

**ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงที่มีต่อ  
การปรับตัวทางวัฒนธรรมของนิสิตมุสลิมระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1  
มหาวิทยาลัยทักษิณ วิทยาเขตสงขลา**

The Effects of the Reality Group Counseling on Cultural Adjustment in Muslim Freshmen,  
Thaksin University, Songkhla Campas

มนลดา ยูโซะ<sup>1</sup> จิระสุข สุขสวัสดิ์<sup>2</sup> และกฤษฎากาญจน์ โดพิทักษ์<sup>3</sup>  
Monlada Yusoh<sup>1</sup> Jirasuk Suksawat<sup>2</sup> and Krittayakan Topithak<sup>3</sup>

**บทคัดย่อ**

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) เปรียบเทียบผลของการปรับตัวทางวัฒนธรรมของนิสิตมุสลิมของกลุ่มทดลองก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง และ (2) เปรียบเทียบผลของการปรับตัวทางวัฒนธรรมของนิสิตมุสลิมของกลุ่มทดลองหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงและกลุ่มควบคุมที่ได้รับการดูแลปกติ กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นิสิตมุสลิมมหาวิทยาลัยทักษิณ ระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 2 ประจำปีการศึกษา 2556 ที่สำเร็จการศึกษาจากโรงเรียนเอกชนสอนศาสนาอิสลามที่มีคะแนนการปรับตัวทางวัฒนธรรมในระดับต่ำกว่าปกติเล็กน้อยถึงต่ำกว่าปกติมาก จำนวน 20 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 10 คน ที่เข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง และกลุ่มควบคุม จำนวน 10 คน ที่ได้รับการดูแลปกติ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบวัดการปรับตัวทางวัฒนธรรม และโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง สถิติที่ใช้ในการวิจัย คือ Wilcoxon Signed Rank Test และ Mann Whitney U Test ผลการวิจัย สรุปได้ดังนี้

1. นิสิตมุสลิมที่เข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงมีการปรับตัวทางวัฒนธรรมสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
2. นิสิตมุสลิมที่เข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงมีการปรับตัวทางวัฒนธรรมสูงขึ้นมากกว่านิสิตมุสลิมที่ได้รับการดูแลปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

**คำสำคัญ:** การปรับตัวทางวัฒนธรรม, การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง, นิสิตมุสลิม

<sup>1</sup> มหบัณฑิต หลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยทักษิณ

<sup>2</sup> อาจารย์ ดร. สาขาวิชาจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยทักษิณ : ประธานที่ปรึกษา

<sup>3</sup> อาจารย์ ดร. สาขาวิชาการประเมินผลและวิจัย คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยทักษิณ : กรรมการที่ปรึกษา

\* Corresponding author : e-mail : yusnida@hotmail.com

**Abstract**

The purpose of this research was(1) to compare the effects of approach on cultural adjustment to Muslim freshmen in experimental group before and after participated the group counseling with reality therapy;(2) to compare and the effects of approach on cultural adjustment to Muslim freshmen in experimental group, which is the control group, before participated the group counseling with reality therapy and the control group who received usual care. The subjects of this study were Muslim freshmen who were graduates of Islamic school, of Thaksin University on 2nd semester academic year 2556 they had scored lower than normal to slightly below normal on cultural adjustment. There were 20 students who had done the experiment, 10 students who received the group counseling with reality therapy. And 10 students for the control group who received usual care.

The research instruments used for the study were the cultural adjustment scale, the group counseling assessment with reality therapy. The statistical analyses employed were the Wilcoxon Signed Rank test and Mann Whitney U test.

The result of the study were as follows :

1. Muslim freshmen who participated in group counseling with reality therapy, had higher on cultural adjustment with a statistically significant at the .01 level.
2. Muslim freshmen who participated in group counseling with reality therapy, had higher on cultural adjustment more than the Muslim freshmen who received usual care with a statistically significant at the .01 level.

