ชื่อเรื่อง (ภาษาไทย)

{ขนาด 18 pt, ตัวหนา, จัดกึ่งกลาง}

TITLE (English)

{ขนาด 18 pt, ตัวหนา, จัดกึ่งกลาง, อักษรตัวพิมพ์ใหญ่ทั้งหมด}

ผู้นิพนธ์ 1[1,*], ผู้นิพนธ์ 2[2] และ ผู้นิพนธ์ 3[3] {ขนาด 16 pt, ตัวธรรมดา, จัดกึ่งกลาง}

Author 1[1,*], Author 2[2] and Author 3[3] {ขนาด 16 pt, ตัวธรรมดา, จัดกึ่งกลาง}

*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 เพื่อนำเสนอ.....

.....

.....

.....

---

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

[1] แปลภาษาอังกฤษ: สังกัด 1 {เช่น สาขาวิชา.... คณะ.... สถาบัน....} {ขนาด 12 pt, ตัวธรรมดา, จัดชิดซ้าย}

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

[2] แปลภาษาอังกฤษ: สังกัด 2 {เช่น สาขาวิชา.... คณะ.... สถาบัน....} {ขนาด 12 pt, ตัวธรรมดา, จัดชิดซ้าย}

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

[3] แปลภาษาอังกฤษ: สังกัด 3 {เช่น สาขาวิชา.... คณะ.... สถาบัน....} {ขนาด 12 pt, ตัวธรรมดา, 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}

ระบุองค์ความรู้ในลักษณะการสังเคราะห์ออกมาในลักษณะแผนภาพ แผนภูมิ หรือผังมโนทัศน์พร้อมคำอธิบายรูปแบบ/โครงสร้างอย่างกระชับ เข้าใจ
ง่าย.....

.....

.....

.....

.....

ตัวอย่าง

จากการวิจัยทำให้เกิดองค์ความรู้ ซึ่งเป็นกระบวนการพัฒนาเทคนิคการปรับความคิดและพฤติกรรมเพื่อจัดการความโกรธของวัยรุ่นด้วยพุทธสันติ ด้วยหลักการ R - E - S - T Model ดังแผนภาพที่ 1

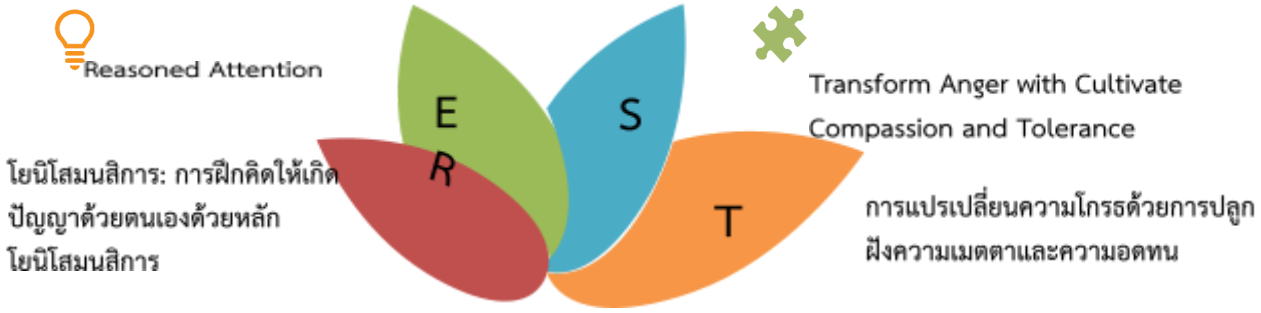
R - E - S - T Model

Encourages Learning Contribute Experience

กระตุ้นให้เกิดการแลกเปลี่ยนเรียนรู้จากประสบการณ์ ด้วยกระบวนการเรียนรู้เพื่อแปรเปลี่ยน

Satipatthana

สติ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เป็นเครื่องมือฝึกให้วัยรุ่นสามารถรู้เท่าทันอารมณ์ความรู้สึกที่เกิดขึ้น การรู้สภาวะทางกายเคลื่อนไหว 3 ระยะ (Start Strong Strive)



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 พร้อมที่จะเรียนรู้ และรับประสบการณ์ใหม่ ระยะเข้มแข็ง (Strong) คือ การฝึกสติย้ำหรือซ้ำ ๆ ในระหว่างดำเนินกิจกรรม โดยให้นักเรียนกลุ่มทดลองมีสติในการฟัง การพูด การคิด การมองหรือดูสื่อต่าง ๆ การทำใบงาน จุดหมายเพื่อให้วัยรุ่นได้เพิ่มพูนทักษะ ตอกย้ำเพื่อให้เกิดความคงทนของพฤติกรรม

และระยะมั่นคง (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)

ทิศนา แขมมณี. (2557). *ศาสตร์การสอน: องค์ความรู้เพื่อการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ* (พิมพ์ครั้งที่ 18). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

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

ทัศนา เมฆเวียน. (2549). *วิวัฒนาการของหลักสูตรและการจัดการเรียนการสอนคหกรรมศาสตร์ระดับอุดมศึกษา ในสมัย*

รัตนโกสินทร์. (ดุษฎีนิพนธ์ครุศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาอุดมศึกษา), บัณฑิตวิทยาลัย: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ธัญญรัตน์ กุลทนันทน์. (2562). การนิเทศภายในโรงเรียนโดยใช้แนวคิด “เข้าใจ เข้าถึง พัฒนา”. *วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 42*(2), 112 - 123.

นนทลี พรธาดาวิทย์. (2545). *วิถีคหกรรมศาสตร์ในประเทศไทย: บทสะท้อนวิสัยทัศน์และกระบวนทัศน์จากปัจจุบันสู่อนาคต.* (ดุษฎีนิพนธ์ศิลปศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาอาชีวศึกษา). บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

บุญชม ศรีสะอาด. (2553). *การวิจัยเพื่อแก้ปัญหาและพัฒนาผู้เรียน.* กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น.

_____. (2560). *การวิจัยเบื้องต้น* (พิมพ์ครั้งที่ 10). กรุงเทพ: สุวีริยาสาส์น.

พัชนี แดนเสนา. (2563). *การพัฒนารูปแบบการนิเทศเพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการจัดการเรียนรู้ภาษาอังกฤษของครูโรงเรียนเอกชน.* (ดุษฎีนิพนธ์การศึกษาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารและพัฒนาการศึกษา). บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.

มูลนิธิมั่นพัฒนา. (2561). *พอเพียงเพื่อยั่งยืน.* กรุงเทพฯ: บริษัท ภาพพิมพ์.

สุจริต คูณธนกุลวงศ์. (2562). *การประกันคุณภาพกับรางวัลเดมมิง.* สืบค้นเมื่อ 4 พฤษภาคม 2568, จาก http://www.cu-qa.chula.ac.th/Learning Sharing/Evalution030847.pdf

ศิริพร บุญเรือง. (2555). *การพัฒนาหนังสืออิเล็กทรอนิกส์ เรื่องการอ่านจับใจความของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนวัดดอนหวาย (นครรัฐประสาท),* (การค้นคว้าอิสระศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาเทคโนโลยีการศึกษา). บัณฑิตวิทยาลัย: 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}