



กระบวนการปรับตัวทางวัฒนธรรมของนักเรียนไทยในประเทศสหรัฐอเมริกา

The Process of Cultural Adaptation of Thai Students in The United States

หลัน เชี่ยวหลิง^{1*} และสุธิดา สุนทรวิภาต²

LAN XIALING^{1*} and Suthida Soontornwipat

¹นักศึกษาระดับปริญญาเอก, หลักสูตรศิลปศาสตรดุษฎีบัณฑิต, สาขาวิชาการสื่อสารภาษาไทยเป็นภาษาที่สอง, คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ

¹Graduate Student, Communicative Thai as a Second Language Program, Faculty of Liberal Arts, Huachiew Chalermprakiet University

²อาจารย์ประจำ ภาควิชาภาษาศาสตร์, คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ

²Lecturer, Department of Language studies, Faculty of Liberal Arts, Huachiew Chalermprakiet University

*Corresponding author, E-mail: 261687842@qq.com

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้เป็นการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) มีวัตถุประสงค์เพื่อวิเคราะห์กระบวนการปรับตัวและปัจจัยที่มีส่วนช่วยในการปรับตัวทางวัฒนธรรมของนักเรียนไทยในประเทศสหรัฐอเมริกา โดยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive sampling) คือคลิปวิดีโอที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ของนักเรียนไทยที่ไปเรียนในประเทศสหรัฐอเมริกา ซึ่งมียอดชมมากที่สุดแบบจัดเรียงตามลำดับความนิยมจากช่อง YouTube ตั้งแต่ พ.ศ. 2560 - 2565 จำนวนทั้งหมด 10 ตอน

ผลการศึกษา พบว่า กระบวนการปรับตัวเข้าสู่วัฒนธรรมใหม่ของนักเรียนไทยในประเทศสหรัฐอเมริกา มีทั้งหมด 4 ขั้นตอน ได้แก่ 1) ขั้นตื่นตาตื่นใจ นักเรียนไทยเกิดความรู้สึกแบบตื่นเต้น สนุกสนาน ยินดีและตื่นตาตื่นใจ 2) ขั้นตระหนกทางวัฒนธรรม นักเรียนไทยมีความรู้สึกท้อแท้และตั้งเครียด 3) ขั้นเรียนรู้วัฒนธรรมใหม่ นักเรียนไทยเริ่มเข้าใจและเปิดใจรับวัฒนธรรมอเมริกัน 4) ขั้นปรับตัวเข้าสู่วัฒนธรรมใหม่ นักเรียนไทยมีความรู้สึก สนุกสนาน สามารถผูกมิตรและมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับคนอเมริกัน

ปัจจัยที่มีส่วนช่วยในการปรับตัวด้านวัฒนธรรมของนักเรียนไทยในประเทศสหรัฐอเมริกา พบว่า มี 2 ปัจจัยหลัก ได้แก่ 1) ลักษณะเฉพาะส่วนบุคคลและเตรียมตัวเข้าสู่วัฒนธรรมใหม่ บุคลิกนิสัยที่ดี ทักษะคิดเชิงบวก ความคาดหวังที่ไม่สูงเกินความจริง และการเตรียมภาษาและวัฒนธรรมให้พร้อม เป็นปัจจัยพื้นฐานส่วนบุคคลที่สามารถลดความตระหนกทางวัฒนธรรมให้น้อยลง และ 2) สภาพแวดล้อม



ของสังคมประเทศสหรัฐอเมริกา ลักษณะวัฒนธรรมที่อิสระเสรี ความประทับใจแรกพบเชิงบวกต่อสังคม การได้รับความช่วยเหลือจากกลุ่มคนในสังคม การได้รับรองอย่างเป็นทางการจากราชการ และการเลือกไปที่ที่มีคนไทยน้อยและเพิ่มความถี่ในการสื่อสารกับชาวอเมริกันให้มากขึ้น มีส่วนช่วยในการปรับตัวด้านวัฒนธรรมของนักเรียนไทยในประเทศสหรัฐอเมริกา

คำสำคัญ: กระบวนการปรับตัว, วัฒนธรรม, นักเรียนไทย, ประเทศสหรัฐอเมริกา

Abstract

This qualitative research aims to analyze the process and supportive factors of cultural adaptation of Thai students in the United States of America. Purposive sampling, Ten most viewed video clips exchanging experiences of Thai students in the US, uploaded on YouTube during 2017 – 2023, are analyzed.

The research finds four processes of adaptation of the Thai students, including 1) Honeymoon Phase, the students felt excited; enjoyable; pleased; and amazed. 2) Crisis Phase, Thai students were discouraged and nervous. 3) Recovery Phase, the students started to comprehend and adopt the American culture. 4) Adjustment Phase, Thai students felt entertained and able to befriend and develop friendships with the Americans.

For supportive factors, including 1) personal background or The personal characteristics, including good habits; positive attitude; being realistic; and language and culture adequacy, effectively decrease cultural shock of the students. and 2) social environment of the host country are related, including the independent culture; the positive first impression toward the society; assistance from groups in communities; the governmental certification; and association with less Thais and more Americans are coordinating factors decreasing the crisis phase.

Keywords: process of adaptation, culture, Thai student, the United States of America

บทนำ

ประเทศสหรัฐอเมริกาเป็นประเทศที่ได้รับความนิยมสูงสุดในการศึกษาต่อต่างประเทศสำหรับกลุ่มนักเรียนไทย จากสถิติของ Higher Education Policy Institute พบว่า ในแต่ละปีมีนักเรียนไทยจำนวน 15,000 คน เดินทางไปศึกษาต่างประเทศ โดย 80% เลือกเดินทางไปยังสหรัฐอเมริกาหรือสหราชอาณาจักร โดยเฉพาะประเทศสหรัฐอเมริกา เป็นจุดหมายปลายทางสำหรับการเรียนต่อในต่างประเทศของคนไทยเป็นจำนวนมาก (ฐานเศรษฐกิจ, 2564) เนื่องจากเป็นประเทศที่มีหลายเมืองซึ่งเป็นที่นิยมในหมู่นักเรียนไทย และเป็นประเทศที่มีคุณภาพชีวิตที่ดี ระบบการศึกษาที่มีคุณภาพสูง รวมถึงปัจจัยต่าง ๆ ที่ทำให้นักเรียนไทยต่างหลั่งไหลเข้าไปศึกษาต่อ



สำหรับนักเรียนไทยที่มีโอกาสได้สัมผัสกับวัฒนธรรมใหม่ ๆ ออกไปเรียนรู้ประสบการณ์ใหม่ ๆ ในประเทศที่ไม่คุ้นเคย ย่อมต้องผ่านกระบวนการปรับตัวเข้าสู่วัฒนธรรมใหม่ นอกจากการเข้าสู่วัฒนธรรมใหม่ต้องอาศัยการปรับตัวและในการปรับตัวของผู้ที่เข้าไปอยู่ในสังคมที่มีวัฒนธรรมต่างไปจากวัฒนธรรมเดิมของตนนั้น มักจะเกิดปัญหาต่าง ๆ ทั้งเรื่องของความวิตกกังวล ความเครียด ความเหงา ความไม่แน่ใจในการสื่อสารกับคนวัฒนธรรมนั้น ๆ (เมตตา วิวัฒนานุกูล, 2559) ทั้งนี้ การที่นักเรียนไทยไปเรียนในประเทศสหรัฐอเมริกาซึ่งมีการเปลี่ยนแปลงทางสภาพสังคม สิ่งแวดล้อม รวมถึงวัฒนธรรมที่แตกต่างจากวัฒนธรรมไทยที่ตนไม่คุ้นเคยเป็นอย่างมาก ก็อาจทำให้เกิดปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ ที่ตามมาด้วย จนกระทั่งส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิตหรือการเรียนในประเทศสหรัฐอเมริกาอีกด้วย ซึ่งปรากฏการณ์เหล่านี้เรียกว่าความตระหนกทางวัฒนธรรม (Culture Shock)

