแวดล้อม ได้แก่ สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย สัมพันธภาพกับผู้อื่น ส่งผลต่อ พฤติกรรมการปรับตัว ผู้วิจัยจึงได้ศึกษาความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัว ของนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพา โดยศึกษาจากงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทำให้ได้โมเดลสมมติฐาน ปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ ในมหาวิทยาลัยบูรพา ดังภาพประกอบ 2



ภาพประกอบ 2 โมเดลสมมติฐานปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ ในมหาวิทยาลัยบูรพา

สมมติฐานการวิจัย

งานวิจัยนี้มีสมมติฐานหลักดังนี้ โมเดลความสัมพันธ์ของปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ ในมหาวิทยาลัยบูรพา มีความสอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ และมีสมมติฐานย่อยดังนี้

1. การปรับตัวของนิสิต ได้รับอิทธิพลทางตรงจากตัวแปรสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย สัมพันธภาพกับผู้อื่น ความเชื่อมั่นในตนเอง ความมั่นคงทางอารมณ์ และการมองโลกในแง่ดี และได้รับอิทธิพลทางอ้อมจากตัวแปรความเชื่อมั่นในตนเอง โดยผ่านตัวแปรการมองโลกในแง่ดี และได้รับอิทธิพลทางอ้อมจากตัวแปรสัมพันธภาพกับผู้อื่น โดยผ่านตัวแปรความเชื่อมั่นในตนเอง และผ่านตัวแปรความมั่นคงทางอารมณ์
2. การมองโลกในแง่ดี ได้รับอิทธิพลทางตรงจากตัวแปรความเชื่อมั่นในตนเอง และได้รับอิทธิพลทางอ้อมจากตัวแปรสัมพันธภาพกับผู้อื่น โดยผ่านตัวแปรความเชื่อมั่นในตนเอง
3. ความมั่นคงทางอารมณ์ ได้รับอิทธิพลทางตรงจากตัวแปรสัมพันธภาพกับผู้อื่น
4. ความเชื่อมั่นในตนเอง ได้รับอิทธิพลทางตรงจากตัวแปรสัมพันธภาพกับผู้อื่น

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยมุ่งเน้นที่จะศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ ในมหาวิทยาลัยบูรพา โดยได้ศึกษาเอกสาร แนวคิดทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

1. การปรับตัว

- 1.1 ความหมายของการปรับตัว
- 1.2 ความสำคัญของการปรับตัว
- 1.3 ทฤษฎีการปรับตัว
- 1.4 สาเหตุของการปรับตัว
- 1.5 ลักษณะของบุคคลที่ปรับตัวได้ดี
- 1.6 ลักษณะการปรับตัว
- 1.7 แนวทางการปรับตัว
- 1.8 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

2. ทฤษฎีที่ใช้ในงานวิจัย

3. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัว

3.1 สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย

- 3.1.1 ความหมายของสภาพแวดล้อม
- 3.1.2 ความสำคัญของสภาพแวดล้อม
- 3.1.3 สภาพแวดล้อมกับการปรับตัว

3.2 สัมพันธภาพกับผู้อื่น

- 3.2.1 ความหมายของสัมพันธภาพกับผู้อื่น
- 3.2.2 ความสำคัญของสัมพันธภาพกับผู้อื่น
- 3.2.3 สัมพันธภาพกับผู้อื่นกับการปรับตัว

3.3 ความเชื่อมั่นในตนเอง

- 3.3.1 ความหมายของความเชื่อมั่นในตนเอง
- 3.3.2 องค์ประกอบของความเชื่อมั่นในตนเอง
- 3.3.3 ความเชื่อมั่นในตนเองกับการปรับตัว

3.4 ความมั่นคงทางอารมณ์

- 3.4.1 ความหมายของความมั่นคงทางอารมณ์

3.4.2 องค์ประกอบของความมั่นคงทางอารมณ์

3.4.3 ปัจจัยส่งเสริมความมั่นคงทางอารมณ์

3.4.4 ความมั่นคงทางอารมณ์กับการปรับตัว

3.5 การมองโลกในแง่ดี

3.5.1 ความหมายของการมองโลกในแง่ดี

3.5.2 ความสำคัญของการมองโลกในแง่ดี

3.5.3 องค์ประกอบของการมองโลกในแง่ดี

3.5.3 การมองโลกในแง่ดีกับการปรับตัว

4. แนวทางในการพัฒนาการปรับตัว

5. การวิจัยผสมผสานวิธีแบบอธิบายตามกาลเวลา

1. การปรับตัว

1.1 ความหมายของการปรับตัว

เต็มศักดิ์ คทวนิช (2546: 293) การปรับตัว หมายถึง ความพยายามของบุคคลในการที่จะหาวิธีลดสภาวะความตึงเครียดทางอารมณ์ที่เกิดจากความไม่สมปรารถนาในสิ่งที่ตนหรือสังคมคาดหวัง รวมไปถึงการปรับพฤติกรรมต่าง ๆ เพื่อให้สอดคล้องกับสถานการณ์และสิ่งแวดล้อมที่เผชิญอยู่ ความพยายามดังกล่าวมีจุดประสงค์เพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุข

มุกดา ศรียงค์ และคณะ (2553: 343) การปรับตัว เป็นกระบวนการที่เกิดขึ้น เมื่อบุคคลพยายามหาวิธีการที่จะตอบโต้ต่อสิ่งที่มากระทบกับจิตใจของเราทั้งจากภายในหรือภายนอก เป็นความพยายามที่บุคคลจะรักษาความสมดุลแห่งจิตใจ และร่างกายของเขาไว้ให้มากที่สุด

สุชา จันท์เอม (2544: 151) การปรับตัว หมายถึง กระบวนการที่บุคคลได้แสดงพฤติกรรมเพื่อให้บรรลุเป้าหมายต่าง ๆ ในสิ่งแวดล้อมของเขา มนุษย์ทุกคนต้องมีการปรับตัวตราบเท่าที่เขายังดำรงชีวิตอยู่ ต้องแก้ปัญหาเพื่อความสำเร็จในการทำงาน เพื่อทำมาหาเลี้ยงชีพ เพื่อสนองความต้องการทั้งทางกาย ทางจิตใจ และทางสังคม

สุภัททา ปิณฑะแพทย์ (2542: 194) การปรับตัว หมายถึง สภาพทางจิตที่จะต้องคล้อยตามและยอมรับการเปลี่ยนแปลงของสภาพแวดล้อมที่อาจเกิดขึ้นโดยไม่ให้เกิดความกระทบกระเทือนต่อสุขภาพจิต

วราภรณ์ ตระกูลสฤษดิ์ (2549: 3) การปรับตัว หมายถึง กระบวนการที่บุคคลใช้ความพยายามในการปรับตนเอง เมื่อต้องเผชิญกับสภาพปัญหาความอึดอัดใจ ความคับข้องใจ

ความเครียด ความทุกข์ จนเป็นสภาพการณ์ที่บุคคลนั้นๆ สามารถอยู่ในสภาพแวดล้อมหรือสภาพปัญหาต่างๆ ได้

สรุป การปรับตัว หมายถึง การกระทำที่มนุษย์พยายามปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่แสดงออก และความรู้สึกทางจิตใจของตนเองให้เข้ากับสังคม สภาพแวดล้อมที่อาศัยอยู่ และสถานการณ์ที่ตนเองกำลังเผชิญอยู่ ไม่ว่าจะเป็นสถานการณ์ที่ดีและสถานการณ์ที่ไม่ดี ให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ อีกทั้งเพื่อขจัดปัญหาความอึดอัดใจ ความเครียดต่างๆ อารมณ์ทางลบที่เกิดขึ้นให้หมดไป พร้อมทั้งสร้างความสุขทั้งทางร่างกายและจิตใจของตนเองให้ได้

1.2 ความสำคัญของการปรับตัว

สิริชัย ประทีปฉาย (2533: 196-197) ให้ความเห็นว่า คนเราต้องรู้จักปรับตัวเนื่องจากมีสิ่งเร้าหรือแรงผลักดัน 2 ประการ คือ

1. สิ่งเร้าจากภายใน เป็นความต้องการทางจิตใจซึ่งมีอยู่ในตัวเรา เช่น ความปลอดภัย ความรัก ความอบอุ่น ความสำเร็จในชีวิต การยกย่องนับถือจากสังคม เพื่อให้ได้รับความต้องการ เหล่านี้ทำให้บุคคลต้องปรับตัว ต่อสู้ ต้านรน

2. สิ่งเร้าภายนอก เป็นความต้องการของสังคมและสภาพแวดล้อม ได้แก่ ขนบธรรมเนียม ประเพณี จารีตประเพณี กฎหมาย ระเบียบ วินัย ข้อบังคับ ศาสนา ค่านิยม และวัฒนธรรม ทำให้คนเราต้องปรับตัวเพื่อสนองตอบความต้องการและสามารถอยู่ได้โดยไม่มีความกดดันทางจิตใจมาก

วิภาพร มาพบสุข (2542: 435-436) ได้กล่าววามมนุษย์จำเป็นต้องมีการปรับตัวเพราะการปรับตัวมีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตของมนุษย์ ดังนี้

1. การรู้จักปรับตัวเป็นการบรรเทาความคับข้องใจ ความขัดแย้ง ความกดดันและความเครียด เมื่อบุคคลเกิดความเครียดไม่สบายใจ ย่อมต้องรู้จักวิธีการปรับตัวที่ดีจึงจะช่วยให้ชีวิตของบุคคลมีความสุข ไม่เจ็บป่วยทางกายและทางจิต การปรับตัวจึงเป็นคุณลักษณะที่สำคัญยิ่งต่อการดำเนินชีวิตของบุคคลทุกคน

2. การรู้จักปรับตัวที่มีประสิทธิภาพจะช่วยลดปัญหาสุขภาพ มนุษย์เกิดความพร้อมผลักดันบางอย่างในตนเอง เช่นความต้องการอาหาร น้ำ อากาศและสิ่งต่างๆ เพื่อการดำรงชีวิต แรงผลักดันเหล่านี้จะกระตุ้นให้บุคคลทุกคนพยายามที่จะปรับตัวอยู่เสมอ แต่การปรับตัวของบุคคลแต่ละคนจะแตกต่างกันตามความคิด ความเชื่อ และความสามารถของบุคคล หากบุคคลสามารถปรับตัวได้ดีจะทำให้บุคคลมีความสุข และเกิดพฤติกรรมปกติ ถ้าปรับตัวไม่ได้ก็จะเกิดสภาพไร้ความสุข พฤติกรรมที่เกิดตามมา คือ พฤติกรรมเบี่ยงเบน ซึ่งอาจเป็นปัญหาสุขภาพจิตต่อไป

3. การรู้จักปรับตัวจะช่วยให้มีความสุขกายและสุขภาพจิตที่ดี บุคคลที่สามารถปรับตัวตามสภาพการเปลี่ยนแปลงของสภาพการณ์ต่าง ๆ ได้ดีย่อมนำมาซึ่งความสุขทางกายและความสุขทางใจแก่บุคคลนั้น

4. การรู้จักปรับตัวให้มีบุคลิกภาพที่ดี รู้จักปรับตัวในสถานภาพต่าง ๆ ได้ดีย่อมทำให้บุคคลนั้นไม่เกิดความเครียดและคับข้องใจ รวมถึงสามารถจัดการความทุกข์ออกจากใจได้เสมอ ซึ่งช่วยทำให้บุคลิกภาพของบุคคลนั้นน่าเชื่อถือ เป็นที่เคารพของบุคคลทั่วไป

จากความสำคัญของการปรับตัวที่มีผู้เชี่ยวชาญหลายท่านได้กล่าวไว้ ผู้วิจัยสรุปได้ว่าการปรับตัวมีความสำคัญเป็นอย่างมากต่อการดำเนินชีวิต เป็นกระบวนการของจิตใจที่ต้องรู้จักปรับตัวเพื่อรักษาให้เกิดสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี ช่วยขจัดปัญหาความคับข้องใจ ลดปัญหาสุขภาพกายและจิตใจ การปรับตัวได้ดีหรือไม่ ขึ้นอยู่กับสถานการณ์และปัจจัยเกี่ยวกับภายในตัวบุคคลและสังคม สิ่งแวดล้อมรอบตัว ถ้าปรับตัวไม่ดีจะเกิดความแปรปรวนผิดปกติของจิตใจ ทำให้อยู่หรือทำงานไม่มีความสุข ถ้าปล่อยให้มีเกิดมากหรือคงอยู่นานจะมีผลเสียต่อสุขภาพทั้งกายและจิตใจ ดังนั้นจึงจำเป็นต้องป้องกันและลดความแปรปรวนผิดปกติของจิตใจลง เพื่อให้ตนเองสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข

1.3 ทฤษฎีการปรับตัว

ฮาวิกเฮริสท์ (ธัญมาส วรงค์สิงห์, 2547: 10; อ้างอิงจาก Havighurst. 1953: unpagged) พิจารณาการปรับตัวในแง่ของการเรียนรู้ตามขั้นพัฒนาของชีวิต เขามีความเห็นว่าการพัฒนาของชีวิตในแต่ละวัยนั้น บุคคลมีงานประจำวัยหรืองานประจำขั้นที่ต้องเรียนรู้ควบคู่กันไป ถ้าบุคคลนั้นสามารถพัฒนางานประจำวัยได้สำเร็จ ก็จะเป็นบุคคลที่มีความสุขและสามารถพัฒนางานประจำวัยในขั้นต่อไปได้อย่างสำเร็จด้วย ในทางตรงกันข้ามงานในช่วงวัยใดไม่ประสบผลสำเร็จ จะทำให้บุคคลนั้นไม่มีความสุข และพัฒนางานประจำวัยในช่วงต่อไปได้ยากลำบาก ดังนั้นบุคคลที่มีการปรับตัวได้ในทัศนะของฮาวิกเฮริสท์ จึงหมายถึงบุคคลที่ประสบความสำเร็จในการเรียนรู้และพัฒนางานประจำวัยให้ผ่านพ้นได้ด้วยดี

รอย (นิรมล สุวรรณโคตร, 2553: 14; อ้างอิงจาก Roy. 1976: 135) กล่าวว่า พื้นฐานที่เกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์ประกอบด้วยร่างกาย จิตใจ และสังคม ซึ่งทำงานผสมผสานเป็นหน่วยเดียวกัน เพื่อคงภาวะปกติสุขหรือภาวะสุขภาพดี ความเจ็บป่วยหรือสิ่งกระตุ้นอื่นๆ เกิดจากการเปลี่ยนแปลงจากภายนอกหรือภายในบุคคลที่เข้าสู่ระบบชีวิต ก่อให้เกิดความกระทบกระเทือนต่อบุคคลทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม ดังนั้น บุคคลยังต้องมีการปรับตัวเพื่อรักษาสมดุลของร่างกาย จิตใจ และสังคมของบุคคล บุคคลที่ประสบความสำเร็จในการปรับตัวจะมีความมั่นคงในชีวิต

ซึ่งพฤติกรรมที่แสดงออกคือมีสุขภาพดี ยอมรับความเป็นจริง มีความพึงพอใจในชีวิต เป็นต้น ส่วนผู้ที่ประสบความล้มเหลวในการปรับตัวก่อให้เกิดด้านสุขภาพไม่ยอมรับความเป็นจริง มีความซึมเศร้า เป็นต้น

การปรับตัวเพื่อคงภาวะความสมดุลในบุคคลนั้น รอยได้รวบรวมพฤติกรรมปรับตัวของมนุษย์ไว้เป็น 4 ประการ คือ

1. พฤติกรรมการปรับตัวตามความต้องการด้านสรีระวิทยา (Physiological Needs) เพื่อรักษาภาวะของการมีสุขภาพดี

2. พฤติกรรมการปรับตัวตามอัตมโนทัศน์ของตนเอง (Self Concept) มีพื้นฐานมาจากความต้องการทางด้านจิตใจ เป็นความรู้สึกนึกคิดที่บุคคลมีต่อตนเอง หากบุคคลมีความมั่นคงทางจิตใจ มีความเชื่อมั่นและมองเห็นคุณค่าในตนเอง ยอมรับความเป็นจริง ย่อมปรับตัวได้ดีกว่าบุคคลที่มองตนเองไร้ค่า และไม่ยอมรับความเป็นจริง

3. พฤติกรรมการปรับตัวตามบทบาทหน้าที่ (Role Function) เป็นการตอบสนองความต้องการเพื่อคงไว้ซึ่งความมั่นคงทางสังคม ในสถานการณ์ใดก็ตามที่บุคคลไม่สามารถปฏิบัติหน้าที่ตามบทบาทของตนเองได้ บุคคลต้องมีการปรับตัว เพื่อแสดงบทบาทของตนให้เป็นไปตามปกติ แต่จะสำเร็จหรือไม่ขึ้นอยู่กับปรับตัวของบุคคลนั้น

4. พฤติกรรมการปรับตัวตามความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับผู้อื่น (Interdependence Relations) เป็นการตอบสนองความต้องการพื้นฐานของบุคคล เพื่อคงไว้ซึ่งความมั่นคงทางสังคม ดังนั้นความพอเหมาะระหว่างการใช้ตนเอง การใช้ผู้อื่น และการให้ผู้อื่นพึ่งพาตนเอง มีส่วนช่วยให้เกิดความมั่นคงทั้งทางด้านจิตใจและสังคม

โรเจอร์ส (จุมจินต์ สลัดทุกข์. 2543: 16; อ้างอิงจาก Rogers. 1972: 108) ผู้นำทฤษฎีว่าด้วยตน และทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบผู้รับคำปรึกษาเป็นศูนย์กลาง เขาได้พิจารณาการปรับตัวในแง่ของการปรับตัวภายในตนเองโดยเขาเชื่อว่ามนุษย์ทุกคนเป็นศูนย์กลางของประสบการณ์ต่างๆ รอบตัวซึ่งเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา ส่วนหนึ่งของประสบการณ์ที่บุคคลได้รับรู้และมีการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น รวมทั้งการประเมินผลจากการมีปฏิสัมพันธ์นั้นก่อให้เกิดตัวเรา (Self) หรือ “โครงสร้างของตน” ขึ้นมาเป็นการรับรู้เกี่ยวกับตนในด้านต่างๆ เช่น บุคลิกลักษณะ ความสามารถของตน บทบาทต่างๆ ของตนในการเกี่ยวข้องกับผู้อื่นและ สิ่งแวดล้อม ทัศนคติและค่านิยมต่างๆ ของตัวเรา ประสบการณ์ที่แต่ละบุคคลได้รับจึงมีส่วนสำคัญในการกำหนดบุคลิกภาพของบุคคลให้แตกต่างกัน โดยที่แต่ละคนจะเข้าใจและรู้จักโลกส่วนตัวของเขาได้ดีที่สุด บุคคลที่ปรับตัวได้ คือ บุคคลที่เป็นตัวของตัวเอง เข้าใจและยอมรับตนเองและผู้อื่นรวมทั้งสามารถรับรู้ประสบการณ์ต่างๆ ตามความเป็นจริงนำประสบการณ์นั้น มาจัดให้สอดคล้องกับโครงสร้างหรือบุคลิกลักษณะของตนอย่างไม่ขัดแย้ง

หรือบิดเบือน จะมีการรับรู้และความคิดเกี่ยวกับตนเองในทางบวก ส่วนบุคคลที่ปรับตัวไม่ได้ จะมีความขัดแย้งระหว่างความคิดเกี่ยวกับตนกับประสบการณ์ที่เกิดขึ้นมาใหม่อย่างมาก ทำให้เกิดความตึงเครียด วิตกกังวล สับสนไม่แน่ใจ สูญเสียความเป็นตัวของตัวเองและมีความคิดเห็นเกี่ยวกับตนจะเป็นไปในทางลบ

วิลเลียมสัน (นิภา คามาทุ. 2547: 15; อ้างอิงจาก Williamson. 1950: unpagged) ผู้นำทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบนำทางมีความเชื่อว่ามนุษย์มีสติปัญญาและเหตุผล ตลอดจนมีแนวโน้มที่จะพัฒนาตนเองได้ แต่การที่จะพัฒนาได้นั้นต้องอาศัยความช่วยเหลือจากผู้อื่นโดยเฉพาะสังคมที่แวดล้อมเขาอยู่ การที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นในสังคมจะทำให้เขามองเห็นและรู้จักตนเองในด้านต่างๆ เช่น ความรู้ ความสามารถ ความสนใจ ค่านิยมและทัศนคติความต้องการและเป้าหมายที่เขาเลือก ซึ่งในขณะที่เดียวกันก็ได้เรียนรู้จากผู้อื่น ได้รับรู้ประสบการณ์สังคมในด้านต่างๆ เช่น ค่านิยมทางสังคม มาตรฐานและข้อจำกัดทางสังคม ปัญหาต่างๆ ในสังคม ตลอดจนวิธีการที่จะจัดการแก้ไขทั้งทางตรงและทางอ้อม จากความเชื่อดังกล่าววิลเลียมสัน จึงสรุปว่า บุคคลสามารถปรับตัวได้ถ้ามีความรู้ความเข้าใจในตนเองรวมทั้งการรู้จักและการเข้าใจสังคม เพราะที่ทำให้เขาสามารถตัดสินใจเลือกวิธีการดำเนินชีวิตหรือแก้ไขปัญหาได้อย่างมีสติและมีเหตุผล โดยการใช้ข้อมูลที่ได้รับจากประสบการณ์ในสังคมมาประกอบการพิจารณาจนสามารถสร้างความสอดคล้องหรือความยืดหยุ่นระหว่างความต้องการและเป้าหมายที่พึงประสงค์ของตนเองกับสภาพแวดล้อม

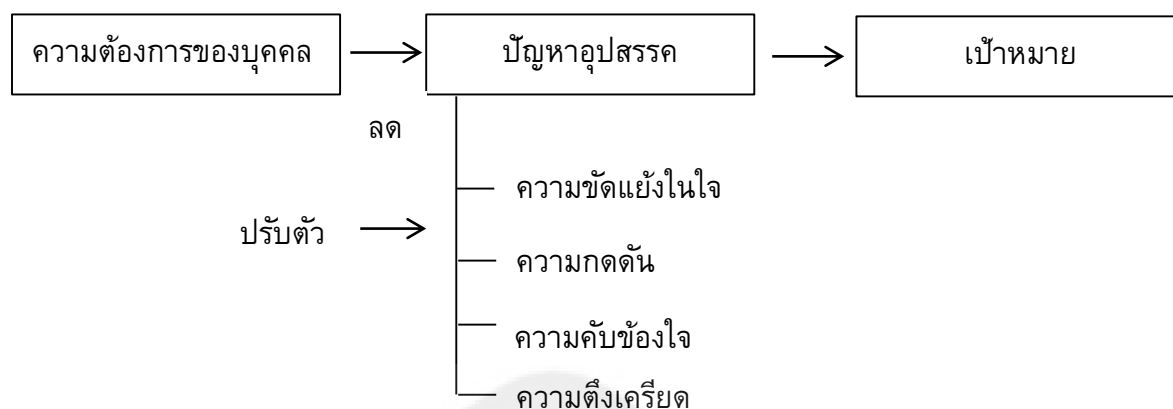
จากการศึกษาทฤษฎีการปรับตัว ผู้วิจัยได้นำทฤษฎีการปรับตัวของรอย รอย (นิรมล สุวรรณโคตร. 2553: 14; อ้างอิงจาก Roy. 1976: 135) มาเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัย ซึ่งตามทฤษฎีการปรับตัวของรอย ได้อธิบายว่าพื้นฐานธรรมชาติของมนุษย์ประกอบด้วยร่างกาย จิตใจ และสังคม ผสมผสานเป็นหน่วยเดียวกัน เพื่อให้มนุษย์มีภาวะปกติสุขได้ บุคคลจะต้องมีการปรับตัวที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงจากภายนอกหรือภายในบุคคล เพื่อรักษาสมดุลของจิตใจ และสังคมของบุคคล ผู้วิจัยจึงได้ทำการศึกษาถึงการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ 2 ด้าน ได้แก่ ด้านจิตใจและด้านสังคม

1.4 สาเหตุของการปรับตัว

เต็มตักดี คทวณิช (2546: 293) กล่าวถึงสภาวะที่ก่อให้เกิดการปรับตัวแล้วจะพบว่ามี การปรับตัวในสองลักษณะ คือ การปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อม (adaptation) ซึ่งการปรับตัวลักษณะนี้เป็นการปรับตัวพฤติกรรมที่จะแสดงกับบุคคลและสถานการณ์ต่างๆ ให้เหมาะสม และการปรับตัวอีกลักษณะหนึ่งคือการปรับตัวด้านจิตใจ (adjustment)

การปรับตัวเกิดจากการที่บุคคลมีความต้องการใดขั้นแล้วมีอุปสรรคมาขัดขวางทำให้บุคคลไม่บรรลุเป้าหมายหรือบรรลุเป้าหมายล่าช้ากว่ากำหนด ในสถานการณ์ที่บุคคลประสบเช่นนี้จะทำให้เกิดสภาวะทางอารมณ์ต่างๆ ขึ้น เช่น ความขัดแย้งในใจ ความคับข้องใจ ความกดดัน ความตึงเครียด

สภาวะทางอารมณ์ดังกล่าว ถ้าไม่สามารถปรับให้ลดลงหรือหมดไปได้อย่างเหมาะสมอาจทำให้บุคคลนั้นเกิดปัญหาสุขภาพจิตตามมาได้ ซึ่งแสดงได้จากแผนผังดังต่อไปนี้



ภาพประกอบ 3 แผนผังการเกิดสภาวะทางอารมณ์ต่างๆ ซึ่งเป็นสาเหตุการปรับตัว

ที่มา: เต็มศักดิ์ คทวณิช. (2546). จิตวิทยาทั่วไป. หน้า 293.

เต็มศักดิ์ คทวณิช (2546: 294-297) กล่าวถึงสาเหตุของการปรับตัว สำหรับสภาวะทางอารมณ์ต่างๆ ดังนี้

1. ความคับข้องใจ (Frustration) หมายถึง สภาวะทางอารมณ์ที่รู้สึกอึดอัด ไม่สบายใจ มีอาการกลัดกลุ้มใจ และหงุดหงิดใจ เนื่องจากมีอุปสรรคมาขัดขวางบุคคลไม่ให้ได้บรรลุเป้าหมายได้อย่างสะดวกและสมความตั้งใจ สำหรับอุปสรรคที่เป็นสาเหตุก่อให้เกิดความคับข้องใจ แบ่งได้ 3 ประเภท ได้แก่

1.1 อุปสรรคเนื่องจากตัวบุคคล เป็นบุคคลที่เกิดขึ้นจากการที่บุคคลนั้น มีความบกพร่องทางร่างกาย จิตใจ และสติปัญญา เช่น ตาเหล่ ตาเข หูหนวก เป็นต้น ความบกพร่องเหล่านี้ย่อมเป็นอุปสรรคขัดขวางบุคคลในการกระทำการกิจกรรมต่างๆ ให้ประสบความสำเร็จได้ยากขึ้นกว่าคนปกติทั่วไป

1.2 อุปสรรคจากสภาพแวดล้อมที่เกิดขึ้นทั่วไป เช่น ฝนตก รถติด อุบัติเหตุ เป็นต้น

1.3 อุปสรรคจากสภาพแวดล้อมทางสังคม เช่น กฎเกณฑ์และระเบียบที่เข้มงวด วัฒนธรรมประเพณีที่เคร่งครัด รวมทั้งกฎหมายของสังคม

2. ความขัดแย้งในใจ (Conflict) หมายถึง สภาวะทางอารมณ์ที่เกิดขึ้นกับบุคคล เนื่องมาจากการที่บุคคลนั้นจะต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่ต้องตอบสนองหลายๆ สถานการณ์ในเวลาเดียวกัน โดยบุคคลนั้นจำเป็นต้องเลือกที่จะตอบสนองความต้องการของตนได้เพียงสถานการณ์เดียว หรือ

ในทางตรงกันข้าม บุคคลนั้นต้องการเลี้ยงที่จะตอบสนองทุกสถานการณ์ แต่จะต้องเลือกตอบสนองสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่งอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ โดยเฉพาะถ้าสถานการณ์ทั้งหลายนั้นต่างมีน้ำหนักพอๆ กัน จึงทำให้เกิดความอึดอัด ลำบากใจ กลืนไม่เข้าคายไม่ออก ซึ่งโดยทั่วไปถ้าบุคคลใดตกอยู่ในสถานการณ์เช่นนี้มักจะนิยมใช้กลวิธีในการป้องกันตนเองเพื่อลดภาวะทางอารมณ์ที่เกิดขึ้นเหล่านั้น

3. ความกดดัน (Pressure) หมายถึง สภาวะอารมณ์ที่เกิดขึ้นจากการที่บุคคลถูกสถานการณ์บางอย่างบีบบังคับ ผลักดัน หรือเร่งเร้าให้ต้องกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งให้สำเร็จภายในเวลาจำกัด เช่น เกียรติศักดิ์ เสนาเมือง นักฟุตบอลในตำแหน่งศูนย์หน้าทีมชาติไทย ถูกหัวหน้าโค้ชเร่งให้ทำประตูคู่ต่อสู้ให้ได้ก่อนหมดเวลา เป็นต้น สถานการณ์เช่นนี้เกียรติศักดิ์ย่อมที่จะเผชิญกับภาวะความเครียดที่เกิดจากการถูกกดดัน ดังนั้นจะเห็นว่าความกดดันจึงมีผลต่อพฤติกรรมและการปรับตัวของแต่ละบุคคล สำหรับสาเหตุของความกดดันมาจากปัจจัยสองประการ ได้แก่

3.1 ตัวบุคคลสร้างความกดดันให้กับตนเอง โดยทั่วไปปัจจัยประการแรกนี้เกิดขึ้นเนื่องมาจากการที่บุคคลตั้งความคาดหวังเกี่ยวกับมาตรฐานการปฏิบัติตน หรือวางเป้าหมายที่ต้องการจะไปให้ถึงไว้มากเกินไปจนเกินความเป็นจริง สภาวะการณ์เช่นนี้จะสร้างความกดดันที่รุนแรงให้กับบุคคลนั้นอยู่ตลอดเวลาเพื่อที่จะเป็นไปตามความคาดหวังนั้นๆ เช่น ฉันต้องการเรียนเก่งกว่าทุกคนในห้อง ฉันต้องทำลายสถิติโลก เป็นต้น ความกดดันที่เกิดจากปัจจัยตัวบุคคลจะเกิดขึ้นอย่างรุนแรงถ้าบุคคลนั้นไม่รู้จักตัวตนที่แท้จริงและไม่อยู่ในโลกแห่งความเป็นจริง

3.2 สภาพการณ์จากบุคคลและสังคมรอบข้าง ปัจจัยบางประการนี้มักจะเกิดจากคนใกล้ชิด เช่น พ่อแม่ ญาติพี่น้อง ครู เพื่อน รวมทั้งสังคมในแต่ละระดับที่คาดหวังกับบุคคลใดบุคคลหนึ่งว่าจะทำในสิ่งที่คนเหล่านั้นต้องการได้ โดยไม่คำนึงถึงความสามารถที่แท้จริงของบุคคลนั้น เช่น พ่อแม่ตั้งความหวังไว้ว่าลูกจะต้องสอบเข้าเรียนแพทย์เป็นที่หนึ่งของประเทศ เป็นต้น นอกจากนี้จากสภาพการเปลี่ยนแปลงที่รวดเร็วของสังคมหรือสภาพของสังคมที่มีการแข่งขันสูงมาก ย่อมทำให้บุคคลในสังคมเกิดความพยายามที่จะปรับตัวหรือเอาชนะซึ่งกันและกัน ปัจจัยนี้ย่อมก่อความกดดันให้กับบุคคลนั้นได้อย่างมากเช่นกัน

4. ความเครียด (Tension) หมายถึง สภาวะทางอารมณ์ที่เกิดขึ้นเมื่อบุคคลรู้สึกว่าจะต้องเผชิญกับปัญหาและอุปสรรคมากเกินไป หรือเผชิญกับอุปสรรคซ้ำแล้วซ้ำเล่า สภาวะความเครียดนอกจากจะทำให้บุคคลรู้สึกไม่สบายทางกาย เช่น ปวดศีรษะ ปวดต้นคอ คลื่นไส้ อาเจียนแล้ว ยังมีผลทำให้เกิดความรู้สึกแปรปรวนทางจิตใจ เช่น ทำให้รู้สึกหงุดหงิด อารมณ์เสีย ซึมเศร้า เป็นต้น โดยทั่วไป

แล้วความเครียดเป็นส่วนหนึ่งในชีวิตประจำวันของมนุษย์ที่สามารถเกิดขึ้นกับทุกเพศ ทุกวัย ทุกสังคมโดยที่ไม่มีใครสามารถหลีกเลี่ยงได้

สภาวะทางอารมณ์ต่างๆ ตามที่กล่าวมาทั้งหมดไม่ว่าจะเป็นความขัดแย้งในใจ ความคับข้องใจ ความกดดัน และความเครียด ต่างล้วนเกิดจากการที่บุคคลไม่สามารถตอบสนองความปรารถนาของตนได้ทั้งสิ้น ซึ่งในโลกแห่งความเป็นจริง ชีวิตมนุษย์ทุกคนต้องพบกับความผิดหวัง พ่ายแพ้ สมหวัง สุข ทุกข์ คละคล้ากันตลอดเวลา แต่เมื่อใดก็ตามที่พบกับความผิดหวังและไม่สมหวังจนเกิดสภาวะทางอารมณ์ดังกล่าวเหล่านี้ขึ้น บุคคลก็จะพยายามหาวิธีในการจัดสภาวะทางอารมณ์เหล่านั้นให้ลดลงหรือหมดไป มิฉะนั้นนอกจากจะก่อผลเสียต่อสุขภาพทางกายแล้ว ยังก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพจิตซึ่งอาจรุนแรงจนถึงกับเป็นโรคจิตและโรคประสาทได้ การจัดสภาวะทางอารมณ์ทั้งหลายตามที่กล่าวมานี้ในทางจิตวิทยาเรียกว่าเป็นการปรับตัว (adjustment) โดยมนุษย์แต่ละคนจะเลือกวิธีการต่างๆ เพื่อนำมาใช้ในการปรับตัวต่างกันไป

วรารักษ์ ตระกูลสฤณี (2549: 4) มนุษย์ต้องมีการปรับตัว มีเหตุผลสำคัญดังนี้ เพื่อความอยู่รอดของชีวิตและเพื่อความสุขและราบรื่นในชีวิตมนุษย์

1. เพื่อความอยู่รอดของชีวิต ตลอดช่วงชีวิตของบุคคลหนึ่งๆ ย่อมผ่านช่วงชีวิตมามากมาย และยังพบกับความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติ เริ่มตั้งแต่ปฏิสนธิ จนตลอดเป็นทารกแรกเกิดและเติบโตมาจนถึงทุกวันนี้ เราทุกคนต้องพบกับสภาพความเปลี่ยนแปลงมาโดยตลอด ซึ่งทุกคนต้องปรับตัวเพื่อจะอยู่รอดให้ได้ในแต่ละช่วงชีวิต เช่น เมื่อเป็นทารกแรกเกิดก็ดูดนมกินนมมารดา เมื่อโตขึ้นสักหน่อย มารดาก็จะเริ่มให้อาหารอื่นทดแทน ถ้าเราไม่ยอมกลืน ไม่ยอมกิน เราคงจะไม่เติบโตมาได้ เพราะคงจะขาดสารอาหาร อ่อนแอ เจ็บป่วยง่าย ลักษณะการปรับตัวเช่นนี้เหตุผลคือความจำเป็นต้องปรับตัวเองให้เข้ากับสภาพความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตัวเรา

2. เพื่อความสุข การปรับตัวช่วยให้เรายอมรับสภาพการณ์ สภาพปัญหาที่เกิดขึ้น แล้วพยายามหาวิธีการแก้ไข ขจัดปัดเป่าปัญหา หรือสภาพการณ์ที่ค่อนข้างเลวร้าย หรือสภาพการณ์ที่เลวร้ายมากๆ ที่เกิดขึ้นกับตัวเราให้บรรเทาเบาบางลง ซึ่งอาจจะพยายามแก้ไขด้วยตนเอง หรือมีการแสวงหาบุคคลอื่นมาช่วยแก้ไขปัญหาก็ได้ สุดท้ายแล้วเมื่อปัญหาคเลี่ยมีการแก้ไขแล้ว ความคิดความรู้สึกของเราก็จะดีขึ้น ผ่อนคลายความตึงเครียดลงไป เมื่อความทุกข์หายความสุขสบายใจย่อมเกิดขึ้น

มาลี จุฑา (2542: 319) สาเหตุที่บุคคลต้องปรับตัว มีดังนี้

1. ความตึงเครียด เป็นสภาวะทางอารมณ์เมื่อบุคคลประสพสิ่งใดแล้วพบกับอุปสรรค

2. ความคับข้องใจ เป็นสภาวะทางอารมณ์ประเภทหนึ่งที่บุคคลพบกับอุปสรรค ไม่อาจบรรลุผลสำเร็จตามเจตนาที่กำหนดไว้

3. ความกดดัน เป็นสภาวะทางอารมณ์ที่บุคคลได้รับจากอุปสรรค หรือสิ่งแวดล้อมที่บุคคลเกี่ยวข้อง

4. ความวิตกกังวล เป็นสภาวะทางอารมณ์ที่บุคคลพบกับอุปสรรคหรือภารกิจสำคัญจากสาเหตุข้างต้นที่ได้ผู้เชี่ยวชาญกล่าวมาแล้วนั้น ผู้วิจัยสามารถสรุปได้ 2 สาเหตุใหญ่ๆ คือ

1. การปรับตัวที่มีสาเหตุจากทางกายภาพ เป็นการปรับตัวของร่างกาย เมื่อมีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้น เพื่อให้เข้ากับสภาพแวดล้อมต่างๆ และคงดำรงชีวิตอยู่ได้

2. การปรับตัวที่มีสาเหตุจากทางจิตใจ ซึ่งเป็นความคับข้องใจ ความขัดแย้งภายในจิตใจ เป็นการปรับตัวเพื่อขจัดปัญหาสภาวะทางอารมณ์ที่เกิดขึ้น

1.5 ลักษณะของบุคคลที่ปรับตัวได้ดี

นิภา นิธายาน (2530: 155-157) กล่าวถึงคุณลักษณะของบุคคลที่ปรับตัวได้ดี สรุปได้ดังนี้ คือ

1. มีความเชื่อมั่นและมีความมั่นคง
2. มีลักษณะอบอุ่นเป็นมิตร
3. มีความรู้สึกตระหนักในภาระหน้าที่ที่ปฏิบัติ
4. พร้อมที่จะรับประสบการณ์ใหม่ๆ และสนใจกิจกรรมรอบตัว
5. รู้จักรักษาอนามัยและสุขภาพร่างกายสม่ำเสมอ
6. มีความกล้าที่จะเผชิญความจริงในชีวิต
7. มีจิตใจหนักแน่นมั่นคง
8. มีความสามารถในการปรับตัวได้ดี
9. มีอารมณ์ซึ่งช่วยส่งเสริมแทนที่จะขัดขวางสวัสดิภาพของชีวิต
10. ปราศจากนิสัยที่จะกระทบกระเทือนบุคลิกภาพ

สิริชัย ประทีปฉาย (2533: 197) ถ้าปรับตัวได้ จะเกิดผลดีดังนี้

1. ทำให้ชีวิตดำเนินไปอย่างดี มีสุข มีประสิทธิภาพ มีความสำเร็จในชีวิต สามารถตอบสนองความต้องการของร่างกาย จิตใจ สังคม และสิ่งแวดล้อม

2. ทำให้มีชีวิตรอดปลอดภัย เมื่ออยู่ในสถานการณ์คับขัน อันตรายหรือภัยพิบัติต่างๆ

3. ทำให้มีบุคลิกภาพดีในอนาคต สามารถปรับตัวได้ดีในอนาคต เป็นรากฐานที่ดีมีความมั่นคงของบุคลิกภาพต่อไปเมื่อเป็นผู้ใหญ่ ถ้ามีการปรับตัวที่ดีตั้งแต่วัยตอนต้นๆ

4. สามารถจัดการความทุกข์ ความไม่สบายใจ ความเครียด ความคับข้องใจออกไปได้

วรารักษ์ ตระกูลสฤณี (2549: 213) กล่าวถึง ลักษณะของบุคคลที่ปรับตัวได้ดี เป็นบุคคลที่มีลักษณะ ดังนี้

1. รู้จักและเข้าใจตนเองอย่างถ่องแท้ โดยปราศจากอคติ
2. ยอมรับในสิ่งที่ตนเองเป็น กล่าวคือ เป็นผู้ที่มี “ความพอใจในตนเอง”
3. ใจกว้าง ยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น
4. มองโลกในแง่ดี มีความคิดทางบวกมากกว่าความคิดด้านลบ
5. มีความเชื่อมั่นในตนเองไม่ตกอยู่ใต้ความกดดันจากบุคคล หรือสถานการณ์อื่นใด
6. รู้จักควบคุมอารมณ์และรู้จักจัดการกับอารมณ์อย่างเหมาะสมหรือที่เรียกว่า “มีความฉลาดทางอารมณ์”

7. สามารถเผชิญกับปัญหาหรืออุปสรรคใดๆ ได้ด้วยความมีสติ และใช้ปัญญาในการแก้ปัญหาและอุปสรรคในชีวิตได้

