



致理科技大學
休閒遊憩管理系
畢業專題

「香」約在致理

專題學生：李淑伶、賴嘉羚、朱家緯

賴秀伶、簡聆如

學 號：10223224、10223225、10223235

10223248、10223251

指導教授：呂宜蓉助理教授

中 華 民 國 一 百 零 六 年 五 月



目錄

目錄.....	I
表目錄.....	II
圖目錄.....	III
第一章、緒論.....	4
第一節、研究動機與背景.....	4
第二節、研究目的.....	6
第三節、研究流程.....	7
第二章、文獻回顧.....	8
第一節、舒壓方式與芳香療法.....	8
第二節、認知與需求理論.....	9
2.1 認知理論.....	9
2.2 需求理論.....	12
第三節、芳香療法的範疇.....	12
3.1 芳香療法的演進.....	13
3.2 芳香療法作用途徑.....	15
3.3 芳香精油功效分析.....	16
3.4 芳香精油使用方式.....	19
第三章、研究設計.....	19
第一節、研究假設.....	19
第二節、研究方法与分析工具.....	19
第三節、問卷設計.....	21
第四章、研究結果與分析.....	21
第一節、基本資料分析.....	23
第二節、認知程度分析.....	26
第三節、美容保養與芳療方面現況分析.....	29
第四節、壓力與芳療需求分析.....	33
第五節、校園芳療館設立之可行性分析.....	36
第六節、綜合討論.....	40
第五章、結論與建議.....	40
第一節、結論.....	40
第二節、建議.....	41
第三節、研究限制.....	41
第六章、參考文獻.....	42
附錄.....	44

表目錄

表 2-1	近代對芳香療法貢獻事蹟表	12
表 2-2	芳香療法範疇	13
表 2-3	按摩手法	14
表 2-4	揮發性類別	15
表 2-5	常見症狀對應之精油推薦表	16
表 3-1	各科系人數比例	20
表 4-1	有效問卷百分比	21
表 4-2	基本資料變相次數分配彙整表	22
表 4-3	受訪者對芳香療法認知總層面統計分析結果	23
表 4-4	各科系對芳香療法認知層面之差異分析	24
表 4-5	男女生精油香味偏好分析	37
表 4-6	男女生壓力來源分析	38
表 4-7	男女生芳療需求分析	38

圖目錄

圖 2-1	認知歷程	9
圖 2-2	Maslow 需求層次論	10
圖 2-3	嗅覺途徑	14
圖 4-1	使用精油對紓解壓力、緩和情緒的改善效果很好分析圖	25
圖 4-2	總體而言「芳香療法」給受訪者的印象(或感覺)很好分析圖	25
圖 4-3	受訪者是重視休閒、保健養生等,追求優質生活的人分析圖	26
圖 4-4	受訪者平常有身體或臉部美容保養的習慣分析圖	26
圖 4-5	受訪者有讓專業人員做過芳香療法的經驗分析圖	27
圖 4-6	經常使用或購買內含精油的產品分析圖	27
圖 4-7	受訪者較偏好的精油香味分析圖	28
圖 4-8	受訪者平均每月花費在美容或保養品方面的預算分析圖	28
圖 4-9	受訪者壓力來源分析圖	29
圖 4-10	受訪者對芳香療法需求分析圖	30
圖 4-11	當出現壓力時,受訪者會執行舒壓分析圖	31
圖 4-12	受訪者重視生活的氣味品質,且會嘗試了解氣味的來源分析圖	31
圖 4-13	受訪者享受被按摩的感受分析圖	32
圖 4-14	受訪者不喜歡被他人觸摸的感受分析圖	32
圖 4-15	受訪者支持設立校園芳療館分析圖	33
圖 4-16	若有校園芳療館,受訪者會想去做芳療課程分析圖	33
圖 4-17	受訪者可接受在校園芳療館做按摩 90 分,價格\$1988 的「芳香療程」 分析圖	34
圖 4-18	校園芳療館內若有芳香療法相關產品,受訪者會想要購買分析圖	34
圖 4-19	受訪者希望校園芳療館內有哪些芳香療法周邊產品分析圖	35
圖 4-20	最可能影響受訪者決策的因素分析圖	35
圖 5-1	致在 SPA 校園專案	41