**Keywords:** The Cultural Adjustment, Group Counseling with Reality Therapy, The Muslim Freshmen

**บทนำ**

มหาวิทยาลัยทักษิณจัดอยู่ในกลุ่มสถาบันอุดมศึกษาที่มุ่งเน้นผลิตบัณฑิตให้มีความรู้ ล้ำงาน มีคุณธรรม จริยธรรม มีทักษะ เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตตนเองสามารถมีส่วนร่วมในการพัฒนาสังคม มีจิตสำนึกในการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม รวมทั้งแสวงหาและพัฒนาองค์ความรู้ด้วยการวิจัย ทางปัญญาและภูมิปัญญาไทย ภูมิปัญญาตะวันออกเพื่อบูรณา

การร่วมกับภูมิปัญญาสากลและถ่ายทอดสู่ชุมชนผ่านระบบบริการวิชาการที่หลากหลายทั้งการทำนุบำรุงศิลปะและวัฒนธรรมเพื่อสืบสานดำรงไว้ซึ่งเอกลักษณ์ของท้องถิ่นและของชาติ (มหาวิทยาลัยทักษิณ. สืบค้นเมื่อ 6 มิถุนายน 2556, จาก <http://www.tsu.ac.th>)

มหาวิทยาลัยทักษิณมี 2 วิทยาเขต เปิดสอนใน 8 คณะ จากความหลากหลายของคณะที่เปิดสอนทำให้มีผู้ที่สนใจเลือกเข้ามา

ศึกษาในมหาวิทยาลัยทักษิณ จากข้อมูลสถิติของนิสิตตั้งแต่ปี 2548 มีจำนวนนิสิต 6,580 คน ซึ่งปี 2555 มีจำนวนนิสิต 12,264 คน จะพบได้ว่าในปี 2555 มีอัตราการเพิ่มของจำนวนนิสิตคิดเป็นร้อยละ 86.38 (ไทยพับลิกา. สืบค้นเมื่อ 6 มิถุนายน 2556, จาก <http://thaipublica.org/2012/11/>) จากข้อมูลดังกล่าวแสดงให้เห็นว่ามหาวิทยาลัยทักษิณเป็นอีกมหาวิทยาลัยหนึ่งของนิสิตใหม่ในการเลือกเข้ามาศึกษาต่อ โดยทั่วไปแล้วนิสิตระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ที่เข้ามาศึกษานั้นส่วนมากจะมีอายุอยู่ในเกณฑ์ระหว่าง 18 - 19 ปี ซึ่งเป็นช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิตเป็นวัยที่ประสบกับความยุ่งยากมากที่สุดเป็นวัยที่ต้องพบกับการเปลี่ยนแปลงอีกทั้งยังมีวุฒิภาวะที่ยังไม่สมบูรณ์จึงทำให้ต้องมีการปรับตัวในด้านต่างๆ (รุ่ง สุทธิธรรมวสี. 2550 :2)

การที่บุคคลจะอยู่ในสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงได้ั้นจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องเรียนรู้ในการปรับสภาพจิตใจ สภาพร่างกาย และที่สำคัญคือการมีสุขภาพจิตที่ดีมีจิตใจที่เข้มแข็งกล้าตัดสินใจและสามารถแก้ไขปัญหาหรืออุปสรรคต่างๆ ซึ่งบุคคลที่สามารถดำรงตนอยู่ได้อย่างมีความสุขนั้นจะต้องมีความสามารถที่จะปรับตัวให้เข้ากับสังคมนั้นๆ ได้เป็นอย่างดี ดังนั้นการปรับตัวของบุคคลในการอยู่ร่วมกันในสังคมจึงเป็นเรื่องที่สำคัญยิ่ง (นิรมล สุวรรณโคตร. 2553 : 1 - 3) การปรับตัวที่เหมาะสมจะทำให้บุคคลมีสุขภาพจิตที่ดี ส่วนบุคคลที่ไม่สามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสมก็จะเกิดความไม่สบายใจ เกิดความเครียดหรือความคับข้องใจ ทำให้การดำเนินชีวิตเป็นไปด้วยความยากลำบากส่งผลต่อสภาวะจิตใจ ฉะนั้นการปรับตัวจึงเป็นเรื่องที่มีความสำคัญอย่างยิ่ง

