

## 青年総合相談Q & A ( 2 3 )

Q 18歳の子どもの部屋から「自殺の仕方」を解説した本が出てきました。子どもの様子に変わったところはありません。どうしたらいいでしょうか。

A まずは知らないふりをし、自殺に興味があるのだなと受け止めてください。

自分の部屋を親が探っていたとお子さんに思われると、不信感を抱きコミュニケーションが取れなくなります。

そのような本は、簡単に通販等で手に入ります。本があるからすぐに実行するというのではなく、単なる興味本位の場合や、ふと消えたいと思う若者が購入する場合や、いつかはと思い購入する人など様々なようです。

普段の生活に大きな変化がなければ過剰に心配しないようにしましょう。ただし、顔色や目つき、行動など、しっかりとお子さんを見てください。おかしいと思ったら、「何か悩んでいる？」と声をかけましょう。