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

- 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/專職心理諮商師,芳療講師

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) 上課時間

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?

年龄性别不拘、爱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	 青少年期常見困擾:皮膚問題、情緒起伏、學習與壓力 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、盗汗、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實作羅馬大帝爽鬍水
9	2008-10-27	退休生活	1. 退休不等於停止

	晚上07:00~09:50		3. 長期並耐心與固定醫生	食物 5. 芳香訊息給予的幫助 個性(9)
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·植物人格與作 *DIY實作來一杯香氣咖 一起欣賞電影《食客》	個性(10)
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 3. 長期並耐心與固定醫生 4. 老年期適合與不適合的 5. 透過有趣的芳香療法快 *精油香氣・植物人格與何	食物 樂生活
12	2008-11-17 晚上07:00~09:50	進階調香	1. 純露心靈調香 3. 植物純露臉部按摩	 心靈療癒適合的植物純露 植物純露全身能量按摩分組