Educational Management Strategies for Promoting Student Well-being in Multicultural Society: An Analysis of the Role of Awareness with Self-Efficacy as a Mediator

Kruamas Kaewthorn[1], Juta Tammachart[2*], Chidchanok Choengchaw[3] & Busaban Chirtkiatsakul[4]

1 *Student Affairs Division, Prince of Songkla University, Pattani Campus, Thailand*
2 *Faculty of Education, Prince of Songkla University, Pattani Campus, Thailand*
3 *Faculty of Education, Prince of Songkla University, Pattani Campus, Thailand*
4 *Faculty of Education, Prince of Songkla University, Pattani Campus, Thailand*
* *Corresponding author. E-mail: juta.tammachart@gmail.com*

Abstract

This research aimed to examine the relationship between cultural awareness and student well-being at Prince of Songkla University, Pattani Campus, with cultural self-efficacy as a mediating variable; and to propose administrative guidelines to enhance student well-being in a multicultural society. The sample consisted of 531 undergraduate students. The research instrument was a 5-point Likert scale questionnaire, validated for content validity by experts. The measurement model demonstrated a good fit with the empirical data. Data were analyzed using Structural Equation Modeling (SEM) and content synthesis. The findings revealed that the structural model had a total effect of 0.519, significant at the .01 level. Notably, cultural awareness had no significant direct effect on well-being (direct effect = 0.022). However, it exerted a significant indirect effect through cultural self-awareness (indirect effect = 0.497), accounting for 95.7% of the total effect. This indicates that cultural awareness serves as a fundamental factor influencing cultural self-awareness (0.755), which in turn significantly enhances well-being (0.659). Consequently, the researcher proposed administrative guidelines focused on policy-driven learning ecosystems. These policies should not only promote awareness of cultural differences but also incorporate processes that strengthen students' cultural self-awareness. Such an approach aims to reduce anxiety about intercultural interaction, ultimately leading to sustainable well-being in a multicultural society.

Keywords: Cultural Awareness, Cultural Self-Efficacy, Student Well-being, Multicultural Society, Educational Administration Guidelines

Received: 2026-04-01; **Revised:** 2026-05-13; **Accepted:** 2026-05-13

แนวทางบริหารจัดการเพื่อส่งเสริมความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษาในสังคมพหุวัฒนธรรม: การวิเคราะห์บทบาทความตระหนักรู้โดยมีการรับรู้ตนเองเป็นตัวแปรส่งผ่าน

เครือมาส แก้วทอน[1], จุฑา ธรรมชาติ[2*], ชิดชนก เชิงเชาว์[3] และบุษบรรณ เชิดเกียรติสกุล[4]

1 *กองพัฒนานักศึกษา มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี*
2 *คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี*
3 *คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี*
4 *คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี*
* *Corresponding author. E-mail: juta.tammachart@gmail.com*

บทคัดย่อ

การวิจัยเรื่องนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมกับความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษา มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี โดยมีการรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรมเป็นตัวแปรส่งผ่าน และเพื่อนำเสนอแนวทางบริหารจัดการเพื่อส่งเสริมความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษาในสังคมพหุวัฒนธรรม ตัวอย่างวิจัยเป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรี จำนวน 531 คน เครื่องมือที่ใช้เป็นมาตรวัดแบบประเมินค่า 5 ระดับ ที่ผ่านการตรวจสอบคุณภาพด้านความตรงจากผู้เชี่ยวชาญ มีผลการวิเคราะห์โมเดลการวัดที่เหมาะสมกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ในระดับดี วิเคราะห์ข้อมูลด้วยโมเดลสมการโครงสร้าง และการสังเคราะห์เนื้อหา ผลการวิจัยพบว่า โมเดลความสัมพันธ์มีค่าอิทธิพลรวมเท่ากับ 0.519 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมไม่มีอิทธิพลทางตรงต่อความอยู่ดีมีสุข มีค่าอิทธิพลทางตรงเท่ากับ 0.022 แต่ส่งอิทธิพลทางอ้อมผ่านการรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรมอย่างมีนัยสำคัญ มีค่าอิทธิพลทางอ้อมเท่ากับ 0.497 ซึ่งคิดเป็นสัดส่วนอิทธิพลส่งผ่านสูงถึงร้อยละ 95.7 ของอิทธิพลรวมทั้งหมด สะท้อนให้เห็นว่าความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมเป็นปัจจัยพื้นฐานที่ส่งผลต่อการรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรม และการรับรู้ตนเองจะส่งผลต่อความอยู่ดีมีสุขอย่างมีนัยสำคัญ ผู้วิจัยจึงนำเสนอแนวทางบริหารจัดการในลักษณะนโยบายที่มุ่งเน้นการสร้างระบบนิเวศการเรียนรู้ที่ไม่เพียงแต่สร้างความตระหนักรู้ถึงความต่างทางวัฒนธรรมของนักศึกษา แต่ต้องมีกระบวนการส่งเสริมให้นักศึกษาเกิดการรับรู้และเข้าใจอัตลักษณ์ตนเองทางวัฒนธรรม เพื่อลดความวิตกกังวลในการปฏิสัมพันธ์ข้ามวัฒนธรรม อันจะนำไปสู่ความอยู่ดีมีสุขในการใช้ชีวิตในสังคมพหุวัฒนธรรมอย่างแท้จริง

คำสำคัญ: ความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรม, การรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรม, ความอยู่ดีมีสุข, สังคมพหุวัฒนธรรม, แนวทางบริหารจัดการสถาบันอุดมศึกษา

บทนำ

มหาวิทยาลัยมีบทบาทสำคัญในฐานะศูนย์กลางการศึกษาและวัฒนธรรมที่ส่งเสริมความรู้ความเข้าใจและความร่วมมือในสังคมพหุวัฒนธรรม โดยเฉพาะในพื้นที่ที่มีความหลากหลายทางเชื้อชาติและศาสนาอย่างสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ การศึกษาแบบพหุวัฒนธรรมกลายเป็นเครื่องมือสำคัญในการลดความขัดแย้ง เสริมสร้างความเข้าใจ และสนับสนุนการอยู่ร่วมกันในบริบทของสังคมที่มีความแตกต่างหลากหลาย ดังจะเห็นได้จากกิจกรรมที่จัดขึ้นในมหาวิทยาลัยที่ส่งเสริมการเรียนรู้ข้ามวัฒนธรรมหรือการทำโครงงานที่สะท้อนความหลากหลายของคนในพื้นที่ซึ่งช่วยสร้างทักษะการปรับตัวและความตระหนักรู้ในคุณค่าของวัฒนธรรมที่แตกต่างกัน (สุธิรัส ชูชื่น, 2555) กิจกรรมเหล่านี้ส่งเสริมการมีส่วนร่วมของนักศึกษาในชุมชนมหาวิทยาลัย สร้างความสัมพันธ์เชิงบวกระหว่างนักศึกษา ตลอดจนสะท้อนถึงบทบาทของมหาวิทยาลัยในฐานะศูนย์พัฒนาทรัพยากรมนุษย์ที่เน้นการยอมรับความหลากหลายและการสร้างสันติสุข การศึกษาและการพัฒนานโยบายที่ตอบสนองต่อความหลากหลายจึงเป็นหัวใจสำคัญในการสร้างความยั่งยืนให้แก่สังคมและชุมชน

ความอยู่ดีมีสุข (Well-being) ของนักศึกษาในสังคมพหุวัฒนธรรมเป็นองค์ประกอบสำคัญที่สะท้อนถึงคุณภาพชีวิตของนักศึกษาในมิติที่ครอบคลุมทั้งร่างกาย จิตใจ และสังคม การอยู่ดีมีสุขแสดงถึงความสามารถของนักศึกษาในการปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมที่มีความหลากหลายทางวัฒนธรรม รวมถึงการพัฒนาความสัมพันธ์เชิงบวกกับบุคคลต่างวัฒนธรรม และการเคารพในความแตกต่าง ซึ่งถือเป็นฐานรากสำคัญของการอยู่ร่วมกันในสังคมพหุวัฒนธรรม (Cortes, 1996) ในบริบทของนักศึกษามหาวิทยาลัย ความอยู่ดีมีสุขยังช่วยส่งเสริมสมรรถนะด้านวิชาการและการพัฒนาทางสังคมให้แก่นักศึกษา โดยเป็นปัจจัยสำคัญที่สนับสนุนให้นักศึกษาใช้ชีวิตในรั้วมหาวิทยาลัยได้อย่างมีความหมายและมีความสุข ช่วยเสริมสร้างสังคมที่ปรองดองและเคารพความหลากหลายได้อย่างยั่งยืน การจัดการศึกษาและสิ่งแวดล้อมอำนวยการเรียนรู้ให้แก่นักศึกษาจึงเป็นเรื่องสำคัญที่มหาวิทยาลัยจะต้องดำเนินการเพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตและความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษา

ความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษาในบริบทสังคมพหุวัฒนธรรมสะท้อนถึงความสามารถของนักศึกษาในการปรับตัวเข้ากับความหลากหลายทางวัฒนธรรมของนักศึกษาที่อยู่ร่วมกันในมหาวิทยาลัย ความแตกต่างดังกล่าวเกี่ยวข้องในด้านวิถีชีวิต ค่านิยม และความเชื่อของนักศึกษาแต่ละคน (Nieto, 2004) ความอยู่ดีมีสุขบ่งบอกถึงการพัฒนาทัศนคติเชิงบวกต่อความแตกต่างและการสร้างความสมดุลระหว่างความสำเร็จด้านวิชาการและความพึงพอใจทางสังคมของผู้คน (Banks, 2008) การส่งเสริมความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษาในบริบทสังคมพหุวัฒนธรรมจึงมีบทบาทสำคัญในการลดความตึงเครียดและความขัดแย้งที่อาจเกิดขึ้นระหว่างการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัยของนักศึกษาที่อาจเป็นผลมาจากความแตกต่างทางวัฒนธรรม อีกทั้งยังช่วยสร้างบรรยากาศแห่งความสงบสุขในมหาวิทยาลัย เป็นการสร้างสังคมที่เข้าใจและยอมรับความหลากหลายได้อย่างลึกซึ้งและมีประสิทธิภาพ ความอยู่ดีมีสุขจึงเป็นตัวชี้วัดสำคัญของคุณภาพชีวิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยที่ประกอบด้วยมิติทางจิตใจ ร่างกาย และสังคม รวมถึงเป็นองค์ประกอบสำคัญที่ช่วยให้บุคคลเข้าใจและเคารพความหลากหลายทางวัฒนธรรมอย่างลึกซึ้ง

ในการอยู่ร่วมกันในสังคมพหุวัฒนธรรมอย่างอยู่ดีมีสุขนั้นอาศัยความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรม (Cultural awareness) ของคนในสังคม ความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมมีบทบาทสำคัญในการสร้างบรรยากาศของความสงบสุขและความร่วมมือในสังคมที่หลากหลายไม่ว่าจะเป็นการช่วยลดความขัดแย้งที่เกิดจากความแตกต่างทางวัฒนธรรม เสริมสร้างความสัมพันธ์เชิงบวกและการทำงานร่วมกันในกลุ่มคนที่มีพื้นฐานทางวัฒนธรรมต่างกัน เพิ่มพูนความพึงพอใจในชีวิตและความเป็นอยู่ของสมาชิกในสังคมพหุวัฒนธรรม (Gut et al.,

