



Linnéuniversitetet

Kalmar Växjö

Att upprätthålla hopp, mening och långsiktighet i det professionella arbetet med vuxna personer som har ett skadligt bruk och beroende

En socialpedagogisk kvalitativ intervjustudie med professionella



Författare: Alva Eneqvist & Maja Samuelsson

Handledare: Jenny Westerlund

Examinator: Mikael Dahlberg

Lärosäte: Linnéuniversitetet

Termin: 6

Ämne: Socialpedagogik

Nivå: Kandidatnivå



Abstrakt

Syftet med denna studie är att bidra med kunskap om hur personal i verksamheter inom skadligt bruk och beroende beskriver att de hanterar och upprätthåller professionellt hopp, mening och långsiktighet i arbetet med vuxna personer som har ett skadligt bruk och beroende. Studien utgår från en kvalitativ ansats, hermeneutisk vetenskapsteoretisk grund. Datamaterialet samlades in genom fem semistrukturerade intervjuer med yrkesverksamma inom skadligt bruk och beroende, däribland behandlare, enhetschef och KBT-terapeut. Materialet analyserades med hjälp av kvalitativ innehållsanalys. Resultatet indikerar att hopp och mening utgör centrala drivkrafter i det professionella arbetet och är nära kopplat till relationer mellan personal och klient. Små framsteg, realistiska mål och tillitsfulla relationer framträder som viktiga faktorer för att personalen ska upprätthålla professionellt hopp i arbetet. Samtidigt beskrivs arbetet som emotionellt krävande, där återfall, komplex problematik och organisatoriska begränsningar kan utmana personalens upplevelse av mening och framtidstro. Studien visar även att strategier så som kollegialt stöd, reflektion, egenomsorg och professionell erfarenhet är betydelsefulla för att kunna bibehålla hopp och långsiktighet i arbetet. Sammanfattningsvis belyser studien att upprätthållandet av hopp och mening är en central del av det professionella arbetet inom skadligt bruk och beroende och en viktig förutsättning för ett hållbart och långsiktigt stöd till personer med beroendeproblematik.

Nyckelord

Beroendeproblematik, professionellt arbete, hållbart socialt arbete, hopp, meningsskapande, långsiktighet och resiliens

Tack

Vi önskar att tacka alla de informanter som vänligt ställde upp och deltog i vår studie. Vi uppskattar att ni tog er tid att delta och gjorde ert yttersta för att besvara våra frågor. Vi vill också framföra ett stort tack till vår handledare, Jenny Westerlund för den tid, stöttning och vägledning vi fått under processen.



Innehåll

Abstrakt	1
1. Inledning	3
1.1 Syfte och Frågeställningar	5
1.1.1 Syfte	5
1.1.2 Frågeställningar.....	5
2. Bakgrund	5
2.1 Verksamheter inom skadligt bruk och beroende som kontext	5
2.2 Avgränsning av begreppet skadligt bruk och beroende	5
2.3 Mening och hopp - Begreppsliga utgångspunkter	6
2.4 Hopp och meningsfullhet i verksamheter inom skadligt bruk och beroende	6
2.5 Långsiktiga beroendeprocesser och personalens roll	7
3. Tidigare forskning	7
3.1 Professionellt hopp	7
3.2 Professionell mening	8
3.3 Strategier för att bibehålla hopp och mening i långsiktiga beroendeprocesser med vuxna personer med skadligt bruk och beroende	9
4. Teoretisk utgångspunkt	10
4.1 Positiv psykologi	11
4.2 Teorin om hopp	11
4.2.1 Mål (goals)	12
4.2.2 Viljestyrka (willpower)	12
4.2.3 Vägkraft (waypower)	12
4.3 Teorin i relation till studiens syfte	13
5. Metod	14
5.1 Metodologiska utgångspunkter/metodval	14
5.2 Studiens urval	15
5.3 Databeskrivning och bearbetning av data	15
5.4 Kvalitetskriterier:	15
5.4.1 Trovärdighet	15
5.4.2 Tillförlitlighet	16
5.4.3 Överförbarhet	16
5.5 Forskningsetiska överväganden	16
6. Resultat och analys	17
6.1 Hopp i arbetet	17
6.1.1 Hopp som drivkraft och professionell uppgift	17
6.1.2 Utmaningar och resurser i att bibehålla professionellt hopp	18
6.2 Analys av hopp i arbetet	19
6.3 Mening och meningsfullhet i arbetet	20
6.3.1 Personalens upplevelse och källor till meningsfullhet	20
6.3.2 Emotionella och organisatoriska utmaningar för meningsfullhet	21
6.4 Analys av mening och meningsfullhet i arbetet	21
6.5 Strategier för att bibehålla hopp och mening i långsiktiga beroendeprocesser med vuxna personer med skadligt bruk och beroende	22



6.5.1	Egenomsorg och emotionell reglering _____	22
6.5.2	Kollegialt stöd och handledning _____	23
6.5.3	Kunskap, erfarenheter och acceptans som grund för hopp och mening _____	23
6.5.4	Att bibehålla professionellt hopp och mening i långsiktiga behandlingsprocesser _____	25
6.6	Analys av strategier för att bibehålla hopp och mening _____	26
7.	Diskussion _____	27
7.1	Resultatdiskussion _____	27
7.1.1	Hopp som professionell uppgift och relationell process _____	28
7.1.2	Mening som drivkraft och sårbar resurs _____	28
7.1.3	Långsiktighet i en icke-linjär förändringsprocess _____	29
7.2	Metoddiskussion _____	30
8.	Slutsatser och implikationer _____	31
8.1	Slutsatser _____	31
8.2	Implikationer _____	31
8.2.1	Förslag för vidare forskning _____	32
	Referenser _____	32
	Intervjuguide (Bilaga 1) _____	35
	Missivbrev (Bilaga 2) _____	37



