

การฝึกเตรียมเข้าทำงาน
หลักสูตร นักส่งเสริมสุขภาพแบบองค์รวม สปาตะวันตก (หัตถบำบัด) ระดับ 1
(Holistic Health Promotion Therapist : Western Spa Massage Level 1)

ระยะเวลาฝึก ๑๘๐ ชั่วโมง

รหัสหลักสูตร ๙๙๑๐๐๒๗๔๓๐๓๐๖

สถาบันพัฒนาทรัพยากรมนุษย์สำหรับอุตสาหกรรมบริการสุขภาพ

.....

๑. วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้ ทักษะ และมีความพร้อมทั้งร่างกาย จิตใจ ตลอดจนมีทัศนคติที่ดี ต่อการประกอบอาชีพนักส่งเสริมสุขภาพแบบองค์รวม สปาตะวันตก (หัตถบำบัด) ระดับ ๑ และสามารถปฏิบัติงานได้ ดังนี้

๑.๑ เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกมีความรู้และทักษะ บุคลิกภาพ การแต่งกาย การให้บริการ ทัศนคติและจรรยาบรรณของผู้ให้บริการสปา

๑.๒ ปฏิบัติงานได้ตามเกณฑ์มาตรฐานฝีมือแรงงานแห่งชาติ สาขานักส่งเสริมสุขภาพแบบองค์รวมสปาตะวันตก (หัตถบำบัด) ระดับ ๑

๑.๓ เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้กายวิภาคศาสตร์และสรีรวิทยา สุขอนามัยในสปาและโรคเบื้องต้น

๑.๔ เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้ สามารถดูแลส่งเสริมสุขภาพแบบองค์รวมได้

๑.๕ เพื่อให้ผู้รับการฝึกสามารถนำไปประกอบอาชีพได้อย่างถูกต้อง ไม่ขัดต่อระเบียบและกฎหมาย

๒. ระยะเวลาการฝึก

ผู้รับการฝึกจะได้รับการฝึกในภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ โดยสถาบันพัฒนาทรัพยากรมนุษย์สำหรับอุตสาหกรรมบริการสุขภาพ เป็นเวลา ๑๐๐ ชั่วโมง ฝึกประสบการณ์จากการทำงาน ๘๐ ชั่วโมง

๓. คุณสมบัติของผู้รับการฝึก

๓.๑ ผู้เข้ารับการอบรมต้องมีอายุไม่ต่ำกว่า ๑๘ ปีบริบูรณ์

๓.๒ จบการศึกษาไม่ต่ำกว่าภาคบังคับ

๓.๓ เป็นผู้ที่มีสุขภาพร่างกายและมีจิตใจสมบูรณ์ แข็งแรง มีบุคลิกภาพที่เหมาะสม ไม่มีความพิการหรือผิดปกติทางด้านร่างกายและจิตใจที่เป็นอุปสรรคต่อการฝึกอบรม

๔. วุฒิบัตร

ชื่อเต็ม : วุฒิบัตรพัฒนาฝีมือแรงงาน หลักสูตร นักส่งเสริมสุขภาพแบบองค์รวม สปาตะวันตก (หัตถบำบัด) ระดับ ๑

ชื่อย่อ : วพร. การฝึกยกระดับฝีมือแรงงาน หลักสูตร นักส่งเสริมสุขภาพแบบองค์รวม สปาตะวันตก (หัตถบำบัด) ระดับ ๑

ผู้รับการฝึกที่ฝึกจบหลักสูตร โดยมีระยะเวลาฝึกตามหลักสูตร ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐ และผ่านการประเมินผล จะได้รับวุฒิบัตรพัฒนาฝีมือแรงงาน หลักสูตร นักส่งเสริมสุขภาพแบบองค์รวม สปาตะวันตก (หัตถบำบัด) ระดับ ๑

