

多年期計畫撰寫經驗

張芸瑄*

一、前言

在接到邀請分享多年期計畫撰寫經驗時，才意識到自己進入心理學研究領域已將邁入第十年，古人說「十年磨一劍」，這把劍似乎還許多須待琢磨的地方。回首過去，也是一段不算短的路途。初入教職、籌備實驗室時，多位前輩提醒國科會（當時稱科技部）計畫的重要性，有人建議延續博士論文深入探討，有人強調創新性與論文發表，也有人指出近年國科會對新進教師的支持比例提高。然而，對剛獨立研究的我而言，這些資訊仍像謎團。幸運地，我獲得一年期的新進人員計畫，雖審查肯定研究新意，但仍需驗證獨立研究能力。執行期間，尚未了解相關規定，因此也參加了年底的大批專題計畫的撰寫。然而這一次未如新人計畫般受到審查委員的青睞。當時筆者因懷孕，心想或許審查委員想讓我這孕婦好好安胎休息，因此在新人計畫一年期滿後有半年的空窗期。然而在此期間，筆者仍然忘情於研究，持續將研究成果發表於國際期刊。隔年在撰寫專題計畫時，再次將前一年的審查意見細細體會並進行修改。如願，獲得多年期研究計畫的獎助，也算是筆者對自己的研究表現與計畫撰寫獲得肯定。

自參與國科會心理學門計畫申請及擔任初審委員起，筆者每年皆仔細查閱當年度評分標準。評分規則是否隨政策與環境滾動修正。近年國科會鼓勵多年期研究計畫，對新進研究者及長期深耕特定領域者皆有助益：前者可建立研究室並展現獨立研究能力，後者可專注長期主題，減輕年底同時面對教學評比與計畫申請的壓力，並促進更具系統性與深度的成果，提升學術影響力與國際能見度。

然而，並非每次皆能獲多年期獎助。筆者初申請新進人員計畫即以多年期構思撰寫，但僅獲一年期補助；其後雖曾獲多年期個人型計畫，每次均細讀審查意見並據以精進。然而亦需留意申請件數規定：同年度若已有其他計畫獲補

* 國立成功大學老年學研究所副教授

助，且與所提計畫時間重疊超過六個月，即計為第二件，即使評價不錯，仍受補助限制。

回顧歷程，審查回饋使筆者洞悉評分標準變化，也逐漸掌握如何在撰寫多年期計畫中凸顯研究價值之道。在受邀撰寫「如何撰寫多年期研究計畫」的同時，筆者雖樂於分享經驗，亦反思自身並非一路順遂，因此再度檢視過往審查建議，思索如何提供新進研究者切實的協助與啟發。

因此，誠摯提醒讀者：除了參考本文的經驗談，仍須注意國科會每年公告的最新申請辦法與審查重點。此外，對於未獲推薦的計畫時，無須氣餒，對於審查委員的意見與建議查閱，就如同我們在投稿時，需要推敲審查委員的用意以進行回覆。即便已不再是新進計畫的研究者，筆者在申請研究計畫時，仍會再三確認當年度的申請規定以及再次查閱前次審查委員的建議與看法，仔細推敲如何在前一次的計畫中更精進。畢竟，研究計畫的型態與核定標準變化多端，熟悉且謹慎應對，方能在學術旅程中穩健前行。

二、為何想申請多年期計畫

筆者認為，多年期研究計畫不僅是研究資源的申請形式，更是學術生涯的實踐。相較於博士班訓練，國科會多年期計畫要求申請者跳脫短期目標，培養兼具宏觀與縱深的研究視野，是鍛鍊「見樹又見林」素養的契機。筆者持續投入多年期計畫撰寫與申請，源於對長期思辨性研究與臨床心理應用的執著與期待——研究不僅在於解決當前問題，更是回應學門發展與前瞻布局。

多年期計畫的選題需具廣度與前瞻性，格局可比擬博士論文的思維。常見誤區包括：僅以一兩個變項為主軸、勉強擴展成多年期計畫；或範圍過大、缺乏執行策略；甚至將無關主題拼湊以增加篇幅與可行性。理想規劃應以一明確且統整性的核心主題為基礎，發展數個具邏輯關聯的子題，於不同年度循序展開。子題間可在內容、方法或理論層次上各有側重，但需具整合性與進展性，以展現長程視野與結構掌握能力。

撰寫多年期計畫不只是爭取經費，更是一場與自我對話的學術演練，用以檢視研究的深度、廣度與延展性。國科會雖非資金最豐厚，但其嚴謹的同儕審查是國內品質保障的重要來源，亦是學術升等與機構考評的重要指標。多年期計畫的通過，更象徵學術社群對研究者綜合能力與潛力的高度肯定。

三、如何撰寫與準備？

曾有人問筆者何時開始準備計畫申請。回顧個人經驗，往往於七月開始構思主題，並善用暑假系統性蒐集與閱讀相關文獻，進一步規劃研究藍圖與撰寫內容。多年期計畫不同於年度型計畫，其本質在於展現長期研究能力，撰寫時更需嚴謹、前瞻與整合性。

