

課程名稱 | 芳香療法-成功調製芳香療癒處方(大成)

課程屬性 | 生命與健康

課程編號 | 1081-1081H35

授課老師 | 謝詩瑩 (及鄭美淑、李蘋宸等老師)

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 | 每週五晚上07:00-09:50 第一次上課日期 2019年04月26日 (星期五)

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。

3. 上課的方式是怎麼進行的？學生可以有什麼收穫？ □

1~8週由Selina老師網路同步教學+AMY+Rita老師現場教學搭配
第9~12週三位老師於現場與同學互動

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

1. 成功調製芳香治療處方：成為專業芳療師必備的調配聖經，66種常見精油調配原理，105種罕見精油檔案

Aromatherapeutic blending: essential oils in synergy

2. 進階臨床芳香療法

Clinical Aromatherapy

3. 破解精油：一次學會各流派芳療大師的調配祕技，飽覽最新的精油科學實證效用

Essential Oils A Handbook for Aromatherapy Practice

4. Therapeutic Blending with Essential Oil

5. Aromatherapy for Health Professionals Pageburst on VitalSource Access Code

6. Evidence-Based Essential Oil Therapy: The Ultimate Guide to the Therapeutic and Clinical Application of Essential Oils

使用教材 | 老師預備教材每週10~15頁、每週調配芳療成品

教材費 | 3000 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	2019-04-26 晚上07:00~09:50	請這樣對我好： 愛的需求與香氣 的愛	1. 用愛調配身心療癒的芳香處方 2. 實證研究及參考書目 3. 身體與心理的芳香療癒檢視(1)：愛的五種語言測驗The Five Love Languages 表達與期望：1)肯定的言詞 (Words of Affirmation)、2)精心的時刻(Quality Time)、3)接受禮物 (Gifts)、4)服務的行動(Acts of Service)、5)身體的接觸 (Physical Touch) 4. 身心需求對應系統 (1)：皮膚、肌肉、神經(中樞神經，周邊神經，感覺器官)、骨骼、呼吸、消化、泌尿、生殖、循環(心血管，淋巴)、內分泌
2	2019-05-03 晚上07:00~09:50	真心話大冒險： 六種愛的需求與 五種愛的語言	1. 身體與心理的芳香療癒檢視(2)： 成人依附理論與我的依附類型 2. 對六大情緒背後的故事說五種愛的語言 3. 身心對應聯想圖表 4. 聞香品嚐聽故事：

