

# การปรับตัวทางวัฒนธรรมที่ส่งผลต่อความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตของ

## นักศึกษามุสลิม ระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา

### Cultural Adaptation Affecting a Sense of Coherence of the Muslim

#### Undergraduate Students in Songkhla Rajabhat University

ไหมไทย ไชยพันธุ์<sup>1</sup> จิระสุข สุขสวัสดิ์<sup>2</sup>

Maithai Chaiyapan<sup>1</sup> Jirasuk Suksawat<sup>2</sup>

<sup>1</sup>อาจารย์ประจำโปรแกรมวิชา จิตวิทยาและการแนะแนว คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา

<sup>2</sup>อาจารย์ ดร. สาขาวิชาศึกษาศาสตร์แขนงวิชาการแนะแนว มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมราช

### บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการปรับตัวทางวัฒนธรรมกับความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตของนักศึกษามุสลิมระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลาและ 2) ศึกษาการปรับตัวทางวัฒนธรรมที่สามารถทำนายแนวโน้มความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตของนักศึกษามุสลิมระดับปริญญาตรี กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักศึกษามุสลิมที่ศึกษาในมหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลาจำนวน 305 คน เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถามมาตรฐาน ประเมินค่า สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการวิเคราะห์การถดถอยแบบพหุคูณแบบขั้นตอน ผลการวิจัยพบว่า การปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการใช้ภาษามีความสัมพันธ์ทางลบกับความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิต มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ  $-.16$  การปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการแต่งกาย การปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการปฏิบัติศาสนกิจ การปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการบริโภคอาหาร และการปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการถือศีลอดมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิต มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ  $.14$ ,  $.20$ ,  $.13$  และ  $.34$  ตามลำดับอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ  $.05$  การปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านสังคม และการปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการทักทายและการทำความเคารพ ไม่มีความสัมพันธ์กับความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิต ตัวพยากรณ์ที่ดีที่สุดที่สามารถทำนายความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตของนักศึกษามุสลิมระดับปริญญาตรี คือ ตัวแปรการปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการถือศีลอด มีค่าสัมประสิทธิ์ของตัวแปร เท่ากับ  $.26$  และตัวแปรการปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการใช้ภาษามีค่าสัมประสิทธิ์ของตัวแปร เท่ากับ  $-.06$

**คำสำคัญ:** การปรับตัวทางวัฒนธรรม ความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิต นักศึกษามุสลิม

## Abstract

This research aimed to 1) study the relationship between cultural adaptation and a sense of coherence of the Muslim undergraduate students in Songkhla Rajabhat University; and 2) study cultural adaptation that can be predicted a sense of coherence of the Muslim undergraduate students. The sample consisted of 305 Muslim undergraduate students in Songkhla Rajabhat University. The rating scale-based questionnaire was used as an instrument in this study. The statistics used for data analysis were the frequency, percentage, mean, standard deviation, and stepwise multiple regression analysis.

The results revealed that cultural adaptation to language use negatively correlated with a sense of coherence with a correlation coefficient of  $-.16$ . Cultural adaptation to clothing, religious practice, food consumption, and fasting positively correlated with a sense of coherence with a correlation coefficient of  $.14$ ,  $.20$ ,  $.13$  and  $.34$  respectively, and at a significance level of  $.05$ . Cultural adaptation to society and cultural adaptation to greeting and showing respect had no correlation with a sense of coherence, Good predictors for a sense of coherence in Muslim undergraduate students were cultural adaptation to fasting with a coefficient value of  $.26$ , and adaptation to language use with a coefficient value of  $-.06$ .

**Keywords :** Cultural adaptation, A sense of coherence, Muslim students

## ความสำคัญและที่มาของปัญหา

มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลาเป็นสถาบันการศึกษาในระดับอุดมศึกษาที่มีบทบาทสำคัญในการผลิตบัณฑิตเพื่อพัฒนาท้องถิ่นมายาวนานกว่า 50 ปี เริ่มเปิดสอนมาตั้งแต่ปีพ.ศ. 2504 โดยมีมุ่งหวังให้บัณฑิตที่สำเร็จการศึกษาออกไปเป็นผู้ที่มีความรู้ มีคุณธรรม จริยธรรม และมีศักยภาพความพร้อมทั้งด้านวิชาการและประสบการณ์ที่สอดคล้องกับทิศทางการพัฒนาประเทศเพื่อเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาสังคมอย่างยั่งยืนตามวิสัยทัศน์ของมหาวิทยาลัย ซึ่งสอดคล้องกับพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 (ฉบับที่ 3) ปรึบปรุงปีพ.ศ. 2553) ที่กำหนดให้ผู้เรียนมีความคิดสร้างสรรค์ สามารถวิเคราะห์ สังเคราะห์ อย่างมีวิจารณญาณ เพื่อการเรียนรู้และพัฒนาตนเองพร้อมทั้งปรับตัวและเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเองให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ในพหุวัฒนธรรมได้อย่างมีความสุข และมีสุขภาพทางจิตที่ดีตามศักยภาพของแต่ละบุคคล (มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา, 2557)

การปรับตัวในมหาวิทยาลัยเป็นเหตุการณ์ที่สำคัญมากอีกเหตุการณ์หนึ่งของนักศึกษา โดยเฉพาะการเปลี่ยนสถานภาพและสถานที่ศึกษาจากสถานภาพนักเรียนในโรงเรียนไปสู่นักศึกษาในระดับอุดมศึกษา (Wintre & Yaffe, 2000; Mudhovozi, 2012) กล่าวคือ การศึกษาในระดับอุดมศึกษาที่มีรูปแบบการศึกษาแตกต่างจากรูปแบบการศึกษาในโรงเรียน เช่น การเปลี่ยนจากระบบการเรียนที่มีอาจารย์คอยดูแลใกล้ชิดมาสู่ระบบการเรียนที่อิสระ เสรี ผู้เรียนต้องมีความรับผิดชอบในการตัดสินใจด้วยตนเองทั้งในเรื่องการเลือกวิชาเรียน การพบเพื่อนใหม่ที่มีพื้นฐานแตกต่างกัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งต้องย้ายเข้ามาอยู่ในสังคมมหาวิทยาลัยที่มีความหลากหลายด้านสังคมพหุวัฒนธรรมซึ่งแตกต่างไปจากการอาศัยอยู่กับครอบครัวเดิม (จินตนา คูใจ, 2555) อีกทั้งนักศึกษาระดับอุดมศึกษาเป็นช่วงวัยที่อยู่ในช่วง

รอยต่อระหว่างวัยรุ่นตอนปลายก้าวเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ ซึ่งเป็นวัยที่ต้องพบกับการเปลี่ยนแปลงและการปรับตัวอย่างมาก ทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และจิตใจ เป็นวัยแห่งการเรียนรู้ การพัฒนา และการปรับเปลี่ยนตนเองเพื่อให้เหมาะสมกับวัย บทบาทหน้าที่ของตนที่ได้รับตามความคาดหวังของครอบครัว และสังคม ด้วยเหตุนี้จึงทำให้ช่วงวัยนี้เป็นช่วงวัยที่ประสบความสำเร็จมากที่สุด มีปัญหาต่างๆ เข้ามาอย่างมาก ทั้งจากตนเอง คนรอบข้าง และสังคม (สุภาพรรณ โคตรจรัส และชุมพร ขงกิตติกุล, 2545)

จากรายงานสถิติจำนวนนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลาปีการศึกษา 2556 พบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ จำนวน 2,322 คน คิดเป็นร้อยละ 62.15 จากจำนวนนักศึกษาทั้งหมด 3,736 คน และนักศึกษาที่นับถือศาสนาอิสลามมีจำนวน 1,407 คน คิดเป็นร้อยละ 37.66 (สำนักส่งเสริมวิชาการและงานทะเบียน, 2557) ความแตกต่างทางด้านศาสนาและการดำเนินชีวิตในรั้วมหาวิทยาลัยที่มีความหลากหลายทางวัฒนธรรม ส่งผลต่อการปรับตัวทางวัฒนธรรมของนักศึกษาเป็นอย่างมาก (มนลดา ยูโซะ, 2556) โดยเฉพาะอย่างยิ่งนักศึกษามุสลิมที่สำเร็จการศึกษาจากโรงเรียนเอกชนสอนศาสนาอิสลามที่มีความเคร่งครัดทางด้านศาสนาทั้งด้านการปฏิบัติและการศรัทธา มีวัฒนธรรมการดำรงชีวิตประจำวันที่ต่างจากนิติตทั่วไป เช่น การบริโภคอาหาร การบริหารจัดการกับเวลา การปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ การใช้ภาษา การคบเพื่อนและการแต่งกาย เนื่องจากนักศึกษามุสลิมจะมีอัตลักษณ์เฉพาะทางด้านวัฒนธรรมของตนเอง โดยจากการศึกษาของกองอำนวยการรักษาความมั่นคงภายใน โครงการ โรงเรียนชุมชนสัมพันธ์จังหวัดชายแดนใต้ “ฮารับันบารู” พบว่า นักศึกษามุสลิมจะมีอัตลักษณ์เฉพาะไม่ว่าจะเป็นด้านภาษาจะมีภาษาพูดเป็นภาษามลายูที่ใช้ในชีวิตประจำวัน ด้านการแต่งกายนิติตมุสลิมจะแต่งกายตามหลักศาสนาอิสลามคือ ผู้ชายต้องปกปิดตั้งแต่สะดือถึงหัวเข่า ส่วนผู้หญิงต้องปกปิดทุกส่วนของร่างกายยกเว้นฝ่ามือกับใบหน้า ด้านการปฏิบัติศาสนกิจต้องละหมาดวันละ 5 เวลา และด้านการบริโภคอาหารมุสลิมต้องบริโภคอาหารที่ฮาลาลเท่านั้น (กองอำนวยการรักษาความมั่นคงภายใน, 2536) และจากการพูดคุยเพื่อสอบถามข้อมูลเบื้องต้นเกี่ยวกับการปรับตัวทางวัฒนธรรมของนักศึกษามุสลิมทั้งเพศชายและเพศหญิงของมหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลาพบประเด็นที่น่าสนใจคือ นักศึกษามุสลิมส่วนใหญ่มีปัญหาเรื่องการปรับตัวทางวัฒนธรรมหลายประเด็น เช่น การใช้ภาษาเพื่อการสื่อสารในชีวิตประจำวัน ทั้งกับเพื่อนต่างศาสนาและในการเรียนการสอน การอยู่ร่วมกันระหว่างเพศตรงข้ามในรั้วมหาวิทยาลัย การเรียนที่มีรูปแบบและการใช้ภาษาในการสื่อสารที่ต่างไปจากชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายเนื่องจากนักศึกษามุสลิมส่วนใหญ่จบจากโรงเรียนเอกชนสอนศาสนาเป็นต้น ดังนั้นนักศึกษามุสลิมจึงจำเป็นต้องเรียนรู้การปรับตัวทางวัฒนธรรมซึ่งถือเป็นเรื่องที่สำคัญสำหรับนักศึกษาในการโยกย้ายถิ่นฐานไปสู่อีกรัฐธรรมนูญหนึ่งที่ไม่คุ้นเคยและเป็นสังคมที่มีความหลากหลายทางวัฒนธรรม เพื่อให้สามารถดำรงชีวิตอยู่กับวัฒนธรรมนั้นได้ หากนักศึกษาสามารถจัดการหรือเผชิญหน้ากับปัญหาต่างๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพย่อมจะทำให้ให้นักศึกษาสามารถดำเนินชีวิต และก้าวเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ที่พร้อมจะประสบความสำเร็จในอนาคต (นิรมล สุวรรณโคตร, 2553)

การดำรงชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพและสามารถประสบความสำเร็จในชีวิตได้นั้น ต้องอาศัยความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิต ซึ่งเป็นความสามารถในการรับรู้โลกอย่างผสมกลมกลืน เป็นการรับรู้โลกทั้งด้านความคิดและอารมณ์ มองโลกตามสภาพความเป็นจริง และเชื่อมั่นว่าเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตเกิดจากตนเองและสิ่งแวดล้อม เป็นสิ่งที่สามารถจัดการแก้ไขได้ด้วยตนเอง รวมทั้งสามารถหาแหล่งความช่วยเหลือจากผู้อื่นในการปรับตัวต่อปัญหาที่เกิดขึ้น (Antonovsky, 1993; Rothmann, Steyn, & Mostert, 2005; Yusuke, Shinichiro & Tadahiro,

2009) บุคคลที่มีความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตจะเป็นผู้ที่มีความสามารถในการปรับตัวทางสังคม การจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ และประสบความสำเร็จในชีวิต ดังนั้นความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตจึงเป็นสิ่งที่จำเป็นสำหรับนักศึกษาซึ่งจะกล้าเผชิญหน้ากับความเปลี่ยนแปลงและปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเอง อันส่งผลให้เป็นบุคคลที่มีความสมบูรณ์ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สติปัญญา และอารมณ์ (ไหมไทย ไชยพันธุ์, 2554)

