

特集

ロスとグリーフ

——うしなうこととの心理学

大切な人との別れは、私たちに大きな影響を及ぼします。しかし、そこで私たちが何を想い、いかに振る舞い、その後の人生を生きるのかという、グリーフ（悲嘆: grief）については、専門家の間でも十分に理解されているわけではありません。グリーフは、喪失後に私たちが経験する自然な反応やプロセスですが、時には長期化し、複雑化する危険性もあります。また身近な人との死別は、遺された人に大きな影響を及ぼしますが、それ以外の喪失、例えば離別や失恋などでも、私たちはグリーフを経験します。その一方で、誰かとともに悲しみを分かち合う機会は、そう多くありません。失ったものや悲しみに対する認識のずれが、家族や友人、あるいは地域の中での対立を招くこともめずらしくありません。

私たちは、多様な喪失を抱えてどう生きればよいのでしょうか。この特集が、私たちのグリーフ・リテラシーを高めるための、きっかけの一つになることを期待しています。

（川島大輔）