

# 自死遺族について(1)

自死遺族とは、自死(自殺)によって  
ご家族を亡くされた遺族のことです。

## 「自死」という表現について…

自ら命を絶つことを一般的に「自殺」と呼びます。しかし「自殺」という言葉に殺すという字が使われていることに、強い違和感や不快感を感じる遺族の方もおられます。

その心情に配慮して、遺族支援においては特に「自死」という言葉を使うことが多くなってきています。

## 「自死」による影響

ひとりの方が自死(未遂を含む)すると、少なくとも周囲の5~10人の人たちに深刻な影響を与えるといわれています。

自死は予測の難しい突然の別れです。そして自死であること自体、とてもつらいことです。しかし、自死の要因に関する様々な誤解や偏見があるため、遺族は人に話すこともできず、孤立してしまうこともあります。

また、周囲の人たちの不用意な言葉や、態度によってさらに傷つく、いわゆる『二次被害』を受けてしまうことも少なくありません。

