



醫事人員繼續教育系列課程

The Series Academic Course of Persisting Education



香港小作坊
Long Long Workshop®

競技場下的心靈捕手- 專項運動員的運動心理訓練與實務 (線上直播)



課程代碼

114B013 【依據本會學術委員會 114 年度工作計畫辦理】

課程特色

隨著各國對於運動的重視與投入，現今運動員需面對比過去更嚴峻的競技挑戰。為呈現完美的顛峰表現，運動員必須在比賽當時把技術發揮到自我的極限。然而經常見到的是選手在面臨比賽高壓力下，不但無法發揮最佳表現，反而產生重大的失誤。這樣的情勢使得運動員與教練重新思索，影響運動顛峰表現的因素是否只有技術訓練？

為有效增進運動員競技場上的心理能力，「運動心理學」因應而生，並與運動生理學、運動訓練學、運動生物力學成為運動科學的 4 大主軸。

運動心理學是探究在運動情境中人及其行為的科學研究，並運用知識實務的專業學問。歷經 1890 年代的創立與其後一百多年的發展，這一專業已經衍生出許多議題，例如：運動員人格的特徵，運動員的動機、情緒、壓力、焦慮與表現的關係，團隊動力學，領導，溝通，心理技能訓練等。其中，「心理技能訓練」更成為使運動員邁向顛峰表現的重要基石，而傳授這專業的運動心理學家或運動心理諮詢師，已在許多重要賽會中扮演關鍵的角色。

本次研習會特別邀請世界棒球 12 強賽(WBSC Premier 12)的中華隊隨隊運動心理諮詢師-彭涵妮教授前來分享，介紹心理技能訓練與增進運動表現技巧，藉以提昇與強化學員的專業知能，課程內容相當豐富實用，機會難得，歡迎大家踴躍報名！

主辦單位

中華民國復健醫學發展協會

合作單位

杏林國際教育中心

課程大綱

時 間	大 綱	內 容 簡 介	座 長
08:30-09:15	線上簽到		
08:50-09:00	致歡迎詞		理事長
09:00-10:00	優秀運動員的心理特質	 運動心理訓練介紹  優秀運動員具備的心理特質	彭涵妮
10:00-10:20	休息		
10:20-12:00	運動心理技能訓練-壓力管理	 壓力管理模式  增加自我覺察之技巧  壓力調整技巧與實務操作	彭涵妮
12:00-13:00	午餐時間/線上簽到退		
13:00-14:30	運動心理技能訓練-意象訓練	 意象訓練介紹  意象訓練技巧與實務操作	彭涵妮
14:30-14:50	休息		
14:50-16:30	運動心理技能訓練-自信心	 自信心來源  提升自信心之技巧與實務操作	彭涵妮
16:30	賦歸/線上簽退		

課程師資

彭涵妮 運動心理諮詢師(Sport Psychology Consultant)

現職	國立體育大學-球類運動技術學系助理教授和各項目校隊運動心理教練
學歷	國立體育大學競技與教練科學研究所-運動心理學博士 美國康乃狄克大學(University of Connecticut, CT, USA)-運動心理碩士 美國春田大學(Springfield College)運動心理諮商系研究學者
經歷	● 2024 世界棒球 12 強賽- 中華隊隨隊心理教練 (世界冠軍，創台灣史上最佳成績) ● 2024 U18 亞州青棒錦標賽- 中華隊隨隊心理教練 (冠軍，睽違 17 年再次奪冠) ● 中華職棒 Lamigo 桃猿隊- 運動心理諮詢師 (2011- 2015, 4 次季冠軍, 3 次總冠軍) ● 中華職棒味全龍隊- 運動心理諮詢師 (2023 年總冠軍)

	● 2023 U18 世界盃青棒錦標賽- 中華隊隨隊心理教練（亞軍） ● 國家運動訓練中心運動心理運科委員（棒球、壘球、射擊、羽球、體操等重要奪金項目） ● 2010 廣州亞運與 2018 雅加達亞運- 中華隊隨隊運動心理諮詢師 ● 壢新醫院運動醫學中心- 運動心理諮詢師(台灣首位長期服務於職棒的心理諮詢師) ● 教育部體育署(行政院體委會)- 亞奧運運科委員(心理組)(受聘最年輕的運動心理科學委員) ● 美國 IMG Academy 運動訓練中心- 運動心理教練（網球、棒壘球、高爾夫、籃球、足球等） ● NIKE 大聯盟青棒訓練營- 心理教練 ● 美國春田大學 (Springfield College)- 棒球、壘球、排球等校隊運動心理諮詢師 ● 體委會廣州亞運、杜哈亞運運動科學心理組委員 ● 各運動項目心理訓練與教練講習講師 ● 私人運動心理訓練師（美國青少年高爾夫 AJGA 等菁英運動員所參與之等級高賽事） ● 洲際杯棒球錦標賽(2006 與 2010)- 隨隊運動心理諮詢師 ● 2009 WBC 世界棒球經典賽- 運動心理諮詢師 ● 2009 亞洲青年運動會- 隨隊運動心理諮詢師 ● 世界大學棒球錦標賽- 運動心理諮詢師 ● 荷蘭港口杯球錦標賽- 運動心理諮詢師 ● 體委會 2008 北京奧運黃金計劃— 國家女子壘球隊 ● 2006 杜哈亞運，女子壘球(銀牌)- 運動心理諮詢師
證照	● 運動心理諮詢師（美國運動心理學會，AASP，合格實習數與督導）(國際最頂尖證照) ● 運動心理教練- 高階資深（台灣運動心理學會）

