

Opzet workshop

Inleiding over stilte en suïcidaliteit, op drie niveaus

- Maatschappelijk: Radiostilte na de zelfdoding
 - Media-aandacht
- Interpersoonlijk:
 - Niet praten: spreken is gevaarlijk
 - Handelen, we moeten wel: iemand wil dood
 - Handelen, het past bij ons: We willen liever wat doen dan luisteren
- Intrapsychisch
 - Niet kunnen uiten/verwoorden van de wanhoop/hoop
 - Structurele stilte, niet gementaliseerde stilte, defensieve stilte
- Oefenen 1
 - 1. Luisteren naar wanhoop: wanneer zou jij niet meer willen leven? Welke pijn zou jij willen ontvluchten?
- En dan: Craig Brian: luisteren naar hoop (niet kunnen verwoorden van hoop)
 - 2. Luisteren naar hoop: waarom wil jij leven?
- Afronding

*Ssst, wees nou eens stil,
iemand wil dood!?*

Suicide. Zelfdoding. Het roept allemaal vragen op. Nabestaanden blijven achter met gevoelens van boosheid en schaamte. Onbegrip overheerst, maar vooral ook schuldgevoel.

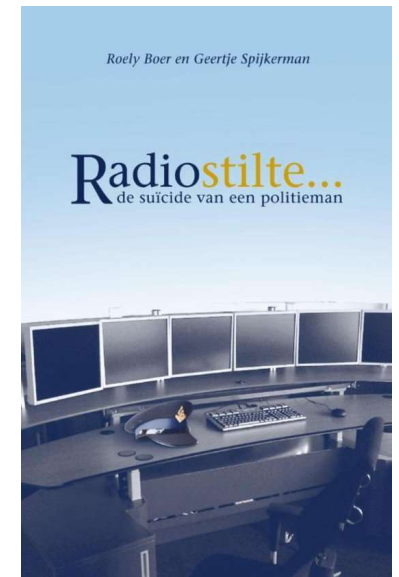
Maar wie zijn wij om daarover te oordelen? Wat weten wij van de eenzame strijd, van de worsteling die iemand doormaakt? Hoe het voelt om moederziel alleen in een 'donkere tunnel' te zitten, verlangend naar het licht aan het eind?

Dit boek gaat over hoe mensen ertoe komen. Hoe je omgaat met de heftige gevoelens die zelfdoding losmaakt, bij naasten, vrienden en collega's, maar ook binnen organisaties. Een psychiater, een psycholoog en een docente verlieskunde leggen dat in heldere taal uit. Radiostilte... biedt handvatten voor iedereen die ermee te maken heeft of heeft gehad.

Het taboe rondom suicide doorbreken! Dat is de missie van Geertje Spijkerman. Met haar persoonlijke verhaal wil ze begrip kweken voor mensen die het leven niet meer aankunnen, zoals haar man Ron. Daarover gaat Radiostilte...

Zoon Mark: *"Mijn pa was echt geen zieke geest,
maar een normale pa, net als andere vaders."*

Dochter Willeke: *"Stoer vond ik mijn vader,
een stoere politieagent in uniform."*



There is a grave in Otisco Cemetery, Minnesota assigned to Paul Kuss who committed suicide in 1910. His resting place is downhill and down-wind of the main cemetery.





Bill Marshall was a renegade sailor who married an Indian woman and participated in the Garra Indian Uprising in 1851. After capture, trial and hanging he was buried outside the wall of the cemetery in El Campo Santo Cemetery, San Diego



"Just ignore him, his shrink says he just does this stuff to get attention."



