

หลักสูตรการฝึกยกระดับฝีมือ

สาขา นักส่งเสริมสุขภาพแบบองค์รวม สปาตะวันตก (วาริบำบัด) ระดับ 1

(Holistic Health Promotion Therapist , Western Spa Hydrotherapy Level 1)

รหัสหลักสูตร 0920017430306

กรมพัฒนาฝีมือแรงงาน กระทรวงแรงงาน

1. วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้ ทักษะ และมีความพร้อมทั้งร่างกาย จิตใจ ตลอดจนมีทัศนคติที่ดี ต่อการประกอบอาชีพนักส่งเสริมสุขภาพแบบองค์รวม สปาตะวันตก (วาริบำบัด) ระดับ 1 และสามารถปฏิบัติงานได้ดังนี้

1.1 มีความรู้และทักษะ บุคลิกภาพ การแต่งกาย การให้บริการ ทัศนคติและจรรยาบรรณของผู้ให้บริการสปา

1.2 ปฏิบัติงานได้ตามเกณฑ์มาตรฐานฝีมือแรงงานแห่งชาติ สาขานักส่งเสริมสุขภาพแบบองค์รวม สปาตะวันตก (วาริบำบัด) ระดับ 1

1.3 มีความรู้กายวิภาคศาสตร์และสรีรวิทยา สุขอนามัยในสปาและโรคเบื้องต้น

1.4 มีความรู้ สามารถดูแลส่งเสริมสุขภาพโดยใช้น้ำมันหอมระเหยบำบัดเพื่อสุขภาพ

1.5 สามารถนำไปประกอบอาชีพได้อย่างถูกต้อง ไม่ขัดต่อระเบียบและกฎหมาย

2. ระยะเวลาการฝึก

ผู้รับการฝึกจะได้รับการฝึกในภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ โดยสถาบันพัฒนาฝีมือแรงงานภาค หรือศูนย์พัฒนาฝีมือแรงงานจังหวัด หรือศูนย์พัฒนาฝีมือแรงงานกรุงเทพมหานคร หรือหน่วยงานอื่นที่เกี่ยวข้องในการพัฒนาฝีมือแรงงาน โดยใช้ระยะเวลาในการฝึก 72 ชั่วโมง

3. คุณสมบัติของผู้รับการฝึก

3.1 มีอายุไม่ต่ำกว่า 18 ปีบริบูรณ์นับถึงวันสมัครเข้ารับการฝึกอบรม

3.2 จบการศึกษาไม่ต่ำกว่าภาคบังคับ

3.3 เป็นผู้ที่มีสุขภาพร่างกายและมีจิตใจสมบูรณ์ แข็งแรง มีบุคลิกภาพที่เหมาะสม ไม่มีความพิการหรือผิดปกติทางด้านร่างกายและจิตใจที่เป็นอุปสรรคต่อการฝึกอบรม

4. วุฒิบัตร

ชื่อเต็ม : วุฒิบัตรพัฒนาฝีมือแรงงาน สาขา นักส่งเสริมสุขภาพแบบองค์รวม สปาตะวันตก (วาริบำบัด) ระดับ 1

ชื่อย่อ : วพร. นักส่งเสริมสุขภาพแบบองค์รวม สปาตะวันตก (วาริบำบัด) ระดับ 1

ผู้รับการฝึกที่ฝึกจบหลักสูตร โดยมีระยะเวลาฝึกตามหลักสูตร ไม่น้อยกว่าร้อยละ 80 และผ่านการวัดผลและประเมินผล จะได้รับวุฒิบัตรพัฒนาฝีมือแรงงาน สาขา นักส่งเสริมสุขภาพแบบองค์รวม สปาตะวันตก (วาริบำบัด) ระดับ 1