ด้วยเหตุนี้ การปรับตัวเข้าสู่วัฒนธรรมใหม่เป็นสิ่งที่สำคัญและเป็นสิ่งที่ควรเรียนรู้สำหรับนักเรียนไทยที่ไปศึกษาที่ประเทศสหรัฐอเมริกา จากการศึกษาของงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวของนักเรียนหรือนักศึกษาในต่างประเทศพบงานวิจัยจำนวนมาก เช่น งานวิจัยของสุรศักดิ์ บุญอาจ (2558) ได้ศึกษาเรื่อง “กระบวนการปรับตัวทางวัฒนธรรมของนักศึกษาชาวลาและชาวกัมพูชาในมหาวิทยาลัยอุบลราชธานี” งานวิจัยของชัชวาล ไชยสังข์ (2559) ได้ศึกษาเรื่อง “การปรับตัวสู่วัฒนธรรมไทยผ่านการทำกิจกรรมนอกเหนือหลักสูตร: กรณีศึกษาของนักศึกษาแลกเปลี่ยน ณ สถาบันศึกษานานาชาติมหาวิทยาลัยรามคำแหง” และงานวิจัยของธิดาพร บุญเม่น (2565) ได้ศึกษาเรื่อง “การปรับตัวและวัฒนธรรมของนักศึกษานานาชาติในมหาวิทยาลัยมหิดล” เป็นต้น ดังที่กล่าวมาส่วนใหญ่เป็นงานวิจัยที่เกี่ยวกับการปรับตัวของนักเรียนต่างชาติที่เข้ามาเรียนในประเทศไทย แต่งานวิจัยที่เกี่ยวกับการปรับตัวของนักเรียนไทยไปเรียนต่างประเทศยังไม่พบมากนัก โดยเฉพาะนักเรียนไทยไปเรียนที่ประเทศสหรัฐอเมริกา ยังไม่พบผู้ใดได้ศึกษาของงานวิจัยที่เกี่ยวกับการปรับตัวของนักเรียนไทยในประเทศสหรัฐอเมริกาผ่านการวิเคราะห์คลิปวิดีโอจากแพลตฟอร์มโซเชียลต่าง ๆ การวิเคราะห์คลิปวิดีโอจากแพลตฟอร์มโซเชียลมีความสำคัญมากเนื่องจากก่อนที่จะตัดสินใจวางแผนไปเรียนต่างประเทศ นักเรียนไทยมักจะค้นหาข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับการแลกเปลี่ยนประสบการณ์จากแพลตฟอร์มโซเชียลมีเดีย เพื่อให้ทราบถึงข้อมูลและนำประสบการณ์ที่คนอื่นแชร์ไปใช้เป็นแนวทางการดำเนินชีวิตในต่างประเทศ โดยเฉพาะเลือกรับชมวิดีโอผ่านสื่อ YouTube) จากการจัดอันดับโซเชียลมีเดียของสำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์ในปี 2561 ที่ผ่านมา พบว่า มีการใช้ YouTube 98.8% (สำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์ (องค์การมหาชน), 2561) เพราะฉะนั้น สื่อ YouTube (YouTube) เป็นสื่อออนไลน์ที่มีจำนวนผู้ติดตามอยู่ระดับสูง และได้รับความนิยมจากกลุ่มนักเรียนไทยเป็นอย่างมาก

ดังนั้นผู้วิจัยจึงเห็นความสำคัญของการศึกษากระบวนการปรับตัวด้านวัฒนธรรมของนักเรียนไทยในประเทศสหรัฐอเมริกา เพื่อได้ทราบถึงขั้นตอนในการปรับตัว รวมถึงปัจจัยที่มีส่วนช่วยในการปรับตัวทางด้านวัฒนธรรมของนักเรียนไทยในสหรัฐอเมริกา โดยศึกษาจากคลิปวิดีโอจากสื่อ YouTube) ที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ของนักเรียนไทยที่ไปเรียนที่ประเทศสหรัฐอเมริกา



วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษากระบวนการปรับตัวด้านวัฒนธรรมของนักเรียนไทยในประเทศสหรัฐอเมริกา
2. เพื่อวิเคราะห์ปัจจัยที่มีส่วนช่วยในการปรับตัวทางด้านวัฒนธรรมของนักเรียนไทยในประเทศสหรัฐอเมริกา

แนวคิด ทฤษฎี กรอบแนวคิด

ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิดด้านการปรับตัวทางวัฒนธรรม และปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัว เพื่อเป็นกรอบในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

1. แนวคิดเกี่ยวกับขั้นตอนการปรับตัวทางวัฒนธรรม

การปรับตัวทางวัฒนธรรม หมายถึง การที่มนุษย์ต้องอยู่ในสภาพสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลง ทำให้มนุษย์บุคคลนั้นต้องพยายามปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิดของตนเองให้เข้ากับสภาพแวดล้อมที่เป็นอยู่ของวัฒนธรรมนั้น เพื่อให้เป็นที่ยอมรับของสังคม และสามารถดำรงชีวิตอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข (ปีทมาภรณ์ ธรรมทัต, 2542)

Kim (1989, อ้างถึงใน มัญชรี โชติรสสุจิต, 2556) ได้เสนอขั้นตอนการปรับตัวทางวัฒนธรรมของ Sojourner ตามแนวคิดของของ Kalervo Oberg ไว้ 4 ขั้นตอน คือ 1) Honeymoon Stage เป็นช่วงที่บุคคลรู้สึกตื่นตาตื่นใจกับสภาพแวดล้อมใหม่ ๆ 2) Hostility Stage เป็นช่วงที่บุคคลรู้สึกไม่ดีต่อวัฒนธรรมใหม่ที่ตนไปอยู่ และเริ่มคบหากันเองในกลุ่มคนที่มาจากต่างวัฒนธรรมด้วยกัน 3) Recovery Stage เป็นช่วงที่บุคคลเริ่มเข้าที่เข้าทาง คือบุคคลมีความรู้ด้านภาษา และวัฒนธรรมท้องถิ่นเพิ่มมากขึ้น 4) Final Stage เป็นช่วงที่บุคคลปรับตัวได้มากที่สุด ความวิตกกังวลต่างๆ ลดลงและรู้สึกสนุกสนานที่ได้อยู่ในวัฒนธรรมใหม่

2. แนวคิดเกี่ยวกับปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัว

Hammer (1989, อ้างถึงใน Ren Zhiyuan, 2555) ได้เสนอปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวทางวัฒนธรรมไว้ 8 ประการ คือ การสนับสนุนของสังคมเจ้าภาพ โครงสร้างของสังคมเจ้าภาพการยอมรับของสังคมเจ้าภาพ วิธีการคบค้าสมาคมระหว่างกัน ทัศนคติที่มีต่อกลุ่มชนและวัฒนธรรม ความเห็นพ้องระหว่างวัฒนธรรม ความใกล้เคียงระหว่างวัฒนธรรม และความสามารถในการใช้ภาษาถิ่น นอกจากนี้แล้วความรู้ ความเข้าใจของวัฒนธรรมท้องถิ่น ระยะเวลาในการพำนักอาศัย และประสบการณ์ของการดำเนินชีวิตในต่างประเทศก็เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวทางวัฒนธรรมเช่นกัน

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัยตามขั้นตอนต่อไปนี้



1. ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางวัฒนธรรม เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการศึกษาวิจัยต่อไป

2. ศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับนักเรียนไทยในต่างแดนผ่านสื่อสังคมออนไลน์ โดยคัดเลือกคลิปวิดีโอจากสื่อยูทูป (YouTube) ที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ของนักเรียนไทยที่ไปเรียนสหรัฐอเมริกา ซึ่งมียอดเข้าชมมากที่สุดแบบจัดเรียงตามลำดับความนิยม ตั้งแต่ พ.ศ. 2560 - 2565 จำนวนทั้งหมด 10 ตอน ดังตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 1 คลิปวิดีโอการแลกเปลี่ยนประสบการณ์เรียนสหรัฐอเมริกาใน YouTube