8. มักจะประสบความสำเร็จในชีวิตส่วนตัว การงาน และอาชีพ

9. สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีความสุข

ฉวี วิชญเนติชัย (2537: 36-37) ได้กล่าวว่า ลักษณะของบุคคลที่ปรับตัวได้ดี บุคคลที่มีบุคลิกภาพที่สมบูรณ์ และมีความสามารถในการปรับตัวได้ดีจะต้องเป็นบุคคลที่ได้รับแรงเสริมทางบวกจากสังคม จึงจะนำไปสู่การรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าและทำให้มีสุขภาพจิตที่สมบูรณ์ เป็นบุคคลที่มีอัตมโนทัศน์ที่ถูกต้อง สามารถรับรู้ตน หรือมองตัวเองได้ตรงกับสภาพความเป็นจริง มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีอารมณ์มั่นคง มีความสามารถในการแสดงออกให้สนองความต้องการของตนเอง และสอดคล้องกับศีลธรรมจรรยาอันดีงาม และสามารถควบคุมตนเองได้ไม่กระทำการใดๆ ที่ก่อให้เกิดความเดือดร้อนแก่ตนเองและผู้อื่น

กรมวิชาการ (2539: 4) กล่าวถึง ลักษณะของบุคคลที่ปรับตัวได้ดี เป็นบุคคลที่มีลักษณะ ดังนี้

1. ความเป็นตัวของตัวเอง ทำอะไรด้วยตนเอง
2. พอใจและเชื่อมั่นในความสามารถของตน
3. มองเห็นคุณค่าในตน รู้ว่าตนเป็นคนมีคุณค่า
4. มีความมั่นคงทางอารมณ์
5. รับผิดชอบการกระทำของตน
6. รู้สึกเป็นอิสระ พอใจในอิสรภาพ
7. ตัดสินใจและวางแผนชีวิตด้วยตนเอง

8. มองชีวิตความเป็นจริง
9. เคารพในสิทธิของผู้อื่น
10. เห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม
11. รู้สึกรู้ว่าตนเองได้รับความรัก ความอบอุ่นจากผู้อื่น
12. ปลอดภัยและมั่นใจเมื่ออยู่บ้าน/อยู่โรงเรียน
13. มีชีวิตชีวา กระตือรือร้น สนใจทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น

จากเอกสารที่ได้กล่าวไปแล้วนั้น ผู้วิจัยพอสรุปได้ว่า ลักษณะของการปรับตัวได้ดี เป็นบุคคลมีความเชื่อมั่นในตนเอง รู้จักควบคุมอารมณ์ตนเอง พร้อมทั้งจะรับประสบการณ์ใหม่ๆ และสนใจกิจกรรมหรือหน้าที่ของตนเอง มีความกล้าที่จะเผชิญความจริง มีจิตใจหนักแน่นมั่นคง ใจกว้าง เห็นแก่ส่วนรวม รับฟังผู้อื่น ปราศจากนิสัยที่จะกระทบกระเทือนบุคลิกภาพของตนเอง ดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีความสุข

1.6 ลักษณะการปรับตัว

สุโท เจริญสุข (2515: 113) กล่าวว่า การปรับตัวเป็นเรื่องจำเป็นของมนุษย์ เราต้องการให้มีชีวิตอยู่รอดปลอดภัย ดังนั้น มนุษย์จำเป็นต้องมีการปรับตัวหลายเรื่อง ประกอบไปด้วยสิ่งสำคัญ 3 ด้าน ได้แก่

1. การปรับตัวด้านอารมณ์สังคมสติปัญญา ทุกคนอยากมีอารมณ์ดี มีสังคมดี มีสติปัญญาดี เราก็ต้องปรับตัวในเรื่องเหล่านี้ เช่น มีการเที่ยวหย่อนใจ ปล่อยอารมณ์ เล่นเพลิดเพลิน ไปมาหาสู่ เลี้ยงดูเพื่อนฝูง อ่าน คิด แก้ปัญหาต่างๆ

2. การปรับตัวด้านครอบครัว อาชีพ เศรษฐกิจ ต้องทำมาหาเลี้ยงครอบครัว เลี้ยงดูอบรม ลูกหลาน สนใจงานอาชีพ มานะอดทน ทำงาน สร้างตัวประหยัด ออมทรัพย์ มีหลักฐานบ้านช่อง สนใจเพศตรงข้าม เลือกรู้วิถีทางชีวิต ทำมาหากินเอง

3. การปรับตัวปรัชญาชีวิต มนุษย์เราย่อมมีแนวคิดต่างๆ กัน อาจมองเห็นโลกกันไปกันคนละแง่ ใครเห็นอะไรเป็นส่วนตัวก็ขึ้นอยู่กับแนวความคิด หรือปรัชญาของคนนั้น เหตุนี้ในการปรับตัวเองของคน จึงเป็นไปตามความเห็นของเขา เช่น รักสนุก ชอบเที่ยว เพื่อชีวิตการงาน ทนกัดก่อนกิน เกลือสละชีวิตเพื่อความรักมีความทะเยอทะยานอยากเป็นใหญ่เป็นโต อยู่สงบเงียบไปวันๆ หนึ่งเป็นต้น

วรารักษ์ ตระกูลสฤษดิ์ (2549: 5) ลักษณะของการปรับตัว มี 2 แบบ ดังนี้

1. การปรับตัวที่สมบูรณ์ หรือการปรับตัวแบบบูรณาการ (Integrating Adjustment) เป็นลักษณะการปรับตัวของบุคคลเมื่อเผชิญกับสภาพปัญหาหรืออุปสรรคแล้ว สามารถแก้ไขปัญหาคือ

จัดอุปสรรคนั้นได้ โดยที่ตนเองเกิดความสุขกายสบายใจ ไม่มีข้อข้องใจสงสัยอยู่เลย การปรับตัวลักษณะนี้ถือเป็นการปรับตัวแบบบูรณาการแบบผสมผสานหรือที่เรียกว่า การปรับตัวที่สมบูรณ์ การปรับตัวแบบนี้มิได้หมายความว่า การแก้ปัญหาของบุคคลนั้นสามารถแก้ได้ บางครั้งปัญหาที่เกิดขึ้นอาจจะไม่ได้รับการแก้ไขจนเสร็จสิ้น หากแต่บุคคลที่เผชิญปัญหานั้นเองสามารถยอมรับสภาพปัญหาที่เขาพยายามแก้ไขแล้วแต่ไม่สำเร็จ และหากว่าเจ้าของปัญหายอมรับทำใจได้ ปรับสภาพความคิดความรู้สึกได้ ก็ถือว่าเป็นการปรับตัวที่สมบูรณ์แบบ เช่นเดียวกัน

2. การปรับตัวแบบไม่สมบูรณ์ หรือการปรับตัวแบบไม่บูรณาการ (Non-integrative Adjustment) เป็นการปรับตัวที่บุคคลไม่สามารถเผชิญกับปัญหาได้ รวมทั้งไม่สามารถแก้ปัญหาใดๆ ได้ ซึ่งบุคคลพอจะมีวิธีคลายความตึงเครียดลงได้บ้าง แต่ยังคงมีความเครียด ความไม่สบายใจ ความทุกข์ใจเหลืออยู่ การปรับตัวแบบนี้ยังคงมีความทุกข์ค้างคาใจอยู่ จึงเป็นการปรับตัวที่ไม่สมบูรณ์แบบ และจำเป็นต้องอาศัยกลไกทางจิต หรือกลไกการป้องกันตนเองมาใช้เพื่อช่วยผ่อนคลาย หรือลดความตึงเครียดลงไป

จากลักษณะการปรับตัวที่กล่าวมาแล้วในข้างต้น จะเห็นได้ว่า การปรับตัว ประกอบด้วย การปรับตัวทั้งด้านอารมณ์ สังคม สติปัญญา และด้านการดำเนินชีวิต บุคคลแต่ละคนย่อมมีลักษณะการปรับตัวที่แตกต่างกันออกไปแล้วแต่วิธีการของแต่ละคน แต่ทุกคนต้องการปรับตัวเพื่อให้ตนเองเป็นบุคคลที่ผ่อนคลาย จัดความคับข้องใจ และสร้างความสุขให้กับตนเองทั้งสิ้น

1.7 แบบวัดการปรับตัว

จากนั้นผู้วิจัยได้ทำการศึกษาค้นคว้าประกอบของการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ ว่าประกอบด้วย กี่องค์ประกอบ โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาความเที่ยงตรงโครงสร้างของการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ โดยผู้วิจัยได้ทำการศึกษาเอกสารเกี่ยวกับการสร้างเครื่องมือวัดการปรับตัวของนิสิต พบว่า วิชัย พ้องเสียง (2553) ได้สร้างเครื่องมือวัดการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ซึ่งเป็นการวัดการปรับตัว แบ่งการปรับตัวเป็น 3 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสังคม โดยลักษณะการวัดเป็นมาตราส่วนประเมินค่า 5 ระดับ ได้แก่ 5=จริงมากที่สุด 4=จริงมาก 3=จริงปานกลาง 2=จริงน้อย 1=จริงน้อยที่สุด ประกอบด้วยคำถาม 30 ข้อ แบบวัดนี้มีค่าความเชื่อมั่นสัมประสิทธิ์แอลฟา เท่ากับ 0.94 มีงานวิจัยของ กุลทลี เทพศิริ (2555) ได้สร้างเครื่องมือวัดการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชาวเขา ในระดับช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาเชียงราย เขต 2 ซึ่งเป็นการวัดการปรับตัวด้านสังคม โดยลักษณะการวัดเป็นมาตราส่วนประเมินค่า 5 ระดับ ได้แก่ 5=มากที่สุด 4=มาก 3=ปานกลาง 2=น้อย 1=น้อยที่สุด

ประกอบด้วยคำถาม 30 ข้อ แบบวัดนี้มีค่าความเชื่อมั่นสัมประสิทธิ์แอลฟา เท่ากับ 0.934 และปัญญา ชูช่วย (2551) ได้สร้างเครื่องมื่อวัดการปรับตัวของนักศึกษาปริญญาตรี มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี ซึ่งเป็นการวัดการปรับตัวทางการเรียน โดยลักษณะการวัดเป็นมาตราส่วนประเมินค่า 5 ระดับ ได้แก่ 5=จริงมากที่สุด 4=จริงมาก 3=จริงปานกลาง 2=จริงน้อย 1=จริงน้อยที่สุด ประกอบด้วยคำถาม 21 ข้อ แบบวัดนี้มีค่าความเชื่อมั่นสัมประสิทธิ์แอลฟา เท่ากับ 0.847

จากการศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับการวัดการปรับตัว พบว่า งานวิจัยส่วนใหญ่ได้สร้างแบบวัดการปรับตัวตามบริบทเฉพาะของงานวิจัย เช่น การปรับตัวทางสังคม, การปรับตัวทางการเรียน เป็นต้น ดังนั้นในการวิจัยนี้ ผู้วิจัยได้สร้างแบบวัดการปรับตัวในบริบทปัจจัยภายในตนเอง โดยมุ่งศึกษาการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ ซึ่งแบ่งเป็น 2 ด้าน ได้แก่ ด้านจิตใจ และด้านสังคม โดยลักษณะของแบบวัด เป็นแบบวัดแบบให้ผู้ตอบเลือกตอบเพียงคำตอบเดียว ในลักษณะของมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ตั้งแต่มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด

1.8 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

จากการที่ผู้วิจัยได้ทำการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องในต่างประเทศพบว่า มีงานวิจัย 4 เรื่อง ที่ทำการศึกษาการปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 และมีงานวิจัย 2 เรื่อง ที่ทำการศึกษาการปรับตัวของนักเรียน ซึ่งงานวิจัยที่ทำการศึกษาการปรับตัวกับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักศึกษา มีดังนี้ อิชเฮก และคณะ (Ishak; et al. 2011: 78-89) ได้ทำการศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับการปรับตัวด้านสังคมและการเรียนของนักศึกษาปีที่ 1 จากมหาวิทยาลัย 2 แห่งทางเหนือในประเทศจอร์แดน โดยมีตัวแปรเพศและอายุเป็นตัวแปรปรับ พบว่าความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวด้านสังคม ($\beta=0.78$) มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวด้านการเรียน ($\beta=0.29$) สอดคล้องกับ เอนมายาโร และ ซาราวานัน (Nyamayaro; & Saravanan, 2013: 270-278) ได้ทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการปรับตัวและอารมณ์เชิงลบของนักศึกษาแพทย์ปีที่ 1 พบว่า การปรับตัวด้านการเรียน มีความสัมพันธ์กับอารมณ์เชิงลบโดยรวมได้แก่ ความท้อถอย, ความเครียด, ความกังวล (มีขนาดความสัมพันธ์ 0.867) การปรับตัวด้านสังคม มีความสัมพันธ์กับอารมณ์เชิงลบโดยรวมได้แก่ ความท้อถอย, ความเครียด, ความกังวล (มีขนาดความสัมพันธ์ 0.792) การปรับตัวด้านอารมณ์ตนเอง มีความสัมพันธ์กับอารมณ์เชิงลบโดยรวมได้แก่ ความท้อถอย, ความเครียด, ความกังวล (มีขนาดความสัมพันธ์ 0.759) มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวด้านการเรียน (มีขนาดความสัมพันธ์ 0.606) และมีความสัมพันธ์กับการปรับตัวด้านสังคม (มีขนาดความสัมพันธ์

0.427) ส่วน เอโฟลาบี (Afolabi, 2014: 26-34) ได้ทำการศึกษาการพยากรณ์พฤติกรรมต่อสังคม และการปรับตัวทางสังคมของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ผลการวิจัยพบว่า การปรับตัวทางสังคมมีความสัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเอง ($\beta = 0.320$) และมีความสัมพันธ์กับสัมพันธภาพกับครอบครัว ($\beta = 0.212$) อีกทั้งยังมี คาซาน (Cazan, 2012: 104-108) ได้พยากรณ์การปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 คณะจิตวิทยาและการสอนวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยในประเทศโรมาเนีย ด้วยตัวแปรควบคุมตนเองด้านปัญญา ควบคุมตนเองด้านพฤติกรรม ควบคุมตนเองด้านแรงบันดาลใจ การรับรู้ความสามารถของตนเอง และความกังวล ผลการวิจัยพบว่า ควบคุมตนเองด้านปัญญา มีประสิทธิภาพในการพยากรณ์การปรับตัวด้านการเรียนได้มากที่สุด โดยมีค่า $\beta = -0.33$ ความกังวลมีความสัมพันธ์กับการปรับตัวด้านการเรียน ($\beta = 0.30$) การรับรู้ความสามารถของตนเองมีความสัมพันธ์กับการปรับตัวด้านการเรียน ($\beta = -0.17$) ควบคุมตนเองด้านแรงบันดาลใจมีความสัมพันธ์กับการปรับตัวด้านการเรียน ($\beta = -0.15$) และควบคุมตนเองด้านพฤติกรรมมีประสิทธิภาพในการพยากรณ์การปรับตัวด้านการเรียนได้น้อยที่สุด ($\beta = -0.14$)

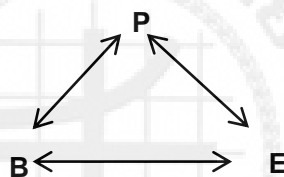
และงานวิจัยที่ทำการศึกษการปรับตัวกับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักเรียน มีดังนี้ โอปารา และ ออนยีกูรู (Opara; & Onyekuru, 2013: 303-311) ได้ทำการศึกษาการพยากรณ์การปรับตัวด้านการเรียนของนักเรียนในประเทศไนจีเรีย พบว่า ความเชื่อในตนเองมีความสัมพันธ์การปรับตัวด้านการเรียน ($\beta = -0.124$) ความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์การปรับตัวด้านการเรียน ($\beta = -0.075$) และความสัมพันธ์กลุ่มเพื่อนมีความสัมพันธ์การปรับตัวด้านการเรียน ($\beta = 0.024$) ส่วน โอกา มีกาและเฮเลน (Ogoemeka; & Helen, 2011: 1598-1602) ได้พยากรณ์การปรับตัวด้วยตัวแปรความฉลาดทางอารมณ์ ความคิดสร้างสรรค์ การรับรู้ความสามารถของตนเอง การสนับสนุนทางสังคม และความสามารถในการเข้าใจ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในรัฐออนโดของ ประเทศไนจีเรีย ซึ่งพบว่า การปรับตัวมีความสัมพันธ์กับความฉลาดทางอารมณ์ ($\beta = 0.112$) มีความสัมพันธ์กับความคิดสร้างสรรค์ ($\beta = 0.236$) และมีความสัมพันธ์กับความสามารถในการเข้าใจ ($\beta = 0.217$) ส่วนความสัมพันธ์กับการรับรู้ความสามารถตนเองมีประสิทธิภาพในการพยากรณ์การปรับตัวได้น้อย ($\beta = 0.005$)

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งหมด ทำให้ผู้วิจัยพบว่า การปรับตัวของกลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาที่ต่างกัน ทำให้ส่งผลต่อการปรับตัวที่แตกต่างกัน และปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวมีทั้งปัจจัยภายในตนเอง เช่น ความฉลาดทางอารมณ์ ความสามารถในการเข้าใจ เป็นต้น และมีปัจจัยที่เกิดจากสภาพแวดล้อมรอบข้าง เช่น การสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน สัมพันธภาพระหว่างอาจารย์ เป็นต้น ซึ่งปัจจัยต่างๆ เหล่านี้ล้วนมีผลต่อการปรับตัวในด้านต่างๆ ของตนเองทั้งสิ้น ผู้วิจัย

จึงทำการศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ ได้แก่ ปัจจัยภายในตัวบุคคล และปัจจัยทางสภาพแวดล้อม

2. ทฤษฎีที่ใช้ในงานวิจัย

ทฤษฎีที่ใช้ในงานวิจัยครั้งนี้ คือ ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม (Social Cognitive Theory) (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. 2553: 47-49) จัดได้ว่าเป็นทฤษฎีที่มีอิทธิพลอย่างมากต่อการพัฒนาเทคนิคการปรับพฤติกรรมในปัจจุบัน ทฤษฎีนี้พัฒนาโดยนักจิตวิทยาชาวแคนาดา Albert Bandura แนวคิดพื้นฐานของทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมของ Bandura มีความเชื่อว่าพฤติกรรมของคนเรานั้น ไม่ได้เกิดขึ้นและเปลี่ยนแปลงไปเนื่องจากปัจจัยทางสภาพแวดล้อมแต่เพียงอย่างเดียว แต่จะต้องมีปัจจัยส่วนบุคคล (ปัญญา ชีวภาพ และสิ่งภายในอื่นๆ) ร่วมด้วย และการร่วมของปัจจัยส่วนบุคคลนั้นจะต้องร่วมกันในลักษณะที่กำหนดซึ่งกันและกัน (Reciprocal Determinism) กับปัจจัยทางด้านพฤติกรรมและสภาพแวดล้อม ซึ่งอาจจะเขียนได้ดังภาพต่อไปนี้



ภาพประกอบ 4 แผนภาพแสดงการกำหนดซึ่งกันและกันของปัจจัยทางพฤติกรรม (B)

สภาพแวดล้อม (E) และส่วนบุคคล (P) ซึ่งได้แก่ ปัญญา ชีวภาพ และสิ่งภายในอื่นๆ ที่มีผลต่อการเรียนรู้และการกระทำ

ที่มา: สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. (2553). *ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม*. หน้า 47.

การที่ปัจจัยทั้ง 3 ทำหน้าที่กำหนดซึ่งกันและกันนั้น ไม่ได้หมายความว่าทั้งสามปัจจัยนั้นจะมีอิทธิพลในการกำหนดซึ่งกันและกันอย่างเท่าเทียมกัน บางปัจจัยอาจมีอิทธิพลมากกว่าอีกบางปัจจัย และอิทธิพลของปัจจัยทั้ง 3 นั้น ไม่ได้เกิดขึ้นพร้อมๆ กัน แต่ต้องอาศัยเวลาในการที่ปัจจัยใดปัจจัยหนึ่งจะมีผลต่อการกำหนดปัจจัยอื่นๆ

เมื่อพิจารณาปัจจัยที่กำหนดซึ่งกันและกันที่ละคู่ คู่แรกระหว่าง $P \leftrightarrow B$ ซึ่งแสดงให้เห็นถึงการปฏิสัมพันธ์ระหว่างความคิด ความรู้สึก และการกระทำ ความคาดหวัง ความเชื่อ การรับรู้เกี่ยวกับตนเอง เป้าหมาย และความตั้งใจ ซึ่งปัจจัยดังกล่าวกำหนดลักษณะและทิศทางของพฤติกรรม สิ่งที่บุคคลคิด เชื่อ และรู้สึก จะกำหนดว่าบุคคลจะแสดงพฤติกรรมเช่นใด ใน

ขณะเดียวกันการกระทำของบุคคลก็จะเป็นส่วนหนึ่งในการกำหนดลักษณะการคิดและการสนองตอบทางอารมณ์ของเขา ลักษณะของร่างกายและระบบการรับรู้และระบบประสาทมีผลต่อพฤติกรรม และศักยภาพของบุคคล เช่นเดียวกับระบบการรับรู้และโครงสร้างของสมองก็ปรับเปลี่ยนได้โดยประสบการณ์ทางพฤติกรรมเช่นกัน

การกำหนดซึ่งกันและกันของ $E \leftrightarrow P$ เป็นการปฏิสัมพันธ์ระหว่างลักษณะของบุคคลและสภาพแวดล้อม ความคาดหวัง ความเชื่อ อารมณ์ และความสามารถทางปัญญาของบุคคลนั้นจะพัฒนาและเปลี่ยนแปลง โดยอิทธิพลทางสังคม ที่ให้ข้อมูลและกระตุ้นการสนองตอบทางอารมณ์โดยการผ่านตัวแบบการสอนและการชักจูงทางสังคม ขณะเดียวกันบุคคลจะกระตุ้นปฏิกิริยาสนองตอบที่แตกต่างจากสภาพแวดล้อมทางสังคมที่เขาอาศัยอยู่ จากลักษณะทางกายภาพของเขา เช่น อายุ ขนาดของร่างกาย เชื้อชาติ เพศ และความน่าสนใจของร่างกาย ที่ค่อนข้างจะแยกออกจากสิ่งที่เขาพูดและกระทำ นอกจากนี้การตอบสนองนั้นยังขึ้นอยู่กับบทบาทและสถานภาพทางสังคมของเขามากด้วย ดังนั้นอาจกล่าวได้ว่าสถานภาพทางสังคมของเขาและลักษณะที่ปรากฏนั้น สามารถมีผลต่อสภาพแวดล้อมทางสังคมก่อนที่เขาจะพูดหรือกระทำการสิ่งใดนั่นเอง

การกำหนดซึ่งกันและกันของ $B \leftrightarrow E$ เป็นปฏิสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรม และสภาพแวดล้อมในชีวิตประจำวันของคนเรา พฤติกรรมเปลี่ยนเงื่อนไขสภาพแวดล้อม ในขณะที่เงื่อนไขของสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนไปนั้น ก็ทำให้พฤติกรรมถูกเปลี่ยนไปด้วย สภาพแวดล้อมจะไม่มีอิทธิพลใดๆ ต่อบุคคล จนกว่าจะมีพฤติกรรมบางอย่างเกิดขึ้น เช่น ครูผู้สอนจะไม่มีอิทธิพลต่อเด็ก จนกว่าเด็กจะเข้าเรียน ผู้ปกครองจะไม่ชมเด็กถ้าเด็กยังไม่แสดงพฤติกรรมที่จะให้ชม เป็นต้น เนื่องจากทั้งพฤติกรรมและสภาพแวดล้อมมีอิทธิพลต่อกันและกัน ดังนั้นบุคคลจึงเป็นทั้งผู้ก่อให้เกิดและเป็นทั้งผลิตผลของสภาพแวดล้อม การมีผลซึ่งกันและกันนี้ทำให้เกิดการเปลี่ยนมุมมองของกระบวนการถ่ายทอดทางสังคม จากเดิมซึ่งมองว่าผู้ปกครองมีอิทธิพลต่อเด็ก เช่นใดมาเป็นทั้งผู้ปกครอง และเด็กมีอิทธิพลต่อกันและกันเช่นใดแทน

ดังนั้นการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้นำทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม มาเป็นกรอบในการศึกษา เนื่องจากทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม ได้อธิบายสาเหตุของพฤติกรรมว่า เกิดจากปัจจัยภายในตัวบุคคล และปัจจัยทางสภาพแวดล้อม โดยลักษณะความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรมีรูปแบบตามแนวคิดของทฤษฎี ปัจจัยทางสภาพแวดล้อม ปัจจัยภายในตัวบุคคล มีอิทธิพลทางตรงต่อพฤติกรรม จากแนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม ของแบนดูรา ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาถึงปัจจัยทางสภาพแวดล้อม ที่มาจากสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย และที่มาจากสัมพันธภาพกับผู้อื่น ที่เป็นเรื่องของสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน สัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์ และ

ปัจจัยภายในตัวบุคคล ซึ่งเป็นเรื่องของความเชื่อมั่นในตนเอง ความมั่นคงทางอารมณ์ การมองโลกในแง่ดี ว่าปัจจัยทางสภาพแวดล้อมและปัจจัยภายในบุคคลเหล่านี้มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติหรือไม่ และนิสิตที่ศึกษาในระดับการศึกษาที่แตกต่างกันมีโครงสร้างความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของการปรับตัวแตกต่างกันหรือไม่ และแตกต่างกันอย่างไร ทั้งนี้ผู้วิจัยได้เก็บข้อมูลวิจัยเชิงคุณภาพเป็นระยะที่ 2 โดยมุ่งประเด็นเกี่ยวกับแนวทางการพัฒนาการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ ซึ่งรายละเอียดของแต่ละตัวแปรได้นำเสนอในหัวข้อถัดไป

3. ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัว

ในการศึกษาอิทธิพลปัจจัยทางสภาพแวดล้อมต่อการปรับตัวนี้ ผู้วิจัยจะศึกษาถึงอิทธิพลของสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย และสัมพันธภาพต่อผู้อื่น ส่วนตัวแปรทางด้านภายในตัวบุคคลต่อการปรับตัว ผู้วิจัยศึกษาถึงอิทธิพลของความเชื่อมั่นในตนเอง ความมั่นคงทางอารมณ์ การมองโลกในแง่ดี โดยมีแนวคิดมาจากทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม (Social Cognitive Theory) (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. 2553: 47-49) ของอัลเบิร์ต แบนดูรา (Albert Bandura) ที่มีความเชื่อว่าพฤติกรรมของคนเราไม่ได้เกิดขึ้นและเปลี่ยนแปลงไปเนื่องจากปัจจัยทางสภาพแวดล้อมแต่เพียงอย่างเดียว แต่จะต้องมีปัจจัยส่วนบุคคลร่วมด้วย ซึ่งจากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องพบว่า ปัจจัยสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย สัมพันธภาพต่อผู้อื่น ความเชื่อมั่นในตนเอง ความมั่นคงทางอารมณ์ และการมองโลกในแง่ดี มีอิทธิพลต่อการปรับตัวด้านจิตใจและด้านสังคม ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

3.1 สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย

3.1.1 ความหมายของสภาพแวดล้อม

เต็มศักดิ์ คทวณิช (2546: 43) ได้ให้ความหมายของสภาพแวดล้อม หมายถึง ทุกสิ่งทุกอย่างที่อยู่รอบตัวบุคคล ซึ่งจะทำหน้าที่เป็นสิ่งที่เร้ากระตุ้นให้บุคคลแสดงพฤติกรรมเพื่อตอบสนอง สิ่งแวดล้อมจะประกอบไปด้วยผลรวมของสิ่งเร้าที่บุคคลได้รับและมีอิทธิพลต่อบุคคล

วินัย วีระวัฒนานนท์ (2541: 1) ได้ให้ความหมายของสภาพแวดล้อม หมายถึง ทุกสิ่งทุกอย่างที่ปรากฏอยู่รอบตัวมนุษย์ ซึ่งอาจเกิดขึ้นเองตามธรรมชาติหรือมนุษย์สร้างขึ้นก็ได้ สิ่งแวดล้อมจึงเป็นได้ทั้งสิ่งมีชีวิต เช่น พืช สัตว์ คน และสิ่งไม่มีชีวิต เช่น สิ่งปลูกสร้าง ถนนหนทาง ถาวรวัตถุต่างๆ รวมทั้งความเชื่อ ขนบประเพณีและวัฒนธรรมที่ปรากฏอยู่รอบตัวคนด้วย สิ่งแวดล้อมอาจ

ปรากฏอยู่ลักษณะที่เป็นรูปธรรมที่สามารถมองเห็นจับต้องได้ หรือเป็นนามธรรมที่มองไม่เห็นหรือจับต้องไม่ได้ เช่น ความเชื่อ บรรยากาศ ความรู้สึก ความคิดและเจตคติของคน

พิมพ์พันธุ์ เตชะคุปต์ (2545: 5-6) ได้ให้ความหมายของสภาพแวดล้อมในโรงเรียน หมายถึง สภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนรู้ซึ่งเป็นตัวแปรสำคัญที่ช่วยส่งเสริม สนับสนุนให้การเรียนมีประสิทธิภาพโดยลักษณะบรรยากาศทางกายภาพที่เหมาะสม ควรเป็นดังนี้

1. ห้องเรียนมีสีสันทันดู และเหมาะสม สบายตา อากาศถ่ายเทได้ดี ปราศจากเสียงรบกวน และมีขนาดกว้างขวางเพียงพอกับจำนวนนักเรียน

2. ห้องเรียนควรมีบรรยากาศความเป็นอิสระของการเรียน การทำงานร่วมกันเป็นกลุ่ม ตลอดจนการเคลื่อนไหวในกิจกรรมการเรียนการสอนทุกประเภท

3. ห้องเรียนต้องสะอาดถูกสุขลักษณะ น่าอยู่ ตลอดจนมีความเป็นระเบียบเรียบร้อย

4. สิ่งที่อยู่ภายในห้องเรียน เช่น โต๊ะ เก้าอี้ สื่อการสอนประเภทต่างๆ เช่น กระดาน จอรับภาพ เครื่องฉายภาพข้ามศีรษะ สามารถเคลื่อนไหวได้ และสามารถดัดแปลงให้เอื้ออำนวยต่อการสอน และการจัดกิจกรรมประเภทต่างๆ ได้

5. ควรจัดเตรียมห้องเรียนให้พร้อมต่อการสอนในแต่ละครั้ง เช่น ให้มีความเหมาะสมต่อการสอนวิธีต่างๆ ตัวอย่างเช่น เหมาะต่อวิธีสอนโดยกระบวนการกลุ่ม วิธีการบรรยาย และวิธีการแสดงละคร เป็นต้น

วิเชียร กระพีแดง (2543: 22) ได้ให้ความหมายของสภาพแวดล้อม หมายถึง สภาพแวดล้อมของระบบโรงเรียนประกอบหลายๆ อย่างประกอบกัน

1. อาคารสถานที่ คือการก่อสร้างและการออกแบบอาคารเรียน ห้องเรียน ซึ่งสามารถมีอิทธิพลต่อเจตคติและพฤติกรรม

2. องค์ประกอบขององค์การ คือ ส่วนประกอบของโครงการที่กำหนดไว้อย่างแน่นอน เช่น ขนาดโรงเรียน สัดส่วนของนักเรียน เครื่องแบบนักเรียน วิธีสอน

3. บุคคลโดยรวม คือคุณลักษณะเฉพาะต่างๆ ของบุคคลแต่ละคนที่ประกอบกันขึ้น ภาวะจิตใจ ใฝ่ใจ เป็นต้น

4. บรรยากาศทางสังคม ซึ่งจะเกิดจากตัวประกอบดังกล่าวทั้ง 3 องค์ประกอบซึ่งเกิดปฏิสัมพันธ์กัน

สรุปได้ว่า สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย หมายถึง องค์ประกอบต่างๆ ภายในมหาวิทยาลัยที่มีส่วนสำคัญที่จะช่วยกระตุ้น ส่งเสริม สนับสนุนให้เกิดขึ้นเกิดการเรียนรู้ และพัฒนาศักยภาพในทุกๆ ด้านได้ อย่างเหมาะสม ได้แก่ สภาพแวดล้อมเกี่ยวกับการจัดการเรียนการสอน บรรยากาศที่ดี

ความสะดวก ร่มรื่นความสวยงามภายในมหาวิทยาลัย การจัดหาวัสดุอุปกรณ์เพื่อส่งเสริมพัฒนาการเรียนรู้อย่างหลากหลาย ความเป็นระเบียบเป็นสัดส่วนอาคารสถานที่ มีการจัดอำนวยความสะดวก มีความพร้อมเอาใจใส่ และการมีส่วนร่วมในการรักษาสภาพแวดล้อมอย่างถูกต้อง

3.1.2 ความสำคัญของสภาพแวดล้อม

กรมวิชาการ (2543: 77-78) ได้กล่าวถึงความสำคัญของการจัดสภาพแวดล้อม หมายถึง สิ่งแวดล้อมในการจัดการเรียนรู้ว่า โรงเรียนและผู้เกี่ยวข้องต้องส่งเสริม สนับสนุน ให้ครูจัดบรรยากาศการเรียนรู้ สภาพแวดล้อม สื่อการเรียนรู้ และเอื้ออำนวยความสะดวก เพื่อให้นักเรียน เกิดการเรียนรู้และมีความรอบรู้ตาม พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ หมวดที่ 4 มาตรา 24(5) รัฐต้องส่งเสริมดำเนินงานและจัดตั้งแหล่งการเรียนรู้ตลอดชีวิตในทุกรูปแบบ ข้อกำหนดในกฎหมายดังกล่าวนี้ชี้ให้เห็นบทบาทของผู้ที่เกี่ยวข้องกับการจัดการเรียนรู้ ต้องประสานเชื่อมโยงบทบาท เพื่อให้เกิดการปฏิรูปทั้งสถานศึกษา ซึ่งผู้บริหารโรงเรียนต้องทำหน้าที่เป็นผู้นำโรงเรียนสู่องค์กรแห่งการเรียนรู้และสังคมแห่งปัญญา มีบทบาทในการพัฒนาสภาพแวดล้อมในโรงเรียนให้มีบรรยากาศเอื้อต่อการเรียนรู้ที่เน้นนักเรียนเป็นสำคัญที่สุด โดยสามารถใช้โลกเป็นห้องเรียน

นิวติ เรื่องพาณิช (2542: 304) ได้ให้ความสำคัญของการจัดสภาพแวดล้อม หมายถึง ความสำคัญของสิ่งแวดล้อมในอดีตนั้นเป็นการดำรงชีวิตของมนุษย์อยู่ภายใต้อิทธิพลของธรรมชาติ การเปลี่ยนแปลงของธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมเป็นไปอย่างค่อยเป็นค่อยๆ ไป จากสภาพแวดล้อมดังกล่าวนี้ธรรมชาติจะต้องปรับตัวของตัวเองภายใต้กลไกธรรมชาติได้ ผลกระทบของสิ่งแวดล้อมยังไม่เป็นปัญหามากนัก แต่ในปัจจุบันความก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีได้เข้ามาช่วยอำนวยความสะดวกในการดำรงชีวิตของมนุษย์มากขึ้น ขณะเดียวกันอันตรายต่อสุขภาพกลับทวีความรุนแรงมากขึ้น เช่น น้ำเสีย อากาศเป็นพิษ กองขยะ และเศษสิ่งของต่างๆ สังคมของมนุษย์กำลังเผชิญกับปัญหามลพิษสิ่งแวดล้อม การพัฒนาความเจริญก้าวหน้าจึงมีทั้งคุณและโทษ มนุษย์จึงควรมองหาจุดพอเหมาะเพื่อจะสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมสิ่งแวดล้อมได้อย่างปลอดภัย การพัฒนาและการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมจึงควรทำควบคู่กัน เพราะถ้าหากปล่อยไว้ คุกคามที่เกิดขึ้นจากมลพิษสิ่งแวดล้อม อาจเป็นจุดเริ่มต้นนำมาสู่การสูญพันธุ์ของมนุษย์ในอนาคตได้

เต็มศักดิ์ คทวนิช (2546: 45) ได้กล่าวว่าสถาบันการศึกษาเป็นสิ่งแวดล้อมที่มีความสำคัญรองจากครอบครัว สถานศึกษาจะเป็นแหล่งหล่อหลอมพฤติกรรมของบุคคล สถาบันการศึกษานอกจากจะทำหน้าที่อบรมสั่งสอนถ่ายทอดประสบการณ์และความรู้ต่างๆ เพื่อใช้ในการประกอบ

อาชีพแล้ว ยังสอนให้รู้จักการยอมรับระเบียบและกติกาของสังคม ปรับปรุงบุคลิกภาพที่ไม่พึงประสงค์ เรียนรู้วิธีการปรับตัวให้เข้ากับสมาชิกอื่นๆ ในสังคม เพื่อให้บุคคลสามารถดำเนินชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุข

สรุปได้ว่า สิ่งแวดล้อมเป็นสิ่งสำคัญที่อยู่รอบตัวมนุษย์มีทั้งสิ่งแวดล้อมตามธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมที่มนุษย์สร้างขึ้น สิ่งแวดล้อมเหล่านี้มีความสำคัญและคุณประโยชน์เอื้อต่อการเรียนรู้ ส่งเสริมให้นิสิตเกิดการเรียนรู้ มีความเข้าใจ ช่วยให้นิสิตมีความสุขและส่งผลให้นิสิตเกิดประสิทธิภาพในการเรียน

3.1.3 สภาพแวดล้อมกับการปรับตัว

จากการที่ผู้วิจัยได้ทำการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องในประเทศพบว่า มีงานวิจัย 2 เรื่องที่ทำการศึกษาสภาพแวดล้อมในโรงเรียนหรือลักษณะสภาพแวดล้อมทางกายภาพที่ส่งผลต่อการปรับตัว ซึ่งงานวิจัยที่ทำการศึกษานี้ กลุ่มตัวอย่างได้แก่ นักเรียน ทั้ง 2 เรื่อง ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

นิภา คำภาณุ (2547: 74) ได้ทำการศึกษาถึงการปรับตัวในการเรียนระดับไฮสคูล ของนักเรียนเกรด 9 ซึ่งผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวด้านการเรียนของนักเรียน มี 5 ตัวแปร ได้แก่ ทักษะคิดต่อการเรียนระดับไฮสคูล สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับบิดามารดา ลักษณะสภาพแวดล้อมทางกายภาพ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู และสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน และ กันต์กนิษฐ์ เกษมพงษ์ทองดี (2546: 70) ได้ทำการศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครหาดใหญ่ ผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวของนักศึกษา ได้แก่ ตัวแปรนิสัยในการเรียน การเข้าร่วมกิจกรรม ทักษะคิดต่อวิชาชีพยาบาล บรรยากาศในห้องพัก บรรยากาศในมหาวิทยาลัย ความสัมพันธ์ระหว่างอาจารย์กับนักศึกษา ความสัมพันธ์ระหว่างนักศึกษากับเพื่อน และคะแนนเฉลี่ยสะสม

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งหมด ผู้วิจัยพบว่า สภาพแวดล้อมในโรงเรียนหรือลักษณะสภาพแวดล้อมทางกายภาพ ส่งผลต่อการปรับตัวด้านต่างๆ ทั้งสิ้น ผู้วิจัยจึงทำการศึกษาสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย ซึ่งเป็นสภาพแวดล้อมเชิงลักษณะทางกายภาพ เป็นปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อการปรับตัว

3.2 สัมพันธภาพกับผู้อื่น

3.2.1 ความหมายของสัมพันธภาพกับผู้อื่น

ศรีทัฬหิม พานิชพันธ์ (วุฒิณี กมลภักทรากร. 2546: 36; อ้างอิงจาก ศรีทัฬหิม พานิชพันธ์. 2527: 115-116) กล่าวถึง ความหมายของสัมพันธภาพไว้ว่า สัมพันธภาพ หมายถึง ความเกี่ยวข้อง ความผูกพันรักใคร่ ความสนิทสนมกลมเกลียวกัน ความคุ้นเคยใกล้ชิดกันฉันมิตร สัมพันธภาพเกิดจากการติดต่อระหว่างบุคคลสองคน ซึ่งมีความในใจบางสิ่งบางอย่างร่วมกัน มีการสนทนาติดต่อใกล้ชิดกัน สัมพันธภาพนี้อาจเป็นไปในทางที่ดี คือเป็นมิตร หรืออาจจะเป็นไปในทางที่ไม่ดี คือเป็นศัตรูก็ได้ ถ้าเป็นไปในทางที่เป็นมิตรก็จะก่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดี แต่ในทางตรงกันข้าม ถ้าการแสดงออกเป็นไปในทางที่เป็นศัตรู และผู้ตอบสนองมีความรู้สึกเป็นศัตรู ย่อมก่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ไม่ดี

ภุชญา ศักดิ์ศรี (2534: 10) กล่าวถึงความหมายของสัมพันธภาพว่า สัมพันธภาพเป็น ความเกี่ยวข้องของมนุษย์ที่มีต่อกัน โดยทางตรงและทางอ้อม เกิดความสัมพันธ์กัน มีความยอมรับนับถือ และปฏิบัติตนให้อยู่ในกรอบและวัฒนธรรมเดียวกัน จนเกิดเป็นสังคมขึ้น ระหว่างบุคคลหรือกลุ่ม

จากการศึกษาเอกสาร สรุปได้ว่า สัมพันธภาพกับผู้อื่น หมายถึง ความผูกพัน ความคุ้นเคย เป็นสิ่งผูกสัมพันธ์ให้มีความเกี่ยวข้องกันระหว่างบุคคลหรือกลุ่ม ซึ่งเป็นความรู้สึกที่ดี และแสดงออกพฤติกรรมที่ดีต่อกัน

3.2.2 ความสำคัญของสัมพันธภาพกับผู้อื่น

จอห์นสัน (วคินี มุกดอกไม้. 2541: 54; อ้างอิงจาก Johnson. 1986: 7-9) ได้เสนอแนะวิธีปฏิบัติเพื่อให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ไว้ดังนี้คือ

