## 課程名稱芳香療法與生命故事地圖

課程屬性

|生命與健康

課程編號

1061-1061H34

授課老師 |鄭美淑(及李蘋宸、謝詩瑩等老師)

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

每週五晚上07:00-09:50 第一次上課日期 2017年04月21日(星期五)

課程理念

上課時間



# 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

带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?

### 只要是喜爱芳香訊息的朋友皆可參加!

#### 3. 上課的方式是怎麼進行的?學生可以有什麼收穫? П

第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

教 材 費 | 約 2200 元 (依學生需求調整, 含彩圖、生命樹材料及講義費)

- 1. 薄菏清新噴霧or飛上雲端爽身粉
- 2. 好消化香草料理or 濕疹軟膏
- 3. 考生及家長芳香用品
- 4. 羅馬大帝爽鬍水
- 5. 美背排毒敷泥療程
- 6. 晨吐舒緩調香Or妊娠紋預防霜
- 7. 疲勞再見香草凍飲+酸痛紓壓油
- 8. 熟女好心情用品
- 9. 紓緩水腫泡腳浴鹽
- 10. 香氣咖啡、藥草花果茶
- 11. 秘密芳療用品

12. 純露精油香水or古龍水 or香膏or純露面膜任選一

使用教材 Selina老師編授講義每堂10~15大張

教 材 費 2200 元

招生人數 35 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	2017-04-21 晚上07:00~09:50	香氣療癒生命故 事起初的美好	1. 妳的香氣療癒生命故事起初的美好 2. 香氣植物科屬與妳的故事(1) 3. 身體用幾種受體接收芳香訊息 4. The Seven Life Stages(7大生命週期與芳香訊息) 5. 芳香療法溫故知新-
2	2017-04-28 晚上07:00~09:50	. 我的生命地圖:學步期+兒童期	1. 我的生命地圖(從0歲~?歲) 2. 精油香氣・植物人格與個性(2)芸香科柑橘屬 3. 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

3	2017-05-05 晚上07:00~09:50	我的情緒分布:青少年期	1. 我的情緒分布圖感覺,描述與感覺 2. 精油香氣·植物人格與個性(3)桃金孃科 3. 青少年期常見困擾:皮膚問題、情緒起伏、學習與壓力 4. 芳香訊息給予的幫助 5. 夥伴的記憶(小團體活動) *DIY實作考生及家長芳香用品(依選課同學需求更改)
4	2017-05-12 晚上07:00~09:50	我的外化對話 年輕男性上班族	1. 我的生命故事支線-外化對話(Externalization)及互動圖表 2. 精油香氣・植物人格與個性(4)唇型科香草植物 3. 工作時期常見困擾: 壓力與頭痛、睡眠、消化、代謝、宿醉對應香氣配方 4. IQ與EQ
5	2017-05-19 晚上07:00~09:50	我的故事隱喻意 義- 年輕女性上班族	<ol> <li>1. 我的生命地圖-解構、隱喻的技巧</li> <li>2. 精油香氣・植物人格與個性(5)薔薇科</li> <li>3. 體態、皮膚、健康等問題與對應精油、配方與使用方法</li> <li>4. 心靈成長:得到與捨去・擁有與失去失戀、失業、失去朋友</li> <li>5. 排毒?好轉還是過敏?</li> </ol>
6	2017-05-26 晚上07:00~09:50	重寫生命故- 孕期芳療	1. 重寫生命故事對話(Re-authoring Conversation I) 2. 精油香氣·植物人格與個性(6) 尨牛兒科 3. 懷孕期間禁用的精油 4. 懷孕期間常見困擾: 開心、止吐、消水腫與安眠 5. 壓力在身體的反應及對應
7	2017-06-02 晚上07:00~09:50	重組生命俱樂部 會員對話- 中年男子	1. 重組生命俱樂部會員對話(Re-authoring Conversation I) 2. 精油香氣·植物人格與個性(7)樟科 3. 精神狀況大不如前? 4. 中年時期的居家保健:疲勞、酸痛與高血壓、過度營養與補充
8	2017-06-09 晚上07:00~09:50	特殊意義事件對 話-中年女子	<ol> <li>2. 精油香氣・植物人格與個性(8)禾本科</li> <li>3. 擁抱不完美:得到與捨去・擁有與失去</li> <li>4. 寬心迎接更年期的來臨</li> <li>5. 芳香訊息給予熱潮紅、盗汗、抑鬱、乾燥、心跳加速的幫助</li> </ol>
9	2017-06-16 晚上07:00~09:50	鷹架對話-退休生活	<ol> <li>鷹架對話</li> <li>精油香氣・植物人格與個性(9)松科柏科</li> <li>退休不等於停止</li> <li>芳香訊息給予退休期常見困擾:</li> <li>關節疼痛、糖尿病、心臓血管問題等的幫助</li> <li>長期並耐心與固定醫生合作維持身體機能</li> </ol>
10	2017-06-23 晚上07:00~09:50	我的生命樹:人 物・心靈與生命 交流	1. 我的生命樹 2. 精油香氣・植物人格與個性(10)繖型科
11	2017-06-30 晚上07:00~09:50	我的生命樹- 老年時期	1. 我的生命樹 2. 精油香氣·植物人格與個性(11)橄欖科 3. 靜看夕陽最是美好 4. 老年時期常見困擾:記憶與聽力、骨頭痠痛、便秘等等 5. 長期並耐心與固定醫生合作維持身體機能 6. 老年期適合與不適合的食物 6. 透過有趣的芳香療法快樂生活
12	2017-07-07 晚上07:00~09:50	親友見證-把自己愛回來調香	1. 我的故事主題:把自己愛回來 2. 局外見證人的重寫對話 3. 見證典禮 2. 香氣·植物人格與個性(12)心靈療癒適合的植物純露 3. 純露心靈調香 4. 植物純露臉部按摩