			<p>精油對應組別(2)：植物科屬唇形科/禾本科/芸香科/松科/柏科/尅牛兒科/樟科/菊科等的療癒特質</p> <p>5. 精油類別快速記憶模式</p> <p>6. 芳香小劇場(2)：音樂、電影或心理劇</p> <p>7. 調配量身訂做的個人處方(2)</p>
3	2019-05-10 晚上07:00~09:50	我也對妳這樣好： 六大情緒香氣對應	<p>1. 精油的協同、疊加和抵銷效果</p> <p>2. 實正研究與調製量身訂做處方的核心關鍵</p> <p>3. 有效配方的幾種參考模式：科學實證、流派研究、精神感官與活力論等等</p> <p>4. 身體與心理的芳香療癒檢視(3)： 六大情緒與生活型態，個性與常見疑難雜症</p> <p>5. 失眠原因與皮膚保養</p> <p>6. 香氣互動：自我檢視與身心整體療癒地圖</p> <p>7. 聞香品嚐聽故事：</p>
4	2019-05-17 晚上07:00~09:50	其實我是心痛： 與循環、骨骼、肌肉系統對話	<p>1. 科學研究與愛的處方：個案範例</p> <p>2. 實證研究對各類身心不適症的舒緩和治癒(1)：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 循環系統(心血管, 淋巴)：手腳冰冷、淋巴腫脹等等 - 骨骼與肌肉系統：外傷與運動機制 - 實證研究裡的抗痙攣作用、抗癲癇作用、抗氧化、抗癌作用、抗微生物與調整免疫的作用 <p>3. 精油、原精香氣：個論與實證文獻資料</p> <p>4. 芳香小劇場(4)：音樂、電影或心理劇</p>
5	2019-05-24 晚上07:00~09:50	很多話沒有說出口： 與皮膚、消化、呼吸系統對話(1)	<p>1. 芳香小劇場(5)：音樂、電影或心理劇</p> <p>2. 香氣互動(2)：小團體、自我檢視或伙伴互動</p> <p>3. 實證研究對各類身心不適症的舒緩和治癒(2)：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 皮膚系統：抗氧化和消炎、傷口癒合、皮膚再生和滋補、抗過敏與止癢、皮膚心理學與皮膚神經學 - 消化系統：消化不良、噁心、嘔吐、 - 呼吸系統：祛痰、化痰、解充血、止咳、氣喘、噁心和
6	2019-05-31 晚上07:00~09:50	有些事以為過了： 與皮膚、消化、呼吸系統對話(2)	<p>1. 芳香小劇場(6)：音樂、電影或心理劇</p> <p>2. 香氣互動(3)：小團體、自我檢視或伙伴互動</p> <p>3. 實證研究對各類身心不適症的舒緩和治癒(3)：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 皮膚系統：抗氧化和消炎、傷口癒合、皮膚再生和滋補、抗過敏與止癢、皮膚心理學與皮膚神經學 - 消化系統：消化不良、噁心、嘔吐、 - 呼吸系統：祛痰、化痰、解充血、止咳、氣喘、噁心和
7	2019-06-14 晚上07:00~09:50	我想要傳遞愛： 與生殖、泌尿系統對話	<p>1. 芳香小劇場(7)：音樂、電影或心理劇</p> <p>2. 香氣互動(4)：小團體、自我檢視或伙伴互動</p> <p>3. 實證研究對各類身心不適症的舒緩和治癒(4)：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 生殖系統：青春期、疱疹感染、泌尿系統不適、白色念珠菌、婦科身心影響、懷孕和分娩、男女更年期等等 <p>4. 精油、原精：香氣個論與實證文獻資料</p>
8	2019-06-21 晚上07:00~09:50	我心裡的小小孩： 與兒童身心與內分泌系統對話	<p>1. 芳香小劇場(8)：音樂、電影或心理劇</p> <p>2. 香氣互動(5)：小團體、自我檢視或伙伴互動</p> <p>3. 實證研究對各類身心不適症的舒緩和治癒(5)：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 各類兒童身心不適及兒童不安定狀況 - 內分泌系統：情緒調節和廣泛的新陳代謝影響 <p>4. 精油、原精：香氣個論與實證文獻資料</p> <p>5. 純露方香療法：使用與調配</p>
9	2019-06-28 晚上07:00~09:50	我的感受都是真的： 與六大情緒心理對話	<p>1. 芳香小劇場(9)：音樂、電影或心理劇</p> <p>2. 香氣互動(6)：小團體、自我檢視或伙伴互動</p> <p>3. 實證研究對各類身心不適症的舒緩和治癒(6)：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 六大情緒心理：失眠、壓力、提振精神、安撫鎮靜、抗焦慮、抗憂鬱和強化認知能力的作用 - 香氣與個性特質、常見身心不安、身心病症、精神官能症及
10	2019-07-05 晚上07:00~09:50	可以讓你/我看見真正的我嗎？	<p>1. 芳香小劇場(10)：音樂、電影或心理劇</p> <p>2. 香氣互動(7)：小團體、自我檢視或伙伴互動</p>

			<p>3. 實證研究對各類身心不適症的舒緩和治癒(7):</p> <ul style="list-style-type: none"> - 六大情緒心理：失眠、壓力、提振精神、安撫鎮靜、抗焦慮、抗憂鬱和強化認知能力的作用 - <p>香氣與常見身心病症、不安定狀況、精神官能症及壓力症候群</p> <p>4. 精油、原精：香氣個論與實證文獻資料</p> <p>5. 調配量身訂做的個人處方(10)</p>
11	2019-07-12 晚上07:00~09:50	音樂、電影與香氣植物的對話練習	<p>1. 芳香小劇場 (11): 音樂、電影或心理劇</p> <p>2. 香氣互動(8)：小團體、自我檢視或伙伴互動</p> <p>3. 實證研究對各類身心不適症的舒緩和治癒(8):</p> <ul style="list-style-type: none"> - 芳香療法於專業臨床的運用：老年照護、重症照護與加護病房、皮膚醫學、心理健康、腫瘤科學
12	2019-07-19 晚上07:00~09:50	身心對話：音樂、香氣植物、遊戲、與美食的香	<p>1. 九型香氣植物身心互動:三小時的精采的身心互動</p> <p>2. 芳香廚房與香氣DIY(12)</p>