1. การรู้จักและไว้วางใจกัน ซึ่งจะเกิดได้จาก การเปิดเผยว่ารู้สึกอย่างไรต่อสิ่งที่ได้กระทำไป การตระหนักรู้ในตนเอง ได้แก่ รู้เข้าใจ และยอมรับในความรู้สึก ความคิด ความสามารถ และการกระทำของตนเอง การยอมรับตนเอง ได้แก่ พอใจและยอมรับลักษณะต่างๆ ของตนเอง
2. การสื่อสารกันอย่างเปิดเผยตรงไปตรงมา ได้แก่ บอกความคิดความรู้สึกของเราให้ผู้อื่นทราบ
3. การยอมรับและสนับสนุนกัน ได้แก่ ช่วยเหลือเมื่อผู้อื่นมีปัญหาหรือประสบภาวะวิกฤติ

4. การรู้จักแก้ปัญหาและจัดการความขัดแย้งจะช่วยให้บุคคลมีความใกล้ชิด และสนิทสนมกันมากยิ่งขึ้น

จากข้อความข้างต้น ความสำคัญของสัมพันธภาพกับผู้อื่น คือ ทุกคนจะเรียนรู้การมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อผู้อื่นจากบุคคลและสภาพแวดล้อม โดยการทำกิจกรรมต่างๆ จะส่งผลให้เกิดการปรับตัวและแสดงพฤติกรรมที่ดีต่อผู้อื่น ให้เป็นที่ยอมรับในกลุ่มเพื่อนและครูอาจารย์

3.2.3 สัมพันธภาพกับผู้อื่นกับการปรับตัว

จากการที่ผู้วิจัยได้ทำการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ที่ศึกษาถึงสัมพันธภาพกับผู้อื่นที่ส่งผลต่อการปรับตัว มีดังนี้ งานวิจัยในประเทศ 3 เรื่อง และงานวิจัยต่างประเทศ 2 เรื่อง ซึ่งพบว่างานวิจัยในประเทศ มีงานวิจัย 2 เรื่อง กลุ่มตัวอย่างได้แก่ นักเรียน และมีงานวิจัย 1 เรื่อง กลุ่มตัวอย่างได้แก่ นักศึกษา งานวิจัยต่างประเทศ มีงานวิจัย 2 เรื่อง กลุ่มตัวอย่างได้แก่ นักเรียนงานวิจัยในประเทศและต่างประเทศ ทั้ง 5 เรื่อง มีรายละเอียดดังนี้

งานวิจัยในประเทศ ทั้ง 3 เรื่อง มีดังนี้ นิภา คำภาฑู (2547: 74) ได้ทำการศึกษถึงการปรับตัวในการเรียนระดับไฮสคูล ของนักเรียนเกรด 9 ซึ่งผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวด้านการเรียนของนักเรียน มี 5 ตัวแปร ได้แก่ ทักษะคิดต่อการเรียนระดับไฮสคูล สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับบิดามารดา ลักษณะสภาพแวดล้อมทางกายภาพ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู และสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน และ ษมาพร ศรีอิทยาจิต (2548: 97-98) ได้ทำการศึกษาความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างปัจจัยบางประการที่ส่งผลต่อทักษะชีวิต ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ผลการวิจัยพบว่า การปรับตัว มีอิทธิพลมาจากตัวแปรสภาพแวดล้อมในโรงเรียน สัมพันธภาพภายในครอบครัว ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน การสนับสนุนทางสังคม แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ และยังมีงานวิจัยของ จุฑารัตน์ จัตรพงษ์สวัสดิ์ (2553: 109-110) ทำการศึกษาปัจจัยคัดสรรที่ส่งผลต่อการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมาและสร้างสมการทำนายการปรับตัวด้านการเรียน ผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษา มี 5 ปัจจัย คือ นิสัยทางการเรียน สัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับเพื่อน ลักษณะมุ่งอนาคต ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลาง ซึ่งสามารถอธิบายความแปรปรวนของการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษาค่อนข้างมาก

งานวิจัยต่างประเทศ มีงานวิจัย 2 เรื่อง กลุ่มตัวอย่างได้แก่ นักเรียน มีรายละเอียดดังนี้ เอิร์นส์ (Ernst. 2013: 2-13) ได้ทำการศึกษาการปรับตัวของนักเรียนที่มีความเสี่ยงต่อการใช้

เทคโนโลยี ในตะวันออกเฉียงใต้ของรัฐเวอร์จิเนีย พบว่า การปรับตัวมีความสัมพันธ์กับสัมพันธภาพต่อเพื่อน (ขนาดความสัมพันธ์ 0.64) และสัมพันธภาพต่อเพื่อนมีความสัมพันธ์กับการควบคุมตนเอง (ขนาดความสัมพันธ์ 0.64) กับ โอปารา และ ออนยีกูรู (Opara; & Onyekuru. 2013 : 303-311) ทำการศึกษาการพยากรณ์การปรับตัวด้านการเรียนของนักเรียนในประเทศไนจีเรีย พบว่า ความเชื่อในตนเองมีความสัมพันธ์การปรับตัวด้านการเรียน ($\beta = -0.124$) ความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์การปรับตัวด้านการเรียน ($\beta = -0.075$) และความสัมพันธ์กลุ่มเพื่อนมีความสัมพันธ์การปรับตัวด้านการเรียน ($\beta = 0.024$)

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งหมด ผู้วิจัยพบว่า สัมพันธภาพกับผู้อื่น ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับบิดามารดาหรือครอบครัว ระหว่างนักเรียนกับครู และที่สำคัญระหว่างนักเรียนกับเพื่อน ส่งผลต่อการปรับตัว ผู้วิจัยจึงทำการศึกษาสัมพันธภาพกับผู้อื่น ซึ่งประกอบไปด้วย สัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์ และสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน เป็นปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อการปรับตัว ความมั่นคงทางอารมณ์ และความเชื่อมั่นในตนเอง

3.3 ความเชื่อมั่นในตนเอง

3.3.1 ความหมายของความเชื่อมั่นในตนเอง

สมิท (ธนัญญา คนอยู่. 2547: 9; อ้างอิงจาก Smith. 1961: 185) ได้ให้ความหมายของความเชื่อมั่นในตนเองว่า หมายถึง การพึงพอใจในตนเอง ความภาคภูมิใจในตนเองหรือการยอมรับตนเอง บุคคลใดมีความเชื่อมั่นในตนเองมากน้อยเพียงใดนั้น สามารถพิจารณาได้จากความขัดแย้งระหว่างตนตามเป็นจริง กับตนตามอุดมคติ ถ้าความขัดแย้งเกิดขึ้นมาก จะเป็นเหตุทำให้ตนมีความรู้สึกไม่มีคุณค่า ไม่พึงพอใจ ซึ่งหมายถึงขาดความเชื่อมั่นในตนเอง

กรมวิชาการ (2537: 1) ได้ให้ความหมายว่า ความเชื่อมั่นในตนเองเป็นคุณลักษณะที่สำคัญยิ่งที่จะช่วยให้คนเราสามารถทำสิ่งต่างๆ ประสบความสำเร็จ ช่วยให้คนเราเป็นตัวของตัวเอง กล้าคิดกล้าแสดงออก ปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ได้อย่างเหมาะสม ทำสิ่งต่างๆ ด้วยความมั่นใจ ยอมรับผลที่เกิดขึ้นด้วยความพอใจและภาคภูมิใจ สามารถเผชิญเหตุการณ์ต่างๆ และแก้ปัญหาด้วยความรู้สึกที่มั่นคง อันเป็นคุณลักษณะของผู้ที่มีสุขภาพจิตดี มีความสุขในการดำรงชีวิต

ทศพร มณีศรีขำ (2542: 17) ได้กล่าวไว้ว่า ความเชื่อมั่นในตนเอง หมายถึง การกล้าแสดงออก กล้าตัดสินใจ และมีความมั่นใจที่จะกระทำสิ่งต่างๆ ให้สำเร็จได้ตามที่ต้องการ และแต่ละบุคคลจะเกิดความเชื่อมั่นในตนเองได้หรือไม่ขึ้นอยู่กับสภาพแวดล้อมและบุคคลรอบตัว

ปิยนัญ สิทธิฤทธิ์ (วิชัย พ้องเสียง. 2553: 23; อ้างอิงจาก ปิยนัญ สิทธิฤทธิ์. 2549: 10) ได้ นิยามว่า ความเชื่อมั่นในตนเองเป็นบุคลิกภาพทางสังคมอย่างหนึ่งที่ส่งผลให้บุคคลมีความ รับผิดชอบ กล้าคิด กล้าตัดสินใจ กล้าแสดงออก กล้าเผชิญปัญหาอุปสรรค ฟังตนเอง มีความคิด ริเริ่มสร้างสรรค์

จากข้อมูลข้างต้น สามารถสรุปได้ว่า ความเชื่อมั่นในตนเอง หมายถึง การแสดงออกของ นิสิตที่มีความมั่นใจในตนเองอย่างเหมาะสม ที่มีความกล้าที่จะพูด กล้าแสดงออก เผชิญความจริง อย่างถูกต้องและเป็นตัวของตัวเอง รู้จักฟังตนเองสามารถปรับตัวให้อยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข

3.3.2 องค์ประกอบความเชื่อมั่นในตนเอง

อังคินันท์ อินทรกำแหง (2552: 112-113) ได้กล่าวว่าผู้ที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง จะสามารถ ปรับปรุงด้านต่าง ๆ ของชีวิต เปิดรับการเรียนรู้และยอมรับการแนะนำจากผู้อื่น สามารถที่จะเผชิญ กับปัญหาที่ท้าทาย ความเชื่อมั่นในตนเองมีผลดีต่อการเรียนและการทำงาน ซึ่งมักจะเป็นบุคคลที่มี องค์ประกอบดังนี้

1. ไม่อยู่กับความทุกข์นาน เช่น ความสิ้นหวัง ความเหงา ความรู้สึกไร้ค่า ความละอายใจและ อับอาย
2. มีความกล้าที่บอกถึงความต้องการและความคิดเห็นด้วยความมั่นใจ
3. มีสัมพันธภาพที่มั่นคงและซื่อตรง ไม่อึดอัดที่จะติดต่อกับผู้อื่นและไม่เอาใจผู้อื่นมาก เกินไป
4. กำหนดเกณฑ์และมาตรฐานสำหรับตนเองและผู้อื่นได้เหมาะสมจึงไม่ค่อย มีการวิพากษ์วิจารณ์ตนเองและผู้อื่น
5. สามารถชะลอความเครียดเมื่อพบสิ่งที่ท้าทาย ผิดหวัง หรือเจ็บป่วย สามารถนำความ เชื่อมั่นในตนเองกลับคืนมาเร็ว
6. ไม่พบปัญหาสุขภาพ ซึ่งเกิดจากความเครียด เช่น ระบบย่อยอาหารทำงานผิดปกติ นอน ไม่หลับ ตดยาเสพติด และวิตกกังวล

อารยา สุวะมาตย์ (2540: 37) กล่าวถึงบุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง จะมีองค์ประกอบ 5 ด้าน ดังนี้

1. ความเข้มแข็งทางจิตใจ มีจิตใจหนักแน่น ไม่ลังเล
2. ความกล้า กล้าพูด กล้าแสดงความคิดเห็น กล้ากระทำ กล้าเผชิญความจริง กล้าเป็นผู้นำ
3. การฟังตนเอง แก้ปัญหาได้ด้วยตนเอง มีความเพียรพยายาม

4. ความเป็นตัวของตัวเอง มีความภูมิใจในตนเอง ตัดสินใจด้วยตนเองไม่คล้อยตามผู้อื่น มีความคิดสร้างสรรค์

5. ความสามารถในการปรับตัว มีมนุษยสัมพันธ์ ช่วยเหลือผู้อื่น ให้ความร่วมมือกับหมู่คณะ ยอมรับสภาพใหม่ๆ มองโลกในแง่ดี มีความรับผิดชอบ

ประภัสสร สุขชื่น (2539: 6) ได้สรุปว่าบุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีองค์ประกอบดังนี้

1. จิตใจมั่นคง มีจิตใจหนักแน่น ไม่หวั่นไหวต่อเหตุการณ์ต่างๆ สามารถควบคุมอารมณ์ให้อยู่ในสภาพปกติได้ดี

2. กล้าแสดงออก กล้าพูด กล้ากระทำ กล้าแสดงความคิดเห็นในทางที่ถูกที่ควร

3. เป็นผู้นำ สามารถจูงใจให้ผู้อื่นกระทำตามหรือมีความคิดเห็นคล้อยตามได้ ดำเนินกิจกรรมกลุ่มไปสู่เป้าหมาย สามารถนำกลุ่มเพื่อแก้ปัญหาต่างๆ รักษาขวัญและกำลังใจของสมาชิกในกลุ่มได้

4. กล้าตัดสินใจ กล้ากระทำในสิ่งต่างๆ ด้วยความคิดเห็นของตนเองโดยไม่ลังเลใจ

5. กล้าเผชิญความจริง กล้ายอมรับความจริงของตนเอง และสิ่งแวดล้อม มีความพอใจในความสามารถของตนเอง ชอบการต่อสู้แข่งขันและมีความอดทน

จากลักษณะองค์ประกอบของผู้ที่มีความเชื่อมั่นในตนเองที่กล่าวมานั้น ผู้ที่มีความเชื่อมั่นในตนเองจะเป็นบุคคลที่มีความเข้มแข็งทางจิตใจ ไม่ลังเล ความกล้า กล้าพูด กล้าแสดงความคิดเห็น กล้ากระทำ กล้าเผชิญความจริง การพึ่งตนเอง ความเป็นตัวของตัวเอง มีความภูมิใจในตนเอง ความสามารถในการปรับตัว มีมนุษยสัมพันธ์ ช่วยเหลือผู้อื่น ให้ความร่วมมือกับหมู่คณะ ยอมรับสภาพใหม่ๆ มองโลกในแง่ดี มีความรับผิดชอบ

3.3.3 ความเชื่อมั่นในตนเองกับการปรับตัว

จากการที่ผู้วิจัยได้ทำการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ที่ศึกษาถึงความเชื่อมั่นในตนเอง มีดังนี้ งานวิจัยในประเทศ 4 เรื่อง และงานวิจัยต่างประเทศ 2 เรื่อง ซึ่งพบว่า งานวิจัยในประเทศ ทั้ง 4 เรื่อง ศึกษาเกี่ยวกับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักเรียน งานวิจัยต่างประเทศ มีงานวิจัย 1 เรื่อง กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียน อีก 1 เรื่อง กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักศึกษา งานวิจัยในประเทศและต่างประเทศ ทั้ง 5 เรื่อง มีรายละเอียดดังนี้

สิทธิศักดิ์ ศักดิ์สีตากร (2552: 106-107) ได้ทำการศึกษา ปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อความสามารถในการเผชิญความขัดแย้งของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ผลการวิจัยพบว่า ความเชื่อมั่นในตนเอง ได้รับอิทธิพลมาจากสัมพันธภาพภายในครอบครัว สัมพันธภาพระหว่าง

นักเรียนและครูประจำชั้น และวิชัย พ้องเสียง (2553: 95-96) ได้ทำการศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จังหวัดร้อยเอ็ด ซึ่งผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัว ได้แก่ ความเชื่อมั่นในตนเอง บุคลิกภาพ และสัมพันธภาพในครอบครัว ส่วนงานวิจัยของ สิทธิมา สุทธิศักดิ์ (2549: 109-110) ได้ทำการศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับความสามารถในการแก้ปัญหาด้านการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ผลการวิจัยพบว่า แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่นในตนเอง การรับรู้ความสามารถของตนเอง และความสามารถทางสมอง มีความสัมพันธ์กับความสามารถในการแก้ปัญหาด้านการเรียน และ ธัญญา คนอยู่ (2547: 83) ได้ทำการศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อความเชื่อมั่นในตนเอง ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเชื่อมั่นในตนเอง ได้แก่ บุคลิกภาพในการแสดงตัว และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

และงานวิจัยต่างประเทศ 2 เรื่อง มีดังนี้ โอปารา และ ออนยีกูรู (Opara; & Onyekuru. 2013: 303-311) ได้ทำการศึกษาการพยากรณ์การปรับตัวด้านการเรียนของนักเรียนในประเทศไนจีเรีย พบว่า ความเชื่อในตนเองมีความสัมพันธ์การปรับตัวด้านการเรียน ($\beta = -0.124$) ความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์การปรับตัวด้านการเรียน ($\beta = -0.075$) และความสัมพันธ์กลุ่มเพื่อนมีความสัมพันธ์การปรับตัวด้านการเรียน ($\beta = 0.024$) และ เอโฟลาบี (Afolabi. 2014: 26-34) ได้ทำการศึกษาการพยากรณ์พฤติกรรมต่อสังคมและการปรับตัวทางสังคมของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ผลการวิจัยพบว่า การปรับตัวทางสังคมมีความสัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเอง ($\beta = 0.320$) และมีความสัมพันธ์กับสัมพันธภาพกับครอบครัว ($\beta = 0.212$)

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งหมด ผู้วิจัยพบว่า ความเชื่อมั่นในตนเอง ได้รับอิทธิพลมาจากสัมพันธภาพกับผู้อื่นได้แก่ครอบครัวและครู บุคลิกภาพในการแสดงตัว และมีความสัมพันธ์กับความสามารถในการแก้ปัญหาด้านการเรียนหรือการปรับตัวด้านการเรียน ผู้วิจัยจึงทำการศึกษาความเชื่อมั่นในตนเอง เป็นปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อการปรับตัว

3.4 ความมั่นคงทางอารมณ์

3.4.1 ความหมายของความมั่นคงทางอารมณ์

เต็มศักดิ์ คทวนิช (2546: 50) ได้กล่าวว่า อารมณ์ หมายถึง สภาวะของจิตใจที่มีการเปลี่ยนแปลงเมื่อมีสิ่งเร้ามากระทบ อารมณ์จึงเป็นผลมาจากการถูกกระตุ้นจากสิ่งเร้าทั้งภายนอกและภายใน

แฮมริน และพอลสัน (ธิดา จิตินานิชยางกูร. 2550: 11; อ้างอิงจาก Hamrin and Paulson. 1969: 17) กล่าวว่า ความมั่นคงทางอารมณ์ เกิดจากการที่บุคคลยอมรับตนเอง ซึ่งความมั่นคงนี้ช่วยให้บุคคลทนต่อความคับข้องใจและไม่ถูกกระทบกระเทือนมากเกินไป สามารถควบคุมตนเองได้ สามารถที่จะรอคอยการสนองความพึงพอใจและปรับตัวกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างช่วยไม่ได้ มองโลกตามความเป็นจริง และควบคุมอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม

อลพอร์ต (สิทธิศักดิ์ ศักดิ์สัตตการ. 2552: 62; อ้างอิงจาก Allport. 1963) กล่าวว่า ความมั่นคงทางอารมณ์ เกิดจากการที่บุคคลยอมรับตนเอง ซึ่งช่วยให้บุคคลทนต่อความคับข้องใจและไม่ถูกกระทบกระเทือนมากเกินไป สามารถควบคุมตนเองได้ สามารถที่จะรอคอยการสนองความพึงพอใจและปรับตัวกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างช่วยไม่ได้ มองโลกตามความเป็นจริง และควบคุมอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม

จากข้อมูลข้างต้น สามารถสรุปได้ว่า ความมั่นคงในอารมณ์ หมายถึง ภาวะที่บุคคลจะสามารถควบคุมอารมณ์ และสะกดกั้นอารมณ์ของตนเมื่อถูกสิ่งเร้ามากระตุ้นให้อยู่ในสภาพปกติ ไม่หวั่นไหวเมื่อต้องเผชิญปัญหาหรือสิ่งรบกวนความสงบสุขของอารมณ์ สามารถปรับตัวและปรับอารมณ์

3.4.2 องค์ประกอบของความมั่นคงทางอารมณ์

อะกิลเลอร่า และเมสสิก (ธิดา จิตินานิชยางกูร. 2550: 13; อ้างอิงจาก Aguilera and Messick. 1974: 63-64) ได้กล่าวถึงองค์ประกอบที่มีส่วนช่วยให้คนเราสามารถปรับตัว เพื่อคงไว้ซึ่งความมั่นคงทางอารมณ์ไว้ ดังนี้

1. การรับรู้ต่อเหตุการณ์ ถ้าหากบุคคลรับรู้ปัญหาที่เกิดขึ้นได้ถูกต้องตามความเป็นจริง การแก้ปัญหาจะทำได้ตรงจุด แต่ถ้ารับรู้เหตุการณ์ผิดทำให้เข้าใจปัญหาผิดไป การแก้ไขย่อมไม่ประสบความสำเร็จ ความไม่สบายใจยังคงอยู่ต่อไป
2. การได้รับความช่วยเหลือสนับสนุน เมื่อเกิดปัญหาขึ้นถ้าบุคคลมีที่พึ่งพา ขอคำปรึกษาเกี่ยวกับปัญหาที่ตนไม่สามารถแก้ไขได้ ก็อาจช่วยให้บุคคลนั้นเข้าใจปัญหาและหาทางแก้ไขปัญหาได้ดีขึ้น ในทางตรงกันข้ามถ้าบุคคลไม่มีที่พึ่ง ขาดที่ปรึกษาจะมีความรู้สึกหวั่นไหว และก่อให้เกิดความเครียดมากขึ้น
3. การใช้กลไกในการปรับตัว เป็นวิธีที่ลดความไม่สบายใจแทนที่จะแก้ไขเหตุของความคับข้องใจ ซึ่งถูกใช้เป็นเครื่องมือในการบิดเบือนหรือหนีจากความจริงที่สร้างความไม่สบายใจหรือความทุกข์ให้แก่เรา

พรรณทิพย์ ศิริวรรณบุศย์ (2553: 82-83) ได้กล่าวไว้ว่าความสำเร็จในการดำเนินชีวิตของบุคคลแต่ละคน ไม่ว่าทางการทำงานหรือชีวิตส่วนบุคคล นอกจากการมีเขาวินัยแล้ว มนุษย์ยังต้องมีการพัฒนาทางอารมณ์และบุคลิกภาพด้วย ซึ่งได้แบ่งรูปแบบการควบคุมอารมณ์ไว้ดังนี้

1. ความสามารถประเมินอารมณ์และการแสดงออกของอารมณ์

- 1.1 ความซื่อสัตย์ต่ออารมณ์
- 1.2 มีพลังอารมณ์
- 1.3 หยั่งรู้อารมณ์
- 1.4 สามารถที่จะป้องกันกลับอารมณ์

2. สามารถควบคุมอารมณ์ได้และแสดงออกได้อย่างเหมาะสม

- 2.1 เรียนรู้อารมณ์ที่เกิดขึ้น
- 2.2 ควบคุมการแผ่ขยายของอารมณ์ได้
- 2.3 จัดโครงสร้างอารมณ์ที่ไม่ดี
- 2.4 ปรับแก้และสร้างอารมณ์ใหม่ได้

3. รู้ความลึกของอารมณ์ และใช้อารมณ์ให้เกิดประโยชน์

- 3.1 รู้ศักยภาพและจุดมุ่งหมายเฉพาะของอารมณ์
- 3.2 รู้อารมณ์ผูกพันและเข้าใจลึกซึ้ง
- 3.3 ประยุกต์รวมอารมณ์
- 3.4 มีอิทธิพลแต่ไม่ใช้อำนาจ

4. ความอดกลั้น อดทน รู้จักการรออย่างมีความพากเพียร

- 4.1 หยั่งรู้การเกิดอารมณ์
- 4.2 ปรับตามเวลาที่เปลี่ยนไป
- 4.3 รู้โอกาสที่เหมาะสม
- 4.4 กำหนดอนาคต

กรมวิชาการ (2539: 6-9) กล่าวถึงองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อความมั่นคงทางอารมณ์ของนักเรียนนักศึกษาไว้ว่า เกิดจากความสัมพันธ์ขององค์ประกอบ 3 องค์ประกอบ ดังนี้

1. องค์ประกอบด้านครอบครัว เกิดจากการอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่หรือผู้ปกครอง สภาพของครอบครัว ระดับเศรษฐกิจและสังคมของครอบครัว ความสัมพันธ์ในครอบครัว สัมพันธภาพระหว่างบุคคลภายในครอบครัวมีผลต่อสุขภาพจิตของเด็ก

2. องค์ประกอบด้านโรงเรียน เกิดจาก

2.1 การดำเนินงานของโรงเรียน เช่น มีกฎระเบียบข้อบังคับเข้มงวดเกินไป ครูไม่เข้าใจและไม่สามารถนำหลักจิตวิทยามาประยุกต์ใช้กับการสอน การแข่งขันในหมู่นักเรียน ซึ่งมีส่วนทำให้เกิดความคับข้องใจได้และอาจเป็นปัญหาในทางสุขภาพจิตของเด็ก

2.2 บุคลิกภาพของครู ซึ่งเป็นบุคคลจากความเชื่อหรือความคาดหวัง จะมีอิทธิพลต่อความสำเร็จในการเรียน ครูจึงควรมีความรู้สึกรักเด็กที่ดีและความคาดหวังในทางที่ดีกับเด็ก เพราะเด็กพร้อมที่จะทำตามความคาดหวังนั้นๆ ดังนั้นครูควรมีลักษณะมีความเป็นกันเอง มีใจโอบอ้อมอารี ให้ความรักเมตตาครูณาต่อเด็ก ส่งเสริมให้เด็กได้แสดงความสามารถของแต่ละคนให้มากที่สุด ครูควรมองเห็นคุณค่าในตัวเด็ก มีวิธีการพูดที่เหมาะสม

3. องค์ประกอบด้านนักเรียน เกิดจาก

3.1 สภาพทางชีววิทยา หมายถึง สิ่งที่ได้รับถ่ายทอดทางพันธุกรรม สภาพการตอบสนองทางสรีระ พยาธิสภาพ และการสนองของภูมิคุ้มกัน

3.2 สภาพทางสังคม หมายถึง การสนับสนุนทางสังคม สุขวิทยาศึกษา สภาพแวดล้อมที่ถูกสุขอนามัย การจัดให้มีสภาพเพียงพอของการให้บริการด้านสุขภาพ

3.3 สภาพทางจิตวิทยา หมายถึง การประเมินความเครียด แหล่งที่จะช่วยให้สามารถจัดการความเครียด บุคลิกภาพ ในชีวิตประจำวันนักเรียนจะประสบกับสภาวะการณ์ต่างๆ ที่อาจนำไปสู่ความคับข้องใจ ความขัดแย้งใจ ความวิตกกังวล ก็จะทำให้เด็กมีสุขภาพจิตที่ไม่ดี

จากที่กล่าวมานั้น การรู้จักควบคุมอารมณ์ ปรับพฤติกรรมตนเองให้เป็นไปในทางที่ดี จึงจะก่อให้เกิดพฤติกรรมที่ดี ซึ่งประกอบด้วย การรับรู้ต่อเหตุการณ์ การจัดการกับอารมณ์ การได้รับความช่วยเหลือสนับสนุน

3.4.3 ปัจจัยส่งเสริมความมั่นคงทางอารมณ์

กรมวิชาการ (2539: 5) การส่งเสริมให้มีความมั่นคงทางอารมณ์ ทำได้โดย

1. การสร้างความเข้าใจ เอาใจใส่ติดตาม สังเกตการเปลี่ยนแปลงของเด็ก และให้ความช่วยเหลือตามควร

2. การสร้างความรู้สึทางบวก การให้การยกย่องอย่างจริงใจและตามโอกาสที่เหมาะสม

3. ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนเข้ามาปรึกษาหารือทั้งปัญหาด้านการเรียนและปัญหาส่วนตัว

4. ใช้กิจกรรมและบทบาทสมมติเพื่อให้นักเรียนลองเผชิญปัญหาที่อาจก่อให้เกิดอารมณ์และฝึกให้นักเรียนรู้ถึงผลดีและผลเสียของการใช้อารมณ์ในการตัดสินใจในเรื่องที่มีความสำคัญต่อชีวิต

5. จัดประสบการณ์ตรงให้นักเรียนโดยให้นักเรียนฝึกการแก้ปัญหา เช่น การจัดค่ายโรงเรียน การจัดกิจกรรมให้นักเรียนแต่ละวัยมีโอกาสทำงานร่วมกันเพื่อเรียนรู้ถึงนิสัย ความรู้สึกนึกคิด อารมณ์ ความสามารถ ความอดทน การเสียสละ การให้โอกาสและการรอคอย ของผู้ที่มีวัยและวุฒิภาวะต่างๆ กัน

3.4.4 ความมั่นคงทางอารมณ์กับการปรับตัว

ผู้วิจัยได้ทำการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ที่ศึกษาถึงความความมั่นคงทางอารมณ์ มีดังนี้ งานวิจัยในประเทศ 4 เรื่อง และงานวิจัยต่างประเทศ 2 เรื่อง ซึ่งพบว่า งานวิจัยในประเทศ มี 3 เรื่อง ศึกษาเกี่ยวกับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักเรียน และมี 1 เรื่อง ที่ทำการศึกษากลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักศึกษา ส่วนงานวิจัยต่างประเทศ ทั้ง 2 เรื่อง กลุ่มตัวอย่างได้แก่ นักศึกษา งานวิจัยในประเทศและต่างประเทศ ทั้ง 5 เรื่อง มีรายละเอียดดังนี้

งานวิจัยในประเทศ ทั้ง 4 เรื่อง มีดังนี้ วิชัย พ้องเสียง (2553: 95-96) ได้ทำการศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จังหวัดร้อยเอ็ด ซึ่งผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัว ได้แก่ มั่นคงทางอารมณ์ บุคลิกภาพ และสัมพันธภาพในครอบครัว และสิทธิศักดิ์ ศักดิ์สีตากร (2552: 106-107) ได้ทำการศึกษา ปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อความสามารถในการเผชิญความขัดแย้งของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ผลการวิจัยพบว่า ความมั่นคงทางอารมณ์ ได้รับอิทธิพลจากสัมพันธภาพภายในครอบครัว สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนและครูประจำชั้น และ ธิดา จิตพานิชยางกูร (2550: 89-90) ได้ทำการศึกษาความสัมพันธ์ปัจจัยที่ส่งผลต่อความมั่นคงทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ผลการวิจัยพบว่า สัมพันธภาพในครอบครัว การอบรมเลี้ยงดูแบบมีเหตุผล สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความมั่นคงทางอารมณ์ ส่วน สิริย์ลักษณ์ ไชยลังกา; และ คณะ (2552: 135) ได้ทำการศึกษาความเกี่ยวข้องระหว่างปัจจัยบางประการกับความมั่นคงทางอารมณ์และความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรคของนักศึกษาพยาบาลศาสตรบัณฑิต วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี พะเยา พบว่า สัมพันธภาพระหว่างอาจารย์และนักศึกษามีความเกี่ยวข้องกับความมั่นคงทางอารมณ์

งานวิจัยต่างประเทศ ทั้ง 2 เรื่อง มีดังนี้ อิสเฮคและคณะ (Ishak; et al. 2011: 78-89) ได้ทำการศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับการปรับตัวด้านสังคมและการเรียนของนักศึกษาปีที่ 1 จากมหาวิทยาลัย 2 แห่งทางเหนือในประเทศจอร์แดน โดยมีตัวแปรเพศและอายุเป็นตัวแปรปรับ พบว่าความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวด้านสังคม ($\beta=0.78$) มี

ความสัมพันธ์กับการปรับตัวด้านการเรียน ($\beta=0.29$) และ บีฮาร์ตี (Bharti. 2013: 1-5) ได้ ทำการศึกษาการพยากรณ์ความฉลาดทางอารมณ์ด้วยการปรับตัวของนักศึกษาระดับปริญญาตรี โดยมีตัวแปรปรับได้แก่ เพศและคณะ พบว่า เพศชาย การปรับตัวสามารถพยากรณ์ความฉลาดทางอารมณ์ได้ร้อยละ 4.3 เพศหญิง การปรับตัวสามารถพยากรณ์ความฉลาดทางอารมณ์ได้ร้อยละ 4.9 ส่วนคณะศิลปศาสตร์ การปรับตัวสามารถพยากรณ์ความฉลาดทางอารมณ์ได้ร้อยละ 4.1729 คณะวิทยาศาสตร์ การปรับตัวสามารถพยากรณ์ความฉลาดทางอารมณ์ได้ร้อยละ 11.6681

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งหมด ผู้วิจัยพบว่า ความมั่นคงทางอารมณ์ ได้รับ อิทธิพลมาจากสัมพันธภาพกับผู้อื่นได้แก่ครอบครัวและครู และมีความสัมพันธ์กับการปรับตัวด้านการเรียนและด้านสังคม และไม่ว่าจะเป็นเพศชายหรือหญิง การปรับตัวก็สามารถพยากรณ์ความมั่นคงทางอารมณ์ไม่แตกต่างกันมากนัก แต่ในขณะที่มีความแตกต่างของคณะที่ศึกษา การปรับตัวสามารถพยากรณ์ความมั่นคงทางอารมณ์ได้แตกต่างกัน ผู้วิจัยจึงทำการศึกษา ความเชื่อมั่นในตนเอง เป็นปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อการปรับตัว

3.5 การมองโลกในแง่ดี

3.5.1 ความหมายของการมองโลกในแง่ดี

เซลิเกแมน (ณัฐธานนท์ ทองสนธิ. 2549: 36; อ้างอิงจาก Seligman 1990) กล่าวว่า การมองโลกในแง่ดี เป็นลักษณะนิสัยในการอธิบายถึงสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความกดดัน ความทุกข์ หรือ เป็นปัญหาว่าเป็นสถานการณ์ที่เกิดขึ้นเพียงชั่วคราว เกิดขึ้นเพราะปัจจัยภายนอก และเป็นสถานการณ์ที่เกิดขึ้นเฉพาะกรณีเท่านั้น แต่สถานการณ์ที่ดีที่เกิดขึ้นผู้ที่มองโลกในแง่ดีเชื่อว่าจะเกิดขึ้นอยู่เสมอ เกิดจากสาเหตุจากภายในตน และเป็นสิ่งที่แผ่ขยายไปยังสถานการณ์อื่นได้

อุไร จักร์ตรีมงคล (วิชัย พ้องเสียง. 2553: 32; อ้างอิงจาก อุไร จักร์ตรีมงคล. 2545: 10) ได้ กล่าวว่า การมองโลกในแง่ดี คือความสามารถในการต่อสู้อุปสรรคโดยไม่ย่อท้อหรือเลี้ยวหนี โดยการที่มองว่าอุปสรรคเหมือนโอกาส หรือบทเรียนที่จะเสริมสร้างความเข้มแข็งให้ชีวิต เป็นการมองหาข้อดีของความล้มเหลว เพื่อจะได้ยืนหยัดขึ้นมาอีก บางทีเรียกว่าเป็นความคิดในการต่อสู้อุปสรรค

เทอดศักดิ์ เดชคง (2543: 68-70) ให้ความหมายของการมองโลกในแง่ดีว่า เกิดจากการยอมรับสภาพความลำบากว่ามันดำรงอยู่จริง ๆ แต่ก็คิดในแง่ที่ดีว่า คงมีเวลาที่เราประสบความสำเร็จบ้างและพยายามมองหาสิ่งดีในบรรดาสิ่งร้าย ๆ ทั้งหมด ทั้งยังกล่าวถึงการมองโลกในแง่ดีกับความคาดหวังนั้นคล้ายกัน คนที่หวังว่าตนเองจะเป็นคนเก่ง มีโอกาสที่จะประสบความสำเร็จ ความ

คาดหวังในแง่บวก จึงมักจะเกิดขึ้นในใจผู้ที่มองโลกในแง่ดี จะชี้ให้เห็นว่าการมองโลกและคาดหวังในแง่บวกเป็นแรงกระตุ้นให้บุคคลใช้ความพยายามจนประสบความสำเร็จ

ปริญญา ตันสกุล (2543: 62-63) ได้ให้ความหมายของการมองโลกในแง่ดี หมายถึง การมีทัศนคติที่ดีต่อทั้งตนเองและผู้อื่น เพื่อช่วยคำจูนความสมดุลทางอารมณ์ความรู้สึกกับการนึกคิดของตนเองและของผู้อื่นไว้ ในทางที่จะนำไปสู่การสร้างสรรคพลังอำนาจในตนเองเพื่อการสร้างตนและสร้างโลกได้อย่างมีประสิทธิภาพและมีความสุขในทุกย่างก้าวของชีวิต

จากข้อมูลข้างต้น สามารถสรุปได้ว่า การมองโลกในแง่ดี หมายถึง ความสามารถของบุคคลที่มีมุมมองชีวิตหรือแนวความคิดในด้านดีหรือในด้านบวกในการดำเนินชีวิตในแต่ละวัน มีความหวังในชีวิตที่จะเกิดขึ้นในอนาคต ถึงแม้ว่าจะกำลังเผชิญกับสถานการณ์ที่เลวร้าย หรือมีอุปสรรคใดๆ ก็ตาม บุคคลนั้นก็จะมีความมองทางด้านบวกหรือสามารถมีทางแก้ไขปัญหาได้ ซึ่งจะทำให้บุคคลนั้นจะผ่านพ้นไปด้วยดี

3.5.2 ความสำคัญของการมองโลกในแง่ดี

การมองโลกในแง่ดี ถูกจัดเป็นองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ (อังคินันท์ อินทรกำแหง, 2552: 97; อ้างอิงจาก Goleman, 1998) ได้กำหนดไว้ว่า การมองโลกในแง่ดีเป็นส่วนหนึ่งที่สำคัญในการจูงใจตนเอง คนที่มองโลกในแง่ดีจะเห็นว่าทุกสิ่งทุกอย่างไม่ได้เลวร้าย บุคคลมีโอกาที่จะพลิกผันสถานการณ์ที่เลวร้ายให้กลับคืนดีได้ ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคที่ขวางกั้น

เชลิกแมน (พจนพร ถนอมวุฒิสักดิ์, 2552: 19-20; อ้างอิงจาก Seligman, 2006: 93-167) ได้กล่าวว่า บุคคลที่มองโลกในแง่ดี จะทำให้มีสุขภาพจิตดี ลดภาวะซึมเศร้าและโรคประสาท ทำให้มีสุขภาพแข็งแรง เพราะบุคคลที่มองโลกในแง่ดีจะมีความเชื่อว่า สุขภาพดีสามารถควบคุมได้ ทำให้มีความสำเร็จในการทำงาน การเรียน และกีฬา และทำให้มีสัมพันธภาพกับคนอื่นได้ดีขึ้นด้วย

มาร์ติน และคณะ (ดารกา วรณวนิช, 2550, 35-41; อ้างอิงจาก Martin; et al. 2001: 583-610) ได้กล่าวว่า การมองโลกในแง่ดี ทำให้มีสุขภาพจิตดี สุขภาพกายแข็งแรง ทำให้มีความสำเร็จในการทำงาน การเรียนและการกีฬามากกว่าคนที่มองโลกในแง่ร้าย

วรารณณ์ ตระกูลสฤษดิ์ (2545: 216) ได้กล่าวว่า การมองโลกในแง่ดีได้ จะต้องเข้าใจสัจธรรมและความเป็นจริงของชีวิต เข้าใจผู้อื่นรวมทั้งเข้าใจสังคมและสิ่งแวดล้อมรอบๆ ตนเองคิดหาเหตุผลมาอธิบายในสิ่งต่างๆ ได้อย่างถูกต้องเหมาะสมเพื่อที่จะก่อให้เกิดความรู้สึกดีไม่โกรธ ไม่เคือง ไม่แค้น ไม่อาฆาตจองเวรต่อผู้อื่น เข้าใจในแง่ดี ความรู้สึกเราก็จะดีและมีความสุข

จากที่กล่าวมานั้น การมองโลกในแง่ดี จะทำให้บุคคลแต่ละคนสามารถปรับตัวตอบสนองต่อสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไปได้เหมาะสม มีความสามารถในการต่อสู้อุปสรรคโดยไม่ย่อท้อหรือเลียงหนี และเป็นผู้ที่สามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุขทั้งทางร่างกาย และจิตใจ

3.5.3 องค์ประกอบของการมองโลกในแง่ดี

เซลิเกแมน (สุมาลี พัวชู. 2547: 26; อ้างอิงจาก Seligman. 1998) ได้ให้ความหมายของการมองโลกในแง่ดี หมายถึง ความคิดความเชื่อในเหตุผลทางบวกต่อเหตุการณ์ที่ไม่พึงปรารถนาที่ผ่านเข้ามาในชีวิต โดยใช้รูปแบบการอธิบายให้เหตุผลตนเองแบ่งออกเป็น 3 มิติ คือ

1. มิติความคงทนถาวร (Permanence) เป็นรูปแบบการอธิบายตนเองที่เกี่ยวข้องกับเวลา โดยบุคคลเชื่อว่า เหตุการณ์นั้นเกิดแบบชั่วคราวหรือถาวร
2. มิติความครอบคลุม (Pervasiveness) เป็นรูปแบบการอธิบายตนเองที่เกี่ยวข้องกับความเฉพาะเจาะจง โดยบุคคลเชื่อว่า เหตุการณ์นั้นเกิดขึ้นเฉพาะบุคคลหรือเกิดกับคนทั่วไป
3. มิติความเป็นตนเอง (Personalization) ซึ่งเป็นรูปแบบการอธิบายตนเองที่บุคคลเชื่อว่า สาเหตุของเหตุการณ์นั้นเกิดขึ้น เกิดมาจากตนเองหรือบุคคลอื่น

จากที่กล่าวมานั้น องค์ประกอบของการมองโลกในแง่ดี จะสามารถแบ่งออกได้ 3 มิติ ได้แก่ มิติความคงทนถาวร มิติความครอบคลุม และมิติความเป็นตนเอง

