

●黃國榮教練（右一）於中華民國第三屆總統杯  
頒獎典禮合影留念。



## 走過叛逆的高球小子～ 黃國榮

### ■ 黃國榮小檔案

撰文：林麗如

生日：1967年7月6日

出生地：臺北縣淡水鎮

學歷：國立體育學院運動技術系

經歷：1996年取得中華民國國家A級運動教練證照

2001年取得中華民國高爾夫協會C級教練術科測驗裁判

現職：臺灣高爾夫淡水球場俱樂部場務副理

臺灣高爾夫淡水球場青少年培訓中心主任

專長：高爾夫球場管理

其他成就：2001年臺北縣傑出教練優秀獎章

指導成就：2001年全運會高爾夫球競賽男子組金牌  
2001年全運會高爾夫球競賽女子組金牌  
2003年全運會高爾夫球競賽女子組金牌  
2003年全運會高爾夫球競賽男子組金牌

## 一、前言

「雖然，父親和母親都在高爾夫球場工作，但高中畢業之前，根本就沒有機會接觸高爾夫球這項運動。」高爾夫球教練黃國榮說，每次只要一談到自己擔任高爾夫球教練的故事，別人總會瞪著大眼，一付難以置信的表情，不過，也就是經歷了這一段懵懂荒唐的少年時期，才會更珍惜今天的成績。他用自身的經驗來提醒後輩，在高空的世界裡，揮出漂亮的一桿。

## 二、求學過程及擔任教練經歷

### 父親逼上球場，發掘高球興趣

手中握緊高球桿，揮出小白球那一刻，黃國榮心中的感受實在難以形容。經歷青少年的叛逆時期，黃國榮根本無意把心思放在課業上，就連要就業的打算也興趣缺缺。高中讀得索然無味，日子也是過得茫然，絲毫不曾考慮過自己人生的下一個目標在哪裡？黃國榮總是一付不在乎的態度，但在高爾夫球場工作的雙親，卻無法繼續忍受他這樣漫無目標的生活方式。那時候，父親黃德利對他曉以大義：「你是家中的長子，而且也是唯一的男孩子，不僅要有擔當，更要做起三個妹妹的模範。應該是收心的時候了，為自己的未來好好想想。」沒多久，黃國榮的父親就把他介紹到工作的淡水高爾夫球場內，當起背球袋的桿弟。不過，當時黃國榮並不贊同父親的想法，更不認同父母親刻意幫他安排工作，直覺就是把他禁錮在球場內，好時時刻刻接受他們的監視。只不過，這個囚禁黃國榮的地方，空間遠比監獄大了許多。

黃國榮的父母親在高爾夫球場工作多年，甚至父親黃德利還有高爾夫球教練的執照，但直到黃國榮高中唸完，他也沒有主動提及到球場看看，或是提出想學高爾夫球的要求。直到黃國榮進入高爾夫球場當桿弟，理所當然接觸到高爾夫球的機會多出許多，

天天看著人家揮桿，在果嶺上來來回回的跑，竟培養出學習小白球的興趣來。而當時，引黃國榮進球場當桿弟的父親，也順理成章的成為黃國榮的高球啟蒙教練。

不過，由於訓練高爾夫球的時間起步較晚，黃國榮得付出比其他人多兩倍以上的時間進行訓練。為了有充分的練習時間，一大早，黃國榮趕在客人到球場之前，就已經結束部分訓練課程。另外，黃國榮在扣除桿弟的工作時間後，也繼續留在球場磨練球技。這段期間內，黃德利緊跟在身邊隨時教導，但黃德利培訓黃國榮的態度，不只是嚴厲，更可以說是高標準的要求。黃國榮的高球動作做不好，黃德利毫不留情當著黃國榮的面前揮球桿，甚至還會跟他說：「不會打就不要打了，不要浪費我的時間。」話一說完，黃德利掉頭就走，留下黃國榮一個人站在練習場內。