2017; Matveev & Milter, 2004) การส่งเสริมความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมในสถาบันการศึกษาและการทำงานจึงมีความเชื่อมโยงอย่างใกล้ชิดกับแนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาความอยู่ดีมีสุขและการอยู่ร่วมกันในสังคมพหุวัฒนธรรม ดังจะเห็นได้ว่าความแตกต่างทางวัฒนธรรมระหว่างกลุ่มสังคมนั้นส่งผลต่อพฤติกรรมและการทำงานในสภาพแวดล้อมที่มีความหลากหลายทางวัฒนธรรม (Hofstede, 2011) ความสามารถในการปรับตัวและเข้าใจวัฒนธรรมที่แตกต่างเป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยให้บุคคลสามารถทำงานและอยู่ร่วมในสังคมพหุวัฒนธรรมได้อย่างราบรื่น (Livermore, 2010) ความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมจึงส่งผลโดยตรงต่อความอยู่ดีมีสุขของคนในสังคม ตลอดจนสังคมนักศึกษาในมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี ที่ตั้งอยู่ในสังคมพหุวัฒนธรรม

นอกจากความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมที่มีความเกี่ยวข้องกับความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษาแล้ว การรับรู้ทางวัฒนธรรม (Cultural efficacy) ก็เป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษา โดยเฉพาะในบริบทของสังคมพหุวัฒนธรรมซึ่งมีความหลากหลายทางชาติพันธุ์และวัฒนธรรม การรับรู้ทางวัฒนธรรมช่วยให้นักศึกษาสามารถเข้าใจและยอมรับความแตกต่างทางวัฒนธรรม ซึ่งเป็นพื้นฐานสำคัญของการอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุขในชุมชนการศึกษา การรับรู้ทางวัฒนธรรมช่วยเสริมสร้างความสัมพันธ์เชิงบวก ความสามารถในการปรับตัวในสถานการณ์หลากหลาย และเพิ่มความพึงพอใจในชีวิต ส่งผลต่อความเป็นอยู่ที่ดีในระยะยาว (Cortes, 1996) การรับรู้ตัวตนทางวัฒนธรรมช่วยลดความขัดแย้งภายในตนเอง และสร้างความสัมพันธ์ที่กลมกลืนกับผู้อื่นในสังคมที่หลากหลาย การรับรู้ทางวัฒนธรรมไม่ได้เพียงส่งผลต่อความอยู่ดีมีสุข แต่ยังเป็นกลไกสำคัญที่ช่วยให้เกิดความร่วมมือและความสำเร็จด้านการใช้ชีวิตในสังคมพหุวัฒนธรรม (Berry et al., 2006; Nguyen & Benet-Martínez, 2013) การส่งเสริมการรับรู้ทางวัฒนธรรมในสถาบันการศึกษาจึงมีส่วนช่วยพัฒนาความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษาในบริบทสังคมพหุวัฒนธรรม

จะเห็นว่าความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษาเป็นปัจจัยสำคัญที่นำไปสู่ความสำเร็จในชีวิตการเรียนและการใช้ชีวิตอย่างมีคุณภาพของนักศึกษาในมหาวิทยาลัย เมื่อพิจารณาบริบทมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี พบว่า ในปีการศึกษา 2567 มีนักศึกษาใหม่ทั้งหมด 2,249 คน มีนักศึกษาเชื้อชาติไทยร้อยละ 99.7 ส่วนใหญ่นับถือศาสนาอิสลามคิดเป็นร้อยละ 86.5 และศาสนาพุทธร้อยละ 13.1 นักศึกษาส่วนใหญ่มีภูมิลำเนาอยู่ในพื้นที่ 5 จังหวัดชายแดนภาคใต้ (นราธิวาส ปัตตานี ยะลา สงขลา และสตูล) คิดเป็นร้อยละ 84.3 (กองยุทธศาสตร์และพัฒนาวิทยาเขตปัตตานี, 2567) จะเห็นว่าบรรยากาศภายในมหาวิทยาลัยมีความเป็นพหุวัฒนธรรมที่มีนักศึกษาต่างเชื้อชาติ ศาสนา และวัฒนธรรมอาศัยอยู่ร่วมกัน จึงเป็นเรื่องสำคัญที่มหาวิทยาลัยต้องมีการบริหารจัดการเพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้และบรรยากาศเกื้อกูลให้นักศึกษาสามารถอยู่ร่วมกันด้วยความเข้าใจและสงบสุข รวมถึงส่งเสริมความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมและการรับรู้ทางวัฒนธรรมให้แก่นักศึกษา เพื่อเป็นปัจจัยส่งเสริมความอยู่ดีมีสุขให้แก่นักศึกษา

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมกับความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี ด้วยวิธีการวิเคราะห์สมการโครงสร้างเชิงเส้น เมื่อกำหนดให้การรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรมของนักศึกษาเป็นตัวแปรส่งผ่าน
2. เพื่อนำเสนอแนวทางบริหารจัดการเพื่อส่งเสริมความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษาในสังคมพหุวัฒนธรรมตามบทบาทความสำคัญของความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมและการรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรม

หลักการ แนวคิด และทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

ความอยู่ดีมีสุข (Well-being)

ความอยู่ดีมีสุขเป็นคำที่ถูกนิยามและตีความในหลายแง่มุมครอบคลุมทั้งสุขภาพทางกาย จิตใจ ความสัมพันธ์ และการดำรงชีวิตอย่างมีคุณภาพในบริบทสังคมและวัฒนธรรมต่าง ๆ ความอยู่ดีมีสุขหมายถึงความรู้สึกพึงพอใจในชีวิต โดยบุคคลจะรู้สึกถึงความสุขและประเมินว่าชีวิตกำลังดำเนินไปได้ดี (Diener, 1984) ทั้งนี้ การมองสุขภาวะอย่างครอบคลุมจะต้องคำนึงถึง สภาวะของสุขภาพกาย สุขภาพจิต และสุขภาพสังคมที่ดีสมบูรณ์ ไม่ใช่เพียงแค่การปราศจากโรคภัยไข้เจ็บหรือความอ่อนแอตามแนวคิดขององค์การอนามัยโลก (World Health Organization: WHO) ปี 2020 โดยความอยู่ดีมีสุขเชื่อมโยงกับสุขภาพจิตและการบูรณาการทางสังคม ซึ่งเสริมสร้างการเติบโตและการมีส่วนร่วมที่มีประสิทธิภาพในสังคม (Keyes, 2002) นอกจากนี้ ความอยู่ดีมีสุขยังสะท้อนถึงความสามารถในการอยู่ร่วมกัน การปรับตัว และเคารพต่อความแตกต่างทางวัฒนธรรม โดยสร้างความสัมพันธ์เชิงบวกในชุมชนเพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างสันติ ความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษาเป็นตัวแปรเชิงคุณลักษณะที่มีโครงสร้างหลายมิติ ครอบคลุมประสบการณ์ทางกายภาพ จิตใจ และสังคม ความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษาเป็นการสอดประสานกันระหว่างสถานะอารมณ์เชิงบวกและความพอใจในชีวิต (Travia et al., 2020) ตัวชี้วัดหลักของความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษา ได้แก่ ความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษา ความสมดุลของอารมณ์เชิงบวกและเชิงลบ และความพึงพอใจทั้งในสภาพแวดล้อมของมหาวิทยาลัยและหลักสูตรการศึกษา (Dyrbye et al., 2006) นอกจากนี้ ยังมีการพิจารณาคุณลักษณะเชิงบวกที่ยั่งยืนอื่น ๆ ในการประเมินความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษาไม่ว่าจะเป็นความหวัง การมองโลกในแง่ดี และความสุข (Lin & Shek, 2019; Smith et al., 2021) สำหรับองค์ประกอบของความอยู่ดีมีสุขในการวิจัยครั้งนี้อธิบายได้ด้วยทฤษฎี PERMA แห่งความอยู่ดีมีสุข (Seligman, 2011) ประกอบด้วย 5 องค์ประกอบหลัก ได้แก่ อารมณ์เชิงบวก (Positive Emotion) การมีส่วนร่วมผูกพัน (Engagement) ความสัมพันธ์ (Relationships) ความหมายในชีวิต (Meaning) และความสำเร็จ (Accomplishment)

อารมณ์เชิงบวก ครอบคลุมถึงความรู้สึกถึงความสุข ความเบิกบาน และสบายใจ อารมณ์เชิงบวกเป็นสิ่งสำคัญที่แสดงถึงความเจริญรุ่งเรือง Frederickson (2001) เสนอว่าอารมณ์เชิงบวกก่อให้เกิดความเจริญรุ่งเรืองและควรค่าแก่การปลูกฝังให้แก่บุคคล อารมณ์เชิงบวกสามารถขยายขอบเขตของความคิดและการกระทำของบุคคลซึ่งจะนำไปสู่การสร้างพัฒนาบุคคลอย่างยั่งยืน ส่วน *การมีส่วนร่วมผูกพัน* เป็นการเชื่อมโยงจิตใจกับกิจกรรมหรือองค์กรอย่างลึกซึ้งไม่ว่าจะเป็นความสนใจ การมีส่วนร่วม หรือการซึมซับ Csikszentmihalyi (1997) กล่าวการมีส่วนร่วมผูกพันถูกกำหนดเป็นสภาวะแห่งการไหล (state of flow) ซึ่งเป็นสภาวะที่ดีที่สุดของการจดจ่อกับงานที่มีการกระตุ้นตนเองอย่างแท้จริง ในสภาวะการไหลนี้ การรับรู้เวลาความรู้สึกและความคิดเชิงบวกของบุคคลอาจเลือนหายไป สำหรับ *ความสัมพันธ์* ในความหมายของ Seligman (2011) ได้รวมถึงความรู้สึกของการเข้าเป็นส่วนหนึ่งกับสังคมหรือชุมชน ความรู้สึกของการได้รับการดูแลจากคนที่รัก และความพึงพอใจกับเครือข่ายทางสังคมของตนเอง ทั้งนี้ ประสบการณ์ส่วนใหญ่ของมนุษย์จะเกี่ยวข้องกับคนรอบตัว การสนับสนุนส่งเสริมจากความสัมพันธ์ทางสังคมช่วยให้คนเรามีภาวะซึมเศร้าและอาการจิตเวชลดลง สุขภาพกายดีขึ้น อัตราการตายต่ำลง และผลลัพธ์เชิงบวกอื่น ๆ เพิ่มขึ้น (Cohen, 2004; Perissinotto et al., 2012) ส่วน *ความหมายในชีวิต* เป็นการมีความรู้สึกถึงจุดมุ่งหมาย ทิศทางในชีวิต และความรู้สึกเชื่อมโยงถึงสิ่งที่ยิ่งใหญ่กว่าตนเอง บุคคลที่อ้างว่าชีวิตตนเองมีความหมายมากมักจะรายงานว่าตนเองมีความสุขและพึงพอใจกับชีวิตโดยรวมของตนเอง แม้ว่าชีวิตที่มีความหมายนั้นจะไม่จำเป็นต้องเป็นชีวิตที่มีความสุขเสมอไป (Baumeister et al., 2013) ขณะที่ *ความสำเร็จ* เป็นความก้าวหน้าไปสู่เป้าหมายของตนเอง