ลำดับที่	ผู้แชร์	ชื่อคลิปวิดีโอ	ยอดเข้าชม
1.	Ggigie	ใช้ชีวิตอยู่ USA US ดีจริงหรือ ?? เล่าประสบการณ์ส่วนตัว #เล่าประสบการณ์ #ชีวิตในอเมริกา	1,220,203 ครั้ง
2.	Lukmai Maimonlapat	1 วันในโรงเรียนอเมริกา! School tour มีเพื่อนได้ยังไง?	696,821 ครั้ง
3.	Khaimoog CNY	[ข.ม.ขอแม่ทัพ] เรียนอเมริกาดียังไง มีคนมาจับม้าย วิศวกรรมไปเรียนวันแรก โดนเหยียด?	346,475 ครั้ง
4.	Ployladda	เล่าเรื่อง บินไปเรียนที่อเมริกา ทั้ง ๆ ที่พูดอังกฤษไม่ได้!	212,770 ครั้ง
5.	Peanut Butter	แชร์การเรียนต่ออเมริกา 7 ปี เก่งอังกฤษขึ้นไหม? ชีวิตที่นั่นเป็นไง? ทำไมกลับไทย?	189,323 ครั้ง
6.	Mow	ย้ายประเทศ เรียนต่อที่อเมริกาทำยังไง? US ไม่ขอทุนรัฐบาลไทยไม่ต้องกลับมาใช้ทุน!	112,234 ครั้ง
7.	VOAthai	นักเรียนทุนไทย เตรียมตัวเข้ามหาวิทยาลัยอย่างไร ในอเมริกา	32,120 ครั้ง
8.	Jane Soraya	เล่าประสบการณ์เรียนแลกเปลี่ยนที่อเมริกา โดนเหยียดผิว? เรียนยาก? มีแฟน? อ้วนขึ้น?	31,132 ครั้ง
9.	Ainum Phanapas	ย้ายมาอเมริกาปรับตัวยังไง? ทำยังไงถึงจะพูดภาษาอังกฤษได้แล้วก็คุยกับฝรั่งรู้เรื่อง	28,396 ครั้ง
10.	Dreamydream	EP.1 แชร์ประสบการณ์อเมริกา 7 ปี US ทำไมเรียนนานจัง? โฮสเป็นไง? เพื่อนบูลลี่ไหม!	23,578 ครั้ง



3. สร้างเครื่องมือในการเก็บข้อมูล คือ ตารางบันทึกข้อมูล (Coding Sheet) โดยใช้ตารางบันทึกข้อมูล 2 ตาราง คือ ตารางบันทึกข้อมูลกระบวนการปรับตัว และตารางบันทึกข้อมูลปัจจัยที่มีส่วนช่วยในการปรับตัว

4. วิเคราะห์ประเด็นกระบวนการปรับตัวและปัจจัยที่มีส่วนช่วยในการปรับตัวทางการศึกษาร่วมวัฒนธรรมจากวิดีโอจำนวน 10 คลิป ที่ได้รับการคัดเลือกศึกษาจากช่อง YouTube

5. รายงานผลการศึกษาแบบพรรณนาวิเคราะห์ (Descriptive Analysis)

ผลการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้วิเคราะห์กระบวนการเข้าสู่วัฒนธรรมใหม่และการปรับตัวของนักเรียนไทยในประเทศสหรัฐอเมริกา ใน 2 มิติ ได้แก่ กระบวนการปรับตัวทางวัฒนธรรม และปัจจัยที่มีส่วนช่วยในการปรับตัวทางวัฒนธรรมของนักเรียนไทยในสหรัฐอเมริกา โดยมีรายละเอียดดังนี้

1. กระบวนการปรับตัวทางวัฒนธรรม

ในการวิจัยการปรับตัวของนักเรียนไทยในประเทศสหรัฐอเมริกา ผู้วิจัยได้ศึกษาวิเคราะห์ตามแนวคิดขั้นตอนการปรับตัว (Stages of Cultural Adaptation) ของ Kalervo Oberg ซึ่งมีทั้งหมด 4 ขั้นตอน ได้แก่ 1) ขั้นตื่นตาตื่นใจกับวัฒนธรรมใหม่ (Excitement - Honeymoon) 2) ขั้นตระหนกทางวัฒนธรรม (Irritation - culture shock) 3) ขั้นเรียนรู้วัฒนธรรมใหม่ (Adjustment - Perception) 4) ขั้นปรับตัวเข้ากับวัฒนธรรมใหม่ (Adaptation - feeling at home)

1.1 ขั้นตื่นตาตื่นใจ

ขั้นตื่นตาตื่นใจ (Excitement - Honeymoon) ในการวิจัยนี้ หมายถึง ขั้นแรกที่เกิดความตื่นเต้นและความรู้สึกยินดีในประเทศสหรัฐอเมริกาของนักเรียนไทยที่ไปอยู่ใหม่ ดังตัวอย่าง

“วันแรกนะคะที่ไปโรงเรียน ดริมตื่นเต้นดีใจมากเลยทุกคน แล้วเราได้ใส่ uniform ด้วยนะ..... พอไปถึงเพื่อนทุกคนก็ออกมาต้อนรับ คุณครูก็จะพาเราไปเหมือน room tour แบบว่าดู class ต่าง ๆ ที่โน่นมี Hallway เหมือนในหนังเลยอะ เขาก็จะให้ textbook ที่เราจะต้องใช้เข้า class และให้ schedule ของเรา ทำให้เรารู้ว่าเราต้องเรียนอะไรบ้าง ซึ่งช่วงแรก ๆ ของดริมคือ Excite ทุกอย่างก็คือ smooth and easy ซึ่งเราก็ได้ make friend ทำความรู้จักกับเพื่อนใน class.....” (Dreamydream, 2565)

จากตัวอย่างคำกล่าวที่ยกมาข้างต้น แสดงให้เห็นว่า นักเรียนไทยที่เข้าเรียนใหม่ ๆ เกิดความรู้สึกตื่นเต้น สนุกสนาน ยินดีและตื่นตาตื่นใจ เนื่องจากเพิ่งเข้ามาเรียนในสิ่งแวดล้อมที่ต่างกับชีวิตเดิม สิ่งรอบข้างที่แปลกใหม่ทำให้นักเรียนไทยที่เข้าเรียนใหม่ ๆ รู้สึกเปิดหูเปิดตา อีกทั้งยังมีโอกาสได้พบเห็นและติดต่อสื่อสารกับบุคคลที่ไม่เคยสัมผัสมาก่อน



1.2 ชั้นตระหนกทางวัฒนธรรม

ชั้นตระหนกทางวัฒนธรรม (Irritation - culture shock) ในการวิจัยนี้ หมายถึง ความรู้สึกสับสนต่อวัฒนธรรมที่ไม่คุ้นเคย และเกิดความยากลำบากในการปรับตัว

ในการวิจัยครั้งนี้ นักเรียนไทยหลายคนได้เล่าถึงความรู้สึกชั้นตระหนกต่อชีวิตการเรียนในประเทศสหรัฐอเมริกา ดังตัวอย่าง

“เมื่อตอนที่อยู่ไทยอะ เราพูดได้ฟังได้ เราได้เกรดสี่ภาษาอังกฤษมาตลอด อยู่ที่มีมันต่างกันเยอะเลยอะ เพราะว่าที่นี่เค้าไม่ได้พยายามพูดซ้ำเหมือนที่คนไทยเข้าใจ ถ้าเราฟังแล้วเราก็ไม่ได้เกรดเลยตั้งแต่ครั้งแรก รู้สึกไม่ดีกับตนเองมาเยอะทำไมเราถึงทำไม่ได้ เพราะว่าอยู่ที่นี้ก็รู้สึกว่าฟังก็ฟังไม่รู้เรื่องพูดก็พูดไม่รู้เรื่อง ต้องถามย่ำว่าอะไรนะก็ รู้สึกแบบแย่มาก ๆ” (Ainum Phanapas, 2562)

