

ゲートキーパーの心得(1)

自殺についての様々な誤解

自殺について一般に広く信じられていることは、事実とかなり異なっています。
あなたは誤解していませんか？

自殺は弱い人がすることだ

自殺をする人は
死ぬ覚悟を決めている

「自殺する」と言う人にかぎって
実際は自殺しない

自殺について話すことは
危険なこと

自殺は何の前触れもなく起きる

これらは全て誤解です！



自殺についての正しい理解

自殺は誰にでも起こりうる社会的な問題です。自殺の前には何らかの症状、サインを発していることが多いものです。そのサインに気づいたときには、ゆっくりと話をきいてください。

自殺について話題にしても、その気持ちを助長することにはなりません。むしろ、言葉で表現する機会を与えられたことで、絶望感に対してある程度距離をおいて、冷静に語ることができるようになります。