และการบรรลุผลลัพธ์ที่เหนือกว่าที่นำไปสู่การยอมรับจากบุคคลภายนอกและความรู้สึกภาคภูมิใจของตนเอง ความสำเร็จขึ้นอยู่กับความทะเยอทะยาน ความมุ่งมั่น และบุคลิกภาพของบุคคล ซึ่งแต่ละคนอาจมีเป้าหมายความสำเร็จในชีวิตแตกต่างกันแม้ว่าจะเป็นเรื่องเดียวกันก็ตาม และความสำเร็จที่ถูกตั้งเป้าหมายไว้นั้นก็จะเป็นประโยชน์ต่อบุคคลนั้นเอง ตัวอย่างเช่น การวิจัยแสดงให้เห็นว่าผู้ที่เล่นไพ่บริดจ์ได้อย่างเชี่ยวชาญนั้นจะพยายามเล่นเกมอย่างเต็มความสามารถแม้ว่ากำลังจะแพ้ก็ตาม พวกเขาจะรู้สึกถึงความสำเร็จได้เพราะพวกเขาเล่นเกมอย่างเต็มที่ (Seligman, 2011) องค์ประกอบแต่ละด้านดังกล่าวจะต้องมีคุณลักษณะสำคัญ คือ มีส่วนสนับสนุนความเป็นอยู่ที่ดี เป็นการแสวงหาเพื่อประโยชน์ของตัวเองไม่ใช่เพียงเพื่อให้ได้มาซึ่งองค์ประกอบอื่นใด และมีความเป็นเอกเทศ นั่นคือ ถูกกำหนดและวัดแยกต่างหากจากองค์ประกอบอื่น ๆ

ความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรม (Cultural Awareness)

ความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมเป็นการเข้าใจและเคารพความแตกต่างทางวัฒนธรรมระหว่างบุคคล ซึ่งแสดงออกถึงการยอมรับคุณค่าของประสบการณ์และมุมมองที่แตกต่างกันในบริบทสังคมและการศึกษา (Banks, 2006) ความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมเป็นความสามารถในการรับรู้ถึงความแตกต่าง ความหลากหลายของวัฒนธรรมที่มีอยู่ (Matsumoto & Juang, 2008) และทำความเข้าใจถึงเหตุและความสำคัญของความแตกต่างทางวัฒนธรรมระหว่างบุคคลหรือกลุ่มบุคคล (Bennett, 1993) ตลอดจนทำความเข้าใจผลของความแตกต่างทางวัฒนธรรมที่มีต่อการสื่อสารและการทำงานร่วมกันระหว่างบุคคลในองค์กร ความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมจึงเป็นการรับรู้เข้าใจถึงวิธีการที่วัฒนธรรมนั้นส่งผลต่อความคิด เจตคติ ค่านิยม รวมถึงพฤติกรรมหรือวิถีการปฏิบัติของบุคคล (Deardorff, 2009; Hofstede, 1991; Matsumoto & Juang, 2008)

ความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมเป็นหนึ่งในสมรรถนะเชิงวัฒนธรรม (Cultural competency) ที่มีการพัฒนาและปรับปรุงมาจากหลายแนวคิด Lister (1999) ได้จำแนกสมรรถนะทางวัฒนธรรมออกเป็นหลายองค์ประกอบ ได้แก่ ความตระหนักทางวัฒนธรรม (Cultural awareness) ความรู้ทางวัฒนธรรม (Cultural knowledge) ความเข้าใจวัฒนธรรม (Cultural understanding) ความไวต่อวัฒนธรรม (Cultural sensitivity) และความสามารถเชิงวัฒนธรรม (Cultural competence) แนวคิดเหล่านี้เน้นการพัฒนาทักษะและความสามารถในการปรับตัวและทำงานร่วมกับผู้คนจากวัฒนธรรมที่แตกต่างกัน และความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมก็เป็นกระบวนการสำคัญที่ช่วยให้บุคคลสามารถปรับตัวและดำรงชีวิตร่วมกันในสังคมที่มีความหลากหลายทางวัฒนธรรมได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีบทบาทสำคัญในการแสดงออกของบุคคลและช่วยให้เข้าใจถึงความแตกต่างและหลากหลายทางวัฒนธรรมได้ดีขึ้น (อุรุพร ศิริวิชยาภรณ์ และคณะ, 2561)

นักวิชาการหลายท่านได้ศึกษาและพัฒนาแนวคิดความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมเพื่อส่งเสริมความเข้าใจเกี่ยวกับการสื่อสารและปฏิสัมพันธ์ในบริบททางวัฒนธรรมที่แตกต่างกันของคนในสังคม หนึ่งในนักวิชาการสำคัญคือ Bennett (1986) ซึ่งเป็นผู้พัฒนาโมเดล Developmental Model of Intercultural Sensitivity (DMIS) โมเดลนี้อธิบายว่าความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมเป็นกระบวนการที่พัฒนาอย่างต่อเนื่อง โดยเริ่มจากการปฏิเสธความแตกต่างทางวัฒนธรรมไปสู่การยอมรับและการปรับตัวให้เข้ากับความหลากหลายทางวัฒนธรรม ในด้านการสื่อสารข้ามวัฒนธรรมนั้น Hall (1976) เป็นผู้ริเริ่มแนวคิดเกี่ยวกับวัฒนธรรมในบริบทสูงและวัฒนธรรมในบริบทต่ำ (High-Context and Low-Context Cultures) เพื่อใช้เป็นเครื่องมือช่วยทำความเข้าใจความแตกต่างทางวัฒนธรรมในการสื่อสารและเรียนรู้วิธีการปฏิสัมพันธ์กับบุคคลจากวัฒนธรรมที่มีบริบทการสื่อสารต่างกัน นอกจากนี้ Hofstede (1980) ยังได้พัฒนาทฤษฎีมิติวัฒนธรรม (Cultural Dimensions Theory) ซึ่งเป็นแนวคิดที่ช่วยอธิบายวิธีที่วัฒนธรรมต่าง ๆ มีอิทธิพลต่อการคิด การตัดสินใจ

และการทำงานของบุคคลในบริบททางวัฒนธรรมที่แตกต่างกัน ซึ่งเป็นการอธิบายการเข้าใจความแตกต่างทางวัฒนธรรม และการปรับตัวในการทำงานร่วมกันระหว่างคนที่มีพื้นฐานทางวัฒนธรรมต่างกัน

การรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรม (Cultural efficacy)

การรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรมหรือการรับรู้ความสามารถตนเองทางวัฒนธรรมเป็นแนวคิดที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการเข้าใจและปรับตัวต่อความแตกต่างทางวัฒนธรรมอย่างมีประสิทธิภาพ โดยบุคคลต้องตระหนักถึงวัฒนธรรมของตนเองและผู้อื่น รวมถึงสามารถสื่อสารข้ามวัฒนธรรมได้อย่างเหมาะสม การทำความเข้าใจบทบาทของวัฒนธรรมในชีวิตประจำวัน และการประยุกต์ใช้ในสถานการณ์ต่าง ๆ เป็นสิ่งสำคัญในการพัฒนาความมั่นใจและความสามารถในการทำงานข้ามวัฒนธรรม ความสามารถนี้ยังเชื่อมโยงกับการปรับตัวให้เข้ากับบริบทที่หลากหลายและการมีปฏิสัมพันธ์อย่างมีประสิทธิภาพ โดยไม่เกิดความขัดแย้ง (Bandura, 1997) การรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรมไม่เพียงแค่ช่วยให้บุคคลสามารถทำงานในบริบทข้ามวัฒนธรรมได้ดีขึ้น แต่ยังส่งเสริมให้สามารถจัดการกับความแตกต่างทางวัฒนธรรมในสถานการณ์ทางสังคมและธุรกิจได้อย่างมั่นใจและมีประสิทธิภาพ (Gudykunst, 2004; Thomas & Inkson, 2004)

การรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรมสามารถอธิบายได้ด้วยทฤษฎีทางจิตวิทยาสังคม (Cognitive Social Theory) ของ Bandura (1997) ที่กล่าวถึงความเชื่อในความสามารถของตนเองเกี่ยวกับการดำเนินการเพื่อให้บรรลุผลลัพธ์ที่ต้องการในบริบทสังคมซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญในการทำนายพฤติกรรมของมนุษย์ สำหรับบริบทข้ามวัฒนธรรมนั้น Fan and Mak (1998) พบว่านักเรียนที่รับรู้ความสามารถตนเองทางวัฒนธรรมสูงมีแนวโน้มจะรู้สึกสบายใจและเข้ากับนักเรียนที่มีวัฒนธรรมต่างกับตนเองมากกว่านักเรียนที่รับรู้ความสามารถตนเองทางวัฒนธรรมต่ำ เช่นเดียวกับแนวคิดของ Tsang (2001) ที่ได้เสนอไว้ว่าบุคคลที่รู้สึกมั่นใจในความสามารถเกี่ยวกับการจัดการชีวิตของตนเองหรือมีการรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรมสูงจะมองหาประสบการณ์จากวัฒนธรรมใหม่ ๆ ด้วยความกระตือรือร้น ผลที่ได้จากการเรียนรู้หรือข้อมูลป้อนกลับที่ได้จะช่วยเสริมสร้างความรู้ความเข้าใจทางวัฒนธรรมและสร้างความชัดเจนในการมีปฏิสัมพันธ์ข้ามวัฒนธรรมในอนาคต Bandura (1997) อธิบายว่าการรับรู้ตนเองส่งผลต่อพฤติกรรมของมนุษย์ผ่านกระบวนการสำคัญ ได้แก่ กระบวนการทางสติปัญญา กระบวนการทางจิตพิสัย กระบวนการทางแรงจูงใจ และกระบวนการคัดเลือก เมื่อพิจารณาในบริบทของพหุวัฒนธรรมก็สามารถสันนิษฐานได้ว่าผู้ที่มีระดับการรับรู้ตนเองข้ามวัฒนธรรมสูงมีแนวโน้มที่จะประสบความสำเร็จในการสร้างปฏิสัมพันธ์และมีความคาดหวังเชิงบวกมากกว่าผู้ที่มีระดับการรับรู้ตนเองข้ามวัฒนธรรมต่ำ (กระบวนการทางสติปัญญา) ในทำนองเดียวกัน ผู้ที่มีระดับการรับรู้ตนเองข้ามวัฒนธรรมสูงอาจมีแนวโน้มที่จะรู้สึกวิตกกังวลน้อยลงในการสร้างปฏิสัมพันธ์ข้ามวัฒนธรรม และรู้สึกพึงพอใจมากขึ้นเมื่อสร้างความสัมพันธ์ใหม่กับผู้คนจากวัฒนธรรมอื่น (กระบวนการทางจิตพิสัย) นอกจากนี้ ผู้ที่มีระดับการรับรู้ตนเองข้ามวัฒนธรรมสูงอาจมีแนวโน้มที่จะติดต่อกับบุคคลต่างวัฒนธรรมและมองเห็นผลประโยชน์ของปฏิสัมพันธ์ที่เกิดขึ้น (กระบวนการทางแรงจูงใจ) และสุดท้ายผู้ที่มีระดับการรับรู้ตนเองข้ามวัฒนธรรมสูงอาจเลือกที่จะติดต่อกับบุคคลอื่นที่มีวัฒนธรรมต่างกับตนเอง แม้ว่าในการสื่อสารนั้นจะต้องอาศัยความรู้ทางวัฒนธรรม ภาษา และการอดทนต่อความไม่ชัดเจนที่เกิดขึ้นก็ตาม (กระบวนการทางการเลือก) (Briones et al., 2009)