Preventing suicide

A global imperative



World Health
Organization

Myths about suicide

Myth:

~~*Talking about suicide is a bad idea
and can be interpreted
as encouragement.*~~

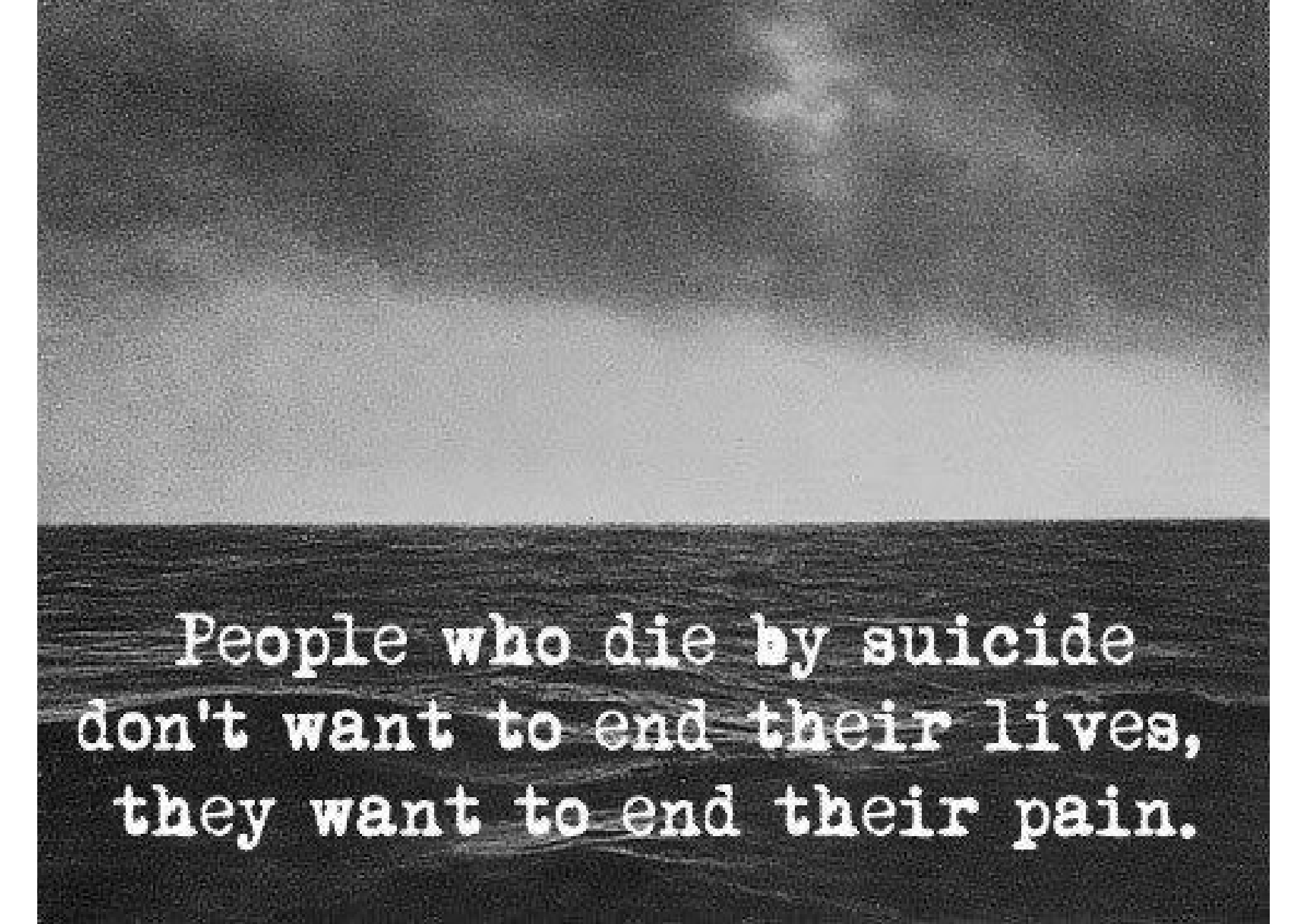
Fact:

*Given the widespread stigma
around suicide, most people who are
contemplating suicide do not know
who to speak to. Rather than
encouraging suicidal behaviour,
talking openly can give an
individual other options or the time
to rethink his/her decision, thereby
preventing suicide.*

A green rectangular sign with rounded corners and a white border is mounted on a wooden post. The sign features the text "Take Action" in a large, white, sans-serif font. The background of the image is a bright blue sky filled with fluffy white clouds. The sign is positioned in the lower-left quadrant of the frame, angled slightly upwards and to the right.