ดังนั้น คณะผู้วิจัยจึงมีความสนใจศึกษาการปรับตัวทางวัฒนธรรมที่ส่งผลต่อความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตของนักศึกษามุสลิมระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา และศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการปรับตัวทางวัฒนธรรมกับความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตของนักศึกษามุสลิม พร้อมทั้งสร้างสมการทำนายแนวโน้มความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตของนักศึกษาระดับปริญญาตรี อีกทั้งคณะผู้วิจัยหวังว่าองค์ความรู้จากการวิจัยครั้งนี้ จะช่วยเปิดมุมมองใหม่ให้คนต่างศาสนาหรือนุคคลทั่วไปได้เข้าใจวิถีชีวิต วัฒนธรรม และความแตกต่างของนักศึกษามุสลิมเพิ่มมากขึ้น พร้อมทั้งร่วมกันเรียนรู้และยอมรับในความแตกต่างเพื่อสามารถอยู่ร่วมกันในรั้วมหาวิทยาลัย และสังคม พหุวัฒนธรรมได้อย่างสันติสุข และเป็นแนวทางให้แก่อาจารย์ หรือนุคลากรที่ทำงานเกี่ยวกับนักศึกษาได้มีแนวทางในการให้ความช่วยเหลือ พัฒนานักศึกษามุสลิมให้มีความสามารถในการปรับตัวทางวัฒนธรรม เพื่อให้บัณฑิตที่สำเร็จการศึกษาออกไปมีความพร้อมทั้งวิชาการ ความประพฤติ และมีสุขภาพทางจิตที่ดี จนสามารถปฏิบัติงานรับใช้สังคมและท้องถิ่นได้อย่างเต็มศักยภาพ

## วัตถุประสงค์ของการวิจัย

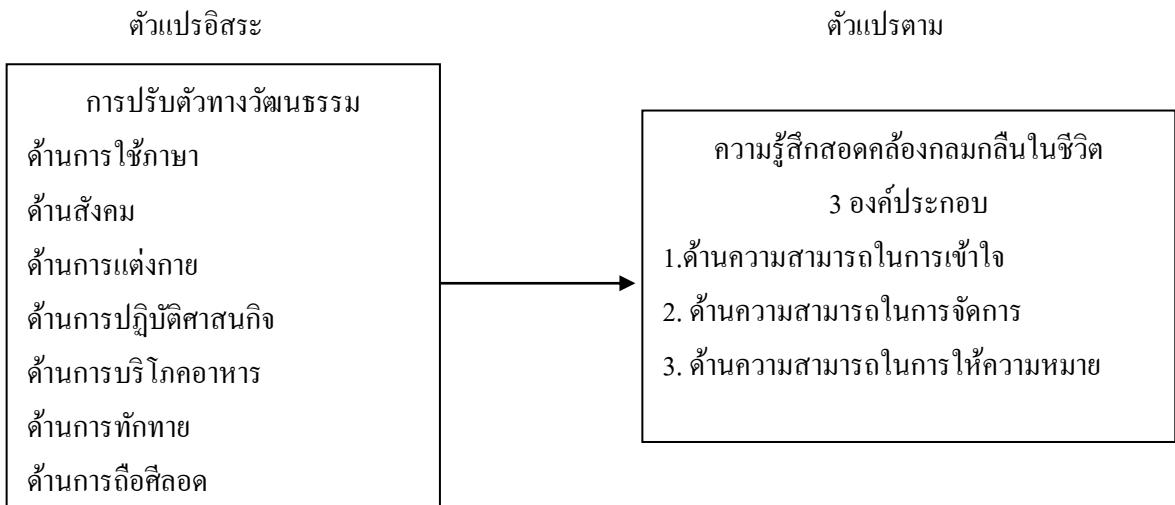
1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการปรับตัวทางวัฒนธรรมกับความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตของนักศึกษามุสลิมระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา
2. เพื่อศึกษาการปรับตัวทางวัฒนธรรมที่สามารถทำนายแนวโน้มความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตของนักศึกษามุสลิมระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา

## สมมติฐานการวิจัยและกรอบแนวความคิด

1. การปรับตัวทางวัฒนธรรมมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตของนักศึกษามุสลิมระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา
2. การปรับตัวทางวัฒนธรรม สามารถร่วมกันทำนายความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตของนักศึกษามุสลิมระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลาได้

จากการศึกษาแนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการปรับตัวทางวัฒนธรรม ความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยจึงนำมากำหนดกรอบแนวคิดในการวิจัยเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างการปรับตัวทางวัฒนธรรมกับความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตของนักศึกษามุสลิมระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา ซึ่งเน้นศึกษาการปรับตัวทางวัฒนธรรมภายใต้ การดำรงชีวิตในมหาวิทยาลัยของนักศึกษาที่นับถือศาสนาอิสลาม โดยมีองค์ประกอบ การปรับตัวทางวัฒนธรรม 7 ด้าน คือ ด้านการใช้ภาษา ด้านสังคม ด้านการแต่งกาย ด้านการปฏิบัติศาสนกิจ ด้านการบริโภคอาหาร ด้านการพักอาศัย ด้านการถือศีลอด (ปวีณา ไชยชมพู, 2549; รุจิรัตน์ กำมะหยี่, 2552; รีน หะยีหวนและคณะ, 2555; มนลดา ยูโซะ, 2556) และใช้แนวคิดทฤษฎีความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตของแอน โทนอนอฟกี

(Antonovsky, 1993) ซึ่งประกอบด้วย องค์ประกอบด้านความสามารถเข้าใจ องค์ประกอบด้านความสามารถในการจัดการ และองค์ประกอบด้านความสามารถในการให้ความหมาย ดังนี้



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

## วิธีดำเนินการวิจัย

### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักศึกษามุสลิมระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลาจำนวน 1,407 คน (สำนักส่งเสริมวิชาการและงานทะเบียน, 2557)

กลุ่มตัวอย่างได้แก่นักศึกษามุสลิมระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา จำนวน 305 คน กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างจากตารางสำเร็จรูปของเครจซี่และมอร์แกน (Krejcie and Morgan, 1970) และใช้วิธีการสุ่มกลุ่มตัวอย่างจากประชากร โดยวิธีการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Sampling) ตามระดับคณะแล้วจึงทำการสุ่มอย่างง่ายแบบจับฉลาก (Simple Random Sampling)

**เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย** เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป ได้แก่ อายุ สถานภาพและระดับการศึกษา แบบวัดการปรับตัวทางวัฒนธรรม และแบบวัดความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิต

### วิธีการดำเนินการวิจัย และสถานที่ทำการทดลอง/เก็บข้อมูล

ในการเก็บข้อมูลผู้วิจัยมีขั้นตอน ดังนี้

1. คณะผู้วิจัยศึกษาคำরাเอกสารและผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางวัฒนธรรมและความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตของนักศึกษามุสลิม

2. คณะผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วมาตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยคำนวณหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item Objective Congruence: IOC) โดยพิจารณาความสอดคล้องกับ

วัตถุประสงค์ เนื้อหาวิธีดำเนินการและการประเมินผลคัดเลือกข้อดัชนีความสอดคล้องอยู่ระหว่าง 0.67 – 1.00 และการวิจัยครั้งนี้มีค่าความสอดคล้อง คือ 0.67 – 1.00

3. คณะผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่แก้ไขปรับปรุงแล้วไปทดลองใช้ (Try Out) กับประชากรที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 50 คน และนำผลการตอบแบบสอบถามมาคำนวณหาความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม (Reliability) หลังจากวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดการปรับตัวทางวัฒนธรรม โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) กับนิสิตมุสลิมมหาวิทยาลัยทักษิณทุกชั้นปี ประจำปีการศึกษา 2557 จำนวน 50 คน ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดการปรับตัวทางวัฒนธรรมเท่ากับ .87 และจัดทำแบบสอบถามฉบับสมบูรณ์เพื่อใช้สำหรับการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างการท่าวิจัยในลำดับต่อไป

4. คณะผู้วิจัยติดต่อและนำหนังสือขอความอนุเคราะห์ในการขอรายชื่อรวมทั้งจำนวนนักศึกษาที่นับถือศาสนาอิสลามจากสำนักส่งเสริมวิชาการและงานทะเบียน มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา

5. คณะผู้วิจัยติดต่อและนำหนังสือขอความอนุเคราะห์ในการเก็บข้อมูลวิจัยไปยังคณะ และภาควิชาที่นักศึกษาสังกัดอยู่ โดยคณะผู้วิจัยเข้าไปดำเนินการเก็บข้อมูลด้วยตนเอง ด้วยวิธีการสุ่มกลุ่มตัวอย่างจากประชากรโดยใช้วิธีการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Sampling) และสุ่มกลุ่มตัวอย่างอย่างง่ายแบบจับฉลาก (Simple Random Sampling) จากรายชื่อที่ได้รับจากสำนักส่งเสริมวิชาการและงานทะเบียนตามจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่กำหนด

6. เมื่อได้รับอนุญาตให้ดำเนินการเก็บข้อมูลแล้ว คณะผู้วิจัยกล่าวแนะนำตัวและวัตถุประสงค์ของการวิจัยกับกลุ่มตัวอย่างทุกคน หลังจากนั้นคณะผู้วิจัยจึงขอความร่วมมือและสอบถามถึงความสมัครใจในการเข้าร่วมวิจัย โดยคณะผู้วิจัยได้ชี้แจงและให้คำแนะนำในการตอบแบบสอบถาม และการรักษาความลับ เป็นต้น

7. คณะผู้วิจัยได้ตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถาม ก่อนที่จะรวบรวมแบบสอบถามทั้งหมดเพื่อนำไปวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณและเขียนรายงานการวิจัยในลำดับต่อไป

## การวิเคราะห์ข้อมูล

เนื่องจากวัตถุประสงค์ในการวิจัยครั้งนี้คือ 1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการปรับตัวทางวัฒนธรรมกับความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตของนักศึกษามุสลิมระดับปริญญาตรีมหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา 2. เพื่อศึกษาการปรับตัวทางวัฒนธรรมที่สามารถทำนายแนวโน้มความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตของนักศึกษาระดับปริญญาตรี การวิเคราะห์ข้อมูลจึงมีรายละเอียดดังนี้

1. คณะผู้วิจัยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS for Windows เพื่อช่วยคำนวณในการหาค่าทางสถิติ
2. การวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานใช้ ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าต่ำสุด (Minimum) ค่าสูงสุด (Maximum) ค่าเฉลี่ย (Means) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation: S.D.)
3. การวิเคราะห์การถดถอยแบบพหุคูณแบบขั้นตอน (Stepwise Multiple Regression Analysis) ภายใต้อแบบจำลองการวิเคราะห์ซึ่งเขียนอยู่ในรูปแบบของสมการคือ

$$Y = \beta_0 + \beta_1 X_1 + \beta_2 X_2 + \beta_3 X_3 + \beta_4 X_4 + \beta_5 X_5 + \beta_6 X_6 + \beta_7 X_7$$

## สรุปผลการวิจัย

คณะผู้วิจัยได้สรุปผลการวิจัยเรื่อง การปรับตัวทางวัฒนธรรมที่ส่งผลต่อความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตของนักศึกษามุสลิมระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา โดยสรุปผลการวิจัย ดังนี้

**สมมติฐานที่ 1.** การปรับตัวทางวัฒนธรรม 7 ด้านมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตของนักศึกษามุสลิมระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา

จากการวิเคราะห์สหสัมพันธ์เพื่อหาความสัมพันธ์ของตัวแปรการปรับตัวทางวัฒนธรรมทั้ง 7 ด้านกับความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิต เมื่อพิจารณาตามสมมติฐานที่ 1 พบว่าการปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการใช้ภาษามีความสัมพันธ์ทางลบกับความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ -.16 หมายความว่าถ้าระดับการปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการใช้ภาษาชีวิตของนักศึกษามุสลิมระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลาสูงขึ้น ระดับความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตจะต่ำลง ซึ่งเป็นลักษณะความสัมพันธ์แบบผกผันและไม่สอดคล้องกับสมมติฐานการวิจัย

นอกจากนี้การปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการแต่งกาย การปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการปฏิบัติศาสนกิจ การปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการบริโภคอาหาร และการปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการถือศีลอดมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .14, .20, .13 และ .34 ตามลำดับ นั่นหมายความว่าถ้าระดับการปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการแต่งกาย การปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการปฏิบัติศาสนกิจ การปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการบริโภคอาหาร และการปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการถือศีลอดของนักศึกษามุสลิมระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลาสูงขึ้น ระดับความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตจะสูงตาม ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานการวิจัย

ทั้งนี้การปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านสังคม และการปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการพักทหาย (สละ) และการทำความเคารพ (การไหว้) ที่ไม่มีความสัมพันธ์กับความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตนั้นหมายความว่าถ้าการปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านสังคม และการปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการพักทหาย (สละ) และ การทำความเคารพ (การไหว้) ของนักศึกษามุสลิมระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลาสูงขึ้น ระดับความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตอาจสูงขึ้น ต่ำลง หรือเท่าเดิม ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานการวิจัย ดังรายละเอียดที่แสดงในตารางที่ 1

**ตารางที่ 1** ความสัมพันธ์ระหว่างการปรับตัวทางวัฒนธรรมทั้ง 7 ด้านและความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิต (n= 305)