สำหรับมนุษย์ทุกคน (ลักขณา สริวัฒน์. 2545 : 63) การปรับตัวในที่นี้ไม่ใช่เป็นการเปลี่ยนแปลงด้านสถานที่ที่อยู่อาศัย สภาพแวดล้อมใหม่ ระบบการเรียนการสอน สภาพการเรียน การสร้างความสัมพันธ์กับเพื่อนใหม่การใช้ภาษาเท่านั้น แต่ยังรวมถึงประเพณีวิถีชีวิตและวัฒนธรรมของสังคมที่หล่อหลอมรวมเข้าไปด้วย จากความแตกต่างทางด้านศาสนาและการดำเนินชีวิตในรั้วมหาวิทยาลัยที่มีความหลากหลายทางวัฒนธรรม ส่งผลต่อการปรับตัวทางวัฒนธรรมของนิสิตชั้นปีที่ 1 เป็นอย่างมาก โดยเฉพาะอย่างยิ่งนิสิตมุสลิมที่สำเร็จการศึกษาจากโรงเรียนเอกชนสอนศาสนาอิสลามที่มีความเคร่งครัดทางด้านศาสนาทั้งทางด้านการศึกษาและการศรัทธา และมีวัฒนธรรมการดำรงชีวิตประจำวันที่ต่างจากนิสิตทั่วไป เช่น การบริโภคอาหาร การบริหารจัดการกับเวลา การปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ ทั้งทางด้านศาสนาและการดำรงชีวิต การใช้ภาษา การคบเพื่อน และการแต่งกาย เป็นต้น เนื่องจากนิสิตมุสลิมกลุ่มนี้จะมีเอกลักษณ์เฉพาะทางด้านวัฒนธรรมของตนเอง (สำนักงานศึกษาธิการเขตการศึกษา 2. 2536 : 93 - 100) จากเอกลักษณ์เฉพาะดังกล่าวทำให้นิสิตมุสลิมจำเป็นที่จะต้องเรียนรู้ทำความเข้าใจสังคมที่ตนอาศัยอยู่เพื่อสามารถปรับตัวให้เข้ากับพฤติกรรมในมหาวิทยาลัยและสามารถใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับผู้อื่นในมหาวิทยาลัยได้อย่างมีความสุข

ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาการปรับตัวทางวัฒนธรรมของนิสิตมุสลิมระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยทักษิณวิทยาเขตสงขลา โดยนำกระบวนการปรึกษา

เชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงมาใช้ ซึ่งการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงสามารถช่วยให้ผู้รับการปรึกษาล้ำที่ จะเผชิญกับความเป็นจริงของชีวิต ช่วยให้ผู้รับการปรึกษามีความรับผิดชอบที่จะแก้ปัญหา และมีทักษะในการคิดแก้ปัญหาโดยพิจารณาจากความเป็นจริงเปิดโอกาสให้ผู้รับการปรึกษาได้ประเมินพฤติกรรมของตน (วัชร ทรัพย์มี.2549 : 250 - 251) รวมทั้งหาแนวทางในการวางแผนเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ที่ก่อให้เกิดอุปสรรคให้สามารถดำเนินชีวิตในมหาวิทยาลัยร่วมกับผู้อื่นได้ การทำความเข้าใจเรียนรู้และยอมรับในความแตกต่างเพื่อสามารถอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างสันติสุข

#### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบผลของการปรับตัวอย่างทางวัฒนธรรมของนิสิตมุสลิมของกลุ่มทดลองก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง
2. เพื่อเปรียบเทียบผลของการปรับตัวอย่างทางวัฒนธรรมของนิสิตมุสลิมกลุ่มทดลองหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงและกลุ่มควบคุมที่ได้รับการดูแลปกติ

#### วิธีดำเนินการวิจัย

##### ประชากรและกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย

1. ประชากร ได้แก่ นิสิตมุสลิมมหาวิทยาลัยทักษิณ ระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 2 ประจำปีการศึกษา 2556 ที่สำเร็จการศึกษาจากโรงเรียนเอกชนสอนศาสนา

อิสลาม จำนวน 66 คน ที่มีความยินดีในการเข้าร่วมวิจัยและตอบแบบวัดการปรับตัวทางวัฒนธรรม (ข้อมูล : งานทะเบียนของชมรมมุสลิมมหาวิทยาลัยทักษิณ ณ วันที่ 30 กรกฎาคม พ.ศ. 2556)

2. กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นิสิตมุสลิมมหาวิทยาลัยทักษิณ ระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 2 ประจำปีการศึกษา 2556 ที่สำเร็จการศึกษาจากโรงเรียนเอกชนสอนศาสนาอิสลาม

โดยมีเกณฑ์ในการคัดเลือกของกลุ่มตัวอย่าง คือ

1. นิสิตที่มีคะแนนการปรับตัวทางวัฒนธรรมในระดับต่ำกว่าปกติเล็กน้อยถึงต่ำกว่าปกติมาก ซึ่งอยู่ในช่วง 90 – 175 คะแนน จำนวน 35 คน จากนั้นสอบถามความสมัครใจเพื่อเข้าร่วมวิจัยจำนวน 20 คน (Random Selection) โดยมีเกณฑ์เงื่อนไขประกอบกลุ่มดังนี้

1.1 นิสิตที่มีความสมัครใจ และสามารถเข้าร่วมกลุ่มตามวัน เวลา และสถานที่ที่กำหนดได้

