

## 參考文獻

### 一、中文部分

- 王敏男（1995），*談體育教學的壓力管理*，國民體育季刊，24（4），104-110。
- 王牡秀（2008），*規律健走對全人健康生活型態之影響*。中國文化大學生活應用科學研究所碩士論文。
- 石恆星 宋豐雄（2004），*運動與情緒之關係：神經生理面與心理面之探討*，大專體育，72，162-167。
- 江書杰（2008），*瑜伽參與者的自覺健康狀況、社會支持與流暢體驗之研究*。大葉大學運動事業管理學系研究所碩士論文。
- 李明譯（2000），Daniel G. Amen 原著，*維修靈魂的硬體*。台北市。大塊文化。
- 李振甫（1986），*敦煌手姿*。長沙：湖南美術出版社。
- 李章仁（2007），*氣功休閒運動者參與行爲、動機、阻礙之研究*。南台科技大學休閒事業管理系研究所碩士論文。
- 季羨林（1998），*敦煌學大辭典*，上海辭書出版社。
- 季力康（1997），*運動對心理的益處*，體育論壇，34，4-7。
- 金 秋（2001），*尋找敦煌舞蹈的源頭*，敦煌研究，2，32-35。
- 林嬌妮 蔡永杰（1999）：*壓力紓解與情緒支持對不孕症治療之幫助*。醫學廣場，42（9），36-37。
- 林淑美（2000），*掀開情緒的面紗*，育達學報，16，390-398。
- 林沛蓁（2007），*桃園縣婦女社團菁英休閒需求及參與之研究*。元智大學資訊社會學研究所碩士論文。
- 周嘉琪（2004），*健身運動、情緒感受與心理健康*，大專體育第，72，156-161。
- 周玉卿（1995），*敦煌寶藏與表演藝術系列—修行之舞的發軔*，金色蓮花佛學月刊，32-37。

- 吳雅珍 (1999), *淺談舞蹈治療*, 國立台灣體育學院學報, 5, 289-306。
- 吳德玉 (2004), *規律運動訓練對心血管疾病危險群婦女危險因子及情緒狀態之影響*。台北醫學大學護理學系碩士論文。
- 吳榮輝 (2003), *傳統太極拳推手*。國立體育學院教練研究所碩士論文。
- 吳貴琍 (2003), *太極拳運動對中老年人抗氧化能力的影響*。國立體育學院教練研究所碩士論文。
- 邱兆宏 (2004), *壓力與健康：整合分析與模式驗證之研究*。高雄醫學大學行為科學研究所碩士論文。
- 高金榮 (1993), *敦煌石窟樂舞藝術*, 蘭州甘肅人民出版社。
- 高金榮 (2000), *敦煌舞蹈*, 敦煌文藝出版社。
- 高金榮 (2002), *敦煌舞蹈教程*, 上海音樂出版社。
- 高安生 (2007), *都會教師休閒運動滿意度之研究—以台北市為例*。佛光大學未來學系研究所碩士論文。
- 袁 禾 (2004), *中國古代舞蹈史教程*, 上海：上海音樂出版社。
- 翁志成 簡俊成 (2002), *角色壓力、情緒耗竭、憂鬱傾向與工作態度關係之研究—以主計人員為例*, 中華心理衛生學刊, 15(2), 25-64。
- 莊慧美、田秀蘭 (1998), *女性國小教師在工作家庭及進修角色之衝突及適應力成分分析—以屏東女性教師為例*, 中華輔導學報, 6, 231-266。
- 陳怡靜 (2002), *國內經理人與派外經理人壓力來源、壓力管理策略與工作態度關係之研究*。私立長榮大學經濟管理研究所碩士論文。
- 陳簾予 (2003), *體驗品質對情緒、價值、體驗滿意度、承諾及行為意圖影響之研究-以 Art 舞台劇為例*。私立輔仁大學管理學研究所碩士論文。
- 陳紹綿 (2007), *工作壓力、休閒因應與健康之研究—以台北市高中女性教師為例*。國立台北護理學院旅遊健康研究所碩士論文。
- 曾琴蓮 (2004), *媽媽的情緒管理*, 蒙特梭利, 54, 20-23。
- 曾瀞瑤 (2004), *醫學中心護理人學工作壓力與身心健康之相關探討*。

