

# *När patienten känner meningslöshet – om hoppets och meningens betydelse*

---

LISA SAND. USK, SOCIONOM, MED.DR.  
ASIH STOCKHOLM SÖDRA/LÅNGBRO PARK.

*Vad är hopp och  
vad är mening?*

---

# Hopp

---

- ❖ Riktat framåt, tidsperspektivet kan variera
- ❖ Förväntan inför framtiden
- ❖ Personligt
- ❖ Flexibelt

# Vad hoppas vi på?

---

- ❖ Att det som är bra ska fortsätta
- ❖ Att det som inte är bra ska bli bättre
- ❖ Att våra planer och mål ska kunna förverkligas

# Mening

---

- ❖ Det som är betydelsefullt för en person i en viss situation
- ❖ Betydelse
- ❖ Framåt, bakåt och just nu
- ❖ Meningen *med* livet och meningen *i* livet
- ❖ Sekundär mening
- ❖ Även meningskällorna är personliga och flexibla

# Vad upplever vi vara meningsfullt?

---

- ❖ Relationer
- ❖ Hälsa
- ❖ Vår vardag
- ❖ Våra roller
- ❖ Att ge
- ❖ Att uppleva
- ❖ "Att stå vid rodret", bestämma själv, autonomi
- ❖ Våra planer och mål

*Är det verkligen så viktigt?*

---

# Hopplöshet

---

- ❖ Avsaknad av förväntan
- ❖ Framtiden saknar innehåll, den är tom och känns stum
- ❖ Inga som helst förväntningar om en positiv förändring
- ❖ Ingen möjlighet att själv kunna påverka sin situation



# Meningslöshet

---

- ❖ Ingenting betyder något
- ❖ Inte relationer
- ❖ Inte jag själv
- ❖ Likgiltighet inför nuet, framtiden och det som har varit
- ❖ Avsaknad av betydelse

# Uppgivenhetsyndrom

---

- ❖ När en människa har gett upp
- ❖ Familjernas situation präglas av hopplöshet, hjälplöshet och brist av kontroll
- ❖ En viktig läkande faktor är att återfå ett hopp

# Drabbande förändringar

---

## FÖRÄNDRINGAR

- ❖ Fysiska
- ❖ Psykiska
- ❖ Relationer
- ❖ Vardag
- ❖ Roller
- ❖ Framtid

## HOPP OCH MENING

- ❖ Relationer
- ❖ Hälsa
- ❖ Vår vardag
- ❖ Våra roller
- ❖ Att ge
- ❖ Att uppleva
- ❖ "Stå vid rodret"
- ❖ Våra planer och mål

# *Människans egna förmågor*

---

# Den personliga pendlingen

---

- ❖ Pendla mellan det svåra och dess motsats
- ❖ Man måste vara glad för att orka vara ledsen
- ❖ ”Sörja randigt”
- ❖ ”Middle knowledge”
- ❖ ”Mitt hopp”
- ❖ Strategier för att orka

# Hoppets och meningens pendel

---

## HOPPLÖSHET OCH MENINGSLÖSHET

- ❖ Avsaknad av förväntan
- ❖ Ingenting betyder något
- ❖ Jag kan inget göra

## HOPP OCH MENING

- ❖ Mitt hopp. *"Att jag ska bli frisk" "Jag hoppas få avsluta livet med bevarad värdighet"*
- ❖ Mina mål. *"Jag ska ringa min son" "Jag ska lära mig att gå igen"*
- ❖ Relationer. Med allt som lever. *"Jag får kraft av naturens kraft"*
- ❖ Jag är betydelsefull. *"Jag kan fortfarande vara ett stöd för min familj och mina vänner"*
- ❖ Stå vid rodret. *"Jag kan fortfarande bestämma hur jag vill bemöta andra"*
- ❖ Det som fortsätter. *"Jag hoppas det går bra för barnen" "Jag tror på någon form av fortsättning, något väntar"*
- ❖ Det jag lämnar efter mig har ett värde. *"Att människor duger som de är har alltid varit viktigt för mig att förmedla. Det hoppas jag ska sprida sig. Som ringar på vattnet"*

*Hoppets och meningens källor  
finns inom var och en*

---

# Så här kan vi stödja

---

- ❖ Tänka trygghet
- ❖ Lindra symtom
- ❖ Slå vakt om kontinuitet
- ❖ Vara lyhörda för den andres behov
- ❖ Ställa oss frågan ”För vems skull?”



# Så här kan vi stödja (forts.)

---

- ❖ När ni undrar över något - ställ öppna frågor
- ❖ Normalisera och informera
- ❖ Vara närvarande
- ❖ Lugn smittar

# Referenser

---

*L Björklund. Modet att ingenting göra, en bok om det svåra mötet. Libris 2003.*

*V Frankl. Livet måste ha mening. Natur och Kultur 2007.*

*C Håkansson, J Öhlén: Connectedness at the End of Life Among People Admitted to Inpatient Palliative Care. Am. Journal of Hospice & Palliative Medicine. 2016, 33(1) sid. 47-54.*

*C Nierop van Baalen m.fl. Hope dies last. A qualitative study into the meaning of hope for people in a palliative phase. European Journal of Cancer Care, 2016, 25, sid.570-579.*

*P Salander. Den kreativa illusionen. Om cancersjuka och anhöriga – om utsatthet och bemötande. Studentlitteratur 2003.*

*L Sand, P Strang. När döden utmanar livet. Om existentiell kris och coping i palliativ vård. Natur och Kultur, 2013 och 2014.*

*Socialstyrelsen. Barn med uppgivenhetssyndrom. En vägledning för personal inom socialtjänst och hälso- och sjukvård. [www.socialstyrelsen.se](http://www.socialstyrelsen.se) 2013.*