

เนื้อหาของหลักสูตรผู้ดำเนินการสปา ๑๐๐ ชั่วโมง

หมวดวิชา	คำอธิบาย	จำนวนชั่วโมง		
		ทฤษฎี	ปฏิบัติ	รวม
๑. หมวดวิชาความรู้พื้นฐาน		๑๖	๒	๑๘
๑.๑ ความรู้ทั่วไปเรื่องสปา	ประวัติความเป็นมา วิวัฒนาการของสปา ความหมายของสปาในแบบต่าง ๆ ประเภทของสปา มาตรฐานสปาระดับสากล และการจัดบริการต่าง ๆ ในสปา	๑		
๑.๒ สุขภาพองค์รวม	แนวคิดสุขภาพ ปัจจัยกำหนดสุขภาพ สถานะสุขภาพ องค์ประกอบของสมรรถภาพทางกาย ความเชื่อมโยงของสุขภาพและวิถีปฏิบัติเพื่อการมีสุขภาพที่ดี (health and wellness) และการประยุกต์ใช้ในสปา	๕		
๑.๓ จิตวิทยาเพื่อการดำเนินงานสปา	หลักจิตวิทยาเบื้องต้น หลักการสื่อสารระหว่างบุคคล การวิเคราะห์พฤติกรรมผู้บริโภค แนวทางการประยุกต์ใช้หลักการจิตวิทยามาใช้ในงานบริการ เทคนิคการให้การปรึกษา	๒		
๑.๔ การพัฒนาบุคลิกภาพของผู้ดำเนินการสปา	การศึกษาการพัฒนาบุคลิกภาพทั้งภายในและภายนอกของผู้ดำเนินการสปา รูปแบบบุคลิกภาพ การพัฒนาบุคลิกภาพ ด้านความคิดและความรู้สึก ด้านการสื่อสาร ด้านพฤติกรรม การแต่งกาย และการแต่งหน้าทำผม บุคลิกภาพแปรปรวนหรือผิดปกติ	๓		
๑.๕ สุขภาพ สุขอนามัย และภาวะสุขภาพดี	สุขลักษณะทั่วไปของสถานประกอบการตั้งแต่สถานที่ตั้ง การรักษาความสะอาดความเป็นระเบียบเรียบร้อย การระบายอากาศ การจัดแสงสว่าง การจัดการสิ่งปฏิกูล การกำจัดขยะมูลฝอย การดูแลและบำบัดน้ำเสีย การจัดการน้ำใช้ การป้องกันพาหะนำโรค การจัดการด้านความปลอดภัยในสปา สุขอนามัยผู้ปฏิบัติงานโรคติดต่อและโรคผิวหนังที่เกิดขึ้นจากการบริการในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพที่ได้มาตรฐาน การใช้เคมีภัณฑ์เพื่อการลดการแพร่กระจายเชื้อ การสงวนรักษาทรัพยากร พลังงาน และสิ่งแวดล้อมด้วยการเลือกใช้ผลิตภัณฑ์และการประยุกต์ใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นอย่างเหมาะสม เพื่อลดภาวะโลกร้อน (global warning)	๓		
๑.๖ การปฐมพยาบาลเบื้องต้น	การปฐมพยาบาล การใช้ยาเบื้องต้น ยาสามัญประจำบ้านและเวชภัณฑ์ที่ไม่ใช่ยา การประเมินอาการและการส่งต่อ	๒	๒	
๒. หมวดวิชาความรู้เฉพาะสาขา		๕๔	๒๔	๗๘
๒.๑ การบริการเพื่อสุขภาพ		๒๔	๑๓	๓๗

