

การฝึกเตรียมเข้าทำงาน  
หลักสูตรวุฒิบัตรพัฒนาฝีมือแรงงาน  
ผู้ดูแลผู้สูงอายุ  
(Older Person Caregiver)  
(รหัสหลักสูตร 0910027430202)

กรมพัฒนาฝีมือแรงงาน กระทรวงแรงงาน

1. วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้ ทักษะ และมีความพร้อมทั้งร่างกาย จิตใจ ตลอดจนมีทัศนคติที่ดีต่อการประกอบอาชีพผู้ดูแลผู้สูงอายุโดยสามารถปฏิบัติงาน ดังนี้

- 1.1 ดูแลผู้สูงอายุตามกิจวัตรในการดำรงชีวิตประจำวันได้
- 1.2 จัดเตรียมอาหารและโภชนาการสำหรับผู้สูงอายุได้
- 1.3 จัดกิจกรรมนันทนาการและการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุได้

2. ระยะเวลาฝึก

ผู้รับการฝึกจะได้รับการฝึกทั้งภาคทฤษฎี และภาคปฏิบัติในสถาบันพัฒนาฝีมือแรงงานภาค / ศูนย์พัฒนาฝีมือแรงงาน เป็นเวลา 3 เดือน (420 ชั่วโมง) หลังจากนั้นจะได้รับการฝึกในสถานประกอบการอีกเป็นเวลา 1 เดือน

3. คุณสมบัติของผู้รับการฝึก

- 3.1 สำเร็จการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้น (ม.3) หรือเทียบเท่าขึ้นไป
- 3.2 มีอายุตั้งแต่ 18 ปีขึ้นไป
- 3.3 มีสภาพร่างกายและจิตใจที่ไม่เป็นอุปสรรคต่อการฝึก และเหมาะสมกับการปฏิบัติงาน
- 3.4 มีความพร้อมและสามารถเข้ารับการฝึกได้ตลอดหลักสูตร

4. ชื่อวุฒิบัตรและการรับรองผลการฝึก

ชื่อเต็ม: วุฒิบัตรพัฒนาฝีมือแรงงาน ผู้ดูแลผู้สูงอายุ

ชื่อย่อ: วพร. ผู้ดูแลผู้สูงอายุ

4.1 ผู้รับการฝึกที่ฝึกจบหลักสูตร โดยมีระยะเวลาฝึกตามหลักสูตรทั้งในสถาบันพัฒนาฝีมือแรงงานภาค / ศูนย์พัฒนาฝีมือแรงงาน ไม่น้อยกว่าร้อยละ 80 และผ่านการประเมินผลจากสถาบันพัฒนาฝีมือแรงงานภาค / ศูนย์พัฒนาฝีมือแรงงาน แต่ไม่สามารถเข้าฝึกงานในสถานประกอบการด้วยเหตุผลใดก็ตาม จะได้รับใบรับรองผลการฝึก

4.2 ผู้รับการฝึกที่ผ่านการประเมินผลจากสถาบันพัฒนาฝีมือแรงงานภาค / ศูนย์พัฒนาฝีมือแรงงาน และผ่านการประเมินผลจากสถานประกอบการที่เข้าฝึกในกิจการ จะได้รับวุฒิบัตร วพร. ผู้ดูแลผู้สูงอายุ และหนังสือรับรองการฝึกงานจากสถานประกอบการที่เข้ารับการฝึก

## 5. หลักสูตรการฝึก

### 5.1 โครงสร้างหลักสูตร

5.1.1 การฝึกในสถาบันพัฒนาฝีมือแรงงานภาค/ศูนย์พัฒนาฝีมือแรงงาน แบ่งออกเป็น 3 หมวด ใช้เวลาฝึก 3 เดือน (420 ชั่วโมง) โดยจำแนกรายละเอียดได้ดังนี้

(1) หมวดความรู้ความสามารถพื้นฐาน	84	ชั่วโมง
(2) หมวดความรู้ความสามารถหลัก	259	ชั่วโมง
(3) หมวดความรู้ความสามารถเสริม	77	ชั่วโมง

5.1.2 เมื่อผู้รับการฝึกผ่านการประเมินผลจากสถาบันพัฒนาฝีมือแรงงานภาค/ ศูนย์พัฒนาฝีมือแรงงานแล้ว จะได้รับการฝึกงานในสถานประกอบการอีก เป็นเวลา 1 เดือน

