

輕取李幸樺 拿下亞運國手

楊淑君 多個心靈導師

【記者馬鈺龍／左營報導】技術層面成熟還不夠，心理建設也得強化，才能成為一流選手，跆拳道女將楊淑君已經逐漸成為技術與心靈兼備的一流選手。

中華跆拳道隊歷經超過13個小時鏖戰，完成男女各6個量級的國手選拔，總教練劉慶文表示，全隊下月計畫赴南韓移訓，返國後即投入封閉訓練，目標在亞運至少贏得1金。

場邊掉淚…只因為愛哭

楊淑君走下擂台，「照例」在場邊大哭一場，她整理情緒後表示，掉眼淚沒理由，不是高興也不是難過，因為她就是很愛哭。又哭又笑接受採訪，她說：「一切要從零開始」。

她以大比分連勝對手李幸樺，輕鬆拿下國手資格，劉聰達除了以教練身分強化楊淑君的技術之外，還得以男友身分擔任她的「心靈導師」。

男友開導…解長年心結

劉聰達表示，「我知道淑君的心態一直是弱點，會鑽牛角尖，想太多。」無形中就帶給她比賽的壓力。他說：「我告訴她，偶而要學我，大而化之，會比較快樂。」

楊淑君說：「他對我的幫助很大，尤其是個性方面。」劉聰達告訴她的就是，「不要想太多，輸了再贏回來就好，被踢中了再踢回來就好。」這觀念打開了楊淑君長年以來的心結。

心態正確…不怕吳靜鈺

「我不會輸吳靜鈺，只要心態正確，我一定能贏。」以前是太想贏，上了場總是會「失憶」，結果就莫名其妙輸了比賽，劉聰達指出，論技術，楊在吳之上，輸給吳，實在沒有道理。上屆亞運，她敗給吳靜鈺得銀，準備在廣州討回顏面。

楊淑君說：「我已經調整好自己的心態了，不會像以前患得患失。」，她指出，碩士論文也準時完成，心裡的負擔減輕很多。楊淑君在出國參加世大錦標賽搭機前完成口試，帶著論文到西班牙修改，上個月參加世界杯團體賽回國後，才送出論文正式畢業，她笑說：「我終於畢業了，可以無後顧之憂投入亞運。」

廣州亞運
跆拳道國手名單

量級	姓名	
男子組	54公斤級	許家霖
	58公斤級	魏辰洋
	63公斤級	朱元志
	68公斤級	羅宗瑞
	74公斤級	賴廷欽
	80公斤級	簡億鑫
女子組	46公斤級	黃顯詠
	49公斤級	楊淑君
	53公斤級	曾憶萱
	57公斤級	曾珮華
	62公斤級	張瓊芳
67公斤級	莊佳佳	

製表／馬鈺龍

聯合報



楊淑君 在亞運跆拳道總決賽中表現優異，當選國手。她說，教練男友（小圖右）對她幫助很大。 記者劉學聖／攝影