จากตัวอย่างคำกล่าวที่ยกมาข้างต้น แสดงให้เห็นว่านักเรียนไทยความรู้สึกตระหนกจนกระทั่งไม่มั่นใจตนเอง เกิดความรู้สึกแบบท้อแท้ใจ เกิดความทุกข์และเกิดความสับสนอย่างมาก เมื่อเปรียบเทียบกับผลการเรียนที่อยู่ประเทศไทยแล้ว ยังมีความรู้สึกตึงเครียดในเรื่องของการเรียน ซึ่งส่งผลกระทบต่อประสิทธิภาพในการเรียนเป็นอย่างมาก

1.3 ชั้นเรียนรู้วัฒนธรรมใหม่

ชั้นเรียนรู้วัฒนธรรมใหม่ (Adjustment - Perception) ในการวิจัยนี้ หมายถึง ชั้นที่นักเรียนไทยเริ่มต้นที่จะเรียนรู้มากขึ้นเกี่ยวกับวัฒนธรรมและสิ่งต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับการเรียนในประเทศสหรัฐอเมริกา ดังตัวอย่าง

“พอจบการศึกษาปีนั้นแล้วก็มีเด็กใหม่เข้ามา เราก็ได้มีเพื่อนใหม่เพิ่มขึ้น ก็คือหลังจากนั้นเราเริ่มเข้ากับคนอื่นได้ ก็เริ่มพูดภาษาอังกฤษได้มากขึ้น เราก็เริ่มปรับตัวได้ และเข้ากับคนอื่นได้นะคะ ก็เริ่มพูดภาษาอังกฤษได้มากขึ้น เราก็เริ่มปรับตัวได้ และเข้ากับคนอื่นได้ตอนหลัง ๆ ก็เริ่มร่วมกิจกรรมกับเพื่อน ๆ” (Ainum Phanapas, 2562)

จากตัวอย่างคำกล่าวที่ยกมาข้างต้น แสดงให้เห็นถึง นักเรียนไทยเริ่มเข้าใจและเปิดรับเพื่อนร่วมชั้นเรียนได้มากขึ้น โดยเริ่มมีความรู้ด้านภาษาอังกฤษและวัฒนธรรมของประเทศสหรัฐอเมริกา โดยเฉพาะอย่างยิ่งการเข้าร่วมสังคมและทำกิจกรรมร่วมกันกับชาวอเมริกัน ทำให้มีการปฏิสัมพันธ์ที่เพิ่มขึ้น และปรับตัวตามสภาพแวดล้อมของชาวอเมริกันมากขึ้น ซึ่งมีส่วนช่วยในการลดความวิตกกังวลและทำให้เกิดความเข้าใจซึ่งกันและกันมากขึ้น เพื่อให้เป็นที่ยอมรับและสามารถเรียนร่วมกับนักเรียนอเมริกันเป็นอย่างดี

1.4 ชั้นปรับตัวเข้ากับวัฒนธรรมใหม่

ชั้นปรับตัวเข้ากับวัฒนธรรมใหม่ (Adaptation - feeling at home) ในการวิจัยนี้ หมายถึง ชั้นตอนที่แสดงถึงความสามารถของนักเรียนไทยที่จะปรับตัวให้เข้ากับวัฒนธรรมของประเทศสหรัฐอเมริกาได้ ดังตัวอย่าง



“สุดท้ายก็ได้ *make friend* ที่นี่นะคะ น่ารักมาก ทุกคนแบบใจดีกับเจน คอยช่วยเหลือ คอยแบบ ออกไป *camping* ออกไปเที่ยวกับเพื่อนกลุ่มนี้ ถ้าอยาก *make friend* จริง ๆ ก็ออกไปเข้าชมรม” (Jane Soraya, 2562)

จากตัวอย่างคำกล่าวที่ยกมาข้างต้น แสดงให้เห็นว่า นักเรียนไทยในประเทศสหรัฐอเมริกาเกิดความสุขและความสนุกสนานในการใช้ชีวิตในอเมริกาเพิ่มมากขึ้น ยังสามารถผูกมิตรและสร้างมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับคนอื่น ๆ ภายในสังคมสหรัฐอเมริกาได้ ทำให้เกิดความรัก ความผูกพันและมิตรภาพต่อสังคมและวัฒนธรรมอเมริกันที่เข้ามาอยู่ใกล้ และใช้ชีวิตเหมือนคนในสังคมอเมริกัน

2. ปัจจัยที่ส่งผลต่อความตระหนกทางวัฒนธรรมและการปรับตัวทางวัฒนธรรม

บุคคลที่เกิดความตระหนกทางวัฒนธรรม แต่สามารถปรับตัวเข้ากับวัฒนธรรมนั้น ๆ ได้เป็นผลมาจากปัจจัยต่าง ๆ จากการวิจัยครั้งนี้พบว่า ปัจจัยที่มีผลต่อความตระหนกทางวัฒนธรรมและการปรับตัวของนักเรียนไทย สามารถแบ่งออกเป็น 2 ด้าน ได้แก่ ลักษณะเฉพาะส่วนบุคคลและเตรียมตัวเข้าสู่วัฒนธรรมใหม่ และสภาพแวดล้อมของสังคมประเทศสหรัฐอเมริกา

2.1 ลักษณะเฉพาะส่วนบุคคลและเตรียมตัวเข้าสู่วัฒนธรรมใหม่

1) บุคลิกนิสัย

บุคลิกนิสัย หมายถึง คุณลักษณะ และพฤติกรรมต่าง ๆ ของบุคคล ที่แสดงออก ทั้งภายใน และภายนอก ที่ถูกหล่อหลอมมาจากประสบการณ์ วิธีการปรับตัว และสิ่งแวดล้อม ซึ่งส่งผลต่อความคิดอันเป็นผลทำให้ตนเองแตกต่างจากบุคคลอื่น

ในการวิจัยครั้งนี้ ถึงแม้ว่านักเรียนไทยที่ไปเรียนที่ประเทศสหรัฐอเมริกาไม่ได้เล่าถึงบุคลิกนิสัยของตนโดยตรง แต่จากการสังเกตจากการสนทนา สามารถรับรู้ถึงบุคลิกภาพหรือคุณลักษณะโดยรวมของผู้ที่เล่าประสบการณ์ผ่านหน้าจอ ดังตัวอย่าง

“ก็พูดตรง ๆ การ *make friends* ของ Jane ไม่ใช่เรื่องยาก เพื่อนส่วนใหญ่ของ Jane ก็จะเป็นเพื่อนแลกเปลี่ยนเหมือนกัน เข้าใจกันได้ดี ก็เลยเป็นเพื่อนสนิทกันได้ นอกจากเพื่อนพวกนี้ ก็จะมีเพื่อนที่เป็นคนท้องถิ่น คนที่เป็นอเมริกัน ก็มีเหมือนกัน *make friends* ได้ ไม่ได้ยากขนาดนั้น วิธี *make friends* ที่ดีที่สุดก็คือไปร่วมกิจกรรม การไปเล่นกีฬา การไปชมรม ดูหนัง ก็คือ *make friends* ได้ดีที่สุด” (Jane Soraya, 2562)

