



ข่าวประชาสัมพันธ์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

114 สุขุมวิท 23 แขวงคลองเตยเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110 ■ โทรศัพท์ 0-2649-5000 ภายใน 15666 ■ โทรสาร 0-259-6172

114 สุขุมวิท 23 แขวงคลองเตยเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110 โทรศัพท์ 0-2649-5000 ภายใน 15666 โทรศัพท์/โทรสาร 02-259-6172

ส่วนวิเทศสัมพันธ์และสื่อสารองค์กร ได้จัดระบบข่าวสิ่งพิมพ์ สนใจดูรายละเอียดได้ที่ <http://news.swu.ac.th/newsclips/>

ข่าวจากหนังสือพิมพ์เดลินิวส์ ฉบับวันที่ 18 เดือนสิงหาคม พ.ศ.2562 หน้า 17, 27 มูลค่าข่าว 3,043,908.-

เดลินิวส์ **โลกสีสวย** Colourful World
วันอาทิตย์ที่ 18 สิงหาคม พ.ศ. 2562

‘เกรซ-นรินทร์ ขวัญภักทรโชติ’
สาวงามมากความสามารถ
กับความมุ่งมั่นช่วยผู้ป่วยจิตเวชในสังคมไทย

หน้า 27



เกรซ-นรินทร์ ชฎาภัทรวรโชติ สาวงามมากความสามารถ กับความมุ่งมั่นช่วยผู้ป่วยจิตเวชในสังคมไทย

6

เพิ่งลงเวทีประกวดนางงามเป็นครั้งแรก แต่สาวน้อยหน้าใสวัย 21 ปี “เกรซ-นรินทร์ ชฎาภัทรวรโชติ” ก็สามารถคว้ามงกุฎ “มิสไทยแลนด์เวิลด์ 2019” มาครองได้สำเร็จ นอกเหนือจากความงามและปฏิภาณไหวพริบที่ทำให้สามารถชิงตำแหน่งมิสไทยแลนด์เวิลด์คนล่าสุดมาได้ สาวคนนี้ยังมากด้วยความสามารถ และจิตใจที่งดงามอย่างมาก รวมถึงยังมีแง่มุมต่าง ๆ ในชีวิตให้ได้เรียนรู้และนำไปปรับใช้ได้อีกมากมาย

☆☆ ช่วงชีวิตในวัยเด็กเป็นอย่างไรบ้าง

เกรซเป็นคนร่าเริง เฮฮา นิสัยออกแมน ๆ หัว ๆ ตอนแรกไม่ค่อยรักสว่สรักงานเท่าไร!! ถ้าแสดงออก ชอบร้องเพลง ชอบทำกิจกรรมที่โรงเรียนมาตั้งแต่เด็ก ๆ ไม่ว่าจะเป็นการเต้น หรือเป็นเชียร์ลีดเดอร์ ซึ่งส่งผลให้เป็นคนกล้าพูด กล้าแสดงออก กล้าทำ โดยคุณพ่อคุณแม่สนับสนุนทุกอย่างเต็มที่มาก และไม่เคยบังคับเรื่องการเรียน เพราะมองว่าการที่เราทำกิจกรรมหรือเรียนอะไรที่ช่วยเสริมสร้างพัฒนาการจะช่วยพัฒนาไอคิวและอีคิวได้ดีกว่า เกรซจึงเรียน

มาแทบทุกอย่างทั้งร้องเพลง เต้น บัลเลต แจ๊ซซ์แดนซ์ อีปอปป โอษฐ์สเกด วัยน้า แซร์บออล วอลเลย์บอล ฯลฯ

☆☆ การที่มีคุณพ่อคุณแม่อายุยังน้อย (44 ปี) คุณพ่อคุณแม่ให้ความใกล้ชิดมากน้อยแค่ไหน!