3.5.4 การมองโลกในแง่ดีกับการปรับตัว

ผู้วิจัยได้ทำการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ที่ศึกษาถึงการมองโลกในแง่ดี พบว่ามี งานวิจัยในประเทศ 5 เรื่อง ศึกษาเกี่ยวกับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักเรียน ซึ่งงานวิจัยในประเทศ ทั้ง 5 เรื่อง มีรายละเอียดดังนี้

ทิวา มั่งน้อย (2535: 60) ได้ศึกษาความสามารถในการปรับตัวของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 5 ที่มีรูปแบบการอธิบายแตกต่างกัน โดยจะศึกษานักเรียนที่มีรูปแบบการอธิบายแบบใดจะมีความสามารถในการปรับตัวกับเพื่อนสูงกว่ากัน พบว่านักเรียนที่มีรูปแบบการอธิบายในลักษณะของการมองโลกในแง่ดี มีความสามารถในการปรับตัวกับเพื่อนสูงกว่านักเรียนที่มีรูปแบบการอธิบายในลักษณะการมองโลกในแง่ร้ายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนสิทธิศักดิ์ ศักดิ์สีตากร (2552: 106-107) ได้ทำการศึกษา ปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อความสามารถในการเผชิญความขัดแย้งของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ผลการวิจัยพบว่า การมองโลกในแง่ดี ได้รับอิทธิพลมาจาก

สัมพันธภาพภายในครอบครัว สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนและครูประจำชั้น และสุริย์พร ไชยฤกษ์ (2550: 110-111) ได้ทำการศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ผลการวิจัยพบว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง ความเชื่อมั่นในตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต การอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดี อีกทั้งณัฐรูกานต์ ทองสนธิ (2549: 99-100) ได้ทำการศึกษา สาเหตุที่มีผลต่อยุทธวิธีการเผชิญปัญหากับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ผลการวิจัยพบว่า ลักษณะความเป็นชาย ลักษณะความเป็นหญิง การมองโลกในแง่ดี ความเชื่ออำนาจภายในตน และความเชื่ออำนาจผู้อื่น ส่งผลต่อการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ และวิชัย พ้องเสียง (2553: 95-96) ได้ทำการศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จังหวัดร้อยเอ็ด ซึ่งผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัว ได้แก่ การมองโลกในแง่ดี บุคลิกภาพ และสัมพันธภาพในครอบครัว

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งหมด ผู้วิจัยพบว่า ผู้ที่มองโลกในแง่ดีมีความสามารถในการปรับตัวสูงกว่าผู้ที่มองโลกในแง่ร้าย การมองโลกในแง่ดี ได้รับอิทธิพลมาจากสัมพันธภาพกับผู้อื่น ได้แก่ ครอบครัวและครู การเห็นคุณค่าในตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต การอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล และการมองโลกในแง่ดีส่งผลต่อการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ ผู้วิจัยจึงทำการศึกษา การมองโลกในแง่ดี เป็นปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อการปรับตัว

4. แนวทางในการพัฒนาการปรับตัว

แสงเดือน ทวีสิน (2545: 235-236) ได้อธิบายว่าการที่บุคคลประเมินการรับรู้เกี่ยวกับตนได้ ถ้าผู้นั้นมีการรับรู้เกี่ยวกับตนทางบวก เขาก็จะมีความภาคภูมิใจในตน สามารถพัฒนาตนเองได้ และสามารถปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่น ให้เข้ากับสภาพแวดล้อมได้ โดยเสนอหลักการในการประยุกต์ใช้เพื่อเสริมสร้างให้ผู้เรียนมีความภาคภูมิใจในตน ดังนี้

1. ยอมรับและเห็นคุณค่าของนักเรียนทุกคน
2. สร้างบรรยากาศที่ทำให้ผู้เรียนเกิดความรู้สึกปลอดภัยทั้งทางกายและทางใจ
3. ครูผู้สอนต้องระมัดระวังเรื่องอคติและความคาดหวังต่างๆ ของตัวเองที่มีต่อผู้เรียน
4. เกณฑ์ในการวัดผลต้องชัดเจนและสนับสนุนให้ผู้เรียนประเมินสัมฤทธิ์ผลของตนเอง
5. ให้ตัวอย่างที่ดีแก่ผู้เรียนในเรื่องการรู้จักวิจารณ์ตนเอง การเพียรพยายามและการให้รางวัลตนเอง
6. หลีกเลี่ยงบรรยากาศที่ทำให้ผู้เรียนเกิดการแข่งขันและการเปรียบเทียบ
7. พยายามกระตุ้นให้ผู้เรียนแข่งขันกับตนเอง

8. ยอมรับผู้เรียน แม้ว่าบางครั้งพฤติกรรมบางอย่างที่เขาแสดงออกจะเป็นสิ่งที่ครูไม่ต้องการ โดยพยายามให้ผู้เรียนเกิดความไว้วางใจ เช่น เมื่อผู้เรียนสอบไม่ผ่าน ก็ต้องให้เขารู้สึกว่าเขาไม่ได้เป็นคนเลว แต่เขาไม่สามารถทำข้อสอบได้

9. ต้องระลึกเสมอว่า การรับรู้เกี่ยวกับตนเองทางบวก เกิดจากความสำเร็จและจากการเป็นบุคคลสำคัญและมีคุณค่าในแต่ละสังคม

10. กระตุ้นให้ผู้เรียนมีความรับผิดชอบต่อเหตุการณ์ต่างๆ แสดงให้ผู้เรียนเห็นว่าเขามีทางเลือกในการปฏิบัติสิ่งต่างๆ

11. จัดกลุ่มให้ผู้เรียนช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

12. ช่วยให้ผู้เรียนรู้จักเป้าหมายและวัตถุประสงค์อย่างชัดเจน และให้มีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันว่าจะมีวิธีการอย่างไรจึงจะไปสู่เป้าหมายได้

13. ระลึกถึงความแตกต่างทางศาสนา วัฒนธรรม และค่านิยมของผู้เรียนที่เป็นตัวแปรอีกอย่างหนึ่งในการรับรู้เกี่ยวกับตน

กรมวิชาการ (2544: 2) กิจกรรมพัฒนานักเรียนหมายถึงกิจกรรมที่จัดอย่างเป็นระบบ ประกอบด้วยกระบวนการที่หลากหลาย ให้นักเรียนได้รับประสบการณ์ตรงโดยการปฏิบัติจริง อย่างมีความหมาย และมีคุณค่าในการพัฒนาการของนักเรียนทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สติปัญญา อารมณ์และสังคม โดยสร้างเสริมเจตคติและคุณค่าชีวิต ปลูกฝังคุณธรรมและค่านิยมที่พึงประสงค์ ให้นักเรียนรู้จักและเข้าใจตนเอง มีจิตสำนึกในธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม รู้จักปรับตัวและทำตนให้เป็นประโยชน์ต่อสังคม ประเทศชาติ และสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข กิจกรรมพัฒนานักเรียนจึงมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้นักเรียนได้รับการพัฒนาองค์รวมของความเป็นมนุษย์ให้ครบทุกด้านและความสามารถของตนเองตามศักยภาพ และสามารถเข้าร่วมปฏิบัติกิจกรรมที่เลือกตามความถนัดและความสนใจของตนเอง

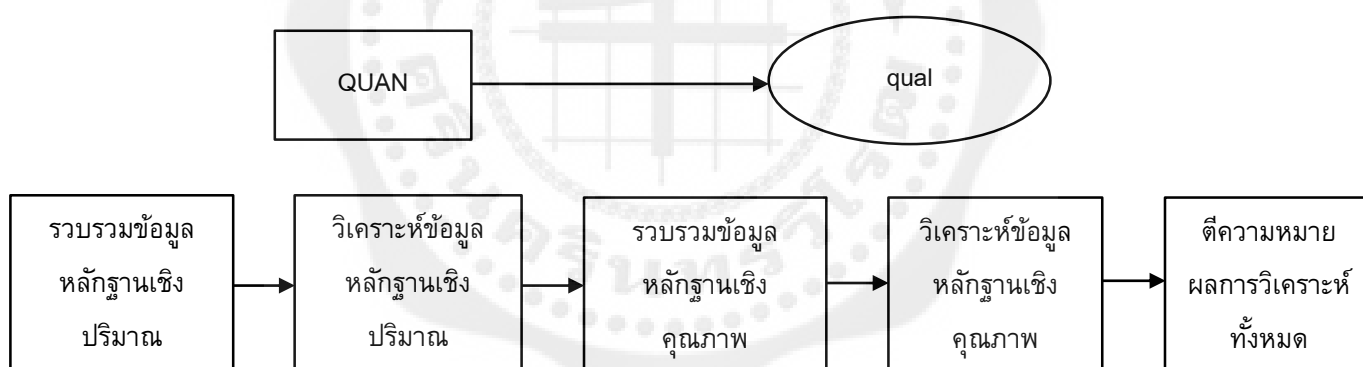
จากการที่กล่าวมาสามารถสรุปได้ว่า แนวทางการพัฒนาการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ จะสามารถดำเนินการด้วยกิจกรรมที่มหาวิทยาลัยจัดขึ้นอย่างหลากหลาย ซึ่งเป็นกิจกรรมที่นิสิตได้ลงมือปฏิบัติจริง และเหมาะสำหรับการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงตนเอง พัฒนาการปรับตัวนิสิตต่างชาติทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคมให้ดีขึ้นกว่าเดิม เหมาะสมกว่าเดิม ทำให้นิสิตแสดงพฤติกรรมเพื่อสนองความต้องการและเป้าหมายของตนเองและสังคม

5. การวิจัยผสมผสานวิธีแบบอธิบายตามกาลเวลา

แบบแผนที่ใช้ในงานวิจัยนี้ เป็นแบบอธิบายตามกาลเวลา (Sequential Explanatory Design) ซึ่งเป็นแบบแผนที่ใช้วิธีการเชิงปริมาณก่อนเป็นลำดับแรก ซึ่งผลจากการวิธีการเชิงปริมาณ

ในลำดับแรก จะสามารถอธิบายรายละเอียดได้ด้วยวิธีการเชิงคุณภาพที่เป็นวิธีการศึกษาในลำดับต่อมา งานวิจัยนี้จะศึกษาความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพา ด้วยวิธีการเชิงปริมาณ จากนั้นทำการศึกษาแนวทางในการพัฒนาการปรับตัวของนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพา ด้วยวิธีการเชิงคุณภาพ

แบบอธิบายตามกาลเวลา (Sequential Explanatory Design) (องอาจ นัยพัฒน์. 2551: 253-255) เป็นแบบการวิจัยที่ใช้วิธีการเชิงปริมาณในการรวบรวมและวิเคราะห์ข้อมูลหลักฐานที่อยู่ในรูปตัวเลขก่อน จากนั้นจึงใช้วิธีการเชิงคุณภาพ ทำการรวบรวมและวิเคราะห์ข้อมูลหลักฐานที่ไม่อยู่ในรูปตัวเลข โดยนักวิจัยให้น้ำหนักความสำคัญไปที่กิจกรรมการวิจัยที่อาศัยวิธีการเชิงปริมาณเป็นหลัก วิธีการเชิงปริมาณและวิธีการเชิงคุณภาพมีการผสมผสานกันเกิดขึ้นในระหว่างขั้นตอนการตีความหมายผลของการศึกษาวิจัยทั้งหมดภายหลังเสร็จสิ้นการรวบรวมและวิเคราะห์ข้อมูลหลักฐานด้วยวิธีการทั้ง 2 ประเภท เรียบร้อยแล้ว เหตุผลของการให้ความสำคัญในการผสมผสานกับวิธีการเชิงปริมาณก่อน เพื่อให้ได้คำตอบกว้างๆ แล้วจึงขออธิบายขยายรายละเอียดให้ชัดเจนยิ่งขึ้น โดยผ่านทางสารสนเทศจากผลการรวบรวมและวิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีการเชิงคุณภาพ ซึ่งวิธีการนี้สามารถสรุปได้ดังนี้



ภาพประกอบ 5 แผนผังแสดงแบบอธิบายตามกาลเวลา

ที่มา: องอาจ นัยพัฒน์. (2551). การออกแบบการวิจัย : วิธีการเชิงปริมาณ เชิงคุณภาพ และ ผสมผสานวิธีการ. หน้า 258.

แบบอธิบายตามกาลเวลา (Sequential Explanatory Design) มีข้อดีข้อจำกัด ดังนี้

ข้อดี ความง่ายต่อการเข้าใจ การออกแบบและการลงมือปฏิบัติจริง ๆ ตามแบบที่วางแผนไว้ ช่วยให้นักวิจัยไม่จำเป็นต้องบูรณาการหรือหาจุดร่วมกันระหว่างข้อมูลแบบตัวเลขและไม่ใช่ตัวเลข

ข้อจำกัด ความยุ่งยากที่นักวิจัยจำเป็นต้องกำหนดประเด็นคำถามการวิจัยที่จะทำการศึกษาวิจัยต่อไป โดยใช้วิธีการเชิงคุณภาพว่าอยู่ตรงแง่มุมส่วนใดของคำตอบอย่างกว้างๆ ซึ่งได้รับมาจากการแสวงหาด้วยวิธีการเชิงปริมาณในลำดับแรก นอกจากนี้ยังต้องใช้ทักษะการวิจัย เวลา และงบประมาณมากในการรวบรวมและวิเคราะห์ข้อมูลหลักฐานที่อยู่ในรูปตัวเลขและไม่ใช้ตัวเลข

วิธีการดำเนินการวิจัยตามแผนผังภาพประกอบ 5 แสดงว่า แบบแผนอธิบายรูปแบบนี้ให้ความสำคัญกับวิธีการเชิงปริมาณเป็นวิธีการหลัก โดยนักวิจัยเริ่มต้นศึกษาหาคำตอบด้วยวิธีการเชิงปริมาณและเมื่อได้คำตอบแล้วก็จะนำผลที่ค้นพบมาพิจารณาจำแนกเพื่อเลือกกลุ่มเป้าหมายที่ศึกษาต่อ ทั้งนี้การเลือกกลุ่มเป้าหมายเพื่อการศึกษาต่อนั้นอาศัยผลวิจัยที่มีลักษณะสุดโต่งหรือเหนือความคาดหมายที่เกิดขึ้นกับกลุ่มบุคคลที่เป็นกลุ่มเป้าหมายในการวิจัยเชิงปริมาณ เมื่อได้กลุ่มบุคคลที่มีลักษณะดังกล่าวแล้ว ใช้กลุ่มบุคคลเหล่านี้เป็นกลุ่มเป้าหมายเพื่อศึกษาด้วยวิธีการเชิงคุณภาพ และนำผลการวิจัยเชิงคุณภาพที่ค้นพบกับกลุ่มเป้าหมายนี้มาช่วยอธิบายความเพิ่มเติมผลการวิจัยเชิงปริมาณต่อไป ซึ่งการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้เลือกแบบแผนแบบอธิบายตามกาลเวลา (Sequential Explanatory Design) ที่ในการวิจัยระยะที่ 1 เก็บข้อมูลเชิงปริมาณโดยใช้การวิเคราะห์ความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ ในมหาวิทยาลัยบูรพา และเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพโดยการสัมภาษณ์เกี่ยวกับปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวด้านจิตใจและสังคมของนิสิตต่างชาติ ในมหาวิทยาลัยบูรพา เพื่ออธิบายรายละเอียดการวิเคราะห์ความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพา

บทที่ 3

วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ใช้วิธีการวิจัยผสมผสานวิธีแบบอธิบายตามกาลเวลา เป็นแบบแผนการวิจัยผสมผสานระหว่างวิธีการเชิงปริมาณและวิธีการเชิงคุณภาพ ในการวิจัยนี้แบ่งออกเป็น 2 ระยะ ระยะที่ 1 อธิบายความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ ใช้วิธีการเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ ระยะที่ 2 ศึกษาแนวทางในการพัฒนาการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ ใช้วิธีการเชิงคุณภาพ โดยผู้วิจัยได้กำหนดวิธีการวิจัยดังนี้

1. การกำหนดกลุ่มเป้าหมาย
2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การจัดกระทำข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูล

ระยะที่ 1 อธิบายความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ

เป็นการศึกษาเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ การศึกษาเชิงปริมาณเพื่อศึกษาความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ ในมหาวิทยาลัยบูรพา และการศึกษาเชิงคุณภาพเพื่ออธิบายปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ ในมหาวิทยาลัยบูรพา ผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้างหรือแบบเป็นทางการ (Structured Interview or Formal Interview) ซึ่งผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูลกับนิสิตต่างชาติ ที่กำลังศึกษาหลักสูตรที่ใช้ภาษาไทย ในปีการศึกษา 2560 ของมหาวิทยาลัยบูรพา โดยเครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถามสำหรับวิธีการเชิงปริมาณ และแบบสัมภาษณ์สำหรับวิธีการเชิงคุณภาพ ซึ่งผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์ด้วยตนเอง

1.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

นิสิตต่างชาติ ที่กำลังศึกษาหลักสูตรที่ใช้ภาษาไทย ของมหาวิทยาลัยบูรพา ซึ่งแบ่งเป็นนิสิตระดับปริญญาตรี และนิสิตระดับปริญญาโท

กลุ่มตัวอย่าง

วิธีการเชิงปริมาณ เป็นนิสิตต่างชาติที่กำลังศึกษาหลักสูตรที่ใช้ภาษาไทย ในปีการศึกษา 2560 ของมหาวิทยาลัยบูรพา จำนวน 293 คน ซึ่งแบ่งเป็นนิสิตระดับปริญญาตรี จำนวน 198 คน และนิสิตระดับปริญญาโท จำนวน 95 คน มีเกณฑ์การคัดเลือกดังนี้ การกำหนดขนาดกลุ่มเป้าหมาย เนื่องจากการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้การวิเคราะห์ความสัมพันธ์โครงสร้างเชิงสาเหตุ ดังนั้นจึงต้องกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างให้เหมาะสมกับสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล แฮร์ (นงลักษณ์ วิรัชชัย. 2542: 311; อ้างอิงจาก Hair. 1998: 12) ได้กล่าวถึงการกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง ไว้ว่า อัตราส่วนระหว่างกลุ่มตัวอย่างและจำนวนตัวแปรควรจะเป็น 20 คน ต่อ 1 ตัวแปร ดังนั้น ผู้วิจัยจึงได้กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างเป็น 20 เท่า ของจำนวนตัวแปร ในงานวิจัยนี้มีตัวแปรจำนวน 6 ตัวแปร จึงใช้กลุ่มตัวอย่างอย่างน้อย 120 คน ต่อ 1 โมเดล เพื่อความแม่นยำในการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยจึงทำการเก็บข้อมูลมากกว่าจำนวนที่กำหนดไว้ ซึ่งมีรายละเอียดกลุ่มตัวอย่างดังตาราง 1

ตาราง 1 จำนวนกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามคณะที่ศึกษา

คณะที่ศึกษา	จำนวน
คณะการจัดการและการท่องเที่ยว	31
คณะเทคโนโลยีการเกษตร	6
คณะพยาบาลศาสตร์	57
คณะแพทยศาสตร์	2
คณะภูมิสารสนเทศศาสตร์	4
คณะเภสัชศาสตร์	4
คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์	39
คณะวิทยาการสารสนเทศ	17
คณะวิทยาศาสตร์	6
คณะวิศวกรรมศาสตร์	21
คณะศิลปกรรมศาสตร์	22
คณะศึกษาศาสตร์	79
คณะสาธารณสุขศาสตร์	5
รวม	293

วิธีการเชิงคุณภาพ เป็นนิสิตต่างชาติที่กำลังศึกษาหลักสูตรที่ใช้ภาษาไทย ในปีการศึกษา 2560 ของมหาวิทยาลัยบูรพา จำนวน 5 คน จากการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) มีเกณฑ์การคัดเลือกดังนี้

1. สื่อสารภาษาไทยได้
2. สนใจในการให้สัมภาษณ์

1.2 การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1.2.1 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย มี 2 ชุด ดังนี้ ชุดที่ 1 แบบสอบถามปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัว ชุดที่ 2 แบบสัมภาษณ์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัว มีรายละเอียดดังนี้

ชุดที่ 1 แบบสอบถามปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัว แบ่งออกเป็น 7 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 สอบถามข้อมูลส่วนบุคคล

ตอนที่ 2-7 วัดเกี่ยวกับตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย ซึ่งประกอบด้วย การปรับตัวสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย สัมพันธภาพต่อผู้อื่น ความเชื่อมั่นในตนเอง ความมั่นคงทางอารมณ์ การมองโลกในแง่ดี โดยมีรายละเอียด ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล

แบบสอบถามนี้ผู้วิจัยสร้างขึ้นเพื่อสอบถามเกี่ยวกับรายละเอียดของนิสิตต่างชาติ ซึ่งได้แก่ เพศ ระดับชั้น คณะที่ศึกษา โดยลักษณะของแบบสอบถามเป็นแบบมีตัวเลือกให้เลือกตอบ ดังนี้

1. เพศ

- ☐ 1. ชาย ☐ 2. หญิง

2. กำลังศึกษาอยู่ระดับชั้น

- ☐ 1. ระดับปริญญาตรี ☐ 2. ระดับปริญญาโท

3. คณะที่ศึกษา.....

4. สัญชาติ.....

ตอนที่ 2 การปรับตัว

แบบสอบถามนี้ ผู้วิจัยสร้างขึ้นเพื่อวัดความคิดเห็นของการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ โดยลักษณะของข้อคำถามเป็นข้อความเกี่ยวกับการปรับตัวในด้านต่างๆ 2 ด้าน ได้แก่ การปรับตัวด้านจิตใจ การปรับตัวด้านสังคม เป็นแบบสอบถามแบบให้ผู้ตอบเลือกตอบเพียงคำตอบเดียว ในลักษณะของมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ตั้งแต่ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด

ผู้วิจัยกำหนดเกณฑ์การให้คะแนนการปรับตัวไว้ดังนี้ สำหรับข้อความทางบวก คำตอบในช่อง “มากที่สุด” ให้ 5 คะแนน คำตอบในช่อง “มาก” ให้ 4 คะแนน คำตอบในช่อง “ปานกลาง” ให้ 3 คะแนน คำตอบในช่อง “น้อย” ให้ 2 คะแนน คำตอบในช่อง “น้อยที่สุด” ให้ 1 คะแนน ส่วนข้อความทางลบให้คะแนนตรงกันข้าม โดยคำตอบในช่อง “มากที่สุด” ให้ 1 คะแนน คำตอบในช่อง “มาก” ให้ 2 คะแนน คำตอบในช่อง “ปานกลาง” ให้ 3 คะแนน คำตอบในช่อง “น้อย” ให้ 4 คะแนน คำตอบในช่อง “น้อยที่สุด” ให้ 5 คะแนน ความหมายของคะแนน คือ ผู้ตอบที่ได้คะแนนจากแบบสอบถามมากกว่าแสดงว่ามีความคิดเห็นเกี่ยวกับการปรับตัวสูงกว่าผู้ตอบที่ได้คะแนนจากแบบสอบถามน้อยกว่า

ตัวอย่างข้อคำถาม

ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
0. ข้าพเจ้าพึงพอใจกับวัฒนธรรมสังคมรอบข้างที่เป็นอยู่ แม้ว่าจะแตกต่างกับวัฒนธรรมที่ข้าพเจ้าเคยปฏิบัติ					
00. เมื่อได้รับมอบหมายให้เข้าร่วมกิจกรรม ข้าพเจ้าจะปฏิบัติหน้าที่ของตนเองเป็นอย่างดี					

สำหรับเกณฑ์การแปลความหมายของคะแนนรวมทั้งฉบับของแบบสอบถามการปรับตัวนี้ ผู้วิจัยใช้เกณฑ์การแปลความหมาย ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย	การแปลความหมาย
4.50 – 5.00	การปรับตัวอยู่ในระดับดีมาก
3.50 – 4.49	การปรับตัวอยู่ในระดับดี
2.50 – 3.49	การปรับตัวอยู่ในระดับปานกลาง
1.50 – 2.49	การปรับตัวอยู่ในระดับพอใช้
1.00 – 1.49	การปรับตัวอยู่ในระดับไม่ดี

ตอนที่ 3 สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย

แบบสอบถามนี้ ผู้วิจัยสร้างขึ้นเพื่อวัดความคิดเห็นของสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยของนิสิตต่างชาติ โดยลักษณะของข้อคำถามเป็นข้อความเกี่ยวกับสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย เป็นแบบสอบถามแบบให้ผู้ตอบเลือกตอบเพียงคำตอบเดียว ในลักษณะของมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ตั้งแต่ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด

ผู้วิจัยกำหนดเกณฑ์การให้คะแนนสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยไว้ดังนี้ สำหรับข้อความทางบวก คำตอบในช่อง “มากที่สุด” ให้ 5 คะแนน คำตอบในช่อง “มาก” ให้ 4 คะแนน คำตอบในช่อง “ปานกลาง” ให้ 3 คะแนน คำตอบในช่อง “น้อย” ให้ 2 คะแนน คำตอบในช่อง “น้อยที่สุด” ให้ 1 คะแนน ส่วนข้อความทางลบให้คะแนนตรงกันข้าม โดยคำตอบในช่อง “มากที่สุด” ให้ 1 คะแนน คำตอบในช่อง “มาก” ให้ 2 คะแนน คำตอบในช่อง “ปานกลาง” ให้ 3 คะแนน คำตอบในช่อง “น้อย” ให้ 4 คะแนน คำตอบในช่อง “น้อยที่สุด” ให้ 5 คะแนน ความหมายของคะแนน คือ ผู้ตอบที่ได้คะแนนจากแบบสอบถามมากกว่าแสดงว่ามีความคิดเห็นเกี่ยวกับบรรยากาศในมหาวิทยาลัยสูงกว่า ผู้ตอบที่ได้คะแนนจากแบบสอบถามน้อยกว่า

ตัวอย่างข้อคำถาม

ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
0. อาคารต่าง ๆ ในมหาวิทยาลัยมีความสะอาด					
00. อาคารต่าง ๆ ในมหาวิทยาลัยมีความแข็งแรงปลอดภัย					

สำหรับเกณฑ์การแปลความหมายของคะแนนรวมทั้งฉบับของแบบสอบถามสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยนี้ ผู้วิจัยใช้เกณฑ์การแปลความหมาย ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย	การแปลความหมาย
4.50 – 5.00	สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยอยู่ในระดับดีมาก
3.50 – 4.49	สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยอยู่ในระดับดี
2.50 – 3.49	สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยอยู่ในระดับปานกลาง
1.50 – 2.49	สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยอยู่ในระดับพอใช้
1.00 – 1.49	สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยอยู่ในระดับปรับปรุง

ตอนที่ 4 สัมพันธภาพกับผู้อื่น

แบบสอบถามนี้ ผู้วิจัยสร้างขึ้นเพื่อวัดความคิดเห็นของสัมพันธภาพกับผู้อื่นของนิสิตต่างชาติ โดยลักษณะของข้อคำถามเป็นข้อความเกี่ยวกับสัมพันธภาพกับผู้อื่นในด้านต่างๆ 2 ด้าน ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์ และสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน เป็นแบบสอบถามแบบให้ผู้ตอบเลือกตอบเพียงคำตอบเดียว ในลักษณะของมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ตั้งแต่ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด

ผู้วิจัยกำหนดเกณฑ์การให้คะแนนสัมพันธภาพต่อผู้อื่นไว้ดังนี้ สำหรับข้อความทางบวก คำตอบในช่อง “มากที่สุด” ให้ 5 คะแนน คำตอบในช่อง “มาก” ให้ 4 คะแนน คำตอบในช่อง “ปานกลาง” ให้ 3 คะแนน คำตอบในช่อง “น้อย” ให้ 2 คะแนน คำตอบในช่อง “น้อยที่สุด” ให้ 1 คะแนน ส่วนข้อความทางลบให้คะแนนตรงกันข้าม โดยคำตอบในช่อง “มากที่สุด” ให้ 1 คะแนน คำตอบในช่อง “มาก” ให้ 2 คะแนน คำตอบในช่อง “ปานกลาง” ให้ 3 คะแนน คำตอบในช่อง “น้อย” ให้ 4 คะแนน คำตอบในช่อง “น้อยที่สุด” ให้ 5 คะแนน ความหมายของคะแนน คือ ผู้ตอบที่ได้คะแนนจากแบบสอบถามมากกว่าแสดงว่ามีความคิดเห็นเกี่ยวกับสัมพันธภาพกับผู้อื่นสูงกว่าผู้ตอบที่ได้คะแนนจากแบบสอบถามน้อยกว่า

ตัวอย่างข้อคำถาม

ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
0. เมื่อข้าพเจ้ามีปัญหาคับข้องใจ ข้าพเจ้ามักจะปรึกษาปัญหากับอาจารย์					
00. เพื่อนๆ ช่วยอธิบายเนื้อหาวิชา เมื่อข้าพเจ้าไม่เข้าใจ					

สำหรับเกณฑ์การแปลความหมายของคะแนนรวมทั้งฉบับของแบบสอบถามสัมพันธภาพกับผู้อื่นนี้ ผู้วิจัยใช้เกณฑ์การแปลความหมาย ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย

4.50 – 5.00

3.50 – 4.49

2.50 – 3.49

การแปลความหมาย

สัมพันธภาพกับผู้อื่นอยู่ในระดับดีมาก

สัมพันธภาพกับผู้อื่นอยู่ในระดับดี

สัมพันธภาพกับผู้อื่นอยู่ในระดับปานกลาง

1.50 – 2.49

สัมพันธ์ภาพกับผู้อื่นอยู่ในระดับพอใช้

1.00 – 1.49

สัมพันธ์ภาพกับผู้อื่นอยู่ในระดับไม่ดี

ตอนที่ 5 ความเชื่อมั่นในตนเอง

แบบสอบถามนี้ ผู้วิจัยสร้างขึ้นเพื่อวัดความคิดเห็นของความเชื่อมั่นในตนเองของนิสิตต่างชาติ โดยลักษณะของข้อคำถามเป็นข้อความเกี่ยวกับความเชื่อมั่นในตนเองในด้านต่างๆ 4 ด้าน ได้แก่ ความเข้มแข็งทางจิตใจ ความกล้า การพึ่งตนเอง และความเป็นตัวของตัวเอง เป็นแบบสอบถามแบบให้ผู้ตอบเลือกตอบเพียงคำตอบเดียว ในลักษณะของมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ตั้งแต่ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด

ผู้วิจัยกำหนดเกณฑ์การให้คะแนนความเชื่อมั่นในตนเองไว้ดังนี้ สำหรับข้อความทางบวก คำตอบในช่อง “มากที่สุด” ให้ 5 คะแนน คำตอบในช่อง “มาก” ให้ 4 คะแนน คำตอบในช่อง “ปานกลาง” ให้ 3 คะแนน คำตอบในช่อง “น้อย” ให้ 2 คะแนน คำตอบในช่อง “น้อยที่สุด” ให้ 1 คะแนน ส่วนข้อความทางลบให้คะแนนตรงกันข้าม โดยคำตอบในช่อง “มากที่สุด” ให้ 1 คะแนน คำตอบในช่อง “มาก” ให้ 2 คะแนน คำตอบในช่อง “ปานกลาง” ให้ 3 คะแนน คำตอบในช่อง “น้อย” ให้ 4 คะแนน คำตอบในช่อง “น้อยที่สุด” ให้ 5 คะแนน ความหมายของคะแนน คือ ผู้ตอบที่ได้คะแนนจากแบบสอบถามมากกว่าแสดงว่ามีความคิดเห็นเกี่ยวกับความเชื่อมั่นในตนเองสูงกว่าผู้ตอบที่ได้คะแนนจากแบบสอบถามน้อยกว่า

ตัวอย่างข้อคำถาม

ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
0. ข้าพเจ้าทำงานด้วยความมั่นใจ เพื่อให้งานสำเร็จเป็นอย่างดี					
00. ข้าพเจ้าจะอาสาเพื่อนๆ เพื่อเป็นตัวแทนกลุ่มออกมาพูดหน้าชั้น					
000. ข้าพเจ้าชอบทำอะไรด้วยตัวเอง					
0000. ข้าพเจ้าจะทำอะไรที่ได้ตัดสินใจด้วยตัวเอง					

สำหรับเกณฑ์การแปลความหมายของคะแนนรวมทั้งฉบับของแบบสอบถามความเชื่อมั่นในตนเองนี้ ผู้วิจัยใช้เกณฑ์การแปลความหมาย ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย	การแปลความหมาย
4.50 – 5.00	ความเชื่อมั่นในตนเองอยู่ในระดับมากที่สุด
3.50 – 4.49	ความเชื่อมั่นในตนเองอยู่ในระดับมาก
2.50 – 3.49	ความเชื่อมั่นในตนเองอยู่ในระดับปานกลาง
1.50 – 2.49	ความเชื่อมั่นในตนเองอยู่ในระดับน้อย
1.00 – 1.49	ความเชื่อมั่นในตนเองอยู่ในระดับน้อยที่สุด

ตอนที่ 6 ความมั่นคงทางอารมณ์

แบบสอบถามนี้ ผู้วิจัยสร้างขึ้นเพื่อวัดความคิดเห็นของความมั่นคงทางอารมณ์ของนิสิตต่างชาติ โดยลักษณะของข้อคำถามเป็นข้อความเกี่ยวกับความมั่นคงทางอารมณ์ในด้านต่างๆ 3 ด้าน ได้แก่ การรับรู้ต่อเหตุการณ์ การจัดการกับอารมณ์ และการได้รับความช่วยเหลือสนับสนุน เป็นแบบสอบถามแบบให้ผู้ตอบเลือกตอบเพียงคำตอบเดียว ในลักษณะของมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ตั้งแต่ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด

ผู้วิจัยกำหนดเกณฑ์การให้คะแนนความมั่นคงทางอารมณ์ไว้ดังนี้ สำหรับข้อความทางบวก คำตอบในช่อง “มากที่สุด” ให้ 5 คะแนน คำตอบในช่อง “มาก” ให้ 4 คะแนน คำตอบในช่อง “ปานกลาง” ให้ 3 คะแนน คำตอบในช่อง “น้อย” ให้ 2 คะแนน คำตอบในช่อง “น้อยที่สุด” ให้ 1 คะแนน ส่วนข้อความทางลบให้คะแนนตรงกันข้าม โดยคำตอบในช่อง “มากที่สุด” ให้ 1 คะแนน คำตอบในช่อง “มาก” ให้ 2 คะแนน คำตอบในช่อง “ปานกลาง” ให้ 3 คะแนน คำตอบในช่อง “น้อย” ให้ 4 คะแนน คำตอบในช่อง “น้อยที่สุด” ให้ 5 คะแนน ความหมายของคะแนน คือ ผู้ตอบที่ได้คะแนนจากแบบสอบถามมากกว่าแสดงว่ามีความคิดเห็นเกี่ยวกับมั่นคงทางอารมณ์สูงกว่าผู้ตอบที่ได้คะแนนจากแบบสอบถามน้อยกว่า

ตัวอย่างข้อคำถาม

ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
0. เมื่อมีปัญหา ข้าพเจ้าจะนึกถึงสาเหตุของปัญหาก่อนเสมอ					

00. ข้าพเจ้าจะพูดถึงความรู้สึกของข้าพเจ้าให้เพื่อนที่ไวใจฟัง เพื่อจะได้ทราบวิธีที่จะแก้ปัญหา นั้นได้					
000. เมื่อข้าพเจ้าไม่พอใจ ข้าพเจ้ามีวิธีการ อารมณ์ของตนเองได้					

สำหรับเกณฑ์การแปลความหมายของคะแนนรวมทั้งฉบับของแบบสอบถามความมั่นคงทางอารมณ์นี้ ผู้วิจัยใช้เกณฑ์การแปลความหมาย ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย	การแปลความหมาย
4.50 – 5.00	ความมั่นคงทางอารมณ์อยู่ในระดับดีมาก
3.50 – 4.49	ความมั่นคงทางอารมณ์อยู่ในระดับดี
2.50 – 3.49	ความมั่นคงทางอารมณ์อยู่ในระดับปานกลาง
1.50 – 2.49	ความมั่นคงทางอารมณ์อยู่ในระดับพอใช้
1.00 – 1.49	ความมั่นคงทางอารมณ์อยู่ในระดับไม่ดี

ตอนที่ 7 การมองโลกในแง่ดี

แบบสอบถามนี้ ผู้วิจัยสร้างขึ้นเพื่อวัดความคิดเห็นของการมองโลกในแง่ดีของนิสิตต่างชาติ โดยลักษณะของข้อคำถามเป็นข้อความเกี่ยวกับการมองโลกในแง่ดีในด้านต่าง ๆ 3 ด้าน ได้แก่ ความคงทนถาวร ความเป็นตนเอง และความครอบคลุม เป็นแบบสอบถามแบบให้ผู้ตอบเลือกตอบเพียงคำตอบเดียว ในลักษณะของมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ตั้งแต่ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด

ผู้วิจัยกำหนดเกณฑ์การให้คะแนนการมองโลกในแง่ดีไว้ดังนี้ สำหรับข้อความทางบวก คำตอบในช่อง “มากที่สุด” ให้ 5 คะแนน คำตอบในช่อง “มาก” ให้ 4 คะแนน คำตอบในช่อง “ปานกลาง” ให้ 3 คะแนน คำตอบในช่อง “น้อย” ให้ 2 คะแนน คำตอบในช่อง “น้อยที่สุด” ให้ 1 คะแนน ส่วนข้อความทางลบให้คะแนนตรงกันข้าม โดยคำตอบในช่อง “มากที่สุด” ให้ 1 คะแนน คำตอบในช่อง “มาก” ให้ 2 คะแนน คำตอบในช่อง “ปานกลาง” ให้ 3 คะแนน คำตอบในช่อง “น้อย” ให้ 4 คะแนน คำตอบในช่อง “น้อยที่สุด” ให้ 5 คะแนน ความหมายของคะแนน คือ ผู้ตอบที่ได้คะแนนจากแบบสอบถามมากกว่าแสดงว่ามีความคิดเห็นเกี่ยวกับการมองโลกในแง่ดีสูงกว่าผู้ตอบที่ได้คะแนนจากแบบสอบถามน้อยกว่า

ตัวอย่างข้อคำถาม

ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
0. ข้าพเจ้าเชื่อว่า ทุกปัญหามีทางออก					
00. ข้าพเจ้ามีความสามารถในการทำงานให้สำเร็จด้วยตัวเอง					
000. เมื่อมีปัญหาในการทำกิจกรรม ข้าพเจ้าจะคิดว่าปัญหานั้นจะเกิดเฉพาะครั้งนี้เท่านั้น ไม่วิตกกังวลกับกิจกรรมอื่นๆ					

สำหรับเกณฑ์การแปลความหมายของคะแนนรวมทั้งฉบับของแบบสอบถามการมองโลกในแง่ดีนี้ ผู้วิจัยใช้เกณฑ์การแปลความหมาย ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย	การแปลความหมาย
4.50 – 5.00	การมองโลกในแง่ดีอยู่ในระดับมากที่สุด
3.50 – 4.49	การมองโลกในแง่ดีอยู่ในระดับมาก
2.50 – 3.49	การมองโลกในแง่ดีอยู่ในระดับปานกลาง
1.50 – 2.49	การมองโลกในแง่ดีอยู่ในระดับน้อย
1.00 – 1.49	การมองโลกในแง่ดีอยู่ในระดับน้อยที่สุด

ชุดที่ 2 แบบสัมภาษณ์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัว มีข้อคำถามสัมภาษณ์ 5 ข้อ มีหัวข้อการสัมภาษณ์ ดังนี้ ปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัว ทั้ง 5 ปัจจัย ได้แก่ สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย สัมพันธภาพกับผู้อื่น ความเชื่อมั่นในตนเอง ความมั่นคงทางอารมณ์ และการมองโลกในแง่ดีที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติอย่างไร

1.2.2 การสร้างและการหาคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้างและตรวจสอบเพื่อหาคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย โดยมีขั้นตอน ดังนี้

1. กำหนดจุดมุ่งหมายในการสร้างแบบสอบถามและแบบสัมภาษณ์

2. ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย สัมพันธภาพกับผู้อื่น ความเชื่อมั่นในตนเอง ความมั่นคงทางอารมณ์ การมองโลกในแง่ดีที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัว เพื่อกำหนดนิยามศัพท์และโครงสร้างของตัวแปรที่ต้องการวัด

3. เขียนนิยามศัพท์จากการศึกษาในข้อ 2 แล้วเขียนพฤติกรรมตามลักษณะที่ต้องการศึกษา เขียนข้อคำถามในแบบสอบถามแต่ละด้านให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์ตามตัวแปรที่ศึกษา

4. เสนอแบบสอบถามและแบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการวิจัยฉบับร่างต่อคณะกรรมการที่ปรึกษาปริญญาโท เพื่อตรวจสอบความถูกต้องตามนิยามศัพท์

5. ปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของคณะกรรมการที่ปรึกษาปริญญาโท

6. นำแบบสอบถามและแบบสัมภาษณ์ที่ผ่านการปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทำการตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา ซึ่งได้ให้ผู้เชี่ยวชาญจากภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยา ภาควิชาการวัดผลและวิจัยการศึกษา จำนวน 5 คน ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา

7. นำข้อมูลจากการตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาของแบบสอบถามที่ได้จากผู้เชี่ยวชาญมาหาค่าความสอดคล้อง โดยคัดเลือกข้อคำถามที่มีค่าดัชนีความสอดคล้องตั้งแต่ 0.6 ถึง 1.00 ซึ่งจากข้อคำถาม 89 ข้อ พบว่า มีค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่าง 0.4-1.0 โดยมีข้อคำถาม 8 ข้อ ถูกคัดออก และปรับปรุงข้อความ 5 ข้อ จากนั้นได้ทำการปรับปรุงแก้ไข ทำให้ได้แบบสอบถามฉบับจริงทั้งหมด 81 ข้อ มีค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่าง 0.6-1.0 นำไปทดลองใช้

