

課程名稱 | 芳香療法初體驗

課程屬性 生命與健康

課程編號 972-624

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 每週一晚上07:00-09:50 第一次上課日期 2008年10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均可

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/labessure>

1. 電影《東京鐵塔--老媽和我、有時還有老爸》《奇妙的旅程I Wish》《一路玩到掛》
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

教材費 | 1500 元

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	神經系統--壓力	1. 關心另一位夥伴 2. 壓力來源 3. 壓力的出口 4. 壓力在身體的反應及對應 *精油香氣·植物人格與個性(1)
2	2008-09-08 晚上07:00~09:50	神經系統--失眠	1. 失眠起因 2. 失眠心理對應與心理分析 3. 居家保健法、食療法 4. 各類症狀對應精油、配方與使用方法
3	2008-09-15 晚上07:00~09:50	肌肉系統、骨骼系統 --心裡心外的疼痛	1. 疼痛的起因 2. 疼痛的對應 3. 我有新傷還是舊傷嗎(芳療分析) 4. 天然的止痛/改善素材 5. 熱敷布、小圓石按摩袋製作技巧
4	2008-09-22 晚上07:00~09:50	神經系統--夢	1. 關心另一位夥伴 2. 夢的解析 3. 香氣與夢的對應 4. 好夢按摩練習 *精油香氣·植物人格與個性(4)
5	2008-09-29 晚上07:00~09:50	皮膚系統--壓力的出口	1. 壓力造成的皮膚問題種類 2. 減壓+美顏的芳療保養品 3. 減壓保養品配方搭配技巧 4. 各類皮膚問題與植物油 5. 日常生活減壓保養 6. 其他輔助芳香療法 *精油香氣·植物人格與個性(5)
6	2008-10-06 晚上07:00~09:50	生命分享·心靈互動	神秘嘉賓+神秘活動 1. 消化系統--壓力的出口 2. 消化系統按摩分組練習 *精油香氣·植物人格與個性(6) *DIY實作--壓力香膏
7	2008-10-13 晚上07:00~09:50	病房護理(1)	1. 認識陪伴的意義 2. 如何認識疾病 3. 自我心理防護與建設 4. 與醫療人員的溝通 5. 病房的衛生與防菌 6. 透過有趣的芳香療法減低壓力 *精油香氣·植物人格與個性(7)
8	2008-10-20 晚上07:00~09:50	寵物芳療(1)	1. 寵物芳療協助範圍 2. 常見寵物問題 3. 寵物安全使用劑量 3. 寵物芳療應用方式 *精油香氣·植物人格與個性(8)
9	2008-10-27 晚上07:00~09:50	解壓香草料理	1. 解壓香草料理的訣竅 2. 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、 橙花公主晚宴香檳、香草沙拉涼盤 *DIY實作--低卡減壓窈窕食譜(視時令材料略調整)
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(9) *DIY實作--來一杯香氣咖啡、藥草花果茶 一起欣賞電影《淚光閃閃》《小海豚》《傷城》
11	2008-11-10 晚上07:00~09:50	玩耍植物純露	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
12	2008-11-17 晚上07:00~09:50	神經系統--偏頭痛	1. 偏頭痛起因 2. 偏頭痛心理對應 3. 自我按摩法 4. 居家保健法、食療法 5. 適用的精油、配方與使用方法