

ชื่อเรื่อง (ภาษาไทย)

{ขนาด 18 pt, ตัวหนา, จัดกึ่งกลาง}

TITLE (English)

{ขนาด 18 pt, ตัวหนา, จัดกึ่งกลาง, อักษรตัวพิมพ์ใหญ่
ทั้งหมด}

ผู้นิพนธ์ 1^{1,*}, ผู้นิพนธ์ 2² และ ผู้นิพนธ์ 3³ {ขนาด 16 pt, ตัวธรรมดา,
จัดกึ่งกลาง}

Author 1^{1,*}, Author 2² and Author 3³ {ขนาด 16 pt, ตัวธรรมดา, จัด
กึ่งกลาง}

*กรณีพระสงฆ์ให้ระบุ ชื่อ - ฉายา (นามสกุล)

*กรณีพระสงฆ์ทรงสมณศักดิ์ให้ระบุ ราชทินนาม (ชื่อ - ฉายา (นามสกุล))

(Received: MMM DD, YYYY; Revised: MMM DD, YYYY;
Accepted: MMM DD, YYYY)

บทคัดย่อ {ขนาด 18 pt, ตัวหนา, จัดชิดซ้าย}

บทความนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อนำ

เสนอ.....
.....
.....
.....

¹¹ สังกัด 1 {เช่น สาขาวิชา.... คณะ.... สถาบัน....} {ขนาด 12 pt, ตัวธรรมดา, จัดชิดซ้าย}

¹ แปลภาษาอังกฤษ: สังกัด 1 {เช่น สาขาวิชา.... คณะ.... สถาบัน....} {ขนาด 12 pt, ตัว
ธรรมดา, จัดชิดซ้าย}

² สังกัด 2 {เช่น สาขาวิชา.... คณะ.... สถาบัน....} {ขนาด 12 pt, ตัวธรรมดา, จัดชิดซ้าย}

² แปลภาษาอังกฤษ: สังกัด 2 {เช่น สาขาวิชา.... คณะ.... สถาบัน....} {ขนาด 12 pt, ตัว
ธรรมดา, จัดชิดซ้าย}

³ สังกัด 3 {เช่น สาขาวิชา.... คณะ.... สถาบัน....} {ขนาด 12 pt, ตัวธรรมดา, จัดชิดซ้าย}

³ แปลภาษาอังกฤษ: สังกัด 3 {เช่น สาขาวิชา.... คณะ.... สถาบัน....} {ขนาด 12 pt, ตัว
ธรรมดา, จัดชิดซ้าย}

* Corresponding author. E-mail:

.....

.....
.....
.....
{ขนาด 16 pt, ตัวธรรมดา, จัดกระจายแบบไทย, จำนวนคำ ไม่เกิน 400 คำ}

คำสำคัญ: คำที่ 1, คำที่ 2, คำที่ 3, ... {ขนาด 16 pt, ไม่เกิน 5 คำ}

Abstract {ขนาด 18 pt, ตัวหนา, จัดชิดซ้าย}

The purpose of this article was to present

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
{ขนาด 16 pt, ตัวธรรมดา, จัดกระจายแบบไทย, จำนวนคำ ไม่เกิน 400 คำ}

Keywords: word 1, word 2, word 3, ... {ขนาด 16 pt, ไม่เกิน 5 คำ}

บทนำ {ขนาด 18 pt, ตัวหนา, จัดชิดซ้าย}

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
{ขนาด 16 pt, ตัวธรรมดา, จัดกระจายแบบไทย}



เนื้อหา 1 {ขนาด 18 pt, ตัวหนา, จัดชิดซ้าย}

.....

.....

.....

.....

.....

.....

{ขนาด 16 pt, ตัวธรรมดา, จัดกระจายแบบไทย}

เนื้อหา 2 {ขนาด 18 pt, ตัวหนา, จัดชิดซ้าย}

.....

.....

.....

.....

.....

.....

{ขนาด 16 pt, ตัวธรรมดา, จัดกระจายแบบไทย}

เนื้อหา 3 {ขนาด 18 pt, ตัวหนา, จัดชิดซ้าย}

.....

.....

.....

.....

.....

.....

{ขนาด 16 pt, ตัวธรรมดา, จัดกระจายแบบไทย}

เนื้อหา 4 {ขนาด 18 pt, ตัวหนา, จัดชิดซ้าย}

.....

.....

{ขนาด 16 pt, ตัวธรรมดา, จัดกระจายแบบไทย}



ภาพที่ 1 แสดง.....