	SOC	COP_1	COP_2	COP_3	COP_4	COP_5	COP_6	COP_7
SOC	1.00							
COP_1	-0.16*	1.00						
COP_2	-0.09	0.29*	1.00					
COP_3	0.14*	0.07	0.29*	1.00				
COP_4	0.20*	0.09	0.33*	0.46*	1.00			
COP_5	0.13*	0.13*	0.07	0.34*	0.42*	1.00		
COP_6	0.06	0.18*	0.34*	0.29*	0.39*	0.41*	1.00	

COP_7	0.34*	-0.10*	0.16*	0.39*	0.49*	0.23*	0.22*	1.00
-------	-------	--------	-------	-------	-------	-------	-------	------

\*  $p < .05$

**หมายเหตุ**

- ตัวแปร SOC = ค่าความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิต
- ตัวแปร COP\_1 = การปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการใช้ภาษา
- ตัวแปร COP\_2 = การปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านสังคม
- ตัวแปร COP\_3 = การปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการแต่งกาย
- ตัวแปร COP\_4 = การปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการปฏิบัติศาสนกิจ
- ตัวแปร COP\_5 = การปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการบริโภคอาหาร
- ตัวแปร COP\_6 = การปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการทักทาย (สลาม) และการทำความเคารพ (การไหว้)
- ตัวแปร COP\_7 = การปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการถือศีลอด

**สมมติฐานที่ 2.** การปรับตัวทางวัฒนธรรมทั้ง 7 ด้าน สามารถร่วมกันทำนายความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตของนักศึกษามุสลิมระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา

จากการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณเมื่อใช้ความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตเป็นเกณฑ์ ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนพบว่าความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตมีความสัมพันธ์กันเชิงเส้นตรงกับตัวแปรการปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการถือศีลอด และตัวแปรการปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการใช้ภาษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสามารถสร้างสมการพยากรณ์ได้ จึงคำนวณหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ เมื่อนำตัวแปรที่คาดว่าอิทธิพลต่อความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตไปทำการศึกษาวิเคราะห์ ด้วยการถดถอยพหุคูณแบบเชิงชั้นแล้วพบว่าตัวพยากรณ์ที่ดีที่สุดที่ถูกเลือกเข้ามาก่อนคือ ตัวแปรการปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการถือศีลอด เมื่อเพิ่มตัวพยากรณ์คือ ตัวแปรการปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการใช้ภาษาพบว่าค่าสหสัมพันธ์พหุคูณเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังรายละเอียดที่แสดงในตารางที่ 2

**ตารางที่ 2** การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณเมื่อใช้ความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตเป็นเกณฑ์ (n = 305)

Source of Variation	df	SS	MS	F
Regression	2	4.82	2.41	23.58*
Residual	302	30.88	0.10	
Total	304	35.71		

\*  $p < .05$

ดังนั้นจึงสรุปได้ว่า ตัวพยากรณ์ที่ดีที่สุดที่สามารถพยากรณ์ความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิต ของนักศึกษามุสลิมระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา คือ ตัวแปรการปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการถือศีลอด และตัวแปรการปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการใช้ภาษาจึงคำนวณหาค่าน้ำหนักความสำคัญของการพยากรณ์ และสร้างสมการพยากรณ์ความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิต ของนักศึกษามุสลิมระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา ดังรายละเอียดที่แสดงในตารางที่ 3



**ตารางที่ 3** ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตและการปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการถือศีลอด และตัวแปรการปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านสังคม (n= 305)

ตัวพยากรณ์	R	R <sub>2</sub>	F
X <sub>7</sub>	0.34	0.12	40.80*
X <sub>7</sub> , X <sub>1</sub>	0.37	0.14	23.58*

\* p < .05

เมื่อวิเคราะห์ค่าน้ำหนักความสำคัญในรูปคะแนนมาตรฐานของค่าการปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการถือศีลอดส่งผลทางบวกต่อความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตและตัวแปรการปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการใช้ภาษาส่งผลทางลบต่อความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิต พบว่าตัวแปรเพียง 2 ตัวแปร คือ การปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการถือศีลอด (X<sub>7</sub>) และการปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการใช้ภาษา (X<sub>1</sub>) มีอิทธิพลต่อความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตของนักศึกษามุสลิมระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งตัวแปรอิสระทั้ง 2 สามารถอธิบายการผันแปรของความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตของนักศึกษามุสลิมระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลาได้ 13% มีความคลาดเคลื่อนในการพยากรณ์ 0.32 หากแทนค่าสัมประสิทธิ์ของตัวแปรแต่ละตัวลงในแบบจำลองของการศึกษาจะได้สมการทำนายแนวโน้มความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตของนักศึกษามุสลิมระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา ดังรายละเอียดต่อไปนี้

$$Y' = 2.42 + .26 (X_7) - .06 (X_1)$$

จากค่าสัมประสิทธิ์เบต้ามาตรฐาน ( $\beta$ ) พบว่าการปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการถือศีลอดมีอิทธิพลต่อความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตของนักศึกษามุสลิมระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา รองลงมาคือตัวแปรการปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการใช้ภาษา ทั้งนี้สามารถอธิบายขนาดและทิศทางความสัมพันธ์ของตัวแปรอิสระแต่ละตัวที่มีอิทธิพลต่อความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตตามลำดับ

การปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการถือศีลอด (X<sub>7</sub>) มีค่าสัมประสิทธิ์ของตัวแปร (B) เท่ากับ .26 โดยมีอิทธิพลต่อความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตในเชิงบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 กล่าวคือ เมื่อระดับการปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการถือศีลอดเพิ่มขึ้น มีผลทำให้ระดับความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตเพิ่มขึ้น นั่นหมายความว่า ความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตของนักศึกษามุสลิมระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลาดีขึ้นนั่นเอง

การปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการใช้ภาษา (X<sub>1</sub>) มีค่าสัมประสิทธิ์ของตัวแปร (B) เท่ากับ -.06 โดยมีอิทธิพลต่อความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตในเชิงลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 กล่าวคือ เมื่อระดับการปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านสังคมเพิ่มขึ้น มีผลทำให้ระดับความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตลดลง นั่นหมายความว่า ความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตของนักศึกษามุสลิมระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา ลดลงนั่นเอง

ดังนั้น จากการศึกษาถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความรู้สึกสออดคล้องกลมกลืนในชีวิตของนักศึกษามุสลิมระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา ทำให้ทราบว่าปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความรู้สึกสออดคล้องกลมกลืนในชีวิต ได้แก่ การปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการถือศีลอด และการปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการใช้ภาษา ดังรายละเอียดที่แสดงในตารางที่ 4

ตารางที่ 4 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความรู้สึกสออดคล้องกลมกลืนในชีวิตของนักศึกษามุสลิมระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา (n= 305)

ตัวแปร		ขั้นตอนที่ 1	ขั้นตอนที่ 2
ค่าคงที่	B ( $\beta$ )	2.13*	2.42*
X <sub>1</sub>		0.27*	0.26*
X <sub>2</sub>			-0.06*
R <sup>2</sup>		0.12	0.14
Adj.R <sup>2</sup>		0.12	0.13
SE of Estimate		0.32	0.32
F		40.80	23.58
Sig.F		.00	.00

\*  $p < .05$

## อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยเรื่องการปรับตัวทางวัฒนธรรมที่ส่งผลต่อความรู้สึกสออดคล้องกลมกลืนในชีวิตของนักศึกษามุสลิมระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา คณะผู้วิจัยได้อภิปรายผลการวิจัย โดยมีความสอดคล้องตามวัตถุประสงค์การวิจัย ดังนี้

1. การปรับตัวทางวัฒนธรรม 7 ด้านมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับความรู้สึกสออดคล้องกลมกลืนในชีวิตของนักศึกษามุสลิมระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา โดยพบว่า การปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการใช้ภาษามีความสัมพันธ์ทางลบกับความรู้สึกสออดคล้องกลมกลืนในชีวิต ซึ่งเป็นลักษณะความสัมพันธ์แบบผกผันและไม่สอดคล้องกับสมมติฐานการวิจัย ทั้งนี้อาจเป็นเพราะความแตกต่างทางด้านศาสนาและการดำเนินชีวิตในรั้วมหาวิทยาลัยที่มีความหลากหลายทางวัฒนธรรม ส่งผลต่อการปรับตัวทางวัฒนธรรมของนักศึกษามุสลิม โดยเฉพาะนักศึกษามุสลิมที่สำเร็จการศึกษาจากโรงเรียนเอกชนสอนศาสนาอิสลามที่มีความเคร่งครัดทางด้านศาสนาด้านการปฏิบัติและการศรัทธา และมีวัฒนธรรมการดำรงชีวิตประจำวันที่ต่างจากนิสิตทั่วไป เนื่องจากนักศึกษามุสลิมจะมีอัตลักษณ์เฉพาะทางด้านวัฒนธรรมของตนเอง โดยใช้ภาษามลายูซึ่งเป็นภาษาท้องถิ่น ในการติดต่อสื่อสารในชีวิตประจำวัน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Chaiyapan (2015) ที่ได้กล่าวถึงลักษณะของนักศึกษามุสลิมว่า นักศึกษามุสลิมส่วนใหญ่มีความรู้สึกประหม่าเมื่อจะต้องทักทายทำความรู้จักกับเพื่อนใหม่ และการที่ต้องออกไปรายงานหน้าชั้นเรียน สาเหตุหนึ่งเนื่องมาจากการสื่อสารประจำวันด้วยภาษามลายู และการเรียนในโรงเรียนเอกชนสอนศาสนาที่เน้นการเรียนศาสนามากกว่าการเรียนสายสามัญ เมื่อเข้ามาเรียนในมหาวิทยาลัยต้องมีการปรับตัวในการเรียน การใช้

ภาษาไทยในการสื่อสารทำให้พูดไม่ชัด ถูกเพื่อนนินทาหรือล้อเลียน จนทำให้เกิดความรู้สึกกังวลและความอับอายในการพูด เลี่ยงที่จะพูดหรือแสดงความคิดเห็น ส่งผลให้เกิดความเครียดในการเรียน ไม่เข้าใจภาษาไทย ซึ่งเป็นภาษาท้องถิ่นประจำภาคใต้ที่นักศึกษาไทยพุทธส่วนใหญ่พูดกัน ซึ่งเป็นอุปสรรคต่อการติดต่อสื่อสารและการสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนในมหาวิทยาลัย

สอดคล้องกับการศึกษาของ Abdullah & Sulaiman (2014) และ Novera (2004) ได้กล่าวถึงนักศึกษามุสลิมในประเทศมาเลเซียซึ่งไปศึกษาในประเทศออสเตรเลียว่า นักศึกษาที่มาจากต่างวัฒนธรรมจะต้องมีการปรับเปลี่ยนเพื่อดำเนินชีวิตประจำวันไม่ว่าจะเป็นการศึกษา การใช้ภาษาที่มีเอกลักษณ์เฉพาะแตกต่างไปจากวัฒนธรรมเดิม การสร้างความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น เมื่อมีการเข้าสู่สังคมในสภาพแวดล้อมใหม่ ย่อมทำให้เกิดความรู้สึกกังวลและความไม่แน่ใจ เมื่อต้องเผชิญกับสิ่งที่ไม่คุ้นเคยเป็นเหตุให้บุคคลเกิดความตึงเครียดในการติดต่อสื่อสาร การสร้างความสัมพันธ์กับบุคคลรอบข้าง ปัญหาในการปรับตัวทางด้านภาษาที่เกิดขึ้นนี้จึงยังคงเป็นความกดดันที่กระทบสภาวะทางจิตใจของนักศึกษามุสลิม ในการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิต อันส่งผลต่อความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิต และการเป็นส่วนหนึ่งของสังคมวัฒนธรรมใหม่ที่ยังไม่เป็นไปในทิศทางเดียวกัน ตลอดจนการศึกษาของรุจิรัตน์ กำมะหยี่ (2552) ซึ่งได้ศึกษาการปรับตัวทางวัฒนธรรมของนักศึกษามหาวิทยาลัยจากสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ในกรุงเทพมหานคร พบว่าถึงแม้นักศึกษามุสลิมจากสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ย้ายไปเรียนต่างภูมิภาคที่วัฒนธรรมแตกต่างกันมากเพียงใด นักศึกษากลุ่มนี้ก็ยังคงรักษาวัฒนธรรมเดิมของตนเองไว้และไม่ได้มีการปรับเปลี่ยนตนเองให้เข้ากับวัฒนธรรมใหม่ที่ตนไปอยู่ด้วยมากนักถึงแม้ระยะเวลาจะผ่านไปก็ตาม ดังเช่น บทสัมภาษณ์จากงานศึกษาที่นักศึกษามุสลิมได้บอกเล่าว่า “พูดไทยเฉพาะคนที่เค้าฟังเราไม่รู้เรื่อง นอกนั้นก็พูดยาวเหมือนเดิม” ปัจจัยเหล่านี้จึงทำให้เห็นได้ว่าการใช้ภาษาไทย ซึ่งเป็นภาษาสากลหรือภาษาราชการ นักศึกษามุสลิมจะใช้สื่อสารกับกลุ่มคนที่นอกเหนือวัฒนธรรมของตนเท่านั้น และใช้ภาษามลายู หรือภาษายาวีกับกลุ่มคนที่มาจากวัฒนธรรมเดียวกับตนที่มีความเข้าใจในสิ่งที่ต้องการสื่อสารออกไปซึ่งทำให้เขามีความกลมกลืนกับสมาชิกในกลุ่มวัฒนธรรมเดียวกันที่รูปแบบของพฤติกรรมหรือแนวปฏิบัติ โดยอาจจะมีความแปลกแยกหรือแตกต่างจากกลุ่มคนที่ต่างวัฒนธรรมกัน

การปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการแต่งกาย การปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการปฏิบัติศาสนกิจ การปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการบริโภคอาหาร และการปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการถือศีลอดมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิต ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานการวิจัย ทั้งนี้เพราะมหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลาเป็นหนึ่งในมหาวิทยาลัยในภาคใต้ที่มีจำนวนนักศึกษามุสลิมที่สนใจเลือกเข้ามาศึกษาจำนวนมาก เนื่องจากมีความเป็นสังคมพหุวัฒนธรรมที่มีการเปิดกว้างและยอมรับในวัฒนธรรมของศาสนาอิสลาม ซึ่งนักศึกษามุสลิมที่อยู่ในมหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา นั้น นอกจากเข้ามาเพื่อศึกษาเล่าเรียนแล้ว นักศึกษามุสลิมยังต้องปฏิบัติและเข้าร่วมกิจกรรมร่วมกับเพื่อนๆต่างศาสนา ไม่ว่าจะเป็นทั้งในส่วนของมหาวิทยาลัยจัดขึ้นหรือภายในคณะภายในสาขาวิชา แต่เนื่องด้วยการดำเนินชีวิตของนักศึกษามุสลิมมีลักษณะเฉพาะที่ต่างจากนักศึกษากลุ่มทั่วไปทำให้นักศึกษามุสลิมจะต้องมีการบริหารจัดการกับเวลาในการทำกิจกรรมต่างๆ ทั้งทางด้านศาสนาและการดำรงชีวิตประจำวัน เช่น การปฏิบัติศาสนกิจ (ละหมาด) การแต่งกาย การบริโภคอาหาร การถือศีลอด

ด้านการแต่งกายนั้นนักศึกษามุสลิมจะมีการแต่งกายที่แตกต่างไปจากนักศึกษาทั่วไป โดยเฉพาะนักศึกษามุสลิมหญิงที่ต้องแต่งกายตามหลักการแต่งกายของศาสนาอิสลาม แต่ในส่วนของนักศึกษามุสลิมชายนั้นจะแต่งกาย

เหมือนกับนักศึกษาทั่วไปไปตามบังคับของมหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา (ชมรมมุสลิม มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา, 2559) ซึ่งเป็นไปตามบทบัญญัติเกี่ยวกับการแต่งกายของมุสลิมไว้ในคัมภีร์อัลกุรอาน โดยงานวิจัยของ รุจิรัตน์ กำมะหยี่ (2552) ได้มีการอธิบายถึงวัฒนธรรมของนักศึกษามุสลิมในการพยายามคงวัฒนธรรมที่เป็นเอกลักษณ์เฉพาะของตน เช่น การแต่งกายตามแบบวัฒนธรรมเดิม ที่ไม่มีการเปลี่ยนตามแฟชั่นหรือวัฒนธรรมของเมืองหลวง แม้ว่าบางครั้งจะเกิดความรู้สึกแปลกแยกกับกลุ่มคนส่วนใหญ่ในวัฒนธรรมเมืองหลวงแต่ก็ไม่สามารถทำลายความยึดมั่นในเอกลักษณ์ของตนได้ เพราะนักศึกษากลุ่มนี้มีความคิดเห็นว่าไม่มีความจำเป็นที่จะต้องปรับเปลี่ยนตามวัฒนธรรมใหม่ อีกทั้งงานวิจัยของ รอฮานี เจอะอาแซ และคณะ (2551) ที่พบว่า นักศึกษาร้อยละ 81.1 มีความเห็นเกี่ยวกับการแต่งกายชุดนักศึกษาที่เป็นสากลของประเทศไทยยังไม่มีความมิดชิดพอ เพราะมุสลิมส่งเสริมให้สตรีแต่งกายมิดชิด ดังนั้นการปรับตัวทางวัฒนธรรมในด้านการแต่งกายของนักศึกษามุสลิมจึงเป็นไปในทิศทางบวกและส่งเสริมให้เกิดความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตทั้งนี้เพราะกฎระเบียบข้อบังคับของมหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลาในด้านการแต่งกายนั้นเอื้อให้นักศึกษายังคงสามารถใช้รูปแบบการแต่งกายที่สอดคล้องกับวัฒนธรรมประเพณีของนักศึกษามุสลิมได้อย่างกลมกลืนจึงสามารถปรับตัวในสถานที่ใหม่ที่วัฒนธรรมแตกต่างออกไปได้ ทำให้นักศึกษามุสลิมยังคงความเป็นตัวตนและอัตลักษณ์ของตนเองได้อย่างชัดเจน และยังคงความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งในวัฒนธรรมใหม่ได้เป็นอย่างดีและมีศักดิ์ศรีที่ตนพึงกระทำได้ภายใต้กฎบัญญัติทางศาสนา

การปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการปฏิบัติศาสนกิจ (ละหมาด) นักศึกษาที่มาจากสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ที่มีความยึดมั่นในหลักคำสอนของศาสนาอิสลามและวัฒนธรรมที่ตัวเองถูกปลูกฝังมาตั้งแต่เกิดมีความพยายามที่จะคงวัฒนธรรมเดิมเอาไว้ให้ได้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ โดยไม่เปลี่ยนแปลงตนเองให้เหมือนวัฒนธรรมใหม่ในทุกๆ ด้าน คือยังคงมีการใช้วัฒนธรรมเดิมเป็นตัวอ้างอิงในการใช้ชีวิตประจำวัน เช่นเดียวกับเรื่องการปฏิบัติศาสนกิจหรือการละหมาดซึ่งถือว่าเป็นเรื่องที่สำคัญและเป็นหัวใจหลักของการเป็นมุสลิมที่ทุกคนต้องปฏิบัติไม่ว่าจะอยู่ในสถานการณ์ใด การละหมาดจึงเป็นเรื่องที่นักศึกษายยายามที่จะคงไว้ไม่ให้เปลี่ยนแปลง แม้ว่าจะมีปัจจัยหลายๆ อย่าง หรือเกิดสถานการณ์ที่ไม่เอื้อให้สามารถปฏิบัติศาสนกิจได้ นักศึกษากลุ่มนี้จะพยายามเสาะแสวงหาวิธีที่จะทำให้ตนสามารถปฏิบัติศาสนกิจได้ตามข้อกำหนดของวัฒนธรรมอิสลาม สอดคล้องกับผลงานวิจัยของโลลา หรีมเพ็ง (2551) ที่กล่าวว่านักเรียนมุสลิมระลึกถึงการปฏิบัติกิจทางศาสนาอยู่เสมอ การปฏิบัติภารกิจทางศาสนามีได้เป็นอุปสรรคต่อการเรียนหรือชีวิตประจำวันแต่อย่างไรก็ตามและนักศึกษามุสลิมจะมีความเคร่งครัดอย่างแรงกล้าที่จะปฏิบัติครบทั้ง 5 เวลา เช่นเดียวกับนักศึกษาสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ที่เข้ามาศึกษาต่อในมหาวิทยาลัยที่ต่างจากภูมิภาคเดิมก็ยังคงปฏิบัติตนในการละหมาดอย่างเคร่งครัดเช่นเดียวกัน และอีกประการหนึ่งทางมหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลาได้มีการจัดห้องละหมาดไว้อย่างเพียงพอเป็นสัดส่วนที่เอื้อต่อการประกอบพิธีกรรมทางศาสนา ทำให้นักศึกษามุสลิมยังคงนมัสการต่อพระผู้เป็นเจ้าที่เป็นการสำรวมจิตใจระลึกถึงพระเจ้าด้วยดวงใจบริสุทธิ์ตามเวลาที่กำหนดไว้ในหลักปฏิบัติ (ชมรมมุสลิม มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา, 2559)

การปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการบริโภคอาหาร นักศึกษามุสลิมจากสามจังหวัดชายแดนภาคใต้มีข้อจำกัดในเรื่องอาหาร เพราะหลักศาสนาอิสลามห้ามบริโภคเนื้อหมู ส่วนเนื้อสัตว์อื่นๆ ต้องได้รับการเชือดตามหลักศาสนาอิสลามจึงรับประทานได้ ดังจะเห็นได้จากบทบัญญัติของศาสนาอิสลามในคัมภีร์อัลกุรอาน ในเรื่องเกี่ยวกับการบริโภค ดังนี้ “สิ่งที่ห้ามแก่เจ้าทั้งหลายในการบริโภค ได้แก่ สัตว์ที่ตายเองหนึ่ง เนื้อสุกรหนึ่ง สัตว์ที่พลิบเขาอื่นใด

นอกจากอัลลอฮ์หนึ่ง สัตว์ที่ถูกรัดคอตายหนึ่ง สัตว์ที่ถูกทุบตีหรือขว้างตายหนึ่ง สัตว์ที่พลัดตกมาตายหนึ่ง สัตว์ที่ถูก  
ชีวิตตายหนึ่ง สัตว์ที่ถูกสัตว์ร้ายกัดกิน เว้นไว้แต่พวกเจ้าจะได้ฆ่าและมันเสียก่อนตาย และที่ถูกเชือดยังแทนบูชาหนึ่ง  
ตลอดจนสัตว์ที่พวกเจ้าแย่งมันกินด้วย เครื่องเสียบทายเป็นส่วนนี้ล้วนเป็นการฝ่าฝืน” (ยูซุฟ ก้อรฎอวี่, 2544)

การกินที่มีข้อจำกัดทำให้นักศึกษามุสลิมจากสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ต้องมีการปรับตัวเกี่ยวกับวัฒนธรรม  
การกิน เพราะในมหาวิทยาลัยซึ่งถือเป็นสถานศึกษาที่ไม่ได้อยู่ในภูมิภานาเดิมของตนเอง มีผู้อาศัยหลากหลายเชื้อ  
ชาติศาสนา อาหารก็มีความหลากหลายเช่นกัน ทำให้อาหารที่ถูกต้องตามหลักศาสนาอิสลามจึงค่อนข้างหายาก อาหาร  
อิสลามจึงค่อนข้างมีน้อย และ ไม่มากเท่าเหมือนอยู่ที่ภูมิลำเนาเดิมของตน ที่ร้านอาหารส่วนใหญ่เป็นร้านของคนที่นี่ับ  
ถือศาสนาอิสลาม อีกประการหนึ่งนักศึกษาเหล่านี้ก็อยู่ในความดูแลของครอบครัว ปัญหาเรื่องการรับประทานอาหารจึงไม่  
เกิดขึ้นและโรงเรียนเดิมที่นักศึกษาเหล่านี้ศึกษาที่มีเฉพาะนักเรียนที่เป็นคนมุสลิมเท่านั้น การหาอาหารอิสลามที่เป็นไป  
ตามบทบัญญัติของศาสนารับประทานอาหารจึงไม่ใช่เรื่องลำบากหรือต้องระมัดระวังเป็นพิเศษเหมือนอยู่ต่างวัฒนธรรม ต่าง  
ภูมิลำเนาที่มีคนอยู่มาหลายเชื้อชาติและวัฒนธรรม แต่อย่างไรก็ตามเมื่อมีการเข้าร่วมกิจกรรมหรือการสัมมนา  
อบรม ทางมหาวิทยาลัยได้จัดเตรียมอาหารฮาลาลไว้ให้ หรือมีการจัดเตรียมอาหารที่ไม่มีเนื้อหมูซึ่งเป็นอาหารจากร้าน  
ที่ปรุงจากคนมุสลิมโดยตรง หรือ อาหารที่มีเครื่องหมาย ฮาลาล ทำให้นักศึกษาที่มาจากสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ที่มี  
ความเคร่งและยึดมั่นในศาสนาต้องพยายามปรับตัวทางวัฒนธรรมการกิน โดยการหาเตรียมอาหารไว้ล่วงหน้าหรือหา  
อาหารทดแทนตามหลักของศาสนาอิสลามอย่างสุดความสามารถ หรือมีการปรับเปลี่ยนรูปแบบการใช้ชีวิตให้  
สอดคล้องกับสังคมที่มีความเปลี่ยนแปลงไปจากวัฒนธรรมเดิม อันเป็นผลให้เกิดความรู้สึกกลมกลืนในชีวิตในการอยู่  
ร่วมกับเพื่อนนักศึกษาใหม่ที่มาจากต่างวัฒนธรรมได้เป็นอย่างดี จากการศึกษาของ วุฒิสักดิ์ พิศสุวรรณ (2548) ใน  
ประเด็นที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยที่มีผลกระทบต่อระดับความสำคัญที่ให้กับเครื่องหมายรับรองฮาลาล โดยผู้บริโภคมุสลิม  
มุสลิมในการตัดสินใจซื้ออาหารของชาวไทยมุสลิมสี่จังหวัดชายแดนภาคใต้ พบว่า นักศึกษามุสลิมจากสามจังหวัด  
ชายแดนภาคใต้ยังไม่เคยเผชิญปัญหาเรื่องอาหารที่ต้องยอมกินนอกเหนือจากวัฒนธรรมเดิมของตน และยังสามารถคง  
วัฒนธรรมการกินแบบเดิมของตนไว้ได้อย่างมีความสุข ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ สานิต ศิริวิศิษฐกุล (2550) ที่  
พบว่า นักศึกษามุสลิมส่วนใหญ่ไม่ได้รับเกียรตินั่งร่วมโต๊ะรับประทานอาหารกับนักศึกษาไทยซึ่งนับถือศาสนา  
พุทธ หากมีการแยกประเภทอาหารรับประทาน และเต็มใจรับประทานอาหารร่วมกับไทยพุทธ และตามหลักศาสนา  
อิสลามก็ไม่ได้มีข้อห้ามในการนั่งร่วมโต๊ะรับประทานอาหารกับบุคคลต่างศาสนา อาจกล่าวโดยสรุปได้ว่า นักเรียน  
มุสลิมมีความสามารถในการปรับตัวในเรื่องการรับประทานอาหารได้เป็นอย่างดี โดยผลจากงานวิจัยที่สนับสนุนใน  
ครั้งนี้ส่งผลแสดงให้เห็นถึงระดับความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตจะสูงขึ้นของนักศึกษามุสลิมที่สอดคล้องกับ  
สมมติฐานการวิจัย

การปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการถือศีลอด นักศึกษายังคงปฏิบัติตามวัฒนธรรมอิสลามอย่างไม่ขาดตก  
บกพร่องแม้จะต้องเผชิญกับจังหวะในการดำเนินชีวิตที่เปลี่ยนไปหรือสภาพแวดล้อมที่ไม่เอื้ออำนวยก็ตาม ในคัมภีร์  
อัลกุรอานระบุว่า การถือศีลอดเป็นการแสดงความจงรักภักดีต่อพระเจ้า เพื่อการมีสุขภาพที่ดี เพื่อความอดทน  
เพื่อประพฤติดี เพื่อความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นที่อดอยาก การถือศีลอดให้ประโยชน์หลายอย่างทั้งทางด้านร่างกายและจิต  
วิญญาณ แต่ถึงกระนั้นผู้ถือศีลอดก็ต้องรักษาระเบียบวินัยในการถือศีลอดอย่างเคร่งครัด จะต้องอดอาหารและน้ำ  
ตั้งแต่ก่อนดวงอาทิตย์ขึ้นจนถึงดวงอาทิตย์ตกทุกวัน (วิสุทธิ บิลลาเต๊ะ, และฉันทส ทองช่วย, 2553) ด้วยหลักความ

ศรัทธาที่แรงกล้านี้ผนวกกับการเอื้ออำนวยของชมรมมุสลิมในมหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลาที่ได้มีการจัดบริการอาหารสำหรับนักศึกษามุสลิมในช่วงเทศกาลถือศีลอดด้วย นักศึกษามุสลิมส่วนใหญ่ จึงมีความรู้สึกเหมือนกับอยู่ที่บ้านในภูมิลำเนาของตนเอง นักศึกษากลุ่มนี้จึงไม่รู้สึกว่ามิมีปัญหาในการปรับตัว ดังนั้นจากวัตถุประสงค์ของการถือศีลอดนั้น จึงเสมือนเป็นการส่งเสริมในเรื่องการปรับตัวของนักศึกษามุสลิมที่ทำให้เกิดความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิต มีทักษะในการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้น ไม่ว่าจะเป็นความหิวกระหาย และความกระวนกระวายใจได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยเลือกการรับรู้ว่าการกระทำที่เกิดขึ้นนั้นเป็นการฝึกนิสัยให้เกิดความเห็นอกเห็นใจต่อผู้ยากจน อันเป็นผลให้เกิดความเมตตากรุณาช่วยเหลือผู้อื่น ตลอดจนส่งเสริมให้เกิดความยึดหยุ่น โดยกระบวนการคิดนี้ สอดคล้องกับหลักของทฤษฎีความผาสุกในชีวิต ของ Antonovsky (1987) ที่ว่าวิธีการปรับตัวต่อความเครียดหรือเผชิญปัญหาอย่างเหมาะสม การมีความยึดหยุ่นในสถานการณ์ต่างๆ และจัดการกับสิ่งเร้าไปในทางที่สร้างสรรค์ บุคคลที่มีความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตสูง เขาจะรู้สึกท้าทายมีความหวัง มีการรับรู้ว่าปัญหานั้นมีคุณค่า คุ่มค่า ในการเข้าไปจัดการแก้ไข สามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงหรือความผันผวนในชีวิตได้ดี และสามารถดำรงชีวิตอยู่อย่างมีคุณภาพชีวิตที่ดีได้ คงไว้ซึ่งภาวะสุขภาพที่ดี (วิยะดา แซ่ตั้ง, 2551)

การปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านสังคม และการปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการทักทาย (สลาม) การทำความเคารพ (การไหว้) ของนักศึกษามุสลิมระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลาสูงขึ้น ระดับความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตอาจสูงขึ้น ต่ำลง หรือเท่าเดิม ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานการวิจัย ทั้งนี้ด้วยเหตุผลที่ว่า นักศึกษาที่มาจากสามจังหวัดชายแดนภาคได้เป็นกลุ่มคนที่มีวัฒนธรรมที่เป็นเอกลักษณ์ของตนเองในทุกๆ ด้าน มีความศรัทธาและความยึดมั่นในวัฒนธรรมอิสลามอย่างเคร่งครัดเพราะถูกปลูกฝังตั้งแต่อายุยังน้อย (วุฒิชัย สายบุญจง, 2554) ทำให้นักศึกษายึดมั่นและเคร่งในวัฒนธรรมของตนเป็นอย่างมาก แต่เมื่อต้องเข้ามาอยู่ในวัฒนธรรมที่แตกต่างจากวัฒนธรรมเดิมทำให้นักศึกษากลุ่มนี้หลีกเลี่ยงไม่ได้ที่จะต้องมีการปรับตัวในหลายๆ ด้าน โดยเฉพาะการปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการทักทาย การไหว้ ถือเป็นวัฒนธรรมอย่างหนึ่งที่ใช้แสดงความเคารพ ขอบคุน หรือทักทายเป็นการใช้ภาษากายที่สุภาพ เป็นวัฒนธรรมของคนไทยและถือเป็นเอกลักษณ์อย่างหนึ่งของประเทศไทย แต่ประชากรมุสลิมสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ที่นับถือศาสนาอิสลามจะทำการทักทายหรือการทำความเคารพโดยการ สลาม โดยกล่าวคำว่า “อัสลามุ อาลัยกุม” ที่แปลเป็นไทยว่าขอความสันติสุขจงมีแด่ท่าน ซึ่งใช้สำหรับผู้ที่อยู่ศาสนาเดียวกันเท่านั้น คนต่างศาสนาไม่ควรกล่าว ทำให้นักศึกษากลุ่มนี้เมื่อได้เข้ามาศึกษาต่อในมหาวิทยาลัยต่างภูมิลำเนาต้องมีการปรับตัวเกี่ยวกับการทำความเคารพและการทักทายตามแบบวัฒนธรรมสากล คือ การยกมือไหว้ ที่นักศึกษาส่วนใหญ่ หรือ บุคคลส่วนใหญ่ในมหาวิทยาลัยใช้กัน ทั้งในการทักทาย ทำความเคารพครูอาจารย์ และผู้ที่อาวุโสกว่าตนเอง แต่ในขณะที่เดียวกันนักศึกษามุสลิมที่มาจากสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ส่วนใหญ่ พยายามคงวัฒนธรรมการทักทายแบบเดิมไว้ ตลอดจนยัง สอดคล้องกับบรรทัดฐานอิสลามที่ได้ระบุไว้ว่า มิให้กราบสิ่งอื่นๆ นอกจากอัลลอฮ์เพราะมุสลิมกราบได้เฉพาะอัลลอฮ์เท่านั้นซึ่งการกราบในอิสลามใช้คำว่า “ศูญูด” ดังนั้นมุสลิมจึงไม่กราบพ่อ แม่ ญาติผู้ใหญ่ ครูอาจารย์ เจ้านาย ศพ รูปปั้น ฯลฯ (ปรีชาชาญ แก้วนุ้ย, และคีลิน กุสสถานภาพ, 2556) จากสถานการณ์และเหตุผลดังกล่าวทำให้พฤติกรรมและการแสดงออกของนักศึกษามุสลิมที่มาจากสามจังหวัดชายแดนภาคใต้แตกต่างจากนักศึกษากลุ่มอื่นๆ ในมหาวิทยาลัย และนักศึกษายังไม่ได้มีการปรับตัวที่แตกต่างไปจากเดิมเมื่ออยู่ในภูมิลำเนาเดิมของตนเองมากนัก อีกทั้งเมื่อมีกิจกรรมที่ต้องแสดงความเคารพต่อ ครู อาจารย์ เช่น พิธีไหว้ครู นักศึกษามุสลิมถูกมองจากเพื่อนต่างศาสนิกด้วยความสงสัย

ว่าทำไมจึงไม่สามารถเข้าร่วมพิธีไหว้ครูได้ ทั้งๆ ที่เป็นประเพณีที่ผู้เป็นศิษย์ที่สมควรพึงกระทำ เพื่อแสดงความกตัญญู กตเวทิตาต่อครูบาอาจารย์ แต่ด้วยเหตุผลแท้จริงแล้วนั้น ข้อสงสัยนี้มีคำอธิบายจากการศึกษาของ มูรีด ทิมะเสน (2556) ว่า สิ่งใดก็ตามในเรื่องของศาสนาซึ่งไม่มีที่มาจากอัลลอฮ์ และท่านนบีมุฮัมมัดถือว่าไม่อนุญาตให้กระทำอย่างเด็ดขาด ยิ่งกรณีที่น่าเอาพิธีกรรมของศาสนาอื่นมาเจือปน หรือกระทำพิธีกรรมของศาสนาอื่นยิ่งต้องห้ามอย่างไม่ต้องสงสัย ในความเป็นจริง ครู คือผู้ชี้แนะให้ผู้คนทำการเคารพภักดี มีต่อพระองค์อัลลอฮ์ เพียงองค์เดียวเท่านั้น ผู้เป็นครูจะต้องทำทุกวิถีทางเพื่อให้ผู้คนเข้าใจศาสนาของพระองค์ ครูจึงเสมือนตัวแทนของพระเจ้า เป็นผู้ชี้แนะทางที่ถูกต้อง เป็นแบบอย่างอันดีงามให้แก่คนทั่วไป เมื่อเป็นเช่นนี้ครูในทัศนะอิสลามจึงไม่มีความจำเป็นที่จะต้องจัดพิธีไหว้ครู เพราะการกราบไหว้จะกระทำได้เฉพาะกับพระองค์อัลลอฮ์องค์เดียวเท่านั้นจะจัดให้แก่ครูไม่ได้ อีกทั้งไม่มีคำสั่งใช้จากพระองค์อัลลอฮ์และแบบอย่างของท่านนบีมุฮัมมัด จึงเป็นมคเอนันท์ว่า การจัดพิธีไหว้ครูจึงไม่มีแบบอย่างให้กระทำ

จากหลักและบทบัญญัติทางศาสนาในข้อนี้จึงเป็นเหตุปัจจัยที่ว่า การปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการทักทาย (สลาม) และ การทำความเคารพ (การไหว้) ของนักศึกษามุสลิมระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลาไม่ได้ส่งผลต่อระดับความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตที่จะส่งเสริมหรือพัฒนาให้เกิดภาวะ สูงขึ้น ต่ำลง หรือเท่าเดิม เนื่องจากปัจจัยหลักที่มีผลต่อการปรับตัว ถูกกำหนดโดยข้อบังคับที่เป็นไปตามหลักศาสนาที่ได้กำหนดไว้อย่างเคร่งครัดแล้ว การปรับตัวต่อวัฒนธรรมใหม่จึงไม่มีการเปลี่ยนแปลงแต่อย่างใด และนักศึกษามุสลิมที่มาจากสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ก็ยังคงวัฒนธรรมเดิมของตนเองอย่างชัดเจนอันเป็นการแสดงออกที่มีความจงรักภักดีต่อพระผู้เป็นเจ้า คือ องค์อัลลอฮ์องค์เดียวเท่านั้น