- 國立台灣大學醫療機構管理研究所碩士論文。
- 黃鈺芸 (2005), *有氧舞蹈課程對生活品質之影響—以新竹科學園區一高科技公司員工為例*。私立大葉大學休閒事業管理學系研究所碩士論文。
- 黃麗卿 (2003), *情緒障礙生舞蹈治療歷程的分析*, 頭城家商學報, 1, 142-157。
- 黃偉楊 (2003), *運動與生活壓力之探討*, 大專體育, 67, 134-138。
- 張宏亮 (1995), *運動與情緒*, 國民體育季刊, 24 (4), 43-50。
- 楊美貞 (2002), *台灣地區女大學生性別角色與休閒運動之研究*。私立銘傳大學觀光研究所碩士論文。
- 廖翌妙 (2001), *國小教師壓力事件、因應方式與情緒經驗之研究*。屏東師範學院教育心理與輔導研究所碩士論文。
- 葉雅馨 (2000)。大台北地區民眾對憂鬱與憂鬱症認知與現況調查。董氏基金會心理衛生組, 1999年1月發表。  
<http://www.jtf.org.tw/psyche/examine/survey.asp?This=55&Page=1>
- 葉雅馨 (2002)。大台北地區不同職業者民眾的憂鬱傾向與人際關係的相關性調查。董氏基金會心理衛生組, 2001年1月發表。  
<http://www.jtf.org.tw/psyche/examine/survey.asp?This=61&Page=1>
- 葉雅馨 (2003)。民眾憂鬱程度與就醫習慣之相關性調查。董氏基金會心理衛生組, 2003年9月發表。  
<http://www.jtf.org.tw/psyche/examine/survey.asp?This=63&Page=1>
- 葉雅馨 (2005)。憂鬱來襲, 你會自助、人助還是天助。董氏基金會心理衛生組, 2005 發表。  
<http://www.jtf.org.tw/psyche/examine/survey.asp?This=50&Page=1>
- 鄭汝中 (2002), *敦煌壁畫樂舞研究—敦煌學研究叢書*, 甘肅教育出版社。
- 鄭忍嬌 (2002), *已婚職業婦女的生活壓力與適應方式對身心健康之影響*, 明倫學報, 61-75。

- 鄭富元 許德發 廖本煌 林受銓 彭金玉 (2001), *美容科系學生憂鬱情緒與憂鬱症之研究*, *美容科技學報*, 1 (2), 53-63。
- 鄭志成 (2008), *工作壓力和休閒活動參與對國小教師身心健康之研究—以屏東縣為例*。亞洲大學國際企業學系研究所碩士論文。
- 劉慧婷 (2006), *醫療人員休閒生活型態、憂鬱傾向與生活品質關係之研究—以中國醫藥大學附設醫院為例*。亞洲大學休閒與遊憩學系研究所碩士論文。
- 劉 一 (1995), *敦煌寶藏與表演藝術系列—當代中國大陸敦煌舞蹈及其歷史背景試談*, *金色蓮花佛學月刊*, 50-58。
- 樊錦詩、陳萬雄 主編 (2000), *發現敦煌*, 香港: 商務印書館。
- 錦本 昇 (1998), *怎樣做好瑜珈2 用於加調氣養生*, 台北: 文經社。
- 譚瓊華 (2003), *上班族的隨身運動配方—敦煌經絡養生操*, 台北: 聯經出版社。
- 錢芷娟 (2003), *師範院校已婚婦女學生家庭—學生角色衝突及其相關因素之研究*, *專題研究*, 28-37。
- 蔡碧女 (2000), *老人休閒運動之研究-以元極舞為例*。國立台灣體育學院體育研究所碩士論文。
- 簡曜輝 季力康 卓俊伶 洪聰敏 黃英哲 黃崇儒 廖主民 盧俊宏 (2002), *競技與健身運動心理學*, 台北市: 台灣運動心理學會。
- 蕭君玲、鄭仕一 (2004), *敦煌舞蹈教學原則暨教學計畫範例設計*, *教育采錄*, 138, 75-83。
- 蘇奉信 (2004), *女性勞動者之組織內工作轉變與工作壓力之探討*, *美和技術學院學報*, 23 (2), 263-280。