

自死遺族について (2)

遺族に起こるさまざまな感情

当時のことを
覚えていない

強烈な嘆き
何で自殺したの？

勝手に死ぬなんて卑怯
あてつけ？
遺されるもののことは
考えなかったの？

自殺したなんて
ウソでしょ？

あいつのせいで
〇〇は自殺したんだ、
あいつが原因だ

あの時気づいていれば…。
私のせいで
自殺したんだ

私だけ生きて
楽しい思いをして
申し訳ない

正直ホッとした
安心した

いつか私も
自殺してしまうのかな

〇〇が自殺したなんて
知られたくないし
言えない

さまざまな感情や反応が複合的に起こります。

これらはすべて、ごく自然なことです。