องค์ความรู้ที่ได้รับ {ขนาด 18 pt, ตัวหนา, จัดชิดซ้าย}

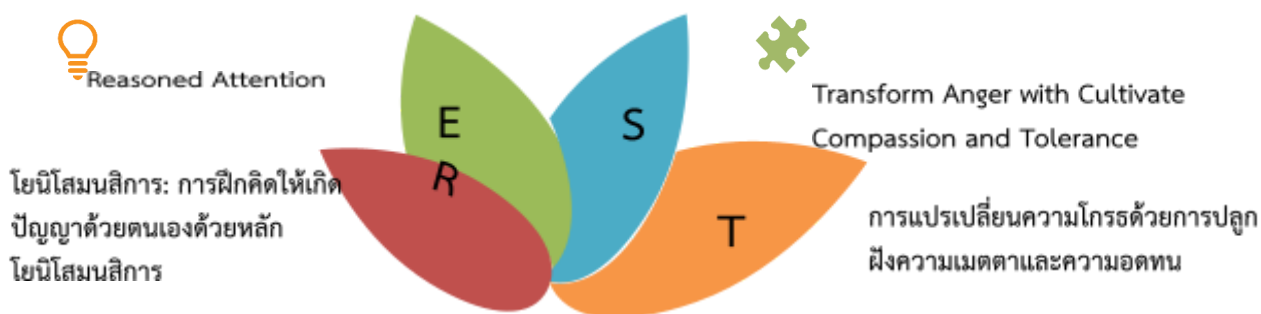
ระบอบองค์ความรู้ในลักษณะการสังเคราะห์ออกมาในลักษณะ
แผนภาพ แผนภูมิ หรือผังมโนทัศน์พร้อมคำอธิบายรูปแบบ/โครงสร้าง
อย่างกระชับ เข้าใจ
ง่าย.....

ตัวอย่าง

จากการวิจัยทำให้เกิดองค์ความรู้ ซึ่งเป็นกระบวนการพัฒนา
เทคนิคการปรับความคิดและพฤติกรรมเพื่อจัดการความโกรธของวัยรุ่น
ด้วยพุทธสันติ ด้วยหลักการ R - E - S - T Model ดังแผนภาพที่ 1

R - E - S - T Model





แผนภาพที่ 1 องค์ความรู้ที่ได้รับ

R - Reasoned Attention: การฝึกคิดให้เกิดปัญญาด้วยตนเองด้วยหลักโยนิโสมนสิการ ซึ่งเป็นวิธีการเรียนรู้ตามหลักไตรสิกขาในขั้นปลูกปัญญา และเป็นขั้นตอนหนึ่งของเทคนิคการปรับความคิดและพฤติกรรม คือ การปรับเปลี่ยนรูปแบบความคิดจากความคิดที่ไร้เหตุผล ความคิดที่ไม่เป็นประโยชน์ เป็นความคิดที่มีเหตุผล หรือเป็นประโยชน์ เพื่อก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงความรู้สึกและพฤติกรรมต่อไป

E - Encourages Learning Contribute Experience: กระตุ้นให้เกิดการแลกเปลี่ยนเรียนรู้จากประสบการณ์ ด้วยกระบวนการเรียนรู้เพื่อแปรเปลี่ยน

S - Satipatthana: สติ-กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เป็นเครื่องมือฝึกให้วัยรุ่นสามารถรู้เท่าทันอารมณ์ความรู้สึกที่เกิดขึ้น การรู้สภาวะทางกายเคลื่อนไหว เช่น การหายใจเข้า หายใจออก ซึ่งกระบวนการฝึกสติในการวิจัยนี้ แบ่งเป็น 3 ระยะ กล่าวคือ ระยะเริ่มต้น (Start) ก่อนเริ่มกิจกรรม เพื่อให้เกิดสติ สงบ พร้อมทั้งจะเรียนรู้ และรับประสบการณ์ใหม่ ระยะเข้มแข็ง (Strong) คือ การฝึกสติอย่างต่อเนื่อง ในระหว่างดำเนินกิจกรรม โดยให้นักเรียนกลุ่มทดลองมีสติในการฟัง การพูด การคิด การมองหรือดูสิ่งต่าง ๆ การทำใบงาน จุดหมายเพื่อให้วัยรุ่นได้เพิ่มพูนทักษะ ดอกย้าเพื่อให้เกิดความคงทนของพฤติกรรม

และระยะมันคง (Strive) คือ การนำไปฝึกปฏิบัติที่บ้านในช่วงของการติดตามประเมินผล เพื่อให้เกิดทักษะจนเป็นวิถีชีวิต

