

# CORONARICHTLIJNEN

## WERKEN ROND ANGST IN JE TREFPUNTTEAM



### Angstgevoelens



#### Algemeen aanbod bij heropstart

- Regio's kunnen de vraag richten aan hun besturen (trefpunten en themawerkingen) om aanwezig te zijn bij de opstart. Angst voor de opstart is een niet te onderschatten thema.
- Ook trefpunten of bestuurders kunnen hun regionaal secretariaat vragen bij de opstart.



#### Basistips en houding

- Bied een basishouding van veiligheid aan: veiligheid om de angst te kunnen benoemen, zodat mensen hun verhaal kunnen en durven doen.
- Hanteer een respectvolle en open houding.
- Kies voor een open vraagstelling:
  - Wat heb je nodig om hiermee om te gaan?
  - Wat heb je nodig om terug te kunnen opstarten?
- Geen feiten: Als bestuurders/leden emotioneel zijn, mist het opnoemen van feiten volledig zijn effect. Ga eerst met het emotionele aan de slag, pas dan met de feiten.