



## 台灣運動心理學會會訊

### 半年刊 第 17 期

創刊日期：中華民國九十年三月  
發行人：劉淑燕  
總編輯：高三福  
主編：陳美華、陳鈺芳  
地址：新竹市南大路 521 號體育室  
電話：(03)5620109  
傳真：(03)5620107  
網址：<http://ssept.org.tw/>

### 理事長的話

各位會員大家好！首先跟大家拜個晚年，祝福大家在金兔年，鴻兔大展。去年五月、十月與十二月共辦了三場研討會，尤其在十月的年會裡，高達 246 人參加年會，讓中正大學的體育館都爆滿了，可見我們會員對臺灣運動心理學會的熱烈支持是百分百滿點的，由衷地感激。去年九月中也組團 50 多人到上海體育學院參加第二屆華人運動心理學術研討會，大伙不僅作學術交流，同時也暢遊上海名勝，印證了「讀萬卷書、行萬里路」的名諺。

今年臺灣運動心理學會的工作重點有二：第一是企圖將臺灣運動心理學報更新為線上投/審稿，目前已積極和廠商協議，希望今年能全面改版成功，請大家密切注意。第二是積極籌備今年 11 月的第六屆亞太運動心理學年會暨國際學術研討會；由於第六屆亞太運動心理學年會暨國際學術研討會籌備工作量龐大，所以我們將全力以赴，今年不辦理其他研討會，今年的年會將會併在年底的體育運動學術團體聯合年會裡。

從今年元月起，我和副理事長黃崇儒教授不停地到各機關部會拜訪，得到不少部會的支持，並實質地金援贊助本

會舉辦第六屆亞太運動心理學年會暨國際學術研討會，截至目前為止，已有體委會、體育司、經濟部國貿局、外交部正式核文，經費補助合計 230 萬左右，這些經費給我們很大的強心針，鼓勵我們好好的籌備與辦好這次的盛會。接著希望也能從國科會與中華發展管理基金會得到好消息，給予我們實質的支持。

第六屆亞太運動心理學年會暨國際學術研討會是本會歷年來承接的最高層次的國際研討會，本會理、監事與幹事部只能以「戰戰兢兢」與「要更好再更好」來形容現在籌辦的心情狀態。第一次籌備會已於 4 月 23 日在臺灣師大召開，感謝籌辦委員們從各地趕來開會，展現積極投入的心態，相信我們一定能使命必達，成功完成鉅任。

一個完臻的盛會不僅需要籌備委員的積極綿密策劃，國際大師的專題啓示、更最重要的是有龐大的會員的參與與交流，在此淑燕向會員們大聲呼籲，別忘了在六月 30 日投稿或七月 15 日前上網註冊（大會網址：<http://www.aspasp2011.com/>），更記得在今年 11 月 11~14 日前往台北市福華國際文教會館（又稱之為「公務人員人力發展中心」）共襄盛舉此次的盛會。

最後敬祝大家 身體健康 幸福快樂  
理事長 劉淑燕 於 中正大學

## 實驗室介紹

### 台灣師大運動心生理學實驗室簡介

實驗室是許多研究生挑燈夜戰的戰場，然而，培養堅強的戰鬥力與持續力是贏得勝利的不二法門，具備這樣的能力才有機會加入這場永無止盡的戰局了。恭喜你取得入門票的資格，但在瞬息萬變知識爆炸的學術圈裡，你準備好打好這場硬戰了嗎？這場硬戰不僅需要過人的腦力，更需要充沛的精力幫你達成目標，而師大運動心生理學實驗室正努力培養一群戰鬥力十足的優秀團隊，以增進社會福祉為目標，一磚一瓦地堆砌屬於運動心理界的 101 大樓。