1. Inledning

Skadligt bruk av alkohol och andra substanser utgör enligt World Health Organization (WHO) ett betydande globalt folkhälsoproblem med omfattande konsekvenser för både fysisk och psykisk hälsa samt social funktion. WHO framhåller att substansbruk i stor utsträckning bidrar till global sjukdomsburda och förtida dödlighet samt påverkar individens livsvillkor och samhällets välfärd (WHO 2024 s. 15–16).

I Sveriges nationella riktlinjer betonas att vård och stöd vid substansbruk och beroende bör präglas av kontinuitet, långsiktighet och ett personcentrerat förhållningssätt. Personalens bemötande och relationella arbete utgör centrala komponenter i behandlingsprocessen (Socialstyrelsen 2019 s. 59–63). Riktlinjerna framhåller vidare att insatser ofta behöver vara samordnade och uthålliga över tid då förändringsprocesser vid beroendetillstånd kan vara långvariga och präglas av återkommande behov av stöd. Personalens uppgift innefattar därför inte enbart att genomföra specifika behandlingsinsatser utan även att bidra till motivation, delaktighet och förutsättningar för långsiktig förändring hos individen (Socialstyrelsen 2019 s. 17–21, 63–65).

Arbete med långvariga och komplexa tillstånd kräver ofta att personalen kan stödja klienters motivation och hantera ambivalens i förändringsprocessen. Sådana situationer kan vara emotionellt krävande och utmanande. Personal som arbetar inom området kan behöva utveckla strategier för att hantera svåra vårdssituationer samt bibehålla engagemang och uthållighet i yrkesrollen (Miller & Rollnick 2013 s. 8–12).

Mot denna bakgrund kan arbetet även förstås i ett socialpedagogiskt perspektiv. Inom socialpedagogiken betonas betydelsen av relationella och vardagsnära handlingar i mötet med människor i utsatta livssituationer. Socialpedagogisk handling beskrivs som situerad och kontextbunden, där professionellas bemötande, omdöme och närvaro har en central betydelse för hur stöd och förändring möjliggörs (Molin & Bolin 2018 s. 15–18). Perspektivet framhåller att utveckling sker i samspel mellan individ och omgivning och att yrkesutövaren kontinuerligt tolkar och agerar i komplexa sammanhang (Molin & Bolin 2018 s. 23–27). Utifrån detta kan arbete med att upprätthålla hopp, mening och långsiktighet förstås som en integrerad del av det vardagliga relationsarbetet i verksamheter inom skadligt bruk och beroende.

Trots personalens centrala roll i arbetet inom skadligt bruk och beroende finns det en begränsad kunskap om hur yrkesverksamma själva beskriver sitt arbete med att upprätthålla professionellt hopp, mening och långsiktighet i mötet med personer med beroendeproblematik. Det saknas särskilt kunskap om hur detta hanteras i det dagliga arbetet och vilka strategier personal utvecklar i praktiken. Detta aktualiserar behovet av att synliggöra hur professionella själva förstår och ger form åt dessa aspekter i sitt arbete. En fördjupning kan bidra till en mer nyanserad förståelse av samspelet mellan relationella och praktiska aspekter i arbetet. Denna förståelse kan även möjliggöra en tydligare beskrivning av komplexiteten i arbetets vardag.



1.1 Syfte och Frågeställningar

1.1.1 Syfte

Syftet med studien är att bidra med kunskap om hur personal i verksamheter inom skadligt bruk och beroende beskriver att de hanterar och upprätthåller professionellt hopp, mening och långsiktighet i arbetet med vuxna personer med beroendeproblematik. Studiens fokus ligger på att undersöka personalens professionella erfarenheter och strategier.

1.1.2 Frågeställningar

1. Hur beskriver personal i verksamheter inom skadligt bruk och beroende sina erfarenheter av att bibehålla sitt professionella hopp, mening och långsiktighet i arbetet med vuxna personer med skadligt bruk och beroende?
2. Vilka utmaningar möter och vilka strategier använder personal inom skadligt bruk och beroende för att upprätthålla professionellt hopp, mening och långsiktighet?

2. Bakgrund

2.1 Verksamheter inom skadligt bruk och beroende som kontext

Skadligt bruk och beroende utgör ett omfattande samhällsproblem i Sverige och berör såväl individer som deras närstående och de professionella som arbetar inom skadligt bruk och beroende. Enligt Socialstyrelsen var det år 2024, 6016 personer som fick frivillig institutionsvård och 730 personer tvångsvårdades för skadligt bruk och beroende (Socialstyrelsen 2025). Detta visar att många vuxna har ett skadligt bruk eller beroende av andra droger och att behovet av vård och stödinsatser därför är stort. Beroendeproblematik kännetecknas ofta av långvariga vårdprocesser, återfall och komplexa livssituationer där förändring sällan sker linjärt eller snabbt. Även andra statliga utredningar visar att personer med tungt skadligt bruk och beroende ofta är i behov vård och stöd som sträcker sig över en lång tid. Detta involverar flera aktörer där stabila relationer och kontinuitet i vården är avgörande för möjligheten till en stabil förändring (Regeringen 2025).

