

臺北市立大學出國報告書

出國人員：邱瑞媛/身心障礙者轉銜及休閒教育碩士學位學程二年級

指導教授：運動教育研究所王文宜教授

會議名稱：2025 年第 12 屆國際運動與運動心理學研討會(2025 ISSEP)

會議主題：國際運動與運動心理學的創新與技術進步

舉辦地點：馬來西亞吉蘭丹州哥打巴魯 (Kota Bharu Kelantan Malaysia)

聖馬來西亞大學(馬來語：Universiti Sains Malaysia，縮寫 USM)

會議日期：2025 年 1 月 19 日至 22 日

一、 前言

2025 年 1 月 19 日至 22 日，我有幸參加了在聖馬來西亞大學舉辦的第 12 屆國際運動與運動心理學研討會 (12th International Seminar on Sports and Exercise Psychology, ISSEP 2025)。此次研討會以「國際運動與運動心理學的創新與技術進步」為主題，匯聚了來自韓國、泰國、台灣、中國、印尼及馬來西亞等國家的專家學者，透過學術演講、口頭報告與海報展示等方式，共同探討運動與心理學領域的最新研究成果與發展趨勢。

二、 研討會內容

本次研討會涵蓋多個主題，包括運動心理學、運動科技、心理技能訓練、運動員心理健康、人工智能在運動心理學的應用等。

1. 主題演講與學術交流

研討會的主題演講由多位國際知名學者主講，其中最令我印象深刻的是韓國首爾科技大學的 Youngho Kim 教授的演講《運動中的禁藥使用：國際行動與心理社會影響》，該報告探討了運動禁藥行為的心理社會因素，並介紹了世界反禁藥組織 (WADA) 近期的研究與政策。這讓我對運動員行為的形成機制與運動倫理議題有了更深的認識。

另一場台灣國立台灣師範大學的張育愷教授的演講《正念訓練：提升運動員心理健康與表現的新策略》則介紹了正念訓練

(Mindfulness Training) 如何幫助運動員減少焦慮、增強專注力，進而提升運動表現。這使我意識到，在適應體育教育領域，教師也可以透過正念訓練幫助學生克服壓力與焦慮，提升學習效果。

2. 人工智能與運動心理學

在本次研討會中，人工智能 (AI) 在運動心理學的應用是熱門議題之一。其中，來自印尼的 Dr. Alan Alfiansyah Putra Karo Karo 在《人工智能在運動員焦慮管理中的角色》一報告中，介紹了如何運用 AI 技術分析運動員的情緒變化，並通過智能化干預手段幫助運動員調適心理狀態。

這讓我聯想到，適應體育教育領域若能結合 AI 技術，例如透過 AI 數據分析學生的運動表現與情緒變化，教師便能更精準地設計個別化的學習方案，提高學生的運動參與度與學習成效。

3. 海報發表

在此次研討會中，我參與了海報發表活動。我的海報題目為《適應體育課程中運用評分規準提升教師專業能力的探討》主要是探討如何提升教師的教學能力與適應體育課程的評量方式。提及評分規準在適應體育課程中的應用，並強調標準化評量工具對於教師專業發展的重要性。這也是我目前的研究方向，在撰寫海報的過程中激發了我進一步探索評分規準對於教師教學創新思維的影響。

三、照片記錄



ISSEP 2025 國際研討會期間與國內學者團隊合影。左起為臺灣大學運動設施與健康管理碩士學位學程洪巧菱老師團隊、國立臺中教育大學體育學系林靜兒老師、中國文化大學運動教練研究所教授盧俊宏老師、國立臺灣師範大學體育與運動科學系張育愷老師團隊、國

立清華大學運動科學系陳豐慈老師團隊，以及本人。此次難得交流機會促進跨校合作與研究觀點的分享。



在 ISSEP 2025 國際研討會中，有幸與照片中左起的陳豐慈老師、國立台北商業大學劉雅文老師、洪巧菱老師、本人、盧俊宏老師、張育愷老師、中國文化大學運動與健康促進學系劉宏祐老師交流並合影，收穫豐富、感動滿滿！

四、 心得

此次參加 ISSEP 2025 國際研討會，不僅拓展了我的專業視野，也為研究注入了新的思維與靈感。未來，我期望能進一步整合此次所學，將評分規準、心理技能訓練與科技應用納入適應體育課程的設計與實踐之中，以提升特殊教育學生在運動參與與學習成效方面的表現。

我誠摯感謝主辦單位提供此次寶貴的學術交流機會，使我得以站上國際舞台，分享研究成果並吸收前沿趨勢。特別感謝指導教授運教所王文宜教授在論文撰寫與修改過程中的悉心指導與支持，並在我面臨經濟壓力時，表達出願意協助研討會註冊費與機票費的意願，讓我感受到鼓勵與溫暖。此外，王教授更主動聯繫清華大學陳豐慈教授，在我首次參與國際研討會的過程中給予陪伴與引導，使我感到安心踏實；能與清華大學研究所同學同行並受到照顧，更讓我心懷感激。

亦感謝黃美倫助教於出國發表補助申請流程中的細心協助，使我得以順利完成此次學術參與。這段經歷不僅豐富了我的學術歷程，也為我未來在教學與研究領域的實踐奠定了堅實的基礎。

報告人:邱瑞媛