黃德利罵歸罵，照著對黃國榮採取緊迫釘人的態度。當時，黃國榮對於父親魔鬼式的特訓方法，心裡很反抗，根本無法認同父親教導自己的兒子必須要嚴格到如此程度。

黃國榮的母親在了解情況後，時常對他說：「要體諒你爸爸，在球場工作壓力大，難免對你的態度會比較嚴厲。」雖然，黃國榮嘴裡不說任何反抗父親的話，並且乖乖接受父親的磨練，但心裡面卻還是很排斥父親的做法。對父親訓練方法的不諒解，直到黃國榮從二十多名競爭者中，只錄取兩名學生的情況下，考上國立體育學院後，才深刻了解父親當時對他恨鐵不成鋼的苦心。

黃國榮認為，父親是個觀念相當傳統的人，絕對不會在他們四個孩子面前，說些什麼鼓勵的好聽話，但總在私底下對外肯定他的表現。黃國榮在透過第三者的轉述，聽到父親對他的稱讚，總會對父親感到一絲歉疚，因為他從未說過任何對父親感謝的言語。

另外，黃國榮與父親的相處模式之下，他的妻子蔣依依也是扮演兩者之間溝通的橋樑。蔣依依不但扮演黃國榮和父親之間的傳話筒，甚至還在父親反對黃國榮的決定時，站在先生的立場上為他說好話。黃國榮強調，如果父親是他高球的啟蒙教練，那麼妻子就是幫助他在高球上，繼續求進步的原動力之一。

黃國榮在考上國立體育學院後，四年的學生生活中，也榮幸有機會代表臺灣第一次參加世界大學運動會高爾夫球賽的項目。那一次的成績，雖然無法進入前四強，但七十二桿的標準成績，黃國榮打了七十八桿，獲得第五名的成績，也讓他在畢業後入伍，以此成績分發到臺中清泉崗高爾夫球隊擔任助教職務。

服役期間，還可以繼續在高球上的練習，黃國榮相當珍惜這樣的機會，就算每天騎著腳踏車來回營區與高爾夫球場之間，要花上將近八十分鐘，他還是不願減少練習高球的時間。那時，擔任黃國榮高球教練的是莊正雄老師。莊正雄和父親黃德利截然不同的指導方式，讓黃國榮受益良多，再加上離家在外當兵，他和師母就如同家人一般的對待他，更讓黃國榮有說不完的感受。

## 三、指導成就

### 轉為教練，培訓選手上場比賽

退伍時，黃國榮28歲，他分析自己已經錯過比賽的黃金時期，不適合再擔任選手，因此，朝著專業高球教練的目標發展。1989年時，取得第一張高爾夫球教練證。1992年時則取得中華民國B級高爾夫球教練證。而真正指導學生上場比賽，已經是1998年的時候，他被聘為臺北縣體育會高爾夫委員會青少年培訓教練。

要指導一群高中生的小毛頭打球，黃國榮就好像看見自己當年青澀的模樣。他認為，臺灣的高球選手，普遍起步都很晚，很少見到從小開始練高球的選手。也正因為如此，選手雖有技巧，但卻不紮實。為了替這些選手改善練習高球的方式，黃國榮利用SOD制度化的管理規章，為選手量身打造合適的訓練課程。不過，黃國榮要培訓選手之前，還要求選手得簽下承

### ●黃國榮教練（後排右一）與青少年培訓球員攝於練習場。



諾書。所謂的承諾書，要求的不是遵守球場規定，更重要的是選手要認知，修練的不只是球技，更是做人處事的方法。承諾書中有一條就規定對長輩以及同仁要有禮貌，見面時要打招呼問好。或許這只是一條不起眼的規定，但卻對選手有另外一個層面的影響。

#### 針對選手特質，訓練與溝通並重

1998年，黃國榮首次帶領選手上場參加全運會，業餘選手男子組洪家煜與洪玉霖，女子組謝宜貞與于念慈雙雙拿下金牌。那一次的勝利戰績，不僅是激勵了選手，也給黃國榮一個鼓勵，轉為教練去發掘更多優秀選手的想法以及訓練的方式都是正確的。