๕. หัวข้อวิชา

หัวข้อวิชา	ชั่วโมง		
	ทฤษฎี	ปฏิบัติ	ฝึก ประสบการณ์จากการ ทำงาน
หมวดความรู้ความสามารถพื้นฐาน	๔	-	
บุคลิกภาพและการแต่งกาย	๑	-	
มาตรฐานการต้อนรับ และการจัดสถานที่	๑	-	
ทัศนคติและจรรยาบรรณของผู้ให้บริการสปา	๑	-	
กฎหมายและการคุ้มครองผู้บริโภค	๑	-	
หมวดความรู้พื้นฐานด้านสุขภาพ	๑๖	-	
ปรัชญาการแพทย์ทางเลือกและการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม	๓	-	
ประวัติความเป็นมาของสปา	๑	-	
ความรู้พื้นฐานกายวิภาคศาสตร์และสรีรวิทยา	๘	-	
สุขอนามัยในสปาและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น	๑	-	
การฝึกฝนทางจิตใจ (Mind Practice)*	๓	*	
หมวดความรู้ความสามารถหลัก	๘	๕๖	๙๐
การนวดหน้า (Facial Massage)**	๒	๑๘	
การนวดสวีดิช (Swedish Massage)**	๒	๑๖	
การนวดเท้า (Foot Massage)**	๒	๑๒	
การบริการต่างๆ ในสปา (Spa Treatments)*	๒	๑๐	
หมวดการวัดและประเมินผล	๒	๔	
	๓๐	๖๐	๙๐
รวม		๑๘๐	

หมายเหตุ *ฝึกปฏิบัติจริงทุกครั้งก่อนการเรียนภาคปฏิบัติ

** การเก็บประสบการณ์ไม่น้อยกว่า ๒ รายต่อวิชา

๖. เนื้อหาวิชา

หมวดความรู้ความสามารถพื้นฐาน

บุคลิกภาพและการแต่งกาย

(๑:๐)

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาและพัฒนาบุคลิกภาพและการแต่งกายให้เหมาะสมในการให้บริการแก่ลูกค้า ผู้เรียนจะต้องดูแลตนเองเพื่อให้มีลักษณะของผู้เชี่ยวชาญ นับตั้งแต่การแต่งกาย การแต่งหน้า การแต่งผม และลักษณะที่ปรากฏ จะต้องให้ความสำคัญในเรื่องอนามัยส่วนตัวที่เกี่ยวข้องกับการรักษาความสะอาด เข้าใจมาตรฐานการต้อนรับ การเตรียมงาน การจัดเตรียมงาน

มาตรฐานการต้อนรับ และการจัดสถานที่

(๑:๐)

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาและสามารถบอกขั้นตอนการจัดเตรียมห้องปฏิบัติการนวด โดยการเตรียมเตียง ผ้าขนหนู เสื้อคลุม รองเท้าแตะ รถเข็นวางของและถังขยะได้ ศึกษาและสามารถบอกขั้นตอนการต้อนรับ บอกขั้นตอนการให้ลูกค้าปฏิบัติก่อนการนวด การบันทึกการนัดหมาย การจัดเตรียมสถานที่และอุปกรณ์ที่ใช้สำหรับการทำงานในสปา

ทัศนคติและจรรยาบรรณของผู้ให้บริการสปา

(๑:๐)

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาและเรียนรู้เกี่ยวกับทัศนคติในการปฏิบัติงานที่ตรงต่อเวลา รักษาระเบียบวินัย มีความซื่อสัตย์ และประหยัด เข้าใจจรรยาบรรณของการเป็นผู้ให้บริการและการวางตัวที่ดีของผู้ให้บริการ ทักษะการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ จิตวิทยาและคุณภาพการให้บริการและการทำงานร่วมกับผู้อื่น มีมาตรฐานในการปฏิบัติงาน สามารถชักประวัติและให้คำปรึกษาแก่ลูกค้าก่อนและหลังการให้บริการ และการจัดการกับข้อร้องเรียนของลูกค้า

กฎหมายและการคุ้มครองผู้บริโภค

(๑:๐)

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาเกี่ยวกับกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับกิจการสปา มาตรฐานสถานประกอบการสปาเพื่อสุขภาพ นวดเพื่อสุขภาพ และนวดเสริมสวย สิทธิและการคุ้มครองผู้บริโภค กฎหมายการล่อลวงละเมิดทางเพศ ความเสมอภาคชาย-หญิง

หมวดความรู้พื้นฐานด้านสุขภาพ

ปรัชญาการแพทย์ทางเลือกและการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม

(๓:๐)