ผลการวิจัยครั้งนี้พบว่า การปรับตัวทางวัฒนธรรมด้าน สังคมของนักศึกษามุสลิมระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลาสูงขึ้น ระดับความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตจะสูงขึ้น ต่ำลง หรือเท่าเดิม ทั้งนี้เป็นผลมาจากนักศึกษากลุ่มนี้มีความเป็นวัฒนธรรมของตนเองอยู่มาก การคบหาสมาคมจะเลือกคบเพื่อนที่มาจากวัฒนธรรมเดียวกันก่อนที่จะเลือกคบเพื่อนต่างวัฒนธรรม เพราะทำให้นักศึกษากลุ่มนี้เกิดความรู้สึกสบายใจ และอุ่นใจ และไม่ต้องเปลี่ยนแปลงตนเองตามวัฒนธรรมใหม่ตามเพื่อนใหม่ที่ต่างวัฒนธรรม ทั้งนี้ด้วยฐานความเชื่อว่าการคบเพื่อนที่มาจากวัฒนธรรมเดียวกันจะสามารถทำให้ตนคงวัฒนธรรมเดิมไว้ได้หลายๆ อย่างเช่นเดียวกับการเลือกที่ปรึกษา เมื่อ นักศึกษาที่มาจาก 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้เผชิญกับความเครียดและความกังวลเกี่ยวกับการใช้ชีวิตตามลำพังในมหาวิทยาลัยที่ไม่ใช่ภูมิภานาของตน นักศึกษาเหล่านี้จะแสวงหาที่ปรึกษาที่เป็นรุ่นพี่ที่มาจากสังคมและวัฒนธรรมเดียวกันมากกว่าที่จะปรึกษารอบครัวที่อยู่ทางบ้าน เนื่องจากไม่อยากเพิ่มความกังวลให้กับทางบ้านและก็มี ความเชื่อมั่นว่ารุ่นพี่เคยมีประสบการณ์มาก่อนจะช่วยบรรเทาความทุกข์ใจของตนได้ นักศึกษาเหล่านี้ก็พยายามแสวงหาแหล่งสนับสนุนทางด้านจิตใจจากกลุ่มคนที่มาจากวัฒนธรรมเดียวกัน เพราะมีความคิดว่าคนที่ใช้ภาษาเดียวกันมีวัฒนธรรมเดียวกันต้องมีความเข้าใจกันมากกว่าคนที่ต่างวัฒนธรรมกับตน และสอดคล้องกับผลการวิจัยของ Henya (2006) ที่พบว่า สาเหตุที่นักศึกษามุสลิมเลือกคุยแต่กับเพื่อนที่มาจากวัฒนธรรมเดียวกันในช่วงแรก เพราะเป็นช่วงที่ รู้สึกสับสน แปลกแยก เครียด และทำอะไรไม่ถูก จนกระทั่งขาดความมั่นใจ รู้สึกท้อแท้ที่จะมีปฏิสัมพันธ์กับคนที่องถิ่นที่อยู่ในวัฒนธรรมใหม่ และไม่แน่ใจในการตีความหรือการแสดงทัศนคติหรือความเชื่อ ในการพูดคุยกับเพื่อนต่างวัฒนธรรมกับตนที่ใช้ภาษาพูดคนละภาษา การเลือกคบกับเพื่อนวัฒนธรรมเดียวกันนี้เป็นการแสวงหาแรงสนับสนุน

ทางสังคมเพื่อให้ได้รับกำลังใจ ได้พูดระบายความรู้สึกทุกข์ใจ และเพื่อขอกำลังใจ ความเห็นใจ คำปลอบโยนและความเข้าใจจากบุคคลอื่น ซึ่งเป็นวิธีการเผชิญปัญหาตามแนวคิดของ Lazarus(1984)

สำหรับการมีเพื่อนสนิทเป็นไทยพุทธจากงานวิจัยของ พินิต จิตติยาพันธุ์ (2550) ปรากฏว่า นักศึกษามุสลิมที่มีความเคร่งศาสนาน้อยจะมีเพื่อนสนิทเป็นไทยพุทธส่วนใหญ่ มีอัตราร้อยละสูงกว่านักศึกษามุสลิมที่มีความเคร่งศาสนา มาก คือ ร้อยละ 20.4 ต่อร้อยละ 5.5 และนักศึกษามุสลิมที่มีความเคร่งศาสนาอาจจะรู้สึกอึดอัดใจมากกว่านักศึกษามุสลิมที่มีความเคร่งศาสนา น้อยซึ่งสามารถปรับตัวในการอยู่ร่วมกับเพื่อนต่างศาสนาได้ดีกว่า และให้ความช่วยเหลือ ร่วมมือในการทำงานอย่างดียิ่ง ทั้งนี้เพราะมีความเข้าใจซึ่งกันและกัน แม้จะมีความแตกต่างในด้านภาษา ศาสนา ขนบธรรมเนียมประเพณี แต่สิ่งเหล่านี้ไม่ได้เป็นอุปสรรคขวางกั้นในการอยู่ร่วมกันในมุมมองของนักศึกษามุสลิมที่มีความเคร่งศาสนา น้อย ฉะนั้นความเคร่งศาสนากับการปรับตัวเมื่ออยู่ท่ามกลางไทยพุทธจึงมีความสัมพันธ์กัน นอกจากนี้การปรับตัวเข้ากับอาจารย์ในมหาวิทยาลัย นักศึกษามุสลิมกับอาจารย์ในมหาวิทยาลัยจำเป็นต้องมีการติดต่อกันอยู่เสมอ นักศึกษาบางคนอาจจะปรับตัวเข้ากับอาจารย์ทั้งไทยพุทธและมุสลิมได้ดี แต่บางคนอาจจะปรับตัวเข้ากับอาจารย์ที่ต่างไปจากศาสนาที่ตนนับถือได้น้อยกว่า

นักศึกษามุสลิมที่เข้ามาศึกษาในมหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลาส่วนมากมักจะรู้จักมักคุ้นกันมาก่อน ฉะนั้นจึงไม่ค่อยมีปัญหาในการปรับตัวระหว่างนักศึกษามุสลิมด้วยกัน แต่อาจจะมีปัญหาในการปรับตัวเข้ากับนักศึกษาไทยพุทธ สำหรับปัญหาในทางการเรียน ปัญหาอื่นๆ ทางมหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา มีระบบงานแนะแนว และระบบอาจารย์ที่ปรึกษาซึ่งส่วนใหญ่อาจารย์ที่ปรึกษามักจะเป็นอาจารย์ที่นับถือศาสนาพุทธ อาจารย์มุสลิมมีเป็นส่วนน้อย แต่อย่างไรก็ดี อาจารย์ไทยพุทธก็พยายามศึกษาขนบธรรมเนียมประเพณีของชาวมุสลิมและพยายามใกล้ชิดกับนักศึกษามาก ดังเห็นได้จากทุกวันพุธจะมีชั่วโมง Home-Room เพื่อให้ให้นักศึกษาและอาจารย์ได้พบปะแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับนักศึกษาอยู่เสมอ

2. การปรับตัวทางวัฒนธรรมทั้ง 7 ด้าน สามารถร่วมกันทำนายความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตของนักศึกษามุสลิมระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลาได้ โดยพบว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิต ได้แก่ การปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการถือศีลอด และการปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการใช้ภาษา

การปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการถือศีลอด มีอิทธิพลต่อความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตในเชิงบวก กล่าวคือ เมื่อระดับการปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการถือศีลอดเพิ่มขึ้น มีผลทำให้ระดับความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตเพิ่มขึ้น หมายความว่า ความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตของนักศึกษามุสลิมระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลาดีขึ้นนั่นเอง

วิถีมุสลิมในประเทศไทยมีทั้งลักษณะเฉพาะถิ่นและลักษณะร่วมของวิถีมุสลิมสากลซึ่งแสดงออกทางภาษา ศาสนา การดำเนินชีวิต อาหาร ประเพณีและวัฒนธรรม ซึ่งส่งผลต่อพฤติกรรมโดยเฉพาะในช่วงถือศีลอด คือ ผู้ถือศีลอดจะต้องงดอาหารและเครื่องดื่ม การมีเพศสัมพันธ์การพูดจาไร้สาระ ตลอดจนการกระทำที่ขัดต่อคุณธรรมตั้งแต่พระอาทิตย์ขึ้นจนถึงพระอาทิตย์ตก ด้วยเจตนาเพื่อพระผู้เป็นเจ้า(ยูซุฟ นิมะ และสุภัทร ฮาสุวรรณกิจ, 2551) ในเดือนรอมฎอนตามปฏิทินอิสลาม การถือศีลอดในเดือนรอมฎอนนั้น เป็นข้อบังคับของศาสนาที่อยู่ในหลักศรัทธา 6 ประการ และหลักปฏิบัติ 5 ประการ (พนพัฒน โทเจริญวานิช, 2551) การถือศีลอดเป็นบทบัญญัติของศาสนา จากงานวิจัยของรัตติกาล เรืองฤทธิ์, และคณะ (2555) กลุ่มตัวอย่างในงานวิจัยได้กล่าวถึงการถือศีลอดว่า “ผู้ถือศีลอดจะได้รับผลบุญ



ส่วนผู้ละเว้นจะได้รับการลงโทษจากพระผู้เป็นเจ้า การถือศีลอดนี้ถือเป็นหลักศาสนาอิสลามต้องถือทุกปี ไม่ทำไม่ได้  
ใครไม่บวช (ถือศีลอด) นี้ถือเป็นบาปหนักเลยนะ ต้องถือทุกคน คำสอนให้เราสู้จักอดทน รู้จักเอื้อเพื่อเพื่อแผ่” การถือ  
ศีลอดจึงเป็นช่วงตัดดวงผลบุญและความโพรดปรานจากพระผู้เป็นเจ้า เนื่องจากอิสลามถือว่าการทำความดี ในเดือน  
รอมฎอนจะได้รับผลบุญเป็นทวีคูณ เนื่องจากเป็นเดือนที่พระผู้เป็นเจ้าประทานคัมภีร์อัลกุรอานแก่มวลมนุษยชาติ (อัล-  
อิสลาหุสลาม, 2542)

หลักศรัทธาทางศาสนานั้นจึงเปรียบเสมือนแหล่งสนับสนุนทางสังคมที่ช่วยกล่อมเกลาคิดใจ ผู้ปฏิบัติให้เป็น  
คนดี มีความสงบและเรียนรู้การเสียสละ ซึ่งศาสนาอิสลามสนับสนุนให้ผู้ศรัทธามุ่งเน้นการปฏิบัติ ศาสนกิจเพื่อให้  
จิตใจสงบและเป็นการสร้างผลบุญ จากเหตุผลดังกล่าวนี้มีความสอดคล้องกับรูปแบบการสนับสนุนทางสังคมเพื่อ  
ได้รับกำลังใจโดยใช้ศาสนาและจิตวิญญาณมาเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจหากบุคคลมีแหล่งสนับสนุนทางสังคมไม่ว่าจะ  
เป็นสิ่งที่คนศรัทธา เช่น ศาสนา พ่อ แม่ เพื่อน หรืออาจารย์ บุคคลเหล่านั้นมีแนวโน้มที่จะสามารถเลือกใช้กลวิธีแบบ  
เผชิญหน้ากับปัญหา ไม่หลีกเลี่ยงปัญหา ซึ่งส่งผลให้มีความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตเพิ่มมากขึ้น ทั้งนี้เพราะเขา  
สามารถมองเห็นระดับความสมดุลในชีวิต (Good load balance) ที่พอดีกับความสามารถที่ตนมีอยู่ และมองเห็นแหล่ง  
ทรัพยากรที่จะจัดการกับปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นได้ ส่งผลให้บุคคลนั้นมองปัญหาว่าสามารถจัดการแก้ไขให้สำเร็จลุล่วง  
ไปได้ (วิสุทธิ บิลลาเต๊ะ, และฉันท ทองช่วย, 2553) อีกทั้งยังสอดคล้องกับการศึกษาของ Jacoba & Sebastiaan (2009)  
ที่ว่าแหล่งสนับสนุนทางสังคม โดยการมีศาสนาเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจและปฏิบัติตามหลักคำสอนนั้น หรือการมีข้อ  
ผูกพันต่อกันในสังคม สิ่งเหล่านี้ล้วนช่วยให้บุคคลมีความมั่นใจในการเผชิญกับปัญหาและส่งเสริมให้ความรู้สึกล  
สอดคล้องกลมกลืนในชีวิตของบุคคลสูงขึ้น มีความมั่นใจที่จะจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้น ทำให้ความเครียดที่เกิดขึ้น  
คลี่คลายลงไปได้ ผลการวิจัยของการศึกษาของ Orma, Shifra & Roth (2010) ได้นำแนวคิดเรื่องกลวิธีการเผชิญปัญหา  
มาใช้ในการวิจัยโดยสนใจศึกษาบทบาทของกลวิธีการเผชิญปัญหาในฐานะตัวแปรส่งผ่านระหว่างความรู้สึกสอดคล้อง  
กลมกลืนในชีวิตกับความเครียดของวัยรุ่นมุสลิมชาวอิสราเอล พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่ใช้หลักศาสนาเป็นเครื่องยึด  
เหนี่ยวจิตใจ และปฏิบัติตามบทบัญญัติของศาสนามีความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิต สามารถวิเคราะห์พิจารณา  
เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในช่วงเวลานั้นอย่างสอดคล้องกับสภาพความเป็นจริง รู้เท่าทันและยอมรับตามความเป็นจริงของ  
เหตุการณ์ในขณะปัจจุบัน ตลอดจนมองปัญหาที่เกิดขึ้นว่าเป็นสิ่งที่ทำทลาย คุ่มค่าที่จะเข้าไปแก้ไขและมีแหล่งประโช  
ษณ์ในการจัดการกับปัญหานั้นได้ ดังนั้นความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตและวัฒนธรรมการถือศีลอดจึงส่งผลใน  
ความสัมพันธ์ที่มีทิศทางในทางบวกซึ่งช่วยส่งเสริมให้เกิดความสมดุลในชีวิตและเป็นปัจจัยที่ก่อให้เกิดความสุขใจ

การปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการใช้ภาษา มีอิทธิพลต่อความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตในเชิงลบ  
กล่าวคือ เมื่อระดับการปรับตัวทางวัฒนธรรมด้านการใช้ภาษาเพิ่มขึ้น มีผลทำให้ระดับความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืน  
ในชีวิตลดลง นั้นหมายความว่า ความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตของนักศึกษามุสลิมระดับปริญญาตรี  
มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลาตนเอง การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้สามารถอธิบายได้ว่า แม้ว่าประชาชนสามจังหวัดชายแดน  
ภาคใต้จะนับถือศาสนาอิสลามเหมือนกับประชาชนในจังหวัดอื่นในประเทศไทยแต่เนื่องจากสามจังหวัดชายแดน  
ภาคใต้อยู่ติดกับประเทศมาเลเซีย ชาวไทยมุสลิมในจังหวัดชายแดนภาคใต้จึงมีภาษาและวัฒนธรรมหลายอย่างคล้ายกับ  
ชาวมุสลิมในตอนเหนือของมาเลเซีย จึงทำให้วัฒนธรรมบางวัฒนธรรมอาจแตกต่างกับวัฒนธรรมอิสลามในภาคอื่นๆ  
บ้างแต่ก็ยังอยู่ในหลักคำสอนของศาสนาอิสลามที่เป็นสากล (ตุวันอารง ยิปากา, 2549) สิ่งหนึ่งที่ถือเป็นเอกลักษณ์ของ

ชาวมุสลิมในแถบนี้คือการใช้ภาษา ชาวไทยมุสลิมในสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ ส่วนใหญ่จะใช้ภาษาท้องถิ่นเป็นภาษามลายู ซึ่งได้รับการถ่ายทอดมาจากบรรพบุรุษ และจากการติดต่อกับมุสลิมชาวมลายูซึ่งอยู่ในดินแดนที่ใกล้เคียงกัน ปัจจุบันชาวไทยมุสลิมในสามจังหวัดชายแดนภาคใต้พูดภาษาไทยได้กว่า ร้อยละ 50 และใช้ทั้งภาษาไทยและภาษามลายู ชาวไทยมุสลิมจะต้องเรียนรู้พระคัมภีร์อัลกุรอาน เพื่อใช้ในการประกอบศาสนกิจประจำวัน จึงสามารถอ่านเขียนภาษาอาหรับได้ ส่วนตำราเรียนทั่วไปที่ใช้ในการสอนวิชาการศาสนานั้นมีทั้งภาษาอาหรับและภาษายาวี (รอฮานี เจอะอาแซ, และคณะ 2551)

จากการทบทวนเอกสารที่เกี่ยวข้องกับนักศึกษาที่มาจากสามจังหวัดชายแดนภาคใต้จะพบว่านักศึกษาที่เข้ามาศึกษาต่อในมหาวิทยาลัยที่แตกต่างจากภูมิสำเนาเดิมของตนจะมีปัญหาในการปรับตัวมากกว่านักศึกษาที่มาจากจังหวัดอื่น เนื่องจากวัฒนธรรมที่มีเอกลักษณ์เฉพาะ คือ การใช้ภาษา นักศึกษาจะใช้ภาษามลายูในการสื่อสารและการเรียนมาตลอดระยะเวลาที่อยู่ในภูมิสำเนาของตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับรายงานการวิจัยของสถาบันเอเชียศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยเรื่อง ไทยกับโลกมุสลิม: ศึกษาเฉพาะกรณีชาวมุสลิม (2539) รายงานว่านักศึกษาที่มาจากสามจังหวัดชายแดนภาคใต้มีการสื่อสารทางด้านภาษาไทยไม่ค่อยชัดและมีนักศึกษบางคนที่พูดภาษาไทยไม่ได้เลย โดยระบุว่าประมาณ 65% ของคนไทยมุสลิมใน 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ไม่เข้าใจภาษาไทยอย่างลึกซึ้ง นอกจากนี้งานวิจัยนี้ยังได้กล่าวถึงปัญหาที่ตามมาของการใช้ภาษาไทยไม่ได้ เช่น อัตราการตกซ้ำชั้นสูงถึงร้อยละ 33 เพราะฟังครูไม่รู้เรื่อง อ่านหนังสือ ไม่แตกฉานและคุณภาพยังไม่ดีพอ เมื่อจะสอบเข้าเรียนต่อในระดับมหาวิทยาลัย การแข่งขันกับกับนักศึกษาทั่วไปทำให้มีปัญหาเพิ่มขึ้น ส่งผลให้เกิดปัญหาด้านจิตใจตามมา เช่น ความรู้สึกวิตกกังวล คับข้องใจ เบื่อหน่ายท้อแท้ และอาจก่อให้เกิดภาวะซึมเศร้าได้ มีผลทำให้ผลการเรียนต่ำ และผลที่ตามมาทำให้เกิดการตื่นตระหนกทางวัฒนธรรม (Cultural shock) สอดคล้องกับงานวิจัยของ Mudhovozi (2012) ที่ศึกษาปัญหาการปรับตัวในนักศึกษาต่างชาติทั่วไปที่เข้ามาศึกษาต่อในอเมริกา รายงานว่านักศึกษาต่างชาติที่เข้ามาศึกษาต่อในอเมริกาชั่วคราวจะมีประสบการณ์การตื่นตระหนกทางวัฒนธรรม มีความสับสนเกี่ยวกับบทบาทหน้าที่ของตน ขาดการสนับสนุนทางสังคม ไม่คุ้นเคย มีความห่างเหินการถูกแบ่งแยก และอุปสรรคในด้านการใช้ภาษา จนทำให้เกิดปัญหาการเรียนตามมา และในปี 2013 ได้มีการศึกษาประสบการณ์ของนักศึกษาแอฟริกาที่มาจากซาฮารา เรื่องการปรับตัวทางวัฒนธรรมในสังคมของสหรัฐอเมริกา พบปัญหาของนักศึกษาในการปรับตัว คือปัญหาการปรับตัวด้านภาษา การสื่อสารและวัฒนธรรมของอเมริกา รวมถึงการถูกแบ่งแยกทางเชื้อชาติ ความคิดถึงบ้าน อาการซึมเศร้า ความหงุดหงิด ฉุนเฉียวและความโมโห ความเหนื่อย ความท้อและขาดความอบอุ่น ยิ่งกว่านั้นผลจากการสัมภาษณ์นักศึกษาคิวดำที่มาจากแอฟริกาตะวันออกและตะวันตกรวมถึงนักศึกษาจากซาอุดีอาระเบียทางเหนือของอเมริกา ผลรายงานได้แสดงให้เห็นเด่นชัดว่านักศึกษาคิวดำที่มาจากประเทศแอฟริกา หรือนักศึกษาที่มาจากเอเชียมีความยากลำบากในการปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมและสิ่งแวดล้อมใหม่มากกว่านักศึกษาคิวขาว (Kankipati (2012) นอกจากนี้ยังมีผลการวิจัยของ Chaiyapan (2015) พบว่านักศึกษามุสลิมในสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ ที่เข้ามาศึกษาต่อในมหาวิทยาลัยนั้นมีปัญหาความเครียดจากการใช้ภาษาไทยมากกว่านักศึกษาที่มาจากจังหวัดอื่น อีกทั้งงานวิจัยชิ้นนี้ยังสนับสนุนผลการวิจัยของคณะผู้วิจัยที่ยืนยันจากบทสัมภาษณ์ที่ผู้ให้ข้อมูลได้บอกเล่าอีกว่า “ในสามจังหวัดชายแดนใต้ ส่วนใหญ่จะพูดกันใ้ในภาษายาวี ทุกคนส่วนใหญ่นับถือศาสนาอิสลาม ผู้คนจะไม่ค่อยสื่อสารเป็นภาษาไทยกัน หนูก็เช่นเดียวกันจะไม่ค่อยพูดไทย พูดแต่ยาวีมาตั้งแต่เล็กจนเข้าเรียน ป.1-ม.6 ได้พูดภาษาไทยเพียงบางครั้งเอง เพราะว่าสถานศึกษาที่หนูเรียนนั้น จะ

เป็นโรงเรียนเอกชนที่มีการสอนสามัญควบคู่กับศาสนา ส่วนใหญ่จะติดต่อกับสื่อสารกับอุซตาสหรืออาจารย์ จะพูดภาษาถิ่นมากกว่า ได้พูดไทยเพียงคาบวิชาสามัญเท่านั้น รู้สึกทำให้ตนเองพูดไทยไม่ชัด เรียบเรียงคำพูดไม่ถูกต้อง และบางคำก็ไม่รู้จักความหมายเลย เมื่ออยู่ที่บ้านก็พูดยาวี ไม่ค่อยพูดไทยเลย เพราะพ่อไม่ชอบฟังเวลาสื่อสารกับที่สาวเป็นไทย ดูเหมือนว่าเราเป็นคนหยิ่งโศ หนูก็เลยตัดสินใจไม่พูดเลย แต่ด้วยเหตุการณ์ในปัจจุบันทำให้ไทยพุทธกับมุสลิมไม่ค่อยพบปะกัน ไม่ค่อยติดต่อกันจนทำให้หนูฟังภาษาได้ไม่ค่อยรู้เรื่อง แต่พอเข้ามาเรียนในมหาวิทยาลัยนี้ ปีแรกก็มีความกดดัน เครียด เพราะที่นี้มีการเรียนสายสามัญอย่างเดียว มีกลุ่มเพื่อนไทยพุทธเรียนด้วยกัน หนูเป็นคนที่ไม่กล้าแสดงออก เพราะพูดไม่เก่ง พูดไทยก็ไม่ชัด จะติดต่อกับเพื่อนก็ยาก บางครั้งเพื่อนก็ล้อทำให้ไม่กล้าพูดไปกันใหญ่ หนูก็ได้แต่นั่งเงียบ ไม่ค่อยพบปะ คุยกับเพื่อน มันทำให้เรารู้สึกเครียด” จากบทสัมภาษณ์ดังกล่าวจะเห็นถึงความรู้สึกเครียดและความวิตกกังวลกับการใช้ภาษาไทยส่งผลต่อภาวะความยากลำบากในการปรับตัวทั้งในเรื่องของการเรียน การสร้างสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนร่วมชั้นเรียน กระทบต่อการดำรงชีวิตในกิจวัตรประจำวัน และประชากรในจังหวัดชายแดนภาคใต้ ยกเว้น จังหวัดสตูล ประมาณร้อยละ 80 พูดภาษามลายูในชีวิตประจำวัน เด็กที่เข้าศึกษาในระดับประถมศึกษาบางคนจึงพูดภาษาไทยไม่ชัดเจน และในบางครอบครัวพ่อแม่หรือผู้ปกครองไม่สนับสนุนให้ลูกหลานพูดภาษาไทย เพราะเกรงว่าจะเป็นการหันเหไปจากภาษาเดิมของตน ชาวมุสลิมบางคนมีความคิดว่า ภาษาที่ถูกต้องของผู้ที่นับถือศาสนาอิสลามก็คือ ภาษามลายูพื้นเมืองเท่านั้น และเมื่อเด็กกลับจากโรงเรียนถึงบ้าน กลับต้องใช้เวลาตอนค่ำหัดอ่านพระคัมภีร์อัลกุรอานหรือหัดอ่านหนังสือมลายู เพื่อเตรียมตัวสำหรับศึกษาทางศาสนาต่อในวันข้างหน้า จึงเป็นปัจจัยที่กระทบต่อการฝึกหัดการใช้ภาษาไทยซึ่งเป็นภาษาราชการเมื่อต้องเข้าศึกษาในระดับอุดมศึกษานั้นเอง (ตุวันอารง ยีบา กา, 2549)

ดังนั้นจึงเห็นได้ว่านักศึกษามุสลิมยังคงมีความยากลำบากในการปรับตัวทางวัฒนธรรม โดยเฉพาะด้านการใช้ภาษาในการติดต่อกับสื่อสารเป็นอย่างมาก ความไม่สอดคล้องกลมกลืนด้านวัฒนธรรมนี้จึงส่งผลให้รูปแบบการดำเนินชีวิตของนักศึกษามุสลิมจึงแตกต่างจากกลุ่มนักศึกษาทั่วไป ความรู้สึกการเป็นหนึ่งเดียวหรือการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มในสังคมใหม่ของนักศึกษามุสลิมยังคงต้องเรียนรู้และปรับเปลี่ยนเพื่อให้เกิดความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตมากยิ่งขึ้น ซึ่งต้องอาศัยการจัดการทางด้านจิตใจที่ต้องเผชิญกับความเครียดในการปรับตัว โดยเริ่มต้นจากการทำความเข้าใจยอมรับกับสภาพความเป็นจริงที่เกิดขึ้น การปรับเปลี่ยนเรียนรู้ตนเองจากการแก้ไขปัญหา การยอมรับและยอมรับกับปัญหาที่เกิดขึ้น โดยมุ่งจัดการกับปัญหาเป็นหลัก ซึ่งเป็นปัจจัยนำมาสู่ความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิต ในการเข้าใจสภาวะของสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นภายใต้ความกดดันเพื่อรักษาความสมดุลทางด้านอารมณ์เพื่อให้เกิดการเรียนรู้และอยู่ร่วมกันในสังคมพหุวัฒนธรรมได้อย่างสันติสุข มีความสุขในการดำรงชีวิตและเป็นบัณฑิตที่สามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงในสังคมวัฒนธรรมที่มีความหลากหลายและมีความพร้อมทางด้านวิชาการ อารมณ์ สังคม จิตใจที่ดีเป็นบัณฑิตที่มีคุณภาพในอนาคต

## ข้อเสนอแนะ

### 1. ข้อเสนอแนะสำหรับนำไปใช้

1.1 ผู้ที่เกี่ยวข้อง เช่น อาจารย์ที่ปรึกษา นักจิตวิทยาการปรึกษา จำเป็นต้องเรียนรู้เรื่องวัฒนธรรมอิสลาม เพื่อให้เกิดความเข้าใจพื้นฐานที่เหมือนกัน และทราบถึงความต้องการของนิสิตมุสลิมซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อการ

