**Bearbeta sorg i klassen**

Här är några exempel på bearbetning av kris och sorg i klassen.

**Ge sorgen tid.** För att bearbeta en sorgeprocess behöver eleverna få tala och samtala mycket för att gå igenom traumatiska händelser. Då kan musik, sånger, dikter och böcker vara bra hjälpmedel att uttrycka sin sorg med.

**Minnesplats**

När en sorg bearbetas är det bra med en tydlig plats. Då kan ett minnesbord vara ett alternativ för ett gemensamt sörjande. (Ifall eleven har en plats, kan den uppmärksammas). På bordet kan en vit duk med ljus, blommor och ett fotografi placeras. En bok/häfte och penna där den som vill kan skriva till den som omkommit eller minnen till anhöriga kan också finnas på bordet. Bordet tas bort tillsammans med eleverna först när alla är överens om detta.

**Flagga på halvstång**

Flaggning på halvstång för att hedra den omkomna är också ett fint sätt att ihågkomma en död människa. En kort minnestund kan ordnas vid flaggstången.

**Sorgelåda**

En sorgelåda som skolan och församlingen (eventuellt) tillsammans har gjort är bra att snabbt ta fram när en kris uppstått. I lådan finns material som är bra att ha vid ett sådant tillfälle. Rutiner är viktiga när en kris uppstår.

**Sorgandakt eller minnestund**

En lärare eller hela skolan tillsammans kan hålla en tyst minut eller en andakt då man kommer ihåg den omkomna.

**Olika sätt att processa sin sorg**

Elever kan uttrycka sin sorg på många olika sätt. En del vill vara för sig själv medan en annan vill tala med någon. Andra vill lyssna på musik, sjunga, rita, skriva eller uttrycka sig genom konst.

**Nationella tragedier**

Gemensamma sätt att uttrycka sin sorg kan vara med tyst minut, ljusnedsättning vid en speciell plats eller en vägg där alla kan delta genom att skriva att personen deltar i sorgen.

**Delta i begravning**

Skolans kan utse representanter att delta i begravning eller en klass kan delta om alla känner den omkomna väl. En kör kan sjunga vid begravningen.

För att bearbeta sorgeprocessen kan ett besök på begravningsplatsen vara terapeutisk. Ett besök på begravningsplatsen kan också göras när man talar om död och känslor kring det.

**Morgonandakt vid Alla helgons dag**

Ett sätt att ge eleverna möjlighet att minnas de omkomna är att ordna en andakt vid Alla helgons dag. Då kan eleverna få uttrycka sina känslor och tankar kring saknad och död samt ihågkomma sina bortgångna vänner och släktingar.