5. หัวข้อวิชา

รหัส	หัวข้อวิชา	ชั่วโมง	
		ทฤษฎี	ปฏิบัติ
0924310101	บุคลิกภาพและการแต่งกาย	1	-
0924310102	มาตรฐานการต้อนรับ และการจัดสถานที่	1	-
0924310103	ทัศนคติและจรรยาบรรณของผู้ให้บริการสปา	1	-
0924310104	กฎหมายและการคุ้มครองผู้บริโภค	1	-
0924340201	ปรัชญาการแพทย์ทางเลือกและการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม	3	-
0924340202	ประวัติความเป็นมาของสปา	1	-
0924340203	ความรู้พื้นฐานกายวิภาคศาสตร์และสรีรวิทยา	18	-
0924340204	สุขอนามัยในสปาและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น	1	-
0924340205	การฝึกฝนทางจิตใจ (Mind practice)*	3	-
0924330206	ความรู้พื้นฐานของวาริบำบัดและการประยุกต์ใช้	6	6
0924330207	การอบเซาน่า (Sauna)	3	3
0924330208	การอบไอน้ำ (Steam)	3	3
0924330209	การใช้อ่างน้ำวน (Whirlpool)	3	3
0924330210	การอาบน้ำแร่และทะเลบำบัด (Mineral and Thalasso therapy)	3	3
0924339901	การวัดผลและประเมินผล	2	4
รวม		50	22
		72	

หมายเหตุ *ฝึกปฏิบัติจริงทุกครั้งก่อนการเรียนภาคปฏิบัติ

6. เนื้อหาวิชา

- 0924310101 บุคลิกภาพและการแต่งกาย (1 : 0)
วัตถุประสงค์รายวิชา
เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้เกี่ยวกับบุคลิกภาพและการแต่งกายได้อย่างถูกต้อง
คำอธิบายรายวิชา
ศึกษาและพัฒนาบุคลิกภาพและการแต่งกายให้เหมาะสมในการให้บริการแก่ลูกค้า ผู้เรียนจะต้องดูแลตนเองเพื่อให้มีลักษณะของผู้เชี่ยวชาญ นับตั้งแต่การแต่งกาย การแต่งหน้า การแต่งผม และลักษณะที่ปรากฏ จะต้องให้ความสำคัญในเรื่องอนามัยส่วนตัวที่เกี่ยวข้องกับการรักษาความสะอาด เข้าใจมาตรฐานการต้อนรับ การเตรียมงาน การจัดเตรียมงาน
- 0924310102 มาตรฐานการต้อนรับ และการจัดสถานที่ (1 : 0)
วัตถุประสงค์รายวิชา
เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้ความสามารถเกี่ยวกับมาตรฐานการต้อนรับ และการจัดสถานที่ได้อย่างถูกต้อง
คำอธิบายรายวิชา
ศึกษาและสามารถบอกขั้นตอนการจัดเตรียมห้องปฏิบัติการนวด โดยการเตรียมเตียง ผ้าขนหนู เสื้อคลุม รองเท้าแตะ รถเข็นวางของและถังขยะได้
ศึกษาและสามารถบอกขั้นตอนการต้อนรับ บอกขั้นตอนการให้ลูกค้าปฏิบัติก่อนการนวด การบันทึกการนัดหมาย การจัดเตรียมสถานที่และอุปกรณ์ที่ใช้สำหรับการทำงานในสปา
- 0924310103 ทักษะการบริการและจรรยาบรรณของผู้ให้บริการสปา (1 : 0)
วัตถุประสงค์รายวิชา
เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้เกี่ยวกับทักษะการบริการและจรรยาบรรณของผู้ให้บริการสปาได้อย่างถูกต้อง
คำอธิบายรายวิชา
ศึกษาและเรียนรู้เกี่ยวกับทักษะการปฏิบัติงานที่ตรงต่อเวลา รักษาระเบียบวินัย มีความซื่อสัตย์และประหยัด เข้าใจจรรยาบรรณของการเป็นผู้ให้บริการและการวางตัวที่ดีของผู้ให้บริการ ทักษะการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ จิตวิทยาและคุณภาพการให้บริการและการทำงานร่วมกับผู้อื่น มีมาตรฐานในการปฏิบัติงาน สามารถสอบถามประวัติและให้คำปรึกษาแก่ลูกค้าก่อนและหลังการให้บริการ และการจัดการกับข้อร้องเรียนของลูกค้า