1.2 สามารถสื่อสารและเข้าใจภาษาไทย

2. สุ่มนิตออกเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 10 คน (Random Assignment) ด้วยวิธีการจับฉลาก

3. สุ่มนิตเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (Random Treatment) ด้วยวิธีการจับฉลาก

##### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบวัดการปรับตัวทางวัฒนธรรม
2. โปรแกรมการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง

## 1. แบบวัดการปรับตัวทางวัฒนธรรม

แบบวัดการปรับตัวทางวัฒนธรรมที่ผู้วิจัยได้พัฒนาและปรับปรุงมาจากแบบวัดของปวีณา ไชยชมพู (2549) แบบวัดของรินชียวน (Ren Zhiyuan.2555) และงานวิจัยของรุจิรัตน์ กำมะหยี่ (2552) ที่มีความสอดคล้องและมีลักษณะการปรับตัวทางวัฒนธรรมที่แตกต่างกัน ซึ่งแบบวัดการปรับตัวทางวัฒนธรรมนี้เป็นการปรับตัวทางวัฒนธรรมภายใต้การดำรงชีวิตในมหาวิทยาลัยและอยู่ในหลักสูตรอิสลามจำนวน 42 ข้อ แบ่งเป็น 7 ด้าน คือ ด้านการใช้ภาษา ด้านสังคม ด้านการแต่งกายด้านการปฏิบัติศาสนกิจ ด้านการบริโภคอาหาร ด้านการทักทายและการทำความเคารพ และด้านการถือศีลอด

### 1.1 ขั้นตอนการสร้างและพัฒนาแบบวัดการปรับตัวทางวัฒนธรรม ดังนี้

1.1.1 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเกี่ยวกับการปรับตัวทางวัฒนธรรมในด้านต่างๆ

1.1.2 นำแบบวัดการปรับตัวทางวัฒนธรรมที่มีข้อคำถามเกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางวัฒนธรรมทั้ง 7 ด้าน มาพัฒนาและปรับปรุงเพื่อให้มีความสอดคล้องและครอบคลุมกับนิยามศัพท์เฉพาะแล้วนำมาปรับข้อคำถามให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง

1.1.3 นำแบบวัดการปรับตัวทางวัฒนธรรมที่ได้พัฒนาและปรับปรุงเรียบร้อยแล้วให้ ประธาน และกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์พิจารณาและตรวจสอบความถูกต้องพร้อมทั้งนำมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะ

1.1.4 นำแบบวัดการปรับตัวทางวัฒนธรรมที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน คือ อาจารย์อิสลิยาส มายุดิน อาจารย์สุภาภรณ์ ผลบุญ และคุณมรรชูกิมะเย็ง มาตรวจสอบค่าความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยพิจารณาความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ เนื้อหาวิธีดำเนินการและการประเมินผล โดยการวิจัยครั้งนี้มีค่าความสอดคล้อง คือ 0.67 – 1.00

1.1.5 นำแบบวัดที่ได้พัฒนา มาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ หลังจากนั้นนำไปทดลองใช้กับนิสิตมุสลิมที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตหาดใหญ่

1.1.6 นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ค่าอำนาจจำแนกของแบบวัดการปรับตัวทางวัฒนธรรมโดยหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวม (Item - Total Correlation) โดยการวิจัยครั้งนี้มีค่าอำนาจจำแนก คือ .20 - .78

### 1.2 ขั้นตอนการตรวจสอบคุณภาพของแบบวัดการปรับตัวทางวัฒนธรรม

1.2.1 การตรวจสอบความเชื่อมั่น (Reliability) หลังจากวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดการปรับตัวทางวัฒนธรรม พบว่าค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดการปรับตัวทางวัฒนธรรมเท่ากับ .90

1.2.2 เมื่อได้แบบวัดการปรับตัวทางวัฒนธรรมฉบับสมบูรณ์แล้วจึงแบ่งแบบวัดการปรับตัวทางวัฒนธรรมออกเป็น 2 ชุด โดยใช้วิธีการสลับตำแหน่งของข้อคำถามเป็นแบบวัดการปรับตัวทางวัฒนธรรมชุดเอ (Pre - Test) ก่อนการทดลอง และแบบวัดการปรับตัว

ทางวัฒนธรรมชุดปี (Post - Test) หลังการทดลอง จำนวน 42 ข้อ โดยแบบวัดทั้งสองชุดมีเนื้อหาเหมือนกัน แต่มีการจัดลำดับข้อคำถามต่างกันใช้เวลาในการตอบแบบวัดประมาณ 30 นาที