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาเกี่ยวกับประวัติความเป็นมาและการพัฒนาของการแพทย์ทางเลือก ศึกษาเปรียบเทียบข้อแตกต่างระหว่างการแพทย์ทางเลือกกับการแพทย์แบบแผน ศึกษาเกี่ยวกับความโน้มเอียงที่ถูกต้องและไม่ถูกต้องของการแพทย์ทางเลือกในปัจจุบัน เพื่อนำไปสู่การส่งเสริมสุขภาพแบบองค์รวมได้อย่างถูกต้อง

ประวัติความเป็นมาของสปา

(๑:๐)

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาเกี่ยวกับประวัติความเป็นมาของสปา ความหมายและประเภทของสปา องค์ประกอบและมาตรฐานสปา ความคาดหวังของลูกค้า การจัดรูปแบบของสปา บรรยากาศของสปา และประโยชน์ที่ได้รับจากการทำสปา องค์กรที่เกี่ยวข้องกับธุรกิจสปา

ความรู้พื้นฐานกายวิภาคศาสตร์และสรีรวิทยา

(๑๐:๐)

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาทบทวนความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับกายวิภาคศาสตร์และสรีรวิทยาของร่างกายเกี่ยวกับ โครงสร้าง และหน้าที่ผิวหนัง (Skin structure and function) ระบบโครงกระดูก (Skeleton system) และระบบ กล้ามเนื้อ (Muscular system) ระบบประสาท (Nervous system) ระบบหัวใจและหลอดเลือด (Cardiovascular system) ระบบหายใจ (Respiratory system) ระบบย่อยอาหาร (Digestive system) ระบบขับถ่ายปัสสาวะ (Urinary system) และระบบต่อมไร้ท่อ (Endocrine system) โดยเน้นความสัมพันธ์ ของระบบดังกล่าวกับผลของการนวดเพื่อสุขภาพในสปา

สุขอนามัยในสปาและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น

(๑:๐)

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาเกี่ยวกับการรักษาสุขอนามัยในสถานที่ทำงาน และสุขอนามัยของผู้ให้บริการ รวมถึง โรคผิวหนัง ที่ควรทราบ การป้องกันและควบคุมการแพร่กระจายเชื้อโรค การทำให้ปราศจากเชื้อการเลือกใช้วิธีกำจัดเชื้อ โรคอย่างเหมาะสม และวิธีการปฐมพยาบาลเบื้องต้นในสถานประกอบการ

การฝึกฝนทางจิตใจ (Mind Practice)

(๓:๐)

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาเกี่ยวกับหลักการฝึกสมาธิ การเจริญสติและการเจริญเมตตา เพื่อสร้างคุณภาพทางจิตใจของ ผู้ทำงานด้านสุขภาพองค์รวม นำไปสู่การใช้ในการดำเนินชีวิตของตนเองและการให้บริการที่ดี

หมวดความรู้ความสามารถหลัก

การนวดหน้า (Facial Massage)

(๒:๑๘)

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาเกี่ยวกับทฤษฎีการดูแลผิว การขัดเซลล์เสื่อม การนวดหน้าและการพอก ประโยชน์ ข้อห้าม และข้อควรระวัง ฝึกปฏิบัติการจัดเตรียมสถานที่และผลิตภัณฑ์ การเตรียมตัวลูกค้า ล้างหน้า ล้างตาและ ล้างปาก การปรับสภาพผิว การขัดหน้า การนวดหน้า คอ เนินอกและไหล่ การพอกหน้า การบำรุงผิวและการ ดูแลหลังการทำทรีทเม้นท์ ผู้เข้ารับการฝึกจะต้องฝึกปฏิบัติในห้องฝึกอบรม และฝึกกับลูกค้าจริงเป็นกรณีศึกษา

การนวดสวีดิช (Swedish Massage)

(๒:๑๖)

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาเกี่ยวกับประวัติของการนวดสวีดิช ผลของการนวดที่มีต่อร่างกายและจิตใจ การเคลื่อนไหวมือ ๕ แบบ (๕ Classical Massage Movement) ประโยชน์ของการนวดและผลที่ลูกค้าจะได้รับข้อห้ามและข้อควร ระวัง ฝึกปฏิบัติการจัดเตรียมสถานที่และผลิตภัณฑ์ การให้คำแนะนำและคำปรึกษาแก่ลูกค้า การเตรียมงาน ก่อนการนวดและการเตรียมตัวลูกค้า การนวดตัวแบบสวีดิช การดูแลลูกค้าหลังการนวด ผู้เข้ารับการฝึกจะต้อง ฝึกปฏิบัติในห้องฝึกอบรม และฝึกปฏิบัติกับลูกค้าจริงเป็นกรณีศึกษา