Personer med skadligt bruk och beroende kan befinna sig i situationer präglade av hopplöshet, låg framtidstro och upprepade misslyckanden i tidigare behandlingsförsök. Denna kontext påverkar inte endast individen i behandling utan ställer även höga krav på personal inom skadligt bruk och beroende som dagligen möter långsamma förändringsprocesser och återkommande återfall. Att arbeta i en sådan miljö kan påverka personalens hopp och meningsfullhet i arbetet.

2.2 Avgränsning av begreppet skadligt bruk och beroende

I föreliggande studie används begreppet skadligt bruk och beroende med fokus på substansrelaterat beroende, det vill säga skadligt bruk och beroende av alkohol och



substanser. Andra former av beroende såsom spelberoende eller andra beteendemässiga beroenden omfattas inte av studien. Avgränsningen görs för att förtydliga studiens fokus samt att skadligt bruk och beroende som kontext relaterat till alkohol och droger ofta kännetecknas av långvariga förändringsprocesser, återfall och psykosociala behov. Det är inom denna kontext som studien undersöker personalens upplevelser av hopp, mening och långsiktigt förändringsarbete.

2.3 Mening och hopp - Begreppsliga utgångspunkter

Att uppleva mening i livet betraktas som en grundläggande mänsklig drivkraft och kan inte enbart förstås i termer av lycka och välbefinnande. Mening handlar snarare om upplevelsen av det man gör har betydelse och ett värde både för individen själv och i relation till andra. Rudman (2025) beskriver mening som något som skapas genom engagemang, lärande och genom att bidra till något större än individen själv. Mening kan därmed förstås som en upplevelse av sammanhang och syfte snarare än ett ständigt tillstånd av positivitet.

I denna studie skiljs begreppen mening och meningsfullhet åt. Med mening avses den betydelse eller innebörd som tillskrivs en erfarenhet, handling eller situation. Meningsfullhet syftar däremot på individens upplevelse av att något är betydelsebärande och värdefullt. Medan mening kan beskrivas som det innehåll som skapas eller tolkas, handlar meningsfullhet om hur detta innehåll upplevs eller erfaras (Ledarna u.å.).

Hopp kan på ett övergripande plan definieras som en tilltro till att förändring är möjlig även i situationer präglade av osäkerhet och motgångar. Inom vård- och behandlingssammanhang lyfts hopp fram som en central faktor för motivation och uthållighet i förändringsprocesser. Hopp innebär dock inte en garanti för snabba eller varaktiga resultat utan kan snarare förstås som en orientering mot framtiden trots återfall och bakslag i förändringsprocesser.

Dessa begrepp utgör de centrala analytiska utgångspunkterna i föreliggande studie och används för att förstå personalens erfarenheter inom skadligt bruk och beroende.

2.4 Hopp och meningsfullhet i verksamheter inom skadligt bruk och beroende

Att arbeta med hopp i verksamheter inom skadligt bruk och beroende innebär ofta att hantera situationer där förändring tar längre tid eller tillfälligt uteblir. Detta kan påverka personalens professionella engagemang och upplevelse av meningsfullhet i arbetet. Hopp inom behandling beskrivs som möjligt genom individanpassad vård som omfattar psykologiska, sociala och medicinska insatser. När framsteg är svåra att identifiera riskerar arbetet upplevas som mindre meningsfullt vilket i sin tur kan påverka vårdrelationen och kvaliteten i insatserna (psykiatriker 2025).

Trots att hopp, mening och långsiktighet lyfts fram som centrala begrepp inom skadligt bruk och beroende och socialpedagogiskt arbete finns det begränsad kunskap om hur dessa begrepp förstås och hanteras i det dagliga arbetet av personal inom verksamheten (Psykiatriker 2025). Det saknas även tillräckligt med belysning



av hur arbetet med långsamma och osäkra förändringsprocesser påverkar personalens yrkesroll, motivation och professionella engagemang.

Mot denna bakgrund framstår forskningsområdet som relevant att undersöka. En fördjupad förståelse för hur personal inom skadligt bruk och beroende beskriver och erfar sitt arbete med att upprätthålla hopp, mening och långsiktiga vårdprocesser kan bidra till en ökad kunskap om de professionella förutsättningarna som krävs för ett hållbart och kvalitativt socialpedagogiskt arbete.

2.5 Långsiktiga beroendeprocesser och personalens roll

Studien utgår från personalens, det vill säga de professionellas perspektiv. Fokus ligger således på hur de yrkesverksamma uppfattar och beskriver fenomenet. Samtidigt berörs klientperspektivet i viss utsträckning då dessa perspektiv är nära sammanlänkande i praktiken och svåra att helt separera från varandra.

Beroendeproblematik hos vuxna personer kännetecknas ofta av återfall, långsamma förändringsprocesser och en bristande framtidstro. För personer i beroende kan känslan av mening vara svår att upprätthålla samtidigt som hopp om en förändring utgör en avgörande faktor för motivation och behandlingsengagemang. I detta sammanhang får personalens roll en central betydelse. Personal i verksamheter inom skadligt bruk och beroende förväntas inte enbart stödja klientens förändringsprocess utan behöver även förhålla sig till sin egen upplevelse av hopp, mening och motivation i arbetet. Att själv kunna upprätthålla hopp om förändring framstår som en viktig professionell förutsättning (Miller och Rollnick 2013 s. 8–13).

