

アロマ心理精油学 Basic

●アロマの心理効果について

アロマ（香り）がどうして心に作用するか、大脳生理学と心理学から学びます。

気持ちや気分を変えるために、またネガティブな性格をフォローするために生活に上手に香りを取り入れましょう。

Basic では、メンタルアロマ初学者におすすめの精油 10 種のプロフィールを学びます。

1、グレープフルーツ 2、イランイラン 3、クラリセージ 4、オレンジスイート 5、ゼラニウム 6、フランキンセンス 7、ベルガモット 8、ラベンダー 9、ローズマリー 10、ローズウッド 合計 10 種 ※Advance ではさらに 5 種を学びます。（お手持ちの精油を持参しても可）

●アロマセラピー（芳香療法）とメンタルアロマセラピー

●アロマが心に効く理由

●アロマ心理学①

●（実習）メンタルアロマで調香した香りのポプリの実習をしてお持ち帰りいただきます。

2.5 時間 20,000 円（税抜）

※アロマップ®生は 2,000 円引きです。Advance と同時申し込みは 3,000 円引き



アロマ心理精油学の各コースは（一社）日本メンタルメソッド協会認定資格になりますので、修了証発行には、協会入会金 3000 円（年会費はなし）とディプロマ発行料 3000 円が各講座必要となります。

アロマ心理精油学 Advance

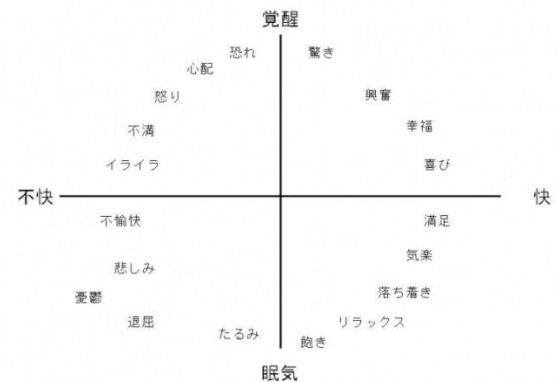
Advance コースではさらに香りを個々のメンタルに合わせて選択できるようになるための知識と方法を習得します。具体的には、性格別メンタルアロマ、心の不調別メンタルアロマをラッセルの感情円環モデルを元に作った独自の自律神経 Scale を使って香りを導き出します。

*Advance で学ぶメンタルアロマ用エッセンシャルオイル

11、ローズ 12、ジャスミン 13、パチュリ 14、ネロリ 15、カモミールローマン

- 性格タイプから個々に合ったエッセンシャルオイルを選定する
- 心の問題から個々に合ったエッセンシャルオイルを選定する
- ラッセルの感情円環モデル
- 感情と自律神経の関係

ラッセルの円環モデルは、感情を2種類の軸で理解したが、この理論を応用してエッセンシャルオイルを選ぶ。



4 時間 35,000 円 (税抜) ※オイル代別途 (お手持ちの精油を持参しても可)

アロマ心理精油学 for C&T (チャイルド&ティーンズ)

C&T コースでは、幼少期の子どもから成人前の10代の子どもの心のケアに香りを活用する方法を学びます。今、急増している子どもの心身症やうつ病、不登校など行動面でのサポートへの対応も学習します。子供たちの日々の心のケアをメンタルアロマで実践したい方向けのコースです。

- 子どもの心の成長 (生まれてから成人するまで)
- 子どもの心の病気と問題行動
- 子ども向けのメンタルアロマ
- 親がすべきサポート

4 時間 35,000 円 (税抜)

Basic+Advance と同時申し込みは 10,000 円引 (アロママップ生割引との併用は出来ません)

子どものメンタルケアには欠かせない子どもの話をじっくり聴く心理メソッドもおすすめ!

(一社) 日本メンタルメソッド協会 (<http://mentalaroma.com>) 認定

『子どもの話も聴ける傾聴カウンセリング講座』