สรุปได้ว่า การที่มีนิสัยร่าเริง การเป็นคนมองโลกในแง่ดี และการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีของนักเรียนไทย การเปิดใจรับสิ่งใหม่ ๆ ความมั่นคงทางอารมณ์ ก็สามารถปรับตัวเข้ากับวัฒนธรรมท้องถิ่นได้ง่ายและจะมีโอกาสลดปัญหาทางตระหนกทางวัฒนธรรมให้น้อยลง หรือถ้าประสบปัญหา ก็สามารถปรับตัวได้ทันที และปรับตัวได้ง่ายกว่าคนที่มองโลกในแง่ร้าย ซึ่งบุคลิกนิสัยเหล่านี้ทำให้เขาลดความตระหนกทางวัฒนธรรมได้ดีกว่าคนอื่น



2) ทศนคติ

ทศนคติ ในงานวิจัยนี้ หมายถึง ความรู้สึกในเชิงบวกหรือเชิงลบของนักเรียนไทยที่มาเรียนต่อที่ประเทศสหรัฐอเมริกา ไม่ว่าจะเป็นสภาพแวดล้อมในการเรียนหรือเพื่อนร่วมห้องที่ต้องปฏิสัมพันธ์ด้วย ย่อมส่งผลต่อการปรับตัวของนักเรียนไทย ดังตัวอย่างต่อไปนี้

“เรียนที่อเมริกา สอนเข้าใจแล้วก็ไม่ได้เรียนหนักนะคะ แล้วเรียนไปก็ได้ใช้จริง ๆ นะคะ แล้วก็ให้เลือกเรียนด้วยนะคะ ที่ว่าจะเรียนอะไรเรียนตามความถนัดได้เลย ก็จะไม่มีความกดดันติดตึกใดใดทั้งสิ้นนะคะ” (Khaimoog CNY, 2565)

จากตัวอย่างคำกล่าวของนักเรียนไทยที่ยกมาข้างต้น แสดงให้เห็นถึงการที่มีพื้นฐานความรู้สึกที่ดีต่อสิ่งต่าง ๆ ของสภาพการเรียนหรือเพื่อนร่วมเรียนในประเทศสหรัฐอเมริกา การมีทศนคติที่เป็นบวกกับประเทศสหรัฐอเมริกาโดยรวม และพร้อมจะเปิดรับการเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ ในประเทศสหรัฐอเมริกาที่ไม่มีความคุ้นเคยมาก่อน ก็จะเป็นปัจจัยที่ดีที่ช่วยในการปรับตัวเรื่องต่าง ๆ ในการเรียนต่าง ประเทศได้ง่ายขึ้น

3) ความคาดหวัง

ความคาดหวัง ในงานวิจัยนี้หมายถึง ระดับความคาดหวังของนักเรียนไทยที่มีต่อการเรียนในประเทศสหรัฐอเมริกา ถ้านักเรียนมีความคาดหวังต่อวัฒนธรรมเจ้าบ้านสูง แต่กลับไม่ได้พบกับสิ่งที่คาดหวังเอาไว้ ก็เกิดความตระหนกทางวัฒนธรรมได้มากกว่า ดังตัวอย่าง

“ก่อนจะมาอเมริกาก็คิดว่าอเมริกาคงจะชิว แต่มาจริง ๆ แล้วมาเลี้ยงชีพ ครูโรงเรียนก็ค่อนข้างเข้มงวดทั้งเรื่องคณะมีเล่นทั้งเรื่องกีฬา ทุกวันเนี่ยจะมีเรียนตอนเช้าแล้วตอนเย็นก็ไปเล่นกีฬา ถ้าเรียนที่เมืองไทยก็ไม่ค่อยเข้มงวดกับเรื่องกีฬาอะไรอีกอะคะ” (VOAthai, 2562)

จากตัวอย่างคำกล่าวที่ยกมาข้างต้น แสดงให้เห็นว่านักเรียนมีความความคาดหวังต่อการเรียนที่ประเทศสหรัฐอเมริกาแบบสบาย ๆ เรียนไม่หนัก ไม่ต้องกดดัน แต่หลังจากมาเรียนที่ประเทศสหรัฐอเมริกา ไม่เพียงแต่ต้องเข้มงวดกับเรื่องเรียนแล้ว ยังต้องเข้มงวดกับเรื่องกีฬาอีกด้วย มีความกดดันที่ว่า การเรียนจริงไม่สอดคล้องกับความคาดหวัง ทำให้นักเรียนไทยเกิดความไม่ชินกับการเรียนแบบหนัก ซึ่งส่งผลต่อความตระหนกวัฒนธรรมไทยให้มากขึ้น ดังนั้นคนที่อยากมาเรียนที่ประเทศสหรัฐอเมริกา ควรศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับการเรียนก่อน เพื่อทำให้ความคาดหวังของตนไม่สูงเกินความจริง จึงมีประโยชน์ต่อการลดความตระหนกและสามารถปรับตัวในการเรียนได้ง่ายขึ้น

4) การเตรียมตัวด้านภาษาและวัฒนธรรม

ระดับการเตรียมตัว ในงานวิจัยนี้ หมายถึงการเตรียมตัวของนักเรียนไทยก่อนไปเรียนที่ประเทศสหรัฐอเมริกา ประกอบไปด้วยการเตรียมความรู้ทั้งภาษาอังกฤษ และการได้รับข้อมูลเกี่ยวกับวัฒนธรรมของประเทศสหรัฐอเมริกามาก่อน ดังตัวอย่าง



“ก่อนมาอเมริกาก็พูดได้ภาษาอังกฤษ พูดเป็นอยู่แล้ว เพราะอยู่
โรงเรียน inter ก็ไม่ค่อยมีปัญหาในการสื่อสาร” (Jane Soraya, 2562)

จากตัวอย่างคำกล่าวที่ยกมาข้างต้น แสดงให้เห็นว่าการเรียนรู้ทักษะการใช้ภาษาก่อน
ไปเรียนที่ประเทศสหรัฐอเมริกา ทำให้นักเรียนไทยมีความสามารถในการสื่อสารที่ดีและสามารถใช้
ภาษาอังกฤษกับชาวอเมริกันได้ ย่อมช่วยให้เพิ่มความมั่นใจในตนเองและลดปัญหาความตระหนกได้ อีกทั้ง
ยังมีส่วนช่วยในการปรับตัวให้เข้ากับวัฒนธรรมของประเทศสหรัฐอเมริกาได้ง่ายกว่าคนอื่น

นอกจากนี้แล้ว นักเรียนไทยที่ไม่ค่อยมีความพร้อมด้านภาษาอังกฤษและวัฒนธรรม ได้
เล่าถึงการเตรียมตัวก่อนเรียนที่ประเทศสหรัฐอเมริกา ดังตัวอย่าง

“พอที่ไปเรียน คือพอลอยพูดภาษาอังกฤษไม่ได้เลยอะ คือพูดไม่ได้เลย
สื่อสารไม่ได้เลยอะ แบบไม่เคยพูดภาษาอังกฤษกับฝรั่งมาก่อนคะ ยกเว้นที่จะ
เป็นครูฝรั่งที่สอนภาษาอังกฤษในโรงเรียน แล้วโรงเรียนของพอลอยเป็นโรงเรียน
วัดนะคะ พอลอยไม่ได้เรียนอินเตอร์มาก่อน.....ตอนนั้นก็เลยได้ใช้แต่ภาษามือ
และเวลาจะไปกินข้าวก็พูดไม่เป็นนะคะ ก็ไปต่อแถวตามเค้าไปกินอะไรก็ได้แต่ซึ่
นะคะ.....ตอนที่ไปใหม่ ๆ กินแต่อาหารที่ไม่อยากกินนะประมาณเดือนสอง
เดือนเพราะว่าสั่งไม่เป็น” (Ployladda, 2562)

จากตัวอย่างคำกล่าวที่ยกมาข้างต้น แสดงให้เห็นว่าแม้ว่านักเรียนไทยบางคนไม่ค่อยมี
ทักษะการใช้ภาษาอังกฤษ และวัฒนธรรมของประเทศสหรัฐอเมริกามาก่อน ก็ต้องใช้เวลาค่อนข้างนานใน
การปรับตัว แต่ถ้าอยากลดความตระหนกให้น้อยที่สุด ก็ต้องพยายามเรียนรู้ให้มากกว่าคนที่มีความ
ด้านภาษามาก่อน เพื่อได้เรียนรู้ภาษาและข้อมูลต่าง ๆ ของประเทศสหรัฐอเมริกาให้ทันและสามารถช่วย
ลดความตระหนกทางวัฒนธรรมได้

