

課程名稱 | 芳香療法初體驗

課程屬性 生命與健康

課程編號 981-208

授課老師 謝詩瑩（及潘秋雲、李蘋宸、楊雅芳等老師）

最高學歷/ Torch Trinity Graduate University :Christian Counseling and School counseling

相關學經歷/ 1. 證照：韓國KPEI心理諮商師1級, 夫妻諮商師 1級、韓國女性家族部
家族暴力諮商師
美國ACSI國際學校諮商師、美國NAHA國際芳療師、美國IHA國際香草講師會員等等
2. 芳療經歷：台南社大講師(2006~2023)、首爾國際婦女協會課程統籌主席、首
爾國際婦女協會-英文芳療講師、化妝品應用學系講師、職訓局芳香療法專業班
講師, 芳香療法執照班、芳療從業人員培訓班特約講師、國內大學芳香療法研討
會講師等等
3. 諮商經歷：夫妻療癒營、社工療癒營、義工激勵退修營帶領人、中英文個人
、親子及夫妻諮商、駐韓美軍諮商等等
韓國多文化兒童事工 - 親子情緒工作坊、韓國台灣婦女協會 -
親子個性工作坊
韓國龍仁市孤兒院事工 -
兒童療癒活動團體(二年), 韓國龍仁市健康家庭支援中心 -
中低收入需求兒童週末工作坊

現職/ 專職芳療講師，夫妻與家庭諮商師

上課時間 每週一晚上07:00-09:50 第一次上課日期 2009年04月13日（星期一）

課程理念



關於這一門課：

1. 為什麼想開這門課？希望帶領學員共同學習甚麼

香氣分子在身體旅行。
嗅覺細胞解碼之後，輾轉傳到負責處理氣味，情緒與記憶的嗅腦，來影響神經細胞之間訊息的傳遞。
疾病分子在身體旅行。
透過享受香氣與認識常見保健問題，將身體裡的負面訊息降低，來預防問題突然而來的無所適從。

Selina老師活潑有趣的教學方式，實用多變的居家配方
帶你由淺而深進入芳香療法的國度領域
從美麗肌膚、肌肉酸痛到舒壓按摩、失眠憂鬱、個人獨家調配香氣、有機植物純露料理
每一堂課永遠有新的驚喜、每一堂課都有物超所值的感受
一起重新張開眼睛體會自己；感受週遭的人、事、物、植物、音樂、電影
重新與這個世界連結

愛美麗的學生族群對這門課有興趣

想增加個人魅力的上班族需要上這門課
 細心照顧全家健康的媽媽更覺得課程非常實用
 讓芳香療法來增加生活樂趣、照顧自己和家人
 擁有青春喜悅、保持身材苗條、健康身心容光煥發。

2. 修此門課需具備什麼條件？

年齡性別不拘、愛好自然與香氣的人士

3. 上課的方式是怎麼進行的？學生可以有什麼收穫？

前6週將由Selina老師網路同步教學+Paggy、Avon、Rita老師現場教學方式搭配
 後6週則全數由Selina老師現場教學(Diy教學--Avon、Rita老師)
 理論講授、植物幻燈片、電影觀看、按摩實習+學員親手調配實習
 從美麗肌膚、肌肉酸痛到壓力過大、失眠憂鬱
 學生將非常熟練於居家調配
 讓芳香療法來增加生活樂趣、照顧自己和家人

4. 如何取得學分？（評量方式）

課堂DIY實作、課堂發言與參與、作業、按摩實習、個案累積(1位/

3週)

