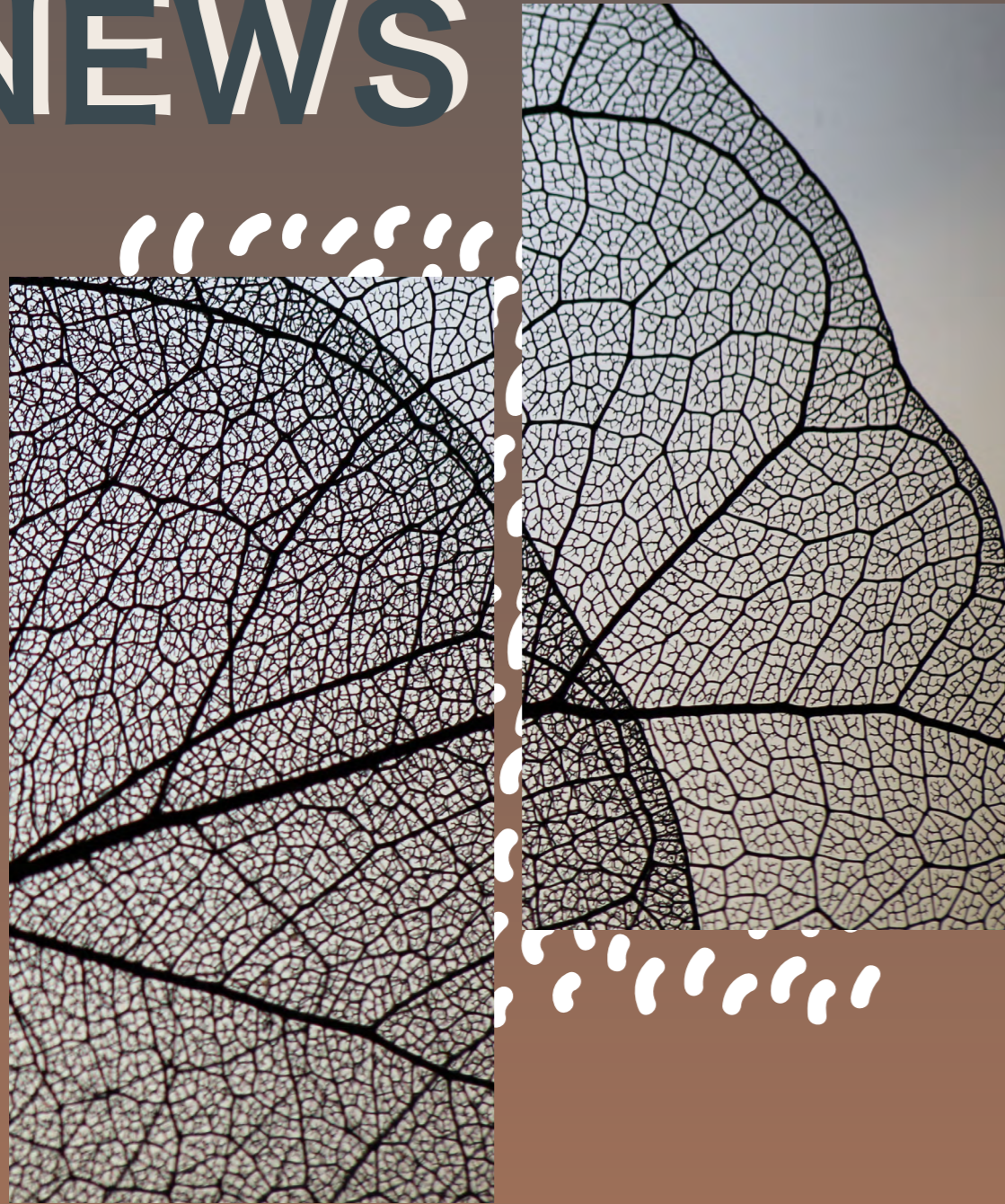



# SK NEWS

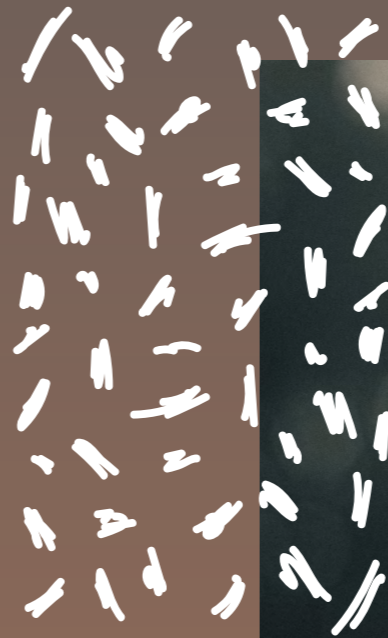


SUANKITTI GROUP

 [www.facebook.com/suankitti.hrcenter/](https://www.facebook.com/suankitti.hrcenter/)