### 硬體—實驗與生活的百寶箱

走進實驗室，進入眼簾的是一副鮮紅的對聯，上聯為「洪荒初關心迷惘」，下聯為「聰穎深研事理清，敏慧信手解疑團」，從這副對聯不難看出草創時期的艱辛與老師對實驗的努力與貢獻。對聯下方有老師所提供的珍貴藏書與期刊，書櫃下方整齊地擺置實驗器材，便利實驗取用與管理。器材方面有腦波帽大、中、小尺寸各 2 頂與一台 40 頻道放大器和一台 70 頻道放大器。另外，神經回饋儀器有二組可提供訓練測試使用。此外，實驗室兼具試驗性研究調查(pilot study)的流程監控、正式施測、討論與撰寫 paper、口頭發表演練與休閒娛樂場所等實用功能。正因為它多功能取向的優勢，使得研究生對它都愛不釋手，常常流連忘返到深夜才回家，就像第二個家一樣溫暖、可愛。

### 軟體—人才濟濟的建築團隊

目前的主要成員為洪聰敏老師、黃崇儒老師(台北體院)、石恆星老師(退休)、與林榮輝老師(國立宜蘭大學)，負責指導與規劃實驗室的願景，像是一群有理想的建築師。博班成員有陳怡君、洪巧菱與張哲偉，三位負責統籌計畫的落實與監控，像是深思熟慮的工頭。研究所成員有體研所的鄭名揚、劉倩與陳冠甫；運動科學所的陳泰廷與蔡侑蓉；以及來自台北市立教育大學體研所的張馨尹、洪小雲、陳怡潔、林芄君與施家蓉，負責計畫的實施與進度掌控。在職生有林建增、陳淑娟、林家蟬、曾詩媛與林韋儒，負責人物專訪與問卷施測；大學部成員有沈震、余健霖、李奇儒與李欣靜，負責研究案的協助與幫忙。這些研究生與大學生像是精明能幹的研究工人。團隊從上到下各司其職，對研究的層層關卡，嚴格把關，不僅希望能產出有貢獻價值的磚，更希望傳達給社會大眾正確的知識與應用價值。

### 十八般武藝

洪老師主持的運動心生理學實驗室在國立台灣師範大學已堂堂邁入第四年，期間帶領學生參與的國外研討會有 NASPSA、IOP、ISSP、SPR 與 AASP；並且積極主動參與國內運動相關研討會。其目的在訓練研究生的寫作與口頭發表能力，使他們文筆與口才具佳，並藉由聆聽學者的演講，掌握研究最新脈動，增廣見聞，擴大學習範疇，累積經驗值，使思維具前瞻性。另外，每周五晚上的研討會由研究生輪流發表相關文獻，與學員分享，並藉由提問激發對問題深入的看法與可能的研究方向，這些文獻皆可在網站



[http://140.122.72.223/webdata/download/results\\_conference.php](http://140.122.72.223/webdata/download/results_conference.php) 查閱到。最後，每位研究生在投稿、知識、技能、統計分析、運動和態度須達到以下標準才具備畢業資格。投稿方面至少一篇國內一級期刊或 SCI、SSCI 期刊發表；知識方面需看完相關專業知識書籍(競技、健身、應用、心生理學、EEG)；技能方面能通過儀器專業知識檢測並且能獨力操弄與資料分析；統計分析方面則會相關的分析方法；運動方面至少會一項運動專長(高爾夫球、桌球、羽球或網球)；態度方面則重視責任感、互助合作與嚴謹的生活習慣。

### 發展方向

競技與健身運動為目前實驗室發展的主軸。洪老師依學生的專長與興趣，因材施教使學生更有興趣投入未來可能的發展事業。實驗室目前進行的研究案有：

- 一、**競技方面**有：1. 以專業高爾夫選手為對象探討額中葉 theta 波與高爾夫推杆表現的研究與探討 SMR 的改變與行為表現的關係。2.以專業射擊選手為對象探討音樂對運動表現的影響與探討神經回饋訓練在射擊表現與心理上的效益。3.以專業運動員為訪談對象以生涯發展模式探討各階段運動員在運動才能、心裡、社會關係和學業層面的轉變。4.協助運動員完善的生涯規劃研究。5.負面自我對話與左顳葉 alpha 波活動之關係。
- 二、**健身方面**有：1.以 ADHD 孩童為對象探討身體活動對抑制功能的影響。2.以學齡前孩童為對象探討運動強度對情緒與認知的影響。3.以老人

為 對象探討複雜運動對老人認知功能的影響、探討不同運動類型對老人認知與情緒功能的影響以及足底按摩對覺醒水準及注意力的影響。

- 三、**其他方面**有：提升台灣運動心理學術國際能見度計畫。

### 未來展望

大量的實驗訓練使每位成員成為身經百戰的優秀戰士，成為解決問題的高手。這些訓練無疑地為實驗室施測品質注入一劑強心針，也為未來的研究打下良好的基礎。然而，除了學術上精益求精、進入良性循環的運作軌跡外，洪老師也一再強調擁有善良心地的重要性。真誠地關心與善待朋友，拉拔與提攜才是此實驗室發展的精髓，也期待運動心理學會的每位成員都能發光發熱，不僅照亮自己，也照亮別人，使大家都能饗宴運動心理界 101 大樓的美景。



圖一 運動強度對幼兒情緒與認知的影響-陳泰廷





圖二 足底按摩對覺醒水準及注意力的影響-陳冠甫



圖三 高爾夫球推桿表現-蔡采純



圖四 孩童敏捷跑測驗-鄭名揚



圖五 神經回饋訓練對射擊的影響-陳怡婷

## 活動介紹

### 第二期「運動心理諮詢老師培訓班」

已完成授證

由台灣運動心理學會主辦第二期「運動心理諮詢老師培訓班」，假國立台北教育大學舉行，培訓課程已完成共有 42 名學員參與，40 人考試通過，目前共有 21 位諮詢老師完成實習並取得證照，可為台灣運動心理諮詢領域注入新血。

### 99 年度運動心理諮詢老師授證名單

授證	督導老師
章嘉倩	鄭溫暖
彭涵妮	季力康
鄭育成	高三福
謝明輝	高三福
林麗蓉	莊艷惠
黎新豪	莊艷惠
陳欣漪	莊艷惠
陳伶君	洪聰敏
林季燕	鄭溫暖
張涵筑	莊艷惠
陳美綺	季力康
莊衍宏	季力康
洪巧菱	洪聰敏
石恆星	洪聰敏
黃勝宏	洪聰敏
周庭棟	洪聰敏
許雅雯	高三福
林孟均	高三福
賴岳炫	廖主民
林育華	盧俊宏
洪若懷	季力康

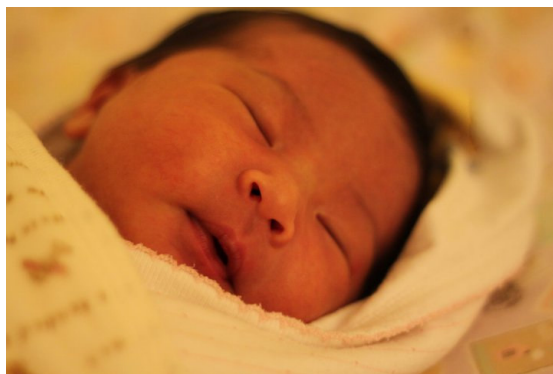


## 好消息與好朋友分享

國立體育大學教練研究所張育愷老師榮獲「100 年度中國青年救國團」之「青年獎章 (博學類)」殊榮。3 月 28 日於劍潭活動中心接受表揚，並隨後於行政院接見吳敦義院長。3 月 29 日青年節當天，於總統府內接受馬英九總統表揚，並代表 100 年度青年獎章、社會優秀青年及大專優秀青年代表向馬總統致詞。



★ 張育愷老師喜獲女兒 Joanna Chang!!



★ 恭賀彰化師大鍾孟玲老師喜獲  
雙胞胎一對，一舉得「好」！

## 活動預告

### 第六屆亞太運動心理學國際研討會 (The 6<sup>th</sup> Asian South Pacific Association of Sport Psychology Congress In Taipei)

舉辦日期：2011 年 11 月 11~14 日。

舉辦地點：台北福華文教會館。

贊助單位：體委會、體育司、國科會、觀光局、經濟部。

### ◎摘要截止日期延期公告~~~

投稿截止日期：2011 年 6 月 30 日。

提前繳交註冊費截止日：2011 年 7 月 15 日

網頁：WWW.ASPASP2011.COM

歡迎大家組成工作坊、論壇、口頭、海報發表等形式參與