8. นำแบบสอบถามไปทดลองใช้ กับนักศึกษาต่างชาติ ที่กำลังศึกษาหลักสูตรที่ใช้ภาษาไทย ในปีการศึกษา 2560 มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา จำนวน 42 คน เพื่อหาคุณภาพของเครื่องมือ ด้านค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ โดยใช้การวิเคราะห์หาค่าความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวม (Item-total correlation) และด้านค่าความเชื่อมั่น (Reliability) โดยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α -coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) โดยพบว่าทุกข้อคำถาม ได้ผลดังนี้มีคุณภาพด้านอำนาจจำแนกผ่านเกณฑ์ 0.20 และมีความเชื่อมั่นอยู่ในระดับค่อนข้างสูงถึงสูงมาก

ตัวแปร	จำนวนข้อ	ค่าอำนาจจำแนก	ความเชื่อมั่น
การปรับตัว	11	0.24-0.59	0.83
สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย	10	0.62-0.76	0.92
สัมพันธภาพต่อผู้อื่น	12	0.29-0.65	0.83
ความเชื่อมั่นในตนเอง	24	0.22-0.58	0.84
ความมั่นคงทางอารมณ์	12	0.22-0.63	0.71
การมองโลกในแง่ดี	12	0.29-0.70	0.86

9. นำแบบสอบถามที่ได้รับการคัดเลือกและแบบสัมภาษณ์ไปเก็บข้อมูลกับนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพา ที่เป็นกลุ่มเป้าหมายในการวิจัย

1.3 การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยมีขั้นตอนดังนี้

1. ติดต่อขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อขอความอนุเคราะห์จากผู้บริหารสถานศึกษา ในการเก็บข้อมูลนิสิตที่เป็นกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาค้นคว้า
2. ติดต่อมหาวิทยาลัยบูรพาที่เลือกเป็นกลุ่มตัวอย่าง เพื่อขออนุญาตผู้บริหารสถานศึกษา และชี้แจงการเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ
3. จัดเตรียมแบบสอบถาม
4. นำเครื่องมือที่ใช้ไปทำการเก็บรวบรวมข้อมูลตามวันเวลา โดยผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ซึ่งก่อนหน้านี้นิสิตจะตอบแบบสอบถาม ผู้วิจัยเป็นผู้ชี้แจงวัตถุประสงค์เพื่อให้นิสิตทราบถึงประโยชน์ของการวิจัยในครั้งนี้ และการไม่มีผลกระทบใดๆ ต่อนิสิตในการทำแบบสอบถาม และขอความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามเพื่อให้ได้ข้อมูลที่ถูกต้องและเป็นจริงมากที่สุด
5. นำแบบสอบถาม ที่ได้จากกลุ่มตัวอย่างมาตรวจสอบความสมบูรณ์ของการตอบ และคัดเลือกฉบับที่สมบูรณ์ไว้ แล้วนำมาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์การตรวจที่กำหนดไว้และวิเคราะห์ค่าทางสถิติ เพื่อทำการทดสอบสมมติฐาน
6. นำผลการวิจัยจากการเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงปริมาณ มาสรุปผลและรายงานผลการวิจัย
7. นัดเวลาและอธิบายสาระสำคัญเกี่ยวกับประเด็นที่สัมภาษณ์แก่กลุ่มเป้าหมาย
8. ดำเนินการสัมภาษณ์ตามวันและเวลาที่กำหนด
9. นำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ มาสรุปผลและรายงานผลการวิจัยต่อไป

1.4 การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล

1.4.1 การจัดกระทำข้อมูล

สำหรับข้อมูลเชิงปริมาณ

1. ตรวจสอบความสมบูรณ์ครบถ้วนของคำตอบในแบบสอบถามแต่ละชุด และคัดเลือกข้อมูลที่มีความสมบูรณ์มาใช้ในการวิเคราะห์
2. ตรวจให้คะแนนแบบสอบถาม ตามเกณฑ์การวัดที่กำหนดไว้
3. นำคะแนนที่ได้ไปวิเคราะห์ทางสถิติ

สำหรับข้อมูลเชิงคุณภาพ

1. นำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์มาถอดเสียงและบันทึกเป็นข้อความ
2. นำข้อความจากการถอดเสียงและจากการจดบันทึกมาจำแนกเป็นประเด็น
3. นำข้อมูลทั้งหมดมาวิเคราะห์ข้อมูลเนื้อหา

1.4.2 การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

ข้อมูลเชิงปริมาณ

1. การวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่างและตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สัมประสิทธิ์การกระจาย คะแนนค่าสูงสุด คะแนนค่าต่ำสุด ค่าความเบ้ ค่าความโด่ง ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ และค่าสถิติในการหาคุณภาพเครื่องมือ

2. การวิเคราะห์แบบจำลองโครงสร้างความสัมพันธ์เชิงสาเหตุ (Structural Equation Model: SEM) เพื่อตรวจสอบความตรงของแบบจำลองสมมติฐานเชิงทฤษฎีกับข้อมูลเชิงประจักษ์

โดยในการวิเคราะห์และตรวจสอบแบบจำลองโครงสร้างความสัมพันธ์เชิงสาเหตุแบบมีตัวแปรแฝง เพื่อตรวจสอบความตรงของแบบจำลองสมมติฐานเชิงทฤษฎีกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังต่อไปนี้ (นงลักษณ์ วิรัชชัย, 2542: 25-60)

2.1 การกำหนดข้อมูลจำเพาะของแบบจำลอง (Specification of the model) ผู้วิจัยได้สนใจศึกษาว่าตัวแปรสาเหตุใดบ้างที่ส่งผลโดยตรงและโดยอ้อมต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพา โดยผู้วิจัยได้ใช้รูปแบบการวิเคราะห์แบบจำลองโครงสร้างความสัมพันธ์เชิงสาเหตุ ประกอบด้วยตัวแปรสังเกตและตัวแปรแฝง โดยมีข้อตกลงเบื้องต้นของแบบจำลองว่าความสัมพันธ์ของแบบจำลองทั้งหมดเป็นความสัมพันธ์เชิงเส้นตรง (Linear) เป็นความสัมพันธ์เชิงบวก (Additive) และเป็นความสัมพันธ์ทางเดียว (Recursive model) ระหว่างตัวแปรภายนอก (Exogenous Variables) และตัวแปรภายใน (Endogenous Variables)

2.2 การระบุความเป็นไปได้ค่าเดียวของแบบจำลอง (Identification of the model) ผู้วิจัยใช้เงื่อนไขคือ จำนวนพารามิเตอร์ที่ไม่ทราบค่าจะต้องน้อยกว่าจำนวนสมาชิกในเมทริกซ์ความแปรปรวน-ความแปรปรวนร่วมของกลุ่มตัวอย่าง

2.3 การประมาณค่าพารามิเตอร์ของแบบจำลอง (Parameter estimation from the model) ผู้วิจัยใช้การประมาณค่าโดยวิธี ML (Maximum Likelihood) ซึ่งเป็นวิธีที่แพร่หลายที่สุดเนื่องจากมีความคงเส้นคงวา มีประสิทธิภาพและเป็นอิสระจากมาตรวัด

2.4 การตรวจสอบความกลมกลืนของแบบจำลอง (Goodness-of-fit measures) เพื่อศึกษาภาพรวมของแบบจำลองว่าสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์เพียงใด ซึ่งผู้วิจัยใช้ค่าสถิติในการตรวจสอบดังนี้

2.4.1 ค่าสถิติไค-สแควร์ (Chi-Squares statistics : χ^2) เป็นค่าสถิติที่ใช้ทดสอบว่าแบบจำลองที่สร้างขึ้นสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์หรือไม่ ถ้าค่าสถิติไค-สแควร์ มีค่าต่ำมาก หรือยิ่งเข้าใกล้ศูนย์มากเท่าใด แสดงว่าข้อมูลแบบจำลองลิสเรลมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์

2.4.2 ค่าดัชนีวัดระดับความสอดคล้อง (Goodness of fit index : GFI) เป็นอัตราส่วนของผลต่างระหว่างฟังก์ชันความสอดคล้องจากแบบจำลองก่อนและหลังปรับแบบจำลอง กับฟังก์ชันความสอดคล้องก่อนปรับแบบจำลอง ค่า GFI มีค่าเข้าใกล้ 1 หรือมากกว่า 0.90 แสดงว่าแบบจำลองมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์

2.4.3 ค่าดัชนีวัดระดับความสอดคล้องที่ปรับแล้ว (Adapted goodness-of-fit index : AGFI) ซึ่งนำ GFI มาปรับแก้และคำนึงถึงขนาดตัวแปรและกลุ่มตัวอย่าง ถ้าค่า AGFI มากกว่า 0.90 แสดงว่าแบบจำลองมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์

2.4.4 ค่าดัชนีเชิงเปรียบเทียบ (Comparative Fit Index : CFI) เป็นดัชนีเชิงเปรียบเทียบประเภทที่ 3 ที่คำนวณขึ้นจากสถิติไค-สแควร์ที่มีการแจกแจงแบบ non-central distribution มีค่าอยู่ระหว่าง 0-1 ยิ่งค่าเข้าใกล้ 1 ก็ยิ่งแสดงว่าโมเดลมีความกลมกลืนดีกว่าโมเดลฐานเกณฑ์ที่นิยมใช้ก็คือ แบบจำลองที่มีความกลมกลืน ควรมีค่าดัชนี CFI ไม่ต่ำกว่า 0.90

2.4.5 ค่ารากกำลังสองเฉลี่ยของเศษมาตรฐาน SRMR (Standardized Root mean squared residual) เป็นค่าเฉลี่ยของเศษที่เหลือโดยเฉลี่ยจากการเปรียบเทียบค่าความแปรปรวนและความแปรปรวนร่วมที่ได้จากกลุ่มตัวอย่างกับค่าที่ประมาณจากค่าพารามิเตอร์ ถ้าแบบจำลองมีความกลมกลืนสูง SRMR ควรมีค่าเล็กมาก โดยทั่วไปค่า SRMR ไม่ควรมากกว่า 0.05

2.4.6 ค่ารากกำลังสองเฉลี่ยของค่าความคลาดเคลื่อนในการประมาณ RMSEA (Root mean square error of approximation) เป็นค่าที่บ่งบอกถึงความไม่สอดคล้องของแบบจำลองที่สร้างขึ้นกับเมทริกซ์ความแปรปรวนร่วมของประชากร โดยค่า RMSEA ที่มีค่าน้อยกว่า 0.10 แสดงว่าแบบจำลองมีความสอดคล้องในระดับดี ถ้ามีค่าน้อยกว่า 0.05 แสดงว่าแบบจำลองมีความสอดคล้องในระดับดีมาก ถ้ามีค่าน้อยกว่า 0.01 แสดงว่าแบบจำลองมีความสอดคล้องในระดับดีเยี่ยม และถ้าค่า RMSEA มีค่าเท่ากับ 0 แสดงว่าแบบจำลองมีความสอดคล้องอย่างแท้จริง

ดังนั้นผู้วิจัยจึงใช้เกณฑ์ในการตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างแบบจำลองที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นกับข้อมูลเชิงประจักษ์ สรุปได้ตามตารางต่อไปนี้

ตาราง 2 สรุปเกณฑ์ที่ใช้ในการตรวจสอบความสอดคล้อง

ดัชนี	เกณฑ์
ค่าสถิติไค-สแควร์ (χ^2)	ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ หรือสัดส่วน χ^2/df ไม่เกิน 2
ค่า GFI	มากกว่า 0.90
ค่า AGFI	มากกว่า 0.90
ค่า CFI	มากกว่า 0.90
ค่า SRMR	น้อยกว่า 0.05
ค่า RMSEA	น้อยกว่า 0.05

2.5 การตีความและการปรับแบบจำลอง ในการตรวจสอบการวิเคราะห์สมการโครงสร้างเชิงเส้น เมื่อตรวจสอบแบบจำลองแล้วพบว่าแบบจำลองยังไม่กลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ หรือกล่าวได้ว่าแบบจำลองยังไม่มี ความถูกต้องก็จะทำการปรับแบบจำลอง โดยพิจารณาจาก 1. ความเป็นไปได้เชิงทฤษฎี และจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และ 2. จากผลการวิเคราะห์ข้อมูล โดยพิจารณาจากดัชนีการปรับแบบจำลอง (Modification indices-MI)

ข้อมูลเชิงคุณภาพ

1. นำข้อมูลทั้งหมดมาเรียบเรียงเฉพาะประเด็นที่เกี่ยวข้องตามความมุ่งหมายของการวิจัยที่กำหนดไว้

2. วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้การวิเคราะห์เนื้อหา (Content analysis) โดยการนำข้อมูลมาวิเคราะห์แล้วนำเสนอโดยบรรยาย และสร้างข้อสรุปแบบอุปนัย (Analytic induction) เพื่อนำข้อมูลทั้งหมดที่รวบรวมได้มาสรุปผลเพื่ออธิบายผลการวิจัยด้วยวิธีการเชิงปริมาณ

ระยะที่ 2 ศึกษาแนวทางในการพัฒนาการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ

เป็นการศึกษาเชิงคุณภาพ เพื่อศึกษาแนวทางในการพัฒนาการปรับตัวของนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพา ซึ่งผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูลแบบการสัมภาษณ์ ใช้การสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้างหรือแบบเป็นทางการ (Structured Interview or Formal Interview) ซึ่งประเด็นที่ใช้

ในการสัมภาษณ์ ได้แก่ แนวทางในการพัฒนาการปรับตัวทางด้านจิตใจและสังคมของนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพา ซึ่งผู้วิจัยได้ดำเนินการสัมภาษณ์ด้วยตนเอง

2.1 การกำหนดกลุ่มเป้าหมาย

อาจารย์และบุคลากรในมหาวิทยาลัยบูรพา ปีการศึกษา 2560 จำนวน 5 คน ซึ่งได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) มีเกณฑ์การคัดเลือกดังนี้

1. เป็นอาจารย์หรือผู้เชี่ยวชาญที่ประจำอยู่ในสาขาจิตวิทยา จำนวน 1 คน
2. เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาหรือผู้รับผิดชอบดูแลนิสิตต่างชาติในคณะทางสังคมศาสตร์ 1 คน และในคณะทางวิทยาศาสตร์ 1 คน
3. คณะทำงานหน่วยกิจกรรมนิสิตหรือหน่วยบริการนิสิตนานาชาติ กองกิจการนิสิตมหาวิทยาลัยบูรพา จำนวน 2 คน

2.2 การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

2.2.1 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพ คือ แบบสัมภาษณ์ มีข้อคำถาม 3 ข้อ ซึ่งหัวข้อการสัมภาษณ์ดังนี้

1. นโยบายหรือมาตรการใดบ้างที่จะช่วยให้นิสิตต่างชาติปรับตัวได้
2. กิจกรรมใดบ้างที่จะช่วยให้นิสิตต่างชาติปรับตัวได้
3. กิจกรรมที่กำหนดขึ้นแต่ละกิจกรรมควรจัดในช่วงใดจึงจะเหมาะสม

2.2.2 การสร้างและการหาคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้างและตรวจสอบเพื่อหาคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย โดยมีขั้นตอน ดังนี้

1. กำหนดจุดมุ่งหมายในการสร้างแบบสัมภาษณ์
2. ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแนวทางในการปรับตัวทางด้านจิตใจและสังคมของนิสิตต่างชาติ
3. สร้างแบบสัมภาษณ์ตามประเด็นที่ศึกษา เพื่อครอบคลุมแนวทางในการปรับตัวทางด้านจิตใจและสังคมของนิสิตต่างชาติ

4. เสนอแบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการวิจัยฉบับร่างต่อคณะกรรมการที่ปรึกษาปริญญาโท เพื่อตรวจสอบความถูกต้อง
5. ปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของคณะกรรมการที่ปรึกษาปริญญาโท
6. นำแบบสัมภาษณ์ที่ได้ปรับปรุงแก้ไขแล้ว ไปดำเนินการเก็บข้อมูลกับกลุ่มเป้าหมายในการวิจัย

2.3 การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยมีขั้นตอนดังนี้

1. ติดต่อขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อขอความอนุเคราะห์จากผู้บริหารสถานศึกษา ในการเก็บข้อมูลอาจารย์ ผู้ดูแลนิสิตต่างชาติ และผู้เชี่ยวชาญทางด้านจิตวิทยาที่เป็นกลุ่มเป้าหมายในการศึกษาค้นคว้า
2. ติดต่อมหาวิทยาลัยบูรพา เพื่อขออนุญาตผู้บริหารสถานศึกษาและชี้แจงการเก็บรวบรวมข้อมูล
3. นัดเวลาและอธิบายสาระสำคัญเกี่ยวกับประเด็นที่สัมภาษณ์แก่กลุ่มเป้าหมาย
4. ดำเนินการสัมภาษณ์ตามวันและเวลาที่กำหนด
5. นำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ มาสรุปผลและรายงานผลการวิจัยต่อไป

2.4 การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล

1. นำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ ที่ถูกบันทึกไว้ในเทปบันทึกเสียงมาถอดเสียงและบันทึกเป็นข้อความ
2. นำข้อความจากการถอดเสียงและข้อมูลที่ถูกบันทึกไว้ในแบบบันทึก มาเรียบเรียงเฉพาะประเด็นที่เกี่ยวข้องกับแนวทางการปรับตัวทางด้านจิตใจและสังคมของนิสิตต่างชาติ ในมหาวิทยาลัยบูรพา
3. นำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ทั้งหมด วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้การวิเคราะห์เนื้อหา (Content analysis) โดยการนำข้อมูลมาวิเคราะห์แล้วนำเสนอโดยบรรยาย และสร้างข้อสรุปแบบอุปนัย (Analytic induction) เพื่อนำข้อมูลทั้งหมดที่รวบรวมได้มาสรุปผล มาสรุปผลแล้วนำเสนอโดยบรรยาย

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพา : การวิจัยผสมผสานวิธีแบบอธิบายตามกาลเวลา ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์และตัวอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

$\bar{X}$	หมายถึง	ค่าเฉลี่ย (Mean)
SD	หมายถึง	ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
t	หมายถึง	ค่าสถิติที (t-test)
F	หมายถึง	ค่าสถิติเอฟ (F-test)
p	หมายถึง	ระดับนัยสำคัญทางสถิติ
χ^2	หมายถึง	ค่าสถิติไค-สแควร์ (Chi-Square)
R^2	หมายถึง	ค่าสัมประสิทธิ์พหุคูณยกกำลังสอง (Squared Multiple Correlation)
GFI	หมายถึง	ค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืน (Goodness of Fit Index)
AGFI	หมายถึง	ค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว (Adjusted Goodness of Fit Index)
CFI	หมายถึง	ดัชนีวัดระดับความสอดคล้องเปรียบเทียบ (Comparative Fit Index)
RMSEA	หมายถึง	ค่าดัชนีรากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของความคลาดเคลื่อนโดยประมาณ (Root Mean Square Error of Approximation)
SRMR	หมายถึง	ค่าดัชนีรากมาตรฐานของค่าเฉลี่ยกำลังสองของส่วนที่เหลือ (Standard Root Mean Square Residual)
SE	หมายถึง	ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐาน (Standard Error)
SC	หมายถึง	ค่าน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐาน
CR	หมายถึง	ค่าความเชื่อมั่นเชิงโครงสร้าง
DE	หมายถึง	อิทธิพลทางตรง (Direct Effect)
IE	หมายถึง	อิทธิพลทางอ้อม (Indirect Effect)
TE	หมายถึง	อิทธิพลรวม (Total Effect)

ตัวอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การนำเสนอข้อมูลเพื่อให้เกิดความเข้าใจตรงกัน ผู้วิจัยได้กำหนดตัวอักษรย่อที่ใช้แทนตัวแปรแฝงและตัวแปรสังเกตได้ ดังนี้

RELA	แทน	สัมพันธภาพกับผู้อื่น
FRI	แทน	สัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน
TEAC	แทน	สัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์
ENVIR	แทน	สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย
ENVI	แทน	สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย
CONF	แทน	ความเชื่อมั่นในตนเอง
STR	แทน	ความเข้มแข็งทางจิตใจ
COU	แทน	ความกล้าหาญ
RELIA	แทน	การพึ่งตนเอง
CONFID	แทน	ความเป็นตัวของตัวเอง
OPTI	แทน	การมองโลกในแง่ดี
PERM	แทน	ความคงทนถาวร
PERS	แทน	ความเป็นตนเอง
PERV	แทน	ความครอบคลุม
EMO	แทน	ความมั่นคงทางอารมณ์
AWA	แทน	การรับรู้ต่อเหตุการณ์
MANA	แทน	การจัดการกับอารมณ์
RECEI	แทน	การได้รับความช่วยเหลือสนับสนุน
ADJ	แทน	การปรับตัว
MOR	แทน	การปรับตัวทางจิตใจ
SOC	แทน	การปรับตัวทางสังคม

การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล เป็น 5 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์โมเดลการวัดของสัมพันธภาพกับผู้อื่น ความเชื่อมั่นในตนเอง การมองโลกในแง่ดี ความมั่นคงทางอารมณ์ และการปรับตัว

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของ นิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพา

ตอนที่ 4 ผลการศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพา

ตอนที่ 5 ข้อเสนอแนะทางในการพัฒนาการปรับตัวของนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพา

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตาราง 3 ข้อมูลพื้นฐานของผู้ตอบแบบสอบถาม (n=293 คน)

ข้อมูลพื้นฐาน		ความถี่	ร้อยละ
เพศ	ชาย	137	46.76
	หญิง	156	53.24
สัญชาติ	บังคลาเทศ	2	0.68
	กัมพูชา	61	20.82
	จีน	156	53.24
	อินโดนีเซีย	32	10.92
	ญี่ปุ่น	3	1.02
	ลาว	29	9.90
	พม่า	5	1.71
	ไต้หวัน	5	1.71
คณะ	คณะการจัดการและการท่องเที่ยว	31	10.58
	คณะเทคโนโลยีการเกษตร	6	2.05
	คณะพยาบาลศาสตร์	57	19.45
	คณะแพทยศาสตร์	2	0.68
	คณะภูมิสารสนเทศศาสตร์	4	1.36

ข้อมูลพื้นฐาน		ความถี่	ร้อยละ
	คณะเภสัชศาสตร์	4	1.37
	คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์	39	13.31
	คณะวิทยาการสารสนเทศ	17	5.80
	คณะวิทยาศาสตร์	6	2.05
	คณะวิศวกรรมศาสตร์	21	7.17
	คณะศิลปกรรมศาสตร์	22	7.51
	คณะศึกษาศาสตร์	79	26.96
	คณะสาธารณสุขศาสตร์	5	1.71

จากตาราง 3 พบว่า ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 156 คน คิดเป็นร้อยละ 53.24 เมื่อพิจารณาสัญชาติ พบว่าส่วนใหญ่เป็นนิสิตสัญชาติจีน จำนวน 156 คน (ร้อยละ 53.24) รองลงมาคือ สัญชาติกัมพูชา จำนวน 61 คน (ร้อยละ 20.82) และเป็นนิสิตสัญชาติญี่ปุ่น จำนวนน้อยที่สุด จำนวน 3 คน (ร้อยละ 1.02) ทั้งนี้ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่สังกัดคณะศึกษาศาสตร์ จำนวน 79 คน (ร้อยละ 26.96) รองลงมาคือ คณะพยาบาลศาสตร์ จำนวน 57 คน (ร้อยละ 19.45) และคณะ แพทยศาสตร์ มีจำนวนน้อยที่สุด จำนวน 2 คน (ร้อยละ 0.68)

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์โมเดลการวัดของสัมพันธภาพกับผู้อื่น ความเชื่อมั่นในตนเอง การมองโลกในแง่ดี ความมั่นคงทางอารมณ์ และการปรับตัว

ตาราง 4 ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของสัมพันธภาพกับผู้อื่น

ตัวแปรสังเกตได้	FRI	TEAC
FRI	1.00	
TEAC	0.40**	1.00
$\bar{x}$	3.88	3.64
SD	0.54	0.59

**p<.01

จากตาราง 4 ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของสัมพันธภาพกับผู้อื่น พบว่า สัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน (FRI) มีค่าเฉลี่ยสูงสุดเท่ากับ 3.88 มีค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.54 ส่วนสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์ (TEAC) มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดเท่ากับ 3.64 มีค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.59

ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของสัมพันธภาพกับผู้อื่น พบว่า สัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน (FRI) กับ สัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับอาจารย์ (TEAC) มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.40

ตาราง 5 การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันของโมเดลการวัดสัมพันธภาพกับผู้อื่น

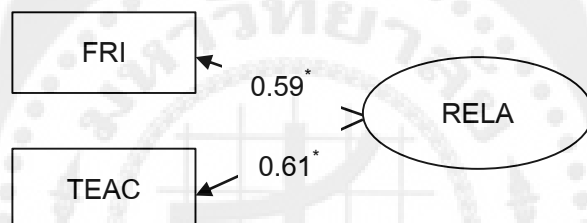
ตัวแปรสังเกตได้	ค่าน้ำหนักองค์ประกอบ				CR
	B	SE	t	SC	
FRI	0.59	0.07	8.85	0.59	0.34
TEAC	0.61	0.07	9.35	0.61	0.37

$\chi^2=1.45$ df=1 p=.23 GFI=0.99 AGFI=0.98 CFI=0.99 RMSEA=0.04 SRMR=0.03

จากตาราง 5 โมเดลการวัดสัมพันธภาพกับผู้อื่นมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยโมเดลการวัดสัมพันธภาพกับผู้อื่น มีค่าไค-สแควร์ (χ^2) เท่ากับ 1.45 ค่า df เท่ากับ 1 ค่านัยสำคัญทางสถิติเท่ากับ .23 แสดงให้เห็นว่า โมเดลการวัดสัมพันธภาพกับผู้อื่นมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยมีค่าดัชนีในกลุ่มสมบูรณประกอบด้วย ค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืน (GFI) เท่ากับ 0.99 ค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว (AGFI) 0.98 ส่วนค่าดัชนีวัดระดับความ

สอดคล้องเปรียบเทียบ (CFI) เท่ากับ 0.99 ซึ่งค่าดัชนีในกลุ่มสมบูรณ์และค่าดัชนีวัดระดับความสอดคล้องเปรียบเทียบมีค่าเข้าใกล้ 1.00 ส่วนค่าดัชนีรากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของความคลาดเคลื่อนโดยประมาณ (RMSEA) เท่ากับ 0.04 และค่าดัชนีรากมาตรฐานของค่าเฉลี่ยกำลังสองของส่วนที่เหลือ (SRMR) เท่ากับ 0.03 ซึ่งมีค่าเข้าใกล้ศูนย์ สรุปได้ว่า โมเดลการวัดสัมพันธภาพกับผู้อื่นมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์

ผลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันของโมเดลการวัดสัมพันธภาพกับผู้อื่น พบว่า สัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับครู (TEAC) มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐานสูงสุดเท่ากับ 0.61 มีความแปรผันกับสัมพันธภาพกับผู้อื่นอยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 37) ส่วนสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน (FRI) มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐานต่ำสุดเท่ากับ 0.59 มีความแปรผันกับสัมพันธภาพกับผู้อื่นอยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 34) ตามลำดับ ดังภาพประกอบ 6



$$\chi^2=1.45 \text{ df}=1 \text{ p}=.23 \text{ GFI}=0.99 \text{ AGFI}=0.98 \text{ CFI}=0.99 \text{ RMSEA}=0.04 \text{ SRMR}=0.03$$

ภาพประกอบ 6 โมเดลการวัดสัมพันธภาพกับผู้อื่น (คะแนนมาตรฐาน)

ตาราง 6 ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของความเชื่อมั่นในตนเอง

ตัวแปรสังเกตได้	STR	COU	RELIA	CONFID
STR	1.00			
COU	0.64**	1.00		
RELIA	0.41**	0.54**	1.00	
CONFID	0.38**	0.59**	0.66**	1.00
$\bar{X}$	3.42	3.48	3.57	3.61
S.D.	0.53	0.50	0.58	0.60

**p<.01

จากตาราง 6 ค่าเฉลี่ยและค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความเชื่อมั่นในตนเอง พบว่า ความเป็นตัวของตัวเอง (CONFID) มีค่าเฉลี่ยสูงสุดเท่ากับ 3.61 มีค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.60 ส่วนความเข้มแข็งทางจิตใจ (STR) มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดเท่ากับ 3.42 มีค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.53

ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของความเชื่อมั่นในตนเอง พบว่า การพึ่งตนเอง (RELIA) กับ ความเป็นตัวของตัวเอง (CONFID) มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์สูงสุดเท่ากับ 0.66 ส่วนความเข้มแข็งทางจิตใจ (STR) กับ ความเป็นตัวของตัวเอง (CONFID) มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ต่ำสุดเท่ากับ 0.38

ตาราง 7 การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันของโมเดลการวัดของความเชื่อมั่นในตนเอง

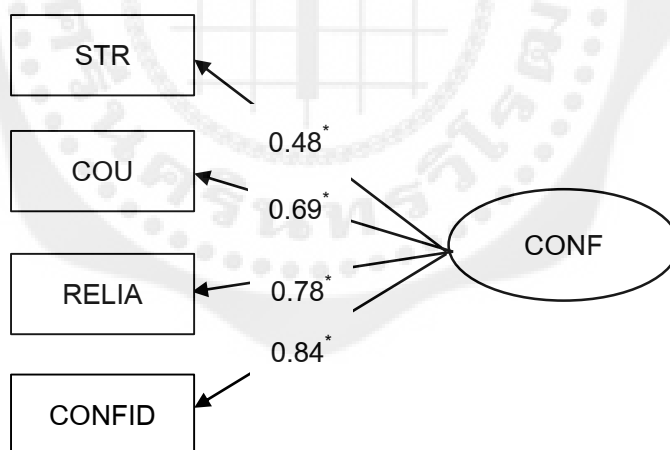
ตัวแปรสังเกตได้	ค่าน้ำหนักองค์ประกอบ				CR
	B	SE	t	SC	
STR	0.48	0.06	8.00	0.48	0.23
COU	0.69	0.06	12.30	0.69	0.48
RELIA	0.78	0.06	13.98	0.78	0.61
CONFID	0.84	0.06	15.24	0.84	0.71

$\chi^2=3.10$ df=2 p=.21 GFI=0.99 AGFI=0.97 CFI=1.00 RMSEA=0.04 SRMR=0.01

จากตาราง 7 โมเดลการวัดความเชื่อมั่นในตนเองมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยโมเดลการวัดปัจจัยเสี่ยงมีค่าไค-สแควร์ (χ^2) เท่ากับ 3.10 ค่า df เท่ากับ 2 ค่านัยสำคัญทาง

สถิติเท่ากับ .21 แสดงให้เห็นว่า โมเดลการวัดความเชื่อมั่นในตนเองมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยมีค่าดัชนีในกลุ่มสัมบูรณ์ประกอบด้วย ค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืน (GFI) เท่ากับ 0.99 ค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว (AGFI) 0.97 ส่วนค่าดัชนีวัดระดับความสอดคล้องเปรียบเทียบ (CFI) เท่ากับ 1.00 ซึ่งค่าดัชนีในกลุ่มสัมบูรณ์และค่าดัชนีวัดระดับความสอดคล้องเปรียบเทียบมีค่าเข้าใกล้ 1.00 ส่วนค่าดัชนีรากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของความคลาดเคลื่อนโดยประมาณ (RMSEA) เท่ากับ 0.04 และค่าดัชนีรากมาตรฐานของค่าเฉลี่ยกำลังสองของส่วนที่เหลือ (SRMR) เท่ากับ 0.01 ซึ่งมีค่าเข้าใกล้ 0.00 สรุปได้ว่า โมเดลการวัดความเชื่อมั่นในตนเองมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์

ผลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันของโมเดลการวัดความเชื่อมั่นในตนเอง พบว่า ความเป็นตัวของตัวเอง (CONFID) มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐานสูงสุดเท่ากับ 0.84 มีความแปรผันกับความเชื่อมั่นในตนเองอยู่ในระดับสูง (ร้อยละ 71) รองลงมาคือการพึ่งตนเอง (RELIA) มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐานเท่ากับ 0.78 มีความแปรผันกับความเชื่อมั่นในตนเองอยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 61) ความกล้าหาญ (COU) มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐานเท่ากับ 0.69 มีความแปรผันกับความเชื่อมั่นในตนเองอยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 48) ส่วนความเข้มแข็งทางจิตใจ (STR) มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐานเท่ากับ 0.48 มีความแปรผันกับความเชื่อมั่นในตนเองอยู่ในระดับต่ำ (ร้อยละ 23) ดังภาพประกอบ 7



$$\chi^2=3.10 \text{ df}=2 \text{ p}=.21 \text{ GFI}=0.99 \text{ AGFI}=0.97 \text{ CFI}=1.00 \text{ RMSEA}=0.04 \text{ SRMR}=0.01$$

ภาพประกอบ 7 โมเดลการวัดความเชื่อมั่นในตนเอง (คะแนนมาตรฐาน)

ตาราง 8 ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของการมองโลกในแง่ดี

ตัวแปรสังเกตได้	PERM	PERS	PERV
PERM	1.00		
PERS	0.36**	1.00	
PERV	0.39**	0.53**	1.00
$\bar{X}$	3.68	3.67	3.75
SD	0.55	0.55	0.62

**p<.01

จากตาราง 8 ค่าเฉลี่ยและค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการมองโลกในแง่ดี พบว่า ความครอบคลุม (PERV) มีค่าเฉลี่ยสูงสุดเท่ากับ 3.75 มีค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.62 ส่วนความเป็นตนเอง (PERS) มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดเท่ากับ 3.67 มีค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.55

ส่วนค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของการมองโลกในแง่ดี พบว่า ความเป็นตนเอง (PERS) กับความครอบคลุม (PERV) มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์สูงสุดเท่ากับ 0.53 ส่วนความคงทนถาวร (PERM) กับความเป็นตนเอง (PERS) มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ต่ำสุดเท่ากับ 0.36

ตาราง 9 การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันของโมเดลการวัดการมองโลกในแง่ดี

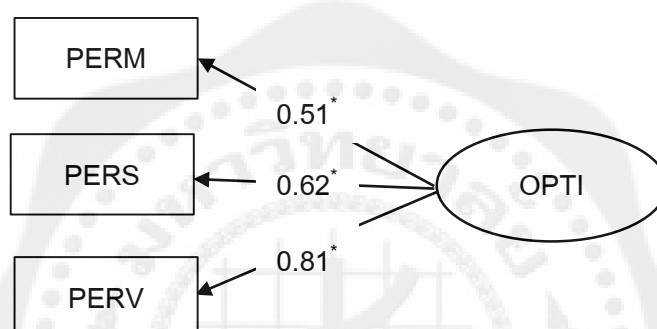
ตัวแปรสังเกตได้	ค่าน้ำหนักองค์ประกอบ				CR
	B	SE	t	SC	
PERM	0.51	0.07	8.06	0.51	0.26
PERS	0.62	0.07	10.13	0.62	0.38
PERV	0.81	0.07	11.79	0.81	0.65

$\chi^2=2.23$ df=2 p=.33 GFI=0.99 AGFI=0.98 CFI=1.00 RMSEA=0.02 SRMR=0.03

จากตาราง 9 โมเดลการวัดการมองโลกในแง่ดีมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยโมเดลการวัดการมองโลกในแง่ดี มีค่าไค-สแควร์ (χ^2) เท่ากับ 2.23 ค่า df เท่ากับ 2 ค่านัยสำคัญทางสถิติเท่ากับ .33 แสดงให้เห็นว่า โมเดลการวัดการมองโลกในแง่ดีมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยมีค่าดัชนีในกลุ่มสัมบูรณ์ประกอบด้วย ค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืน (GFI) เท่ากับ 0.99 ค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว (AGFI) 0.98 ส่วนค่าดัชนีวัดระดับความสอดคล้องเปรียบเทียบ (CFI) เท่ากับ 1.00 ซึ่งค่าดัชนีในกลุ่มสัมบูรณ์และค่าดัชนีวัดระดับความสอดคล้องเปรียบเทียบมีค่าเข้าใกล้ 1.00 ส่วนค่าดัชนีรากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของความ

คลาดเคลื่อนโดยประมาณ (RMSEA) เท่ากับ 0.02 และค่าดัชนีรากมาตรฐานของค่าเฉลี่ยกำลังสองของส่วนที่เหลือ (SRMR) เท่ากับ 0.03 ซึ่งมีค่าเข้าใกล้ 0.00 สรุปได้ว่า โมเดลการวัดการมองโลกในแง่ดีมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์

ผลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันของโมเดลการวัดการมองโลกในแง่ดี พบว่า ความครอบคลุม (PERV) มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐานสูงสุดเท่ากับ 0.81 มีความแปรผันกับการมองโลกในแง่ดีอยู่ในระดับสูง (ร้อยละ 65) รองลงมาคือ ความเป็นตนเอง (PERS) มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐานเท่ากับ 0.62 มีความแปรผันกับการมองโลกในแง่ดีอยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 38) ส่วนความคงทนถาวร (PERM) มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐานต่ำสุดเท่ากับ 0.51 มีความแปรผันกับการมองโลกในแง่ดีอยู่ในระดับต่ำ (ร้อยละ 26) ตามลำดับ ดังภาพประกอบ 8



$$\chi^2=2.23 \text{ df}=2 \text{ p}=.33 \text{ GFI}=0.99 \text{ AGFI}=0.98 \text{ CFI}=1.00 \text{ RMSEA}=0.02 \text{ SRMR}=0.03$$

ภาพประกอบ 8 โมเดลการวัดการมองโลกในแง่ดี (คะแนนมาตรฐาน)

ตาราง 10 ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของความมั่นคงทางอารมณ์

ตัวแปรสังเกตได้	AWA	MANA	RECEI
AWA	1.00		
MANA	0.50**	1.00	
RECEI	0.35**	0.53**	1.00
$\bar{X}$	3.50	3.60	3.69
SD	0.56	0.51	0.53

**p<.01

จากตาราง 10 ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความมั่นคงทางอารมณ์ พบว่า การได้รับความช่วยเหลือสนับสนุน (RECEI) มีค่าเฉลี่ยสูงสุดเท่ากับ 3.69 มีค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

เท่ากับ 0.53 ส่วนการจัดการกับอารมณ์ (MANA) มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดเท่ากับ 3.50 มีค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.56

ส่วนค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของความมั่นคงทางอารมณ์ พบว่า การได้รับความช่วยเหลือสนับสนุน (RECEI) กับการจัดการกับอารมณ์ (MANA) มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์สูงสุดเท่ากับ 0.53 ส่วนการรับรู้ต่อเหตุการณ์ (AWA) กับการได้รับความช่วยเหลือสนับสนุน (RECEI) มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ต่ำสุดเท่ากับ 0.35

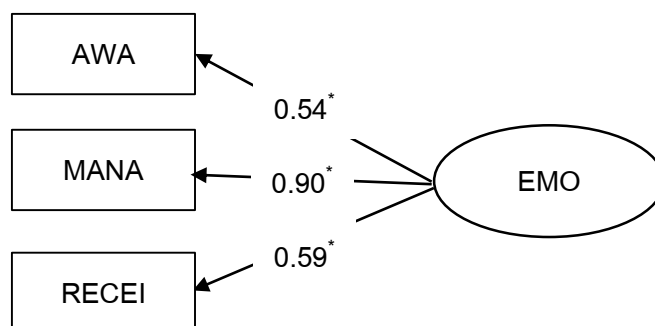
ตาราง 11 การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันของโมเดลการวัดความมั่นคงทางอารมณ์

ตัวแปรสังเกตได้	ค่าน้ำหนักองค์ประกอบ				CR
	B	SE	t	SC	
AWA	0.54	0.06	8.61	0.54	0.29
MANA	0.90	0.07	12.56	0.90	0.82
RECEI	0.59	0.07	9.01	0.59	0.35

$$\chi^2=1.06 \text{ df}=1 \text{ p}=.30 \text{ GFI}=1.00 \text{ AGFI}=0.98 \text{ CFI}=1.00 \text{ RMSEA}=0.02 \text{ SRMR}=0.02$$

จากตาราง 11 โมเดลการวัดความมั่นคงทางอารมณ์มีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยโมเดลการวัดความมั่นคงทางอารมณ์มีค่าไค-สแควร์ (χ^2) เท่ากับ 1.06 ค่า df เท่ากับ 1 ค่านัยสำคัญทางสถิติเท่ากับ .30 แสดงให้เห็นว่า โมเดลการวัดความมั่นคงทางอารมณ์มีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยมีค่าดัชนีในกลุ่มสมบูรณ์ ประกอบด้วย ค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืน (GFI) เท่ากับ 1.00 ค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว (AGFI) 0.98 ส่วนค่าดัชนีวัดระดับความสอดคล้องเปรียบเทียบ (CFI) เท่ากับ 1.00 ซึ่งค่าดัชนีในกลุ่มสมบูรณ์และค่าดัชนีวัดระดับความสอดคล้องเปรียบเทียบมีค่าเข้าใกล้ 1.00 ส่วนค่าดัชนีรากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของความคลาดเคลื่อนโดยประมาณ (RMSEA) เท่ากับ 0.02 และค่าดัชนีรากมาตรฐานของค่าเฉลี่ยกำลังสองของส่วนที่เหลือ (SRMR) เท่ากับ 0.02 ซึ่งมีค่าเข้าใกล้ศูนย์ สรุปได้ว่า โมเดลการวัดความมั่นคงทางอารมณ์มีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์

ผลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันของโมเดลการวัดความมั่นคงทางอารมณ์ พบว่า การจัดการกับอารมณ์ (MANA) มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐานสูงสุดเท่ากับ 0.90 มีความแปรผันกับความมั่นคงทางอารมณ์อยู่ในระดับสูง (ร้อยละ 82) รองลงมาคือ การได้รับความช่วยเหลือสนับสนุน (RECEI) มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐานเท่ากับ 0.59 มีความแปรผันกับความมั่นคงทางอารมณ์อยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 35) ส่วนการรับรู้ต่อเหตุการณ์ (AWA) มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐานต่ำสุดเท่ากับ 0.54 มีความแปรผันกับความมั่นคงทางอารมณ์อยู่ในระดับต่ำ (ร้อยละ 29) ตามลำดับ ดังภาพประกอบ 9



$$\chi^2=1.06 \text{ df}=1 \text{ p}=.30 \text{ GFI}=1.00 \text{ AGFI}=0.98 \text{ CFI}=1.00 \text{ RMSEA}=0.02 \text{ SRMR}=0.02$$

ภาพประกอบ 9 โมเดลการวัดความมั่นคงทางอารมณ์ (คะแนนมาตรฐาน)

ตาราง 12 ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของการปรับตัว

ตัวแปรสังเกตได้	MOR	SOC
MOR	1.00	
SOC	0.69**	1.00
$\bar{x}$	3.96	4.02
SD	0.63	0.59

**p<.01

จากตาราง 12 ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการปรับตัว พบว่า การปรับตัวทางสังคม (SOC) มีค่าเฉลี่ยสูงสุดเท่ากับ 4.02 มีค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.59 ส่วนการปรับตัวทางจิตใจ (MOR) มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดเท่ากับ 3.96 มีค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.63

ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของการปรับตัว พบว่า การปรับตัวทางจิตใจ (MOR) กับ การปรับตัวทางสังคม (SOC) มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.69

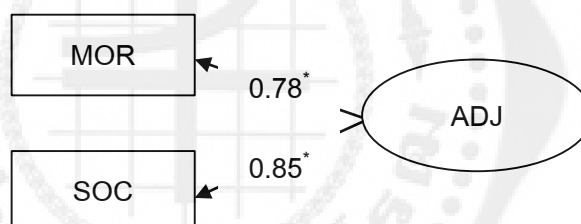
ตาราง 13 การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันของโมเดลการวัดการปรับตัว

ตัวแปรสังเกตได้	ค่าน้ำหนักองค์ประกอบ				CR
	B	SE	t	SC	
MOR	0.78	0.05	15.21	0.78	0.61
SOC	0.85	0.05	17.57	0.85	0.72

$$\chi^2=1.64 \text{ df}=1 \text{ p}=.20 \text{ GFI}=0.99 \text{ AGFI}=0.98 \text{ CFI}=0.99 \text{ RMSEA}=0.05 \text{ SRMR}=0.02$$

จากตาราง 13 โมเดลการวัดการปรับตัวมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยโมเดลการวัดการปรับตัว มีค่าไค-สแควร์ (χ^2) เท่ากับ 1.64 ค่า df เท่ากับ 1 ค่านัยสำคัญทางสถิติเท่ากับ .20 แสดงให้เห็นว่า โมเดลการวัดการปรับตัวมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยมีค่าดัชนีในกลุ่มสัมบูรณ์ประกอบด้วย ค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืน (GFI) เท่ากับ 0.99 ค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว (AGFI) 0.98 ส่วนค่าดัชนีวัดระดับความสอดคล้องเปรียบเทียบ (CFI) เท่ากับ 0.99 ซึ่งค่าดัชนีในกลุ่มสัมบูรณ์และค่าดัชนีวัดระดับความสอดคล้องเปรียบเทียบมีค่าเข้าใกล้ 1.00 ส่วนค่าดัชนีรากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของความคลาดเคลื่อนโดยประมาณ (RMSEA) เท่ากับ 0.05 และค่าดัชนีรากมาตรฐานของค่าเฉลี่ยกำลังสองของส่วนที่เหลือ (SRMR) เท่ากับ 0.02 ซึ่งมีค่าเข้าใกล้ศูนย์ สรุปได้ว่า โมเดลการวัดการปรับตัวมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์

ผลการวิเคราะห์ห้วงค์ประกอบเชิงยืนยันของโมเดลการวัดการปรับตัว พบว่า การปรับตัวทางสังคม (SOC) มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐานสูงสุดเท่ากับ 0.85 มีความแปรผันกับการปรับตัวอยู่ในระดับสูง (ร้อยละ 72) ส่วนการปรับตัวทางจิตใจ (MOR) มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐานต่ำสุดเท่ากับ 0.78 มีความแปรผันกับการปรับตัวอยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 61) ตามลำดับ ดังภาพประกอบ 10



$$\chi^2=1.64 \text{ df}=1 \text{ p}=.20 \text{ GFI}=0.99 \text{ AGFI}=0.98 \text{ CFI}=0.99 \text{ RMSEA}=0.05 \text{ SRMR}=0.02$$

ภาพประกอบ 10 โมเดลการวัดการปรับตัว (คะแนนมาตรฐาน)

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพา

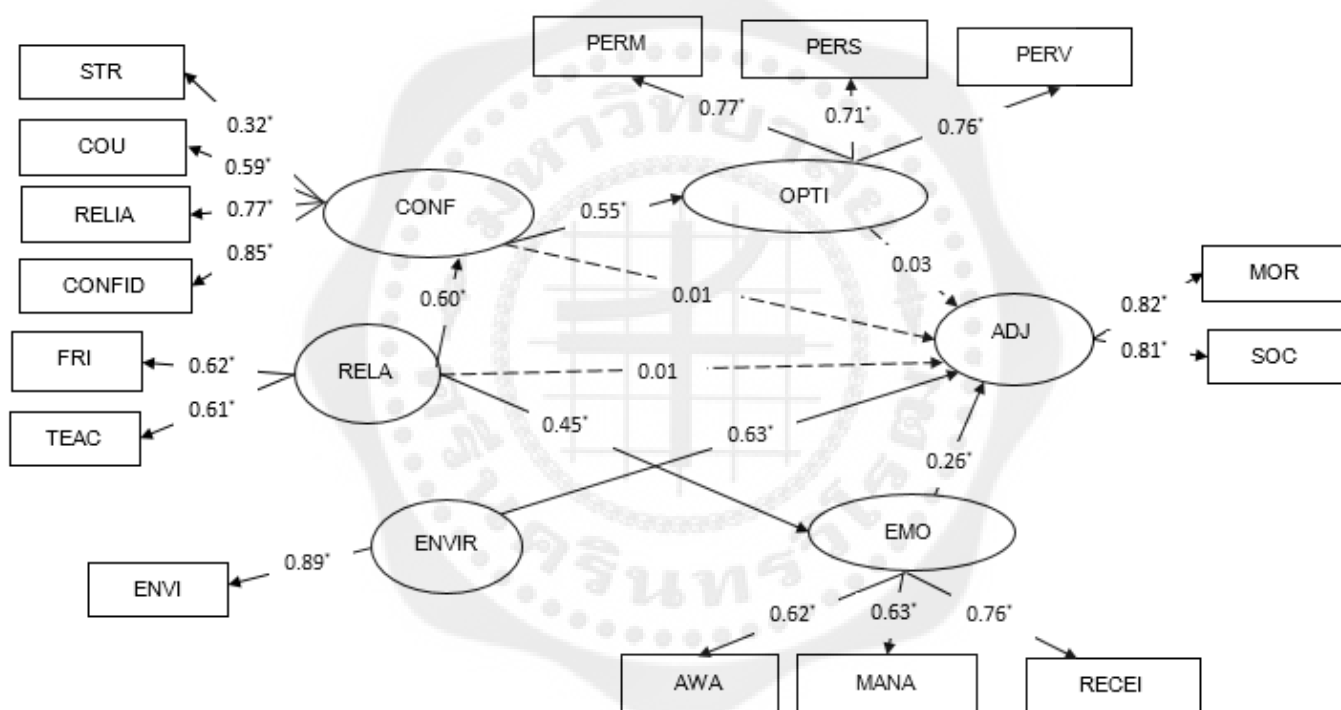
ตาราง 14 ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพา

ตัวแปร สังเกต	STR	COU	RELIA	CONFID	FRI	TEAC	ENVI	PERM	PERS	PERV	AWA	MANA	RECEI	MOR	SOC
STR	1.00														
COU	0.64**	1.00													
RELIA	0.41**	0.54**	1.00												
CONFID	0.38**	0.59**	0.66**	1.00											
FRI	0.10	0.20**	0.25**	0.28**	1.00										
TEAC	0.09	0.10	0.05	0.05	0.40**	1.00									
ENVI	0.17**	0.17**	0.09	0.10	0.23**	0.05	1.00								
PERM	0.11	0.17**	0.28**	0.26**	0.29**	0.29**	0.12*	1.00							
PERS	0.25**	0.29**	0.31**	0.31**	0.15**	0.15*	0.21**	0.36**	1.00						
PERV	0.15*	0.22**	0.25**	0.33**	0.28**	0.19**	0.16**	0.39**	0.53**	1.00					
AWA	0.33**	0.33**	0.21**	0.18**	0.10	0.24**	0.13*	0.30**	0.29**	0.26**	1.00				
MANA	0.30**	0.32**	0.25**	0.26**	0.18**	0.10	0.29**	0.17**	0.29**	0.33**	0.50**	1.00			
RECEI	0.25**	0.30**	0.36**	0.33**	0.24**	0.16**	0.30**	0.35**	0.40**	0.40**	0.35**	0.53**	1.00		
MOR	0.14*	0.20**	0.09	0.08	0.13*	0.08	0.54**	0.02	0.29**	0.20**	0.25**	0.31**	0.25**	1.00	
SOC	0.08	0.16**	0.12*	0.15*	0.28**	0.08	0.53**	0.24**	0.17**	0.27**	0.21**	0.27**	0.27**	0.69**	1.00
$\bar{X}$	3.42	3.48	3.57	3.61	3.88	3.64	4.00	3.68	3.67	3.75	3.50	3.60	3.69	3.96	4.02
SD	0.53	0.50	0.58	0.60	0.54	0.59	0.57	0.55	0.55	0.62	0.56	0.51	0.53	0.63	0.59

**p<.01, *p<.05

จากตาราง 14 ค่าเฉลี่ยและค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพา พบว่า การปรับตัวทางสังคม (SOC) มีค่าเฉลี่ยสูงสุดเท่ากับ 4.02 มีค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.59 ส่วนความเข้มแข็งทางจิตใจ (STR) มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดเท่ากับ 3.42 มีค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.53

ส่วนค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพา มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ทางบวกอยู่ระหว่าง 0.02-0.69 โดยการปรับตัวทางสังคม (SOC) กับการปรับตัวทางจิตใจ (MOR) มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ทางบวกสูงสุดเท่ากับ 0.69 ส่วนความคงทนถาวร (PERM) กับการปรับตัวทางจิตใจ (MOR) มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ทางบวกต่ำสุดเท่ากับ 0.02



$$\chi^2=49.79 \text{ df}=37 \text{ p}=.06 \text{ GFI}=0.98 \text{ AGFI}=0.93 \text{ CFI}=0.99 \text{ RMSEA}=0.03 \text{ SRMR}=0.05$$

ภาพประกอบ 11 ความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพา

จากภาพประกอบ 11 พบว่า ผลการตรวจสอบความกลมกลืนของโมเดลกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ในดัชนีกลุ่มสัมบูรณ์ พบว่า ค่าไค-สแควร์ เท่ากับ 49.79, $df=37$ ($p=.06$), ค่า $GFI=0.98$, ค่า $AGFI=0.93$, $RMSEA=0.03$, $SRMR=0.05$ ส่วนในดัชนีกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่า $CFI=0.99$ เมื่อพิจารณาตามเกณฑ์ตามสอดคล้อง พบว่า ค่าไค-สแควร์ ไม่นับสำคัญทางสถิติ และดัชนีอื่น ๆ ยัง

ชี้ให้เห็นว่าโมเดลตามสมมติฐานมีความกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ สรุปว่า โมเดลที่สร้างขึ้นสามารถนำมาอธิบายความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพา

ตาราง 15 ค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลของความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพา

ปัจจัย เชิง สาเหตุ	ปัจจัยผล											
	CONF			OPTI			EMO			ADJ		
	DE	IE	TE	DE	IE	TE	DE	IE	TE	DE	IE	TE
RELA	0.60	-	0.60	-	0.33	0.33	0.45	-	0.45	0.01	0.13	0.14
ENVIR	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.63	-	0.63
CONF	-	-	-	0.55	-	0.55	-	-	-	0.01	0.02	0.03
OPTI	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.03	-	0.03
EMO	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.26	-	0.26
R ²	0.36			0.30			0.20			0.52		

จากตาราง 15 ค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลของความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพา พบว่า สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย (ENVIR) มีอิทธิพลทางตรงสูงสุดต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพา มีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลเท่ากับ 0.63 รองลงมาคือ ความมั่นคงทางอารมณ์ (EMO) มีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลเท่ากับ 0.26 แสดงให้เห็นว่า สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย (ENVIR) และความมั่นคงทางอารมณ์ (EMO) ส่งผลต่อการปรับตัว (ADJ) นอกจากนี้สามารถพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลของความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพล ได้ดังนี้

อิทธิพลทางตรงที่ส่งผลต่อความเชื่อมั่นในตนเอง (CONF) พบว่า ความเชื่อมั่นในตนเอง (CONF) ได้รับอิทธิพลทางตรงเป็นบวกจากสัมพันธภาพกับผู้อื่น (RELA) มีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลเท่ากับ 0.60

อิทธิพลทางตรงและอิทธิพลทางอ้อมที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดี (OPTI) พบว่า การมองโลกในแง่ดี (OPTI) ได้รับอิทธิพลทางตรงเป็นบวกจากความเชื่อมั่นในตนเอง (CONF) มีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลเท่ากับ 0.55 และได้รับอิทธิพลทางอ้อมเป็นบวกจากสัมพันธภาพกับผู้อื่น (RELA) มีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลเท่ากับ 0.33

อิทธิพลทางตรงที่ส่งผลต่อความมั่นคงทางอารมณ์ (EMO) พบว่า ความมั่นคงทางอารมณ์ (EMO) ได้รับอิทธิพลทางตรงเป็นบวกจากสัมพันธภาพกับผู้อื่น (RELA) มีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลเท่ากับ 0.45

ส่วนค่าสัมประสิทธิ์พหุคูณ พบว่า สัมพันธภาพกับผู้อื่น (RELA) สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย (ENVIR) ความเชื่อมั่นในตนเอง (CONF) การมองโลกในแง่ดี (OPTI) ความมั่นคงทางอารมณ์ (EMO) สามารถร่วมกันอธิบายการปรับตัว (ADJ) ได้ร้อยละ 52 ($R^2=0.52$) สัมพันธภาพกับผู้อื่น (RELA) สามารถอธิบายความเชื่อมั่นในตนเอง (CONF) ได้ร้อยละ 36 ($R^2=0.36$) สัมพันธภาพกับผู้อื่น (RELA) และความเชื่อมั่นในตนเอง (CONF) สามารถร่วมกันอธิบายการมองโลกในแง่ดี (OPTI) ได้ร้อยละ 30 ($R^2=0.30$) นอกจากนี้ สัมพันธภาพกับผู้อื่น (RELA) สามารถอธิบายความมั่นคงทางอารมณ์ (EMO) ได้ร้อยละ 20 ($R^2=0.20$)

ตอนที่ 4 ผลการอธิบายปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ

ผลจากการสัมภาษณ์นิสิตต่างชาติที่กำลังศึกษาหลักสูตรภาษาไทยในมหาวิทยาลัยบูรพา ในภาพรวม พบว่า นิสิตต่างชาติที่เข้ามาศึกษาระดับอุดมศึกษาในมหาวิทยาลัย หรือจะเป็นนักเรียนแลกเปลี่ยนภาษาและวัฒนธรรมส่วนใหญ่จะสามารถปรับตัวเพื่อให้ดำรงชีวิต เข้ากับสังคม เข้ากับวัฒนธรรมที่แตกต่างจากเดิมได้ ซึ่งนิสิตต่างชาติที่เข้ามาศึกษาในประเทศไทยเหล่านี้ล้วนเตรียมความพร้อมทั้งด้านร่างกาย และจิตใจมาก่อนอยู่แล้ว ทำให้พวกเขาเหล่านี้พร้อมที่จะรับมือกับปัญหาที่จะต้องเผชิญ และพร้อมที่จะปรับเปลี่ยนอยู่เสมอ

ประเด็นของ สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย พบว่า นิสิตต่างชาติที่ต้องการมาศึกษาต่อ มีเหตุผลของการเลือกมหาวิทยาลัย คือ สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย เมื่อผู้ปกครองได้เห็นสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยที่ดีก็จะทำให้รู้สึกอุ่นใจและคลายกังวล เมื่อนิสิตต่างชาติต้องมาอาศัยและศึกษาที่มหาวิทยาลัยนี้ นิสิตต่างชาติต้องการมีความสุขกับสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย บรรยากาศโดยรอบมหาวิทยาลัย เพราะจะทำให้รู้สึกผ่อนคลาย คลายเครียด สดชื่น ไม่หดหู่ สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยเป็นสถานที่ที่เปรียบเสมือนบ้านของนิสิต อาคารสถานที่ที่มีรั้วรอบขอบชิด มีความมั่นคงแข็งแรงปลอดภัย มีขนาดกว้างขวางเพียงพอกับจำนวนนิสิต อากาศถ่ายเทสะดวก มีแสงสว่างเพียงพอ มีบรรยากาศร่มรื่น สงบ สะอาด สวยงาม

“ห้องเรียน ห้องสมุด สะอาดมาก ๆ ไม่มีขยะ ไม่มีกลิ่น รู้สึกสดชื่น วันไหนเครียดกับการเรียน หรือคิดถึงบ้าน อยากกลับบ้านก็เข้าห้องสมุดไปดูหนังค่ะ ก็จะดีขึ้น”
(มนุษยศาสตร์(ไทย) ปี3)

“ห้องเรียนกว้างขวาง เวลาเรียนไม่อึดอัด มีสถานที่ให้ทำกิจกรรมเยอะ รถไม่ติด อากาศบริสุทธิ์ ชอบมหาวิทยาลัยบูรพา ก็ภูมิใจที่ได้มาเรียนในต่างประเทศ”
(มนุษยศาสตร์(ไทย) ปี2)

“มหาวิทยาลัยอยู่ใกล้ทะเล เวลาเครียดและไม่สบายใจ ก็สามารถไปเที่ยว ไปผ่อนคลายได้ ทำให้หายเครียดได้ดี มีลานสุขภาพให้ออกกำลังกาย” (การท่องเที่ยว ปี4)

ประเด็น ความมั่นคงทางอารมณ์ พบว่า นิสิตต่างชาติสามารถรับรู้ถึงความรู้สึกที่กำลังเกิดขึ้นกับตัวเอง หารับรู้ความรู้สึกนึกคิดนั้นๆ ได้แล้ว ก็มักจะหาวิธีแก้ หาทางออกให้ตนเองได้ สามารถควบคุมอารมณ์ และสะกดกันอารมณ์ของตนเองให้อยู่ในสภาพปกติเมื่อมีปัญหาเกิดขึ้น เพราะพวกเขาพร้อมที่จะเผชิญกับปัญหา เผชิญกับความรู้สึกต่างๆ พร้อมทั้งจะยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคลอื่น เพื่อให้สามารถอยู่ศึกษาต่อให้สำเร็จตามเป้าหมาย และมีบุคคลอื่นเป็นที่ปรึกษาเมื่อเกิดปัญหาที่นิสิตไม่สามารถแก้ไขได้ โดยที่ให้บุคคลนั้นช่วยหาทางแก้ปัญหาหรือให้นิสิตมีความสบายใจขึ้น

“เวลารู้สึกโกรธเพื่อน จะพยายามทำความเข้าใจเพื่อน ไม่อยากโกรธเพื่อน เพราะมาอยู่ที่นี้ เวลาทั้งหมดต้องอยู่กับเพื่อน” (พยาบาล ปี3)

“บางครั้งรู้สึกเครียดกับเรื่องเรียน ไม่รู้จะแก้ปัญหาอย่างไร ก็มีเพื่อนช่วยเหลือ” (วิทยาการ(เทคโนโลยี) ปี3)

“ฉันชอบดูหนังตลก เวลารู้สึกไม่สบายใจ ก็จะไปห้องสมุดไปหาหนังดู พอได้ดูแล้วก็ดีขึ้น” (มนุษยศาสตร์(ไทย) ปี3)

ประเด็น สัมพันธภาพกับผู้อื่น พบว่า นิสิตต่างชาติใช้เวลาส่วนใหญ่อยู่กับเพื่อน รองลงมาคืออาจารย์ ซึ่งทั้งเพื่อนและอาจารย์จะเป็นผู้ที่คอยให้ความช่วยเหลือเวลาที่เกิดปัญหา การดูแล การเอาใจใส่ ให้กำลังใจ การเข้าใจความรู้สึก ยอมท้อแท้ รับฟังความคิดเห็น เป็นที่ปรึกษาเมื่อนิสิตเจอปัญหาหรืออุปสรรค การให้ความช่วยเหลืออย่างเต็มที่ ให้ความไว้วางใจ ร่วมกันทำกิจกรรมต่างๆ ที่ทำให้เกิดความสนุกสนาน ผ่อนคลาย และเป็นประโยชน์ในการเรียนร่วมกับนิสิตที่มาจากต่างถิ่น ต่างวัฒนธรรม

“บัดดี้ช่วยเหลือทุกอย่างตอนที่เข้ามาเรียนแรกๆ พาไปแนะนำร้านอาหาร ห้าง สถานที่ มหาวิทยาลัย สถานที่เที่ยว ทำให้รู้จักมากขึ้น พุดคุยเวลาเหงา” (พยาบาล ปี3)

“เพื่อนให้คำแนะนำเรื่องการเรียน เวลามีปัญหาที่ปรึกษาเพื่อน เวลาเรียนอาจารย์จะคอยถามว่าเข้าใจไหม หากไม่เข้าใจก็จะมานั่งสอนจนเข้าใจเลย” (วิทยาการ(เทคโนโลยี) ปี3)

ประเด็น การมองโลกในแง่ดี พบว่า เมื่อนิสิตต่างชาติเข้ามาศึกษาต่อในต่างสถานที่ที่ตนเองคุ้นเคย ต่างภาษา ต่างวัฒนธรรม พวกเขาจะตั้งความหวังในการมาศึกษาต่ออย่างมาก และจะคิดอยู่เสมอว่าต้องเรียนจบ ต้องได้ความรู้ให้มากที่สุด ฉะนั้นหากนิสิตต่างชาติเหล่านี้ต้องเจอกับปัญหาหรืออุปสรรคใดๆ ก็ตาม พวกเขาจะคิดว่าเดี๋ยวมันก็ผ่านไปหรือไม่ก็สามารถแก้ไขได้ นิสิตต่างชาติ

มีมุมมองชีวิตในด้านดีหรือในด้านบวก มีความหวังในชีวิต แม้จะเผชิญสถานการณ์เลวร้าย หรืออุปสรรคใดๆ ก็ตาม มองเหตุการณ์ร้ายๆ ที่เกิดขึ้นเดี๋ยวมันจะผ่านไปหรือสามารถแก้ไขได้

“เวลาเจอปัญหา แล้วยังแก้ไขไม่ได้ ก็ไม่เสียใจ เพราะคิดว่ามันจะหายไปเอง”

(วิทยาการ(เทคโนโลยี) ปี3)

“มีปัญหา พยายามคิดว่าไม่ได้มีแค่เราที่มีปัญหา คนอื่นก็มี แต่ปัญหาแต่ละคนมันแตกต่างกันไป” (มนุษยศาสตร์(ไทย) ปี3)

“มีครั้งหนึ่งสอบได้คะแนนน้อย ก็ไม่โทษตัวเองมากนัก พยายามคิดว่าอ่านหนังสือเรื่องนั้นน้อยไป อาจจะเข้าใจผิดในบางเรื่อง” (มนุษยศาสตร์(ไทย) ปี2)

ประเด็น ความเชื่อมั่นในตนเอง พบว่า นิสิตต่างชาติจะมีความมั่นใจในตนเองอย่างเหมาะสมกับสภาพของตนเอง มีจิตใจหนักแน่น ไม่ลังเล ควบคุมตนเองให้อยู่ในสภาพปกติ กล้าคิด กล้าพูด กล้าทำ เป็นตัวของตัวเอง พยายามจะพึ่งตนเองก่อน ไม่ทำตัวเป็นปัญหาแก่ผู้อื่น มีความคิดเป็นของตัวเอง ไม่คล้อยตามเพื่อนง่าย ๆ หากจะทำตามต้องรู้เหตุผลก่อน

“เวลาไม่เข้าใจจะต้องยกมือถามอาจารย์ทุกครั้ง หรือไม่ก็ถามเพื่อน ไม่งั้นจะทำไม่ได้ ไม่อายเวลาถาม” (พยาบาล ปี3)

“บางทีไปกินข้าวคนเดียว ร้านข้าวไม่เข้าใจว่าสั่งอะไร ก็ค้นหารูปในมือถือให้ดูเลย” (วิทยาการ(เทคโนโลยี) ปี3)

“งานกลุ่มชอบเถียงกัน หาสรุปไม่ได้ ถ้าจะให้ทำตามเพื่อน ก็ให้เพื่อนอธิบายจนกว่าจะเข้าใจ” (การท่องเที่ยว ปี4)

ตอนที่ 5 ข้อเสนอแนะทางการพัฒนาการปรับตัวของนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพา

ผลจากการสัมภาษณ์ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับนิสิตต่างชาติที่กำลังศึกษาหลักสูตรภาษาไทยในมหาวิทยาลัยบูรพาในภาพรวม พบว่า

1) ให้มีศูนย์กลางช่วยเหลือ มหาวิทยาลัยที่มีนิสิตต่างชาติเข้ามาศึกษาในสถาบันนั้นควรจะ มีศูนย์กลางช่วยเหลือนิสิตต่างชาติเหล่านี้ ซึ่งศูนย์กลางนี้อาจจะตั้งอยู่ในมหาวิทยาลัย มีเจ้าหน้าที่อำนวยความสะดวกและคอยช่วยเหลือแก้ไขปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับนิสิตต่างชาติ ทั้งนี้การให้ความช่วยเหลือนี้อาจจะไม่ใช่ว่าเพียงแต่ในมหาวิทยาลัย ซึ่งจะทำให้นิสิตไม่สามารถขอความช่วยเหลือ ขอคำปรึกษาได้สะดวก อาจจะมีช่องทางในการติดต่อที่สะดวก เช่น ทางสื่อโซเชียล ทางโทรศัพท์ เป็นต้น เนื่องจากบางเหตุการณ์นิสิตอาจจะต้องการความช่วยเหลืออย่างเร่งด่วน

“ม.บูร เรามีเหมือนเซนเตอร์ช่วยเหลือนิสิตต่างชาติ เราจัดตั้งขึ้นมาเพื่อนช่วยเหลือในศูนย์ เราก็คณะผู้บริหารลงมาช่วยเหลือเอง แล้วก็มีการมีไลน์กลุ่ม ถ้านิสิตมีปัญหาที่ไลน์มาได้เลย รับรู้ทุกคนแล้วก็ช่วยแก้ไขได้ทันที” (ศึกษาศาสตร์)

2) การอบรมปฐมนิเทศ เป็นการอบรม แนะนำมหาวิทยาลัย แนะนำประเทศไทย กล่าวถึง ข้อควรปฏิบัติ วัฒนธรรมไทย ข้อห้าม และกฎหมายเบื้องต้น ให้แก่นิสิตต่างชาติได้รับทราบและเข้าใจ นิสิตต่างชาติจะสามารถปฏิบัติตามได้อย่างถูกต้อง ซึ่งการจัดอบรมลักษณะแบบนี้ควรจัดขึ้น ในช่วงแรกของการที่นิสิตต่างชาติเข้ามาศึกษา หากจัดขึ้นล่าช้าจะทำให้นิสิตต่างชาติที่มาอาศัยอยู่ ต่างถิ่นต่างวัฒนธรรมกับที่ตนเองเคยอาศัยอยู่ อาจจะดำเนินชีวิตอย่างไม่ราบรื่นนัก เนื่องจากไม่ เข้าใจในสิ่งต่างๆ ของประเทศไทย

“เราจัดปฐมนิเทศตั้งแต่วันแรกๆ ที่นิสิตเข้ามาเลย จะได้รู้ว่าต้องทำอะไรบ้าง ต้อง ปฏิบัติตัวยังไง” (วิทยาลัยนานาชาติ)

“ปฐมนิเทศนิสิตต่างชาติรอบหนึ่ง โดยเฉพาะเลย ต้องรีบจัดปฐมนิเทศ เพื่อให้ คำแนะนำ ไม่งั้นนิสิตไม่รู้เลยว่าต้องไปทางไหน ทำอะไรบ้าง” (ศึกษาศาสตร์)

3) การจับคู่เพื่อนคนไทยหรือบัดดี้ จะทำให้นิสิตต่างชาติมีความสัมพันธ์อันดีกับนิสิตไทย แล้ว ยังทำให้นิสิตต่างชาติมีบุคคลที่สามารถช่วยเหลือ ให้คำแนะนำแก่นิสิตต่างชาติได้อย่างสบายใจและใกล้ชิด อีกทั้งยังทำให้นิสิตไทยได้ศึกษา แลกเปลี่ยนวัฒนธรรมกับนิสิตต่างชาติได้อีกด้วย

“กิจกรรมจับบัดดี้คู่กับคนไทย ช่วยนิสิตต่างชาติได้เยอะเลย หนึ่งให้เค้าได้รู้จักเพื่อนใหม่ สองให้เค้าได้เรียนฝึกภาษาไทยกับเพื่อน แล้วเป็นผลดีของนิสิตไทยได้ฝึกภาษา ด้วย” (วิทยาลัยนานาชาติ)

“เข้ามาใหม่ๆ นิสิตต่างชาติในคณะ เราจะหาบัดดี้ให้ เพื่อให้เค้ามีเพื่อนคอยแนะนำ เรื่องต่างๆ แล้วก็ช่วยเหลือในการสื่อสารภาษาไทยด้วย” (วิทยาศาสตร์)

4) มาตรการการป้องกันนิสิตต่างชาติกระทำความผิด มหาวิทยาลัยควรที่จะกำหนดมาตรการ ข้อควรปฏิบัติให้กับนิสิตต่างชาติ เพื่อป้องกันปัญหาอาชญากรรม การเกิดอุบัติเหตุ กับนิสิตต่างชาติ เช่น การกำหนดให้นิสิตต่างชาติพักอยู่หอพักในมหาวิทยาลัยเท่านั้น หรืออาจารย์ผู้ดูแล นิสิตต่างชาติเก็บหนังสือเดินทางของนิสิตต่างชาติไว้ เพื่อป้องกันนิสิตไปกระทำการที่เป็นสิ่งผิดกฎหมาย

“เราใช้มาตรการยึดพาสปอร์ตเก็บไว้กับเราเลย เพื่อป้องกันปัญหาหนีกลับโดยไม่บอกเรา แล้วก็ป้องกันการไปเที่ยวสถานที่ที่yekกลางคืนอีก” (ศึกษาศาสตร์)

5) การจัดกิจกรรมสังสรรค์สำหรับนิสิตต่างชาติ เป็นกิจกรรมที่จะทำให้ให้นิสิตต่างชาติรู้สึก ผ่อนคลาย สนุกสนาน กับเพื่อนร่วมชั้นร่วมคณะ กิจกรรมเช่นนี้อาจจะจัดขึ้นภายในมหาวิทยาลัย หรืออาจจะเป็นกิจกรรมที่พานิสิตต่างชาติไปรู้จักสถานที่ท่องเที่ยวต่างๆ ภายในประเทศไทยก็ได้

“ก่อนปิดเทอม เราจะจัดมีทติ้งให้นิสิตต่างชาติ แต่ละชาติเค้าจะมีชู้ม กิจกรรมของเค้า ทุกคนจะได้รู้จักกัน สนุกร่วมกัน แล้วก็จะได้เรียนรู้ของแต่ละชาติ ด้วย ธีบางเทอมเราก็ก้าวไปเที่ยวที่ต่างๆของไทย นิสิตจะชอบมาก” (วิทยาลัยนานาชาติ)



บทที่ 5

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

งานวิจัยนี้เป็นการศึกษาความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพา มีวัตถุประสงค์การวิจัย ดังนี้ 1) เพื่อตรวจสอบความสอดคล้องกลมกลืนของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุการปรับตัวของนิสิตต่างชาติตามสมมติฐานกับข้อมูลเชิงประจักษ์ 2) เพื่อศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลทางตรง และอิทธิพลทางอ้อมต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ ในมหาวิทยาลัยบูรพา 3) เพื่ออธิบายปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ ในมหาวิทยาลัยบูรพา 4) เพื่อศึกษาแนวทางในการพัฒนาการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ ในมหาวิทยาลัยบูรพา โดยมีวิธีดำเนินการวิจัย ได้แก่ นิสิตต่างชาติ ที่กำลังศึกษาหลักสูตรที่ใช้ภาษาไทย ในปีการศึกษา 2560 ของมหาวิทยาลัยบูรพา จำนวน 293 คน อาจารย์และบุคลากรในมหาวิทยาลัยบูรพา ปีการศึกษา 2560 จำนวน 5 คน ซึ่งเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถามปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัว แบบสัมภาษณ์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัว และแบบสัมภาษณ์แนวทางในการพัฒนาการปรับตัว ใช้วิธีการวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้างและการวิเคราะห์เนื้อหาในการวิเคราะห์ข้อมูล โดยมีสรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ ดังนี้

สรุปผลการวิจัย

ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพา

ผลการตรวจสอบความกลมกลืนของโมเดลกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ในดัชนีกลุ่มสัมบูรณ์ พบว่า ค่าไค-สแควร์ เท่ากับ 49.79, $df = 37$ ($p = .06$), ค่า GFI=0.98, ค่า AGFI=0.93, RMSEA=0.03, SRMR=0.05 ส่วนในดัชนีกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่า CFI=0.99 เมื่อพิจารณาตามเกณฑ์ตามสอดคล้อง พบว่า ค่าไค-สแควร์ ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ และดัชนีอื่น ๆ ยังชี้ให้เห็นว่าโมเดลตามสมมติฐานมีความกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ สรุปว่า โมเดลที่สร้างขึ้นสามารถนำมาอธิบายความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพา เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลของความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพา พบว่า สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย (ENVIR) มีอิทธิพลทางตรงสูงสุดต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพา มีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลเท่ากับ 0.63 รองลงมาคือ ความมั่นคงทางอารมณ์ (EMO) มีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลเท่ากับ 0.26 สามารถร่วมกันอธิบายการปรับตัว (ADJ) ได้ร้อยละ 52 ($R^2 = 0.52$) นอกจากนี้สามารถพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลของความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพล ได้ดังนี้

อิทธิพลทางตรงที่ส่งผลต่อความเชื่อมั่นในตนเอง (CONF) พบว่า ความเชื่อมั่นในตนเอง (CONF) ได้รับอิทธิพลทางตรงเป็นบวกจากสัมพันธภาพกับผู้อื่น (RELA) มีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลเท่ากับ 0.60 สามารถอธิบายความเชื่อมั่นในตนเอง (CONF) ได้ร้อยละ 36 ($R^2=0.36$)

อิทธิพลทางตรงและอิทธิพลทางอ้อมที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดี (OPTI) พบว่า การมองโลกในแง่ดี (OPTI) ได้รับอิทธิพลทางตรงเป็นบวกจากความเชื่อมั่นในตนเอง (CONF) มีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลเท่ากับ 0.55 และได้รับอิทธิพลทางอ้อมเป็นบวกจากสัมพันธภาพกับผู้อื่น (RELA) มีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลเท่ากับ 0.33 สามารถร่วมกันอธิบายการมองโลกในแง่ดี (OPTI) ได้ร้อยละ 30 ($R^2=0.30$)

อิทธิพลทางตรงที่ส่งผลต่อความมั่นคงทางอารมณ์ (EMO) พบว่า ความมั่นคงทางอารมณ์ (EMO) ได้รับอิทธิพลทางตรงเป็นบวกจากสัมพันธภาพกับผู้อื่น (RELA) มีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลเท่ากับ 0.45 สามารถอธิบายความมั่นคงทางอารมณ์ (EMO) ได้ร้อยละ 20 ($R^2=0.20$)

ผลการวิเคราะห์โมเดลการวัดของปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพา

โมเดลการวัดสัมพันธภาพกับผู้อื่น

ผลการวิเคราะห์ พบว่า โมเดลการวัดสัมพันธภาพกับผู้อื่นมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยโมเดลการวัดสัมพันธภาพกับผู้อื่น มีค่าไค-สแควร์ (χ^2) เท่ากับ 1.45 ค่า df เท่ากับ 1 ค่านัยสำคัญทางสถิติเท่ากับ .23 แสดงให้เห็นว่า โมเดลการวัดสัมพันธภาพกับผู้อื่นมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ เมื่อพิจารณาค่าน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐาน พบว่า สัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับครู (TEAC) มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐานสูงสุดเท่ากับ 0.61 มีความแปรผันกับสัมพันธภาพกับผู้อื่นอยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 37) ส่วนสัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน (FRI) มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐานต่ำสุดเท่ากับ 0.59 มีความแปรผันกับสัมพันธภาพกับผู้อื่นอยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 34) ตามลำดับ

โมเดลการวัดความเชื่อมั่นในตนเอง

ผลการวิเคราะห์ พบว่า โมเดลการวัดความเชื่อมั่นในตนเองมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยโมเดลการวัดปัจจัยเสี่ยงมีค่าไค-สแควร์ (χ^2) เท่ากับ 3.10 ค่า df เท่ากับ 2 ค่านัยสำคัญทางสถิติเท่ากับ .21 แสดงให้เห็นว่า โมเดลการวัดความเชื่อมั่นในตนเองมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ เมื่อพิจารณาค่าน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐาน พบว่า ความเป็นตัวของตัวเอง (CONFID) มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐานสูงสุดเท่ากับ 0.84 มีความแปรผันกับความเชื่อมั่นในตนเองอยู่ในระดับสูง (ร้อยละ 71) รองลงมาคือการพึ่งตนเอง (RELIA) มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐานเท่ากับ 0.78 มีความแปรผันกับความเชื่อมั่นในตนเองอยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 61) ความกล้าหาญ (COU) มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐานเท่ากับ 0.69 มีความแปรผัน

กับความเชื่อมั่นในตนเองอยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 48) ส่วนความเข้มแข็งทางจิตใจ (STR) มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐานเท่ากับ 0.48 มีความแปรผันกับความเชื่อมั่นในตนเองอยู่ในระดับต่ำ (ร้อยละ 23) ตามลำดับ

โมเดลการวัดการมองโลกในแง่ดี

ผลการวิเคราะห์ พบว่า โมเดลการวัดการมองโลกในแง่ดีมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยโมเดลการวัดการมองโลกในแง่ดี มีค่าไค-สแควร์ (χ^2) เท่ากับ 2.23 ค่า df เท่ากับ 2 ค่านัยสำคัญทางสถิติเท่ากับ .33 แสดงให้เห็นว่า โมเดลการวัดการมองโลกในแง่ดีมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ เมื่อพิจารณาค่าน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐาน พบว่า ความครอบคลุม (PERV) มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐานสูงสุดเท่ากับ 0.81 มีความแปรผันกับการมองโลกในแง่ดีอยู่ในระดับสูง (ร้อยละ 65) รองลงมาคือ ความเป็นตนเอง (PERS) มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐานเท่ากับ 0.62 มีความแปรผันกับการมองโลกในแง่ดีอยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 38) ส่วนความคงทนถาวร (PERM) มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐานต่ำสุดเท่ากับ 0.51 มีความแปรผันกับการมองโลกในแง่ดีอยู่ในระดับต่ำ (ร้อยละ 26) ตามลำดับ

โมเดลการวัดความมั่นคงทางอารมณ์

ผลการวิเคราะห์ พบว่า โมเดลการวัดความมั่นคงทางอารมณ์มีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยโมเดลการวัดความมั่นคงทางอารมณ์มีค่าไค-สแควร์ (χ^2) เท่ากับ 1.06 ค่า df เท่ากับ 1 ค่านัยสำคัญทางสถิติเท่ากับ .30 แสดงให้เห็นว่า โมเดลการวัดความมั่นคงทางอารมณ์มีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ เมื่อพิจารณาค่าน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐาน พบว่า การจัดการกับอารมณ์ (MANA) มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐานสูงสุดเท่ากับ 0.90 มีความแปรผันกับความมั่นคงทางอารมณ์อยู่ในระดับสูง (ร้อยละ 82) รองลงมาคือ การได้รับความช่วยเหลือสนับสนุน (RECEI) มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐานเท่ากับ 0.59 มีความแปรผันกับความมั่นคงทางอารมณ์อยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 35) ส่วนการรับรู้ต่อเหตุการณ์ (AWA) มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐานต่ำสุดเท่ากับ 0.54 มีความแปรผันกับความมั่นคงทางอารมณ์อยู่ในระดับต่ำ (ร้อยละ 29) ตามลำดับ

