



# 台灣運動心理學會訊

## 季刊 第9期

創刊日期：中華民國九十年三月

發行人：季力康

總編輯：洪聰敏

主編：高三福

地址：台北市敦化北路5號

電話：(02)25794350

傳真：(02)25794323

網址：ssept.ntptc.edu.tw

### \* 賀台灣運動心理學會秘書長洪聰敏教

#### 授，當選國際運動心理學會理事

第十一屆國際運動心理學會年會 (International Society of Sport Psychology, ISSP) 於 2005 年 8 月 15 日到 19 日在澳洲雪梨的展覽中心舉行。台灣運動心理學會會長季力康教授目前是 ISSP 理事，由於季會長已擔任二屆的理事，依大會章程本會任期滿不得再連任。本次年會改由台灣運動心理學會秘書長洪聰敏教授，代表台灣區競選下一屆的 ISSP 理事。在激烈的競爭下，洪聰敏教授脫穎而出，順利當選 ISSP 理事，繼季力康教授後，獲此殊榮，值得讚賞。季力康教授與洪聰敏教授連續擔任 ISSP 理事，顯示出台灣的運動心理學學術，已經與國際運動心理學學術活動密切接軌。

洪聰敏教授表示，國內運動心理學的研究已達一定的水準，目前已經有專屬的運動心理學學會，接下來的發展就是密切與國際學術活動保持聯繫。洪教授表示，學術研究須要保持經常性的討論與刺激，台灣的幅員很小，國際化是必要的趨勢，這也是提升國內運動心理學研究水準的必要方向。洪教授更進一步表示，運動心理學的研究可以廣泛的應用在不同的領域，也就是所謂的「頂尖表現者」(elite performers)，許多國外學者已經將輔導運動員的經驗轉移到輔導高階經理人、外科手術醫師、以及戰鬥機飛行員等等，跨領域跨學科的交流，也是未來國內運動心理學學術推廣的方向。

學術研究的拓展筆路藍縷，特別是運動心理學的研究在國內只有短短不到三十年的時間。相信在前會長簡曜輝教授，以及現任會長季力康教授、副會長盧俊宏教授、秘書長洪聰敏教授等學者的耕耘之下，未來台灣的運動心理學研究，有如花園般地花團錦簇，吸引更多優秀的人才進入這個令人著迷的領域。

### \* 第 11 屆國際運動心理學會 (ISSP) 年會報導

第十一屆國際運動心理學會年會年會於 2005 年 8 月 15 日到 19 日在澳洲雪梨著名的展覽中心舉行。會中安排許多國際知名學者專題演講，每天下午並排有工作坊等實務課程，是一個兼具理論與實務的學術研討會。台灣運動心理學會以組團方式參加，會員與眷屬等團員近 40 人。除了參加會議外，會議結束後大家也順道到雪梨附近的景點參觀。整個旅程不但學術充電，也飽覽了澳洲的自然景觀，是一次難得理性與感性兼備的體驗。



## \* 參加第 11 屆 ISSP 感想 ——大家談 5 之 1——

洪建智/淡江大學

每隔四年舉行一次的國際運動心理學學會 (ISSP) 會議, 本屆係由澳洲雪梨承辦, 會期由 8 月 15 日起至 19 日在雪梨會議中心舉行。由於本活動係相隔四年才舉辦一次, 與會參加人員冠蓋雲集, 其中不乏在運動心理學界頗負盛名的國際大師級專家學者, 因此; 筆者有幸能參與盛會, 真是深感榮幸與驕傲, 更不忘把握此難得的機會, 專心致志的努力認真學習, 以期能從中學習到相關的知識與訊息, 進而提升日後的研究、教學及訓練等的能力。

活動中透過多位國內外專家學者精闢的演講和研究結果的發表, 使得與會者皆能充分掌握國際運動心理學的研究現況與趨勢。尤其是在經由問題的提問與相互討論後, 不僅釐清了許多疑問, 而且透過與會者的腦力激盪, 開啓了更為寬廣的研究空間。尤其有部分的主題相當新穎, 例如: *Passion in Sport* (運動熱情)、*Psychological Safety* 等, 都是相當值得加以深入研究的題材。其中: 國內計有季力康、李麗晶及李炯煌等三位老師口頭發表, 其他海報發表有數十篇之多, 題材新穎、內容充實, 獲得國內外相關專家學者的一致肯定與好評。

在本次的活動中也讓我欣賞到多位大師級的講者迷人的風采, 其中令我印象最為深刻的是 *Foundations of Exercise Psychology* 一書的作者 *Bonnie G Berger*, 她不但有著豐富的學識背景, 待人和藹親切的態度更是令人難忘, 筆者與同行的同好們不但與其閒話家常、相互研討, 更不忘與她合照, 留下最美好珍貴的回憶。