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้ตนเองรวมถึงการรับรู้ตนเองทางสังคม พบว่า การรับรู้ตนเองมีความสัมพันธ์กับการปรับตัวของนักเรียน (Bandura et al., 1996) นักศึกษามหาวิทยาลัย (Solberg et al., 1993; Ward & Kennedy, 1994) และผู้อพยพ (Schwarzer et al., 1994) ผลการวิเคราะห์อภิมาน

ของ Multon et al. (1991) พบว่า การรับรู้ตนเองมีความสัมพันธ์ปานกลางกับผลการเรียนของนักศึกษา และมีความสัมพันธ์ปานกลางกับความเพียรพยายามในการทำงานที่กำหนด นอกจากนี้ Bandura et al. (1996) ยังพบว่าการรับรู้ตนเองทางสังคมมีความสัมพันธ์กับสุขภาวะทางอารมณ์ของนักเรียนมัธยมปลาย

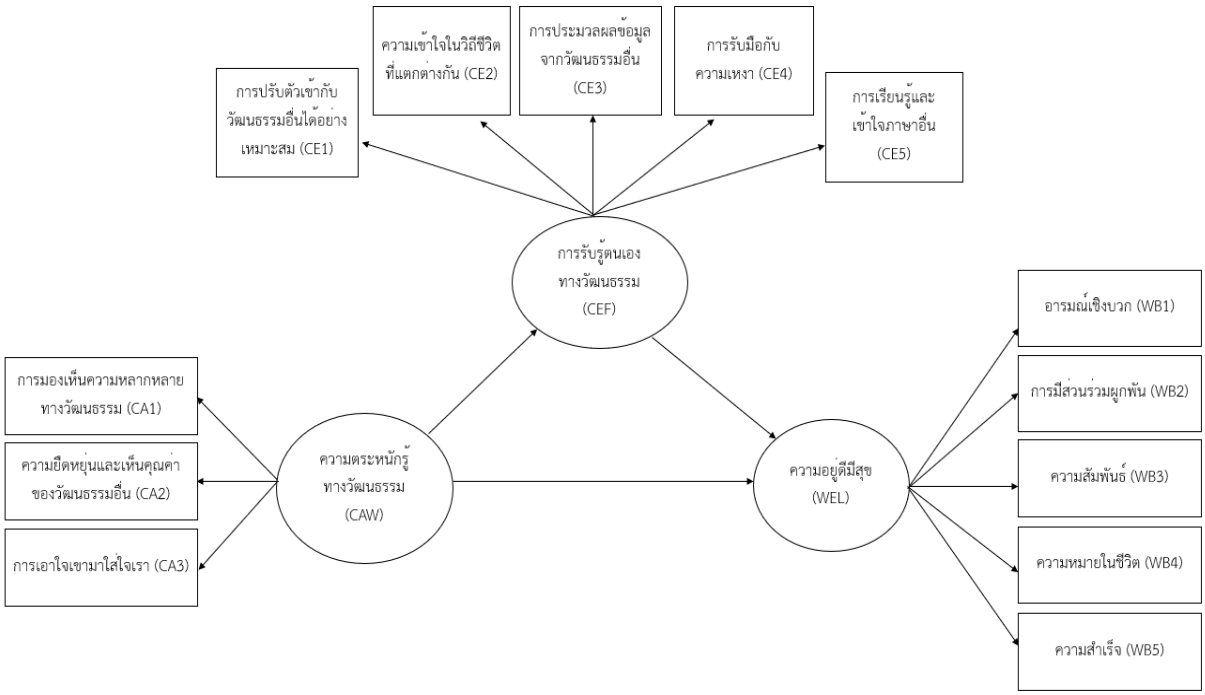
กรอบแนวคิดและสมมติฐานวิจัย

จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการวิจัยจะเห็นว่าความอยู่ดีมีสุขเป็นความรู้สึกพึงพอใจในชีวิตของบุคคลที่ดำเนินอยู่ขณะปัจจุบัน (Diener, 1984) มีความครอบคลุมและเชื่อมโยงกันระหว่างสุขภาวะทางกาย จิตใจ และสังคม (WHO, 2020) ตลอดจนสะท้อนถึงความสามารถในการอยู่ร่วมกันด้วยความเข้าใจ การรู้จักปรับตัว และเคารพต่อความแตกต่างทางวัฒนธรรม (Keyes, 2002) ความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษาในสังคมพหุวัฒนธรรมนั้น อาจได้รับอิทธิพลมาจากความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมซึ่งเป็นการเข้าใจและเคารพความแตกต่างทางวัฒนธรรมระหว่างบุคคลที่แสดงออกถึงการรับรู้ ความเข้าใจ และยอมรับความแตกต่างหรือความหลากหลายทางวัฒนธรรมที่มีอยู่ในสังคม (Banks, 2006; Matsumoto & Juang, 2008) เป็นการรับรู้เข้าใจถึงวิธีการที่วัฒนธรรมนั้นส่งผลต่อความคิด เจตคติ ค่านิยม พฤติกรรมหรือวิถีการปฏิบัติของบุคคล (Deardorff, 2009; Hofstede, 1991) รวมถึงเป็นปัจจัยเสริมสร้างความสัมพันธ์และความสงบสุขในสังคมซึ่งนำไปสู่การอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุขในสังคมพหุวัฒนธรรม (กมลชนก ชำนาญ และอวยพร เรืองตระกูล, 2557) ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงตั้งสมมติฐานวิจัยถึงความสัมพันธ์ระหว่างความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมกับความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี ว่าความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมมีอิทธิพลทางตรงต่อความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษา

นอกจากความสัมพันธ์ดังกล่าวแล้ว ความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมยังเป็นกระบวนการทางอภิปัญญาที่สะท้อนถึงประสบการณ์ทางวัฒนธรรมที่ได้รับของบุคคล (Lu & Wan, 2018) เป็นความสามารถในการเข้าใจความเชื่อ ค่านิยม และผลกระทบของวัฒนธรรมที่มีต่อตนเอง (Kaihlanen et al., 2019) รวมถึงการยอมรับอคติ ความลำเอียง และเงื่อนไขที่มีต่อวัฒนธรรมอื่นที่แตกต่างกัน (Campinha-Bacotes, 2002) และความตระหนักรู้ถึงวัฒนธรรมตนเองและผู้อื่นนี้ได้นำไปสู่การรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรมที่เป็นความสามารถในการเข้าใจและปรับตัวต่อความแตกต่างทางวัฒนธรรมอย่างมีประสิทธิภาพ รวมถึงสามารถสื่อสารข้ามวัฒนธรรมได้อย่างเหมาะสม Fan and Mak (1998) พบว่านักเรียนที่รับรู้ตนเองทางวัฒนธรรมสูงมีแนวโน้มจะเข้ากับนักเรียนที่มีวัฒนธรรมต่างกับตนเองได้มากกว่านักเรียนที่รับรู้ตนเองทางวัฒนธรรมต่ำ และการรับรู้ตนเองมีความสัมพันธ์กับการปรับตัวของนักเรียน (Bandura et al., 1996) ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงตั้งสมมติฐานวิจัยถึงความสัมพันธ์ระหว่างความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมกับความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี อีกหนึ่งประการว่าความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมมีอิทธิพลทางอ้อมต่อความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษา เมื่อมีตัวแปรการรับรู้ทางวัฒนธรรมเป็นตัวแปรส่งผ่าน

จากสมมติฐานวิจัยทั้งสองประการที่ผู้วิจัยสังเคราะห์ขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย นำไปสู่การสร้างกรอบแนวคิดวิจัยที่แสดงถึงความสัมพันธ์เชิงโครงสร้างระหว่างตัวแปรแฝงตามแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง โดยความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมทำหน้าที่เป็นตัวแปรต้นในการวิจัย ซึ่งตามแนวคิดของชุตินันท์ จันทรเสนานนท์ (2553) นั้น ประกอบด้วย 3 ด้าน คือ การมองเห็นความหลากหลายทางวัฒนธรรม ความยืดหยุ่นและเห็นคุณค่าของวัฒนธรรมอื่น และการเอาใจเขามาใส่ใจเรา ส่วนความอยู่ดีมีสุขทำหน้าที่เป็นตัวแปรตามในการวิจัยนั้น ตามทฤษฎี PERMA แห่งความอยู่ดีมีสุขของ Seligman (2011) ประกอบด้วย 5 ด้าน คือ อารมณ์เชิงบวก การมีส่วนร่วมผูกพัน ความสัมพันธ์ ความหมายในชีวิต และความสำเร็จ ขณะที่การรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรมจะทำหน้าที่เป็นตัวแปรส่งผ่านระหว่างความสัมพันธ์ระหว่าง

ความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมกับความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษา ตามแนวคิดของ Briones et al. (2009) ประกอบด้วย 5 ด้าน คือ ความสามารถในการปรับตัวเข้ากับวัฒนธรรมอื่นได้อย่างเหมาะสม ความเข้าใจในวิถีชีวิตที่แตกต่างกัน ความสามารถในการประมวลผลข้อมูลจากวัฒนธรรมอื่น ความสามารถในการรับมือกับความเหงา และความสามารถในการเรียนรู้และเข้าใจภาษาอื่น โดยแสดงเป็นแผนภาพความสัมพันธ์ได้ดังนี้



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดความสัมพันธ์ระหว่างความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมกับความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษา มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี

ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยเชิงสหสัมพันธ์ (Correlational Research) เรื่องนี้ประกอบด้วยการดำเนินการ 2 ขั้นตอน คือ 1) การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมกับความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษา และ 2) การนำเสนอแนวทางบริหารจัดการเพื่อส่งเสริมความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษา การดำเนินการมีรายละเอียดในแต่ละขั้นตอนดังต่อไปนี้

การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมกับความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษา

ประชากรในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี ระหว่างปีการศึกษาแรกเข้า 2564–2567 ที่ยังลงทะเบียนเรียนในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2567 จำนวน 6,773 คน ผู้วิจัยกำหนดขนาดตัวอย่างโดยพิจารณาจากจำนวนรายการคำถามต่อตัวอย่างตามข้อเสนอแนะการกำหนดขนาดตัวอย่างจากสัดส่วนตัวอย่างต่อข้อคำถาม (*N*:q rule) ของ Jackson (2003) ที่เสนอไว้ 20:1 ทำให้ได้ตัวอย่างนักศึกษาจำนวน 460 คน ในการสุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยใช้วิธีสุ่มแบบแบ่งชั้นภูมิโดยคำนึงถึงสัดส่วนประชากร เริ่มจากจำแนกนักศึกษาตามคณะ และกำหนดสัดส่วนจำนวนนักศึกษาแต่ละคณะต่อตัวอย่างวิจัยตามสัดส่วน จากนั้นสุ่มนักศึกษาด้วยการสุ่มอย่างง่ายตามสัดส่วนจำนวนนักศึกษาแต่ละคณะ ผลการดำเนินการพบว่ามีนักศึกษาให้ข้อมูลรวมทั้งสิ้น 531 คน ครอบคลุมนักศึกษาทุกคณะ แต่ไม่ได้เป็นไปตามสัดส่วนที่กำหนดไว้

