

美容業能力標準說明  
能力單元

1. 名稱	掌握舒緩壓力的各種美容護理技巧
2. 編號	BEZZHC319A
3. 應用範圍	於美容相關工作場所，能夠瞭解常見的壓力來源及各種舒緩壓力的美容護理技巧，並根據顧客的身體狀況及護理需要，為顧客提供合適的美容護理服務。
4. 級別	3
5. 學分	6（僅供參考）
6. 能力	<p style="text-align: right;"><u>表現要求</u></p> <p>6.1 瞭解舒緩壓力的各種美容護理</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 瞭解壓力／情緒的各種主要成因與來源，包括： <ul style="list-style-type: none"> <li>• 生理因素</li> <li>• 心理因素</li> <li>• 行為因素</li> <li>• 環境因素等</li> </ul> </li> <li>◆ 瞭解人體對壓力所產生的常見反應，包括： <ul style="list-style-type: none"> <li>• 生理反應，例如：壓力對皮膚狀況的影響</li> <li>• 心理反應，例如：出現低落的情緒等</li> <li>• 行為反應等</li> </ul> </li> <li>◆ 瞭解有助舒緩壓力的美容護理技巧，例如： <ul style="list-style-type: none"> <li>• 頭部、頸部及面部按摩</li> <li>• 全身按摩</li> <li>• 香薰按摩</li> <li>• 養生保健按摩</li> <li>• 足底反射按摩</li> <li>• 水療護理等</li> </ul> </li> <li>◆ 瞭解各種美容護理及按摩的特點、功效和禁忌</li> </ul>

	<p>6.2 應用各種舒緩壓力的美容護理技巧</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 掌握壓力／情緒對人體的影響，運用舒緩壓力／情緒的基本知識，為顧客提供適當的美容護理方案</li> <li>◆ 根據對顧客身心及皮膚狀況，配合顧客的護理需求，運用適當的美容護理技巧，為顧客提供能舒緩壓力的美容保健護理服務</li> <li>◆ 懂得就較為複雜的壓力問題，建議顧客諮詢有關專業人士</li> </ul>
7. 評核指引	<p>此能力單元的綜合成效要求為：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>(i) 能夠掌握各種舒緩壓力的美容護理技巧；</li> <li>(ii) 能夠根據顧客的身心及皮膚狀況，配合顧客的護理需要，提供合適的美容保健護理服務建議；及</li> <li>(iii) 懂得在遇到較複雜的壓力問題時，建議顧客諮詢相關專業人士。</li> </ul>
8. 備註	