



## **Bijscholing Mentaal**

### **PGA Holland Mental Professional Module 1**

#### **Beginnen met Golf - Trainen**

**28 oktober 2013, BurgGolf Zoetermeer**

**Docent: Rogier Hoorn**

Op 28 oktober start de PGA Holland met de eerste module van de bijscholingsleerlijn Mentaal. Deze leerlijn eindigt met de titel PGA Holland Mental Professional. De leerlijn loopt parallel met het 9-stappenplan en krijgt daarom ook de support van de Nederlandse Golf Federatie. Het toepassen van de theorie in de praktijk zal voornamelijk worden gedaan bij het putten. Hierdoor is deze module uitermate geschikt als onderdeel om PGA Holland Putting Coach te worden.

Het feit dat golf grotendeels een mentale sport is, zal elke PGA professional beamen. De amateur ziet dit minder, maar heeft er wel elke ronde in positieve en negatieve zin mee te maken. De amateur ziet het minder, omdat hij of zij het niet concreet kan benoemen en weinig weet van het mentale gebied.

Dit is een kans voor de PGA-professional, omdat wij het eerste contact zijn met de leerling en de mogelijkheden hebben om de leerling een beeld te geven van het mentale gebied en dit ook daadwerkelijk te trainen of door te verwijzen.

Het onderwerp mentaal heeft al jaren een vaste plek in de huidige B- en A-opleiding van de PGA Holland. Ondanks dit feit is er nog steeds behoefte om in dit gebied bij of na te scholen om het vakgebied nog duidelijker en praktischer toepasbaar te maken voor zowel de leerling als de PGA-professional.

#### **Doel van de bijscholing**

Het doel van de bijscholing is de PGA professional praktische handvatten aan te reiken om op de mentale behoeftes van de leerling in te spelen.

De professional verbreedt zijn kennis en vult zijn golftas met praktische oefeningen om de speler, van beginner tot single handicapper, op mentaal gebied te ontwikkelen. De PGA-professional leert het vakgebied in zijn totaliteit kennen en tevens zijn mogelijkheden en onmogelijkheden op dit gebied. De PGA-professional zal hierdoor ook in staat zijn om hulp in te roepen van specialisten en kan deze de juiste hulpvragen stellen.



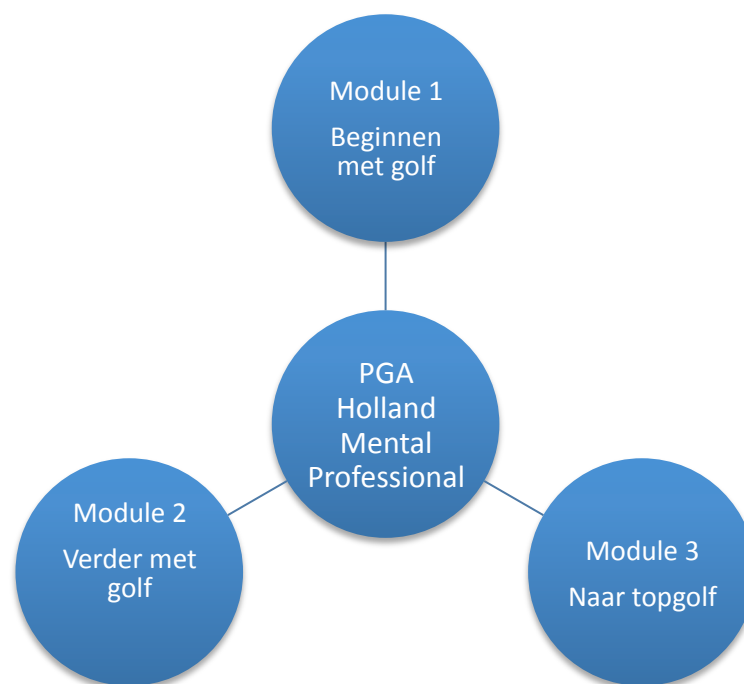
## Opbouw modules

De bijscholingsleerlijn Mentaal bestaat uit 3 modules die verdeeld over 2013 en 2014 worden aangeboden. Als basis geldt het 9-stappenplan, waarin per stap in kaart is gebracht welke mentale onderwerpen aan de orde komen en hoe je als professional via het mentale kunt inspelen op een gedegen ontwikkeling van de speler/leerling. Elke module bestaat uit 1 dag en het invullen van een werkboek.

Module 1 is gericht op Stap 1 t/m 3 (Beginnen met golf - trainen), Module 2 op Stap 4 t/m 6 (Verder met golf - spelen) en Module 3 op Stap 7 t/m 9 (Naar topgolf - presteren).