คุณพ่อคุณแม่เป็นเหมือนทั้งเพื่อน พี่น้อง และครอบครัว มีความสนุกสนาน เฮฮา เปิดโอกาสให้ทำทุกอย่างแต่ต้องอยู่ในขอบเขตของความมีมารยาท และกาลเทศะ ทำให้เกรซกล้าคิด กล้า

ทำ กล้าพูด กล้าทำในสิ่งที่ตัวเองรัก และค้นหาตัวเองเจอเร็วมากขึ้นด้วย เพราะคุณพ่อคุณแม่คอยสนับสนุนตลอดเวลา และคอยแนะนำแนวทางจากประสบการณ์ ทำให้เรานิสัยกล้าคุยกับคุณพ่อคุณแม่ทุกเรื่อง และไม่เคียดไหาเลยเพราะรู้ว่าถึงพูดในสิ่งที่ทำผิดคุณแม่ก็พร้อมให้อภัย เนื่องจากที่ผ่านมาสอนด้วยความมีเหตุผล ที่ผ่านมามีเกรซไม่เคยโดนคุณพ่อคุณแม่ตี



เลย เพราะให้เหตุผลเสมอว่าทำแบบนี้ไม่ได้เพราะอะไร ทำให้เมื่อโตขึ้นเรามีการจัดระเบียบความคิด เป็นคนใช้เหตุผลมากขึ้น ซึ่งเราชมองว่าการเลี้ยงลูกในแบบของคุณพ่อคุณแม่ดีมาก ๆ และจะนำสิ่งเหล่านี้ไปดูแลคนอื่นต่อ รวมไปถึงลูกของเราเองด้วย

☆☆ เรื่องการเรียน เป็นคนเรียนเก่งมาตั้งแต่เด็กเลยหรือเปล่า

ใช่ค่ะ เพราะเป็นคนตั้งใจเรียน แต่บางครั้งชอบกดดันเรื่องการเรียนกับตัวเอง ทั้งที่คุณพ่อคุณแม่ไม่ได้กดดันเลย ส่วนตัวมีการจัดระบบของตัวเอง สิ่งที่ได้มาจากคุณแม่คือตั้งใจเรียนในห้อง เราชอบเรียนพิเศษเลย เน้นการตั้งใจเรียนในห้องมากกว่า ซึ่งทำให้เราเข้าใจเนื้อหามากกว่าโดยที่ไม่ต้องอ่านเนื้อหาบทไหนซ้ำ ๆ ตอนช่วงประถมศึกษาถึงมัธยมศึกษาได้เกรด 4 ทุกเทอม ส่วนช่วงมหาวิทยาลัยขณะนี้เกรดเฉลี่ย 3.75 ก็รู้สึกดีใจกับตัวเองมาก เพราะค่อนข้างยาก และหวังว่าจะได้เกียรตินิยม แต่ไม่ได้นำมากดดันตัวเองมากเพียงแต่ทำทุกอย่างให้เต็มที่

☆☆ ทำไมถึงสนใจเรียนด้านจิตวิทยา

เราเรียนสายศิลป์-ฝรั่งเศส ที่โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ปทุมธานี และสอบติดหลายคณะ แต่รู้สึกว่าไม่ใช่ทางที่ชอบ เราชอบสังเกตคนมาตั้งแต่เด็ก และชอบตั้งคำถามว่าทำไมเขาถึงทำอย่างนั้น ทำไมมนุษย์ถึงต้องเป็นแบบนี้ ทำให้เลือกเรียนจิตวิทยา พอเริ่มเรียนแล้วรู้สึกว่าถูกทาง เรามองคนอื่นแตกต่างไปจากเดิม มีทัศนคติที่ดีขึ้น เข้าใจคนอื่นมากขึ้นว่าทุกคนมีความแตกต่าง และเข้าใจพฤติกรรมคนอื่น ทำให้มองโลกในแง่บวก แต่ปีแรกเรียนค่อนข้างหนัก มีแอบท้อเหมือนกัน เพราะพื้นฐานต้องเรียนเหมือนแพทย์ ต้องผ่าหัวใจ ผ่ากบ เรียนอวัยวะภายในตั้งแต่สมองถึงข้างล่าง แต่ตอนนี้เริ่มจับทางได้แล้วว่าชอบ **“จิตวิทยาการปรึกษา”**