 [www.suankitti.com](http://www.suankitti.com)

# SK NEWS



**issue 25**

December 05, 2019

[www.suankitti.com](http://www.suankitti.com)

# ผู้โชคดีกิจกรรม กดไลค์ กดแชร์ ครั้งที่ 2

- วันที่ 5 พฤศจิกายน 2562 -  
คุณณัฐปภรณ์ ดำเนินชาญวนิชย์  
มอบรางวัลให้แก่ผู้โชคดีที่ได้รับรา  
งวัล จากกิจกรรมกดไลค์ กดแชร์  
ครั้งที่ 2 โดยมีผู้โชคดีจากฝ่ายต่างๆ  
เข้ารับรางวัล จำนวนทั้งสิ้น 20 รางวัล



# ประกวดนางนพมาศสวนกิตติ



วันที่ 6 พฤศจิกายน 2562  
กลุ่มสวนกิตติ จัดการประกวดนางนพมาศ ประจำปี 2562  
โดยมีคุณณัฐวิภาชญา ดำเนินชาลวณิชย์ เป็นประธานกล่าวเปิดงาน  
ร่วมด้วย คุณณัฐพลกรณ์ ดำเนินชาลวณิชย์ ผู้บริหารกลุ่มสวนกิตติ  
และพนักงาน ร่วมชมการประกวดเป็นจำนวนมาก สำหรับในปีนี้มีสาว  
งามจากฝ่ายต่างๆ เข้าร่วมการประกวดจำนวน 7 ท่าน



ผู้บริหารร่วมสวดพระอภิธรรมศพ  
นายกเทศมนตรีเทศบาลตำบลเขาหินซ้อน

วันที่ 18 พฤศจิกายน 2562

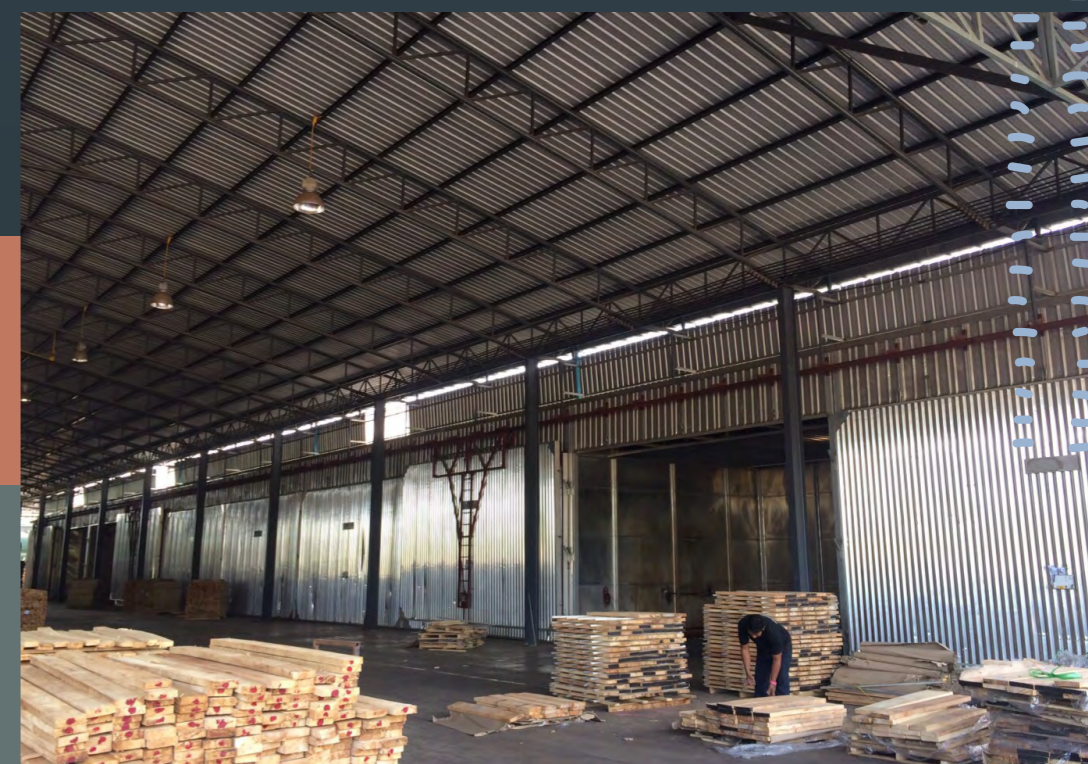
ผู้บริหารกลุ่มสวนกิตติ นำโดยคุณชญญาพัชญ์  
จารุศักดิ์กิจชัย ร่วมพิธีสวดพระอภิธรรมศพ  
คุณสิริกาญจน์ เศรษฐวงศ์ นายกเทศมนตรีเทศ  
บาลตำบลเขาหินซ้อน ณ วัดพงษาราม เกาะขนน



