

# HKSSEP Congress

*Cum Inauguration Ceremony of the Managing  
Council 2003*

香港運動心理學會  
2003 年度研討會  
暨執委會就職典禮



日期: 2003.11.22

地點: 香港教育學院 D2-LP-05室



香港運動心理學會

Hong Kong Society of Sport & Exercise Psychology

---

# 目錄

程序表

講題內容及講者簡介

香港運動心理學會簡介

香港運動心理學會第一任執委會成員名單

鳴謝



香港運動心理學會 2003 年度研討會  
暨執委會就職典禮

程序表

0915	註冊
0930	致開幕辭 廖玉光博士
0935	演講：運動心理學：環球發展趨勢 姒剛彥博士
1005	香港運動心理學會執委會就職典禮
1025	宣佈事項
1030	休息
1045	演講：登珠峰的心路歷程 鍾建民先生
1105	演講：運動催眠、從理論到實踐 陳展鳴博士
1145	休息
1155	工作坊：(甲、乙同時進行) 工作坊甲 主持：李慶珠博士、鄭金枝女士 主題：心理訓練對香港精英運動員之效用 地點：D2-LP-05 工作坊乙 主持：張小燕博士、曾卓權先生、周華博士 主題：學校體育心理 地點：D2-LP-15
1230	大會結束

## 講題內容及講者簡介

### 【運動心理學：環球發展趨勢】

**講者：**姒剛彥博士，前武漢體育學院教授，現任香港體育學院運動心理學部主任及亞洲太平洋地區國際運動心理學會副會長，是香港運動心理學會創辦會員。

**內容大要：**講者將以競技、鍛煉、及體育等三大領域為經、有關研究範圍及實際應用現狀為緯，勾劃出運動心理學環球格局及發展趨勢，談及的議題將包括：生理心理關聯、壓力管理、鍛煉心理前因及效益機制、鍛煉行為與經濟效益等。

### 【登珠峰的心路歷程】

**講者：**鍾建民先生，資深攀山教練，現經營香港攀山訓練中心 (Hong Kong Mountaineering Training Centre)，是香港運動心理學會名譽贊助人。多年來，鍾先生不斷挑戰人類極限，攀登世界各地頂峰，在香港早已享負盛名。2003年，他征服了世界最高、海拔 8848 米的珠峰珠穆朗瑪峰，成為第一個登上世界七大洲最高峰的香港人。

**內容大要：**講者將會以過來人身份與會眾分享他從籌備到登上珠峰整個歷程中，心理訓練所起的重要作用。



## 【運動催眠：從理論到實踐】

**講者：陳展鳴博士**，資深運動心理輔導專家，曾任香港中文大學運動體育科學系副教授達 15 年，現職展峰效能有限公司（Peak anchor Performance Ltd.）總裁，是香港運動心理學會創辦會員及第一任會長。

**內容大要：**講者將通過三個運動催眠的例子，闡述如何使用「語言暗示」來起動潛意識的能力，使運動員在短時間內進入頂尖的比賽狀態（亦稱順境狀態 -- Flow State）。

## 【心理訓練對香港精英運動員之效用】

**講者：李慶珠博士**，註冊臨床心理學家及專業運動心理輔導人員，現職香港體育學院運動心理學部副主任，是香港運動心理學會創辦會員及第一任秘書長。**鄭金枝女士**，註冊心理學家，曾為兩屆奧運香港代表提供心理訓練，現職香港體育學院運動心理學部副主任，是香港運動心理學會創辦會員及第一任財務秘書。

**內容大要：**講者將報導一些成功案例、展示如何運用生理回饋儀（Biofeedback equipment）幫助運動員放鬆、提升運動技術及進行意像訓練。



## 【學校體育心理】

**講者：**張小燕博士，資深國際體操裁判及體育工作者，現職香港浸會大學體育系副教授，是香港運動心理學會創辦會員及第一任副會長(出版)。曾卓權先生，資深田徑教練及體育工作者，現職香港教育學院體育及運動科學系講師，是香港運動心理學會創辦會員。周華博士，資深體操教練及體育工作者，現職香港教育學院體育及運動科學系講師，是香港運動心理學會創辦會員及第一任首席副會長（活動統籌）。