สรุปได้ว่า การเตรียมตัวเป็นสิ่งสำคัญต่อนักเรียนไทยก่อนไปเรียนที่ประเทศ
สหรัฐอเมริกา การเตรียมตัวดังกล่าวรวมถึงการเตรียมความพร้อมด้านภาษาอังกฤษจากโรงเรียน
การศึกษาเกี่ยวกับวัฒนธรรมของประเทศสหรัฐอเมริกาจากช่องทางต่าง ๆ มาก่อน รวมถึงการค้นคว้าหา
ข้อมูลที่จะช่วยในการปรับตัวระหว่างที่อยู่ในวัฒนธรรมใหม่ ถ้าไม่ค่อยมีทักษะการใช้ภาษาอังกฤษ และ
วัฒนธรรมของประเทศสหรัฐอเมริกามาก่อน ก็ต้องพยายามเรียนรู้ให้มากกว่าคนที่มีความ
ปรับตัวได้มีประสิทธิภาพ

2.2 สภาพแวดล้อมของสังคมและประเทศเจ้าบ้าน

1) ลักษณะวัฒนธรรม

ลักษณะวัฒนธรรม ในงานวิจัยนี้ หมายถึง วัฒนธรรมของเจ้าบ้านมีส่วนสำคัญอย่างมาก
ต่อการทำให้เกิดความตระหนกทางวัฒนธรรม และเป็นปัจจัยสำคัญที่มีผลต่อการปรับตัวของนักเรียนไทย



นักเรียนไทยที่ไปเรียนที่ประเทศสหรัฐอเมริกา ได้เล่าถึงลักษณะวัฒนธรรมเรียนที่ประเทศสหรัฐอเมริกา ดังตัวอย่าง

“บรรยากาศโรงเรียนที่โน่นนะคะค่อนข้างที่จะแตกต่างกับที่ไทยเลยคะ อันดับแรกคือยูนิฟอร์มนะคะ โรงเรียนเราจะไม่มียูนิฟอร์มกันคะ คุณจะต้องตัวยังไงมาก็ได้ แต่งตัวขาสั้น แต่งตัวโป๊มาก็ได้ แค่ว่าไม่สนใจคะ ถ้าเดินไปเดินมาก้อาจจะเห็นคนนั่งจู้บกัน กอดกัน ไปได้หรืออะไรอย่างนี้อะ แล้วคุณครูเดินผ่านแค่ว่าไม่ได้สนใจคะ บางทีก็จะเจอคนท้องเดินไปเดินมา แค่ว่าไม่ได้เป็นตัวประหลาดนะคะ คือทุกคนมองว่ามันเป็นเรื่องปกติมันเป็นเรื่องสิทธิของแต่ละคน” (Gigie, 2564)

จากตัวอย่างข้างต้น แสดงให้เห็นถึงลักษณะวัฒนธรรมอเมริกันแบบอิสระเสรีเป็นสิ่งที่สำคัญที่สร้างความประทับใจให้กับนักเรียนไทย ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้นักเรียนไทยเกิดความรักและความผูกพันกับคนอเมริกันได้ง่ายขึ้น จึงเป็นปัจจัยภายนอกอันดับแรกที่มีส่วนช่วยในการลดความตระหนกและสร้างการปรับตัวให้กับนักเรียนไทยที่ไปเรียนที่ประเทศสหรัฐอเมริกา

2) ความประทับใจแรกพบต่อสังคม

ความประทับใจแรกพบต่อสังคมประเทศเจ้าบ้าน ถ้าความประทับใจแรกที่เกิดขึ้นเป็นไปในแง่บวก ย่อมช่วยให้บุคคลเกิดความสุขสบายใจที่จะอยู่ในวัฒนธรรมนั้น แต่ถ้าความประทับใจแรกเป็นไปในแง่ลบ ย่อมทำให้บุคคลไม่ต้องการอยู่ในวัฒนธรรมนั้นต่อไป รวมทั้งก่อให้เกิดอคติต่อวัฒนธรรมเจ้าบ้านได้ ดังตัวอย่าง

“พอที่ได้เข้าเรียนนะคะ สิ่งแรกที่รู้สึกได้เลยคือคุณครูคะ ครูเนี่ยมีความใส่ใจเด็กนักเรียนมาก ๆ ค่ะ ไม่ว่าจะเด็กจะเข้าใจหรือไม่เข้าใจ เด็กที่นั่นนะคะคืออย่างนึงนะคะ เวลาเค้าไม่เข้าใจเค้าจะถามเลย แล้วคุณครูพร้อมที่จะตอบแล้วเวลาเด็กถามเนี่ยเค้าตอบจนกว่าเด็กจะเข้าใจนี่คือสิ่งสำคัญมาก ๆ กับการศึกษานะคะ ตอนที่จีไปอะ ทุกวิชาคือจีเริ่มใหม่รีลิตาร์ใหม่ รีเซ็ทใหม่กับสมองของตัวเองอะคะ” (Gigie, 2564)

จากตัวอย่าง แสดงให้เห็นว่านักเรียนไทยมีความประทับใจแรกพบแบบเชิงบวกต่อสังคมอเมริกา เนื่องจากคนในสังคมมีความเป็นมิตรและเข้าหากันได้ง่าย การวางตัวของคนในสังคมมีความเสมอภาค ไม่แสดงอาการหยิ่ง จนทำให้นักเรียนไทยมีความรู้สึกผ่อนคลาย สามารถเข้ากับสังคมได้ดีและปรับตัวได้เร็ว เป็นสาเหตุที่ทำให้นักเรียนไทยมีแรงบัลดาลใจในการเรียนมากขึ้น

3) ความช่วยเหลือและสนับสนุนจากกลุ่มคนในสังคม

ความช่วยเหลือและสนับสนุนจากกลุ่มคนในสังคม ในงานวิจัยนี้ หมายถึง นักเรียนไทยที่ได้รับความช่วยเหลือและสนับสนุนจากคนอเมริกัน ถ้าคนในสังคมให้ความช่วยเหลือและยอมรับ ปัญหาความตระหนกทางวัฒนธรรมย่อมน้อยลง แต่ถ้าคนในสังคมไม่ให้ความช่วยเหลือ กีดกัน รังเกียจ ย่อมก่อให้เกิดความรู้สึกไม่ดี วิตกกังวล ทุกข์ร้อน และมีความรู้สึกแปลกแยกมากขึ้น ดังตัวอย่าง



“ตอนเข้าชมรมบาสเกตบอล โดนเหยียดผิว สุดท้ายก็มีโค้ชเขาใจดีเข้ามาช่วย (ซึ่รูปถ่ายโค้ช) คนนี้แหละ เป็นนางฟ้าของเรา ถ้าไม่มีโค้ชคนนี้ เจนก็ไม่ได้เล่น” (Jane Soraya, 2562)

จากตัวอย่างข้างต้น แสดงให้เห็นว่าการที่ได้รับความช่วยเหลือและสนับสนุนจากคนอเมริกา ทำให้นักเรียนไทยซาบซึ้งใจและมีกำลังใจในการใช้ชีวิตในต่างแดน ทั้งในด้านการช่วยแก้ปัญหา เดือดร้อนและอำนวยความสะดวกในด้านต่าง ๆ ระหว่างการใช้ชีวิตอยู่ที่ประเทศสหรัฐอเมริกา ซึ่งก็เป็นอีกหนึ่งปัจจัยที่สำคัญที่ช่วยลดความตระหนกให้น้อยลงและปรับตัวได้ดีขึ้น