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วยมาตรวัดความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรม มาตรวัดความอยู่ดีมีสุข และมาตรวัดการรับรู้ทางวัฒนธรรม โดยผู้วิจัยได้นำมาตรวัดความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมของชุตินันท์ จันทรเสนานนท์ (2553) มาปรับใช้ในการวิจัย ซึ่งเดิมประกอบด้วยข้อคำถามแบบมาตรประเมินค่า 5 ระดับ จำนวน 32 ข้อ เหลือเพียง 23 ข้อ จากนั้นส่งให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่าน ตรวจสอบความถูกต้องเหมาะสมของข้อคำถามด้วยดัชนีความสอดคล้องของข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ ซึ่งพบว่าคำถามทุกข้อมีค่าดัชนี IOC มากกว่า 0.6 ผลการทดลองใช้มาตรวัดความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมกับนักศึกษาที่ไม่ใช่ตัวอย่างในการวิจัยจำนวน 30 คน พบว่า มาตรวัดความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมมีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคเท่ากับ 0.96 ผลการวิเคราะห์ความเหมาะสมของโมเดลการวัด พบว่า โมเดลตามทฤษฎีมีความเหมาะสมกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ในระดับดี โดยค่าดัชนีประกอบการพิจารณาประกอบด้วยค่า CFI เท่ากับ .95 ค่า TLI เท่ากับ 0.94 และค่า RMSEA เท่ากับ .067 [90% CI (0.062, 0.072)]

สำหรับมาตรวัดความอยู่ดีมีสุข ผู้วิจัยได้นำข้อคำถามในมาตรวัดของ Butler and Kern (2016) มาปรับใช้ในการวิจัย โดยคัดเลือกข้อคำถามที่มีความเหมาะสมกับบริบทการศึกษา แต่ยังคงครอบคลุมตามทฤษฎี PERMA แห่งความอยู่ดีมีสุขของ Seligman (2011) รวมคำถามทั้งสิ้น 19 ข้อ และปรับระดับการตอบจากเดิมเป็นมาตรประเมินค่า 11 ระดับ ให้เป็น 5 ระดับ เพื่อความสะดวกในการตอบและการแปลความหมาย คำถามทุกข้อมีค่าดัชนี IOC มากกว่า 0.6 ผลการทดลองใช้มาตรวัดความอยู่ดีมีสุขกับนักศึกษาที่ไม่ใช่ตัวอย่างในการวิจัยจำนวน 30 คน พบว่า มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคเท่ากับ 0.94 ผลการวิเคราะห์ความเหมาะสมของโมเดลการวัด พบว่า โมเดลตามทฤษฎีมีความเหมาะสมกับข้อมูลเชิงประจักษ์ในระดับดี โดยค่าดัชนีประกอบการพิจารณาประกอบด้วยค่า CFI เท่ากับ .94 ค่า TLI เท่ากับ 0.93 และค่า RMSEA เท่ากับ .073 [90% CI (0.067, 0.080)]

ในส่วนมาตรวัดการรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรม ผู้วิจัยได้ปรับข้อคำถามจากมาตรวัดการรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรมของ Briones et al. (2009) ประกอบด้วยข้อคำถามแบบมาตรประเมินค่า 5 ระดับ จำนวน 23 ข้อ คำถามทุกข้อมีค่าดัชนี IOC มากกว่า 0.6 ผลการทดลองใช้ในเบื้องต้นพบว่ามาตรวัดการรับรู้ทางวัฒนธรรมมีความเที่ยงสูงโดยมีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคเท่ากับ 0.96 เมื่อพิจารณาผลการวิเคราะห์ความเหมาะสมของโมเดลการวัด พบว่า โมเดลตามทฤษฎีมีความเหมาะสมกับข้อมูลเชิงประจักษ์ในระดับดี โดยค่าดัชนีประกอบการพิจารณาประกอบด้วยค่า CFI เท่ากับ .96 ค่า TLI เท่ากับ 0.95 และค่า RMSEA เท่ากับ .059 [90% CI (0.053, 0.064)]

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลจากนักศึกษาด้วยวิธีการออนไลน์ มีการประชาสัมพันธ์ให้นักศึกษาเข้าร่วมตอบแบบสอบถามผ่านทางสโมสรนักศึกษาและสื่อสังคมออนไลน์ โดยการเก็บรวบรวมข้อมูลไม่มีการเผชิญหน้ากันระหว่างผู้วิจัยและตัวอย่างนักศึกษา ในการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป JASP (JASP Team, 2024) วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมกับความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี ด้วยการวิเคราะห์สมการโครงสร้างเชิงเส้น (Structural Equation Modeling)

การนำเสนอแนวทางบริหารจัดการเพื่อส่งเสริมความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษา

หลังจากที่ผู้วิจัยได้ข้อค้นพบถึงความสัมพันธ์ระหว่างความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมกับความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษาแล้ว ผู้วิจัยได้นำผลการวิเคราะห์ดังกล่าวมาสังเคราะห์เป็นแนวทางบริหารจัดการเพื่อส่งเสริมความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษาในสังคมพหุวัฒนธรรม โดยพิจารณาจากบทบาทของตัวแปรสำคัญในการวิจัยคือ ความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมและการรับรู้ทางวัฒนธรรมของนักศึกษาตามกรอบแนวคิดวิจัยครั้งนี้ จากนั้นนำเสนอเป็นแนวทางบริหารจัดการในเชิงนโยบายส่งเสริมความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษาในลักษณะการบรรยายเนื้อหาประกอบหลักฐานเชิงประจักษ์จากการวิจัยขั้นตอนแรก

สรุปผลการวิจัยและอภิปรายผล

สรุปผลการวิจัย

1. ผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมกับความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษา

ผลการวิเคราะห์โมเดลความสัมพันธ์ระหว่างความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมที่มีต่อความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษาเมื่อมีการรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรมเป็นตัวแปรแฝงส่งผ่าน พบว่า โมเดลตามทฤษฎีมีความเหมาะสมกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ในระดับดี โดยค่าดัชนีประกอบการพิจารณาประกอบด้วยค่า CFI เท่ากับ .97 ค่า TLI เท่ากับ 0.96 และค่า RMSEA เท่ากับ .079 [90% CI (0.069, 0.089)] ผลการวิเคราะห์ค่าน้ำหนักองค์ประกอบของโมเดลการวัดตัวแปรแฝงทุกตัวในโมเดลสมการโครงสร้าง พบว่า ตัวแปรสังเกตได้มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐาน (β) อยู่ระหว่าง 0.610 ถึง 0.956 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 สำหรับตัวแปรแฝงความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรม (CAW) ตัวแปรสังเกตได้ที่มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐานสูงสุด คือ ความยืดหยุ่นและเห็นคุณค่าของวัฒนธรรมอื่น (CA2) ซึ่งมีค่าเท่ากับ 0.956 ส่วนตัวแปรสังเกตได้ในตัวแปรแฝงความอยู่ดีมีสุข (WEL) ที่มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐานมากที่สุด คือ ความหมายในชีวิต (WB4) โดยมีค่าเท่ากับ 0.922 ขณะที่ตัวแปรสังเกตได้ในตัวแปรแฝงการรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรม (CEF) ที่มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐานสูงสุด คือ ความเข้าใจในวิถีชีวิตที่แตกต่างกัน (CE2) ซึ่งมีค่าเท่ากับ 0.902 ดังผลการวิเคราะห์ในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ผลการวิเคราะห์ค่าน้ำหนักองค์ประกอบของตัวแปรแฝงในโมเดลสมการโครงสร้าง

Latent	Indicator	*b*	*SE*	β	*z*	*p*	R^2
ความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรม (CAW)	CA1	1.000	-	0.911	-	-	0.829
	CA2	1.106	0.028	0.956	39.235	<.001	0.915
	CA3	1.100	0.031	0.919	35.464	<.001	0.845
ความอยู่ดีมีสุข (WEL)	WB1	1.000	-	0.804	-	-	0.647
	WB2	1.143	0.056	0.789	20.584	<.001	0.623
	WB3	1.126	0.053	0.806	21.183	<.001	0.650
	WB4	1.101	0.043	0.922	25.588	<.001	0.851
	WB5	1.112	0.048	0.863	23.326	<.001	0.745
การรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรม (CEF)	CE1	1.000	-	0.887	-	-	0.787
	CE2	1.040	0.034	0.902	30.189	<.001	0.813
	CE3	1.024	0.036	0.871	28.136	<.001	0.758
	CE4	0.941	0.055	0.648	17.166	<.001	0.420
	CE5	0.900	0.057	0.610	15.803	<.001	0.372

ผลการวิเคราะห์ขนาดอิทธิพลทางตรง อิทธิพลทางอ้อม และอิทธิพลรวมในโมเดลความสัมพันธ์ระหว่างความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมที่มีต่อความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษาเมื่อมีการรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรมเป็นตัวแปรแฝงส่งผ่าน พบว่า อิทธิพลทางตรงของตัวแปรความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมที่มีต่อความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษา (CAW ---> WEL) มีค่าเท่ากับ 0.022 และไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนอิทธิพลทางอ้อมของตัวแปรความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมที่มีต่อความอยู่ดีมีสุข โดยมีตัวแปรการรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรมเป็นตัวแปรส่งผ่าน (CAW ---> CEF ---> WEL) พบว่า มีค่าอิทธิพลรวมเท่ากับ 0.497 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และในภาพรวมของโมเดลความสัมพันธ์นี้ พบว่า มีค่าอิทธิพลรวมเท่ากับ 0.519 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทั้งนี้ ค่าขนาดอิทธิพลในโมเดลที่เป็นสัดส่วนมาจากตัวแปรส่งผ่านการรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรมมีค่าเท่ากับ 0.957 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ดังผลการวิเคราะห์ในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ขนาดอิทธิพลทางตรง อิทธิพลทางอ้อม และอิทธิพลรวมในโมเดลสมการโครงสร้าง

Parameter	*b*	*SE*	β	*z*	*p*
Direct Effect (CAW ---> WEL)	0.022	0.057	0.021	0.387	0.698
Total Indirect Effect	0.497	0.051	0.475	9.712	<.001
CEF ---> WEL	0.659	0.060	0.663	10.914	<.001
CAW ---> CEF	0.755	0.041	0.717	18.214	<.001
Total Effect (Direct + Indirect)	0.519	0.046	0.496	11.173	<.001
Proportion (Indirect/Total Effect)	0.957	0.108	0.957	8.866	<.001

หมายเหตุ ค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์ (R^2) ของตัวแปรแฝงความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมและการรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรมที่มีต่อความอยู่ดีมีสุขมีค่าเท่ากับ 0.460 และค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์ของตัวแปรแฝงความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมที่มีต่อการรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรมมีค่าเท่ากับ 0.513

2. ผลการนำเสนอแนวทางบริหารจัดการเพื่อส่งเสริมความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษา

ผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมกับความอยู่ดีมีสุขเมื่อมีการรับรู้ทางวัฒนธรรมของนักศึกษาเป็นตัวแปรส่งผ่านทำให้เห็นบทบาทของตัวแปรตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมและการรับรู้ทางวัฒนธรรมที่มีต่อความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษาในเชิงประจักษ์ ซึ่งผู้วิจัยได้สกัดความสัมพันธ์ดังกล่าวและสังเคราะห์เป็นยุทธศาสตร์ในการบริหารจัดการเพื่อส่งเสริมความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษาได้ดังนี้

ยุทธศาสตร์ที่ 1 สร้างการรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรมให้แก่นักศึกษา