5.2 หัวข้อวิชา

รหัส	หัวข้อวิชา	ชั่วโมง	
		ทฤษฎี	ปฏิบัติ
	หมวดความรู้ความสามารถพื้นฐาน		
0914310101	กิจกรรมสร้างเสริมนิสัยในการทำงาน	-	14
0914310102	ความปลอดภัยในการทำงาน	7	-
0914310201	จิตวิทยาทั่วไป	14	-
0914310202	การปฐมพยาบาลเบื้องต้น	7	28
0914310601	กฎหมายเบื้องต้นที่เกี่ยวข้องกับวิชาชีพ	14	-
	หมวดความรู้ความสามารถหลัก		
0914320901	ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับการดูแลผู้สูงอายุ	14	21
0914320902	งานพื้นฐานในการบริหารผู้สูงอายุ	14	35
0914320903	การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ	14	35
0914320904	อาหารและโภชนาการสำหรับผู้สูงอายุ	14	35
0914320905	นันทนาการและการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ	14	35
0914320906	การปฏิบัติตนในอาชีพผู้ดูแลผู้สูงอายุ	7	14
0914329900	การวัดและประเมินผล	1	6
		120	223
		343	
	หมวดความรู้ความสามารถเสริม	77	
		420	

รหัส	หัวข้อวิชา	ชั่วโมง	
		ทฤษฎี	ปฏิบัติ
	หมวดความรู้ความสามารถเสริม (77 ชั่วโมง)		
0914330104	คอมพิวเตอร์เบื้องต้น	7	14
0914330105	ภาษาอังกฤษในการทำงาน	14	21
0914330106	การประกอบธุรกิจส่วนตัว	21	-

หมายเหตุ

- หัวข้อวิชาที่กำหนดไว้ในหมวดความรู้ความสามารถพื้นฐาน ผู้รับการฝึกในกลุ่มอาชีพภาคบริการ เช่น ผู้เลี้ยงดูเด็กปฐมวัย ผู้ดูแลผู้สูงอายุ เป็นต้น สามารถเข้ารับการฝึกพร้อมกันได้
- หัวข้อวิชาที่กำหนดไว้ในหมวดความรู้ความสามารถหลัก ผู้รับการฝึกสาขาผู้ดูแลผู้สูงอายุ ต้องเข้ารับการฝึกทุกหัวข้อวิชา
- หัวข้อวิชาที่กำหนดไว้ในหมวดความรู้ความสามารถเสริม เป็นหัวข้อวิชาที่จัดไว้ให้สถาบันพัฒนาฝีมือแรงงานภาค/ศูนย์พัฒนาฝีมือแรงงาน เลือกให้ผู้รับการฝึกเข้ารับการฝึกตามความจำเป็นที่จะต้องนำความรู้ความสามารถไปใช้ประกอบอาชีพให้สอดคล้องกับความต้องการในแต่ละพื้นที่ และ/หรือ สถาบันพัฒนาฝีมือแรงงานภาค/ศูนย์พัฒนาฝีมือแรงงาน สามารถกำหนดหัวข้อวิชาในหมวดความรู้ความสามารถเสริมขึ้นเองได้ ทั้งนี้ ระยะเวลาที่เพิ่มขึ้นเมื่อรวมกับเวลาฝึกในหมวดอื่นๆแล้ว ต้องไม่เกินระยะเวลาที่กำหนดไว้ในหลักสูตร