# ผู้บริหารเยี่ยมชมโรงงานแปรรูปไม้

- วันที่ 19 พฤศจิกายน -

คุณชัชวาลย์ ดำเนินชาญวนิชย์  
และคุณสำราญ หาญทะเล เยี่ยมชมโรงงานแปรรูป  
ไม้เพื่อดูงานเตาอบไม้แปรรูป ของบริษัท เจเค  
อินโนเวชั่น ภูเก็ต โปรดักส์ จำกัด จ.ระยอง





## สวนกิตติมอบของฟรีเยี่ยม 200 ชิ้น สนับสนุนกิจกรรมงานกาชาด

วันที่ 21 พฤศจิกายน 2562

คุณวัชรา เพิ่มพูล เป็นผู้แทนกลุ่มสวนกิตติมอบของฟรีเยี่ยมสวนกิตติจำนวน 200 ชิ้นให้แก่เจ้าหน้าที่จากสำนักงานพัฒนาฝีมือแรงงานจังหวัดปราจีนบุรีเพื่อใช้ในกิจกรรมออกธำชานกาชาดกระทรวงแรงงาน ณ สวนลุมพินีกรุงเทพมหานคร



นักศึกษามหาวิทยาลัย  
เกษตรศาสตร์  
ศึกษาดูงานกลุ่มสวนกิตติ



วันที่ 22 พฤศจิกายน  
บิสิตปริญญาโทชั้นปีที่ 1  
คณะวนศาสตร์  
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์  
ศึกษาดูงานกลุ่มสวนกิตติ



# WHY?

## ‘โลก’ ซึมเศร้า

เรื่อง : พณิตา โยมะบุตร<sup>1</sup>

เราอาจเคยตั้งคำถามกับชีวิตแต่ละวัน และอาจยังตั้งคำถามหนักขึ้นเมื่อต้องเผชิญหน้ากับสภาวะแวดล้อมที่ไม่เป็นใจ หรือกดดันให้หลายสิ่งรอบตัวไม่เป็นไปตามที่คาดหวัง เพราะมนุษย์กับปัจจัยแวดล้อมเป็นส่วนหนึ่งของกันและกัน จิตใจของเราขึ้นอยู่กับสิ่งแวดล้อมและปัจจัยแวดล้อมพื้นฐาน เช่นในเวลาที่เราติดหนัก คนที่มีคนรู้ใจหรือเพื่อนฝูงอยู่ในรถที่ติดอยู่ด้วยกัน ก็สามารถพูดคุยหัวเราะกันระหว่างที่รถไม่ขยับเขยื้อนเพื่อไม่ให้เบื่อหน่ายหรือเครียดกับภาวะรถติดนั้นต่างกับในอีกสภาวะหากคนผู้นั้นกำลังเร่งรีบเดินทางไปทำธุระสำคัญ ผ่านวันทำงานอันแสนหนักหน่วงมาแล้ว ต้องมาเดินตากฝนเพื่อที่จะไปขึ้นรถกลับบ้าน นั่นอาจเป็นเหตุการณ์ที่เรียกได้ว่าเคราะห์ซ้ำกรรมชดเลยทีเดียว เหล่านี้เป็นเพียงตัวอย่างเล็กๆ ที่พอจะทำให้มองเห็นสมการของสิ่งแวดล้อมและปัจจัยแวดล้อมที่มีอิทธิพลต่ออารมณ์และความรู้สึกของคนเราอย่างแยกกันไม่ขาด

<sup>1</sup> นักจิตวิทยาคลินิก สาขาวิชาจิตวิทยาคลินิก ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล ผู้หลงเสน่ห์การบำบัดและปรับสภาพจิตของคนให้เห็นทรัพยากรในใจตัวเองและพร้อมที่จะใช้ชีวิตต่อไปด้วยศรัทธาที่มีอยู่ ด้วยศาสตร์ทางจิตวิทยาคลินิกกับสุนทรียของจิตวิทยาทางดนตรี นอกจากนี้ ยังมุ่งมั่นนำความรู้และประสบการณ์ทางจิตวิทยาคลินิกที่มีไปประยุกต์เข้ากับงานด้านปัญญาประดิษฐ์ เพื่อขยายขอบเขตโอกาสที่จะใช้สิ่งที่รู้และมีอยู่ให้เกิดประโยชน์สูงสุด และคนทั่วไปเข้าถึงได้ง่าย จนเกิดเป็นนวัตกรรม ‘จับใจแซทเทอร์’ แซทเทอร์ด้านสุขภาพจิตตัวแรกของประเทศไทย และกำลังพัฒนาหุ่นยนต์ดูแลสุขภาพจิตใจผู้สูงอายุเพื่อรองรับสังคมผู้สูงอายุในเมืองไทย

