



ÄMNE 3 SÖRJANDE I OLIKA KULTURER

Sorg är en universell upplevelse, men hur den upplevs och uttrycks kan variera kraftigt i olika kulturer runt om i världen eller i en mångkulturell miljö. Kulturella sedvänjor, religiösa övertygelser och traditioner påverkar djupt hur människor hanterar förlusten av en älskad.

Det är dock viktigt att notera att även inom samma kultur kan sorgepraxis variera kraftigt beroende på faktorer som religion, geografisk region och varje enskild familj. Att respektera och förstå dessa kulturella skillnader är viktigt när man erbjuder stöd till någon som genomlever en sorgeprocess.

Modul 4:

Efter döden

Praktiska tips:

Att organisera sorgeritualer och ceremonier kan ge en meningsfull tid för uttryck av känslor, tankar och firande av den avlidnes liv, och ömsesidigt stöd mellan familj och vänner, oavsett religion och/eller andlig bakgrund.

Här är några ämnen med förslag på hur du kan organisera den här typen av evenemang:

- Definiera syftet med ceremonin.
- Välj lämplig plats.
- Välj datum och tid.
- Skapa ett program för ceremonin.
- Välj de personer du bjuder in att delta.
- Kommunicera specifik information om ceremonin, datum, tid, plats.
- Förbered nödvändigt material.
- Ge psykologiskt stöd.
- Överväg att anordna ett uppföljningsmöte efter ceremonin.
- Dokumentera ögonblicket.
- Inkludera lämpliga kulturella eller religiösa/andliga traditioner.
- Tillhandahåll några stödresurser om det behövs.



Co-funded by
the European Union



...at the end of life



Canva Pro

Reflektioner

1. Vad/vem är den här ceremonin till för? Är det för att hedra den avlidnes liv och skapa ett utrymme för att uttrycka sorg? Är det för att främja större enhet i familjen och gemenskapen?
2. Välj en plats som är meningsfull för familjen eller som är i linje med den avlidnes kulturella och religiösa preferenser och värderingar. Det kan till exempel vara en kyrka, en utomhuslokal, familjehemmet eller en specifik gudstjänstlokal.
3. Välj ett datum/tid som är bekvämt för de flesta deltagare och ger dig tillräckligt med tid för att organisera evenemanget.
4. Strukturera ett program som innehåller element som sånger, tal, uppläsningar, symboliska ritualer, stunder av tystnad, etc. Överväg att införliva element som också kan spegla den avlidnes personlighet och intressen.
5. Välj ut personer som är villiga att delta i ceremonin, till exempel familjemedlemmar, nära vänner eller kollegor, bjud in dem att dela minnen, ge uppläsningar eller spela specifika roller under ceremonin.
6. Informera gästerna om de specifika detaljerna för ceremonin (datum, tid, program, syfte etc.), till exempel genom pappers- eller digitala inbjudningar eller genom specifika kommunikationskanaler.
7. Tillhandahåll det nödvändiga materialet för ceremonin, såsom fotografier, videor, blommor, ljus, tryckta program eller något annat som kan vara viktigt.
8. Överväg att inkludera psykologiskt eller religiöst/andligt stödpersonal som kan hjälpa och erbjuda känslomässigt stöd till de sörjande under ceremonin.

Hur man använder flashkortet.

Detta flashkort syftar till att ge dig några förslag/tips för att organisera ritualer eller ceremonier som kan vara tillämpliga i olika kulturer, och som kan hjälpa dig att hitta olika sätt att hantera och övervinna sorgeprocessen.

Lärrarhandledning.

Det är avgörande att anpassa organisationen av denna typ av evenemang till familjens och de sörjandes kulturella, religiösa/andliga och personliga preferenser. Målet är att skapa ett meningsfullt utrymme som låter alla uttrycka sina känslor och hedra sin älskades minne av den avlidne på ett respektfullt och välkomnande sätt.



Co-funded by
the European Union