☆☆ เริ่มทำโครงการเลิฟ มี เฮียร์ ยู (Let Me Hear You) ตั้งแต่เมื่อไหร่

ทำมาประมาณ 1 ปีแล้ว เดิมทีเป็นโครงการของมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ เป็นศูนย์ให้คำปรึกษาเฉพาะภายในองค์กร ซึ่งอาจารย์ที่ทำโครงการนี้เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาของเราพอดี เกษกับเพื่อน ๆ และอาจารย์ จึงอยากนำสู่โครงการให้คำปรึกษานี้

ข้อมูลจำเพาะ

ชื่อจริง : นรินทร ชฎาภัทรวิชิต

คุณพ่อ-คุณแม่ : กรณ์-กิริดา ชฎาภัทรวิชิต

อายุ : 21 ปี

การศึกษา : กำลังศึกษาชั้นปีที่ 4 คณะศิลปศาสตร์ เอกจิตวิทยา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

ความสามารถพิเศษ : ร้องเพลง, เล่นดนตรี, ว่ายน้ำ, พูดได้ 3 ภาษา ไทย-อังกฤษ-ฝรั่งเศส
ผลงานโดดเด่น : ชนะการประกวดมิสไทยแลนด์เวิลด์ 2019



มาเผยแพร่ให้คนรู้จักมากยิ่งขึ้น ซึ่งจากการเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาฝึกหัด ได้เห็นเคล็ดลับต่าง ๆ และมองว่าโลกนี้มีคนค่อนข้างมีผลกระทบต่อสังคมมาก ๆ เหตุสำคัญเกิดจากผู้ป่วยไม่ยอมรับตัวเองและไม่กล้าที่จะบอกคนอื่น ดังนั้นสิ่งที่ช่วยได้มากที่สุดคือการทำให้สังคมยอมรับ เข้าใจ และไม่รังเกียจผู้ป่วยจิตเวช เป็นที่มาในการทำโครงการ เล็ต มี เอียร์ ยู

นอกจากประชาสัมพันธ์ให้ความรู้แก่คนทั่วไป ยังให้คำปรึกษาผ่านช่องทางออนไลน์ต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นวิดีโอคอล ไลน์ เฟซบุ๊ก หรือสามารถจองคิวเข้ามาคุยที่ศูนย์ใหญ่ ที่มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ วิทยาเขตรังสิต รวมถึงพยายามจัดหาสปอนเซอร์เพื่อเข้าไปพูดคุยที่โรงเรียน หรือมหาวิทยาลัย เน้นโฟกัสไปที่กลุ่มวัยรุ่น ซึ่งเป็นกลุ่มใหญ่ที่มีปัญหาเรื่องนี้อยู่ นอกจากนี้ยังมีการทำคอร์สอบรมพัฒนาตัวเอง และประเมิน

❖❖ ทราบมาว่าโครงการ เล็ต มี เอียร์ ยู เป็นเหตุผลหลักที่ทำให้ตัดสินใจประกวดมิสไทยแลนด์เวิลด์ 2019

ใช่ค่ะ เพราะแต่เดิมเป็นคนหัว ๆ ไม่ได้รักสวยรักงาม พอได้ขึ้นความเข้าใจเกี่ยวกับการประกวดนางงามของเราเปลี่ยนไป

การประกวดมิสไทยแลนด์เวิลด์ 2019 ไม่ใช่เป็นเรื่องความสวยเพียงอย่างเดียว แต่ควรงามอย่างมีคุณค่า ที่มีการตัดสินจากโครงการ และความตั้งใจเป็นหลัก ถือเป็นเวทีหนึ่งที่เป็นเสียงทำให้คนทั่วโลกรับรู้และเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องต่าง ๆ มากขึ้น ซึ่งเกรงคิดว่าตอนนี้เป็นเวลาที่เหมาะสม เพราะมีความรู้และมีความสามารถพอที่จะนำโครงการไปต่อยอดเพื่อทำให้ทั่วโลกเข้าใจมากยิ่งขึ้น

❖❖ การประกวดครั้งนี้ คุณยาย “ดวงฤดี พูนพัฒน์” ที่เคยประกวดนางสาวไทย ปี พ.ศ. 2511 ให้คำแนะนำอย่างไรบ้าง