### ดับไม่พันธุ์ดี อยู่ในสภาพแวดล้อมที่โหดร้าย ก็ยากที่จะเติบโต

หากสมการที่กล่าวมาข้างต้นนั้นเป็นจริง ถ้าเปรียบเทียบคนเป็นเหมือนต้นไม้ที่ปลูกอยู่ในที่โล่งแจ้ง ต้นไม้จะเติบโตเร็วหรือช้า แข็งแรงมากหรือน้อย จึงขึ้นอยู่กับทั้งปัจจัยจากตัวต้นไม้เอง และปัจจัยแวดล้อม ทั้งสภาพดินฟ้าอากาศ แสงแดด สายลม หรือแม้กระทั่งสิ่งมีชีวิตตัวเล็กๆ ที่จะมาเพิ่มปุ๋ยพรวนดินบริเวณรอบๆ หรือแม้แต่มากัดแทะทำลายต้นไม้ เหมือนกับชีวิตและจิตใจของคนเรา ที่จะทนและปรับตัวกับโลกรอบตัวได้มากน้อยแค่ไหน ก็ขึ้นอยู่กับปัจจัยส่วนบุคคลและปัจจัยแวดล้อมนั่นเอง

คนจำนวนไม่น้อยมองว่าปัจจัยแวดล้อมในโลกยุคนี้ดูจะโหดร้ายและเป็นปฏิปักษ์ต่อการเติบโตและความสุขสงบของจิตใจคนมากขึ้น ในขณะที่ความแข็งแกร่งของจิตใจและร่างกายคนเราก็ดูจะเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางตรงกัน

เติบโตและความสุขสงบของจิตใจคนมากขึ้น ในขณะที่ความแข็งแกร่งของจิตใจและร่างกายคนเราก็ดูจะเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางตรงกันข้ามเหมือนกับคนในยุคนี้เป็นเมล็ดพันธุ์ หรือต้นกล้าที่ไม่ค่อยแข็งแรงเท่าไร แต่กลับต้องอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่โหดร้ายยิ่งขึ้น

### ปัจจัยแวดล้อมที่เปลี่ยนไป ทำให้คนมีโรคทางใจมากขึ้น

เคยสงสัยบ้างไหมเวลาที่เห็นตัวเลขผู้ป่วยโรคซึมเศร้าเพิ่มมากขึ้นในปัจจุบัน แล้วคนสมัยก่อนเขาต้องเผชิญกับอาการที่ว่านี้บ้างหรือเปล่า เมื่อได้มีโอกาสพูดคุยกับผู้สูงอายุท่านหนึ่งที่ย้ายถิ่นฐานจากชนบทเข้ามาลงหลักปักฐานในเมือง เพราะความอยากรู้ว่าคนในสมัยก่อนเขาจะรู้จักโรคซึมเศร้า หรือมีคนเป็นโรคซึมเศร้ากันหรือเปล่า ข้อมูลที่ได้นั้นอาจจะไม่ได้ตอบคำถามที่ว่านี้โดยตรง เพราะสิ่งที่ได้รับกลับมาเป็นเพียงข้อมูลที่ว่า คนในหมู่บ้านเมื่อย้อน -

เวลาไปหลายสิบปีก็มีการฆ่าตัวตายกันจำนวนไม่น้อย ถึงแม้ว่าผู้สูงอายุท่านนี้จะไม่มิตัวเลขมาอ้างอิง แต่จากคำบอกเล่าที่ว่าท่านได้อินข่าวคนแขวนคอใต้ต้นไม้ตามทุ่งนา ชื่อคาบ้านหรือใช้ยาฆ่าหญ้าอยู่เรื่อยๆ ก็ทำให้ได้รู้ว่าการฆ่าตัวตายไม่ใช่เรื่องใหม่ที่เกิดขึ้นในสังคมยุคนี้ ประกอบกับข้อเท็จจริงที่ว่า ในวงการแพทย์ มีการพูดถึงโรคซึมเศร้ามาตั้งแต่ยุคก่อนคริสต์ศักราช แม้จะเรียกชื่อและอธิบายแตกต่างกันไป แต่ก็ยังเป็นหลักฐานที่พอจะทำให้เห็นภาพว่า ภาวะหรือโรคซึมเศร้านี้อยู่คู่กับมนุษย์มาเป็นเวลาช้านาน

สามารถอ่านบทความเพิ่มเติมได้ที่ ::  
นิตยสารคิด (CREATIVE THAILAND)  
ฉบับที่ 9 เดือนมิถุนายน 2562 ปีที่ 10