0924310104 กฎหมายและการคุ้มครองผู้บริโภค (1 : 0)

วัตถุประสงค์รายวิชา

เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้เกี่ยวกับขั้นตอนกฎหมายและการคุ้มครองผู้บริโภค ได้อย่างถูกต้อง

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาเกี่ยวกับกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับกิจการสปา มาตรฐานสถานประกอบการสปาเพื่อสุขภาพ นวดเพื่อสุขภาพ และนวดเสริมสวย สิทธิและการคุ้มครองผู้บริโภค กฎหมายการล่วงละเมิดทางเพศ ความเสมอภาคหญิง-ชาย

0924340201 ปรัชญาการแพทย์ทางเลือกและการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม (3 : 0)

วัตถุประสงค์รายวิชา

เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้เกี่ยวกับปรัชญาการแพทย์ทางเลือกแบบองค์รวมได้อย่างถูกต้องและความรู้เรื่อง การดูแลสุขภาพแบบองค์รวมได้อย่างถูกต้อง

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาเกี่ยวกับประวัติความเป็นมาและการพัฒนาของการแพทย์ทางเลือก ศึกษาเปรียบเทียบข้อแตกต่างระหว่างการแพทย์ทางเลือกกับการแพทย์แบบแผน ศึกษาเกี่ยวกับความโน้มเอียงที่ถูกต้องและไม่ถูกต้องของการแพทย์ทางเลือกในปัจจุบัน เพื่อนำไปสู่การส่งเสริมสุขภาพแบบองค์รวมได้อย่างถูกต้อง

0924340202 ประวัติความเป็นมาของสปา (1 : 0)

วัตถุประสงค์รายวิชา

เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้เกี่ยวกับประวัติความเป็นมาของสปาได้อย่างถูกต้อง

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาเกี่ยวกับประวัติความเป็นมาของสปา ความหมายและประเภทของสปา องค์ประกอบและมาตรฐานสปา ความคาดหวังของลูกค้า การจัดรูปแบบของสปา บรรยากาศของสปา และประโยชน์ที่ได้รับจากการทำสปา องค์กรที่เกี่ยวข้องกับธุรกิจสปา

0924340203 ความรู้พื้นฐานกายวิภาคศาสตร์และสรีรวิทยา (18 : 0)

วัตถุประสงค์รายวิชา

เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้เกี่ยวกับความรู้พื้นฐานกายวิภาคศาสตร์และสรีรวิทยาได้อย่างถูกต้อง

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาทบทวนความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับกายวิภาคศาสตร์และสรีรวิทยาของร่างกายเกี่ยวกับ โครงสร้างและหน้าที่ผิวหนัง (Skin structure and function) ระบบโครงกระดูก (Skeleton system) และระบบกล้ามเนื้อ (Muscular system) ระบบประสาท (Nervous system) ระบบหัวใจและหลอดเลือด (Cardiovascular system) ระบบหายใจ (Respiratory system) ระบบย่อยอาหาร (Digestive system)

ระบบขับถ่ายปัสสาวะ (Urinary system) และระบบต่อมไร้ท่อ (Endocrine system) โดยเน้นความสัมพันธ์
ของระบบดังกล่าวกับผลของการนวดเพื่อสุขภาพในสปา

0924340204 สุขอนามัยในสปาและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น (1 : 0)

วัตถุประสงค์รายวิชา

เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้เกี่ยวกับสุขอนามัยในสปาและการปฐมพยาบาลเบื้องต้นได้อย่างถูกต้อง

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาเกี่ยวกับการรักษาสุขอนามัยในสถานที่ทำงาน และสุขอนามัยของผู้ให้บริการ รวมถึง
โรคผิวหนังที่ควรทราบ การป้องกันและควบคุมการแพร่กระจายเชื้อโรค การทำให้ปราศจากเชื้อ การเลือกใช้วิธี
กำจัดเชื้อโรคอย่างเหมาะสม และวิธีการปฐมพยาบาลเบื้องต้นในสถานประกอบการ