คุณยายดีใจมาก ๆ ที่รู้ว่าเราดำเนินรอยตามท่าน ส่งไลน์หาให้กำลังใจทุกวัน ส่วนใหญ่คอยให้คำแนะนำเรื่องบุคลิกภาพ เกรขมาประกวดเวทีแรก ยังไม่รู้ว่าการเป็นนางงามต้องเป็นอย่างไรบ้าง คุณยายช่วยตรงนี้ได้เลยนะคะ รวมถึงคุณแม่ ครอบครัวยังเป็นแรงสนับสนุนที่สำคัญมากสำหรับเกรข คุณน้าซึ่งทำงานในวงการบันเทิงเป็นช่างแต่งหน้า แนะนำเรื่องมารยาทพื้นฐาน และมนุษยสัมพันธ์ว่าพอเป็นคนของสังคมต้องทำอะไร เกรขมองว่าการสร้างคอนเนกชั่นเป็นสิ่งที่สำคัญ เราจะสวยอย่างเดียวไม่ได้แต่ต้องน่ารักกับทุกคนด้วย เป็นเสน่ห์และคุณค่าภายใน ถึงแม้จะสวยแค่ไหนแต่ถ้าไม่มีกาลเทศะ ไม่มีมารยาท หรือไม่มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น ก็ไม่มีวันพัฒนาขึ้นได้

❖❖ ระหว่างประกวดเจอกระแสด้านลบรู้สึกอย่างไรบ้าง

ถ้าถามว่าเหนื่อยมั้ย? มีบ้าง เพราะเป็นเวทีแรก ตอนแรกยังไม่รู้เลยว่าต้องได้แรงกดดันหรืออะไรบ้าง ตอนแรกมีคุยกับคุณแม่บ้างว่ามันเหนื่อย แต่คุณแม่กับทุกคนในครอบครัวคอยสนับสนุน และบอกว่าไม่เป็นไรไม่ต้องคาดหวัง แค่ทำให้เต็มที่ในทุกวัน ตั้งแต่วันแรกจนถึงวันนี้เกรขเชื่อว่าทำทุกวันให้ดีที่สุด เพื่อ



จะได้ไม่ต้องมาเสียใจภายหลัง และไม่ว่าผลลัพธ์จะเป็นอย่างไร เกรขจะภูมิใจกับตัวเองมากที่สุด

❖❖ ก่อนมาประกวดนางงามวางแผนชีวิตตัวเองอย่างไรบ้าง

วางแผนว่าหลังสำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรีแล้วเกรขจะชิงทุนไปเรียนต่อปริญญาโทที่อังกฤษ 1 ปี ด้านที่ปรึกษาโดยตรง ซึ่งต้องเรียนทางด้านหมอฟันที่เราจะนำไปรับรองมาประกอบวิชาชีพ แล้วอาจทำงานที่อังกฤษหรือที่ไทย เพราะตอนนี้ที่เมืองไทยเปิดรับมากยิ่งขึ้น และต้องการบุคลากรทางด้านนี้ด้วย

❖❖ เตรียมตัวสำหรับไปประกวดมิสเวิลด์ 2019 อย่างไรบ้าง

วางแผนพัฒนาตัวเองอีกมาก ตอนนี้รู้แล้วว่าเกรขไม่ได้เก่งที่สุด สิ่งที่เกรขต้องพัฒนาเลยคือบุคลิกภาพ การเดิน คอยสอบถามกับพี่ ๆ ทีมงาน รวมไปถึงฟิตเนส (มิสไทยแลนด์เวิลด์ 2018) ที่มีประสบการณ์ ต้องคอยถามคนที่ มีประสบการณ์เยอะ จะได้รู้ว่าเป็นอย่างไรบ้าง พัฒนาตัวเองทุก ๆ วัน พยายามทำทุกวันให้ดีที่สุด คอยรับฟังคำติชมทุกอย่าง นำมาเป็นพลังให้เราพัฒนาตัวเองต่อไป เพราะบางอย่างที่เรารู้สึกว่าเป็นเรื่องจริง เช่น หน้ากลม ตอนนั้นพยายามทำให้ลงอยู่ เนื่องจากเชื่อว่าต้องให้เราไม่คำพูดสวยหรูแค่นั้น ก็ไม่เท่าทำให้เห็น