Take Action





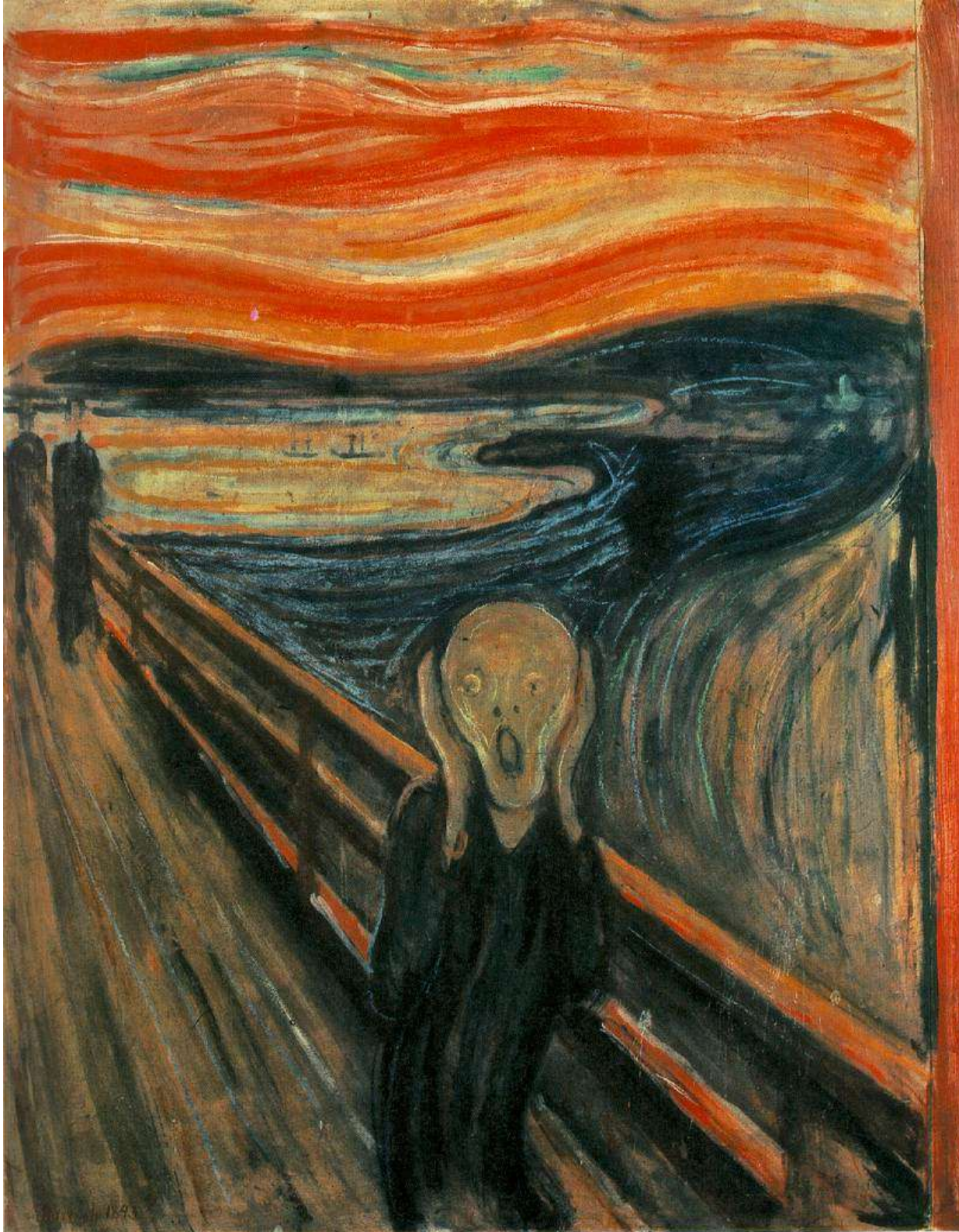
People who die by suicide
don't want to end their lives,
they want to end their pain.