Elke module bestaat uit een tweetal onderdelen en duurt 1 dag:

- het leren afnemen van een mentaal assessment bij spelers/leerlingen;
- het ontwikkelen van mentale vaardigheden bij spelers/leerlingen.



Om de leerlijn goed neer te zetten en PGA Holland Mental Professional te worden moet elke PGA-professional module 1, 2 en 3 op volgorde volgen.

Ondanks het feit dat velen van u eerder verworven competenties hebben op dit gebied, is de titel alleen te halen door de PGA Holland cursussen te volgen. De hoofdreden voor deze beslissing is de samenhang van de modules in de relatie tot de competenties die de PGA Holland Mental Professional moet bezitten en de controle van de kwaliteit van het leertraject en de titel.



## Module 1

28 oktober wordt gestart met Module 1 voor alle gekwalificeerde PGA Holland leden. Module 2 en 3 zullen in het voorjaar en najaar van 2014 worden gegeven. Na het volgen van Module 1 heeft de pro een basis gelegd voor mentale begeleiding, weet de professional hoe leerlingen aan zich te binden en kan de pro de motivatie om te leren en te trainen bij leerlingen beïnvloeden. In het mentaal assessment gedeelte leert de professional over drijfveren en leerstijlen en krijgt hij een praktische methode aangereikt om deze in kaart te brengen bij leerlingen. In het vaardigheidsgedeelte leert de professional motivatie te beïnvloeden door middel van begeleiding in doelen stellen, het beleven van successen in de golfontwikkeling en het enthousiasmeren en ondersteunen. Daarnaast leert de professional een basis te leggen voor focus en concentratie en weet hij hoe bij de speler/leerling spanning/stress weg te nemen.

Alle modules zijn op de praktijk gericht en lopen parallel aan het 9-stappenplan. De modules zullen zowel praktisch als theoretisch worden aangeboden, omdat we het heel belangrijk vinden dat je als professional alles zelf ervaren hebt.

### Programma:

08.30 – 09.00 u Ontvangst  
09.00 – 09.15 u Introductie  
09.15 – 10.30 u Assessment, drijfveren, leerstijlen  
10.30 – 11.00 u Pauze  
11.00 – 12.30 u Motivatie  
12.30 – 13.30 u Lunch  
13.30 – 15.00 u Concentratie  
15.00 – 15.30 u Pauze  
15.30 – 17.00 u Spanningscontrole  
17.00 uur Afsluiting en borrel

De kosten voor de dag zijn: € 185,00 inclusief btw PGA Holland leden  
€ 235,00 inclusief btw niet PGA Holland leden

Dit is inclusief koffie thee, lunch.

De cursus is alleen toegankelijk voor gekwalificeerde PGA-professionals.

Minimaal aantal deelnemers 12  
Maximaal aantal deelnemers 16

Locatie: BurgGolf Zoetermeer

Studiebelasting: 8 uur klassikaal, 4 uur invullen werkboek.

Aantal PGA Holland punten 0,5.

Inschrijven kan via het : PGA iXtranet, (groene button op de website)  
<http://beneluxgolftour.dixys.com>

Bijlage: CV Rogier Hoorn



## CV Rogier Hoorn



Rogier Hoorn voert al ruim 10 jaar zijn eigen praktijk, SportsMind, in Hilversum. Hij is opgeleid aan de Universiteit van Amsterdam tot Arbeids- en Organisationspsycholoog en aan de Vrije Universiteit tot Sportpsycholoog. Hij is VSPN en NIP geregistreerd en maakt onderdeel uit van de Samenwerkende Sportpsychologen (SSP). Als sportpsycholoog verzorgt Rogier mentale training en begeleiding van individuele sporters, teams en hun coaches. Zijn opdrachtgevers zijn onder meer NOCNSF waar hij onderdeel uitmaakte van de begeleidingsstaf van de Olympische ploeg voor Londen 2012. Verder werkt hij voor verschillende sportbonden waaronder zeilen, roeien en hockey en natuurlijk de Nederlandse Golf Federatie. Bij de NGF werkt hij sinds 2006 met coaches en spelers van de nationale selecties en daarnaast met een aantal professionals op de Europese tours.

Naast de sport werkt Rogier voor organisaties als de Luchtverkeersleiding Nederland en de Koninklijke Luchtmacht, waarbij hij leerlingen en hun instructeurs begeleidt.

Rogier is als sportpsycholoog vaste docent van de PGA A- en B-opleiding.

Rogier Hoorn  
sportpsycholoog VSPN®/NIP  
[www.SportsMind.nl](http://www.SportsMind.nl)  
[info@sportsmind.nl](mailto:info@sportsmind.nl)