

芳香情緒洞悉：

A. 課程概要：

臨床醫學上許多心理影響生理的個案，在身體發出警訊時往往都跟生活上的壓力，情緒息息相關。別忘經常檢視自己健康金三角「生理－心理/情緒－信念」是否平衡呢？失衡扭曲的三角經常讓我們身心感到不適，生理的病痛緊緊扣著情緒狀態與我們的態度信念，然而情緒是我們可以覺察與調整「選擇」的，芳香情緒洞悉卡能幫助我們了解到自己目前情緒能量的呈現，並提供一個探求自我內在的可能性與尋求壓力的根源，並幫助找到願意改變自己的契機。透過 42 種植物精油的性格，協助您釐清當下問題的本質，藉由植物的特性與卡牌的畫面，逐步引導了解深處的自己，藉由植物精油的香氣分子影響大腦邊緣系統和內分泌系統進而療癒你生理和情緒。

B. 辦理時間：113 學年下學期 1 場次（定 4/12 星期六辦理）

時間	教學內容	主講者/負責人	地點	備註
08:20~08:40	報到	均質化承辦人	玄關	
08:40~10:10	健康三角形 一張卡牌 七個脈輪	森欣國際芳療學院 講師 林怡君 老師	美容科 7403 整體 造型教室	
10:10~10:20	休息	均質化承辦人		
10:20~11:50	1-21 張芳香卡牌解析	森欣國際芳療學院 講師 林怡君 老師	美容科 7403 整體 造型教室	
11:50~13:00	午餐	均質化承辦人		
13:00~14:30	22-42 張芳香卡牌解析	森欣國際芳療學院 講師 林怡君 老師	美容科 7403 整體 造型教室	
14:30~14:40	休息	均質化承辦人		
14:40~16:10	三張卡牌實作演練	森欣國際芳療學院 講師 林怡君 老師	美容科 7403 整體 造型教室	
16:10~17:00	如何讓植物精油支持 您達到目標 如何在生活中或工作 場所運用 十一張卡牌演示	森欣國際芳療學院 講師 林怡君 老師	美容科 7403 整體 造型教室	
17:00~	賦歸			