หมวดวิชา	คำอธิบาย	จำนวนชั่วโมง		
		ทฤษฎี	ปฏิบัติ	รวม
(๑) การนวดเพื่อสุขภาพ	กายวิภาคและสรีรวิทยาที่เกี่ยวข้องกับการนวด การนวดประเภทต่าง ๆ การนวดไทย (thai Massages) การนวดโดยใช้น้ำมันหอมระเหย (aroma massages) การนวดแบบสวีดิช (swedish massages) ประโยชน์ โทษ ข้อห้าม ข้อควรระวังในการนวดประเภทต่าง ๆ	๕	๔	
(๒) การใช้น้ำและอุณหภูมิเพื่อสุขภาพ(วาริบำบัด)	ความหมายคุณสมบัติทางกายภาพของน้ำ ผลทางสรีรวิทยาต่อการใช้ น้ำ และอุณหภูมิในลักษณะต่างๆ เทคนิคการใช้น้ำและอุณหภูมิเพื่อสุขภาพ ที่นิยมใช้ในสปา การออกกำลังกายในน้ำเพื่อการส่งเสริมสุขภาพ และ ความรู้พื้นฐานในศาสตร์ Balneotherapy และ Thalassotherapy รวมไปถึงข้อห้ามและข้อควรระวังในการใช้น้ำและอุณหภูมิเพื่อสุขภาพ	๓		
(๓) สุนทรบำบัด	ความหมายของสุนทรบำบัด คุณสมบัติ หลักการสกัด วิธีการใช้ การผสม เบื้องต้น ประโยชน์ ข้อบ่งชี้ ข้อห้ามข้อควรระวังของน้ำมันหอมระเหย และการนำไปใช้ในการส่งเสริมสุขภาพ	๓	๕	
(๔) การดูแลผิวหน้าและผิวกาย	กายวิภาคศาสตร์และสรีรวิทยาเบื้องต้นของผิวหน้า หลักการดูแล การวิเคราะห์ผิวหน้า ขั้นตอนการทำความสะอาดผิวหน้า(cleansing) การปรับสภาพผิวหน้า (toning) การขัดผิว (scrub or exfolating) การนวดหน้า (massage) การพอกหน้า (mask) การบำรุงผิว (moisturising) และขั้นตอนการดูแลผิวกาย (body treatment) การทำความสะอาด การใช้โลชั่นสมานผิว การขัดผิว การพอกผิว (body mask) การพันตัว (body wrap) ปัญหาเกี่ยวกับผิวที่พบบ่อย การแพ้ การระคายเคือง ข้อห้ามและข้อควรระวังและการเลือกใช้ผลิตภัณฑ์ สุขอนามัยในการดูแลผิวหน้าและผิวหน้า	๕	๔	
(๕) การดูแลความงามของเส้นผม มือ เท้า เล็บมือ และเล็บเท้า	กายวิภาคศาสตร์และสรีรวิทยาของเส้นผม มือ และเท้า เล็บมือและเล็บเท้า การดูแล เตรียมเครื่องมือเครื่องใช้ ขั้นตอนพื้นฐานในการบริการด้านความงาม ปัญหาที่พบบ่อย ข้อห้ามและข้อควรระวังในการให้บริการ และการเลือกใช้ผลิตภัณฑ์ สุขอนามัยในการบริการ	๓		
(๖) การกำจัดขน	ขั้นตอนวิธีการกำจัดขน การดูแล การเตรียมเครื่องมือเครื่องใช้ ปัญหาที่พบบ่อย ข้อห้ามและข้อควรระวังในการให้บริการ-การเลือกใช้ผลิตภัณฑ์ สุขอนามัยในการกำจัดขน	๒		
(๗) อาหารและเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ	ประเภทของอาหารและเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ หลักการจัดอาหารและเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพในสถานประกอบการสปา	๒		

หมวดวิชา	คำอธิบาย	จำนวนชั่วโมง		
		ทฤษฎี	ปฏิบัติ	รวม
(๘) การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ	ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการออกกำลังกาย การออกกำลังกายที่เหมาะสม ประโยชน์ของการออกกำลังกาย หลักสำคัญของการออกกำลังกายในสถานประกอบการ การออกกำลังกายโดยการโยคะ การผ่อนคลายอย่างลึก เทคนิคการหายใจด้วยหน้าท้อง	๑		
๒.๒ เอกลักษณะสปาไทย		๖	๕	๑๑
(๑) การส่งเสริมสุขภาพด้วยภูมิปัญญาไทย	ประวัติความเป็นมาและทฤษฎีการแพทย์แผนไทย การส่งเสริมสุขภาพแบบองค์รวมทางด้านกาย ได้แก่ อาหาร การออกกำลังกายแบบไทย การบริหารจิต เทคนิคการฝึกสมาธิแนวพุทธศาสนาและการฝึกสมาธิแนวอื่น ๆ ภูมิปัญญาพื้นบ้านของไทยที่ใช้ในการส่งเสริมสุขภาพ	๒	๓	
(๒) การประยุกต์วิถีไทยและวัฒนธรรมในธุรกิจสปา	วิถีไทยและการประยุกต์ใช้ภูมิปัญญา ศิลปะและวัฒนธรรมในธุรกิจสปา ตั้งแต่การต้อนรับ การบริการ การสร้างบรรยากาศในสถานประกอบการสปา การนำเอกลักษณ์ทางวัฒนธรรมของไทยมาประยุกต์ใช้	๒		
(๓) สมุนไพรไทยในสปา	สมุนไพรไทยประเภทต่าง ๆ ที่นำมาใช้ในธุรกิจสปา เช่น สมุนไพรหอม สมุนไพรอบตัว ประคบ แช่ อาบ อาหารเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ ชนิดคุณสมบัติ ประโยชน์ข้อห้าม ข้อควรระวังของสมุนไพรและฝึกปฏิบัติการทำผลิตภัณฑ์สมุนไพร	๒	๒	
๒.๓ การบริหารจัดการสปา		๒๒	๖	๒๘
(๑) กฎหมายและจรรยาบรรณผู้ประกอบการอาชีพ	(๑) พระราชบัญญัติสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ พ.ศ.๒๕๕๙ และกฎหมายที่เกี่ยวข้อง เช่น พ.ร.บ.สถานบริการ พ.ศ. ๒๕๐๙ พระราชบัญญัติการสาธารณสุข พ.ศ. ๒๕๓๕ พ.ร.บ.สถานพยาบาล พ.ศ. ๒๕๔๑ พ.ร.บ.การประกอบโรคศิลปะ พ.ศ. ๒๕๔๒ พ.ร.บ.คุ้มครองผู้บริโภค พ.ศ. ๒๕๒๒ เป็นต้น (๒) จริยธรรมการปฏิบัติตนของผู้ดำเนินการสปาเพื่อสุขภาพ กิริยามารยาท ทักษะติดต่ออาชีพ	๔		
(๒) การจัดการธุรกิจบริการสุขภาพ				
-การวางแผนการเงินและงบประมาณ	ความรู้พื้นฐาน ความหมายและวัตถุประสงค์ของการวางแผนทางการเงิน ความหมายของกระแสเงินสด (cash flow) ระยะเวลาการคืนทุน (pay back period) และจุดคุ้มทุน (break even point) การคำนวณหาระยะเวลาการคืนทุนและจุดคุ้มทุน ความรู้พื้นฐานและความหมายของการจัดทำงบประมาณ ความสำคัญของงบประมาณ กระบวนการจัดทำงบประมาณ	๓	๓	