4) การรับรองอย่างเป็นทางการจากราชการ

การรับรองอย่างเป็นทางการจากราชการ หมายถึง การต้อนรับ การได้รับความช่วยเหลือและสนับสนุนจากราชการ เป็นการรับรองบุคคลที่เข้ามา เป็นการรองรับบุคคลที่เข้ามาอยู่ใหม่อย่างเป็นทางการ ดังตัวอย่าง

“สำนักงานผู้ดูแลนักเรียนไทยในสหรัฐ อเมริกา ทำหน้าที่เป็นทั้งผู้ปกครอง และที่ปรึกษา คอยดูแล สนับสนุนด้านต่าง ๆ ให้กับนักเรียนทุนของไทย ที่เดินทางมาศึกษาต่อสหรัฐอเมริกาที่นับพันคนต่อปี เพื่อให้นักเรียนไทย สามารถดึงศักยภาพด้านการเรียน การใช้ชีวิตและทักษะประสบการณ์ความรู้จนสำเร็จเพื่อกลับไปทำงานพัฒนาประเทศไทยต่อไปในอนาคต” (VOAthai, 2562)

จากตัวอย่างข้างต้น แสดงให้เห็นว่านักเรียนไทยที่ไปเรียนที่อเมริกาได้รับความสนับสนุนจากหน่วยงานราชการอย่างเป็นทางการ รวมทั้งได้รับคำปรึกษาและได้รับรู้ที่เกี่ยวกับการดำเนินเรียนที่อเมริกา ซึ่งเป็นการรับรองของนักเรียนไทยที่เข้าไปเรียนในสภาพแวดล้อมที่ประเทศสหรัฐอเมริกาอย่างเป็นทางการ จึงเป็นประโยชน์ในการลดความตระหนกและปรับตัวในการใช้ชีวิตของนักเรียนไทยในสหรัฐอเมริกาเป็นอย่างมาก

5) โอกาสในการสื่อสาร

บุคคลที่เข้ามาในวัฒนธรรมใหม่มีโอกาส พูดคุยและติดต่อสื่อสารกับเจ้าของวัฒนธรรมมาก ย่อมมีโอกาสช่วยลดการปิดกั้นตัวเองและลดความตระหนกทางวัฒนธรรมได้

ในการวิจัยครั้งนี้ นักเรียนไทยได้เล่าถึงโอกาสในการสื่อสารกับคนอเมริกัน มีหลายคนได้พูดว่า ถ้าอยากมีโอกาสในการสื่อสารกับคนท้องถิ่น ก็ต้องไปที่ที่มีคนไทยน้อย จะได้บังคับให้ตนเองให้พยายามมากขึ้น คือไม่ได้ก็ต้องได้ การที่มีเพื่อนคนไทยน้อยก็จะทำให้นักเรียนไทยแสวงหาโอกาสและเพิ่มความถี่ให้สื่อสารกับชาวอเมริกันให้มากขึ้น ซึ่งก็เป็นอีกหนึ่งปัจจัยที่ทำให้สามารถลดความตระหนกและเปิดรับคนในวัฒนธรรมใหม่ให้มากขึ้นของนักเรียนไทย



สรุปและอภิปรายผล

จากการศึกษากระบวนการปรับตัวทางวัฒนธรรมของนักเรียนไทยในสหรัฐอเมริกา ผลการศึกษาพบว่า กระบวนการปรับตัวเข้าสู่วัฒนธรรมใหม่ของนักเรียนไทยมีทั้งหมด 4 ขั้นตอน ได้แก่ 1) ขึ้นตื่นตาตื่นใจ นักเรียนไทยเกิดความรู้สึกแบบตื่นเต้น สนุกสนาน ยินดีและตื่นตาตื่นใจ 2) ขึ้นตระหนกทางวัฒนธรรม นักเรียนไทยมีความรู้สึกท้อแท้และตึงเครียด 3) ขึ้นเรียนรู้วัฒนธรรมใหม่ นักเรียนไทยเริ่มเข้าใจและเปิดใจรับวัฒนธรรมอเมริกัน 4) ขึ้นปรับตัวเข้าสู่วัฒนธรรมใหม่ นักเรียนไทยมีความรู้สึก สนุกสนาน สามารถผูกมิตรและมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับคนอเมริกัน

ปัจจัยที่มีส่วนช่วยในการปรับตัวการสื่อสารเข้าวัฒนธรรมใหม่ของนักเรียนไทยในประเทศสหรัฐอเมริกา มีทั้งลักษณะเฉพาะส่วนบุคคลและเตรียมตัวเข้าสู่วัฒนธรรมใหม่ และสภาพแวดล้อมของสังคมประเทศสหรัฐอเมริกา ผลการวิจัย พบว่า บุคลิกนิสัยที่ดี ทักษะคิดเชิงบวก ความคาดหวังที่ไม่สูงเกินความจริง และเตรียมภาษาและวัฒนธรรมให้พร้อมเป็นปัจจัยพื้นฐานส่วนบุคคลที่สามารถลดความตระหนกทางวัฒนธรรมให้น้อยลง

นอกจากนี้ ลักษณะวัฒนธรรมที่อิสระเสรี ความประทับใจแรกพบเชิงบวกต่อสังคม การได้รับความช่วยเหลือจากกลุ่มคนในสังคม การได้รับรองอย่างเป็นทางการจากราชการ และการเพิ่มโอกาสในการสื่อสารกับคนอเมริกัน เป็นปัจจัยภายนอกที่เป็นสภาพแวดล้อมของสังคมที่ช่วยในการลดความตระหนกทางวัฒนธรรม และปรับตัวในการศึกษาทางด้านวัฒนธรรมของนักเรียนไทยในประเทศสหรัฐอเมริกา ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ เมตตา วิวัฒนานุกูล (2559) ที่กล่าวว่า การมีความรู้องค์ประกอบต่าง ๆ ของกระบวนการสื่อสารจะมีส่วนช่วยลดปัญหาการสื่อสารภาษาที่แตกต่างกันในวัฒนธรรมต่าง ๆ และสร้างความเข้าใจร่วมกันมากขึ้น การช่วยลดปัญหาการปรับตัวเข้าไปสู่วัฒนธรรมที่แตกต่างจากตน ลดความตื่นตระหนกทางวัฒนธรรม สร้างทัศนคติและพฤติกรรมเชิงบวก เพื่อให้สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นที่มีวัฒนธรรมต่างจากตนได้อย่างมีความสุขและอย่างมีประสิทธิภาพ

นอกจากนี้ ยังพบว่า ผลการวิจัยมีความสอดคล้องกับงานวิจัยของ สุรศักดิ์ บุญอาจ (2558) เรื่อง “กระบวนการปรับตัวทางวัฒนธรรมของนักศึกษาชาวลาอและชาวกัมพูชาในมหาวิทยาลัยอุบลราชธานี” ที่พบว่า องค์ประกอบที่มีส่วนช่วยในการปรับตัวทางวัฒนธรรม นอกจากมีพื้นฐานที่ติดตัวและเตรียมตัวไว้ล่วงหน้า และสภาพแวดล้อมของสังคมและประเทศเจ้าบ้านแล้ว ยังมีบทบาทของสื่อมวลชนอีกด้วย ซึ่งงานวิจัยของ สุรศักดิ์ บุญอาจเป็นประโยชน์ต่อการวิเคราะห์ปัจจัยที่มีส่วนช่วยในการปรับตัวทางวัฒนธรรมในมิติที่ต่างกัน โดยเฉพาะนักเรียนไทยในประเทศสหรัฐอเมริกา หากต้องการปรับตัวได้ดีต้องปรับตามทั้งปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอก งานวิจัยที่ค้นพบในครั้งนี้ ทำให้สังคมไทยได้ทราบถึงปัจจัยและมีความเข้าใจว่าปัจจัยเหล่านั้นมีส่วนช่วยให้นักเรียนไทยที่ไปเรียนที่ต่างประเทศปรับตัวข้ามวัฒนธรรมได้อย่างไร และก่อให้เกิดความตระหนักถึงความแตกต่างระหว่างบุคคลต่างวัฒนธรรม อีกทั้งหน่วยงานภาครัฐและเอกชน เช่น โรงเรียน เอเจนซีและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องต่าง ๆ สามารถนำผลการวิจัยไปใช้วางแผนการบริหารจัดการเพื่อคัดเลือก เตรียมความพร้อม สนับสนุน และช่วยเหลือให้นักเรียนไทยสามารถปรับตัวและเรียนอย่างมีประสิทธิภาพในต่างประเทศ