0924340205 การฝึกฝนทางจิตใจ (Mind practice) (3 : 0)

วัตถุประสงค์รายวิชา

เพื่อให้ผู้รับการฝึกเรียนรู้หลักการฝึกสมาธิ การเจริญสติ การเจริญเมตตา

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาเกี่ยวกับหลักการฝึกสมาธิ การเจริญสติและการเจริญเมตตา เพื่อสร้างคุณภาพทางจิตใจ
ของผู้ทำงานด้านสุขภาพองค์รวม นำไปสู่การใช้ในการดำเนินชีวิตของตนเองและการให้บริการที่ดี

0924330206 ความรู้พื้นฐานของวาริบำบัดและการประยุกต์ใช้ (6 : 6)

วัตถุประสงค์รายวิชา

เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้ ความสามารถเกี่ยวกับความรู้พื้นฐานของวาริบำบัดและทฤษฎีวาริบำบัดได้
อย่างถูกต้อง

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาเกี่ยวกับการใช้น้ำในการส่งเสริมสุขภาพ การทำให้ผ่อนคลาย การใช้น้ำร้อน น้ำเย็น
น้ำแข็ง หรือไอน้ำ โดยการแช่ในอ่างน้ำเย็น อ่างน้ำร้อน อ่างนึ่ง ประคบความเย็นหรือร้อน

ฝึกปฏิบัติการใช้น้ำในการส่งเสริมสุขภาพ การทำให้ผ่อนคลาย การใช้น้ำร้อน น้ำเย็น น้ำแข็ง
หรือไอน้ำ โดยการแช่ในอ่างน้ำเย็น อ่างน้ำร้อน อ่างนึ่ง ประคบความเย็นหรือร้อน

0924330207 การอบเซาน่า (Sauna) (3 : 3)

วัตถุประสงค์รายวิชา

เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้ ความสามารถเกี่ยวกับการอบเซาน่า (Sauna) ได้อย่างถูกต้อง

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาและปฏิบัติเกี่ยวกับการอบเซาน่า (Sauna) ผลของเซาน่าและประโยชน์ รวมถึงข้อห้าม
และข้อควรระวัง การดูแลห้องเซาน่าและการเตรียมห้องเซาน่า และปฏิบัติการเกี่ยวกับการใช้เซาน่าได้

ฝึกปฏิบัติการอบเซาน่า (Sauna) ผลของเซาน่าและประโยชน์ รวมถึงข้อห้าม และข้อควรระวัง การดูแลห้องเซาน่าและการเตรียมห้องเซาน่า และปฏิบัติการเกี่ยวกับการใช้เซาน่าได้

0924330208 การอบไอน้ำ (Steam) (3 : 3)

วัตถุประสงค์รายวิชา

เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้ ความสามารถเกี่ยวกับการอบไอน้ำ (Steam) ได้อย่างถูกต้อง

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาเกี่ยวกับการอบไอน้ำ (Steam) ตู้อบไอน้ำ (Steam cabinet) ห้องอบไอน้ำ (Steam room) การดูแลตู้อบไอน้ำและห้องอบไอน้ำ ผลของการอบไอน้ำต่อร่างกาย ประโยชน์ ข้อห้ามและข้อควรระวัง รวมทั้งการปฏิบัติการเกี่ยวกับการใช้ตู้และห้องอบไอน้ำได้

ฝึกปฏิบัติการอบไอน้ำ (Steam) ตู้อบไอน้ำ (Steam cabinet) ห้องอบไอน้ำ (Steam room) การดูแลตู้อบไอน้ำและห้องอบไอน้ำ ผลของการอบไอน้ำต่อร่างกาย ประโยชน์ ข้อห้ามและข้อควรระวัง รวมทั้งการปฏิบัติการเกี่ยวกับการใช้ตู้และห้องอบไอน้ำได้

0924330209 การใช้อ่างน้ำวน (Whirlpool) (3 : 3)

วัตถุประสงค์รายวิชา

เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้ ความสามารถเกี่ยวกับการใช้อ่างน้ำวน (Whirlpool) ได้อย่างถูกต้อง