Inom socialpedagogiskt arbete betonas relationens betydelse samt vikten av långsiktighet och kontinuitet i stödinsatserna. Samtidigt är rehabilitering vid problematiskt bruk av rusmedel i många fall långvarig och präglas av insatser som ofta är tidsmässigt avgränsade eller sker vid enstaka tillfällen (Johansson et.al 2017 s. 293). Beaulieu (2021 s. 1–3) betonar att långsiktigt stöd inom socialt arbete är en förutsättning för förändring, då kortsiktiga insatser sällan fångar den komplexitet som ofta präglar individens situation.

En statlig utredning framhåller också att personer med skadligt bruk och beroende ofta är i behov av uthålliga behandlingsprocesser där stabila relationer och kontinuerligt stöd möjliggör förändring över tid (Regeringen 2025). Långsiktighet kan därmed förstås som en central komponent i arbetet med både hopp och mening.

3. Tidigare forskning

I kapitlet om tidigare forskning presenteras forskning som är relevant för studiens syfte. Särskilt fokus riktas mot personalens perspektiv i relation till begreppen hopp och mening, samt hur dessa relaterar till långsiktighet och strategier i arbetet.



3.1 Professionellt hopp

Tidigare forskning pekar på att hopp är sammanlänkat med både professionell identitet och relationella aspekter inom socialt arbete. Cooks et al. (2025 s. 998) kvalitativa studie undersöker via semistrukturerade intervjuer vad som bidrar till att erfarna socialarbetare stannar kvar i yrket över tid. Ett område som studien lyfter fram som centralt, till följd av bristen på erfarna socialarbetare, är hur detta kan påverka kvaliteten i arbetet. En stark professionell identitet hos erfarna socialarbetare kan fungera som ett skydd mot arbetets påfrestningar och bidra till att yrkesverksamma stannar kvar i yrket. För socialarbetarna i denna studie var stöd från kollegor och chefer ofta avgörande för om de valde att lämna eller stanna kvar efter en kritisk karriärhändelse. Denna professionella identitet beskrivs som en integrerad helhet där personliga och professionella värden samspelar med etik, uppdrag och meningsskapande som centrala komponenter (Cook et al. (2025 s.1002).

Brekke et al. (2017 s. 53) belyser i sin kvalitativa studie hur personer med psykisk ohälsa och substansbruk eller beroende upplever relationer till yrkesverksamma. Studien visar också vilka aspekter av dessa relationer som bidrar till återhämtning. Betydelsen av relationella faktorer framträder även i forskning om terapeutiska allianser. Tillit beskrivs som en grundläggande förutsättning för att andra insatser ska kunna förmedlas, och hoppfullhet samt kärleksfull omsorg kan också relateras till de gemensamma faktorer som inom psykoterapiforskningen förklarar effekter bortom specifika behandlingsmetoder. Dessa faktorer är nära kopplade till behandlarens förhållningssätt såsom empati och ett positivt bemötande. Brekke et al. (2017 s.62) beskriver hur teman som ”kärleksfull omsorg” överlappar med begrepp som ”vänliga handlingar”, ”mänsklig värme” och ”delad mänsklighet”. Dessa begrepp framträder i förstapersonsberättelser om hjälpsamma relationer vid samsjuklighet och svår psykisk ohälsa. Samtidigt framkommer det att oprofessionellt beteende, såsom rollförvirring, bristande fokus eller slarv, upplevs som ohjälpsamt och kan undergräva tillit och hopp i relationen.

Vår studie belyser hur professionella inom socialt arbete beskriver och hanterar hopp i sitt dagliga arbete. Vidare avser studien att undersöka personalen inom verksamheter med skadligt bruk och beroende uppfattar professionellt hopp samt huruvida de anser att detta är betydelsefullt i arbetet.

Enligt Feldmans et al. (2022 s.232) studie beskriver personal i studien att hopp är associerat med lägre nivåer av utbrändhet och en högre grad av livstillfredsställelse. Vidare visar deras studie att patienter ofta uppger som ett önskemål att personal ska förmedla hopp i sin kommunikation. Feldman et al. (2022 s.232) lyfter även vikten av en hoppfull kommunikation mellan patient och personal. Detta nämns också i ett flertal andra studier enligt Feldman et al. Trots att det nämns i andra studier är det en brist på forskning om hur personal själva definierar och förstår begreppet hopp.

Sammantaget kan hopp, enligt Feldman et al. (2022 s.235), beskrivas som framtidsorienterat, målinriktat och av kognitiv karaktär. Mer specifikt innefattar hopp tankar eller föreställningar som ger motivation och olika strategier för att nå individens framtida mål, vilket i sin tur leder till upplevelser av att dessa mål är mer sannolika att uppnås.