ผลการวิจัยที่พบว่าอิทธิพลความสัมพันธ์ระหว่างความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมที่มีต่อความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษาส่วนใหญ่ (ร้อยละ 95.7) มาจากอิทธิพลทางอ้อมผ่านตัวแปรการรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรมของนักศึกษา สิ่งนี้ส่งผลถึงแนวทางจัดกิจกรรมของมหาวิทยาลัยว่าไม่ควรจัดกิจกรรมแบบสร้างความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมโดยไม่ได้คำนึงถึงความเปลี่ยนแปลงภายในตัวนักศึกษา กล่าวคือ การบริหารจัดการกิจกรรมของมหาวิทยาลัยนั้นต้องไม่เป็นเพียงแค่การให้ความรู้เรื่องความแตกต่างทางวัฒนธรรม หรือเพียงการส่งเสริมความตระหนัก แต่ควรออกแบบให้มีการสะท้อนคิดเพื่อให้นักศึกษาเข้าใจบทบาท ค่านิยม และผลกระทบของวัฒนธรรมที่มีต่อตนเอง กระบวนการดังกล่าวจะต้องอาศัยพื้นที่ปลอดภัยเพื่อลดความวิตกกังวล มหาวิทยาลัยควรมีระบบนิเวศที่เอื้อให้นักศึกษากล้ามีปฏิสัมพันธ์ข้ามวัฒนธรรม ซึ่งจะช่วยเพิ่มระดับการรับรู้ทางวัฒนธรรมของตนเอง ลดความประหม่า และเพิ่มความพึงพอใจในการสร้างมิตรภาพใหม่ นอกจากนี้ ควรมีการพัฒนา

สมรรถนะในด้านการปรับตัวให้แก่นักศึกษาใหม่ เช่น การอบรมเชิงปฏิบัติการ เพื่อให้นักศึกษามีทักษะการสื่อสารและปรับตัวเข้ากับผู้อื่นที่มีความแตกต่างทางวัฒนธรรมกับตนเองได้อย่างเหมาะสม

ยุทธศาสตร์ที่ 2 ปรับฐานราก ยกระดับความตระหนักรู้

แม้ผลการวิจัยจะพบว่าความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมมีอิทธิพลทางตรงต่อความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษาน้อยมาก แต่ความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมก็ทำหน้าที่เป็นสารตั้งต้นสำคัญในการผลักดันให้นักศึกษาเกิดการรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรม โดยมีค่าขนาดอิทธิพลสูงถึง 0.76 ทั้งนี้ มหาวิทยาลัยควรทำหน้าที่เป็นสื่อกลางในการช่วยให้นักศึกษาสามารถเข้าใจความแตกต่างทางวัฒนธรรมของนักศึกษาในพื้นที่ผ่านการจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการยอมรับความหลากหลาย ลดอคติและความลำเอียง ในลักษณะการบริหารจัดการสิ่งแวดล้อมพหุวัฒนธรรม ขณะเดียวกัน ผู้บริหารมหาวิทยาลัยควรส่งเสริมให้นักศึกษาสั่งสมประสบการณ์ทางวัฒนธรรมที่หลากหลายผ่านการจัดการหลักสูตร การจัดการเรียนรู้ และการจัดกิจกรรมเสริมหลักสูตรในลักษณะการบูรณาการประสบการณ์ทางวัฒนธรรม เพื่อกระตุ้นให้นักศึกษามองเห็นความหลากหลายทางวัฒนธรรมเป็นจุดแข็งเชิงพื้นที่และสามารถใช้ประโยชน์จากการอยู่ร่วมกันอย่างสันติได้ ซึ่งเป็นการกระตุ้นกระบวนการทางอภิปัญญาของนักศึกษา (Metacognitive Process)

ยุทธศาสตร์ที่ 3 เป้าหมายสูงสุดคือความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษา

ผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมกับความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษาแสดงให้เห็นว่าการที่นักศึกษาสามารถเข้ากับเพื่อนต่างวัฒนธรรมได้ดีหรือจากการรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรมสูงนั้นจะส่งผลให้นักศึกษาสามารถใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัยได้อย่างมีประสิทธิภาพและมีความสุข ดังนั้น มหาวิทยาลัยควรใช้ระดับความอยู่ดีมีสุขและความสามารถในกาปรับตัวเชิงสังคมของนักศึกษาเป็นตัวชี้วัดความสำเร็จของการบริหารจัดการด้านกิจการนักศึกษา เพื่อแสดงให้เห็นถึงความตระหนักในความสำคัญของความอยู่ดีมีสุขและตัวแปรที่มีความสัมพันธ์ อันจะนำไปสู่การออกแบบกิจกรรมสนับสนุนส่งเสริมนักศึกษาอย่างเหมาะสมต่อไป

อภิปรายผลการวิจัย

ผลการวิจัยพบว่าความสัมพันธ์ระหว่างความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมกับความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี มีค่าอิทธิพลรวมเท่ากับ 0.519 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 สอดคล้องกับสมมติฐานวิจัยเพียงบางส่วนเท่านั้น เมื่อพิจารณาอิทธิพลทางตรงของตัวแปรความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมที่มีต่อความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษา พบว่า มีค่าเพียง 0.022 และไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งหมายความว่าความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมไม่มีผลทางตรงต่อความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษา ผลวิจัยดังกล่าวนี้ไม่สอดคล้องกับสมมติฐานวิจัยที่กำหนดไว้ว่าความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมมีอิทธิพลทางตรงต่อความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษา ส่วนผลวิจัยที่พบว่าความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมมีอิทธิทางอ้อมต่อความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษาเมื่อมีการรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรมเป็นตัวแปรส่งผ่านนั้น มีอิทธิพลรวมเท่ากับ 0.497 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงให้เห็นว่าความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษาได้รับอิทธิพลทางอ้อมจากความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมผ่านการรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรม ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานวิจัยที่กำหนดไว้

เมื่อพิจารณาขนาดอิทธิพลรวมในโมเดลความสัมพันธ์ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นในการวิจัยโดยเปรียบเทียบสัดส่วนขนาดอิทธิพลทางอ้อมต่อขนาดอิทธิพลรวมของโมเดล พบว่า ค่าขนาดอิทธิพลรวมในโมเดลนี้มีสัดส่วนมาจากอิทธิพลทางอ้อมมากถึงร้อยละ 95.7 หรือตัวแปรความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมที่ส่งผ่านตัวแปรการรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรมไปยังความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษามีค่าสัดส่วนอิทธิพลทางอ้อมเท่ากับ 0.957 อย่างมี

นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงให้เห็นว่าอิทธิพลทางอ้อมของความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมที่มีต่อความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษานั้นมีความสำคัญมากกว่าอิทธิพลทางตรง โดยความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมจะมีอิทธิพลต่อความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญเมื่อส่งผ่านตัวแปรการรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรม กล่าวได้ว่าบทบาทของความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมที่มีต่อความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษานั้น เป็นเพียงบทบาททางอ้อม เพราะมีเพียงอิทธิพลทางอ้อมเท่านั้นที่มีนัยสำคัญในการวิจัยครั้งนี้ และถือเป็นสัดส่วนขนาดใหญ่ในโมเดลความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรครั้งนี้

ผลวิจัยที่พบว่าความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมไม่มีอิทธิพลทางตรงต่อความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษานั้นไม่สอดคล้องกับแนวคิดของนักวิชาการที่ผ่านมา Bennett (1986) อธิบายว่าความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมเป็นกระบวนการที่มีการพัฒนาไปสู่การยอมรับความแตกต่างทางวัฒนธรรมและการปรับตัวให้เข้ากับความหลากหลายทางวัฒนธรรมของบุคคล โดยความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมเป็นเครื่องมือช่วยทำความเข้าใจความแตกต่างทางวัฒนธรรมในการสื่อสารและเรียนรู้วิธีการปฏิสัมพันธ์กับบุคคลจากวัฒนธรรมที่มีการสื่อสารต่างกัน มีอิทธิพลต่อการคิด การตัดสินใจ การทำงานของบุคคล การยอมรับอคติ ความลำเอียง และข้อตกลงที่บุคคลมีต่อผู้อื่นที่มีวัฒนธรรมแตกต่างกัน (Campinha-Bacotes, 2002; Hall, 1976; Hofstede, 1980) นอกจากนี้ผลวิจัยยังไม่สอดคล้องกับงานวิจัยที่พบว่าสมรรถนะทางวัฒนธรรมนานาชาติมีบทบาทสำคัญต่อการปรับตัวเพื่อการอยู่ร่วมกันในสังคมที่มีความหลากหลาย และเป็นปัจจัยที่ช่วยส่งเสริมความกลมเกลียวและการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข (ชุตินันท์ จันทรเสนานนท์, 2553; Taylor, 1994)

ถึงแม้ผลวิจัยที่พบว่าความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมไม่มีอิทธิพลทางตรงต่อความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษานั้นมีความขัดแย้งกับผลการศึกษาวรรณกรรมที่นำไปสู่การตั้งสมมติฐานวิจัย แต่ไม่ได้หมายความว่าความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมไม่มีบทบาทสำคัญต่อความอยู่ดีมีสุข เพราะความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมยังคงมีอิทธิทางอ้อมต่อความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษา การอยู่ร่วมกันของนักศึกษาในสังคมพหุวัฒนธรรมจำเป็นต้องอาศัยความเข้าใจซึ่งกันและกัน การรู้จักยอมรับ และเคารพความแตกต่างทางวัฒนธรรมระหว่างบุคคลซึ่งถือเป็นความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมนั่นเอง (Banks, 2006; Matsumoto & Juang, 2008) ความรู้ความเข้าใจกันเกี่ยวข้องกับความคิด เจตคติ ค่านิยม วิถีปฏิบัติ ซึ่งเป็นปัจจัยเสริมสร้างความสัมพันธ์และการอยู่ร่วมกันด้วยความสงบสุขในสังคม (กมลชนก ชำนาญ และอวยพร เรืองตระกูล, 2557; Deardorff, 2009; Hofstede, 1991)

ความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมเป็นปัจจัยสำคัญที่มีผลต่อการรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรม (Lister, 1999) ดังจะเห็นได้จากผลการวิจัยที่พบว่าความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมมีอิทธิพลต่อการรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ด้วยค่าอิทธิพลเท่ากับ 0.755 โดย Lu and Wan (2018) อธิบายว่าความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมเป็นกระบวนการทางอภิปัญญาที่มาจากการสั่งสมประสบการณ์ทางวัฒนธรรมของบุคคล ทำให้บุคคลนั้นเข้าใจความเชื่อ ค่านิยม และผลกระทบของวัฒนธรรมที่มีต่อตนเอง (Kaihlanen et al., 2019) เกิดการยอมรับอคติและเงื่อนไขต่างวัฒนธรรม (Campinha-Bacotes, 2002) อันนำไปสู่การรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรมของบุคคล ซึ่งเป็นความสามารถในการทำความเข้าใจและปรับตัวของบุคคลต่อความแตกต่างทางวัฒนธรรม ตลอดจนเป็นความสามารถในการสื่อสารระหว่างบุคคลต่างวัฒนธรรมได้อย่างเหมาะสม ความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมจึงมีอิทธิพลต่อการรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรมดังผลวิจัยในครั้งนี้

นอกจากผลวิจัยที่พบว่าการรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรมเป็นตัวแปรส่งผ่านสำคัญในโมเดลความสัมพันธ์ระหว่างความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมกับความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษาแล้ว เมื่อพิจารณาอิทธิพลของการรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรมที่มีต่อความอยู่ดีมีสุขก็พบว่ามีค่าอิทธิพลเท่ากับ 0.659 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ

.01 แสดงให้เห็นว่าการรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรมของนักศึกษาส่งผลให้นักศึกษาสามารถใช้ชีวิตด้วยความอยู่ดีมีสุข สอดคล้องกับแนวคิดของ Bandura (1997) ที่กล่าวว่าผู้ที่มีการรับรู้ตนเองข้ามวัฒนธรรมสูงอาจมีแนวโน้มที่จะรู้สึกวิตกกังวลน้อยลงในการสร้างปฏิสัมพันธ์ข้ามวัฒนธรรม และรู้สึกพึงพอใจมากขึ้นเมื่อสร้างความสัมพันธ์ใหม่กับผู้คนจากวัฒนธรรมอื่น ซึ่งเกี่ยวข้องกับการอยู่ร่วมกันในสังคมพหุวัฒนธรรมอย่างอยู่ดีมีสุข นอกจากนี้ Bandura et al. (1996) ยังพบว่าการรับรู้ตนเองมีความสัมพันธ์กับการปรับตัวของนักเรียน เช่นเดียวกับการศึกษาของ Fan and Mak (1998) ที่พบว่านักเรียนที่รับรู้ตนเองทางวัฒนธรรมสูงมีแนวโน้มจะเข้ากับนักเรียนที่มีวัฒนธรรมต่างกับตนเองได้มากกว่านักเรียนที่รับรู้ตนเองทางวัฒนธรรมต่ำ จึงเป็นผลให้การรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรมของนักศึกษามีอิทธิพลต่อความอยู่ดีมีสุขโดยมีขนาดอิทธิพลสูงตามผลการวิจัยที่ได้

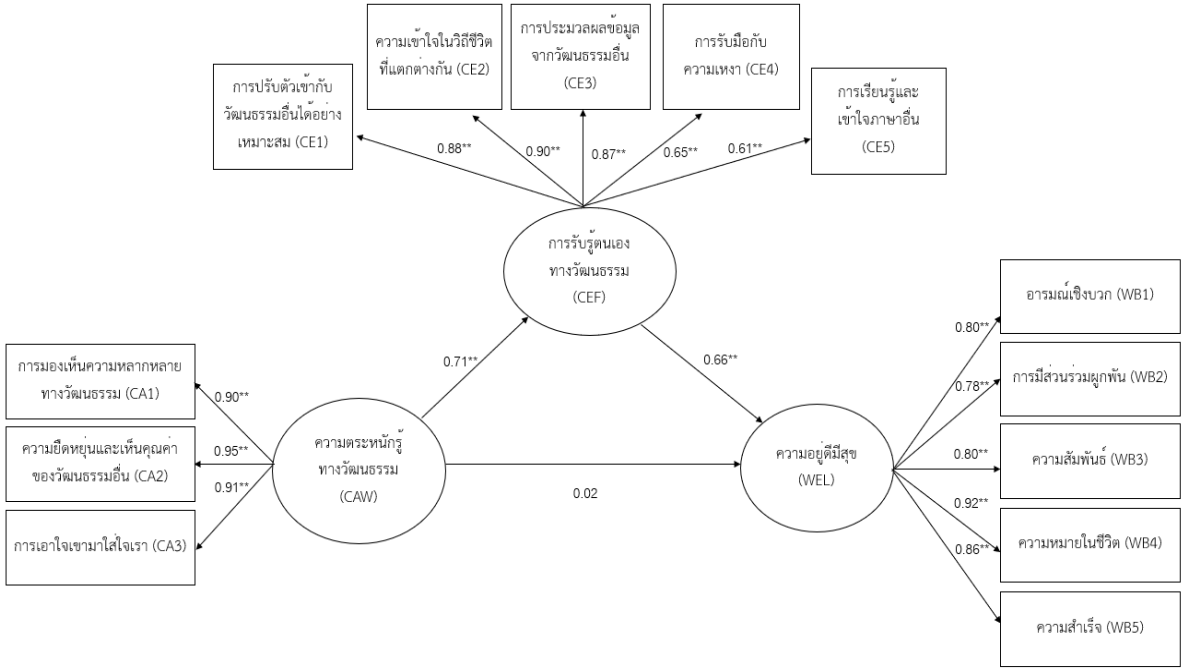
จากการศึกษาโมเดลความสัมพันธ์ระหว่างความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมกับความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี จะเห็นว่าความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมเป็นปัจจัยสำคัญที่มีผลต่อการรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรมของนักศึกษาสอดคล้องกับแนวคิดของ Lister (1999) ที่กล่าวถึงความสำคัญของความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวและทำงานร่วมกับผู้คนจากวัฒนธรรมที่แตกต่างกัน ความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมเป็นกระบวนการสำคัญที่ช่วยให้บุคคลสามารถปรับตัวและดำรงชีวิตร่วมกันในสังคมที่มีความหลากหลายทางวัฒนธรรมได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีบทบาทสำคัญในการแสดงออกของบุคคลและช่วยให้เข้าใจถึงความแตกต่างและหลากหลายทางวัฒนธรรมได้ดีขึ้น (อุรุพร ศิริวิชยาภรณ์ และคณะ, 2561) ขณะเดียวกัน การรับรู้ตนเองทางสังคมก็มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวของบุคคล (Bandura et al., 1996; Schwarzer et al., 1994; Solberg et al., 1993; Ward & Kennedy, 1994) รวมถึงความสัมพันธ์กับสุขภาวะทางอารมณ์ของนักเรียนมัธยมปลาย (Bandura et al., 1996) สะท้อนให้เห็นว่าการรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรมส่งผลต่อพฤติกรรมเชิงบวกและทำให้นักศึกษาใช้ชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ จึงเป็นที่มาให้ความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมมีอิทธิพลทางอ้อมอย่างมีนัยสำคัญต่อความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษาเมื่อมีการรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรมเป็นตัวแปรส่งผ่านในโมเดลความสัมพันธ์ที่ศึกษาในครั้งนี้

องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย

การวิจัยเรื่องนี้ทำให้ได้องค์ความรู้ใหม่เกี่ยวกับกลไกตัวแปรส่งผ่านสมบูรณ์ (Full Mediation Effect) ในโมเดลความสัมพันธ์ระหว่างความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมกับความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษา กล่าวคือ ความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมเพียงอย่างเดียวไม่ได้ทำให้นักศึกษามีความอยู่ดีมีสุขมากขึ้นโดยตรง ซึ่งไม่สนับสนุนแนวคิดเดิมของนักวิชาการอย่าง Bennett (1986) หรือ Taylor (1994) ที่อธิบายว่าความตระหนักรู้จะนำไปสู่การปรับตัวและความสุขได้ทันที ความรู้ใหม่จากการวิจัยครั้งนี้แสดงให้เห็นว่าการรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรมเป็นเงื่อนไขจำเป็น (Mandatory Bridge) ซึ่งมีสัดส่วนอิทธิพลส่งผ่านสูงถึงร้อยละ 95.7 ทั้งนี้ ความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมจะทำหน้าที่เป็นตัวกระตุ้นอภิปัญญาของนักศึกษา (Metacognitive Trigger) เป็นปัจจัยเริ่มต้นที่ส่งผลต่อการรับรู้ทางวัฒนธรรมระดับสูงด้วยค่าขนาดอิทธิพล 0.76 องค์ความรู้ใหม่นี้ได้เปลี่ยนบทบาทของความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมจากปัจจัยสร้างความอยู่ดีมีสุขให้กลายเป็นปัจจัยสร้างความเข้าใจตนเอง ซึ่งเป็นจุดเริ่มต้นที่ถูกต้องของการบริหารจัดการนักศึกษาในพื้นที่พหุวัฒนธรรม

ผลการวิจัยดังกล่าวได้นำไปสู่การพัฒนาแนวทางบริหารจัดการเพื่อส่งเสริมความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษา ซึ่งเป็นกระบวนการสร้างความอยู่ดีมีสุขในพื้นที่พหุวัฒนธรรมตามบทบาทตัวแปรสำคัญในการวิจัย เริ่มจากสร้างความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมให้แก่นักศึกษาผ่านการจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการยอมรับความหลากหลาย ลดอคติและความลำเอียง เพื่อเป็นสารตั้งต้นให้นักศึกษาเกิดประสบการณ์และรับรู้ความสามารถ

ตนเองทางวัฒนธรรม ซึ่งการบริหารจัดการกิจกรรมของมหาวิทยาลัยจะต้องส่งเสริมการสะท้อนคิด เพื่อให้นักศึกษาเข้าใจบทบาท ค่านิยม และผลกระทบของวัฒนธรรมที่มีต่อตนเอง รวมถึงการมีระบบนิเวศที่เอื้อให้นักศึกษากล้ามีปฏิสัมพันธ์ข้ามวัฒนธรรม เพื่อให้นักศึกษาสามารถมีปฏิสัมพันธ์และอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุขอันเป็นเป้าหมายสำคัญในการพัฒนานักศึกษาของมหาวิทยาลัย จากการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรดังกล่าว สามารถสรุปเป็นแผนภาพได้ดังนี้



ภาพที่ 2 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมกับความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

ผลการวิจัยที่พบว่าความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมไม่มีอิทธิพลทางตรงต่อความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญ แต่มีอิทธิพลทางอ้อมผ่านการรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรมนั้น แสดงให้เห็นว่าความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมเป็นปัจจัยของการรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรม ซึ่งช่วยให้นักศึกษาเข้าใจและปรับตัวเข้ากับสังคมที่มีความหลากหลายทางวัฒนธรรม รวมถึงแสดงถึงการยอมรับคุณค่าของประสบการณ์และมุมมองที่แตกต่างกันในบริบทสังคมและการศึกษา (Banks, 2006) ผ่านการรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรมของนักศึกษา ดังนั้น ในการจัดกิจกรรมพัฒนาความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษาในมหาวิทยาลัย ผู้เกี่ยวข้องควรเชื่อมโยงกิจกรรมกับรูปแบบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรดังกล่าว เริ่มจากเสริมสร้างความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมที่นำไปสู่การรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรมของนักศึกษา เพื่อเป็นการสร้างความเข้าใจและการยอมรับความแตกต่างทางวัฒนธรรมของนักศึกษาจัดกิจกรรมเพื่อให้นักศึกษาได้รับประสบการณ์ตรง และเกิดการรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรมหรือมีความเชื่อว่าตนเองสามารถใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับเพื่อนนักศึกษาในสังคมพหุวัฒนธรรมได้ ซึ่งจะเป็นแนวทางหนึ่งที่นำไปสู่ความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษาในมหาวิทยาลัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการศึกษาด้วยระเบียบวิธีวิจัยเชิงสหสัมพันธ์ซึ่งเป็นการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรในสภาพธรรมชาติไม่มีการจัดกระทำตัวแปรและควบคุมตัวแปรแทรกซ้อนตามหลักการวิจัยเชิงทดลอง ความสัมพันธ์ที่พบในการวิจัยเป็นการบรรยายภาพความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่ปรากฏตามลักษณะงานวิจัยเชิงสหสัมพันธ์เท่านั้น ไม่สามารถสรุปผลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างตัวแปรที่ศึกษาได้อย่างถูกต้องเหมือนการวิจัยเชิงทดลอง การอนุมานผลวิจัยในเชิงสาเหตุจึงเป็นข้อจำกัดในการนำผลวิจัยไปใช้ในครั้งนี้ ดังนั้น การนำผลวิจัยไปใช้จำเป็นจะต้องพิจารณาถึงรูปแบบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่เกิดขึ้นว่าอยู่ในบริบทที่มีความแทรกซ้อนในธรรมชาติ ควรสรุปอ้างอิงผลวิจัยด้วยความระมัดระวัง และไม่ควรอ้างอิงความเป็นเหตุเป็นผลระหว่างตัวแปร