(一) 新進學者的挑戰與轉型：從博士論文走向自主研究

對新進學者而言，首份研究計畫的挑戰在於，如何讓審查者相信雖以博士論文為基礎，卻具備明確的區隔性與創新發展，並已逐步脫離原指導教授的脈絡，融入個人研究視角與新元素。這不僅有助於建立個人研究風格與專長，也能形塑長期的學術核心——多年之後，當他人提起你的名字，能聯想到你所代表的研究議題。

(二) 主題選定：追求前瞻性與創新性，但不等同熱門話題

多年期計畫建議聚焦於具有發展潛力的議題，亦即未來可能對該學門產生深遠影響的問題。然而，發展潛力的議題不代表熱門的議題；過去偉大心理學家所創建的經典假說與理論，往往來自冷門甚至邊緣的問題或現象。因此，主題應兼具學術價值與研究甚至應用的可行性，並具備被國際期刊引用與認可的潛力。換言之，申請者可在思考研究主題時自問：「這個議題對科學的貢獻性以及未來是否值得投入三年以上時間、資源與心力來深入耕耘嗎？」

(三) 研究主題應與申請人背景與經驗相契合

國科會提供審查者相關審查原則，其中申請者的學術訓練與過去研究成果亦為評量因素之一。近年來國科會雖鼓勵跨領域合作，也提供相關專案鼓勵年輕學者向跨領域資深學者的請益獎助；然而，倘若研究主題與原訓練背景落差過大，申請者仍應清楚說明自己有何能力勝任此議題之研究，並提供前期的初步成果或數據等，以佐證其可行性與研究能力，也強化審查者對申請者所提研究的信任度。

(四) 兼顧延續與創新：避免「me too」的複製計畫

多年期計畫可延續申請人過往研究的核心問題，但不能只是重複舊題或技術操作的再現。須在方法、理論或實證材料上有所拓展與深化。尤其要避免因無法清楚說明計畫之創新性，而導致評審寫下「這議題已有相當多的研究，本計

畫無創新性」的評語。建議可在申請書中明確指出新計畫與過去工作的關聯與突破點，或是本計畫可以解決過去研究尚未能解決的問題。例如：「申請人於過去針對特定心理議題的成因探討，然而尚有那些因素未能控制或是因過去研究年限尚未能釐清疾病的變化等，故本計畫將進一步進行追蹤或是針對這些變項進行操作，以釐清其機制……。」

(五)養成前瞻與整合的研究視野

多年期計畫的價值不僅在於時間跨度，更在於其要求申請者具備統整性思維與階段性規劃能力。研究架構應像展開地圖般，核心主題清楚明確，並從中展開數個子題，於不同年度逐步進行，彼此呼應且環環相扣。這種安排不僅利於成果累積，更能展現申請人對研究節奏的掌握與學術企圖心。

四、近五年研究成果的準備

國科會專題研究計畫屬高度學術性的補助類型，審查過程中相當比例會依據申請人的研究成果評估其研究量能與學術貢獻。¹因此，學者應養成穩定且持續發表的習慣，並以具同儕審查制度的頂尖學術期刊為主要目標。近年，掠奪性期刊與巨型出版社期刊的爭議頻見，申請者在投稿時宜參考國科會相關指引，²以確保成果的學術品質與可信度。

在填寫計畫申請時，研究成果的陳列須嚴謹且符規。僅限已刊登於具同儕審查制度之期刊的論文，或已獲接受並附接受函的論文，方可列為正式成果。切勿為求版面豐富而誇大或超量列舉，以免引起評審疑慮，影響整體觀感。

五、結語

以上經驗僅於筆者經驗出發，提供年輕學者在提出多年期研究計畫時，可多加注意與思考。此外，筆者要強調學術之路是很長的，獲得國科會計畫的獎助雖為極高的肯定，然而，提醒研究者不要因未獲獎助而氣餒。學術之路很長，在申請研究計畫時，對於該計畫是否有濃厚的興趣以及該計畫是否有長期

¹ 國科會人文處心理學門 (2025)。國家科學及技術委員會人文處專題研究計畫審查須知及心理學門評分參考原則。https://www.nstc.gov.tw/nstc/attachments/844e3525-d813-41ee-a157-fb6e5f40192e

² 國家科學及技術委員會 (2023)。《研究誠信電子報》第 54 期 (2023 年 9 月)。https://www.nstc.gov.tw/nstc/attachments/4bd8ff9d-7aa9-40a5-8939-116019e8895d?

進行的必要性，皆可納入考量。若只是從事探索性的議題或較小規模的研究，或先提出一年期計畫。雖然每年下半年皆需絞盡腦汁，期待文思泉湧的作文競賽，找到自己研究的興趣還是重點。此外，筆者認為對於新科博士學者來說，除非已累積相當的研究成果或是已有相當初步研究成果或數據可向委員表示研究議題的可行性與重要性，新進人員的計畫申請時可以保守一點，先申請一年期研究計畫，俟累積相當研究成果以及慢慢構思研究架構，再提出多年期研究計畫。