但一樣的訓練方法，還是得看看不同的選手特質而定，黃國榮舉例，選手吳文打因為父母給予的壓力過大，無法承受，又苦於得失心較重無法突破瓶頸。黃國榮發覺後，先與家長取得共識，連忙私下與吳文打展開溝通，並且針對球技部分展開特訓，先讓吳文打找回球場上的自信，再來談如何在球場上力求表現。



與選手之間的相處像個大哥哥一樣的黃國榮，認為自己不想像父親黃德利一樣，整天兇巴巴盯著選手，而要是軟硬兼施。他可以像個朋友一樣，也可以破口大罵指責選手的缺點，完全憑藉選手的表現而定，但與選手相處，他絕對秉持要有“溝通的藝術”存在，能與選手談心，才能發覺他們面臨何種問題，再適時提供協助給他們。

#### 四、教練工作對自我及選手的影響

##### 自我學習，鼓勵學生多唸書

訓練選手，是黃國榮的工作之一，但黃國榮總把自己的經驗掛在嘴邊，時時激勵選手們要繼續升學。黃國榮提起外國的高球選手，學歷幾乎都是學士以上，甚至其中一名高球選手尼可佛杜還是一名機械工程碩士，但放眼臺灣卻不是如此。為了鼓勵選手多唸書，黃國榮總是不厭其煩的一再重複讀書的好處。有時候還得搬出臺灣人最在乎的文憑制度，好歹讓學生看看在薄薄一張紙卻如黃金般貴重的思想上，心甘情願去唸書，而不要只當個頭腦簡單，四肢發達的運動選手。

早期大部分高球選手都放棄學業，專注於球技的訓練方面，但卻忽略了思想領域是必須靠多研讀書籍，藉以成為思考模式的來源，並且藉由思考產生抗壓力。黃國榮說自己就是最好的例子，雖然，自己真的不是所謂讀書的料子，但他卻從書本上體會到許多益處。在他的鼓勵之下，蔣震以及洪家煜都先後重新拿起書本，考入臺北體專。

另外，黃國榮也補充，以目前體育科系的入學要求，已經放寬許多，給予成績不甚理想的選手很好的機會，而有一定學歷後，選手即使退下賽場後，在有學歷與運動經歷的優勢之下，可轉型為教練或從事其他工作。

●黃國榮教練（右一）與2003年全國運動會女子組金牌子弟兵合影。

#### 五、自我期許及建議

##### 以選手為中心，轉型球場管理

作為一個高球教練，黃國榮還在繼續進修當中，並且還剛取得國家級澳洲精英教練培訓計劃資格。他認為教練工作也是要不斷的提高專業技能與新知方法來增進選手訓練的績效，確保選手進步的空間。而教練也可以藉此找到自己的目標及方法享受開創的高爾夫新天地。黃國榮強調：「其實，在教練的工作表現上，每一位教練都要以選手為中心的教導方式，從溝通上慢慢去發掘選手的學習過程中的感覺與思考模式。教練一定要先達成這一點，才能讓選手真正感受到。另外，給選手一個全力以赴的觀念，絕對不能為輸掉找藉口，才是一個負責任的態度。」

除此之外，黃國榮也從教練工作中，逐漸轉為場務管理的規劃，從指導選手打球，轉為球場管理工程。黃國榮目前已經在球場當中擔任場務工作，還做

選學，學習如何經營一個球場。當然經營球場包括許多行政工作的訓練，對黃國榮是個全新且不同的開始，但他認為，身為一個高球教練，懂得如何教學傳承還不夠，如果加上球場經營技巧，對訓練選手而言是個加分的效果。不僅可以利用球場資源去培訓選手，更可以與球場互相配合，招攬更多民眾來認識高爾夫，把以往“貴族式的運動”，往外推廣，讓更多人認識高爾夫球。

#### 六、結語

黃國榮是個相當樂觀派的教練，也難怪選手與他之間，很容易就打成一團。亦師亦友的相處模式下，加上針對選手個人特質，去發掘潛藏的實力，黃國榮獲得稱讚當之無愧。而黃國榮當年差點與高球絕緣的往事，更是最好的教材，以他擔任教練的過程，勢必可激勵許多選手投入練高球的行列。

●中華民國第三屆總統杯與淡水高球場董事長辜寬敏等人合影留念。