此行之中, 感到最難能可貴的是, 同行的同好們皆能相處融洽、互相關照。尤其是其中的大部分成員都是台灣運動心理學會的會員, 包括理事長、副理事長、秘書長和多位理監事都盡心盡力的參與這項活動, 與會者都能充分感受到大家團結一致、猶如一家人的和樂氣氛。這點可由大夥共同團結一致成功推選洪聰敏秘書長擔任下一任國際運動心理學會 (ISSP) 理事, 以接替即將任滿且不得再續任的季力康理事得到印證。

最後, 要特別感謝台灣及澳洲運動心理學會的工作人員的細心安排, 以及國立體育學院教練研究所季力康所長及心理組的所有伙伴的鼓勵與指導, 才得以有此次參加國際性論文發表與學習的難忘經驗。

作者簡介: 洪建智為淡江大學體育室副教授, 主修運動心理學。這次參加 ISSP 年會洪建智教授全家與會, 而且洪教授不錯過任何一場的發表, 收穫豐富, 特地邀稿與各位會員分享心得。



## ——大家談 5 之 2——

李麗晶/台北體育學院

第一次參加於澳洲舉辦的第十一屆世界運動心理學研討會，甚感榮幸能在會中以口頭方式發表研究，這是一趟兼具感性及理性之旅。雖然以英文在國際研討會上發表不是第一次，但是依舊很緊張，剛開始擔心會有人問自己聽不懂的問題，再則擔心自己準備的不夠好，總之呀！我擔心的範圍涵蓋了所有國際發表人都會有的擔憂心情。但是由於一群台灣好友提早來捧場，又加上主持人是美國母校的教授，突然心情輕鬆了許多，總之我覺得 14 分鐘的發表是令我覺得愉快、有成就感的，雖然最後一分鐘還是遇到了一位連問三個問題的學者，由於他堅持不用麥克風而且又站在會場最後面用吼的，天殺的！我自認能回答第一個問題就不得了，另兩個問題就抱歉了！而對於參加諸如此類的國際研討會我個人有幾個感想與大家分享。

一、充分的準備發表內容，其餘的就交給上帝了：口頭發表是很令人緊張的事，我們是非英語系國家，講英文本來就不是我們的原始本能，所以事先的充分準備真的很重要，因為不斷的練習才能建立自信心，這也是我喜歡口頭發表的原因之一，因為它真的很具挑戰性，而我也樂於接受挑戰。

二、開幕活動一定要參加：因為費用是內含在報名費，不參加當然浪費，不過這是一個能與其他國家的學者交流的最好機會，不管英文好不好開口說就對了，因為其他國家的學者英文也未必說的好，但是至少這是個是能在國際間把「台灣」宣揚出去的重要的場合，所以鼓勵大家盡量主動與人交談。

三、盡量參加有興趣的主題課程：可能也會聽不太懂，尤其是笑話，但是因為是自己的研究領域所以重點不會相差甚遠，聽聽別人談什麼、了解趨勢是什麼。或者多看別人的海報，這時候可以慢慢的看，別人也很喜歡你問他問題，有時候看到有興趣的研究或者是遇到知己，哇！那可是一件令人興奮不已的事情。

四、認識主辦國的特色：利用每天的傍晚逛一逛不同地方，多多了解主辦國的文化特色，這一點我們可就充分做到了，因為飯店的地點關係只要是附近步行 30 分鐘的地點我們完全不會錯過，包括教堂、雪梨歌劇院的夜景、不同主題餐廳，我們甚至更深入了解澳洲不同型態的 Bar，包括英國風 Disco pub、Sports Bar、吉他 Lunge Bar 等等。

一趟充滿知識、學術交流及飽受文化薰陶旅程就在雪梨歡樂結束了，大家 2009 年摩洛哥見嘍！

作者簡介：李麗晶為台北體育學院休閒管理系助理教授，主修運動心理學。李麗晶教授為美國春田大學碩士，目前在英國羅福堡大學進修博士。這次李教授參加 ISSP 表現傑出，特地邀稿與各位會員分享心得。



## ——大家談 5 之 3——

李炯煌/淡江大學

十一屆國際運動心理學研討會是由國際運動心理學會，自 1965 年來每隔四年定期舉辦的國際性學術交流活動，對當代運動心理學的實務和理論發展，具有相當大的影響力。該學會是惟一的全球性運動心理學組織，致力於促進和平和瞭解各國的人民。會員包括研究專才、心理學家、教育者、教練、選手和學生等等，遍及世界各地。依據這次與會人員手冊(Delegate List)，共計來自全球五大洲五十八國與會代表(約 580 人)參與這次學術盛會。

