

中工特教月刊 4月份

台灣拔河女子隊背後的無敵推手

郭昇教練



不屈不撓的輪椅復健故事

以下引用文章：

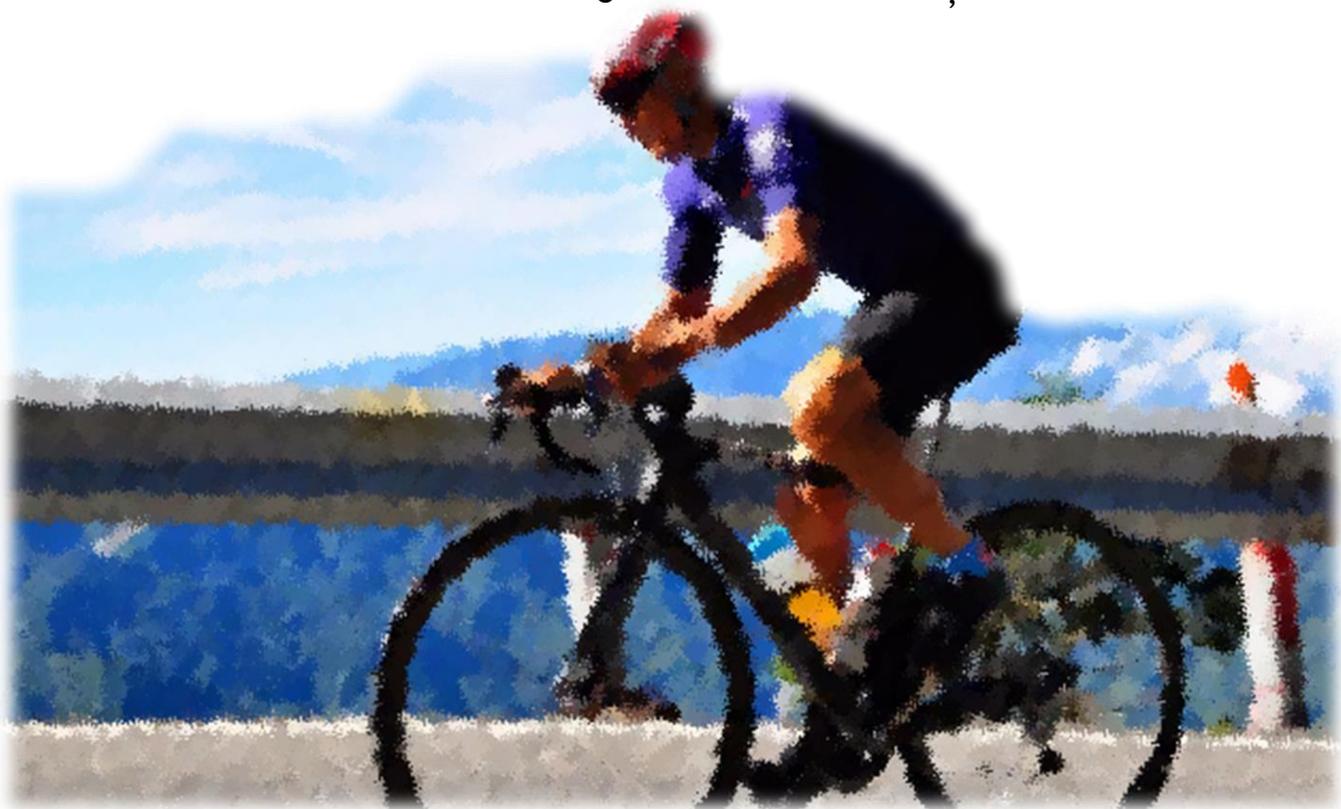
【壹視角】被酒駕撞癱、剩頭能動！景美教練郭昇「輪椅上的拔河人生」

「我覺得，我好像又回到熟悉的拔河場了。」他是台灣代表隊、景美女中拔河隊教練郭昇，看著子弟兵在場上耀眼綻放，眼角泛淚地道出這面金牌對他而言有多麼重要，

這面金牌不僅是讓他繼續面對生命的勇氣，更是讓他從輪椅上站起來的重要拉力。

今年是郭昇帶領景美女中拔河隊第22年，在眾人印象裡，「黃衫軍女孩」是橫掃國際大賽的常勝軍，在隊伍裡則是有位「鐵血教練」。但這位鐵血教練在2018年，經歷一場嚴重車禍，一度被醫生宣布下半輩子只能躺在床上，他的生命猛地墜落谷底，「我出車禍後，大家都認為景美拔河隊要倒了。」回憶起四年來的坎坷以及再出發，郭昇語氣不禁流露些許傷感。

郭教練原先是一位三鐵高手，卻在2018年7月16日，郭教練一如往常騎著單車上武嶺，備戰西進武嶺自由車賽事，只是他怎麼也沒想到自己會遭逢變故。「一台酒駕的汽車從後面開過來把我撞倒，那時候我正面朝下，跌入山溝。」這一撞，郭昇失去意識，更失去自如活動的能力，因為他的頸椎高位損傷，當他清醒時，發現自己除了頭部能動以外，四肢全都動彈不得。



「我從一個喜歡運動的人變成只能癱在床上，每天哭啊我！」在這樣絕望的心情下，不幸中的大幸是他的頸椎是不完全損傷，「醫生說我還有機會。」老天爺留了一絲希望，哪怕只有手指頭能動，又或是需要很長的時間才能重新活動，郭昇用盡力氣，就如同拔河緊抓麻繩般，抓住了重生的可能。