3.2 Professionell mening

Tønnessen et al. 2023 genomför en tvåparts kvalitativ analys av förståelsen av meningsfullhet både i arbetet med individer med psykisk ohälsa och substansbruk, samt personal som arbetar med dessa. I artikeln framkommer det en definition av meningsfullhet som en grundläggande känsla av mening baserat på en bedömning av det egna livet som sammanhängande betydelsefullt, riktat och präglat av tillhörighet (Tønnessen et al. 2023 s.135). Studien visar samtidigt att personalens upplevelse av meningsfullhet i arbetet har ett nära samband med relationella aspekter såsom möjligheten att bidra till andras återhämtning, att använda egna erfarenheter och värderingar i arbetet, samt att uppleva ömsesidighet med brukarna. För vissa i personalen beskrivs meningsfullhet som förknippad med att "ge tillbaka" det stöd de tidigare själva tagit emot, vilket också skapar en känsla av delaktighet och ansvar i relationen. Samtidigt framkommer det en spänning mellan en professionell diskurs där personalens uppgift främst förstås som att ge stöd till andra och en mer relationell förståelse där personalens egen meningsfullhet också ges utrymme (Tønnessen et al. 2023 s.147).

Curtis och Eby (2010 s.1) undersöker sambandet mellan beroendebehandlares egen erfarenhet av tillfrisknande från substansbruk, social identitet och arbetsrelaterat engagemang. Författarna menar att egen erfarenhet av tillfrisknande stärker den professionella identiteten och bidrar till ökad mening och långsiktighet i yrkesrollen snarare än till lojalitet gentemot en specifik arbetsorganisation. Vidare framgår det att resultatet i studien är att behandlares egna erfarenheter av tillfrisknande har betydelse för graden av arbetsrelaterat engagemang i verksamheter inom skadligt bruk och beroende. Behandlare med sådan erfarenhet visar signifikant högre nivåer av affektivt engagemang i professionen. Detta starka emotionella engagemang innebär att de i högre grad identifierar sig med sitt yrke, upplever motivation att verka inom området och ser sin professionella roll som en viktig del av sin självbild (Curtis & Eby 2010 s. 6).

Barbieri et al. (2016) undersöker hur professionella på ett stödboende för personer med psykisk ohälsa och substansbruk förstår och arbetar med meningsfullhet i de boendes vardagsliv. Studien är kvalitativ och bygger på intervjuer. Hoppets betydelse kan vidare förstås utifrån dess olika former. Barbieri et al. (2016 s. 376) beskriver hopp både som ett beteendemässigt drag och som ett situationsbundet tillstånd. Det beteendemässiga hoppet avser en relativt stabil egenskap över tid. Tillståndshopp är knutet till specifika situationer och är tidsbegränsat. Individer kan dra nytta av båda formerna av hopp, vilket också stöds av den begränsade variationen mellan mått på det beteendemässiga hoppet och tillståndshoppet.

3.3 Strategier för att bibehålla hopp och mening i långsiktiga beroendeprocesser med vuxna personer med skadligt bruk och beroende

Butt et al. (2022 s.1) undersöker vårdpersonals perspektiv på att vårda individer med injektionsberoende med syftet att skapa förståelse för vilka hinder som kan uppstå. Det framgår att hopp är en viktig faktor och att det kan förekomma varierande



nivåer av hopp. Det framgår vidare att informanterna kan uppleva frustration och hopplöshet efter upprepade negativa utfall med behandling för injektionsberoende. En informant beskrev bristen på exponering av framgångsrika fall såhär: *“Jag känner inte till någon som har återhämtat sig. De vi tenderar att se är de som inte klarar sig bra”* (Butt et al. 2022 s.4). Det fanns dock vissa av vårdpersonalen som var hoppfulla om behandling och var helt bekväma med att vissa patienter hade en längre vårdinsats med perioder av återfall. En i vårdpersonalen beskrev sina personliga erfarenheter som ledde till hoppfullhet trots lång vårdinsats: *“Det är lätt att tro att de aldrig kommer att återhämta sig och att det inte finns någon chans till ett bättre liv. Det hjälper att påminna oss själva om att nej, människor återhämtar sig faktiskt, och det finns ett bättre liv på andra sidan av detta.”* (Butt et al. 2022 s.4)

Enligt Barberieris et al. studie (2016 s.376) framkommer det en liknande syn på att tidsperspektivet är en betydelsefull individuell aspekt av de sociala och psykosociala faktorerna vid substansbruk och beroende. Detta visar att behandlingsprogram för drogberoende kan påverka individers framtidsperspektiv, vilket tyder på att upplevda livsomständigheter är en viktig faktor för hur framtiden uppfattas.

I Feldmans et al. (2022 s. 232–233) studie beskrivs det hur hopp är kopplat till att individen har något att “hoppas på”, det vill säga att individen har ett eller flera mål. Mål definieras som objekt och kallas “mentala handlingssekvenser” och kan avse allt en individ önskar att uppnå, göra, vara, uppleva eller skapa. Detta innebär att mänskligt beteende i stor utsträckning kan förstås i relation till olika mål.

När människor får möjlighet att stötta andra, exempelvis genom mentorskap, skapas ett större socialt sammanhang kring individens strävanden. Detta kan i längden ge en känsla av mening, personlig tillfredsställelse och omsorg. På ett liknande sätt möjliggjorde stödet till utvecklingen av ”nästa generation” för erfarna socialarbetare att hitta fortsatt mening i sitt arbete och motiverade dem att stanna kvar i yrket. Medan den tidiga karriären i huvudsak var inriktad på utvecklingen av de egna färdigheterna beskrev socialarbetarna också en ändring i fokus under de senare yrkesåren. Vidare framgår det att erfarna socialarbetare använder flera strategier för att bibehålla hopp, mening och ett långsiktigt engagemang i yrket. En central strategi är möjligheten att utveckla en specialisering inom ett intresseområde. Detta kan ge en fördjupad kompetens och stärker den professionella identiteten. Det beskrivs också hur specialisering fungerar som ett alternativ till chefsroller och möjliggör fortsatt professionell utveckling utan att lämna det klientnära arbetet helt (Cook et al.2025 s. 1001–1002).