### 1.3 ลักษณะของแบบวัดการปรับตัวทางวัฒนธรรม

แบบวัดการปรับตัวทางวัฒนธรรมเป็นแบบวัดที่ให้ผู้ตอบรายงานตนเอง (Self-Report) เป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ตั้งแต่ (1) น้อยที่สุด ไปจนถึง (5) มากที่สุด

## 2. การสร้างโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง โดยมีขั้นตอนในการดำเนินการดังรายละเอียดต่อไปนี้

2.1 ศึกษาเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวกับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อประยุกต์ใช้เป็นแนวทางในการกำหนดขั้นตอนในการสร้างโปรแกรม

2.2 พัฒนาโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มโดยยึดหลักตามทฤษฎีเผชิญความจริงมาประยุกต์ใช้กับนิสิตมุสลิมในประเด็นการปรับตัวทางวัฒนธรรม

2.3 นำโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงที่มีต่อการปรับตัวทางวัฒนธรรมที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน คือ อาจารย์ ดร.มณฑิรา จารุเพ็ง อาจารย์ ดร.ครรชิต แสนอุบล และคุณนภชนก สุขประเสริฐ ตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity)

โดยการวิจัยครั้งนี้มีค่าความสอดคล้อง คือ 1.00

2.4 นำโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงที่พัฒนาและปรับปรุงแล้วไปทดลองใช้กับนิสิตมุสลิมที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 10 คน ที่มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา เพื่อตรวจสอบความเหมาะสมและเพื่อปรับแนวทางการให้การปรึกษาให้เหมาะสมกับนิสิตที่มีการปรับตัวทางวัฒนธรรมในระดับต่ำกว่าปกติเล็กน้อยถึงต่ำกว่าปกติมากก่อนนำไปใช้ในการทดลอง พบว่าผลการเข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.78 คะแนน (SD = 0.29)

### วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลตามขั้นตอนดังต่อไปนี้

#### 1. ระยะก่อนการทดลอง

1.1 ผู้วิจัยติดต่อสอบถามขอความร่วมมือจากกลุ่มเครือข่ายนิสิตมุสลิมของชมรมมุสลิม มหาวิทยาลัยทักษิณ มาทำแบบวัดการปรับตัวทางวัฒนธรรม จำนวน 66 คน หลังจากนั้นผู้วิจัยทำการเก็บรวบรวมข้อมูลและแปลผล พร้อมทั้งคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นนิสิตมุสลิมโดยใช้วิธีการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบสุ่มอย่างง่าย โดยวิธีการจับฉลากและคัดเลือกตามเกณฑ์การคัดเลือกที่กำหนดไว้ จำนวน 20 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 10 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 10 คน

1.2 ผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา กับกลุ่มตัวอย่างเพื่อชี้แจงรายละเอียด และลงนาม

ยินยอมเข้าร่วมการวิจัยพร้อมตอบแบบวัดการ  
ปรับตัวทางวัฒนธรรมชุดเอ (ก่อนทดลอง)

1.3 ผู้วิจัยจัดแบ่งกลุ่มตัวอย่าง  
ตามเกณฑ์การคัดเลือกเข้าของการทดลอง โดยใช้วิธีการ  
คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบสุ่มอย่างง่ายโดยวิธีการ  
จับฉลาก แบบไม่ใส่คืนรายชื่อครั้งที่ 1 กำหนด  
ให้เป็นกลุ่มควบคุม และจับสลากรายชื่อ  
ครั้งที่ 2 กำหนดให้เป็นกลุ่มทดลอง ประกอบด้วย  
ด้วย กลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม กลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม  
กลุ่มละ 10 คน

## 2. ระยะการดำเนินการทดลอง

ผู้วิจัยดำเนินการทดลองโดยให้กลุ่ม  
ทดลองเข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยา  
แบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง สำหรับกลุ่ม  
ควบคุมจะได้รับการดูแลตามปกติ

## 3. ระยะหลังการทดลอง

3.1 หลังเสร็จสิ้นการดำเนินการ  
ทดลอง ผู้วิจัยขอให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม  
ทำแบบวัดการปรับตัวทางวัฒนธรรมชุดบี  
(หลังทดลอง)