ข้อเสนอแนะ

1. การปรับตัวด้านวัฒนธรรมของนักเรียนไทยในแต่ละประเทศมีความแตกต่างกัน จึงควรวิเคราะห์การปรับตัวทางวัฒนธรรมของนักเรียนไทยในประเทศที่ได้รับความนิยมอื่น ๆ เพื่อให้เกิดความเข้าใจอย่างลึกซึ้งยิ่งขึ้น
2. งานวิจัยนี้เป็นข้อมูลเชิงคุณภาพที่แสดงถึงปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นกับนักเรียนไทยในประเทศสหรัฐอเมริกาในช่วงระยะเวลาที่ศึกษา ดังนั้นผลการวิจัยนี้จึงไม่สามารถอธิบายถึงความเป็นตัวแทนของนักเรียนไทยที่เรียนระยะยาวอยู่ในประเทศสหรัฐอเมริกาได้ทั้งหมด งานวิจัยในอนาคตจึงควรพัฒนาการวิจัยเชิงปริมาณ เพื่อสามารถมองภาพประเด็นการปรับตัวข้ามวัฒนธรรมของนักเรียนไทยในประเทศสหรัฐอเมริกาให้ชัดเจนยิ่งขึ้น

เอกสารอ้างอิง

- ชัชวาล ไชยสัจ. (2559). การปรับตัวสู่วัฒนธรรมไทยผ่านการทำกิจกรรมนอกเหนือหลักสูตร: กรณีศึกษาของนักศึกษาแลกเปลี่ยน ณ สถาบันการศึกษานานาชาติมหาวิทยาลัยรามคำแหง. วารสารวิจัยราชภัฏเชียงใหม่, 17(1), 122-134.
- ฐานเศรษฐกิจ. (2564). หนีโควิด เด็กไทยเลือกเรียนอเมริกา-อังกฤษน้อยลง. สืบค้นเมื่อ 5 กุมภาพันธ์ 2566 จาก <https://www.thansettakij.com/general-news/469319>
- ธิดาพร บุญแมน. (2565). การปรับตัวและวัฒนธรรมของนักศึกษานานาชาติในมหาวิทยาลัยมหิดล. วารสารวิพิธพัฒนศิลป์ บัณฑิตศึกษา, 2(1), 52-66.
- ปัทมาภรณ์ ธรรมทัต. (2542). กระบวนการให้สารนิเทศเพื่อการปรับตัวทางวัฒนธรรมของบุคลากรต่างชาติในประเทศไทย. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยรามคำแหง, กรุงเทพฯ.
- มัญชรี โชติรสสุต. (2556). การปรับตัวข้ามวัฒนธรรมของนักเรียนไทยในต่างประเทศ (การค้นคว้าอิสระ). สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, กรุงเทพฯ.
- เมตตา วิวัฒนานุกูล (กฤตวิทย์). (2559). การสื่อสารต่างวัฒนธรรม (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์ (องค์การมหาชน). (2561). ETDA เปิดพฤติกรรมผู้ใช้อินเทอร์เน็ตปี 61. สืบค้นจาก <https://www.etda.or.th/content/etda-reveals-thailand-internet-user-profile-2018.html>.
- สุรศักดิ์ บุญอาจ. (2558). กระบวนการปรับตัวทางวัฒนธรรมของนักศึกษาชาวลาอและชาวกัมพูชาในมหาวิทยาลัยอุบลราชธานี. วารสารนิเทศศาสตร์คณะนิเทศศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 33(2), 91-106.



- Ainum Phanapas. (2562). ย้ายมาอเมริกาปรับตัวยังไง? ทำยังไงถึงจะพูดภาษาอังกฤษได้แล้วก็คุยกับฝรั่งรู้เรื่อง. สืบค้นเมื่อ 26 กุมภาพันธ์ 2566 จาก https://www.youtube.com/watch?v=_yTDwemPV2U
- Dreamydream. (2565). EP.1แชร์ประสบการณ์อเมริกา 7 ปี US ทำไมเรียนนานจัง? โฮสเป็นไง? เพื่อนบูลี่ไหม! Dreamydream. สืบค้นเมื่อ 1 มีนาคม 2566 จาก <https://www.youtube.com/watch?v=vbQNNQ-Oi19g>
- Ggigie. (2564). ใช้ชีวิตอยู่ USA US ดีจริงหรือ ?? | เล่าประสบการณ์ส่วนตัว #เล่าประสบการณ์ #ชีวิตในอเมริกา. สืบค้นเมื่อ 1 มีนาคม 2566 จาก <https://www.youtube.com/watch?v=eLCMQpY97hw>
- Jane Soraya. (2562). เล่าประสบการณ์เรียนแลกเปลี่ยนที่อเมริกา โดนเหยียดผิว? เรียนยาก? มีแฟน? อ้วนขึ้น?. สืบค้นเมื่อ 1 มีนาคม 2566 จาก <https://www.youtube.com/watch?v=zzUTuvkO2SQ>
- Khaimoog CNY. (2565). [ข.ม.ขอแม่ทัพ] เรียนอเมริกาดียังไง มีคนมาจิบมัย วีรกรรมไปเรียนวันแรก โดนเหยียด?. สืบค้นเมื่อ 1 มีนาคม 2566 จาก <https://www.youtube.com/watch?v=PyB1Xmtr1ec>
- Lukmai Maimonlapat. (2561). 1 วันในโรงเรียนอเมริกา! School tour | มีเพื่อนได้ยังไง?. สืบค้นเมื่อ 1 มีนาคม 2566 จาก <https://www.youtube.com/watch?v=PyB1Xmtr1ec>
- Mow. (2565). ย้ายประเทศ เรียนต่อที่อเมริกาทำยังไง? US ไม่ขอทุนรัฐบาลไทย ไม่ต้องกลับมาใช้ทุน!. สืบค้นเมื่อ 1 มีนาคม 2566 จาก <https://www.youtube.com/watch?v=cyBZPtgLiZI>
- Peanut Butter. (2564). แชร่การเรียนต่ออเมริกา 7 ปี เก่งอังกฤษขึ้นไหม? ชีวิตที่นั่นเป็นไง? ทำไมกลับไทย?. สืบค้นเมื่อ 1 มีนาคม 2566 จาก <https://www.youtube.com/watch?v=jQN LQZJxycc>
- Ployladda. (2562). เล่าเรื่อง บินไปเรียนที่อเมริกา ทั้ง ๆ ที่พูดอังกฤษไม่ได้!. สืบค้นเมื่อ 1 มีนาคม 2566 จาก <https://www.youtube.com/watch?v=-Ti1W5kbEL0>
- Ren Zhiyuan. (2555). การปรับตัวทางวัฒนธรรมของนักศึกษาชาวจีนในประเทศไทย กรณีศึกษา: มหาวิทยาลัยบูรพา (ดุชนิพนธ์ปริญญาดุชนิพนธ์บัณฑิต). มหาวิทยาลัยบูรพา, ชลบุรี.
- VOAthai. (2562). นักเรียนทุนไทย เตรียมตัวเข้ามหาวิทยาลัย อย่างไร ในอเมริกา. สืบค้นเมื่อ 1 มีนาคม 2566 จาก <https://www.youtube.com/a/1896884>