๕๕ สนใจงานในวงการบันเทิงบ้างมั๊ย

สนใจมากค่ะ ตอนเด็กเผลอชอบร้องเพลงมาก ตอนนี้อย่างชอบอยู่ อยากออกซิงเกิ้ลเป็นของตัวเอง ส่วนการแสดงละครก็สนใจ เพราะเคยมีประสบการณ์ทำหนังสั้นมาก่อนและละครเวที ที่โรงเรียนแล่มหาวิทยาลัย มีประสบการณ์ทั้งเบื้องหน้าเบื้องหลัง ถ้ามีอะไรก็แนะนำได้เลยค่ะ

๕๕ มีน้องชายที่ห่างกันถึง 18 ปี มีส่วนร่วมในการเลี้ยงน้องอย่างไรบ้าง

รู้สึกแปลกเพราะเราเป็นลูกคนเดียวมาตลอด แต่ทำให้เผลอเรียนรู้และรักพ่อแม่มากขึ้น เพราะเห็นว่าการที่จะมีเด็กคนหนึ่งเกิดมาและเติบโตเป็นคนดีเป็นเรื่องค่อนข้างยาก ขนาดคุณแม่คุณแม่มิหน่าที่ทำงานที่มั่นคงแล้ว ต้องมีค่าใช้จ่ายเยอะมาก รวมไปถึงความทุ่มเท แรงกายแรงใจ ซึ่งคุณแม่เลี้ยงลูกด้วยตัวเองไม่ว่าจะทำงานหนักแค่ไหน และเผลอมีส่วนช่วยเลี้ยงน้องทั้งเปลี่ยนผ้าอ้อม อุ้มน้องให้น้องหลับ ทำให้รู้เลยว่าคุณแม่รักเรามากแค่ไหน และด้วยความที่เรียนจิตวิทยา รู้ว่าการที่อายุห่างกับน้องมาก ถ้าเราไม่ใส่ใจสนิทไปช่วยดูแลน้องตอนนี้ พ่อโตขึ้นน้องจะไม่มีวันจะมาสนิทกับเราเลย อย่างน้อยมีกันแค่สองคนพี่น้อง เมื่อมีปัญหาอะไรอยากให้เขาสามารถปรึกษาพูดคุยกับเราได้ทุกเรื่อง

๕๕ สถานภาพตอนนี้

ยังไม่มีคนรู้ใจค่ะ ที่ผ่านมามีความสุขในชีวิต ทั้งพ่อแม่ น้อง และเพื่อน ๆ ดังนั้นเรารู้สึกว่าความรักจากตรงนี้เพียงพอแล้ว ไฟล์ไปในสิ่งที่ควรทำข้างหน้าดีกว่า แต่ถ้าสมมุติมีคนจะเข้ามาก็มองว่าเป็นสิ่งดี ๆ ที่มอบให้กัน แต่จะไม่เอาความรักตรงนั้นมาเป็นแรงกดดันหรือแรงดันลบให้เรา ถ้ามีความรักก็ต้องมีความรักที่ดีและพัฒนามากขึ้น

๕๕ สเปกหนุ่ม ๆ มีไหมคะ

ถ้าลักษณะภายนอกเผลอชอบคนสูง เพราะเราเป็นคนสูง แต่สเปกภายในเผลอชอบว่าอยากได้คนที่เหมือนกับพ่อ มีความอดทน อบอุ่น และมีความรับผิดชอบในหน้าที่การงาน ที่สำคัญคือทัศนคติต้องตรงกับเรา เพราะแม้ว่าจะหล่อแค่ไหน แต่ถ้าทัศนคติไม่ตรงกัน เผลอว่าก็ใช้ชีวิตอยู่ด้วยกันไม่ได้.

ธมลวรรณ วิโรตติสภิต : เรื่อง