課程費用

身份別	費用	說明
本協會會員	600 元	需為本協會正式有效會員
物理治療師（生）	1200 元	
職能治療師（生）	1200 元	
臨床心理師/諮商心理師	1200 元	
運動防護員	1200 元	
其他人員	1200 元	上述各專業學（科）系學生、健身教練、肌力與體能教練及熱衷運動健身的同好

□8/25(一)前報名且完成繳費者享有早鳥優惠價 1100 元/人。

□曾經參加本協會辦理之繼續教育課程之舊學員享有優惠價 1000 元/人。

□3 人(含)以上團報享有優惠價 900 元/人。

□10 人(含)以上團報享有優惠價 750 元/人。

【註1】以上優惠不得重複！

【註2】3 人(10 人)以上團報，團友可參加不同日期。

可自行匯款(請填自己的銀行代碼及匯款帳號)。

或由 1 人統一匯款「課程總費用」，其餘好友仍需【個別】完成線上報名及填寫【個人 e-mail】。
(請填寫與匯款者相同之銀行代碼、帳號及金額)。

【註3】3人(10人)以上團報，線上報名時由團主在【團報好友】欄位中填入全部團報者姓名，團友填入團主姓名。

上課時數

❖ 目前線上直播課程皆視為實體課程，醫事人員不受網路繼續教育六年八十點上限之限制。

認證單位	繼續教育課程積分數	認證字號
臺灣醫事繼續教育學會(物理治療)	專業課程 7 點	臺醫學審醫字第 11408017 號
臺灣職能治療學會(職能治療師生)		申請中
中華民國臨床心理師公會全國聯合會		ATCP 字第 11408007 號
臺灣諮商心理學會(諮商心理師)		臺諮心繼字第 114293 號
台灣運動傷害防護學會(運動防護員)	5.5 小時	申請中

上課時間

場次	日期	時間	直播地點	會議連結
第一場	2025/09/21 (日)	9:00~16:30	ZOOM 研討會線上直播	2025/09/16 e-mail 寄出
第二場	2025/09/28 (日)	9:00~16:30	ZOOM 研討會線上直播	2025/09/23 e-mail 寄出

客服專線

林秘書 0988-196633 / 07-3439710 / LINE ID:@rmdaroc

mail  service@rmdaroc.org      加入好友

學員須知

報名方式：

1. 一律採先繳費後再報名。【符合優惠條件者請直接匯折算後的優惠價即可！】
2. 完成繳費後，請務必至本會線上報名系統：<http://signup.rmdaroc.org> 報名填寫正確資料（*必填）始為完成報名手續。
3. 請於完成報名 24 小時後(例假日順延)至錄取名單查詢是否報名成功！！
4. 需要公文者敬請來電或 e-mail 告知。
5. 報名期間為 114 年 7 月 17 日中午 12 時 30 分起至各場次上課日前 3 天止【第一場 9/17】【第二場 9/24】，名額有限，請儘早報名。

繳費方式

請一律使用 ATM 或網路 ATM 轉帳

銀行代號：台灣銀行（004）

轉帳帳號：224001-009925

注意事項

1. 學員需自備能連接網路之設備(如手機、電腦、平板等)，並安裝 **ZOOM 軟體(不需註冊帳號密碼)**，如無網路者，請勿報名，謝謝。
2. 因應審查單位規範，學員務必完成上下午簽到簽退共四次、課前/課後測驗及滿意度問卷，始能認證醫事人員繼續教育積分及核發電子研習證書。
3. 本會將於開課前五天，E-mail 上課通知單(含會議連結/簽到退表單連結/前後測驗連結/滿意度問卷連結及電子講義連結)。**未收到者，請主動與本會聯絡**，謝謝您的配合！
4. 課程費用包含軟體費、講師費、電子研習證書。完成全程課程者始 E-mail 核發研習證書電子檔，並協助登錄醫事人員繼續教育積分管理系統。
5. 課前請詳閱簡章之課程內容或利用課程諮詢專線，**報名後因故退訓，本會酌收行政處理費 200 元，逾截止日【第一場 9/17 23:59 止】【第二場 9/24 23:59 止】恕不得退費及轉課**。請務必確認後再報名，已繳費者即表示願意接受本簡章文字之契約規範。
6. 部分醫事人員類別登錄繼續教育積分後，須待積分審查單位複審通過後(本會 **9/29 提交成果報告後 30 個工作日內**)方為有效積分，若急迫換照請斟酌後再報名。
7. 研習費用收據(需要核銷者)將於研討會結束後郵寄；收據開立日期以開課日為準。
8. 直播當天，若因講師端、ZOOM 軟體端、跨海/全國網路連線異常(以新聞或有關單位公告為準)等不可抗力事故，本會提供延期或退費，延期與退費辦法依本會會後公告為準。
9. 直播當天，若因觀眾端網路、設備操作等事故，導致無法正常觀看直播，恕本會無法退費或轉課。
10. 所有匯款明細請學員務必保留，以方便日後核對查詢付款之證明。如遇不可抗力之因素或報名人數不足，本會保留取消課程之權利並保證退還全部之費用，若有造成不便，敬請見諒！



杏靈小作坊與您一起……

好記 復健 之 春