หมวดวิชา	คำอธิบาย	จำนวนชั่วโมง		
		ทฤษฎี	ปฏิบัติ	รวม
-การบริหารบุคคลและ ทรัพยากร	ความรู้พื้นฐาน และความแตกต่างของการบริหารบุคคล และการบริหาร ทรัพยากรบุคคล กระบวนการบริหารบุคคลเบื้องต้น ความสำคัญของ การจัดการทรัพยากรบุคคล และแนวคิดการจัดการทรัพยากรมนุษย์ยุค ใหม่ การสรรหาและคัดเลือก การพัฒนาศักยภาพ การจัดสวัสดิการและ ผลตอบแทนการจูงใจ	๓		
-การตรวจสอบคุณภาพ และการประเมินผล	ความรู้เกี่ยวกับการตรวจสอบคุณภาพงานบริการในสปา คุณภาพของ บุคลากร คุณภาพผลิตภัณฑ์ คุณภาพของสถานบริการ ความรู้และ หลักการเกี่ยวกับการประเมินผล ความสำคัญ ประโยชน์และแบบ ประเมินผล เครื่องมือในการประเมินผล การวางแผน การลงมือทำ การ ตรวจสอบ และการปรับปรุงแก้ไข	๒		
-การพัฒนาและการ ออกแบบเมนูสปา	ความรู้เกี่ยวกับการให้บริการในสปา ความสำคัญของสปาเมนู หลักใน การพิจารณาออกแบบ ข้อเสนอแนะในการออกแบบ	๒		
-การวางแผนการตลาด และบริหารตราสินค้า	ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการตลาดและการวางแผนการตลาด วิเคราะห์ คู่แข่ง การสร้างความได้เปรียบทางการแข่งขัน (business intelligence) การวิเคราะห์ปัจจัยภายในองค์กร กลยุทธ์ทางการตลาด ประมาณการ ขาย ส่วนประสมทางการตลาดบริการ ๗P ๔C หลักการพื้นฐานการ บริหารตราสินค้า ตำแหน่งของตราสินค้า (brand positioning) ความ ซื่อสัตย์ต่อตราสินค้า (brand royalty)	๓		
-การจัดทำคู่มือมาตรฐาน การจัดการ	ความหมายและความสำคัญของ SOP โครงสร้างของการเขียน SOP จุดมุ่งหมาย (purpose) ขอบเขต (scope) ข้อกำหนดเบื้องต้น (prerequisites) ความรับผิดชอบ (responsibilities) ขั้นตอน (procedure) อ้างอิง (refernce) คำนิยาม (difinition)	๒		
(๓) ทักษะการสื่อสารใน ธุรกิจสปา	หลักการสื่อสารเบื้องต้น ความสำคัญของการสื่อสาร การเลือกใช้ภาษา ทั้งวัจนะและอวัจนะภาษา ปัญหาและอุปสรรคในการสื่อสาร เทคนิค ลูกค้าสัมพันธ์ การใช้ภาษาอังกฤษหรือภาษาอื่นๆที่จำเป็นและเกี่ยวข้อง กับการสื่อสารทั่วไป ศัพท์เทคนิคที่จำเป็นเกี่ยวกับการบริการและ ผลิตภัณฑ์ในสปา ฝึกปฏิบัติ ทักษะการสื่อสารกับลูกค้า	๓	๓	
๒.๔ หมวดวิชาผลิตภัณฑ์ เครื่องมือและอุปกรณ์ที่ใช้ ในสปา	การเลือกใช้ผลิตภัณฑ์ เครื่องมือ อุปกรณ์ที่เหมาะสม การดูแลความ สะอาดและการเก็บรักษาผลิตภัณฑ์ เครื่องมือและอุปกรณ์ให้อยู่ในสภาพ พร้อมใช้ และความปลอดภัยในการใช้ ข้อห้าม ข้อควรระวังในการใช้ เครื่องมือและอุปกรณ์ ฉลากเครื่องสำอาง และการกำกับดูแลการใช้ ผลิตภัณฑ์	๒		
๓. หมวดการฝึกปฏิบัติ			๔	๔

หมวดวิชา	คำอธิบาย	จำนวนชั่วโมง		
		ทฤษฎี	ปฏิบัติ	รวม
	การศึกษาดูงานในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพที่ได้รับอนุญาต และ การทำรายงานจากการศึกษาดูงาน อย่างน้อย ๒ แห่ง			
	รวม	๗๐	๓๐	๑๐๐

หมายเหตุ เพิ่มวิชาการให้คำปรึกษาสำหรับประชาชน ๒ ชั่วโมง ความสำคัญ และประโยชน์การให้คำปรึกษา กระบวนการ การ