

課程名稱 | 芳香療法初體驗

課程屬性 | 生命與健康

課程編號 | 1001-1001H02

授課老師 | 謝詩瑩（及鄭美淑、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 2011年04月25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？

只要是喜愛芳香訊息的朋友皆可參加！

3. 上課的方式是怎麼進行的？學生可以有什麼收穫？

第5-8堂及第10-12堂將由Selina老師網路同步教學+Avon、AMY老師現場教學方式搭配
第1-4堂及第9堂〔6/27〕由Selina老師現場教學(Diy教學--Avon、AMY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)

5. 備註&推薦書目

教材費 | 約 1800 元 (含講義費)

1. 薄荷清新噴霧or飛上雲端爽身粉
2. 好消化香草料理or濕疹軟膏
3. 考生及家長芳香用品
4. 羅馬大帝爽鬚水
5. 美背排毒敷泥療程
6. 晨吐舒緩調香or妊娠紋預防霜
7. 疲勞再見香草凍飲+酸痛紓壓油
8. 熟女好心情用品
9. 紓緩水腫泡腳浴鹽
10. 香氣咖啡、藥草花果茶
11. 秘密芳療用品

12. 純露精油香水or古龍水 or 香膏or純露面膜任選一

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 | 35 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 | 2011-04-25 晚上07:00~09:50 | 生命週期與芳香療法 | 1. The Seven Life Stages(7大生命週期與芳香訊息) 3. 身體用幾種受體接收芳香訊息 4. 精油的吸收與代謝 5. 芳香療法溫故與知心 *精油香氣・植物人格與個性(1) |
| 2 | 2011-05-02 晚上07:00~09:50 | 學步期+兒童期 | 1. 學步期常見困擾： 過敏、濕疹尿布疹、不眠哭鬧、注意力不集中、腸胃不適 2. 芳香訊息給予的幫助 |
| 3 | 2011-05-09 | 青少年期 | 1. 青少年期常見困擾：皮膚問題、情緒起伏、學習與壓力 |

| | | | |
|----|-----------------------------|------------------|---|
| | 晚上07:00~09:50 | | 2. 芳香訊息給予的幫助 *精油香氣・植物人格與個性(3) *DIY實作--考生及家長芳香用品 |
| 4 | 2011-05-16 晚上07:00~09:50 | 年輕男性上班族 | 1. 工作時期常見困擾：壓力與頭痛、睡眠、消化、代謝、宿醉 2. IQ與EQ 3. 全身壓力反射區 4. 淋巴保養不二法則:運動 5. 各類症狀對應精油、配方與使用方法 6. 精油使用安全守則 7. 各國芳療協會推薦及禁用精油 *精油香氣・植物人格與個性(4) |
| 5 | 2011-05-23 晚上07:00~09:50 | 年輕女性上班族 | 1. 體態問題 2. 皮膚等外貌問題 3. 得到與捨去・擁有與失去--失戀 4. 心靈成長 5. 排毒?好轉還是過敏? 6. 各類症狀對應精油、配方與使用方法 *精油香氣・植物人格與個性(5) |
| 6 | 2011-05-30 晚上07:00~09:50 | 孕期芳療 | 1. 懷孕期間禁用的精油 2. 懷孕期間常見困擾 3. 開心、止吐、消水腫與安眠 4. 壓力在身體的反應及對應 *精油香氣・植物人格與個性(6) |
| 7 | 2011-06-13 晚上07:00~09:50 | 中年男子 | 1. 精神狀況大不如前? 2. 中年時期的居家保健 3. 疲勞、酸痛與高血壓 4. 過度營養與補充不足 5. 各類症狀對應精油、配方與使用方法 *精油香氣・植物人格與個性(7) 骨骼 |
| 8 | 2011-06-20 晚上07:00~09:50 | 中年女子 | 1. 得到與捨去・擁有與失去 1. 寬心迎接更年期的來臨 2. 熱潮紅、盜汗、抑鬱、乾燥、心跳加速 3. 更年期適合的食物 4. 芳香訊息給予的幫助 *精油香氣・植物人格與個性(8) |
| 9 | 2011-06-27 晚上07:00~09:50 | 退休生活 | 1. 退休不等於停止 2. 退休期常見困擾：關節疼痛、糖尿病、心臟血管問題、 3. 長期並耐心與固定醫生合作維持身體機能 4. 更年期適合與不適合的食物 5. 芳香訊息給予的幫助 *精油香氣・植物人格與個性(9) |
| 10 | 2011-07-04 晚上07:00~09:50 | 人物・心靈與生命交流/生命閱讀週 | *精油香氣・植物人格與個性(10) *DIY實作--來一杯香氣咖啡、藥草花果茶 第二節-生命閱讀週(其他班級5/16-5/27 本班為6/23) 一起欣賞電影《明日的記憶》 備註：生命閱讀週為「生命與健康學程」的公共參與活動， |
| 11 | 2011-07-11 晚上07:00~09:50 | 老年時期 | 1. 靜看夕陽最是美好 2. 老年時期常見困擾：記憶與聽力、骨頭痠痛、便秘等等 3. 長期並耐心與固定醫生合作維持身體機能 4. 老年期適合與不適合的食物 5. 透過有趣的芳香療法快樂生活 *精油香氣・植物人格與個性(11) |
| 12 | 2011-07-18 晚上07:00~09:50 | 進階調香 | 1. 純露心靈調香 2. 心靈療癒適合的植物純露 |

| | | | |
|--|--|--|------------------------------------|
| | | | 3. 植物純露臉部按摩 |
| | | | 4. 植物純露全身能量按摩分組 |
| | | | *精油香氣・植物人格與個性(12) |
| | | | *DIY實作---純露精油香水or古龍水 or香膏or純露面膜任選一 |