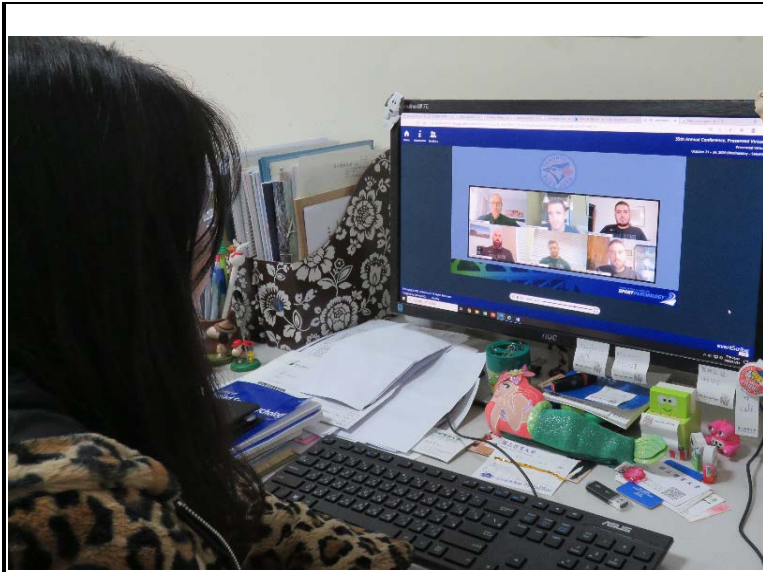


國立體育大學教師專業成長報告書

填寫日期：109 年 12 月 20 日

申請序號：

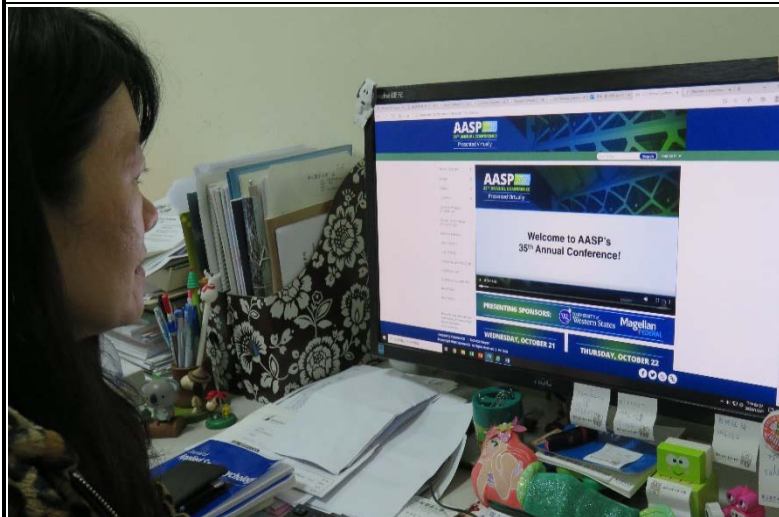
申請人	彭涵妮	單位主管	
研習成果			
<p>此次研討會為美國應用運動心理學會- 第 35 年度學術應用研討會，該運動心理學會為國際級應用實務運動心理學之先驅，所成立之運動心理諮詢師證照為國際最頂尖與最高級之證照，該學會在每年舉辦應用類型之運動心理研討會，讓世界各地的實務類型學者互相交流，吸取最新心理訓練實務操作手法以及應用類型研究之最新趨勢。此次會議由於疫情影響將採取線上視訊會議模式，會議有許多重點放在討論疫情期間如何協助運動選手調適心理，重新調整訓練心態，以及一旦有比賽時應如何快速進入良好的比賽心理模式。</p> <p>本次研討會共計四天，並讓參與者可以線上聽講至隔年四月，每天皆有一場大型演講，以及接近二十場的口頭發表與小型演講，規模龐大。藉由參與此會可吸取到最新實務界在運動心理訓練與諮詢的做法，而額外參與的專業進修研習課程可再次加強專業人士的進階訓練，並在課堂中與其他有經驗之專業人士互相討論專業上之議題。</p> <p>專題座談與口頭發表(breakout sessions)部分，此次研討會共舉辦接近二十場的專題座談與口頭發表，規模龐大。演講與發表內容著重於：(一)運動心理諮詢師之發展與督導模式；(二)新的 AASP 運動心理諮詢師證照制度與申請流程；(三)應用心生理學、腦波與儀器在訓練運動員的表現上；(四)運動心理訓練與諮詢運用在各種不同運動項目的訓練模式與細節作法；(五)運用正念訓練於運動表現；(六)教練心理學；(七)健身運動心理學；(八)青少年運動心理學；(九)職業運動心理訓練與模式。</p> <p>海報發表部分，此次研討會共計約 250 篇海報發表，規模龐大。海報發表內容著重於幾個主題：(一)教練心理學；(二)大學運動員之運動心理訓練；(三)運動心理諮商與介入模式；(四)職業運動中的運動心理訓練；(五)健身運動心理學；(六)運動員受傷之運動心理訓練；(七)非運動員之心理訓練；(八)青少年運動的運動心理訓練；(九)運動心理諮詢師之發展與督導。</p> <p>專業進修研習課程部分，此次專業進修研習課程的主要議題如下：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 菁英運動員之心理訓練與諮商(Consulting with Elite Sport) - 運動心理諮商訓練之規畫與持續(Best Practices in Starting, Developing, and Sustaining a Private Practice) - 針對奧運賽事的心理準備模式(Mental Preparation for the Olympic Games) - 心生理訓練與相關儀器操作(Neuropsychological / Physiological Bases of Performance) - 個人與團隊項目的心理檢測(Assessment of Individuals, Teams/Groups & Organizations) <p>未來將會把研討會所學運用在協助學校的大專運動選手之心理訓練與諮詢，此外也會在課堂教學中增加所學之實務應用知識，實際在課堂中教導學生操作心理技巧，降低比賽壓力，提升比賽成績。</p>			



線上視訊研討會



線上視訊研討會



線上視訊研討會



線上視訊研討會

檢附證明

- ☐ 研習結業證書、證照、課程證明等相關證明文件：檢附**影本**黏貼於本欄
- ☐ 交通費、住宿費、報名/註冊/認證費等相關單據：檢附**正本**，黏貼於「國內/國外出差旅費單據黏貼單」或紙本「黏貼憑證用紙」

教務處 教發組		單位主管	
------------	--	------	--