

課程名稱 | 芳香療法與居家保健--進階

課程屬性 生命與健康

課程編號 972-473

授課老師 謝詩瑩（及潘秋雲等老師）

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 每週二晚上07:00-09:50 第一次上課日期 2008年10月14日（星期二）

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、個人獨家調配香氛、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

曾上過芳香療法相關課程或事先閱讀芳療相關書籍

3. 上課的方式是怎麼進行的？學生可以有什麼收穫？ □

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

講師的部落格<http://blog.webs-tv.net/lablessure>

1. 電影《托斯卡尼豔陽下》、《食客》、《香料共和國》
2. 《人生的四大秘密Secret Collection，愛、快樂、健康、財富》探索出版
3. 《比翼雙飛 The Mystery Of Marriage》校園書房出版社

招生人數 | 30 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	2008-09-01 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 *精油香氣·植物人格與個性(1)
2	2008-09-08 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	2008-09-15 晚上07:00~09:50	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 2. 芳香訊息給予的幫助 *精油香氣·植物人格與個性(3)
4	2008-09-22 晚上07:00~09:50	年輕上班族	1. 工作時期常見困擾：壓力與頭痛、睡眠、消化、代謝 2. 全身壓力反射區 3. 淋巴保養不二法則:運動 3. 精油使用安全守則 4. 各國芳療協會推薦及禁用精油 5. 排毒?好轉還是過敏? 5. 各類症狀對應精油、配方與使用方法
5	2008-09-29 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(5)
6	2008-10-06 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(6) 骨骼
7	2008-10-13 晚上07:00~09:50	中年女子	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(7)
8	2008-10-20 晚上07:00~09:50	生命分享·心靈互動	1. 得到與捨去·擁有與失去 *精油香氣·植物人格與個性(8) *DIY實作---羅馬大帝爽鬚水
9	2008-10-27	退休生活	1. 退休不等於停止

	晚上07:00~09:50		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) *DIY實作--舒緩水腫泡脚浴鹽
10	2008-11-03 晚上07:00~09:50	人物·心靈與生命交流/生命閱讀週2	*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 一起欣賞電影《食客》
11	2008-11-10 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	2008-11-17 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