### 5.3 เนื้อหาวิชา

#### 5.3.1 หมวดความรู้ความสามารถพื้นฐาน

- 0914310101 กิจกรรมสร้างเสริมนิสัยในการทำงาน (0 : 14)  
เรียนรู้และเข้าร่วมกิจกรรมเกี่ยวกับหลักมนุษยสัมพันธ์ การจงใจ การปรับตัวในการทำงาน การสื่อข้อความ การมีทัศนคติที่ดีต่องานและสังคม การมีจริยธรรม คุณธรรม และความซื่อสัตย์ในวิชาชีพของตน มีความรู้เกี่ยวกับการรักษาสิ่งแวดล้อมเบื้องต้น การศึกษาดูงานนอกสถานที่
- 0914310102 ความปลอดภัยในการทำงาน (7 : 0)  
เรียนรู้วิธีการใช้และการป้องกันอันตรายจากอุปกรณ์เครื่องใช้ไฟฟ้าภายในบ้าน การจัดสภาพแวดล้อมและความปลอดภัยในที่อยู่อาศัย การป้องกันอุบัติเหตุเกี่ยวกับอัคคีภัย อุบัติเหตุจากสารมีพิษ การจัดวางสิ่งของและเครื่องใช้ภายในบ้าน อุบัติเหตุในเด็ก อุบัติเหตุในผู้สูงอายุ สารเคมีหรือสิ่งของที่อาจเป็นอันตราย และเป็นพิษ
- 0914310201 จิตวิทยาทั่วไป (14 : 0)  
เรียนรู้เกี่ยวกับความหมาย ความสำคัญ แนวคิด และหลักการที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรม วุฒิภาวะ ความรู้สึก ความคิด อารมณ์ แรงจูงใจ การรับรู้ การตัดสินใจ พฤติกรรมที่เบี่ยงเบน การปรับตัว บุคลิกภาพ และความแตกต่างระหว่างบุคคล การเข้าสังคม บทบาทความเป็นพ่อเป็นแม่ การนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันและการประกอบอาชีพ
- 0914310202 การปฐมพยาบาลเบื้องต้น (7 : 28)  
เรียนรู้และปฏิบัติวิธีการสำรวจและประเมินสภาพผู้บาดเจ็บ การสังเกตลักษณะบาดแผล การสังเกตลักษณะการหายใจ การตรวจชีพจร การทดสอบการเคลื่อนไหวของแขนขา รวมทั้งมีความรู้และทักษะเกี่ยวกับการใช้เครื่องมือ เครื่องใช้สำหรับการพยาบาลฉุกเฉิน วิธีการต่างๆ ในการพยาบาลฉุกเฉิน การเช็ดตัว คนไข้ การพันผ้า การคดแก่งบาดแผล การห้ามเลือด การผายปอดและการกระตุ้นหัวใจ การเข้าเฝือกชั่วคราว และการขนย้ายผู้บาดเจ็บ
- 0914310601 กฎหมายเบื้องต้นที่เกี่ยวข้องกับวิชาชีพ (14 : 0)  
เรียนรู้เกี่ยวกับความสำคัญของกฎหมาย ประเภทของกฎหมาย กฎหมายในชีวิตประจำวัน กฎหมายแรงงาน กฎหมายการประกันสังคม กฎหมายเกี่ยวกับสิทธิเด็กและการใช้แรงงานเด็ก กฎหมายการจัดตั้ง

เรียนรู้เกี่ยวกับความสำคัญของการพักผ่อนและการนอนหลับ หลักในการดูแลช่วยเหลือผู้สูงอายุ ในการพักผ่อนนอนหลับ การป้องกันการเกิดแผลกดทับ การป้องกันห้ตก ประเภทของอุบัติเหตุที่ปรากฏใน ผู้สูงอายุ การดูแลเพื่อป้องกันอุบัติเหตุในผู้สูงอายุ หลักการปฐมพยาบาลผู้สูงอายุเบื้องต้น

ฝึกทักษะการดูแลสุขวิทยาส่วนบุคคลในผู้สูงอายุที่ปกติ และที่มีปัญหาด้านท่าทาง การเคลื่อนย้าย และการเคลื่อนไหว การเปลี่ยนอริยาบถ และการขับถ่ายของผู้สูงอายุ

0914320904 อาหารและโภชนาการสำหรับผู้สูงอายุ (14 : 35)

เรียนรู้เกี่ยวกับอาหารหลัก 5 หมู่ อาหารเพื่อรักษาสุขภาพ ความต้องการสารอาหารในผู้สูงอายุ ปัจจัยที่มีผลต่อความต้องการ หลักการจัดการอาหาร การจัดเตรียมและปรุงอาหารสำหรับผู้สูงอายุที่ปกติและที่ป่วย ปัญหาการรับประทานอาหารของผู้สูงอายุ อาหารที่ควรหลีกเลี่ยง การดูแลและป้อนอาหารสำหรับผู้สูงอายุหรือมี ปัญหาด้านโภชนาการ ระบบย่อยอาหารหรือ โรคที่มีกพบในผู้สูงอายุ