T - Transform Anger with Cultivate Compassion and Tolerance: การแปรเปลี่ยนความโกรธด้วยการปลูกฝังความเมตตาและความอดทน โดยสามารถใช้หลักของความเมตตาต่อคู่กรณีหรือสิ่งที่ทำให้โกรธ รวมทั้งรู้จักอดทนอดกลั้นไม่ให้โกรธ หากเกิดความโกรธแล้ว รู้จักอดทนอดกลั้นไม่ให้ความโกรธรุนแรงหรือส่งผลเสียหาย

{ขนาด 16 pt, ตัวธรรมดา, จัดกระจายแบบไทย}

สรุป {ขนาด 18 pt, ตัวหนา, จัดชิดซ้าย}

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

เอกสารอ้างอิง {ขนาด 18 pt, ตัวหนา, จัดชิดซ้าย}

(ตัวอย่าง)

ทิตินา แคมมณี. (2557). ศาสตร์การสอน: องค์ความรู้เพื่อการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ

(พิมพ์ครั้งที่ 18). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

_____. (2567). รูปแบบการเรียนการสอน: ทางเลือกที่หลากหลาย (พิมพ์ครั้งที่ 11). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ทิตินา เมฆเวียน. (2549). วิวัฒนาการของหลักสูตรและการจัดการเรียนการสอนคหกรรมศาสตร์ระดับอุดมศึกษา ในสมัย



- รัตนโกสินทร์. (ดุษฎีนิพนธ์ครุศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชา
อุดมศึกษา), บัณฑิตวิทยาลัย: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ธัญญรัตน์ กุลทนนท์. (2562). การนิเทศภายในโรงเรียนโดยใช้แนว
คิด “เข้าใจ เข้าถึง พัฒนา”.
วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 42(2), 112 -
123.
- นนทลี พรธาดาวิทย์. (2545). *วิถีดนตรีศาสตร์ในประเทศไทย: บท
สะท้อนวิสัยทัศน์และกระบวนทัศน์จากปัจจุบันสู่อนาคต*.
(ดุษฎีนิพนธ์ศิลปศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาอาชีวศึกษา).
บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- บุญชม ศรีสะอาด. (2553). *การวิจัยเพื่อแก้ปัญหาและพัฒนาผู้เรียน*.
กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น.
- _____. (2560). *การวิจัยเบื้องต้น* (พิมพ์ครั้งที่ 10). กรุงเทพฯ: สุวีริ
ยาสาส์น.
- พัชนี แดนเสนา. (2563). *การพัฒนารูปแบบการนิเทศเพื่อเสริมสร้าง
สมรรถนะการจัดการเรียนรู้ภาษาอังกฤษของครูโรงเรียน
เอกชน*. (ดุษฎีนิพนธ์การศึกษาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาการ
บริหารและพัฒนาการศึกษา). บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัย
มหาสารคาม.
- มูลนิธิมันพัฒนา. (2561). *พอเพียงเพื่อยั่งยืน*. กรุงเทพฯ: บริษัท ภาพ
พิมพ์.
- สุจิตต์ คุณธนกุลวงศ์. (2562). *การประกันคุณภาพกับรางวัลเดมมิง*.
สืบค้นเมื่อ 4 พฤษภาคม 2568, จาก
[http://www.cu-qa.chula.ac.th/Learning
Sharing/Evaluation030847.pdf](http://www.cu-qa.chula.ac.th/LearningSharing/Evaluation030847.pdf)
- ศิริพร บุญเรือง. (2555). *การพัฒนาหนังสืออิเล็กทรอนิกส์ เรื่องการ
อ่านจับใจความของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนวัด
ดอนหวาย (นครรัฐประสาธน์)*, (การค้นคว้าอิสระศึกษา
ศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาเทคโนโลยีการศึกษา). บัณฑิต
วิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศิลปากร.

- Blanchard, P.N., & Thacker, W.J. (2004). *Effective Training System: System, Strategies and Practices* (2nd ed.). New Jersey: Pearson Prentice Hall.
- Lyasnikov, N., Dudin, M., Sekerin, V., Veselovsky, M., & Aleksakhina, V. (2014). The National Innovation System: the Conditions of its Making and Factors in its Development. *Life Science Journal*, 11(6), 535 - 538.
- Mette, I. (2020). Reflections on Supervision in the Time of COVID - 19. *Journal of Educational Supervision*, 3(3). <https://doi.org/10.31045/jes.3.3.1>
- Siripong, S. (2005). *Principles of Educational Administration: Theory and Practice* (2nd ed.). Book Point.
- {ขนาด 16 pt, ตัวธรรมดา, จัดกระจายแบบไทย}