Det framkommer också att specialisering ofta utvecklas i samband med utmanande ärenden eller kritiska karriärhändelser där nya kunskaper och färdigheter förvärvas. När organisationen tillvaratar dessa erfarenheter, och matchar arbetsuppgifter med socialarbetarnas intressen, upplevs detta som meningsfullt och motiverande. En annan strategi som lyfts är möjligheten att omförhandla graden av frontlinjearbete, exempelvis genom rådgivande eller specialistinriktade roller. Detta gör det möjligt för erfarna socialarbetare att fortsätta bidra med sin kompetens utan att bära hela belastningen av ett omfattande ärendeansvar. Detta kan sedan bidra till ökad hållbarhet och kvarstannande i yrket (Cook et al. 2025 s. 1001–1002).



4. Teoretisk utgångspunkt

I följande avsnitt kommer det teoretiska ramverket som används för att analysera studiens insamlade empiri att presenteras. Studiens syfte är att undersöka hur personal i verksamheter inom skadligt bruk och beroende beskriver och hanterar sitt arbete med att upprätthålla hopp, mening och långsiktighet i mötet med vuxna personer med beroendeproblematik. Detta med fokus på deras professionella erfarenheter och strategier. För att skapa en teoretisk förståelse för hur hopp och mening kan utgöra en del av behandlingsarbetet har teorin om hopp valts som teoretisk utgångspunkt. Teorin om hopp utgår från den positiva psykologin och nedan beskrivs teorins rötter, dess utgångspunkter och begrepp, samt hur teorin relateras till studiens syfte.

4.1 Positiv psykologi

Positiv psykologi är en inriktning inom psykologin som växte fram under slutet av 1990-talet. Inriktningen utvecklades som en reaktion mot psykologins traditionella fokus på psykisk ohälsa, problem och brister. Istället betonas vikten av att studera människans styrkor, resurser och förmågor, samt att studera de faktorer som bidrar till välbefinnande, mening och ett fungerande liv.

Inom positiv psykologi betraktas individen som aktiv och handlande med en möjlighet att påverka sin livssituation även under svåra omständigheter. Centrala begrepp är hopp, optimism, resiliens, motivation och meningsskapande. Fokus ligger inte på att förneka lidande utan att förstå hur människor kan utveckla psykologiska resurser som möjliggör återhämtning och långsiktig utveckling (Helsingfors universitet u.å).

C.R Snyders (1994) teori om hopp är en del av denna teoretiska tradition. Hope Theory kan förstås som ett konkret exempel på hur positiv psykologi definierar ett mänskligt styrkebegrepp. I stället för att se hopp som enbart en känsla beskriver Snyder (1994) detta som en kognitiv och målinriktad process som innefattar individens förmåga att formulera mål, uppleva motivation att nå dem och identifiera vägar framåt. Genom att placera teorin om hopp inom positiv psykologi tydliggörs inte enbart ett fokus på svårigheter inom beroendeproblematik utan även en betoning på resurser och strategier som kan främja förändring. I en kontext där återfall och motgångar är vanligt förekommande blir ett styrkebaserat perspektiv särskilt relevant. Positiv psykologi möjliggör därmed ett analytiskt fokus på hur hopp och mening kan stärkas både hos personal och klienter snarare än enbart på problemens omfattning.

4.2 Teorin om hopp

Hope Theory utvecklades av psykologen C. R. Snyder och presenteras i *The Psychology of Hope* (1994). Hopp är en summering av mental viljestyrka och vägkraft som individen har för att nå sina mål. Teorin utgår från att hopp är en kognitiv och målinriktad process snarare än enbart en känsla. Enligt Snyder består



hopp av tre centrala komponenter: mål (goals), viljestyrka (willpower) och vägkraft (waypower) (Snyder 1994 s. 5).

4.2.1 Mål (goals)

Mål är de objekt, erfarenheter eller resultat som individer föreställer sig och strävar efter att uppnå. Det kan vara konkreta och tydliga mål men också abstrakta och långsiktiga. För att bidra till hopp behöver målen vara personligt meningsfulla och upplevas som möjliga att uppnå. Oavsett vilken form målen har fungerar dessa som riktpunkter för individens tänkande och handlande. Inom teorin om hopp ses mål som en nödvändig utgångspunkt både för motivation och handlande då de ger riktning åt individens ansträngningar. Alla mål väcker dock inte automatiskt hopp hos individen. Hopp uppstår först när ett mål upplevs som meningsfullt och när individen ser det som realistiskt att uppnå. Om sannolikheten att uppnå målet upplevs som obefintlig, saknas hopp eftersom utfallet redan i förväg känns avgjort. Om målet å andra sidan upplevs som helt säkert att uppnå behövs inte heller hopp då resultatet redan anses givet för individen. Hoppet befinner sig alltså i mellanrummet mellan omöjlighet och fullständig säkerhet (Snyder 1994 s. 6).