使用教材| Selina老師編授講義每堂6~10大張

教材費| 1800 元

招生人數| 36 人（若非課程特殊需求，每班招收人數至少 35 人。）

學分收費| 2 學分 2000 元（12 週課程/一次上課 3 小時）

週次	上課日期	課程主題	課程內容
1	2009-04-13 晚上07:00~09:50	進入芳香療法的殿堂	1. 什麼是芳香療法 2. 古今中外芳香療法歷史/傳說故事 3. 現代芳香療法的發展 4. 各國芳療師制度介紹 5. 單萜烯精油的特色(1) *聞香品嚐聽故事--單萜烯--陽光葡萄柚(甜蜜義大利)
2	2009-04-20 晚上07:00~09:50	精油香精聞一聞	1. 精油的來源與定義 2. 各種精油萃取方法 3. 有機/傳統栽種/野生 4. 精油品質的認識 5. 真假精油比一比(聞香) 6. 精油產品的標示認清法 5. 單萜烯精油的特色(2) *聞香品嚐聽故事--單萜烯--陽光葡萄柚(甜蜜義大利)
3	2009-04-27 晚上07:00~09:50	芳療法保健品DIY	1. 居家常見保健問題 2. 居家常備精油簡介 3. 保健精油使用方法 4. 居家護理油膏 DIY實作(6)--蚊蟲叮咬膏(神奇紫草膏)
4	2009-05-04 晚上07:00~09:50	芳療法保養品DIY	1. 芳香療法的濃度計算 2. 美系/英系/法系濃度 3. 保養用/保健用精油的濃度 4. 身體各部位精油的濃度首則 5. 芳療級乳霜製作公式與技巧 6. 倍半萜醇類精油特色 *聞香品嚐聽故事--倍半萜醇--東印檀香/胡蘿蔔籽/廣藿香
5	2009-05-11 晚上07:00~09:50	5-1 生命分享· 心靈互動 5-2 第二節--生命閱 讀周	5-1 1. 單萜醇類精油特色(續) *聞香品嚐聽故事--玫瑰草 *DIY實作(5)--來一杯香氣咖啡、伯爵茶、香草手工餅乾 5-2 邀請神秘嘉賓，一起討論的影片《一個陌生女子的來信》 《淚光閃閃》《小海豚》《傷城》
6	2009-05-18 晚上07:00~09:50	秋季居家保健	1. 秋季常見保健問題 2. 植物精油成分大剖析 3. 12大化學分類 4. 氧化物類Oxides精油特色 *聞香品嚐聽故事--澳洲尤加利、檸檬尤加利、薄荷尤加利、史
7	2009-05-25	植物純露變化多	1. 什麼是植物純露 2. 植物純露的用法

	晚上07:00~09:50		3. 植物純露的分類(木系/花系/草系) 4. 植物純露的能量 *聞香品嚐聽故事--大馬士革玫瑰純露(保加利亞傳說) IY實作(8)--防蚊液or玫瑰鎖水精華液任選一
8	2009-06-01 晚上07:00~09:50	香草料理(1)	1. 香草純露料理的訣竅 2. 香草純露料裡的注意事項 3. 食譜設計重點講解 例： 蘋果羅勒豬排、玫瑰酥餅、薰衣草奶酥、香草豆腐焗烤、
9	2009-06-08 晚上07:00~09:50	居家清潔與健康	1. 難纏的黴菌 2. 黴菌易繁殖地點 3. 市售廚浴清潔劑分析 4. 實用廚房、馬桶、磁磚配方 5. 酚類的特色 *聞香品嚐聽故事--丁香/百里香
10	2009-06-15 晚上07:00~09:50	酸痛再見(1)	1. 關心另一位夥伴 2. 肌肉酸痛起因 3. 酸痛主要區域 4. 酸痛按摩常用精油 5. 自我按摩與坐姿相互按摩 6. 單萜醇的特色 *聞香品嚐聽故事--甜馬鬱蘭、薄荷
11	2009-06-22 晚上07:00~09:50	人物·心靈與生命交流	生命交流團體遊戲 1. 美國NAHA芳療協會建議10種常用精油種類 2. 酯類精油特色Esters *聞香品嚐聽故事--紫色夢幻薰衣草(法國南部下午茶)
12	2009-06-29 晚上07:00~09:50	酸痛再見(2)	1. 芳療按摩與一般按摩的不同? 2. 諮詢重點與技巧 3. 發展療程架構選擇精油 4. 諮詢演練+現場處方調配