โมเดลการวัดการปรับตัว

ผลการวิเคราะห์ พบว่า โมเดลการวัดการปรับตัวมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยโมเดลการวัดการปรับตัว มีค่าไค-สแควร์ (χ^2) เท่ากับ 1.64 ค่า df เท่ากับ 1 ค่านัยสำคัญทางสถิติเท่ากับ .20 แสดงให้เห็นว่า โมเดลการวัดการปรับตัวมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ เมื่อพิจารณาค่าน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐาน พบว่า การปรับตัวทางสังคม (SOC) มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐานสูงสุดเท่ากับ 0.85 มีความแปรผันกับการปรับตัวอยู่ในระดับสูง

(ร้อยละ 72) ส่วนการปรับตัวทางจิตใจ (MOR) มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐานต่ำสุดเท่ากับ 0.78 มีความแปรผันกับสัมพันธภาพกับผู้อื่นอยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 61) ตามลำดับ

ผลการศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ

ผลจากการสัมภาษณ์นิสิตต่างชาติที่กำลังศึกษาหลักสูตรภาษาไทยในมหาวิทยาลัยบูรพาในภาพรวม พบว่า นิสิตต่างชาติที่เข้ามาศึกษาระดับอุดมศึกษาในมหาวิทยาลัย หรือจะเป็นนักเรียนแลกเปลี่ยนภาษาและวัฒนธรรมส่วนใหญ่จะสามารถปรับตัวเพื่อให้ดำรงชีวิต เข้ากับสังคม เข้ากับวัฒนธรรมที่แตกต่างจากเดิมได้ ในประเด็นของ สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย พบว่า นิสิตต่างชาติต้องการมีความสุขกับสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย บรรยากาศโดยรอบมหาวิทยาลัย เพราะจะทำให้รู้สึกผ่อนคลาย คลายเครียด สดชื่น ไม่หดหู่ ประเด็น ความมั่นคงทางอารมณ์ พบว่า นิสิตต่างชาติสามารถรับรู้ถึงความรู้สึกที่กำลังเกิดขึ้นกับตัวเอง หารับรู้ความรู้สึกนึกคิดนั้นๆ ได้แล้ว ก็มักจะหาวิธีแก้ หาทางออกให้ตนเองได้ ประเด็น สัมพันธภาพกับผู้อื่น พบว่า นิสิตต่างชาติในเวลาร่วมใหญ่อยู่กับเพื่อนและอาจารย์ ซึ่งจะเป็นผู้ที่คอยให้ความช่วยเหลือเวลาที่เกิดปัญหา ให้กำลังใจ ยอมท้อแท้ รับฟังความคิดเห็น ร่วมกันทำกิจกรรมต่างๆ ที่ทำให้เกิดความสนุกสนาน ผ่อนคลาย ประเด็น การมองโลกในแง่ดี พบว่า หากนิสิตต่างชาติต้องเจอกับปัญหาหรืออุปสรรคใดๆ ก็ตาม พวกเขาจะคิดว่าเดี๋ยวมันก็ผ่านไปหรือไม่ก็สามารถแก้ไขได้ ประเด็น ความเชื่อมั่นในตนเอง พบว่า นิสิตต่างชาติจะมีความมั่นใจในตนเอง กล้าคิด กล้าพูด กล้าทำ เป็นตัวของตัวเอง พยายามจะพึ่งตนเองก่อน มีความคิดเป็นของตัวเอง

ข้อเสนอแนะทางการพัฒนาการปรับตัวของนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพา

1) มหาวิทยาลัยที่มีนิสิตต่างชาติเข้ามาศึกษาในสถาบันนั้นควรจะมีศูนย์กลางช่วยเหลือนิสิตต่างชาติเหล่านี้ มีเจ้าหน้าที่อำนวยความสะดวกและคอยช่วยเหลือแก้ไขปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับนิสิตต่างชาติ มีช่องทางในการติดต่อที่สะดวก เช่น ทางสื่อโซเชียล ทางโทรศัพท์ เป็นต้น

2) การอบรมปฐมนิเทศ เป็นการอบรม แนะนำมหาวิทยาลัย แนะนำประเทศไทย กล่าวถึง ข้อควรปฏิบัติ วัฒนธรรมไทย ข้อห้าม และกฎหมายเบื้องต้น ให้แก่นิสิตต่างชาติได้รับทราบและเข้าใจ นิสิตต่างชาติจะสามารถปฏิบัติตามได้อย่างถูกต้อง

3) การจับคู่เพื่อนคนไทยหรือบัดดี้ จะทำให้นิสิตต่างชาติมีความสัมพันธ์อันดีกับนิสิตไทยแล้ว ยังทำให้นิสิตต่างชาติมีบุคคลที่สามารถช่วยเหลือ ให้คำแนะนำแก่นิสิตต่างชาติได้อย่างสบายใจ และใกล้ชิด

4) มาตรการการป้องกันนิสิตต่างชาติกระทำความผิด มหาวิทยาลัยควรที่จะกำหนดมาตรการข้อควรปฏิบัติให้กับนิสิตต่างชาติ เพื่อป้องกันปัญหาอาชญากรรม การเกิดอุบัติเหตุกับนิสิตต่างชาติ

5) การจัดกิจกรรมมีที่ต้งสำหรับนิสิตต่างชาติ เป็นกิจกรรมที่จะทำให้ให้นิสิตต่างชาติรู้สึกผ่อนคลาย สนุกสนาน กับเพื่อนร่วมชั้นร่วมคณะ

6) การฝึกงาน มหาวิทยาลัยที่มีนิสิตต่างชาติเข้ามาศึกษาควรจัดให้นิสิตต่างชาติไปฝึกทำงานหลังจบการศึกษาแล้ว เพื่อให้ให้นิสิตต่างชาติเข้าใจความรู้ที่ได้ศึกษามาอย่างแท้จริง ว่าเป็นอย่างไร รู้จักฝึกทักษะการทำงาน แสดงออกถึงความสามารถของตนเองได้อย่างเต็มที่

อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิจัยการสร้างและพัฒนาความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพา มีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยมีค่าไค-สแควร์ (χ^2) เท่ากับ 49.79 ซึ่งมีค่าเข้าใกล้ศูนย์ แสดงให้เห็นว่า ข้อมูลมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ส่วนค่าวัดระดับความกลมกลืน (GFI) มีค่าเท่ากับ 0.98 และค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว (AGFI) มีค่าเท่ากับ 0.93 ส่วนค่าดัชนีวัดระดับความสอดคล้องเปรียบเทียบ (CFI) มีค่าเท่ากับ 0.99 แสดงให้เห็นว่า ข้อมูลมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์อยู่ในระดับมาก ดังคำกล่าวของนางลักษณ์ วิรัชชัย (2542: 53-57) ที่กล่าวว่า ค่าวัดระดับความกลมกลืน (GFI) ค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว (AGFI) และค่าดัชนีวัดระดับความสอดคล้องเปรียบเทียบ (CFI) ที่มีค่าเข้าใกล้ 1.00 แสดงให้เห็นว่าข้อมูลยังมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ส่วนค่าดัชนีรากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของความคลาดเคลื่อนโดยประมาณ (RMSEA) เท่ากับ 0.03 และค่าดัชนีรากมาตรฐานของค่าเฉลี่ยกำลังสองของส่วนที่เหลือ (SRMR) มีค่าเท่ากับ 0.05 ซึ่งแสดงให้เห็นว่า ข้อมูลมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ดังคำกล่าวของ นางลักษณ์ วิรัชชัย (2542: 53-57) กล่าวว่า ค่าดัชนีรากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของความคลาดเคลื่อนโดยประมาณ (RMSEA) และค่าดัชนีรากมาตรฐานของค่าเฉลี่ยกำลังสองของส่วนที่เหลือ (SRMR) ยังมีค่าเข้าใกล้ศูนย์ ยังมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ เนื่องจากตัวแปรมีความสอดคล้องกับสภาพแวดล้อมและบริบทของนิสิตต่างชาติ ถือได้ว่าความสัมพันธ์เชิงสาเหตุนี้มีอิทธิพลต่อการปรับตัว ซึ่งได้นำไปปฏิบัติต่อนิสิตต่างชาติ เพื่อการป้องกันมิให้เกิดปัญหาการปรับตัว และอาจใช้เป็นแนวทางในการวางนโยบาย เพื่อส่งเสริมให้นิสิตต่างชาติสามารถปรับตัวได้ดี เรียนรู้ พัฒนาดนได้อย่างเต็มความสามารถและมีความสุข ความพอใจในชีวิตต่อไป นอกจากนี้ เมื่อพิจารณาค่าอิทธิพลรวมของของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพาแล้วพบว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพา ที่มีค่าอิทธิพลรวมสูงสุดจากมากไปหาน้อย ประกอบด้วย 1) สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย 2) ความมั่นคงทางอารมณ์ 3) สัมพันธภาพต่อผู้อื่น และ 4) ความเชื่อมั่นในตนเอง กับ 5) การมองโลกในแง่ดีตามลำดับ เมื่อพิจารณาค่าอิทธิพลรวมของปัจจัยที่มีค่าอิทธิพลมากที่สุดไปยังน้อยที่สุดเป็นรายปัจจัย ดังนี้

สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย มีอิทธิพลรวมต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพา เท่ากับ 0.63 ซึ่งเป็นค่าสูงสุด ทั้งนี้เป็นเพราะมหาวิทยาลัยเป็นสถานที่ที่นิสิตต่างชาติจะต้องอาศัยอยู่เกือบตลอดเวลาที่มาศึกษาเล่าเรียน ทำให้นิสิตต่างชาติใช้สถานที่ภายใน

มหาวิทยาลัยในการทำกิจกรรมเกือบทุกอย่าง นิสิตต่างชาติเหล่านี้มักจะมีความสุขกับสถานที่ที่ตนเองอยู่ ได้รับความสะดวกสบาย อยู่ในสถานที่ที่ดีๆ ก็รู้สึกผ่อนคลาย หายเหงา หายคิดถึงบ้าน (No3 No4 No5 การสัมภาษณ์) ดังคำกล่าวของนิวิต เรืองพาณิชย์ (2542: 304) ที่กล่าวว่า สิ่งแวดล้อมเป็นการดำรงชีวิตของมนุษย์อยู่ภายใต้อิทธิพลของธรรมชาติ การเปลี่ยนแปลงของธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมเป็นไปอย่างค่อยเป็นค่อยๆ ไป มนุษย์จึงควรมองหาจุดพอเหมาะเพื่อจะสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมสิ่งแวดล้อมได้อย่างปลอดภัย การพัฒนาและการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมจึงควรทำควบคู่กัน

ความมั่นคงทางอารมณ์ มีอิทธิพลรวมต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพา เท่ากับ 0.26 เนื่องจากการปรับตัวของนิสิต จะต้องอาศัยวิธีการรับรู้ต่อเหตุการณ์ การจัดการกับอารมณ์ และการได้รับความช่วยเหลือสนับสนุน ซึ่งเป็นไปตามทฤษฎีของ แคทเทล (สิทธิตักดิ์ ศักดิ์สิตากร. 2552: 63-64; อ้างอิงจาก Cattell. 1950: 618-619) ได้อธิบายว่า บุคคลที่สามารถควบคุมอารมณ์และสะกดกั้นอารมณ์ของตนเองให้อยู่ในสภาพปกติ ไม่หวั่นไหวเมื่อต้องเผชิญกับปัญหาหรือสิ่งรบกวนความสงบสุขของอารมณ์ จะสามารถปรับตัวและปรับอารมณ์ให้เหมาะสมกับสถานการณ์ต่างๆ ได้เป็นอย่างดี มีการแสดงออกทางพฤติกรรมที่เหมาะสม สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

สัมพันธภาพต่อผู้อื่น มีอิทธิพลรวมต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ เท่ากับ 0.14 แสดงให้เห็นว่า สัมพันธภาพที่ดีระหว่างนิสิตต่างชาติกับเพื่อน และระหว่างนิสิตต่างชาติกับอาจารย์ ทำให้ นิสิตต่างชาติปรับตัวได้ดีขึ้น ทั้งนี้เพราะสัมพันธภาพระหว่างนิสิตต่างชาติกับผู้อื่น เป็นการปฏิบัติตนต่อกันระหว่างนิสิตต่างชาติกับเพื่อนและอาจารย์ที่มีต่อการเรียนและด้านส่วนตัวทั้งในและนอกห้องเรียน นิสิตต่างชาติกับเพื่อนและอาจารย์จะช่วยเหลือพึ่งพาซึ่งกันและกัน มีการให้กำลังใจ สามารถแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน มีความห่วงใยใกล้ชิดสนิทสนม และเมื่อมีปัญหาทั้งในด้านการเรียนและด้านส่วนตัวก็สามารถปรึกษาหารือได้ ส่งผลให้นิสิตสามารถปรับตัวได้ ดังที่ สุนันท์ สุขสวัสดิ์ (2552: 30) กล่าวไว้ว่า ความสัมพันธ์กับกลุ่มเพื่อนมีอิทธิพลอย่างยิ่งต่อการใช้ชีวิตของนักศึกษาในมหาวิทยาลัย การปฏิสัมพันธ์แลกเปลี่ยนความคิดเห็นกัน จะทำให้นักศึกษาเกิดความอบอุ่นและเกิดความพร้อมในด้านต่างๆ ตลอดจนมั่นใจในตัวเองมากขึ้น

การมองโลกในแง่ดี มีอิทธิพลรวมต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ เท่ากับ 0.03 แสดงให้เห็นว่า นิสิตต่างชาติที่มองโลกในแง่ดีย่อมส่งผลให้มีความสามารถในการปรับตัวได้ดี ดังที่แนวคิดของเซลิกแมน (สิทธิตักดิ์ ศักดิ์สิตากร. 2552: 69-70; อ้างอิงจาก Seligman. 1998) พบว่า คนที่รู้จักมองโลกในแง่ดีจะเห็นว่าทุกสิ่งทุกอย่างไม่ได้เลวร้าย มีโอกาสที่จะพลิกสถานการณ์ที่เลวร้ายให้ดีขึ้นได้เสมอ ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคที่ขวางกั้น และยังคิดว่าความกดดันหรือปัญหาที่เกิดขึ้นจะเกิดขึ้นเพียงชั่วคราวเป็นกรณีไป เมื่อเกิดปัญหาในการปรับตัวไม่ว่าจะอยู่ในสภาพแวดล้อมใดสถานการณ์ใด คนที่มองโลกในแง่ดีก็จะพยายามคิดหาทางออกที่ดีที่สุด

ความเชื่อมั่นในตนเอง มีอิทธิพลรวมต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ เท่ากับ 0.03 เนื่องจากความเชื่อมั่นในตนเองเป็นคุณลักษณะที่สำคัญที่จะช่วยให้นิสิตสามารถทำสิ่งต่างๆ ประสบ

ความสำเร็จ ช่วยให้มีความเป็นตัวของตัวเอง กล้าคิดกล้าแสดงออก ปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ได้อย่างเหมาะสม ทำสิ่งต่างๆ ด้วยความมั่นใจยอมรับผลที่เกิดขึ้นด้วยความพอใจและภาคภูมิใจ สามารถเผชิญเหตุการณ์ต่างๆ และแก้ปัญหาด้วยความรู้สึกที่มั่นคง อันเป็นคุณลักษณะของผู้ที่มีสุขภาพจิตดี มีความสุขในการดำรงชีวิต เป็นไปตามแนวคิดทฤษฎีของอีริกสัน (สิทธิศักดิ์ ศักดิ์สีตากร. 2552: 55-56; อ้างอิงจาก Erikson. 1933) พบว่าพัฒนาการทางบุคลิกภาพด้านความเชื่อมั่นในตนเองเกิดขึ้นได้เนื่องจากการที่คนมีการติดต่อสัมพันธ์กับสังคม และแต่ละขั้นจะมีช่วงวิกฤตสำหรับที่จะพัฒนาการเรื่องนั้นๆ โดยเฉพาะในชีวิตถ้าช่วงชีวิตใดพัฒนาการเป็นไปด้วยดีมีลักษณะทางบวกมากกว่าทางลบ พัฒนาการทางบุคลิกภาพก็จะเป็นไปในทางที่ดี ผู้ที่มีสุขภาพจิตดีย่อมสามารถเผชิญปัญหาหรือแก้ปัญหา และสามารถตัดสินใจได้ ในทางตรงข้ามถ้าช่วงชีวิตใดพัฒนาการเป็นไปในทางลบมากกว่าทางบวก ผู้นั้นจะมีพัฒนาการทางบุคลิกภาพไม่สมบูรณ์ ซึ่งจะนำไปสู่การเป็นผู้ที่มีปัญหาในการปรับตัว จึงกล่าวว่าความเชื่อมั่นในตนเอง เป็นองค์ประกอบที่สำคัญของความสำเร็จในชีวิต

จากผลจากการสัมภาษณ์นิสิตต่างชาติที่กำลังศึกษาหลักสูตรภาษาไทยในมหาวิทยาลัยบูรพาในภาพรวม พบว่า นิสิตต่างชาติที่เข้ามาศึกษาระดับอุดมศึกษาในมหาวิทยาลัย หรือจะเป็นนักเรียนแลกเปลี่ยนภาษาและวัฒนธรรมส่วนใหญ่จะสามารถปรับตัวเพื่อให้ดำรงชีวิต เข้ากับสังคม เข้ากับวัฒนธรรมที่แตกต่างจากเดิมได้ ซึ่งนิสิตต่างชาติที่เข้ามาศึกษาในประเทศไทยเหล่านี้ล้วนเตรียมความพร้อมทั้งด้านร่างกาย และจิตใจมาก่อนอยู่แล้ว ทำให้พวกเขาเหล่านี้พร้อมที่จะรับมือกับปัญหาที่จะต้องเผชิญ และพร้อมที่จะปรับเปลี่ยนอยู่เสมอ ในประเด็นของ *สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย* พบว่า นิสิตต่างชาติต้องการมีความสุขกับสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย บรรยากาศโดยรอบมหาวิทยาลัย เพราะจะทำให้รู้สึกผ่อนคลาย คลายเครียด สดชื่น ไม่หดหู่ สอดคล้องกับ ทองเรียน อมรัชกุล (กันตักนิษฐ์ เกษมพงษ์ทองดี. 2546: 74; อ้างอิงจาก ทองเรียน อมรัชกุล. 2525: 40) สภาพแวดล้อมเป็นตัวกำหนดพฤติกรรมของบุคคลให้เป็นไปในทางที่พึงปรารถนา เพราะสภาพแวดล้อมภายในสถาบันมีอิทธิพลต่อการเรียนรู้ของบุคคลและการปรับตัว

ประเด็น *ความมั่นคงทางอารมณ์* พบว่า นิสิตต่างชาติสามารถรับรู้ถึงความรู้สึกที่กำลังเกิดขึ้นกับตัวเอง หารับรู้ความรู้สึกนึกคิดนั้นๆ ได้แล้ว ก็มักจะหาวิธีแก้ หาทางออกให้ตนเองได้ สอดคล้องกับงานวิจัยของสิทธิศักดิ์ ศักดิ์สีตากร (2552: 118) ได้อธิบายไว้ว่า การที่มีอารมณ์ที่มั่นคงเป็นรากฐานที่สำคัญที่จะทำให้ปรับตัวได้ดี เพราะการมีจิตใจที่มั่นคงหนักแน่น ไม่หวั่นไหวต่อเหตุการณ์ต่างๆ สามารถควบคุมอารมณ์ให้อยู่ในสภาพปกติได้ รับรู้และเข้าใจปัญหาที่เกิดขึ้น มีทางแก้ไขได้ จะช่วยให้เหตุการณ์ทุกอย่างผ่านไปด้วยดี

ประเด็น *สัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น* พบว่า นิสิตต่างชาติในเวลาส่วนใหญ่อยู่กับเพื่อนและอาจารย์ ซึ่งจะเป็นผู้ที่คอยให้ความช่วยเหลือเวลาที่เกิดปัญหา ให้กำลังใจยอมรับ รับฟังความคิดเห็น ร่วมกันทำกิจกรรมต่างๆ ที่ทำให้เกิดความสนุกสนาน ผ่อนคลาย สอดคล้องกับการศึกษาของ แอนเดอร์สัน (เต็มศักดิ์ คทวณิช. 2540: 127; อ้างอิงจาก Anderson. 1970: 135-152) ได้พบว่าความสัมพันธ์ของครู มีผลต่อความรู้สึกและพฤติกรรมทางการเรียนของผู้เรียนทั้งทางบวกและทาง

ลบ หากนิสิตมีความสัมพันธ์ทางบวกกับครูแล้ว ทำให้นิสิตมีความสุขในการเรียน และส่งผลดีต่อการปรับตัวด้านต่างๆ ตามมา อีกทั้งสอดคล้องกับการศึกษาของ พะยอม ธีรอรุส (2540: 107-108) พบว่า ตัวแปรความสัมพันธ์ระหว่างนักเรียนกับเพื่อน เป็นตัวแปรหนึ่งที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวของนิสิต เนื่องมาจากวัยรุ่นเป็นวัยที่ให้ความสำคัญกับสังคมกลุ่มของตนเอง

ประเด็น *การมองโลกในแง่ดี* พบว่า หากนิสิตต่างชาติต้องเจอกับปัญหาหรืออุปสรรคใดๆ ก็ตาม พวกเขาจะคิดว่าเดี๋ยวมันก็ผ่านไปหรือไม่ก็สามารถแก้ไขได้ สอดคล้องกับการศึกษาของ เดวิด มอนท์โกเมอรี และบอห์มเบิร์ก (ปิยะวดี ลิ้มพะบุรุษ. 2547: 19; อ้างอิงจาก David and Bovbjerg. 2004) พบว่า การมองโลกในแง่ดีมีความสัมพันธ์กับการปรับตัว ดังนั้น จึงควรส่งเสริมให้นิสิตมองโลกในแง่ดี ซึ่งเป็นสิ่งที่ช่วยส่งเสริมให้นักเรียนมองสถานการณ์หรือเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นทางบวก เห็นว่าทุกสิ่งไม่เลวร้าย และมีทางแก้ไขได้

ส่วนประเด็น *ความเชื่อมั่นในตนเอง* พบว่า นิสิตต่างชาติจะมีความมั่นใจในตนเอง กล้าคิด กล้าพูด กล้าทำ เป็นตัวของตัวเอง พยายามจะพึ่งตนเองก่อน มีความคิดเป็นของตนเอง ตามแนวคิดและทฤษฎีของ เมอร์ริส และคณะ (กมลพรรณ จันทร์พยอม. 2540: 14; อ้างอิงจาก Muris and others. 2005: 1757) ได้อธิบายว่า บุคลิกภาพเป็นสิ่งสำคัญต่อการส่งเสริมพัฒนาการของวัยรุ่น ซึ่งเป็นลักษณะนิสัยที่บุคคลคิดกล้าแสดงออกมาเป็นแบบแผน เป็นบุคคลที่ชอบติดต่อสื่อสารกับผู้อื่น มีความกระตือรือร้น กล้าแสดงออกในความคิดเป็นของตนเอง เพื่อปรับตัวให้เข้ากับสังคมได้อย่างมีความสุข

จากการสัมภาษณ์เพื่อศึกษาแนวทางในการพัฒนาการปรับตัวของนิสิตต่างชาติในมหาวิทยาลัยบูรพา พบว่า มหาวิทยาลัยมีศูนย์กลางช่วยเหลือนิสิตต่างชาติ มีเจ้าหน้าที่อำนวยความสะดวกและคอยช่วยเหลือแก้ไขปัญหาต่างๆ การอบรมปฐมนิเทศแนะนำมหาวิทยาลัย และ กล่าวถึงข้อควรปฏิบัติ วัฒนธรรมไทย ข้อห้าม และกฎหมายเบื้องต้น มาตรการการป้องกันนิสิตต่างชาติกระทำความผิดและป้องกันอุบัติเหตุ สอดคล้องกับคำกล่าวของเฮนริช (ยุทธ ไกยวรรณ. 2547) ว่า อุบัติเหตุหรือสิ่งร้ายใดๆ เกิดจากคน เครื่องจักร และสิ่งแวดล้อม ซึ่งอุบัติเหตุที่เกิดจากสิ่งแวดล้อมจะไม่สามารถควบคุมได้ ทั้งนี้หากมหาวิทยาลัยมีแนวทางในการป้องกันตั้งแต่ช่วงแรกที่นิสิตต่างชาติเข้ามาศึกษาต่อก็จะทำให้อุบัติเหตุและปัญหาอื่นๆ ลดน้อยลงไปด้วย ส่วนการจับคู่เพื่อนคนไทยหรือบัดดี้ การจัดกิจกรรมมีทั้งสำหรับนิสิตต่างชาติ จะทำให้นิสิตต่างชาติมีความสัมพันธ์อันดีกับนิสิตไทยแล้ว ยังทำให้นิสิตต่างชาติมีบุคคลที่สามารถช่วยเหลือ ให้คำแนะนำแก่นิสิตต่างชาติได้อย่างสบายใจและใกล้ชิด เป็นกิจกรรมที่จะทำให้นิสิตต่างชาติรู้สึกผ่อนคลาย สนุกสนาน กับเพื่อนร่วมชั้นร่วมคณะ ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีสัมพันธภาพระหว่างบุคคล โดยอิวานส์ (อมรพรรณ ประจันตวนิชย์. 2550: 28; อ้างอิงจาก Evans. 1996: Online) ได้กล่าวไว้ว่า พฤติกรรมและบุคลิกภาพของมนุษย์เป็นผลมาจากสัมพันธภาพระหว่างบุคคล บุคคลไม่สามารถแยกความสัมพันธ์ของตนกับบุคคลอื่นได้เลยตั้งแต่เกิดจนตาย ซึ่งเกิดจากความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ 2 ข้อ คือ 1.ความต้องการทางสรีระวิทยา เช่น ความหิว ความกระหาย 2.ความต้องการมั่นคง เป็นความต้องการด้านจิตสังคมรวมถึงความสุขสบายใจ

จากผลการวิจัยระยะที่ 1 อธิบายความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ ปัจจัยที่มีอิทธิพลสูงสุด คือ ปัจจัยสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยระยะที่ 2 ศึกษาแนวทางในการพัฒนาการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ โดยที่แนวทางในการพัฒนาการปรับตัว เป็นการจัดกิจกรรมที่ให้นิสิตได้ปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมทั้งภายในและภายนอกมหาวิทยาลัย เช่น กิจกรรมปฐมนิเทศแนะนำสถานที่ต่างๆ แนะนำกฎระเบียบของมหาวิทยาลัย มาตรการป้องกันความปลอดภัยและลดปัญหาอาชญากรรม ถ้าหากนิสิตต่างชาติอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี ปัญหาต่างๆ ก็ไม่เกิดขึ้นกับนิสิตต่างชาติ

ข้อเสนอแนะจากงานวิจัย

จากผลการวิจัย พบว่า สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย ความมั่นคงทางอารมณ์สัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น การมองโลกในแง่ดี และความเชื่อมั่นในตนเอง เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ และเป็นปัจจัยที่ควรให้ความสำคัญ เนื่องจากปัจจัยเหล่านี้มีส่วนสำคัญทำให้นิสิตต่างชาติมีความสามารถในการปรับตัวทางสังคมและจิตใจ ดังนั้นมหาวิทยาลัยและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องที่มีรับสมัครนิสิตนักศึกษาต่างชาติเข้ามาศึกษาต่อในประเทศไทย สามารถนำผลที่ได้จากการวิจัยนี้ไปจัดสร้างหรือพัฒนาการจัดกิจกรรมที่หลากหลายเพื่อเป็นส่งเสริมความสามารถในการปรับตัวให้ดียิ่งขึ้น ดังนี้

1. ผลการวิจัยยืนยันว่าสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ ซึ่งมหาวิทยาลัยควรให้ความสำคัญกับลักษณะทางกายภาพภายในมหาวิทยาลัยให้น่าอยู่ ร่มรื่น สะอาด รู้สึกสบายกายสบายใจที่ได้อาศัยอยู่ภายในมหาวิทยาลัยเหมือนได้พักอาศัยอยู่ในสถานที่ที่คุ้นเคยก่อนมาศึกษาต่อ

2. ผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่าปัจจัยทางจิตใจ ได้แก่ ความมั่นคงทางอารมณ์ การมองโลกในแง่ดี และความเชื่อมั่นในตนเอง มีส่วนช่วยให้นิสิตต่างชาติมีพื้นฐานที่ดีต่อการปรับตัว หากทางมหาวิทยาลัยให้ความสำคัญและสนับสนุนส่งเสริมกิจกรรมหรือหาแนวทางการพัฒนาสร้างปัจจัยเหล่านี้ให้เกิดขึ้นกับนิสิตต่างชาติ ย่อมทำให้นิสิตต่างชาติมีการปรับตัว เข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่น มองสถานการณ์ต่างๆ ในแง่ดี และสามารถปรับตนเองให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ในมหาวิทยาลัยได้เป็นอย่างดี

ข้อเสนอแนะในงานวิจัยครั้งต่อไป

หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง หรือผู้ที่มีส่วนในการพัฒนานิสิตต่างชาติที่เข้ามาศึกษาในประเทศไทย สามารถนำปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวจากงานวิจัยนี้ ไปประยุกต์ออกแบบกิจกรรมส่งเสริมการปรับตัวหรือหาแนวทางในการพัฒนาการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ และจากงานวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยเห็นว่าควรจะศึกษาปัจจัยความต้องการหลังสำเร็จการศึกษาของนิสิตต่างชาติ เนื่องจากปัจจัยนี้เป็นเหตุจูงใจอย่างหนึ่งของนิสิตต่างชาติที่เข้ามาศึกษาต่อในประเทศไทย



บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กฤษฎณา ศักดิ์ศรี. (2534). มนุษย์สัมพันธ์. กรุงเทพฯ: อักษรพิทยา.
- กมลพรรณ จันท์พยอม. (2550). สภาพแวดล้อมทางครอบครัว โรงเรียน และบุคลิกภาพที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวของนักเรียนวัยรุ่น. ปรินทิพนิพนธ์ วท.ม. (การวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- กรมวิชาการ. (2537). คู่มือและสื่อการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองสำหรับเด็กระดับก่อนประถมศึกษา. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์การศาสนา.
- (2539). คู่มือการพัฒนาโรงเรียนเข้าสู่มาตรฐานการศึกษา. กรุงเทพฯ: กรมวิชาการ
- (2543). คู่มือการพัฒนาโรงเรียนสู่มาตรฐานการศึกษา “การจัดสิ่งแวดล้อมในการเรียนการสอน”. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: อรุณลาดพร้าว.
- (2544). หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544. กรุงเทพฯ: ไทยร่มเกล้า.
- กองทะเบียนและประมวลผลการศึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา. (2557). จำนวนนิสิตต่างชาติ จำแนกตามคณะ และประเทศ. สืบค้นเมื่อ 11 พฤศจิกายน 2557, จาก <http://reg.buu.ac.th/registrar/stat.asp?avs83328237=1>
- กันต์กนิษฐ์ เกษมพงษ์ทองดี. (2546). ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี จังหวัดนนทบุรี. ปรินทิพนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- กุลทลี เทพศิริ. (2555). การวิเคราะห์ความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชาวเขา ในระดับช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาเชียงราย เขต 2. วิทยานิพนธ์ คม. (การวิจัยและประเมินผลการศึกษา). เชียงราย: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย. ถ่ายเอกสาร.
- กำพล จาววัฒนาสกุล. (2547). การปรับตัวของนักเรียนนักศึกษาชาวเขาในเขตชุมชนเมือง. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (สังคมศาสตร์เพื่อการพัฒนา). เชียงราย: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย. ถ่ายเอกสาร.
- จุมจินต์ สลัดทุกข์. (2543). ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวของนิสิตระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ปรินทิพนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- จุฑารัตน์ ฉัตรพงษ์สวัสดิ์. (2553). ปัจจัยคัดสรรที่ส่งผลต่อการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). นครราชสีมา: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา. ถ่ายเอกสาร.
- ฉวี วิษณุเนติชัย. (2537). บุคลิกภาพและการปรับตัว. กรุงเทพฯ: สถาบันราชภัฏจันทรเกษม.

- ชญาภาณท์ นวลสิงห์. (2547). ความพึงพอใจของนิสิตต่อสภาพแวดล้อมมหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (การอุดมศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิต
วิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ชวลีพรรณ พลขำนิ. (2547). ปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนิสิต
ปริญญาตรี มหาวิทยาลัยมหาสารคาม. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (วัดผลการศึกษา).
มหาสารคาม: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาสารคาม. ถ่ายเอกสาร.
- ณฤมล ประภัสสร. (2547). ปัญหาและความต้องการของนิสิตเกี่ยวกับสภาพแวดล้อมของหอพัก
โครงการเพชรในตม มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (การ
อุดมศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ณัฐกานต์ ทองสนธิ. (2549). การศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุบางลักษณะ ที่มีต่อยุทธวิธีการเผชิญ
ปัญหาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จังหวัดชลบุรี. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (การวิจัย
และสถิติทางการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่าย
เอกสาร.
- ดาราภา วรรณวนิช. (2550). ศึกษาการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
ปีการศึกษา 2550 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่าย-
มัธยม). วารสารวิจัยและนวัตกรรมสาธิต. (2): 35-41.
- ทศพร มณีศรีขำ; และ นิรันดร์ จุลทรัพย์. (2542). การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพ
แสดงตัว ความวิตกกังวล ความเชื่อมั่นในตนเอง และคุณธรรมแห่งพลเมืองดีของนิสิต
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒภาคใต้และมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์. สงขลา:
มหาวิทยาลัยทักษิณ.
- เทอดศักดิ์ เดชคง. (2543). ความฉลาดทางอารมณ์. พิมพ์ครั้งที่ 8. กรุงเทพฯ: มติชน.
- ทิวา มั่งน้อย. (2535). การเปรียบเทียบความสามารถในการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนที่มี
รูปแบบของการอธิบายต่างกัน. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (จิตวิทยาสังคม). กรุงเทพฯ: บัณฑิต
วิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- ธนัญญา คนอยู่. (2547). ปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อความเชื่อมั่นในตนเอง ของนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ 3 ในเขตพื้นที่การศึกษากรุงเทพมหานคร เขต 3. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม.
(การวิจัยและสถิติทางการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ธัญมาศ วงศ์สิงหรา. (2547). การศึกษาการปรับตัวในการทำงานของพนักงานระดับปฏิบัติการใน
ห้างสรรพสินค้าแห่งหนึ่งในจังหวัดนครราชสีมา. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยา
พัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ธิดา จูติพานิชยางกูร. (2550). ปัจจัยบางประการที่ส่งผลต่อความมั่นคงทางอารมณ์และ
ความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ใน

- เขตกรุงเทพมหานคร เขต 3. ปรินูญานินพนธ์ กศ.ม. (การวิจัยและสถิติทางการศึกษา).
 กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- นงลักษณ์ วิรัชชัย. (2542). *โมเดลลิสเรล : สถิติวิเคราะห์สำหรับการวิจัย*. พิมพ์ครั้งที่ 3.
 กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นิภา คำภาณุ. (2547). *ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวในการเรียนระดับไฮสคูลของนักเรียนเกรด 9 โรงเรียนนานาชาติเอกมัยเขตวัฒนากรุงเทพมหานคร*. ปรินูญานินพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- นิภา นิธยาน. (2530). *การปรับตัวและบุคลิกภาพ*. กรุงเทพฯ: โอ.เอส.พรินติ้ง เฮาส์.
- นิรมล สุวรรณโคตร. (2553). *การปรับตัวของนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยนเรศวร*. ปรินูญานินพนธ์ กศ.ม. (การอุดมศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- นิวัติ เรืองพาณิชย์. (2542). *การอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ*. กรุงเทพฯ: คณะวนศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
- น้ำเพชร สีนทอง. (2541). *การศึกษาเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและความวิตกกังวลระหว่างการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน แบบมีเหตุผลและแบบปล่อยปละละเลยของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสวนกุหลาบวิทยาลัยนนทบุรี ปีการศึกษา 2541*. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (การวัดและประเมินผลการศึกษา). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยรามคำแหง. ถ่ายเอกสาร.
- ประภัสสร สุขชื่น. (2539). *การศึกษาคุณภาพของแบบทดสอบวัดบุคลิกภาพความเชื่อมั่นในตนเองระหว่างรูปแบบมาตรานิตทางเลือกทางเดียว (Unipolar) และมาตรานิตเลือกสองทาง (Bipola)*. ปรินูญานินพนธ์ กศ.ม. (วัดผลการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ปัญญา ชูช่วย. (2551). *ปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาปริญญาตรี มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี*. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (การวัดผลและวิจัยการศึกษา) สงขลา: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์. ถ่ายเอกสาร.
- ปิยะวดี ลิ้มพะบำรุง. (2547). *การพัฒนาการมองโลกในแง่ดีด้วยโปรแกรมการฝึกทักษะการคิดของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ*. ปรินูญานินพนธ์ วท.ม. (การวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- เปรมพร มั่นเสมอ. (2545). *การปรับตัว กลวิธีการเผชิญปัญหา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาชั้นปีที่ 1*. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- ปริญญา ตันสกุล. (2543). *หลักแห่งการเป็นคน สำหรับผู้ฉลาดที่จะเป็นมนุษย์*. กรุงเทพฯ: จิตจักรวาล.

- พจนพร ถนอมวุฒิศักดิ์. (2552). การวิเคราะห์โครงสร้างความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (การวิจัยและสถิติทางการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- พยอม ธีธรรส. (2540). ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวด้านการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดสุพรรณบุรี. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- พรรณทิพย์ ศิริวรรณบุศย์. (2553). ทฤษฎีจิตวิทยาพัฒนาการ. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พิมพ์พันธ์ เตชะคุปต์. (2545). การเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ: แนวคิด วิธีและเทคนิคการสอน. กรุงเทพฯ: เดอะมาสเตอร์กรุ๊ป แมเนจเม้นท์.
- เต็มศักดิ์ คทวนิช. (2540). ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับปัญหาการเรียนและวิธีเผชิญปัญหาทางการเรียนของนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- เต็มศักดิ์ คทวนิช. (2546). จิตวิทยาทั่วไป. กรุงเทพฯ: ซีเอ็ดดูเคชั่น.
- มุกดา ศรีรงค์. (2553). จิตวิทยาทั่วไป. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- มาลี จุฬา. (2542). จิตวิทยาการเรียนการสอน. กรุงเทพฯ: อักษรพัฒนา.
- ยุทธ ไกยวรรณ. (2547). การบริหารการผลิตในงานอุตสาหกรรม. กรุงเทพฯ: พิมพ์ดี จำกัด.
- รัตน์ บัวสนธ์. (2555). วิธีการเชิงผสมผสานสำหรับการวิจัยและประเมิน. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วราภรณ์ ตระกูลสฤษดิ์. (2549). จิตวิทยาการปรับตัว. กรุงเทพฯ: ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ.
- วศินี มุกตอกไม้. (2541). การเปรียบเทียบผลของกิจกรรมกลุ่มและการฝึกพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมที่มีต่อสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนชุมชนบึงบา อำเภอหนองเสือ จังหวัดปทุมธานี. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- วิชัย พ้องเสียง. (2553). ปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จังหวัดร้อยเอ็ด. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (การวิจัยการศึกษา). มหาสารคาม: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาสารคาม. ถ่ายเอกสาร.
- วิเชียร กระพีแดง. (2543). ชีวิตและสิ่งแวดล้อม. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต.
- วินัย วีระวัฒนานนท์. (2541). สิ่งแวดล้อมศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- วิภาพร มาพบสุข. (2543). มนุษย์สัมพันธ์. กรุงเทพฯ: ซีเอ็ดดูเคชั่น.
- วุฒินี กมลภัทรากร. (2546). กรอบความเป็นส่วนตัว ความขัดแย้ง และสัมพันธภาพระหว่างบิดามารดากับบุตรวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

- ศูนย์สารสนเทศยุทธศาสตร์ภาครัฐ สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2556). มหาวิทยาลัยของไทยกับการเข้าสู่ประชาคมอาเซียน. กรุงเทพฯ: สำนักงานสถิติแห่งชาติ.
- ษมาพร ศรีอิทธาจิต. (2548). การวิเคราะห์ความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างปัจจัยบางประการที่ส่งผลต่อทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดนครนายก. ปรินุญานินพนธ์ กศ.ม. (การวิจัยและสถิติทางการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. (2553). ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สิทธิศักดิ์ ศักดิ์สีดากร. (2552). ปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อความสามารถในการเผชิญปัญหาความขัดแย้งของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา กรุงเทพมหานคร เขต 1. ปรินุญานินพนธ์ กศ.ม. (การวิจัยและสถิติทางการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สิทธิมา สุทธิศักดิ์. (2549). การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับความสามารถในการแก้ปัญหาด้านการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในเขตพื้นที่การศึกษานครปฐม เขต 1. ปรินุญานินพนธ์ กศ.ม. (การวิจัยและสถิติทางการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สิริชัย ประทีปฉาย. (2533). การพัฒนาบุคลิกภาพและการปรับตัว. จันทบุรี: วิทยาลัยรำไพพรรณี.
- สิริย์ลักษณ์ ไชยลังกา; และ คณะ. (2552). ความมั่นคงทางอารมณ์และความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรคของนักศึกษาพยาบาลศาสตรบัณฑิต วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี พะเยา. พะเยา: วิทยาลัยพยาบาล บรมราชชนนี พะเยา
- สุชา จันทน์เอม. (2544). จิตวิทยาทั่วไป. กรุงเทพฯ: วัฒนาพานิช.
- สุโท เจริญสุข. (2515). จิตวิทยาการศึกษา. กรุงเทพฯ: แพร่พิทยา.
- สุนันท์ สุขสวัสดิ์. (2552). สภาพแวดล้อมที่เกี่ยวข้องกับการจัดการศึกษาของคณะแพทยศาสตร์ ศิริราชพยาบาลในทัศนะของนักศึกษาแพทย์. ปรินุญานินพนธ์ กศ.ม. (การอุดมศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สุภัททา ปิณฑะแพทย์. (2542). พฤติกรรมมนุษย์และการพัฒนาตน : จิตวิทยาขั้นมูลฐานและการประยุกต์. กรุงเทพฯ: ภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว สถาบันราชภัฏสวนสุนันทา.
- สุรีย์พร ไชยฤกษ์. (2550). การศึกษาปัจจัยบางประการที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กรุงเทพมหานคร โดยการวิเคราะห์หุระดับ. ปรินุญานินพนธ์ กศ.ม. (การวิจัยและสถิติทางการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สุมาลี พัวชู. (2547). การศึกษาพัฒนาการความสามารถในการคิดสังเคราะห์และการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาช่วงชั้นที่ 3 ในเขตพื้นที่การศึกษากทม. กรุงเทพมหานคร เขต 3.