3.2 หลังจากเสร็จสิ้นการทำ  
แบบวัดการปรับตัวทางวัฒนธรรม ผู้วิจัย  
ให้ข้อเสนอแนะกับกลุ่มควบคุมหลังเสร็จสิ้น  
การดำเนินการทดลองเพื่อให้กลุ่มควบคุม  
มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการปรับตัวทาง  
วัฒนธรรมมากขึ้น

3.3 ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้อามาวิเคราะห์  
เปรียบเทียบสถิติทดสอบความแตกต่างของ  
ค่าเฉลี่ยก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง  
และวิเคราะห์เปรียบเทียบสถิติทดสอบความ  
แตกต่างของค่าเฉลี่ยหลังการทดลองของ  
กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมและรายงานผล

## สถิติที่ใช้ในการวิจัย

1. สถิติพื้นฐาน ได้แก่ การหาค่าเฉลี่ย  
และการหาค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. สถิติที่ใช้ในการตรวจสอบคุณภาพ  
เครื่องมือ ได้แก่ การหาค่าความตรงเชิงเนื้อหา  
การหาค่าความเที่ยง และค่าอำนาจจำแนก
3. สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน  
ได้แก่ Wilcoxon Signed Rank  
Testแบบสัมพันธ์กันและ Mann Whitney U  
Test แบบเป็นอิสระจากกัน

## สรุปผลและอภิปรายผล

### สรุปผล

1. นิสิตมุสลิมที่เข้าร่วมโปรแกรมการ  
ปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง  
มีการปรับตัวทางวัฒนธรรมสูงขึ้นอย่างมีนัย  
สำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
2. นิสิตมุสลิมที่เข้าร่วมโปรแกรมการ  
ปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง  
มีการปรับตัวทางวัฒนธรรมสูงขึ้นมากกว่า  
นิสิตมุสลิมที่ได้รับการดูแลปกติอย่างมีนัยสำคัญ  
ทางสถิติที่ระดับ .01

### อภิปรายผล

ผลการวิจัยพบว่า การปรับตัว  
ทางวัฒนธรรมของนิสิตมุสลิมของกลุ่มทดลอง  
ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษา  
เชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง  
ของกลุ่มทดลองมีการปรับตัวทางวัฒนธรรมหลัง  
การทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง โดยมีคะแนน  
เฉลี่ยของกลุ่มทดลองก่อนการทดลอง เท่ากับ  
161.40 คะแนน และหลังทดลอง เท่ากับ 195.40  
คะแนน ซึ่งคะแนนหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการ

ทดลอง เท่ากับ 34.00 คะแนน และการปรับตัวทางวัฒนธรรมของนิสิตมุสลิมของกลุ่มทดลอง หลังการเข้าร่วมโปรแกรมการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง และกลุ่มควบคุมหลังได้รับการดูแลตามปกติ โดยหลังการทดลองของกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนการปรับตัวทางวัฒนธรรมเพิ่มขึ้น แตกต่างกับกลุ่มควบคุม โดยในระยะเวลาหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง เท่ากับ 195.40 คะแนน และกลุ่มควบคุมหลังการทดลองเท่ากับ 165.00 คะแนน ซึ่งมีส่วนต่างเท่ากับ 30.00 คะแนน

จากความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยของการปรับตัวทางวัฒนธรรมของกลุ่มทดลองหลังเข้าร่วมโปรแกรมการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงที่กลุ่มทดลองได้รับ แตกต่างไปจากกลุ่มควบคุมในระยะเวลาหลังทดลอง ทำให้ผลการเปรียบเทียบคะแนนการปรับตัวทางวัฒนธรรมภายหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีความแตกต่างกัน

แสดงให้เห็นว่าการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงเป็นกระบวนการช่วยเหลือบุคคลที่มีพฤติกรรมขาดความรับผิดชอบ ไม่กล้าเผชิญความจริง ให้มาเป็นบุคคลที่มีความรับผิดชอบและกล้าเผชิญความจริงของชีวิต การช่วยให้บุคคลกล้าเผชิญความจริงจะช่วยให้เขาสามารถสนองความต้องการได้ในลักษณะที่พึงประสงค์ (พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา.2544 :127) อีกทั้งยังช่วยให้ผู้รับการศึกษาได้เข้าใจตนเอง มีเจตคติที่ดีต่อผู้อื่น และมีความสัมพันธ์กับผู้อื่นได้ดี ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ นิซซิมมา ทนศิริ (2551 : 86) พบว่า นักเรียนวัยรุ่นที่เข้าร่วมโปรแกรมการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญ

ความจริงมีคะแนนเฉลี่ยการปรับตัวทางสังคมสูงกว่ากลุ่มควบคุม ในระยะเวลาหลังการทดลองและระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และนักเรียนวัยรุ่นที่เข้าร่วมโปรแกรมการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงในระยะเวลาหลังการทดลองและระยะติดตามผลมีค่าคะแนนเฉลี่ยการปรับตัวทางสังคมสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งโปรแกรมการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงสามารถช่วยให้ผู้รับการศึกษา มีความรับผิดชอบที่จะแก้ปัญหา และมีทักษะในการคิดแก้ปัญหาโดยพิจารณาจากความเป็นจริง เปิดโอกาสให้ผู้รับการศึกษาได้ประเมินพฤติกรรมของตน (วัชรวิ ทรัพย์มี.2549 : 250 - 251) รวมทั้งหาแนวทางในการวางแผนเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ที่ก่อให้เกิดอุปสรรคให้สามารถดำเนินชีวิตในมหาวิทยาลัยร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข ซึ่งการประเมินผลของพฤติกรรมนั้นช่วยให้ผู้รับการศึกษารู้จักพิจารณาลึกลงไปถึงใฝ่คิดอีกทั้งจะเป็นแรงกระตุ้นให้สมาชิกเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม (Corey. 2008 : 408 - 412) ตลอดจนให้สมาชิกกลุ่มเกิดความเข้าใจและยอมรับในการปรับตัวต่อวัฒนธรรมที่แตกต่างจากวัฒนธรรมของตนเอง รวมทั้งสามารถยอมรับถึงการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของตนเองในด้านการปรับตัวทางวัฒนธรรมซึ่งเป็นการปรับตัวทางวัฒนธรรมภายใต้การดำรงชีวิตในมหาวิทยาลัยและอยู่ในหลักศาสนาอิสลาม ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของวัชรวรรณ พานิชเจริญ (2552 : 86 - 92) ศึกษาเรื่องผลการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงต่อการเผชิญปัญหาของวัยรุ่นใน



สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน ผลการวิจัยพบว่า วัยรุ่นในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนของกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการเผชิญปัญหาในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 วัยรุ่นในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการเผชิญปัญหาในระยะหลังทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าในระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับผลการวิจัยของ วิรัช ธัญวิรัช (2555 : 119) ศึกษาเรื่องผลการปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงต่อการกำกับตนเองในการดูแลสุขภาพของพยาบาลวิชาชีพโรงพยาบาลสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ ผลการวิจัยพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 พยาบาลวิชาชีพที่ได้รับการปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงมีการกำกับตนเองในการดูแลสุขภาพในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

#### ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะสำหรับการนำผลการวิจัยไปใช้

1.1 ผลการวิจัยที่ได้สามารถนำไปใช้ในการดูแลนิสิตมุสลิมกลุ่มนี้เพื่อช่วยให้สามารถปรับตัวในการดำเนินชีวิตประจำวันร่วมกับผู้อื่นในรั้วมหาวิทยาลัยได้ดีขึ้นทั้งนี้ผู้วิจัยหวังว่าผลการวิจัยครั้งนี้จะช่วยเปิดมุมมองใหม่ให้คนต่างศาสนาหรือบุคคลทั่วไปได้เข้าใจวิถีชีวิตเข้าใจวัฒนธรรมและเข้าใจความแตกต่างของนิสิตมุสลิมเพิ่มมากขึ้น

1.2 ผลการวิจัยที่ได้สามารถนำมาปรับใช้เป็นแนวทางในการทำงานในฐานะนักจิตวิทยาการศึกษา หรือบุคคลที่เกี่ยวข้องในด้านการปรับตัวทางวัฒนธรรม

1.3 ผู้ที่เกี่ยวข้อง เช่น อาจารย์ที่ปรึกษา นักจิตวิทยาการศึกษา จำเป็นต้องเรียนรู้เรื่องวัฒนธรรมอิสลามเพื่อให้เกิดความเข้าใจพื้นฐานที่เหมือนกัน และทราบถึงความต้องการของนิสิตมุสลิมซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อการแก้ปัญหาการปรับตัวทางวัฒนธรรมของนิสิตมุสลิมได้

2. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยในครั้งต่อไป

2.1 ควรมีการศึกษาการปรับตัวทางวัฒนธรรมในกลุ่มนิสิตมุสลิมชายในมหาวิทยาลัยต่างๆ ทั้งภาครัฐและเอกชน

2.2 ควรศึกษาการปรับตัวทางวัฒนธรรมของนิสิตในกลุ่มอื่นๆ นอกจากนิสิตที่นับถือศาสนาอิสลาม