Detta innebär att hopp är kopplat till osäkerhet men inte hopplöshet. Människan hoppas på sådant som är viktigt för individen och där det finns någon som helst chans att målet kan uppnås, även om vägen dit inte alltid är garanterad. Mål är alltså inte enbart slutpunkter i individens liv utan också centrala element i hur människan tänker, planerar och finner mening. Hopp uppstår när viktiga mål upplevs som möjliga men inte garanterade. Det är just denna balans som motiverar individen att fortsätta framåt (Snyder 1994 s. 5).

4.2.2 Viljestyrka (willpower)

Viljestyrka är den drivande faktorn i individen som bidrar till att bibehålla hopp över tid. Begreppet avser individens upplevda förmåga och motivation att sträva efter sina mål samt viljan att omsätta intentioner i handling. Det handlar inte enbart om att vilja något, utan om övertygelsen att man kan påbörja, fortsätta och fullfölja handlingar som leder mot det eftersträvade målet. I detta ligger en upplevelse av handlingskraft och riktning, där individen uppfattar sig själv som aktivt deltagande i sin egen utveckling. Tron på den egna kapaciteten att agera blir därmed central, särskilt i situationer där hinder eller motgångar uppstår. En hög grad av viljestyrka innebär att individen upplever kontroll över sitt handlande och upprätthåller motivationen även när processen kräver ansträngning eller uthållighet. Viljestyrka kan därför förstås som den inre drivkraft som gör det möjligt att fortsätta framåt, trots svårigheter, och att hålla fast vid sina mål även när vägen dit är utmanande (Snyder 1994 s. 6–7).

4.2.3 Végkraft (waypower)

Végkraft handlar om individens förmåga att föreställa sig möjliga vägar för att nå sina mål. Det är den mentala process där individen planerar hur denne ska ta sig från den nuvarande situationen fram till målbilden. Det kan ses som individens förmåga att hantera och skapa strategier för att nå sina mål. Detta inkluderar både planering och förmågan att hitta alternativa vägar när den ursprungliga planen inte fungerar. När individen har en hög vägkraft kan denne identifiera flera alternativa vägar mot



ett och samma mål. Om hinder uppstår på vägen hittas en ny strategi istället för att fastna. Denna flexibilitet är central eftersom verkliga mål sällan nås via en rak väg. Vägkraft innebär alltså inte enbart planering utan också problemlösning och anpassningsförmåga.

Vägkraft stärks när individen aktivt engagerar sig genom att tänka igenom mål och möjliga vägar dit. Den blir särskilt viktig när mål upplevs betydelsefulla eller komplexa eftersom sådana mål kräver mer eftertanke och medveten planering. Genom att föreställa sig konkreta steg, möjliga hinder och alternativa vägar ökar individens upplevda kontroll över processen. Individens vägkraft utvecklas över tid och genom mer erfarenhet av att planera, pröva strategier och lösa problem så utvecklas individens förmåga att skapa fungerande vägar mot målen. Genom detta är inte reflektion och planering ett hinder för handling utan kan istället förstås som själva förutsättningen.

Enligt teorin om hopp är det centralt att individen upplever att det finns flera möjliga handlingsvägar vilket bidrar till att hopp kan upprätthållas trots bakslag. Hopp uppstår när individen både tror på sin förmåga att påverka sin situation och upplever att det finns möjliga strategier för att ta sig framåt även när hinder uppstår. Teorin betonar därmed hopp som en dynamisk process som kan förändras över tid och påverkas av både inre och yttre faktorer (Snyder 1994 s. 7–8).

4.3 Teorin i relation till studiens syfte

I arbetet inom skadligt bruk och beroende är teorin om hopp särskilt relevant då personer med beroendeproblematik ofta möter återfall, motgångar och svårigheter att upprätthålla framtidstro. I en sådan kontext blir hopp inte enbart en känsla utan en avgörande psykologisk resurs för att orka fortsätta arbetet mot förändring. Enligt Snyder (1994) består hopp både av viljestyrka och vägkraft vilket innebär att individen behöver uppleva både motivation att nå sina mål och möjliggöra vägar att ta sig dit.

I relation till studiens syfte kan personalens arbete å ena sidan förstås som en process där de aktivt bidrar till att stärka dessa komponenter hos klienterna. Detta kan till exempel genom att formulera realistiska och meningsfulla mål, synliggöra framsteg samt att hjälpa till att identifiera alternativa strategier när hinder uppstår. På så sätt blir personalens arbete inte enbart behandlande i traditionell mening utan också ett arbete att skapa och upprätthålla framtidstro.

Å andra sidan riktar studiens fokus mot personalens egna erfarenheter av att upprätthålla hopp, mening och långsiktighet. Här blir teorin om hopp ett analytiskt verktyg för att förstå hur personalens professionella hållbarhet kan relateras till vägkraft och viljestyrka. Att bibehålla hopp och mening i arbetet kan exempelvis handla om att uppleva handlingsutrymme i sin yrkesroll samt att kunna se flera möjliga vägar framåt i arbetet med klienter även vid motgångar.

Mening kan i detta sammanhang förstås som en central komponent i teorin om hopp (C.R. Snyder 1994). När personalen upplever att deras arbete bidrar till förändring kan detta tolkas som att de professionella målen framstår som betydelsefulla och



möjliga att påverka. En sådan upplevelse av mening är nära kopplad till utvecklingen av både viljestyrka och vägkraft då meningsfulla mål kan öka motivationen att investera energi i förändringsprocessen. Samtidigt underlättar en tydlig känsla av mening individens förmåga att identifiera och engagera sig i olika vägar framåt, även när hinder uppstår.