ฝึกทักษะการจัดรายการอาหาร การเตรียมอาหาร การประกอบอาหาร และการให้อาหารแก่ ผู้สูงอายุที่ปกติและที่ป่วย

0914320905 นันทนาการและการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ (14 : 35)

เรียนรู้เกี่ยวกับความสำคัญของนันทนาการและการออกกำลังกายที่เหมาะสม เพื่อสุขภาพอนามัย ของผู้สูงอายุ ข้อห้ามและข้อจำกัดในการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ วิธีการและชนิดของการออกกำลังกาย ใน ผู้สูงอายุ การบริหารข้อต่อ กล้ามเนื้อ การนวดเพื่อสุขภาพ การจัดเตรียมกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุ ประเภทของนันทนาการ ข้อคำนึงและแนวทางการจัดกิจกรรมนันทนาการในผู้สูงอายุ

ฝึกทักษะการจัดกิจกรรมนันทนาการและการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ การเป็นผู้ดำเนินการ ออกกำลังกายในผู้สูงอายุที่ปกติและที่มีปัญหาเกี่ยวกับท่าทางและการไหว

0914320906 การปฏิบัติตนในอาชีพผู้ดูแลผู้สูงอายุ (7 : 14)

เรียนรู้การปรับตัวให้เข้ากับสังคมและวัฒนธรรมของนายจ้าง การสร้างจิตสำนึกในการให้บริการ และช่วยเหลือผู้อื่น มีความซื่อสัตย์ ขยัน อดทน และกระตือรือร้นในการทำงาน มีความรับผิดชอบในหน้าที่ ของตนเอง รวมทั้งมีการพัฒนาบุคลิกภาพด้านกริยามารยาท การใช้ภาษาในการพูด การแต่งกาย การรับประทาน อาหาร การวางตัวที่เหมาะสมในการทำงานร่วมกับครอบครัวของเด็กและผู้สูงอายุ หรือการทำงานในองค์กรและ ชุมชน

ฝึกทักษะการพัฒนาบุคลิกภาพด้านต่าง ๆ ให้เหมาะสมกับวิชาชีพ

สถานเลี้ยงเด็กเอกชน กฎหมายที่เกี่ยวข้องกับการทำงานเกี่ยวกับการเป็นผู้ดูแลเด็กหรือผู้สูงอายุ ตัญญาจ้างและ การบอกเลิกจ้าง การปกป้องสิทธิประโยชน์ของตนเองในการประกอบอาชีพ ผลของการไม่ปฏิบัติตามกฎหมาย

### 5.3.2 หมวดความรู้ความสามารถหลัก

0914320901 ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับการดูแลผู้สูงอายุ (14 : 21)

เรียนรู้เกี่ยวกับพฤติกรรม ความสนใจ ความต้องการ ความรู้สึกนึกคิด การปรับตัวของผู้สูงอายุ ภาวะสุขภาพกายและสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพของผู้สูงอายุ ปัญหาและความต้องการของ ผู้สูงอายุ การเปลี่ยนแปลงสภาพทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคมของผู้สูงอายุ การปรับตัวและปฏิกิริยาของ ผู้สูงอายุที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงสภาพในวัยสูงอายุ การบรรเทาความวิตกกังวลของผู้สูงอายุ การประเมินสภาพ การเปลี่ยนแปลงเบื้องต้นของผู้สูงอายุ แนวทางการดูแลผู้สูงอายุที่มีปัญหาสุขภาพ การส่งเสริมให้เกิดพัฒนาการ ด้านร่างกายและจิตใจที่เหมาะสมต่อวัยของผู้สูงอายุ โรคของผู้สูงอายุที่เป็น โดยส่วนมาก แนวทางการดูแล ผู้สูงอายุที่เจ็บป่วยเป็นโรค

0914320902 งานพื้นฐานในการบริหารผู้สูงอายุ (14 : 35)

