

강의계획서

주	교육내용	비 고
1	에센셜 오일의 기본 이해	- 에센셜 오일의 정의 및 역사 - 주요 에센셜 오일의 특성과 효능 - 에센셜 오일 사용 시 주의사항
2	에센셜 오일 활용 방법	- 에센셜 오일 블렌딩 기법 - 에센셜 오일의 흡입 방법과 효과 - 피부에 사용하는 방법
3	통증 완화를 위한 아로마테라피	- 통증 완화에 좋은 에센셜 오일 - 통증 개선을 위한 블렌드 - 실습: 통증 크림 만들기
4	면역력 증진과 건강 관리를 위한 아로마테라피	- 면역력 증진에 좋은 에센셜 오일 - 환절기 질병 예방을 위한 블렌드 - 실습: 면역력 강화 롤온
5	집중력과 생산성 향상을 위한 아로마테라피	- 집중력 향상에 좋은 에센셜 오일 - 학습 및 업무에 도움이 되는 블렌드 - 실습: 집중력 향상 롤온
6	생활 속 세균박멸을 위한 아로마테라피	- 에센셜 오일을 활용한 천연 청소용품 - 생활 속 탈취용 에센셜 오일과 그 효능 - 실습: 공기 청정 스프레이
7	천연 향기로 내 몸을 지키기 위한 아로마테라피	- 다양한 에센셜 오일을 활용한 방향제 - 집안 곳곳에 맞는 향기 블렌드 소개 - 실습: 차량용 방향제
8	가을철 피부 관리를 위한 아로마테라피	- 피부타입에 따른 에센셜 오일 추천 - 피부 건강을 위한 에센셜 오일 활용 - 실습: 만능 에센스 만들기
9	감정 관리를 통한 아로마테라피	- 감정 관리를 위한 에센셜 오일 소개 - 에너지를 높이고 안정시키는 방법 - 실습: 나만의 감정향수 만들기
10	개인 맞춤형 블렌드 만들기	- 다양한 블렌드 방법 실습 - 실습: 개인 맞춤형 블렌드 오일 만들기