การนวดเท้า (Foot Massage)

(๒:๑๒)

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาเกี่ยวกับประวัติความเป็นมาการกดจุดฝ่าเท้า ทฤษฎีการแบ่งโซน (The zone therapy) การ ทำงานและผลของการนวด ปฏิบัติตอบสนองและการให้คำแนะนำหลังการนวด ประโยชน์ ข้อห้ามและข้อ ควรระวัง ฝึกปฏิบัติการจัดเตรียมสถานที่และผลิตภัณฑ์ การให้คำแนะนำและคำปรึกษาแก่ลูกค้า การเตรียมงาน ก่อนทำการนวดและการเตรียมตัวลูกค้า เทคนิคการใช้นิ้วอย่างถูกต้องและการวินิจฉัยปัญหาสุขภาพ การนวด

กวดจุดฝ่าเท้าและการนวดเท้า การดูแลลูกค้าหลังการนวด ผู้เข้ารับการฝึกจะต้องฝึกปฏิบัติ และฝึกกับลูกค้าจริง เป็นกรณีศึกษา

การบริการต่างๆ ในสปา (Spa Treatments)

(๒:๑๐)

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาเกี่ยวกับประวัติความเป็นมาและชนิดของสปา ประวัติของการใช้น้ำ ความหมายของสุขภาพ และสุขภาพแบบองค์รวม การดูแลทั้งร่างกาย จิตใจ จิตวิญญาณ องค์ประกอบสุขภาพแบบองค์รวม หลักการดูแลสุขภาพองค์รวม การส่งเสริมสุขภาพในสปา และการทำจิตให้สงบ

ศึกษาเกี่ยวกับทฤษฎีการใช้น้ำและการใช้ความร้อน สามารถเลือกใช้อุณหภูมิได้อย่างเหมาะสม

ศึกษาเกี่ยวกับทฤษฎีการขัดผิว การลอกผิว และการพอกตัว ประโยชน์ ข้อห้ามและข้อควรระวัง มีความรู้เกี่ยวกับสปาทรืทเมนท์ที่นิยมให้บริการ รวมทั้งชนิดของผลิตภัณฑ์ที่ใช้ สามารถบอกขั้นตอนการทำสปาทรืทเมนท์ ฝึกปฏิบัติการจัดเตรียมสถานที่และผลิตภัณฑ์ การเตรียมงาน การขัดผิว การพอกตัว และพันตัว สามารถให้คำแนะนำลูกค้าหลังการทำทรืทเมนท์

หมวดการวัดและประเมินผล

(๒:๔)

คำอธิบายรายวิชา

วัดและประเมินผลความรู้และทักษะเกี่ยวกับกายวิภาคศาสตร์และสรีรวิทยา หลักการนวดสปาเพื่อการส่งเสริมสุขภาพแบบองค์รวม และประเมินผลการปฏิบัติการนวดหน้า นวดสวีดิช นวดเท้า และการบริการสปาทรืทเมนท์ โดยการทดสอบภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ

ผู้จัดทำหลักสูตร :

- | | |
|------------------------------------|-------------------------------------|
| ๑. นางธนพร วิชิตพันธ์ | บุคลากรฝึกประจำสถาบันพัฒนาทรัพยากรฯ |
| ๒. นางสาวนงค์นุช ปัญญาวงศ์ | นักวิชาการพัฒนาฝีมือแรงงานชำนาญการ |
| ๓. นางสาวชุตติกาญจน์ ธนาพันธุ์โกศล | นักวิชาการพัฒนาฝีมือแรงงาน |
| ๔. นางสาวณัฐริกา กัปปะพะ | นักวิชาการพัฒนาฝีมือแรงงาน |

ผู้เห็นชอบหลักสูตร



(นางสาวนงค์นุช ปัญญาวงศ์)

นักวิชาการพัฒนาฝีมือแรงงานชำนาญการ

ผู้อนุมัติหลักสูตร



(นางเพ็ญประภา ศิริรัตน์)

ผู้อำนวยการสถาบันพัฒนาทรัพยากรมนุษย์สำหรับอุตสาหกรรมบริการสุขภาพ