這次大會的主題為『提昇生活的健康和表現』(promoting health and performance for life)，各分為八大子題；亦既自我理論：冠軍的心態 (self-theories: Mindset of champion)、心理韌性的辨識和發展 (Identification and development of mental toughness)、運動心理學之認知神經科學的部份：支持表現的大腦機制(Cognitive neuroscience aspects of sport psychology: Brain mechanisms underlining performance)、有關運動減低焦慮和沮喪之其它處方：克服最低努力原則 (Exercise relative to other treatments for reduction of anxiety/ depression : overcoming principal of least effort)、自發運動之心理學研究 (A psychological approach to voluntary movements)、應用健身運動心理學：提昇活動和評估結果 (Applied exercise psychology-promoting activity and evaluating outcomes)、運動學習的改變：協調和控制觀點 (Change in motor learning: A coordination and control perspective)以及運動心理學諮詢 (Sport psychological consulting) 等等。不僅具有理論基礎，亦呈現實徵資料的佐證。有些的演講者因體恤多數聽眾的母語並非是英文而刻意將演講速度減慢，增進有興趣的聽眾對該議題的認識。

在休息時間，大多數研究者會到海報發表區與各國學者進行討論，分享自己的研究經驗、見解和建議，以及未來可以努力的方向，透過言語、紙筆和肢體等交流過程，研究者們都覺得很自在，並不會去在意語言的限制，自然地散發出社會支持的正面氣氛。此外，透過這次聯合組團方式，提供一個很好的平台，讓我們對各研究所實驗室的成員彼此認識和珍賞。總之，我覺得這次收穫很大，不僅開拓自己的國際視野，確定未來的努力方向，也與國內研究者有良好的互動。

作者簡介：李炯煌為銘傳大學體育室副教授，目前就讀國立體育學院教練研究所博士班，主修運動心理學。李教授參加 ISSP 表現傑出，特地邀稿與各位會員分享心得。



## ——大家談 5 之 4——

林星帆/中正大學

對我而言，參加此次研討會最大的收穫是瞭解在國際心理學界最「Hot」的研究趨勢，很顯然地是

「Decision-making」。怎麼說呢？據我所知，光是口頭發表及 Symposia 是以「Decision-making」為依變項的報告就超過十篇，更遑論是發表在海報上的篇數了。現今，無論是在運動競技心理學或是運動行為學上，

「Decision-making」皆是各方學者研究的焦點。除此之外，由於我本身較嫻熟測驗原理，加上許多實務的操作經驗，因此對問卷發展與設計（包含項目分析、信度、效度與模型適合度檢測）略有涉獵，也發現近幾年在國內才較常被使用的驗證性因素分析（Confirmatory Factor Analysis, CFA），在國外問卷量表發展中是必然使用的工具之一，至少有 15 篇在海報發表是使用 CFA 來檢測整體模式的適合度的，而在國內的問卷發展則不一定會使用 CFA。我也曾經跟日本櫻美林大學健康心理學系的清水安夫（Yasuo Shimizu）討論 Bandura 自我效能量表因素分析轉軸的問題，發現日本學界對於研究是非常嚴謹的，他們鮮少使用錯誤的轉軸方式。

此次我的海報發表主題是「Practice-Scheduling Effect on the Performance and Learning of Pool Skill: Blocked and Random Practices」，屬於 Motor Learning 的研究範疇之一。我也和來自巴西的一位醫生討論產生情境干擾的原因，她提出腦波的觀點，也吸引了台北體育學院的唐慧君同學前來討論。最榮幸的是，我竟然有機會與 Motor Learning 學界知名的日本廣島大學學長関矢寬史（Sekiya, H.）討論情境干擾的問題，真是難得的經驗。

此次研討會可說是大豐收啊！不過，當務之急就是加強自己的英文能力，否則精彩的演講我通常聽到一半就開始流眼油了，再下一場就棄械投降，這樣真的很可惜。希望在明年的 NASPSA 可以再與運動心理學界的前輩及同好參與此類學術論壇，以擴展自己的學術視野。在此感謝我的指導教授劉淑燕老師慷慨補助我部分旅費。希望明年再見！

作者簡介：林星帆為中正大學運動與休閒教育研究所研究生，主修運動心理學。林星帆同學首次參加 ISSP 年會，就對研究有獨特的個人見解與收穫，特地邀稿與各位會員分享心得。



## ——大家談 5 之 5——

陳伶君/南門國小

在學術的領域中每四年舉辦一次的國際運動心理學學術研討會，猶如競技領域中的奧運會一般令人嚮往，這是難得的機會能親眼目睹當代的大師，並進一步聆聽其精闢的演說或共同討論研究的主題，這個動人的原因驅使我參加了雪梨學術之行。