"Most people do not listen with the intent to understand; they listen with the intent to reply."

- Stephen R. Covey

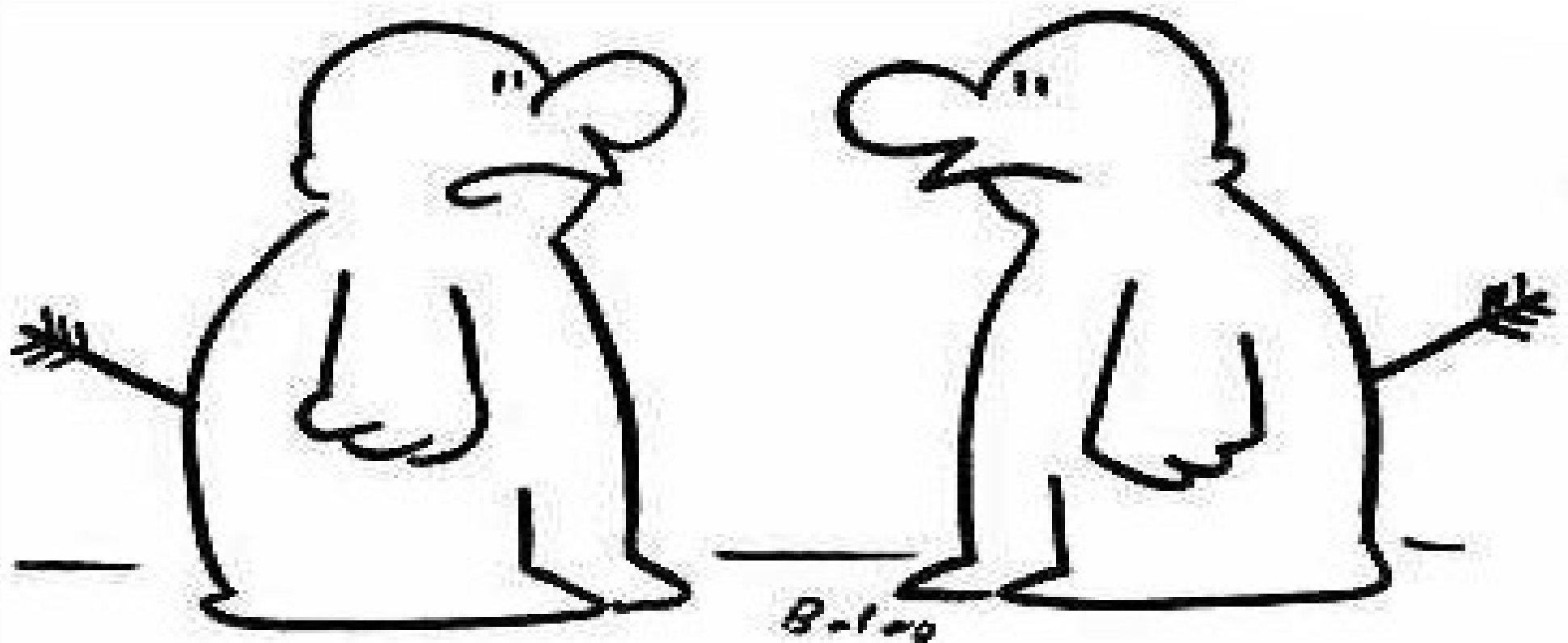






Wanhoop

Edward Munch (1893)



"I know exactly how you feel."




Hoe nu verder?





We all have a story to tell

The image has a warm, golden-brown color palette. The top half is filled with a soft, out-of-focus bokeh of light circles, suggesting a night scene with distant lights or a fire. The bottom half shows a close-up of an open book, with its pages appearing aged and yellowed. The book is positioned in the lower right corner, with its pages fanning out towards the center.



Is er iemand die jij
alleen en in stilte
laat nadenken
over zijn dood
en over zijn leven ?