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยศึกษาโมเดลความสัมพันธ์ระหว่างความตระหนักรู้ทางวัฒนธรรมที่มีต่อความอยู่ดีมีสุขของนักศึกษาและมีตัวแปรการรับรู้ตนเองทางวัฒนธรรมเป็นตัวแปรส่งผ่าน เป็นการศึกษาความสัมพันธ์ในภาพรวมเท่านั้น ความสัมพันธ์ดังกล่าวอาจมีความแปรเปลี่ยนตามปัจจัยหรือเงื่อนไขตัวแปรที่แตกต่างกันไม่ว่าจะเป็นประสบการณ์ทางวัฒนธรรมของนักศึกษา การหล่อหลอมด้วยกระบวนการทางกิจกรรม รวมถึงลักษณะภูมิหลังของนักศึกษา ดังนั้น ในการวิจัยครั้งต่อไปควรมีการตรวจสอบโมเดลความสัมพันธ์แบบกลุ่มพหุ (Multiple-group SEM) รวมถึงการทดสอบความไม่แปรเปลี่ยนของโมเดลการวัด (Invariant testing) เพื่อให้ผลวิจัยมีความถูกต้องและสามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้อย่างถูกต้องมากยิ่งขึ้น

เอกสารอ้างอิง

กมลชนก ชำนาญ และอวยพร เรืองตระกูล. (2557). การพัฒนาแบบวัดและการวิเคราะห์ระดับความสามารถทางวัฒนธรรมของครู. *วารสารอิเล็กทรอนิกส์ทางการศึกษา, 9*(2), 534–548. https://so01.tci-thaijo.org/index.php/OJED/article/view/43786/36237

กองยุทธศาสตร์และพัฒนาวิทยาเขตปัตตานี. (2567). *รายงานการวิเคราะห์นักศึกษาใหม่ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี ปีการศึกษา 2567*. https://planning.pn.psu.ac.th/web/files/doc/pdf_file_110924_154026.pdf

ชุตินันท์ จันทรเสนานนท์. (2553). *การพัฒนาแบบวัดสมรรถนะเชิงวัฒนธรรมสำหรับนักเรียนมัธยมศึกษา* [วิทยานิพนธ์ดุษฎีบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย]. *https://dric.nrct.go.th/index.php?/Search/SearchDetail/257105*

สุธิรัส ชูชื่น. (2555). พหุวัฒนธรรมศึกษาใน 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ ...ทางเลือกหรือทางรอด?. *วารสารวิชาการคณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์, 8*(2), 123–136.

อรุพร ศิริวิชยาภรณ์, สันติ ศรีสวนแตง, และประสงค์ ตันพิชัย. (2561). ปัจจัยที่มีผลต่อความตระหนักทางวัฒนธรรมของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน. *Veridian E-Journal, Silpakorn University (ฉบับภาษาไทย สาขามนุษยศาสตร์ สังคมศาสตร์ และศิลปะ), 11*(1), 1207–1221.

Bandura, A., Barbaranelli, C., Caprara, G. V., & Pastorelli, C. (1996). Multifaceted impact of self-efficacy belief on academic functioning. *Child Development, 67*, 1206–1222.

Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. Freeman.

Banks, J. A. (2006). *Cultural diversity and education: Foundations, curriculum, and teaching* (5th ed.). Allyn & Bacon.

Banks, J. A. (2008). *An introduction to multicultural education* (4th ed.). Pearson Education.

Baumeister, R. F., Vohs, K. D., Aaker, J. L., & Garbinsky, E. N. (2013). Some key differences between a happy life and a meaningful life. *The Journal of Positive Psychology, 8*(6), 505–516. http://doi:10.1080/17439760.2013.830764

Bennett, M. J. (1986). A developmental approach to training for intercultural sensitivity. *International Journal of Intercultural Relations*, *10*(2), 179–196.

Bennett, M. J. (1993). *Developing intercultural sensitivity: An integrative approach to global and domestic diversity*. Intercultural Press.

Berry, J. W., Phinney, J. S., Sam, D. L., & Vedder, P. (2006). *Immigrant youth in cultural transition: Acculturation, identity, and adaptation*. Lawrence Erlbaum Associates.

Briones, E., Tabernero, C., Tramontano, C., Caprara, G. V., & Arenas, A. (2009). Development of a cultural self-efficacy scale for adolescents (CSES-A). *International Journal of Intercultural Relations, 33*, 301–312

Butler, J. M., & Kern, M. L. (2016). The PERMA-Profiler: A brief multidimensional measure of flourishing. *International Journal of Wellbeing, 6*(3), 1–48. https://doi.org/10.5502/ijw.v6i3.1

Campinha-Bacote, J. (2002). The process of cultural competence in the delivery of healthcare services: A model of care. *Journal of Transcultural Nursing, 13*(3), 181–184. https://doi.org/10.1177/10459602013003003

Cohen, S. (2004). Social relationships and health. *American Psychologist, 59*(8), 676–684. http://doi:10.1037/0003-066X.59.8.676

Cortes, C. E. (1996). *The making and remaking of a multiculturalist*. Teachers College Press.

Csikszentmihaly, M. (1997). *Finding Flow: The psychology of engagement with everyday life*. Basic Books.

Deardorff, D. K. (2009). *The SAGE handbook of intercultural competence*. SAGE Publications.

Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin, 95*(3), 542–575. https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542

Dyrbye, L. N., Thomas, M. R., & Shanafelt, T. D. (2006). Systematic review of depression, anxiety, and other indicators of psychological distress among U.S. medical students. *Academic Medicine, 81*(6), 354–373. https://doi.org/10.1097/00001888-200606000-00006

Fan, C., & Mak, A. S. (1998). Measuring social self-efficacy in a culturally diverse student population. *Social Behavior and Personality, 26*(2), 131–144.

Frederickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist, 56*(3), 218–226. https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.218

Gudykunst, W. B. (2004). *Bridging differences: Effective intergroup communication* (4th ed.). SAGE Publications.

Gut, D., Bowers, A., & Fitzpatrick, M. (2017). Cultural awareness and its importance in a multicultural society. *Journal of International and Intercultural Communication, 10*(3), 150–169. https://doi.org/10.1080/17513057.2017.1342649

Hall, E. T. (1976). *Beyond culture*. Anchor Press.

Hofstede, G. (1980). *Culture's consequences: International differences in work-related values*. SAGE Publications.

Hofstede, G. (1991). *Cultures and organizations: Software of the mind*. McGraw-Hill.

Hofstede, G. (2011). Dimensionalizing cultures: The Hofstede model in context. *Online Readings in Psychology and Culture, 2*(1), 1–26. http://scholarworks.gvsu.edu/orpc/vol2/iss1/8

Jackson, D. L. (2003). Revisiting sample size and number of parameter estimates: Some support for the *N:q* hypothesis. *Structural Equation Modeling, 10*, 128–141.

JASP Team. (2024). *JASP* (Version 0.19.0) [Computer software].

Kaihlanen, A.M., Hietapakka, L., & Heponiemi, T. (2019). Increasing cultural awareness: Qualitative study of nurses' perceptions about cultural competence training. *BMC Nursing, 18*(1), 38–38.

Keyes, C. L. M. (2002). The mental health continuum: From languishing to flourishing in life. *Journal of Health and Social Behavior, 43*(2), 207–222. https://doi.org/10.2307/3090197

Lin, L., & Shek, D. T. L. (2019). The role of positive psychological characteristics in the well-being of college students: A longitudinal study. *Journal of Youth and Adolescence, 48*(2), 394–406. https://doi.org/10.1007/s10964-018-0901-3

Lister, R. (1999). *The exclusionary politics of citizenship*. Palgrave Macmillan.

Livermore, D. (2010). *Leading with Cultural Intelligence: The Real Secret to Success*. AMACOM.

Lu, C., & Wan, C. (2018). Cultural self-awareness as awareness of culture's influence on the self: Implications for cultural identification and well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin, 44*(6), 823–837. https://doi.org/10.1177/0146167217752117

Matsumoto, D., & Juang, L. (2008). *Culture and psychology* (4th ed.). Wadsworth.

Matveev, A., & Milter, R. (2004). The role of cultural awareness in reducing intercultural conflicts. *International Journal of Intercultural Relations, 28*(3), 275–287. https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2004.02.003

Multon, K. D., Brown, S. B., & Lent, R. W. (1991). Relationship of self-efficacy beliefs to academic outcomes: a meta-analytic investigation. *Journal of Counselling Psychology, 38*, 30–38.

Nguyen, A. M. D., & Benet-Martínez, V. (2013). The role of cultural identity in the psychological adaptation of international students. *Personality and Social Psychology Bulletin, 39*(6), 727–738. https://doi.org/10.1177/0146167213483589

Nieto, J.A. (2004). Searching for a connection between matroid theory and string theory. *Journal of Mathematical Physics*, *45*, 285–301. https://doi.org/10.48550/arXiv.hep-th/0212100

Perissinotto, C. M., Stijacic Cenzer, I., & Covinsky, K. E. (2012). Loneliness in older adults: A predictor of functional decline and death. *Archives of Internal Medicine, 172*(14), 1078–1084. https://doi.org/10.1001/archinternmed.2012.1993

Schwarzer, R., Hahn, A., & Schröder, H. (1994). Social integration and social support in a life crisis: effects of macrosocial changes in East Germany. *American Journal of Community Psychology, 22*, 685–706.

Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. Free Press.

Smith, J. K., Williams, K. R., & Anderson, C. A. (2021). Positive psychology interventions and their impact on student well-being. *Journal of Positive Psychology, 16*(4), 432–444. https://doi.org/10.1080/17439760.2020.1754189

Solberg, V. C., O'Brien, K., Villareal, P., Kennel, R., & Davis, B. (1993). Self-efficacy and Hispanic college students: Validation of the College Self-Efficacy Instrument. *Hispanic Journal of Behavioral Sciences, 15*(1), 80–95.

Taylor, E. W. (1994). *Intercultural competence: A transformative learning perspective*. Routledge.

Thomas, D. C., & Inkson, K. (2004). *Cultural intelligence: People skills for global business*. Berrett-Koehler Publishers.

Travia, L., Kemeny, M. E., & McMahon, R. P. (2020). Well-being in college students: The role of positive emotion, life satisfaction, and mood balance. *Journal of College Student Development, 61*(3), 313–325. https://doi.org/10.1353/csd.2020.0024

Tsang, E. W. K. (2001). Adjustment of mainland Chinese academics and students to Singapore. *International Journal of Intercultural Relations, 25*, 347–372.

Ward, C., & Kennedy, A. (1994). Cross cultures: The relationship between psychological and sociocultural dimensions of cross-cultural adjustment. In J. Pandey, D. Sinha, & D. P. S. Bhawuk (Eds.), *Asian contributions to cross-cultural psychology*. Sage.

World Health Organization. (2020). *Constitution of the World Health Organization: Basic documents* (49th ed.) https://www.who.int/about/governance/constitution.