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาเกี่ยวกับ การใช้อ่างน้ำวน (Whirlpool) ข้อสังเกตเกี่ยวกับการติดตั้งอ่างน้ำวน และผลของการใช้อ่างน้ำวน

ฝึกปฏิบัติการใช้อ่างน้ำวน (Whirlpool) ข้อสังเกตเกี่ยวกับการติดตั้งอ่างน้ำวน และผลของการใช้อ่างน้ำวน

0924330210 การอาบน้ำแร่และทะเลบำบัด (Mineral and thalassotherapy) (3 : 3)

วัตถุประสงค์รายวิชา

เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้ ความสามารถเกี่ยวกับการอาบน้ำแร่และทะเลบำบัด ได้อย่างถูกต้อง

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาเกี่ยวกับประโยชน์ของการอาบน้ำแร่ ข้อห้าม-ข้อควรระวัง ประโยชน์ของการอาบน้ำทะเล และการหมกทรายเพื่อสุขภาพ รวมทั้งข้อห้ามและข้อควรระวัง

ฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับการอาบน้ำแร่ ข้อห้าม-ข้อควรระวัง การอาบน้ำทะเลและการหมกทรายเพื่อสุขภาพ รวมทั้งข้อห้ามและข้อควรระวัง

0924339901 การวัดผลและประเมินผล

(2 : 4)

วัดและประเมินผลความรู้และทักษะเกี่ยวกับกายวิภาคศาสตร์และสรีรวิทยา ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับวาริบำบัตและความสามารถในการปฏิบัติงานเกี่ยวกับวาริบำบัต

ผู้จัดทำหลักสูตร

- | | |
|--------------------------------|---|
| 1. นายแพทย์บรรจบ ชุณหสวัสติกุล | ศูนย์ธรรมชาติบำบัดบัลวิ |
| 2. นางจันทร์จิรา ม่วงน้อยเจริญ | โรงเรียนความงามและสปาแลนนไทย |
| 3. นางสาวโสณัชดา ปานชี | โรงเรียนความงามและสปาแลนนไทย |
| 4. นางชมพร โล่หัวชรินทร์ | นักวิชาการพัฒนาฝีมือแรงงานชำนาญการพิเศษ
สำนักพัฒนาผู้ฝึกและเทคโนโลยีการฝึก |
| 5. นางสาววิราภรณ์ บุราณ | นักวิชาการพัฒนาฝีมือแรงงานชำนาญการ
สถาบันพัฒนาฝีมือแรงงานภาค 5 นครราชสีมา |
| 6. นางณัฐวัลย์ น้ำทอง | นักจัดการงานทั่วไปชำนาญการ
สำนักงานเลขาธิการกรม |
| 7. นายเอกราช สำเภาเงิน | นักวิชาการพัฒนาฝีมือแรงงานชำนาญการ
สำนักพัฒนาผู้ฝึกและเทคโนโลยีการฝึก |
| 8. นางธัญยจิรา ธนภัทร์พูนสิน | เจ้าพนักงานธุรการชำนาญงาน
สถาบันพัฒนาฝีมือแรงงานภาค 5 นครราชสีมา |
| 9. นางอรอนงค์ เอี่ยมอำภา | นายช่างศิลป์ชำนาญงาน
สำนักพัฒนาผู้ฝึกและเทคโนโลยีการฝึก |
| 10. นางพิชฎาภัสร์ ชัยวงศ์ | นักวิชาการพัฒนาฝีมือแรงงาน
ศูนย์พัฒนาฝีมือแรงงานจังหวัดน่าน |
| 11. นางสาวธิดา เตชะรัฐ | นักวิชาการพัฒนาฝีมือแรงงาน
สำนักพัฒนาผู้ฝึกและเทคโนโลยีการฝึก |
| 12. นางเดือนจิต สิทธิศักดิ์ | นักวิชาการพัฒนาฝีมือแรงงาน
ศูนย์พัฒนาฝีมือแรงงานจังหวัดภูเก็ต |