- ปริญญาณิพนธ์ กศ.ม. (การวิจัยและสถิติทางการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สุวิมล ตีรภานนท์. (2553). การวิเคราะห์ตัวแปรพหุในงานวิจัยทางสังคมศาสตร์. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- सानิต รัตตัญญู. (2533). การเปรียบเทียบมโนภาพแห่งตนและสภาพแวดล้อมของโรงเรียนตามการรับรู้ของนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวและไม่ก้าวร้าวในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร. ปริญญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา. (2558). นักศึกษาต่างชาติที่ศึกษาในสถาบันอุดมศึกษาในสังกัดและในกำกับสำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา ปีการศึกษา 2555. สืบค้นเมื่อ 25 พฤษภาคม 2558, จาก <http://inter.mua.go.th/main2/list.php?id=pu04>
- แสงเดือน ทวีสิน. (2545). จิตวิทยาการศึกษา (Educational Psychology). กรุงเทพฯ: ไทยเส็ง.
- องอาจ นัยพัฒน์. (2551). การออกแบบการวิจัย: วิธีการเชิงปริมาณ เชิงคุณภาพ และผสมผสานวิธีการ. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อมรพรรณ ประจันตวนิชย์. (2550). ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมในการทำงานและปัจจัยส่วนบุคคลที่ส่งผลต่อการมีส่วนร่วมในการประกันคุณภาพการศึกษาของบุคลากรในมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ปริญญาณิพนธ์ กศ.ม. (การวิจัยและสถิติทางการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- อังศินันท์ อินทรกำแหง. (2552). การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ. กรุงเทพฯ: สุขุมวิทการพิมพ์.
- อารยา สุวะมาตย์. (2540). การวิเคราะห์องค์ประกอบบุคลิกภาพด้านความเชื่อมั่นในตนเอง. ปริญญาณิพนธ์ กศ.ม. (การวัดผลการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- อุไรวรรณ ทวีชัย. (2556). ปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อการปรับตัวของนักเรียนประจำพักนอนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนที่มีความหลากหลายทางชาติพันธุ์ สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาเชียงราย เขต 4 และสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 36. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (วิจัยและประเมินผลการศึกษา). เชียงราย: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย. ถ่ายเอกสาร.
- Afolabi, O.A. (2014). Do Self Esteem and Family Relations Predict Prosocial Behavior and Social Adjustment of Fresh Student?. *Higher Education of Social Science*. 7: 26-34.
- Bharti, Rakesh. (2013). Relationship between emotional intelligence and adjustment amongst undergraduates. *Review Research*. 2: 1-5.
- Cazan, Ana-Maria. (2012). Self regulated learning Strategies-predictors of academic adjustment. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. 33: 104-108.

- Desena, Paul A. (1946, October). The Role of Consistency in Identifying Characteristics of Three Levels of Achievement. *The Personal and Guidance Journal*. 43: 145-149.
- Ernst, Jeremy V. (2013, Spring). Social Adjustment of At-Risk Technology Education Students. *Journal of Technology Education*. 24: 2-13.
- Gill, L.J. (1962, March). Some Non-Intellectual Correlated of Academic Achievement among Maxican Secondary School Student. *Journal of Educational Psychology*. 53: 144-149.
- Ishak, Noor-Azniza; et al. (2011, June). Moderating Effect of Gender and Age on the Relationship between Emotional Intelligence with Social and Academic Adjustment among First Year University Students. *International Journal of Psychological Studies*. 3: 78-89.
- Nyamayaro, Primrose C.; & Saravanan, Coumaravelou. (2013, August). The relationship Between adjustment and negative emotional states among first year medical students. *Asian Journal of Social Sciences & Humanities*. 2: 270-278.
- Ogoemeka; & Helen, Obioma. (2011). Correlate of social problem-solving and adjustment among secondary school students in Ondo State, Nigeria. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. 30: 1598-1602.
- Ogoemeka; & Helen, Obioma. (2013). Emotional Intelligence And Life Adjustment For Nigerian SecondaryStudents. *International Education Research*. 9: 199-205.
- Opara, Ijeoma M.; & Onyekuru; Bruno U.D. (2013, June). Psychosocial Predictors of secondary school student adjustment to school. *European Scientific Journal*. 9: 303-311.

ภาคผนวก





องค์ประกอบ		ข้อที่	ผู้เชี่ยวชาญคนที่					IOC	ผลการ คัดเลือก
			1	2	3	4	5		
การปรับตัว	ด้านจิตใจ	1	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
		2	1	1	0	1	1	0.8	คัดเลือกไว้
		3	1	1	0	1	1	0.8	คัดเลือกไว้
		4	1	1	0	1	1	0.8	คัดเลือกไว้
		5	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
	ด้านสังคม	6	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
		7	1	1	0	0	1	0.6	คัดเลือกไว้
		8	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
		9	1	1	0	1	1	0.8	คัดเลือกไว้
		10	1	1	0	1	1	0.8	คัดเลือกไว้
		11	1	1	0	1	1	0.8	คัดเลือกไว้
สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย		1	1	1	0	0	1	0.6	คัดเลือกไว้
		2	1	1	0	1	1	0.8	คัดเลือกไว้
		3	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
		4	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
		5	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
		6	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
		7	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
		8	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
		9	1	1	0	1	1	0.8	คัดเลือกไว้
		10	1	1	0	0	1	0.6	คัดเลือกไว้
สัมพันธภาพกับ ผู้อื่น	สัมพันธภาพระหว่าง นิสิตกับอาจารย์	1	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
		2	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
		3	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
		4	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
		5	1	1	0	0	0	0.4	คัดออก
		6	1	1	0	0	0	0.4	คัดออก
		7	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
	สัมพันธภาพระหว่าง นิสิตกับเพื่อน	8	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
		9	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้

องค์ประกอบ		ข้อที่	ผู้เชี่ยวชาญคนที่					IOC	ผลการ คัดเลือก
			1	2	3	4	5		
ความเชื่อมั่นใน ตนเอง		10	1	1	1	0	1	0.8	คัดเลือกไว้
		11	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
		12	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
		13	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
		14	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
		15	0	0	1	0	1	0.4	คัดออก
	ความเข้มแข็งทาง จิตใจ	1	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
		2	1	1	0	1	1	0.8	คัดเลือกไว้
		3	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
		4	1	1	1	0	-1	0.4	คัดออก
		5	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
		6	1	1	0	1	1	0.8	คัดเลือกไว้
		7	-1	1	0	1	1	0.4	คัดออก
		8	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
	ความกล้าหาญ	9	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
		10	1	1	0	1	1	0.8	คัดเลือกไว้
		11	1	1	0	1	1	0.8	คัดเลือกไว้
		12	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
		13	1	1	1	1	0	0.8	คัดเลือกไว้
		14	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
		15	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
		16	1	1	0	1	1	0.8	คัดเลือกไว้
	การพึ่งตนเอง	17	1	1	1	0	1	0.8	คัดเลือกไว้
		18	0	1	-1	1	1	0.4	คัดออก
		19	1	1	1	0	1	0.8	คัดเลือกไว้
		20	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
		21	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
	ความเป็นตัวของ ตัวเอง	22	1	1	0	1	1	0.8	คัดเลือกไว้
		23	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
		24	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้

องค์ประกอบ		ข้อที่	ผู้เชี่ยวชาญคนที่					IOC	ผลการ คัดเลือก
			1	2	3	4	5		
ความมั่นคงทาง อารมณ์	การรับรู้ต่อเหตุการณ์	25	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
		26	0	1	0	1	1	0.6	คัดเลือกไว้
		27	0	1	1	0	1	0.6	คัดเลือกไว้
		1	-1	0	1	0	-1	-0.2	คัดออก
		2	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
	การจัดการกับ อารมณ์	3	0	0	1	1	1	0.6	คัดเลือกไว้
		4	-1	1	1	1	1	0.6	ปรับปรุง ข้อความ
		5	-1	1	1	1	1	0.6	ปรับปรุง ข้อความ
		6	1	1	0	1	1	0.8	คัดเลือกไว้
		7	1	1	0	1	1	0.8	คัดเลือกไว้
	การได้รับความ ช่วยเหลือสนับสนุน	8	1	1	0	1	1	0.8	คัดเลือกไว้
		9	1	1	0	1	1	0.8	คัดเลือกไว้
		10	-1	1	1	1	1	0.6	ปรับปรุง ข้อความ
		11	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
		12	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
		13	1	1	0	1	1	0.8	คัดเลือกไว้
การมองโลก ในแง่ดี	ความคงทนถาวร	1	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
		2	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
		3	-1	1	-1	1	1	0.2	คัดออก
		4	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
		5	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
	ความเป็นตนเอง	6	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
		7	1	1	1	0	1	0.8	คัดเลือกไว้
		8	-1	1	1	1	1	0.6	คัดเลือกไว้
		9	-1	1	1	1	1	0.6	คัดเลือกไว้
	ความครอบคลุม	10	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
		11	-1	1	1	1	1	0.6	คัดเลือกไว้

องค์ประกอบ	ข้อที่	ผู้เชี่ยวชาญคนที่					IOC	ผลการ คัดเลือก
		1	2	3	4	5		
	12	-1	1	1	1	1	0.6	ปรับปรุง ข้อความ
	13	-1	1	1	1	1	0.6	ปรับปรุง ข้อความ



ภาคผนวก ข
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย



แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

เรื่อง

การศึกษาความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ

ในมหาวิทยาลัยบูรพา : การวิจัยผสมผสานวิธีแบบอธิบายตามกาลเวลา

คำชี้แจง

1. แบบสอบถามนี้มีความมุ่งหมายเพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ

ในมหาวิทยาลัยบูรพา

2. แบบสอบถามแบ่งออกเป็น 7 ตอน คือ

ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนบุคคลของนิสิต

ตอนที่ 2 แบบสอบถามการปรับตัว

ตอนที่ 3 แบบสอบถามสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย

ตอนที่ 4 แบบสอบถามสัมพันธภาพต่อผู้อื่น

ตอนที่ 5 แบบสอบถามความเชื่อมั่นในตนเอง

ตอนที่ 6 แบบสอบถามความมั่นคงทางอารมณ์

ตอนที่ 7 แบบสอบถามการมองโลกในแง่ดี

3. ผู้วิจัยขอความร่วมมือจากนิสิต กรุณาตอบแบบสอบถามตามความคิดเห็นหรือตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด

ขอขอบคุณทุกท่านที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามเพื่อการวิจัยครั้งนี้

นางสาวพรรณวิพา เพ็ชรสวัสดิ์

นิสิตปริญญาโท แขนงวิชาการวิจัยและสถิติทางการศึกษา

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของนิสิต

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย / ลงในช่องว่างหน้าข้อความที่เป็นจริงเกี่ยวกับข้อมูลส่วนบุคคล
ของนิสิต

1. เพศ

☐ 1. ชาย

☐ 2. หญิง

2. กำลังศึกษาอยู่ระดับชั้น

☐ 1. ระดับปริญญาตรี

☐ 2. ระดับปริญญาโท

3. คณะที่ศึกษา.....

4. สัญชาติ.....



ตอนที่ 2 แบบสอบถามการปรับตัว

คำชี้แจง ให้นักเรียนอ่านข้อความแล้วโปรดทำเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับระดับความคิดเห็น
ของนิสิต

ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. ข้าพเจ้าภาคภูมิใจในการเป็นนักศึกษาที่มาเรียนต่างประเทศ					
2. เมื่อถูกล้อเลียนเรื่องหน้าตา ข้าพเจ้าคิดว่าโชคดีแล้ว ที่เกิดมาร่างกายสมบูรณ์					
3. เมื่อได้มาศึกษาในต่างประเทศ ข้าพเจ้าเชื่อว่าการ มาศึกษาต่อครั้งนี้จะทำให้ข้าพเจ้าประสบความสำเร็จ ในชีวิต					
4. เมื่อต้องนอนดึกเพื่ออ่านหนังสือสอบ ข้าพเจ้าคิดว่า ต้องอดทนเพื่อความสำเร็จ					
5. เมื่อคิดถึงบ้าน ข้าพเจ้าจะหากิจกรรมที่มีประโยชน์ ทำเพื่อให้รู้สึกดีขึ้น					
6. เมื่อได้ยินเสียงเพลงชาติไทย ข้าพเจ้ายืนตรง เคารพ ธงชาติแบบคนไทย					
7. เมื่อทำรายงานกลุ่ม ข้าพเจ้ารับฟังความคิดเห็น ของเพื่อนด้วยความเต็มใจ					
8. ข้าพเจ้าสามารถเรียนรู้และปฏิบัติตาม วัฒนธรรมไทยด้วยความเต็มใจ					
9. ข้าพเจ้าฝึกยกมือไหว้ผู้อื่นแบบคนไทย					
10. ข้าพเจ้ายินดีเข้าร่วมกิจกรรมไหว้ครูของ มหาวิทยาลัย					
11. การร่วมกิจกรรมรับน้อง ช่วยทำให้ข้าพเจ้ารู้จัก การเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี					

ตอนที่ 3 แบบสอบถามสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย

คำชี้แจง ให้นักศึกษาอ่านข้อความแล้วโปรดทำเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับระดับความคิดเห็น
ของนิสิต

ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. มหาวิทยาลัยมีบรรยากาศที่สงบเงียบเหมาะสมต่อการเรียนการสอน					
2. ภายในห้องเรียนของมหาวิทยาลัยมีการจัดวางอุปกรณ์อย่างเป็นระเบียบ					
3. ห้องเรียน อาคารต่างๆ ในบริเวณมหาวิทยาลัย มีแสงสว่างเพียงพอ					
4. ห้องเรียนและอาคารต่างๆ ของมหาวิทยาลัย มีอากาศถ่ายเทสะดวก					
5. ในห้องเรียนของมหาวิทยาลัยไม่มีกลิ่นเหม็นจากสิ่งปฏิกูล เช่น ขยะ หรือกลิ่นห้องน้ำ					
6. มหาวิทยาลัยมีห้องเรียนมีขนาดพอเหมาะกับจำนวนนิสิต					
7. อาคารต่างๆในมหาวิทยาลัยมีความแข็งแรง ได้มาตรฐาน					
8. ภายในมหาวิทยาลัย มีสถานที่สำหรับการพักผ่อนหย่อนใจที่สวยงาม					
9. มหาวิทยาลัยมีอาคารหรือสถานที่รองรับสำหรับการจัดกิจกรรมแต่ละกิจกรรมที่เหมาะสม					
10. มหาวิทยาลัยมีอุปกรณ์การเรียนการสอนที่ครบถ้วน					

ตอนที่ 4 แบบสอบถามสัมพันธภาพต่อผู้อื่น

คำชี้แจง ให้นิสิตอ่านข้อความแล้วโปรดทำเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับระดับความคิดเห็น
ของนิสิต

ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. อาจารย์พร้อมรับฟังปัญหาทุกเรื่องของข้าพเจ้า					
2. อาจารย์ยินดีรับฟังเหตุผลของข้าพเจ้า					
3. เมื่อข้าพเจ้ามีปัญหา อาจารย์จะให้คำปรึกษาและแนะนำที่ดีแก่ข้าพเจ้า					
4. อาจารย์ตำหนิข้าพเจ้า เมื่อข้าพเจ้าทำให้อาจารย์ไม่พอใจ					
5. อาจารย์สนับสนุนให้ข้าพเจ้าเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ที่มหาวิทยาลัยจัดขึ้น					
6. เพื่อนยินดีรับฟังปัญหาของข้าพเจ้า					
7. ข้าพเจ้าร่วมทำกิจกรรมต่างๆ กับเพื่อนได้อย่างดี					
8. ข้าพเจ้าและเพื่อนให้คำปรึกษาและคำแนะนำซึ่งกันและกัน					
9. ข้าพเจ้าเป็นห่วงเวลาเพื่อนไม่สบายหรือขาดเรียน					
10. ข้าพเจ้าไม่นินทาเพื่อนให้ผู้อื่นฟัง					
11. ข้าพเจ้าเต็มใจช่วยเหลือเพื่อน เมื่อเพื่อนมีปัญหา					
12. ข้าพเจ้าได้รับความไว้วางใจจากเพื่อน					

ตอนที่ 5 แบบสอบถามความเชื่อมั่นในตนเอง

คำชี้แจง ให้นักิิตอ่านข้อความแล้วโปรดทำเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับระดับความคิดเห็น
ของนิสิต

ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. ข้าพเจ้าไม่ใช่คนโลเล ที่ชอบเปลี่ยนใจง่าย ๆ					
2. เมื่อมีอุปสรรคเกิดขึ้น ข้าพเจ้าเลิกล้มความตั้งใจของตนเอง					
3. เมื่อมีข้อผิดพลาดเกิดขึ้น ข้าพเจ้าเกิดความลังเลที่จะทำสิ่งนั้นต่อไป					
4. ถ้าต้องตอบคำถามในชั้นเรียน ข้าพเจ้าตื่นเต้นและตกใจจนพูดอะไรไม่ถูก					
5. ข้าพเจ้าไม่รู้สึกรังเกียจ ถ้าต้องไปในที่ที่ไม่มีคนรู้จัก					
6. ข้าพเจ้ากังวลใจทุกครั้งที่มีการสอบ					
7. เมื่ออาจารย์ขออาสาสมัครให้มานำเสนอผลงาน ข้าพเจ้าสมัครใจออกมาหน้าชั้น					
8. เมื่ออาจารย์ให้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับวิธีการสอนของอาจารย์ ข้าพเจ้ายกมือแสดงความคิดเห็น					
9. เมื่ออาจารย์เฉลยข้อสอบผิด ข้าพเจ้ายกมือขึ้นถามอาจารย์ถึงข้อสอบข้อนั้นๆ					
10. เมื่อข้าพเจ้ากระทำผิด ข้าพเจ้ายอมรับผิด					
11. เมื่อมีการคัดเลือกตัวแทนทำกิจกรรม ข้าพเจ้าสมัครทำกิจกรรมนั้นทันที					
12. เมื่อมีข้อสงสัย ข้าพเจ้าเก็บไว้ในใจ ไม่กล้าถามใคร					
13. เมื่ออาจารย์เฉลยแบบฝึกหัดแล้วคำตอบไม่ตรงกับที่ข้าพเจ้าคิดไว้ ข้าพเจ้าขอให้อาจารย์อธิบายให้ฟังอย่างละเอียด					
14. ข้าพเจ้าไม่กล้าเข้าไปส่งรายงาน ถ้าเห็นอาจารย์นั่งอยู่ที่โต๊ะ					

ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
15. ข้าพเจ้านั้นใจว่ามีความสามารถในการแก้ปัญหาต่างๆ ได้					
16. ข้าพเจ้าทำรายงานที่อาจารย์มอบหมายด้วยตนเอง					
17. เมื่อข้าพเจ้าไม่เข้าใจเนื้อหาของงานที่อาจารย์มอบหมาย ข้าพเจ้าจะลอกเพื่อน					
18. เมื่อได้รับมอบหมายงานที่ยาก ข้าพเจ้าพยายามทำงานนั้นจนสำเร็จ					
19. ข้าพเจ้าภูมิใจในความสามารถของตนเองที่ได้รับการคัดเลือกให้มาเรียนในต่างประเทศ					
20. ข้าพเจ้ามีความภูมิใจในสิ่งที่ข้าพเจ้าได้ทำ					
21. หากมีเรื่องที่ต้องตัดสินใจ ข้าพเจ้าให้ผู้ปกครองเป็นคนตัดสินใจแทน					
22. เมื่อเพื่อนบอกว่าข้าพเจ้าทำงานผิด ข้าพเจ้าตรวจสอบให้ดีกว่าก่อนที่จะแก้ไข					
23. ข้าพเจ้าทำตามที่เพื่อนบอกโดยไม่รู้เหตุผลว่าทำไมต้องทำ					
24. ข้าพเจ้าชอบสร้างสรรค์สิ่งใหม่ๆ					

ตอนที่ 6 แบบสอบถามความมั่นคงทางอารมณ์

คำชี้แจง ให้นักเรียนอ่านข้อความแล้วโปรดทำเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับระดับความคิดเห็น
ของนิสิต

ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. เมื่อกำลังหงุดหงิดกับการทำของหาย ข้าพเจ้าจะพิจารณาถึงสาเหตุก่อนลงมือหาของที่หาย					
2. ข้าพเจ้ามีความทุกข์ใจกับเรื่องเล็กน้อยที่เกิดขึ้น					
3. เมื่อทำแบบฝึกหัดผิด ข้าพเจ้ากลับมาทบทวนจุดผิดพลาด					
4. ข้าพเจ้ารู้เท่าทันอารมณ์ของตนเอง					
5. ข้าพเจ้าสามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ เมื่อรู้สึกโกรธหรือโมโห					
6. เมื่อถูกขัดใจ ข้าพเจ้าจะรู้สึกหงุดหงิดจนไม่สามารถควบคุมอารมณ์ได้					
7. เมื่อรู้สึกโกรธ ข้าพเจ้าสามารถจัดการกับอารมณ์ให้หายโกรธได้					
8. เมื่อข้าพเจ้ามีเรื่องไม่สบายใจ ข้าพเจ้าระบายความรู้สึกเพื่อปรับทุกข์กับคนที่ไว้วางใจ					
9. เมื่อต้องการค้นหาหนังสือในห้องสมุด ข้าพเจ้าขอคำปรึกษาจากเจ้าหน้าที่ห้องสมุดหรือเพื่อน					
10. เมื่อมีปัญหา เพื่อนให้ความช่วยเหลือแก้ปัญหาข้าพเจ้าได้					
11. เมื่อมีปัญหา อาจารย์ช่วยหาทางแก้ปัญหาให้ข้าพเจ้าได้					
12. เมื่อเดินทางไปสถานที่ที่ไม่เคยไป ข้าพเจ้าขอคำปรึกษาจากผู้รู้เส้นทางในพื้นที่นั้นๆ					

ตอนที่ 7 แบบสอบถามการมองโลกในแง่ดี

คำชี้แจง ให้นักิิตอ่านข้อความแล้วโปรดทำเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับระดับความคิดเห็น
ของนิสิต

ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. แม้มีเหตุการณ์ไม่ดีเกิดขึ้น ข้าพเจ้ามองว่าเหตุการณ์นั้นจะคลี่คลายไปในทางที่ดีได้					
2. ในวันที่ข้าพเจ้าท้อแท้ที่สอบได้คะแนนน้อย ข้าพเจ้าคิดว่าข้าพเจ้าสามารถสอบได้คะแนนมากกว่านี้					
3. เมื่อมีปัญหา ข้าพเจ้าคิดว่าทุก ๆ ปัญหาเป็นบทเรียนในชีวิต					
4. เมื่ออกหักหรือผิดหวังในความรัก ข้าพเจ้าคิดว่าจะไม่สนใจเรื่องความรักอีกต่อไป					
5. หากข้าพเจ้าผิดหวังในการแข่งขันใดๆ ข้าพเจ้าคิดเสมอว่าข้าพเจ้าเป็นต้นเหตุ					
6. หากรายงานกลุ่มมีความผิดพลาด ข้าพเจ้าคิดว่าไม่ใช่ความผิดของข้าพเจ้าคนเดียว					
7. เมื่อชวนเพื่อนไปเที่ยว แต่เพื่อนปฏิเสธ ข้าพเจ้าจะคิดว่าเพื่อนมีธุระที่สำคัญกว่า					
8. ข้าพเจ้าได้เกรดเฉลี่ยที่ดี เพราะข้าพเจ้าขยันเรียน					
9. การที่ถูกตำหนิเป็นเพราะข้าพเจ้าทำผิด ไม่ได้เป็นเพราะอาจารย์ไม่ชอบข้าพเจ้า					
10. การที่ทำงานได้สำเร็จ ทำให้ข้าพเจ้ามั่นใจว่าการทำงานชิ้นต่อไปจะสำเร็จด้วย					
11. เมื่อตกอยู่ในสถานการณ์ที่ยากลำบาก ข้าพเจ้าคิดว่าจะผ่านไปได้					
12. เมื่อทำงานผิดพลาด ข้าพเจ้าคิดว่าเป็นการเรียนรู้อย่างหนึ่ง					

调查研究

题目

因果关系研究关于泰国东方大学留学生行为调整的影响因素: 使用定性与定量相结合的连续探索研究方法

说明：

1. 此问卷调查目的为了研究 “泰国东方大学留学生行为调整的影响因素”
2. 此问卷内容分为 7 各部分：

第一部分：学生的个人资料

第二部分：学生的行为调整

第三部分：大学里的环境

第四部分：和其他人的人际关系

第五部分：个人自信

第六部分：情绪稳定性

第七部分：乐观的态度

3. 请跟据您自身情况如实填写， 将不胜感激

谢谢你的配合

Panwipa Petsawat

硕士研究生 教育研究与统计系

泰国诗纳卡宁威洛大学

part1 第一部分： 学生个人资料

填写说明： 请阅读上述的内容， 并在符合你的意见的方框打钩 (/)

1. 性别

☐ 1. 男☐ 2. 女

2. 正在学习什么学历

☐ 1. 本科☐ 2. 硕士

3. 专业.....

4. 国籍.....

Part2 第二部分： 学生的行为调整

填写说明： 请阅读上述的内容， 并在符合你的意见的方框打钩 (/)

题目	赞同度 (5为完全赞同, 1为完全反对)				
	5	4	3	2	1
可以在国外留学我感到自豪					
当我被嘲笑面貌时, 我会想我很幸运生下来肢体齐全					
我相信此次留学会让将来的事业成功					
当我熬夜看书为了考试, 我觉得我必须要忍耐为了成功					
当我想家时, 我会找好活动参加, 为了让自己感觉更好					
当我听到泰国的国歌, 我会和泰国人同样礼敬国歌					
当我们做小组报告, 我会愿意接受朋友的意见					
我愿意学习泰国文化、入乡随俗					
我学会如泰国人同样双手合十打招呼					
我愿意参加大学的敬师典礼					
新生向导活动有帮助我理解怎么当好领导和追随者					

Part3 第三部分：大学里的环境

填写说明：请阅读上述的内容，并在符合你的意见的方框打钩 (/)

题目	赞同度（5为完全赞同，1为完全反对）				
	5	4	3	2	1
大学提供安静的气氛，适合学习					
教室里的设备整齐摆放					
教室和教学楼有足够的光线					
教室和教学楼有足够的空气流通					
教室里没有难闻的味道 例如 垃圾或洗手间					
大学的教室数量和学生数量合适					
大学教学楼结实，达到标准					
校内提供安逸的休息区					
大学有足够教学楼为了迎接或举办一定的活动					
大学的教学设备齐全					

Part4 第四部分：和其他人的人际关系

填写说明：请阅读上述的内容，并在符合你的意见的方框打钩 (/)

题目	赞同度 (5为完全赞同, 1为完全反对)				
	5	4	3	2	1
老师愿意聆听我的任何问题					
老师愿意聆听我的理由					
当我遇到问题时，老师会给我好的建议和指导					
当我让老师不满意时，老师会批评我					
老师鼓励我参加大学活动					
朋友愿意聆听我的问题					
我很好地参与朋友活动					
我和朋友互相提供建议和意见					
我会关心朋友生病或缺勤					
我不会在背后说我朋友					
当朋友遇到问题，我愿意帮助他们					
我得到朋友们的信任					

Part5 第五部分：个人自信

填写说明：请阅读上述的内容，并在符合你的意见的方框打钩 (/)

题目	赞同度（5为完全赞同，1为完全反对）				
	5	4	3	2	1
我已下定了决心，就不会容易改变主义的人					
一遇到障碍，我就会打退堂鼓					
一发现了错误，我就会犹豫去完成那件任务					
如果要在班里回答问题 我会紧张甚至说不出来					
我不会担心，如果我要去到没有人认识我的地方					
每次考试我会担心					
当老师需要志愿者在班前演讲时，我会举手					
当老师需要学生提出意见关于老师的教学方式，我会提出意见					
当老师解答错误答案，我会举手询问老师					
当我犯错的时候，我会认错					
当大学有选拔活动代表人，我会立即参加此活动					
当我有疑问时 我会放在心里 不敢问别人					
当老师解答的答案合我心里想的不同，我会要求老师仔细解释给我听					
我不敢提交报告如果老师还坐在桌子上					
我相信我有能力解决任何问题					
我自己完成老师分配的任务					
当我不理解作业的内容，我会抄朋友的作业					
当我拿到有难度的任务，我会加倍努力去完成任务					
通过自己的能力被选拔到国外来读书我感觉很自豪					
我对我的任务感到自豪					
如果有事情需要做出决定，我会要求担保人做决定					
当朋友告诉我，我的工作有错误我会仔细检查后再修改					
我会按照朋友的命令完成任务，不管理由如何					

题目	赞同度 (5为完全赞同, 1为完全反对)				
	5	4	3	2	1
我喜欢创造新东西					

Part6 第六部分: 情绪稳定性

填写说明: 请阅读上述的内容, 并在符合你的意见的方框打钩 (/)

题目	赞同度 (5为完全赞同, 1为完全反对)				
	5	4	3	2	1
当我丢失东西时, 我会考虑到原因之后再寻找					
我对一些小事情操心					
当我做练习时, 我会再次查看错误					
我理解自己的情绪					
当我生气的时候, 我会控制自己的情绪					
当我被阻止时, 我会烦躁控制不了自己的情绪					
当我生气的时候, 我会自己平衡我的心情					
当我心里有事, 我会跟我放心的朋友去发泄					
当我需要在图书馆查书, 我会咨询图书馆员或者朋友					
当我遇到问题时, 朋友可以帮助我解决问题					
当我遇到问题时, 老师可以帮助我解决问题					
当我旅行到陌生的地方 我会咨询熟悉具体地区的人					

Part7 第七部分：乐观的态度

填写说明：请阅读上述的内容，并在符合你的意见的方框打钩 (/)

题目	赞同度（5为完全赞同，1为完全反对）				
	5	4	3	2	1
虽然有不好的情况发生，我觉得情况会有好转					
当我很失落因为考试分数低，我觉得我可以得到更高的分数					
当我遇到问题时，我觉得每个问题都是生活中的训练					
当我对爱情感到失望，我觉得对爱情不感兴趣了					
当我对任何比赛失望，我会觉得原因是我					
如果小组报告有错误，我觉得不是我一个人的问题					
当我叫朋友出去玩可是被拒绝，我会觉得朋友应该有更重要的事情					
我取得好成绩，因为我努力学习					
被老师批评因为做错，不是因为老师不喜欢我					
可以完成任务安排，会让我有信心我下一个任务也会成功					
当我遇到困难时，我觉得我可以过得去					
工作中的错误，对我来说也是一个学习和成长的好地方					

Questionnaires

A STUDY OF CAUSAL RELATIONSHIP MODEL OF FACTORS EFFECTING ADAPTATION OF FOREIGN STUDENTS IN BURAPHA UNIVERSITY: MIXED-METHODS SEQUENTIAL EXPLANATORY DESIGN

Explanation:

1. This survey aims to study the factors of influence in adaptation of foreign students in Burapha university.

2. There are 7 aspects:

Part 1: Questionnaire about students' personal information

Part 2: Questionnaire about students' adaptation

Part 3: Questionnaire about environment in the university

Part 4: Questionnaire about relationship with others

Part 5: Questionnaire about students' self-esteem

Part 6: Questionnaire about students' emotional stability

Part 7: Questionnaire about students' optimism

3. I would like to ask for your cooperation to answer honestly based on your actual opinions.

Thanks for your kind cooperation and assistance in completing this survey.

Miss Panwipa Petsawat
The Master Degree student
from the faculty of Education
at Srinakharinwirot University

Part 1: Personal Information

Please tick (/) in the box according to your personal information

1. Sex

☐ 1. Male

☐ 2. Female

2. Education

☐ 1. Bachelor Degree

☐ 2. Master Degree

3. Faculty.....

4. Nationality.....



Part 2: Questionnaire about your adaptation

Please tick (/) to rate yourself honestly, how far do you agree or disagree with these statements

Content	Level of opinion				
	Very agree	Normal agree	Not sure/ do not know	Disagree	Very disagree
1. I am so proud of being an aboard student.					
2. When someone parodies me about my appearance, I think how lucky I am that I was born with a perfect body.					
3. When I come to study aboard, I believe that this study will make me success in life.					
4. I believe I need to endure many late nights reading books to be successful in my exams.					
5. When I get homesick, I will find a useful activity to make me feel better.					
6. When I hear Thai National anthem, I stand up and stand straight to show my respect like Thai people do.					
7. For the group work, I willingly listen and accept other opinion.					
8. I can learn and behave according to Thai culture.					
9. I do the <i>Wai</i> to greet others like Thai people do.					
10. I am pleased to participate the Teacher's Day Observation activity of the university.					
11. Attending the freshmen orientation makes me learn how to be a good leader and follower.					

Part 3: Environment within the university

Please tick (/) to rate yourself honestly, how far do you agree or disagree with these statements

Content	Level of Opinion				
	Very agree	Normal agree	Not sure/ Do not know	Disagree	Very disagree
1. The campus is quite so it is suitable for studying.					
2. Inside the university classrooms, the equipment is set tidily.					
3. It is bright enough in the classrooms, buildings, and the campus.					
4. Classrooms and buildings of the university are well-ventilated.					
5. Within the classrooms, there is no odour from sewage--trash or bad smell from toilet.					
6. The sizes of the university's classrooms are fit to the number of the students.					
7. The buildings in the university are constructed to a uniformly sound standard.					
8. In the campus provides the beautiful places to relax.					
9. The university has the suitable buildings and places to be arranged for any activities.					
10. The university provides all learning and teaching equipment essential for the student and staffs.					

Part 4: Relationship with others

Please tick (/) to rate yourself honestly, how far do you agree or disagree with these statements

Content	Level of Opinion				
	Very agree	Normal agree	Not sure/ Do not know	Disagree	Very disagree
1. An instructor listens to all of my problems.					
2. An instructor is willing to listen to my reason.					
3. When I have a problem, an instrument will let me consult then give me good advice.					
4. An instructor only pays attention to the outstanding academic students.					
5. An instructor supports me to attend any activities that the university arranges.					
6. My friends are pleased to listen to my problems.					
7. I can join any activities with a friend so well.					
8. My friend and I always consult and take any advice from each other.					
9. I am concerned when a friend is sick or absent.					
10. I do not gossip about a friend to others.					
11. I am willing to help a friend when he has a problem.					
12. I gain trust from my friends.					

Part 5: Self-esteem

Please tick (/) to rate yourself honestly, how far do you agree or disagree with these statements

Content	Level of Opinion				
	Very agree	Normal agree	Not sure/ Do not know	Disagree	Very disagree
1. I am not a hesitating person who easily changes his mind.					
2. When I face an obstacle, I will give up to my willing					
3. When I find a mistake, I will hesitate to do that thing again.					
4. In the class, if I have to answer a question, I will be excited and shocked to say anything.					
5. I do not worry when I go to the place where I do not know anybody.					
6. I am so worried every time I have an examination.					
7. If an instructor asks for a volunteer to present our work, I will voluntarily come out to present it in front of the class.					
8. If an instructor lets students share the opinions about the way of his teaching, I will put my hand up to share mine.					
9. When an instructor gets the wrong answer during the examination, I will put my hand up to ask about that point of the exam.					
10. If I make a mistake, I will accept in what I do.					
11. If there is a selection to find a representative of an activity, I will immediately apply to be a representative.					
12. When I am in doubt, I will keep it in my mind because I do not dare to ask anyone.					

Content	Level of Opinion				
	Very agree	Normal agree	Not sure/ Do not know	Disagree	Very disagree
13. If I find the answers of exercises do not match with mine, I will ask the instructor to explain more details.					
14. I am afraid of handing any assignments when I see an instructor sits at the table.					
15. I am sure that I can deal with any problems.					
16. I do assignments from an instructor by myself.					
17.If I do not understand in the content which an instructor gives me to do, I will copy from a friend.					
18. When assigned the difficult task, I will try to do it successfully.					
19. I take a pride in my abilities that make me selected to study aboard.					
20. I am proud of what I have achieved.					
21. In case that I need to make a decision, I will let my parents decide what to do.					
22. If my friend tells me that I do something wrong on my work, I will check it before it is edited.					
23. I will follow in what my friend asks me to do without any doubt.					
24. I love to create new things.					

Part 6: Emotional Stability

Please tick (/) to rate yourself honestly, how far do you agree or disagree with these statements

Content	Level of Opinion				
	Very agree	Normal agree	Not sure/ Do not know	Disagree	Very disagree
1. When being upset with losing a thing, I will consider about the cause before going to find it.					
2. I am unhappy when the little thing happens.					
3. When I do the exercises wrong, I will review the text to find what is wrong.					
4. I literately know my emotions.					
5. I can control my anger when I get it.					
6. If someone offends me, I feel upset and can not control my emotions.					
7. I can deal with my emotions when I get angry.					
8. When I am upset, I will confide the person who I can trust.					
9. I will consult a librarian or friend when I need to find a book in the library.					
10. A friend helps me to solve a problem when I am in trouble.					
11. When I have a problem, an instructor helps me to find a solution.					
12. When travelling to a place where I have never been, I will ask the person who knows the routes to that area.					

Part 7: Optimism

Please tick (/) to rate yourself honestly, how far do you agree or disagree with these statements

Content	Level of Opinion				
	Very agree	Normal agree	Not sure/ Do not know	Disagree	Very disagree
1. Although there is a bad thing occurred, I believe that it will have a positive outcome.					
2. When I feel discouraged as I get the low score of the test, I think I can do it better next time.					
3. I think every problem is a lesson of my life.					
4. I am broken-heart or disappointed in love, I will not think about love anymore.					
5. If I am disappointed in any competition, I always think that I am the cause of it.					
6. If the group assingment fails, I think it is not only my fault.					
7. When I ask my friend to go out, but he refuses to come with me. I will think he has another important thing to do.					
8. I get good grades because I study very hard.					
9. To be blamed as I do a mistake, it does not mean the instructor does not like me.					
10. When my work is successful, I am sure that I will complete the next one as well.					
11. When I face a rough situation, I think it will pass.					
12. When I make a mistake, I think it is a lesson.					

แบบสัมภาษณ์
ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ

ชื่อ-สกุล.....สัญชาติ.....
 คณะ.....สาขาวิชา.....ชั้นปีที่.....
 วันที่.....

1. ปัจจัยสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติอย่างไร

.....

.....

.....

.....

2. ปัจจัยสัมพันธภาพกับผู้อื่น มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติอย่างไร

.....

.....

.....

.....

3. ปัจจัยความเชื่อมั่นในตนเอง มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติอย่างไร

.....

.....

.....

.....

4. ปัจจัยความมั่นคงทางอารมณ์ มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติอย่างไร

.....

.....

.....
.....

5. ปัจจัยการมองโลกในแง่ดี มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตต่างชาติอย่างไร

.....
.....
.....
.....



แบบสัมภาษณ์
แนวทางการพัฒนาการปรับตัวของนิสิตต่างชาติ ในมหาวิทยาลัยบูรพา

ชื่อ-สกุล.....ตำแหน่ง.....
 คณะ.....สาขาวิชา.....
 วันที่.....

1.นโยบายหรือมาตรการใด มีลักษณะอย่างไร ที่จะช่วยให้นิสิตต่างชาติปรับตัวได้

.....

.....

.....

.....

2.กิจกรรมใดบ้าง มีลักษณะอย่างไร ที่จะช่วยให้นิสิตต่างชาติปรับตัวได้

.....

.....

.....

.....

3. กิจกรรมที่กำหนดขึ้นแต่ละกิจกรรมควรจัดขึ้นในช่วงใดจึงจะเหมาะสม

.....

.....

.....

.....

4. ท่านคิดว่าจะมีแนวทางใด ที่จะช่วยพัฒนาการปรับตัวของนิสิตต่างชาติได้บ้าง อย่างไร

.....

.....

.....



ประวัติย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ ชื่อสกุล	นางสาวพรรณวิภา เพ็ชรสวัสดิ์
วันเดือนปีเกิด	4 มิถุนายน 2533
สถานที่เกิด	อำเภอพัฒนานิคม จังหวัดลพบุรี
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	30/2 หมู่ 2 ตำบลมหาโพธิ์ อำเภอสระโบสถ์ จังหวัดลพบุรี 15240
ตำแหน่งหน้าที่การงานในปัจจุบัน	ครูผู้ช่วย
สถานที่ทำงาน	โรงเรียนอนุบาลสระโบสถ์ ตำบลสระโบสถ์ อำเภอสระโบสถ์ จังหวัดลพบุรี
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2548	มัธยมศึกษาตอนปลาย จาก โรงเรียนพิบูลวิทยาลัย จังหวัดลพบุรี
พ.ศ. 2551	วท.บ. (สถิติ) จาก มหาวิทยาลัยบูรพา จังหวัดชลบุรี
พ.ศ. 2561	กศ.ม. (การวิจัยและพัฒนาศักยภาพมนุษย์) จาก มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จังหวัดกรุงเทพมหานคร