เรียนรู้หลักการพื้นฐานในการบริหารเบื้องต้นสำหรับผู้สูงอายุ การวัดอุณหภูมิ ชีพจร และความ ดันโลหิต หลักการทั่วไปในการทำแผล การบริหาร การทำเตียง การช่วยปฏิบัติการกิจประจำวันให้แก่ผู้สูงอายุ หลักการทั่วไปในการทำแผล การให้ยาผู้สูงอายุที่ป่วย การช่วยเหลือผู้สูงอายุเปลี่ยนอริยาบท เช่น การเลื่อน ผู้สูงอายุมาหัวเตียง การเลื่อนผู้สูงอายุมาริมเตียง การพลิกตะแคงตัวผู้สูงอายุ การพยุงผู้สูงอายุลงจากเตียง การพยุงผู้สูงอายุนั่งเก้าอี้ การพยุงผู้สูงอายุเดิน การป้อนอาหาร การให้อาหารทางสายยาง การบันทึกการดื่มน้ำ คึ้มและปัสสาวะเพื่อการวินิจฉัยโรค หลักการบันทึกพฤติกรรมและเหตุการณ์ประจำวันของผู้สูงอายุ การจัดเก็บ และทำความสะอาดอุปกรณ์ เครื่องใช้ของผู้สูงอายุ

ฝึกทักษะการดูแลผู้สูงอายุในด้านต่าง ๆ และการบันทึกพฤติกรรมและเหตุการณ์ประจำวัน

0914320903 การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ (14 : 35)

เรียนรู้เกี่ยวกับหลักการทั่วไปในการรักษาสุขภาพกายและจิตใจของผู้สูงอายุ ความหมายและ ความสำคัญของสุขวิทยา หลักการดูแลสุขวิทยาส่วนบุคคล การทำความสะอาดร่างกายส่วนต่าง ๆ การแต่งตัว การเลือกใช้เสื้อผ้า การบริหารให้ผู้สูงอายุสุขภาพสบาย เช่น การนวดและการถูหลัง การใช้น้ำช่วยลดความร้อนใน ร่างกาย การสระผม การประคบด้วยความร้อน การใช้กระเป๋าน้ำร้อนน้ำแข็ง การแช่เท้าด้วยน้ำอุ่น

0914329900 การวัดและประเมินผล (1 : 6)  
ประเมินความรู้ความสามารถของผู้รับการฝึก โดยการทดสอบ

### 5.3.3 หมวดความรู้ความสามารถเสริม

0914330104 คอมพิวเตอร์เบื้องต้น (7 : 14)  
เรียนรู้เกี่ยวกับส่วนประกอบของเครื่องคอมพิวเตอร์ รหัสข้อมูลและการวัดขนาดข้อมูล คือ  
บันทึกข้อมูล ไวรัสคอมพิวเตอร์ จรรยาบรรณผู้ปฏิบัติงานด้านคอมพิวเตอร์  
ฝึกทักษะการบำรุงรักษาคอมพิวเตอร์อย่างถูกวิธี การใช้ระบบปฏิบัติการและโปรแกรม  
คอมพิวเตอร์สำเร็จรูป การใช้อินเทอร์เน็ตเบื้องต้น

0914330105 ภาษาอังกฤษในการทำงาน (14 : 21)  
เรียนรู้และฝึกทักษะเบื้องต้นในการพูด การฟัง การอ่าน การเขียน และแปลความหมายของ  
ศัพท์เทคนิค คู่มือการใช้งานของอุปกรณ์ และเครื่องมือเครื่องจักร ตลอดจนคำเตือนต่าง ๆ การใช้ภาษาในงานด้าน  
ธุรกิจบริการ และในชีวิตประจำวัน

0914330106 การประกอบธุรกิจส่วนตัว (21 : 0)  
เรียนรู้เกี่ยวกับความหมายและประเภทของการประกอบธุรกิจ ประเภทสินค้าและการให้บริการ  
สู่ทางการประกอบธุรกิจส่วนตัว การเตรียมความพร้อมในการประกอบธุรกิจส่วนตัว การศึกษาช่องทางธุรกิจ  
เงินทุนเริ่มต้น ปัจจัยในการผลิต ทำเลที่ตั้ง สถานที่และอุปกรณ์ การจัดทำงบประมาณและการจัดทำบัญชี  
อย่างง่าย การคิดต้นทุนและกำไร/ขาดทุน การดำเนินงานด้านการตลาด จิตสำนึกในการให้บริการ  
ความรับผิดชอบต่อสังคม

.....