**內容大要：**講者將與會眾一起探討運動心理學在學校體育的應用範圍及相關議題，並希望藉此建立體育工作者互動平台

及合作網絡、進一步發揮運動心理學的教育功能。

## 香港運動心理學會

### 簡介

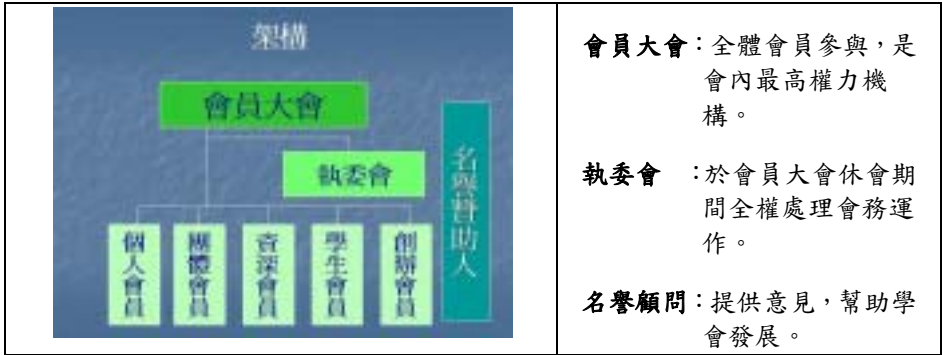
香港運動心理學會(Hong Kong Society of Sport and Exercise Psychology, 簡稱 HKSSEP)於 2003 年 11 月 22 日成立。HKSSEP 的宗旨是：

- 支援和促進運動心理學之研究、應用及推廣；
- 籌辦和促進運動心理學專題研討會；
- 促進運動心理學研究人員、有關團體及人仕間之溝通；
- 為會員提運動心理學方面相關資訊；及
- 出版運動心理學刊物。

HKSSEP 的網址是：<http://www.hkssep.org>



## HKSSEP 的組織結構是：



**個人會員：**對運動心理學感興趣的人仕，可申請加入成為「個人會員」。在會員大會「個人會員」享有一票的投票權，更可參選成為執委會成員。

**團體會員：**運動總會、大專院校及其他註冊機構，可申請加入成為「團體會員」。「團體會員」可委派一名代表參加會員大會，該名代表享有一票的投票權，但不能參選成為執委會成員。

**資深會員：**對運動心理學的發展有傑出表現或貢獻的人仕，經執委會提名及通過，可成為「資深會員」。「資深會員」享有終身會籍、毋須繳交會費，可在會員大會享有一票的投票權及參選成為執委會成員。

**學生會員：**全日制文憑/學士/研究院課程學生或香港體育學院獎學金運動員，經執行委員會同意，可申請加入成為「學生會員」。

**創辦會員：**曾參與籌組成立香港運動心理學會的人仕，只須一次過繳交終身會費，即成為「創辦會員」。「創辦會員」在會員大會享有一票的投票權，更可參選成為執委會成員。





香港運動心理學會

Hong Kong Society of Sport & Exercise Psychology

## 香港運動心理學會第一任執委會

### 成員名單

會長	陳展鳴博士
首席副會長（活動統籌）	周華博士
副會長（出版）	張小燕博士
副會長（會員招募）	陳振權先生
秘書長	李慶珠博士
財務秘書	鄭金枝女士
執委（按筆劃序）	沈劍威先生 周佩瑜女士 婁剛彥博士 曾卓權先生 黃德誠先生 潘永強先生
名譽贊助人（按筆劃序）	李樂詩博士 張妙清教授 蕭芳芳女士 鍾建民先生



香港運動心理學會

Hong Kong Society of Sport & Exercise Psychology

## 鳴謝

2003年11月22日是本會一個重要日子。在這天，我們進行了第一次研討會暨執委會就職典禮。承蒙各界友好到場鼓勵支持，我謹代表本會同寅向各位致萬二分謝意。

這次活動得以順利舉行，實有賴教育學院體育系在場地及印務上的贊助以及資訊科技處和總務處的技術支援。在籌備過程中，十多名教育學院體育系同學盡心盡力協助完成大小各項事務，我實在衷心感謝。最後，多謝各位講者與會眾分享經驗，更多謝廖玉光博士為我們致開幕辭及鍾建民先生參加剪綵儀式，使大會生色不少。

香港運動心理學會是一個初生組織，希望在大家努力下，在不久將來可以在運動領域作出貢獻。多謝！

香港運動心理學會

首席副會長

2003. 11. 22