看不見盡頭的漫漫長路 硬漢教練坐輪椅返校園

高壓氧治療、靜脈雷射、機器人步態訓練：等等，郭昇積極的配合復健，無奈礙於身體時常出現突發狀況，必須暫停治療。像是每當他已經準備好復健，血壓機卻開始作響，警示血壓過低，得馬上躺下休息，「我只能又被推回病房，我很洩氣，想做什麼都沒辦法去做。」這條看不見盡頭的道路，郭昇即使在行動上積極，偶爾，他也對現況感到無力。以前跑馬拉松，他能精準計畫自己的訓練量、預估成績，但在復健之路，「我看不到目標。」郭昇搖了搖頭，「我這麼努力做，我的未來是什麼？可能天氣冷一點就會退步，退回到原點：又變僵硬：」他一邊在每日無盡的治療裡推進自己，一邊試著接受自己的不完美。





治療時，郭昇時時掛念心愛的學生，學生們在結束白天的訓練，晚上也會自發地排班到醫院和教練聊天，「每天晚上〇、〇點練完，她們會來病房幫我拍拍背、做些按摩。」就連周末休假日，她們也準時到醫院報到。

「老實說那時候我很開心，可是又不希望她們看到我很廢的躺在床上。」他想要維持自己在學生心中堅強模樣，但學生並不在乎眼前的教練，是意氣風發還是柔膚弱體，她們一心一意告訴郭昇，「加油，我們等著你回來。」同時，景美女中校長積極協助，希望藉由拔河讓郭昇有復健目標，並希望他能回來執教，於是在復健、休養一年後，郭昇鼓起勇氣，坐著輪椅回到校園，跨出重返生活的第一步。

自卑壓垮團隊：女孩們講出真心話 找回「機車教練」

再次踏上熟悉的操場，郭昇卻變得讓人陌生，他不走以往的鐵血形象，反而故意變得柔情，總是對學生說你們很棒很好、再加油，因為他對只能坐在輪椅上的自己感到既自卑又消沉，「我始終很自卑在過每一天，帶隊也是給無關痛癢的建議。」這種溫柔的鼓勵倒讓學生們非常不適應，當時團隊正備戰2020愛爾蘭世界盃，訓練絲毫不見起色，某天，她們實在受不了隊內的低氣壓，便主動找郭昇溝通。「郭老，我們想跟你聊一下。」郭昇說，女孩們哭著向他求助，希望他用以前硬派訓練的帶隊方式，責罵她們也無妨，

「那次之後，我才覺得學生好像真的需要我。」
他意識到自己依然是團隊無形的堅強力量



慢慢地，他變回過往學生口中的「機車教練」；慢慢地，他找到新的執教方法，喊不出聲音，就用擴音器傳遞，聲音傳達不清，就擺動頭指揮，經過又一次的磨合，2020年2月，郭昇和選手們攜手摘下愛爾蘭世界盃金牌，正式回到世界舞台。

拿到冠軍後，郭昇落下了男兒淚，那卻不是因為又再度證明自己、再次寫下傳奇的喜悅，而是他從車禍以後，一路的沮喪與難受，「我怎麼現在要坐在輪椅上場指揮？不能自己走上台領獎，需要靠別人攙扶？」郭昇指著自己的雙腿，道盡內心最深處的痛，

「我希望有一天不用靠人家攙扶，不用靠坐著椅子，可以自己站在場邊指揮。」

他調整呼吸再一次說，「我希望有這麼一天」





運動員前途茫茫！他傾全力栽培提拔 盼體育環境大改革

從2018年7月16日遭遇車禍、被診斷可能終身癱瘓，到在2022年7月16日伯明罕世運會寫下五連霸歷史，四年期間，郭昇歷經的辛酸甘苦不只有無邊的復健，他也一度陷入掙扎失去信心，對自己的執教能力打上問號。

出征世運會前，疫情擾亂團隊訓練計畫，讓團隊更加烏煙瘴氣的是有兩位國手選擇離隊，「為什麼景美有了很好的成績，我還是留不住選手？」郭昇喃喃地說出一一直以來的苦惱，至今，他仍在這道題目上努力尋找解方，不過，女孩們同時也用奮力一搏的精神與成績給了最佳回饋，他看著世運會金牌似乎重新找回相信自己的動力，「至少：在熟悉的領域裡面，我還是個有作為的人，我也覺得自己依然能勝任這份工作。」

但埋藏在郭昇心底，那份對選手們未來就業的擔憂還是不時會浮現，「雖然這次取得世運會冠軍就有專任運動教練資格，但學校不開缺，她們還是無法順利轉職為運動教練……」他能做的除了傾盡所有栽培與提拔，剩餘的便是向政府請求協助，盼能攜手解決問題。

隨著隊員畢業、成員更迭，這支黃衫軍軍團裡，郭昇最關心的永遠是那群為了夢想，拚搏到雙手滿是厚繭、傾盡青春年華的繩力女孩，

「是她們讓我重新有了目標，讓我對自己更有信心。」

他目光如炬望向那群小女孩，訴說心中最深切的感動。





四年前，郭昇遭逢人生劇變，四年後，他克服限制，燦爛迎接勝利，他說

「機會是留給有準備的人，當準備好的人，機會來了就有機會展現出來。」

也許正是這種「不放手，直到夢想到手」的堅定信念，讓郭昇跨越一道又一道難關、戰勝病魔，一步一步回到原來的位位置，繼續昂首闊步走向未來。