研討會五天議程的安排非常緊湊豐富，每天從早上八點到下午六點，包括二場大師級心理學家的演講、近五十場的口頭論文發表及約一百篇的海報論文發表，尤於在同一時段有三個場地進行不同的主題發表座談會，因此慎選自己感興趣的主題來聆聽是關鍵的決定因素，如此不但可萃取出重要的研究訊息，對英文聽力尚有障礙的我，在聆聽與自己研究主題相關的發表時也較其他主題能理解其含意。另外，抽空看海報發表是一件相當有挑戰性的事，當我瀏覽每篇海報的時候，許多作者會熱心的詢問是否有問題可討論，這促使我必需短時間地閱讀並開口與對方談話，因此開口說英語也漸漸變得簡單而自然，這是我感到此行很有收穫的地方。而我的海報發表是在研討會進行的第四天，除了幾位同行的教授和研究生給予指教外，也有外國教授與我討論，我將事前準備好的簡短內容介紹給他們並討論問題，得到不錯的回應與支持。

我想參加研討會的好處不僅在於學術的增長，也可擴大人際關係以利邁向國際化，我和與會的學者交換名片、交談，幫助自己增廣視野，了解不同國家的風情、政策與學術發展現況，這是與參加國內研討會較不同的地方。除此之外，到有名的旅遊勝地觀光也是出國參加研討會的一大好處，我們參觀了雪梨北海岸的渡假聖地史帝芬斯港，看到海豚與遊船追逐的過程，到史托頓海灘滑高達三四層樓的沙，到雪梨歌劇院欣賞建築的美，一切的美好無法在短短十一天看盡，因此我更期待下一次摩洛哥的學術研討會，期待與國內學者共同參與盛會，共同學習與旅遊。

作者簡介：陳伶君為台北市立師範學院體育研究所畢業生，目前服務於台北市立南門國小，主修運動生心理學，指導教授為洪聰敏教授。陳伶君首次參加 ISSP 年會，收穫豐富體驗深刻，特地邀稿與各位會員分享心得。



**\* 2005 年度運動心理學國際學術  
研討會開始報名！**

由台灣運動心理學會所主辦「2005 年運動心理國際學術研討會」開始報名，這次特地邀請國際知名學者：動作行為學 Keith David (University of Otago, New Zealand)，健身運動心理學 Stuart Biddle(Loughborough University, UK)，運動生心理學 Bradley Douglas Hatfield (University of Maryland, College Park, USA)，針對競技運動心理學、健身運動心理學、運動心生理學、動作行為學四大領域進行專題演講。機會難得，錯過可惜。

時間：94 年 11 月 25 日（五）至 27 日（日）

投稿截止時間：94 年 10 月 28 日（五）

地點：台北體育學院

活動簡介：演講、口頭發表、海報發表、儀器及資訊展示等等。

報名方式：請電洽 02-25774624 轉 834 或傳真  
(02)25794323 或  
MAIL:ssept@tea.ntptc.edu.tw

投稿請寄至：台北市敦化北路五號 台北體育學院運動科學研究所心理學實驗室  
(請 Word 檔磁片)

**\* 會員招募及徵稿**

歡迎認同本會宗旨，年滿二十歲者加入成為會員，入會費為新台幣一千元，常年會費為一千元，但具專職學生身份者優惠為五百元，有意加入者請將入會費及常年會費郵政劃撥至帳號 19542994，戶名台灣運動心理學會，並將姓名、服務單位、職務、聯絡地址及電話、身分證字號、出生年月日等基本資料，傳真至 02-25794323 林孟均收。此外，會訊的新知介紹，也歡迎投稿。來稿請註名投稿者基本資料，以 Word 檔 E-mail 至 [crhwang@tpec.edu.tw](mailto:crhwang@tpec.edu.tw)。

中文學報目前的稿件逐漸增加，但是因為審稿作業程序的嚴謹，來回需要修正的時間較長，因此在出版上有些延誤，但是隨著稿件的日漸穩定，中文學報已朝向每年出版兩期的方向衝刺，每年五月和十一月出版，字數放寬為兩萬字以內，以解決會員們漫長的等待。英文學報的部分則是稿源缺乏，通過准予刊登的件數也很少，因此在出版上還是有困難存在，敬請各會員踴躍投稿，以解決稿荒之問題。中英文稿件是採隨到隨審的方式，因此有意投稿者可以立即行動，在審稿完畢後，本組會馬上通知審查結果，以掌握時效，接受稿件額滿後就必須排至下一期出版。以上來稿請註名投稿者基本資料，及 word 檔磁片，請郵寄：台北市敦化北路 5 號 台北體育學院運動科學研究所心理學實驗室。

