

課程名稱 | 芳香手作週末體驗營

課程屬性 生命與健康

課程編號 1012-3272

授課老師 謝詩瑩（及楊雅芳、李曉雯(芳療)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 每週日整天 第一次上課日期 2012年11月04日（星期日）

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

在忙碌中給自己放一天假, 接近植物的香氣
在療癒身心的音樂中, 透過做一件件芳療作品, 把壓力與煩憂送出去
把植物滿滿的愛與活力, 收起來一起回家

2. 修此門課需具備什麼條件？

願意空出一整天, 打開心門
在音樂中享受植物香氣、品嚐芳療小點、手做香氣禮物送給自己

3. 上課的方式是怎麼進行的？學生可以有什麼收穫？ □

一整天的課程=一個壓力釋放儀式
在茶飲與音樂中認識可以帶給身心舒緩、平衡、活力與激勵的植物香氣
手做禮物的排序, 經由植物介紹與活動引領, 在沒有壓力的狀態下, 專心與自己相處一天

學員收穫：

由理解自己情緒-->接受我有起伏-->多給自己愛意-->排解自己壓力
完成給自己一天的香氣充電小旅行

4. 如何取得學分？（評量方式）

課堂出席50%
課堂實作參與40%
自評10%

5. 備註&推薦書目

課堂實作、課堂發言與參與

請務必先行閱讀

芳香療法與手工皂:皂這樣做就可以<http://herbmama.wordpress.com/>

香草料理・旅行與異鄉生活:愛在佛州小廚房<http://cookingforlove.wordpress.com/>

使用教材| Selina老師編寫講義10~15頁

教材費| 1000 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| 0 學分 600 元（1 週課程/一次上課 7 小時）

週次	上課日期	課程主題	課程內容
1	2012-11-04 整天	香氣手作與解壓之旅	早上(09:00~12:00): 1. 講解與手做伯爵茶 2. 在茶飲與音樂中伸展自己, 與自己的身體及心靈對話 3. 認識可以帶給身心舒緩、平衡、活力與激勵的不同植物香氣 4. 理解自己情緒-->手做薰衣草冰晶糖禮物罐(四種口味選一) 5. 接受我有起伏-->手做香氣巧克力 下午(1:30~5:30): 1. 解壓飲食介紹 2. 手做與品嚐香氣解壓小點心 3. 手做與品嚐香氣解壓飲品 4. 介紹+試聞秋冬潤澤適用精油、植物油