แก้ปัญหาการปรับตัวทางวัฒนธรรมของนิสิตมุสลิม โดยเฉพาะอาจารย์ที่ปรึกษาควรจะทำความคุ้นเคยเพื่อให้นักศึกษากลุ่มนี้เกิดความไว้วางใจใหญ่เพื่อที่จะได้ปรึกษาปัญหาเพื่อช่วยให้นักศึกษาสามารถปรับตัวได้ดีขึ้น เป็นการช่วยให้นักศึกษาสามารถปรับตัวในการเรียน ลดปัญหาการลาออกหรือถูกกรีไทร์จากการปรับตัวไม่ได้

1.2 สถาบันการศึกษา ควรสนับสนุนและการปูพื้นฐานทักษะการใช้ภาษาไทยให้กับกลุ่มนักศึกษาที่ยังมีความสามารถในการใช้ภาษาในระดับอ่อน ก่อนเปิดภาคการศึกษาเพื่อให้สามารถใช้ทักษะภาษาไทย ทั้งการฟัง พูด อ่าน เขียนและเข้าใจภาษาไทยอย่างถูกต้องชัดเจนมากยิ่งขึ้น

1.3 ผลการวิจัยสามารถนำไปใช้เป็นแนวทางในการวางแผนจัดการบริหารงานเกี่ยวกับการปรับตัวทางวัฒนธรรมของนักศึกษามุสลิมในสถาบันอื่นที่เกี่ยวข้อง หรือเป็นแนวทางในการทำความเข้าใจนักศึกษาที่มาจากต่างวัฒนธรรมในการรองรับการเข้าสู่ประชาคมอาเซียน

## 2. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรมีการศึกษาการปรับตัวทางวัฒนธรรมด้วยวิธีการอื่นๆ เพื่อให้ได้มาซึ่งข้อมูลที่ละเอียดถี่ถ้วนและครอบคลุมมากยิ่งขึ้น เช่น การศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบรายบุคคล การศึกษาเป็นรายกรณี หรือการวิจัยเชิงคุณภาพ

2.2 ควรมีการเปรียบเทียบการปรับตัวทางวัฒนธรรมระหว่างกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักศึกษามุสลิมที่มาจากสามจังหวัดชายแดนใต้กับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักศึกษาที่มาจากภูมิภาคอื่น เช่น ภาคเหนือ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ภาคกลาง หรือในภาคใต้ที่มาจากขอบเขตพื้นที่ต่างออกไป

2.3 ควรมีการวิจัยการปรับตัวทางวัฒนธรรมแบบเจาะลึกและติดตามกลุ่มตัวอย่างเป็นระยะเวลาประมาณ 3-6 เดือน เพื่อวิเคราะห์และทราบถึงพัฒนาการของการตื่นตระหนกทางวัฒนธรรม และกระบวนการปรับตัวของนักศึกษาต่างวัฒนธรรมมากขึ้น

## บรรณานุกรม

กองอำนวยการรักษาความมั่นคงภายใน. (2536). *วิถีชีวิตของชาวมุสลิม โครงการ โรงเรียนชุมชนสัมพันธ์จังหวัดชายแดนใต้ “ฮารับป็นบารู”*. นครศรีธรรมราช: กองทัพภาคที่ 4.

จินตนา คูใจ. (2555). *ความพึงพอใจต่อกิจกรรมรับน้องของนิสิตชั้นปีที่ 1 คณะเกษตรศาสตร์มหาวิทยาลัยพะเยา*. (วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยพะเยา, พะเยา.

ตุวันอารง ยีบาภา. (2549). *การพัฒนาเครื่องมือวัดการปฏิบัติศาสนกิจตามหลักการอิสลาม ในสาระการเรียนรู้อิสลามศึกษาช่วงชั้นที่ 2 กลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรมหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544*. (วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยทักษิณ, สงขลา.

นิรมล สุวรรณโคตร. (2553). *การปรับตัวของนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยนเรศวร*.

(วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.

ปวีณา ไชยชมพู. (2549). *ปัจจัยที่มีผลต่อการปรับตัวของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชธานี วิทยาเขตอุดรธานี*.

(วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ขอนแก่น.

ปรีชาชาญ แก้วนุ้ย, และ ลีสิน กุสสถานภาพ. (2556). *การผสมผสานทางวัฒนธรรมระหว่างไทยพุทธกับไทยมุสลิมใน* 210 | ปีที่ 10 ฉบับที่ 1 (ม.ค. – มิ.ย.) 2560

เขตจังหวัดภาคใต้ตอนล่าง. บทความวิจัยเสนอในการประชุมหาดีใหญ่วิชาการ ครั้งที่ 4 วันที่ 10 พฤษภาคม 2556. หน้า 89-97.

พนพัฒน โดเจริญวานิช. (2551). การจัดการบริการปฐมภูมิการดูแลผู้ป่วยเบาหวานในพื้นที่พิเศษจังหวัดปัตตานี ยะลา นราธิวาส สงขลา สตูล. สงขลา: สถาบันวิจัยระบบสุขภาพภาคใต้. มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.

มนลดา ยูโซะ. (2556). ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงที่มีต่อการปรับตัวทางวัฒนธรรมของนิสิตมุสลิมระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยทักษิณ วิทยาเขตสงขลา. (วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยทักษิณ, สงขลา.

มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา. (2557, มิถุนายน 6). ประวัติมหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา. สืบค้นจาก <http://www.skru.ac.th>.

ยูซุฟ กือรฎอวี. (2544). ทะลาลและหะรอมในอิสลาม. (บรรจง บินกาซัน, ผู้แปล) พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ : ศูนย์หนังสืออิสลาม.

ยูซุฟ นิมะ, และสุภัทร ฮาสุวรรณกิจ. (2551). การแพทย์และการดูแลผู้ป่วยที่สอดคล้องกับวิถีมุสลิม. สถาบันวิจัยระบบสุขภาพภาคใต้ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์. รายงานการสำรวจสถานะสุขภาพของประชาชนโดยการตรวจร่างกายครั้งที่ 3 ปี พ.ศ. 2546-2547. สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข.

รสลิน วิทย์วงษ์กังกวาท. (2550). ปัจจัยทางชีวสังคมสุขภาพจิตและความเข้มแข็งในการมองโลกกับการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุทำงานของข้าราชการก่อนเกษียณสังกัดกรมชลประทาน. (วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.

รุจิรัตน์ กำมะหี. (2552). การปรับตัวทางวัฒนธรรมของนักศึกษามหาวิทยาลัยจากสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ในกรุงเทพมหานคร. (วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพฯ.

รัตติกาล เรืองฤทธิ์, พรทิพย์ มาลาธรรม, และวรรณภา ประไพพานิช (2555). การรับรู้เกี่ยวกับการถือศีลอดและพฤติกรรมการดูแลตนเองของชาวไทยมุสลิมที่เป็นเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ถือศีลอดในเดือนรอมฎอน. วารสารรามาริบัติพยาบาลสาร, 18(2), 207-222.

รอฮานี เจอะอาแซ และคณะ. (2551). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมจัดการความเครียดของวัยรุ่นไทยมุสลิมในโรงเรียนมัธยมศึกษาในสาม จังหวัดชายแดนภาคใต้. วารสารสุขภาพจิตแห่งประเทศไทย, 13(2), 68-77.

ไอลลา หรีมเพ็ง. (2551). องค์ประกอบทางจริยธรรมของนักศึกษามุสลิมในสถาบันอุดมศึกษา. (วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์วิทยาเขตปัตตานี, ปัตตานี.

วิยะดา แซ่ตั้ง. (2551). ผลของกลุ่มจิตวิทยาพัฒนาตนและการปรึกษาแนวพุทธต่อความรู้สึกสอคล้องกลมกลืนในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัย. (วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพฯ.

วิสุทธิ์ บิลล่าเต๊ะ และ ฉันทัส ทองช่วย. (2553). กระบวนการดำรงอัตลักษณ์มุสลิมกับการสร้างชุมชนเข้มแข็งกรณีศึกษา : ชุมชนมัสยิดบ้านเหนือ. วารสารอัล-นุรบัมทิตวิทยาลัย, 5(9), 55-66

วุฒิศักดิ์ พิศสุวรรณ. (2548). ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อระดับความสำคัญที่ให้กับเครื่องหมายรับรองฮาลาลโดยผู้บริโภคชาวมุสลิมในการตัดสินใจซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร:กรณีศึกษาของชาวไทยมุสลิมใน 4 จังหวัดชายแดนภาคใต้. วารสาร BU Academic Review, 4(1), 72-83

- วุฒิชัย สายบุญจวง. (2554). *ความเป็นธรรมในทัศนะของชาวมุสลิม : กรณีศึกษาชุมชนชนวนี่คำ แขวงโคกแฝก เขตหนองจอก กรุงเทพมหานคร. (วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, กรุงเทพฯ.*
- สุภาพรธรรม โคตรจรัส และ ชุมพร ยงกิตติกุล. (2545). *ความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูและพฤติกรรมส่วนบุคคลของวัยรุ่นไทยรายงานการวิจัย. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.*
- सानิต ศิริวิศิษฐ์กุล. (2550). *คุณภาพชีวิตของนักศึกษามุสลิมที่ศึกษาระดับปริญญาตรีวิทยาลัยนอร์ท กรุงเทพ. กรุงเทพฯ : วิทยาลัยนอร์ทกรุงเทพ.*
- สำนักส่งเสริมวิชาการและงานทะเบียน. (2557, มิถุนายน 6). *รายงานสถิติจำนวนนักศึกษาภาคปกติ ปีการศึกษา 2556. ดึงข้อมูลจาก [http://regis.skru.ac.th/RegisWeb/webpage/statistic\\_std.php](http://regis.skru.ac.th/RegisWeb/webpage/statistic_std.php)*
- หะยีหวนและคณะ. (2555). การปรับตัวทางวัฒนธรรมของนักศึกษาชาวจีนในประเทศไทย กรณีศึกษา: มหาวิทยาลัยบูรพา. *วารสารวิชาการมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์*, 34(1), 185-201.
- ไหมไทย ไชยพันธุ์. (2554). *ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตกับความเครียดในการปฏิบัติงานของทหารในพื้นที่สามจังหวัดชายแดนภาคใต้ โดยมีรูปแบบการเผชิญปัญหาเป็นตัวแปรส่งผ่าน. (วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพฯ.*
- อัล-อิสลาหุสสมาคม. (2542). *การถือศีลอดตามบทบัญญัติอิสลาม (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ: อัล-อิสลาหุสสมาคม บางกอกน้อย.*
- Abdullah, S.S., & Sulaiman, H. (2014). Academic Adaptation: The Experience of Malay Muslim Postgraduate Students. *Journal Pendidikan Malaysia*, 39(1), 69-75.
- Antonovsky, A. (1987). *Unraveling the mystery of health: How people manage stress and stay well*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Antonovsky, A. (1993). *The structure and properties of the sense of coherence scale*. *Social Science Medicine*, 36:725-733.
- Chaiyapan, M. (2015). *Academic Adjustment and Sense of Coherence of the Muslim Students from the Three Southernmost Provinces of Thailand: Qualitative*. ACP2015 The Osaka International Convention Center, Osaka, Japan Conference Theme 2015: "Power" Thursday, March 26 – Sunday, March 29, 2015. P. 393 – 405.
- Henry, K., & Jo, C. (2006). Cultural Adjustment of International Students. *Journal of Psychological Science*, 2: 133-137.
- Jacoba, J., & Sebastiaan, R. (2009). Occupational stress, sense of coherence, coping, burnout and work engagement of registered nurses in South Africa. *Journal of Industrial Psychology*, 35:423-433.
- Kankipati, V. (2012). *Acculturation of Asian Indian Women in the United States*. University of Kentucky, Kentucky, UK.

- Krejcie, Robert V. and Derryll W. Morgan. (1970). Determining Sample Size for Research Activities, *Journal of Education and Psychological Measurement*, 30(10), 607-609.
- Lazarus, R.S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer Publishing.
- Mudhovozi, P. (2012). Social and Academic Adjustment of First-Year University Students. *Journal of Social Science*, 33(2), 251-259.
- Novera, I.A. (2004). Indonesian Postgraduate Students studying in Australia: An Examination of their Academic, Social and Cultural Experiences. *International Education Journal*, 5(4), 475-487.
- Orna, B.L., Shifra, S. B., & Roth, G. (2010). *Coping strategies as mediators of the relationship between sense of coherence and stress reactions: Israeli adolescents under missile attacks*. *Anxiety, Stress, & Coping*, 6(2), 1-13.
- Rothmann, S., Steyn, L.J., & Mostert, K. (2005). *Job stress, sense of coherence and work wellness in an electricity supply organization*. [Online]. Available from: <http://www.ianrothmann.com> [November, 23, 2010].
- Winter, M.G., & Yaffe, M. (2000). First year student adjustment to university life as a function of relationship with parents. *Journal of Adolescent Research*, 15: 19-37.
- Shinichiro, S., Yusuke T., and Tadahiro, U. (2009). The association of sense of coherence and coping profile with stress among research park city workers in Japan. *Journal of Industrial Health*, 47: 664-672.