2.3 ควรมีการติดตามผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามทฤษฎีตามทฤษฎีเผชิญความจริงภายหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง เพื่อนำผลของกระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มมาประยุกต์ใช้กับนิสิตมุสลิมที่มีความวิตกกังวล ความเครียดในประเด็นการปรับตัวทางวัฒนธรรมในรั้วมหาวิทยาลัยต่อไป

2.4 ควรมีการศึกษาการปรับตัวทางวัฒนธรรมด้วยวิธีการอื่นๆ เพื่อให้ได้มาซึ่งข้อมูลที่ละเอียดถี่ถ้วนและครอบคลุมมากยิ่งขึ้น เช่น การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบรายบุคคล การศึกษาเป็นรายกรณี หรือการวิจัยเชิงคุณภาพ เป็นต้น

## เอกสารอ้างอิง

- โครงการฮารับปันบารู. (2536). **วิถีชีวิตของชาวมุสลิม**. ม.ป.ท.
- ไทยพับลิก้า. (2555). **มหาวิทยาลัยนอกระบบ (4) : ปัญหาของมหาวิทยาลัยทักษิณ**. กรุงเทพฯ. สืบค้นเมื่อ 6 มิถุนายน 2556. จาก <http://thaipublica.org/2012/11/>
- นิชชีมาทนต์ศิริ. (2551). **ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงต่อการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนวัยรุ่น**. วิทยานิพนธ์ วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต. ชลบุรี: มหาวิทยาลัยบูรพา
- นิรมล สุวรรณโคตร. (2553). **การปรับตัวของนิสิตระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยนเรศวร**. วิทยานิพนธ์ การศึกษามหาบัณฑิต. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ปวีณา ไชยชมภู. (2549). **ปัจจัยที่มีผลต่อการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล มหาวิทยาลัยราชธานี วิทยาเขตอุดรธานี**. วิทยานิพนธ์ การศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต. ขอนแก่น : มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา. (2544). **ทฤษฎีและเทคนิคการให้คำปรึกษา (พิมพ์ครั้งที่ 2)**. กรุงเทพฯ : พัฒนาศึกษา.มหาวิทยาลัยทักษิณ. (2556). **ประวัติมหาวิทยาลัยทักษิณ**. สงขลา : มหาวิทยาลัยทักษิณ. สืบค้นเมื่อ 6 มิถุนายน 2556. จาก <http://www.tsu.ac.th>
- รุจิรัตน์ กำมะหยี่. (2552). **การปรับตัวทางวัฒนธรรมของนักศึกษามหาวิทยาลัยจากสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ในกรุงเทพมหานคร**. วิทยานิพนธ์ ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- รุ่ง สุทธิธรรมวาลี. (2550). **การศึกษาการปรับตัวทางสังคมในมหาวิทยาลัยรามคำแหงของนักศึกษาชั้นปีที่1**. วิทยานิพนธ์ วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- ลักขณา สริวัฒน์. (2545). **สุขวิทยาจิตและการปรับตัว**. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.
- วัชรวรรณพานิชเจริญ. (2552). **ผลการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงต่อการเผชิญปัญหาของวัยรุ่นในสถานพินิจและคุ้มครองและเด็กเยาวชน**. วิทยานิพนธ์ วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต. ชลบุรี: มหาวิทยาลัยบูรพา.
- วัชร ทรัพย์มี. (2549). **ทฤษฎีให้บริการปรึกษา (พิมพ์ครั้งที่ 4)**. กรุงเทพฯ : คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วิรัช ธัญวิรัช. (2555). **ผลการปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงต่อการกำกับตนเองในการดูแลสุขภาพของพยาบาลวิชาชีพโรงพยาบาลสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์**. วิทยานิพนธ์ วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต. ชลบุรี: มหาวิทยาลัยบูรพา.
- สำนักงานศึกษาธิการเขต เขตการศึกษา 2. (2536). **วิถีชีวิตของชาวมุสลิม**. ยะลา : สำนักงาน.
- Corey, G. (2008). *Theory & Practice of Group Counseling*. Belmont USA : Thomson Brooks. Ren Zhiyuan. (2555). **การปรับตัวทางวัฒนธรรมของนักศึกษาชาวจีนในประเทศไทยกรณีศึกษา : มหาวิทยาลัยบูรพา**. ดุษฎีนิพนธ์ ปรัชญาดุสิตบัณฑิต. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยบูรพา.