



臺灣運動心理學會會訊 半年刊 第24期

創刊日期：中華民國九十年三月
發行人：廖主民
總編輯：楊梓楣
主編：陳美華
地址：10671 台北市和平東路一段 162 號-體育學系（身體活動心理學實驗室）
電話：0963582240
傳真：02-23634240
網址：<http://ssept.org.tw/>

臺灣運動心理學會第七屆 理監事會議業務報告

臺灣運動心理學會第七屆理監事會議已於 2015/01/24（六）14:00 假國立臺灣師範大學體育館三樓體 002 教室舉行，本次會議由本會理事長廖主民老師主持，楊梓楣老師進行本學會業務報告，內容包括：

- 一、經費報告。
- 二、已辦理 2014 年台灣運動心理學會運動教練心理輔導知能研習會。
- 三、已辦理台灣運動心理學會青少年運動技能發展知能研習會。
- 四、台灣運動心理學會會訊，第 22 及 23 期已放置於學會網頁上。

本次會議針對兩個提案，進行討論。經過與會老師熱烈討論，已取得共識及結論。

提案一：籌辦第四期運動心理諮詢老師培訓事宜

時間：預定 104 年 6 月 6 日起至 7 月 9 日止，
培訓地點：國立臺灣師範大學體育館（暫定）
報名資格：凡國內外大學研究所心理組碩士班以上之在學或畢業者，經審查合格後准予參加（考量學歷，科系相符性從寬認證）
課程內容：將於相關會議中再行檢討。
經費需求：除學員之報名費外，並向科技部和教育部體育署申請補助。
以上部分內容尚未定案，交由理事長及秘書長會同籌備小組審酌後確定。

提案二：華人運動心理學研討會籌辦事宜。

- 一、研討會日期：
 1. 暫定在九月底。
 2. 四天三夜或三天兩夜可再議（澳門該次為四天三夜）
- 二、研討會地點：國立臺灣體育運動大學
- 三、經費：預計籌備經費約 100 萬元。可向科技部和教育部體育署競技處提出申請
- 四、研討會進行方式如下：
 1. 主題報告：特邀國際知名學者做主題報告（3~4 人）
 2. 專題報告：邀請兩岸四地的知名學者做專題報告（15~17 人）
 3. 海報交流：評選並邀請各地學者做牆報交流（150~170 人）
 4. 建議新增口頭發表
- 五、委請莊老師擔任本次研討會秘書長，並請幹事部全力配合，相關組織架構再進行協調。





榮譽榜

台東大學**陳秀惠**老師榮升教授
台北市立大學運動教育研究所**黃崇儒**老師接任台灣運動心理學報主編
國立台灣體育運動大學**莊艷惠**老師獲邀擔任義大犀牛棒球隊運動心理諮詢師



新科博士介紹

本期會訊要介紹兩位新科博士，分別是吳修廷老師及黃嘉君老師，兩位老師亦依慣例，在去年聯合年會中發表專題演講，介紹個人研究。兩位老師都非常優秀，充滿了研究潛力，亦有非豐富的教學經驗，期待兩位老師在運動心理學學術領域中發光發熱，亦歡迎對兩位老師研究議題有趣興的會員，可多多向他們請益。以下是兩位老師的簡歷及研究摘要。

吳修廷老師



現職：國立臺灣體育運動大學體育學系專任助理教授
專長：運動心理學、體操及韻律體操、體育教學
其他經歷：
民國 103 年 2017 年臺北

世界大學運動會韻律體操競賽總經理
民國 90-103 年擔任各級韻律體操教練、裁判講習會講師
民國 86~103 年擔任國家韻律體操代表隊隨隊裁判、教練及領隊
民國 99-102 年教育部體育署『體育運動大辭典』編撰韻律體操召集人
● 博士論文題目及摘要：

運動中兒童與青少年的同儕關係

摘要

本研究嘗試以系列的研究來探討運動中的同儕關係，主要的目的是提供建立研究同儕關係理論模式的依據。首先，研究一著手調查台灣地區兒童與青少年的身體活動情形和參與動機 (N=3321)，目的是想了解兒童和青少年參與運動的生態，以作為後續探討同儕關係應注意的動機形態和研究基礎，調查結果歸納成六大類，包含健身和技能促進、社會期望和外在大因素、競爭和挑戰、社會增強、正向情緒和友誼以及團隊合作。接著研究二採用 Coie 與 Dodge (1983) 以人為主體的五種同儕地位計量分類法，探討體育課不同同儕地位的兒童在社會心理組成上的差異 (N=229)，結果發現受歡迎和受爭議的兒童在心理組成上沒有太大差異，特別值得注意的是被忽略的兒童心理組成最不好，與過去教育領域的研究發現被拒絕兒童的心理組成是最差的不一致。此外，研究二調查發現被同儕喜歡的理由主要是運動好占 36%、個人特質 (如善良和幽默) 占 25% 和好朋友或玩伴占 22%，不喜歡的理由主要的是負向行為 (如不守規矩、搗蛋、打人、罵人和嘲笑人等) 占 60%、負向情緒態度 (如自以為是、驕傲、發脾氣等) 占 21%。研究三則進一步

想了解什麼因素是影響同儕關係的主因，基於研究二的調查除了受歡迎的主因是運動好之外，發現不受欢迎的主要因素似乎和個人的道德水準有關，然而道德水準又會受到動機氣候的影響，故研究三的目的是探討兒童的道德水準和動機氣候對同儕關係及心理組成的影響，研究結果沒有發現交互作用故不支持假設，只有發現能力信念與同儕關係和心理組成有正相關，以及精熟動機氣候與心理組成亦有正相關。雖然本研究未能建立初步的同儕關係理論模式，但提供了探討同儕關係初步的樣貌，期許未來能有更多同儕關係的相關研究發現，以提供建立周延的理論模式作為研究的理論基礎。

關鍵詞：同儕關係、受歡迎、友誼、社會地位。

黃嘉君老師



現職：逢甲大學體育教學中心、國立臺中教育大學體育學系、靜宜大學體育室兼任助理教授

專長：動作行為、生態心理學、運動心理學、游泳、足球

● 近期著作：

黃嘉君、楊梓楣(2012)。不穩定視覺環境的閱讀姿勢控制。大專體育學刊，14，161-169。

黃嘉君、楊梓楣(2011)。明眼者與盲者對器物可伸取性的知覺與姿勢控制。中華心理學刊，53，21-34。

楊梓楣、黃嘉君*、黃嘉笙、郭丁良(2011)。從身體擺動審視個體-環境系統之直接知覺機制：以移動室操弄視覺光流訊息。體育學報，44(1)，57-72。

● 博士論文題目及摘要：

動態環境中閱讀之動暈與行動因應

摘要

姿勢控制是個體－環境系統中，知覺－行動配連的作為，藉身體擺動產生的視覺與機械本體覺訊息，控制姿勢穩定。基於生態觀點，Riccio and Stoffregen (1991) 提出姿勢不穩定理論，認為姿勢不穩定是動暈發生的原因。本研究針對搭乘交通器閱讀容易動暈之議題，探討個體於動態環境中閱讀時的姿勢控制與動暈。本研究招募高與低動暈易感者各 30 名為參與者，並以移動室與移動表面操弄視覺與機械本體覺訊息，分為 3 種動態環境組別：外增視覺移動組、支撐面移動組、與座艙模擬組。參與者在實驗中處於靜態與動態環境，進行自然坐姿或坐姿閱讀工作。實驗中擷取並記錄個體的頭部與軀幹移動、移動室移動等資料，進一步分析身體擺動、頸部控制、以及人－環境配連等變項。研究結果顯示，閱讀時頭部擺動之左右變異會增加，有 11% 至 40% 高動暈易感者曝露於動態環境後發生動暈，但低動暈易感者皆未產生動暈。座艙模擬環境下，身體擺動最大，其次為支撐面移動，而視覺移動情境則有較小的身體擺動。各環境與閱讀情境之動暈發生率皆相同，在閱讀試作中產生動暈者，身體擺動在試作後期高於未動暈之低動暈易感者，支持姿勢不穩定理論。

關鍵詞：姿勢控制，身體擺動，生態心理學，姿勢不穩定理論，動暈易感性



北京行的運動心理學知識之旅

國立臺灣體育運動大學 / 張詠晴



2014 年本人很榮幸地獲得前往北京體育大學當交換學生學習的機會，在這半年的學習當中，除了接觸本身有興趣的領域和科目之外，更力求在運動心理學的專業領域上有所長進，我除了選修碩士班褚躍德老師所教導的運動心理學課程與旁聽大學部王英春老師的課外，每兩週的週三晚上也參加張力為老師從 2005 年就開始執行的運動心理學雙週論壇，更難能可貴的是參與國家體育總局一年一度所舉辦的全國運動心理培訓班。

褚躍德老師所教授的是研究生在職班的課程，在每週的課堂上除了老師本身的授課外，還會出一些隨堂作業讓大家可以立即從課程內容中學以致用，例如：要怎麼協助運動選手把外在動機轉變為內在動機、舉出一項你有興趣或是為你專長的運動在比賽場上或平時訓練中可能遇到的挑戰，列舉出要如何協助他們，最後一項期末作業則是做一篇文獻綜述，將有興趣的主題搜尋少十篇以上的核心期刊文章加以分析和評論。

至於運動心理學雙週論壇體為北體大運動人體科學院張力為教授所主辦，每一次的論壇都會呈現精彩的主題內容，並且所講授的課程大多與運動心理學對選手的實際諮詢應用有很大的幫助，在一個學期當中約有 8-10 次的主題，我個人認為較有實際助益的是第一週王英春教授分享的運動員高壓下的

心理調控-下隊服務的實踐，王教授本身長期為國家射擊隊服務，這次以很實質面的方向和大家談下隊後開展的原則、心理工作上的思考以及自身素質的思考，我認為這是一個給新秀運動心理諮詢服務者很受用的實際經驗分享和建議，另外在同一週張力為教授以「沒有什麼比好的理論更具有應用價值」為主題作為開展，因應許多人讀了理論卻不知如何實際應用的狀況下，張教授很完整的將現有八個較為經典的理論剖析清楚後並說明在實際工作中該如何在適當的時機運用哪一方法。



其中還有一個主題是在運動訓練中賞識教育的作用，這期的講者談到競技運動訓練必須利用或激發運動員本身的優點，達到揚長克短、制勝克敵的互相轉化。而這種本身優點的培養，則需要教練運用所謂的賞識教育去發現和挖掘，使其發揮最大的效能。



論壇的最後一週是由幾位跟隊實習半年的研究生來做分享，幾位的分享聽下來全部都是正向積極，感謝感謝再感謝的情況，不過以曾經實際跟隊過的經驗來看，認為這當

中全部一帆風順的情況比較不實際，不論如何可能會遇到一些挫折或挑戰，於是問了每一位實習過的人員，在這當中是否曾經碰到過的困難，沒想到大家的反應都是有，有些人甚至還講到落淚，真是出乎我意料之外。



以上的課程都是在北體大校園中進行的，而在同年的10月22-24日我爭取到參加國家體育總局舉辦的一年一度，為期三天的全國運動心理培訓班，這個培訓班主要開放給體育院校的教授以及國家級和各省級的教練與相關運科人員參與，我很幸運有機會參加這個難得的培訓班課程。主要是因為2012年我的指導教授莊艷惠老師曾受邀擔任主講者，我才知道他們國家體育總局有主辦這培訓活動。



當年老師主講的主題是備戰倫敦奧運-優秀選手心理訓練實錄，在整整一個半小時的講課時間裡沒有一點冷場，深入簡出、活潑生動地介紹運動心理服務的內涵，完全吸引

全場的目光，老師當年講課後獲得來自各省的教練員和運科人員之好評！此景帶給初級運動心理諮詢老師的我很大的啟發，深深愛上這種學以致用，與人分享的實務工作之美好。

培訓班的對象是各省級或是國家級的教練員和運科人員，因此所安排的課程著實都讓人驚豔、且有很高的實務應用價值，而邀請到的每一位主講者都是赫赫有名，在運動心理學的領域中不論是學術上或是實踐上都大有成就及資深的經驗。在這三天的課程學習又更加地讓人覺得不虛此行！

中國是一個競技體育的強國，在運科經費方面投入相當豐沛的資源，在這一個學期的學習過程當中真的很開心能夠參與到這些運動心理學相關的學習課程，著實令我獲益良多，但還是有許多教練員或選手不太能接受心理運科的協助，造成在發展上相對的較為緩慢，真心喜愛運動心理服務的我相信，只要我們踏實的一步一腳印，提供每一次需要諮詢的選手最真誠、有效地的服務，將來一定會獲得更多支持與肯定，選手在場上的表現會因為有心理運科的幫忙而更加穩定且不斷向巔峰運動表現邁進。

新書消息

中文版的「動作控制與學習」一書 2015年全新登場!

原著：Motor Control and Learning: A Behavioral Emphasis, 第五版, 2011年

作者 Richard A. Schmidt and Timothy D. Lee

出版社: Human Kinetics

譯著: 動作控制與學習 (2015 年)

總校閱: 卓俊伶

譯者群: 卓俊伶、楊梓楣、陳重佑、蔣懷孝、李冠逸、陳秀惠、賴世炯、劉淑燕、林靜兒、連恒裕、張智惠、梁嘉音

出版社: 合記圖書

本書是專為修習人類表現或是動作學習課程的人體運動學和心理學領域的大學生和研究生所撰寫的教科書。同時，在神經科學、物理治療、職能治療、語言治療、生物醫學工程、工業工程、人因工程和競技運動的其他領域學生，也能從中獲得許多有趣的觀念。本書所提供的動作行為有關的元者，將可以在人機系統(human-Machine systems)設計、發展競技運動和產業的訓練計劃、或是教導各種層次舞蹈及音樂等方面，提供一個兼顧的學理基礎，不容錯過。

更多相關訊息請見台灣運動心理學會網站：
<http://www.ssept.org.tw/>



編後語：

本次會訊的編輯工作，非常感謝國立臺灣體育運動大學張詠晴，分享他的交換生經驗，以及新科博士吳修廷老師、黃嘉君老師提供相關資料，使本期會訊更加豐富。台灣運動心理學會有很多會員具獨特的見解，以及豐富的研究生活經驗，歡迎大家將本會訊作為交流的平台，期待下一期有您的加入。

本會訊全年無休徵稿，凡實驗室或研究室介紹、研究生參加研討會心得、科普文章（科學研究成果以精簡的文字敘述）、會員喜事分享（得獎、升等、生小孩、結婚、畢業、中樂透……等）、學術之外的散文（例如：研究生心情）等，皆歡迎賜稿。稿件請傳至 mhdance@yahoo.com.tw 陳美華處。編輯小組希望這個園地能持續的為大家提供交流及分享的機會，也盼望大家能多多點閱，持續的支持會訊！

國立彰化師大 陳美華敬上