I linje med detta kan brist på upplevd effekt eller handlingsutrymme leda till att målen framstår som mindre meningsfulla, vilket riskerar att försvaga både viljestyrkan och förmågan att se möjliga vägar framåt. Att arbeta med att synliggöra mening blir därmed centralt, exempelvis genom att knyta mål till individens värderingar, livssituation och önskade framtid. Inom arbetet med skadligt bruk och beroende kan detta innebära att uppmärksamma små framsteg, stärka individens upplevelse av sammanhang samt tydliggöra hur förändring bidrar till något som upplevs viktigt i livet. På så sätt framträder mening som en integrerad del av hoppets process där den fungerar som en förstärkande faktor för både riktning och uthållighet i förändringsarbetet.

5. Metod

Nedan presenteras studiens metod och tillvägagångsätt. Avsnittet inleds med en beskrivning av de metodologiska utgångspunkterna och en beskrivning av vald metod. Därefter redogörs det för studiens urval, datainsamling och bearbetning av data. Kvalitetskriterier som är av vikt i studien samt vilka forskningsetiska överväganden som informanterna varit delaktiga i kommer också att nämnas i kommande avsnitt.

5.1 Metodologiska utgångspunkter/metodval

Studien grundar sig i hermeneutisk vetenskapsteori där kvalitativa metoder har använts för att uppnå studiens syfte. Hermeneutiken utgår från att förstå och tolka mänskliga handlingar, erfarenheter och meningsskapande i sitt sammanhang (Bryman 2025 s. 46). Eftersom denna studie fokuserar på hur professionella uppfattar och arbetar med hopp, mening och långsiktighet i beroendeprocesser, är en tolkande ansats relevant. Det handlar inte enbart om att beskriva vad som görs utan också att förstå hur och varför det görs samt vilken betydelse dessa begrepp ges i praktiken.

Genom semistrukturerade intervjuer ges utrymme för deltagarnas egna beskrivningar, reflektioner och tolkningar av sitt arbete. Hermeneutiken betonar den så kallade hermeneutiska cirkeln, där förförståelse utvecklas genom ett växelspel mellan del och helhet (Bryman 2025 s. 46–47). I denna studie innebär det att enskilda utsagor från intervjupersonerna tolkas i relation till deras yrkesroll, organisatoriska sammanhang och den bredare kontexten av skadligt bruk och beroende.

Kvalitativ metod har valts eftersom studien syftar till att fånga upplevelser och erfarenheter snarare än att mäta eller definiera fenomen. Kvalitativ forskning har kopplingar till fenomenologin som betonar förståelsen av sociala fenomen ur individers perspektiv och hur världen uppfattas och erfars av dem (Bryman 2025 s.



47). Detta är centralt i studien då fokus ligger på hur yrkesverksamma skapar och upprätthåller mening och hopp i arbetet med personer i beroendeprocesser.

Valet av hermeneutik motiveras således av studiens syfte att tolka och förstå hur olika professionella arbetar med att bibehålla hopp, mening och långsiktighet i beroendeprocesser. Eftersom dessa begrepp är subjektiva och kontextbundna krävs en vetenskapsteoretisk ansats som möjliggör djupgående tolkning snarare än generaliserbara förklaringar (Bryman 2025 s. 426).

5.2 Studiens urval

Urvalet i denna studie har gjorts genom ett målstyrt urval. Studien fokuserar på yrkesverksamma inom skadligt bruk och beroende då dessa bedöms vara särskilt relevanta med centrala erfarenheter för att besvara studiens syfte och frågeställningar. Urvalskriterierna var att deltagarna skulle arbeta med vuxna personer med beroendeproblematik samt ha erfarenhet av behandlingsarbete och stödinsatser inom skadligt bruk och beroende. Detta för att säkerställa att informanterna hade praktisk erfarenhet av att arbeta med att upprätthålla hopp, mening och långsiktighet i mötet med målgruppen (Bryman 2025 s. 461).

Totalt intervjuades 5 personer med yrkesroller såsom enhetschef, behandlare och KBT- terapeut. Deltagarna var verksamma inom både kommunala och privata verksamheter inom skadligt bruk och beroende. Urvalet avgränsades till personal med erfarenhet av arbetet med vuxna klienter vilket innebär att verksamheter riktade mot barn och ungdomar inte inkluderades. Denna avgränsning gjordes för att möjliggöra en fördjupad analys inom ramen för studiens syfte.

5.3 Datainsamling och bearbetning av data

Data samlades in genom fem semistrukturerade individuella intervjuer som varade mellan 20–40 minuter. Intervjuerna spelades in med deltagarnas samtycke och transkriberades sedan ordagrant. Det transkriberade materialet bearbetades genom en kvalitativ innehållsanalys där texten först lästes igenom upprepade gånger för att skapa en helhetsförståelse av materialet. Därefter identifierades relevanta delar av materialet som kodades och grupperades i kategorier och teman som speglade återkommande mönster i intervjuerna. Analysen genomfördes stegvis genom en iterativ process där materialet och analysen bearbetades parallellt (Bryman 2025 s.438–439). Intervjuerna utgick från en semistrukturerad intervjuguide som utformades i förväg baserat på studiens syfte och forskningsfrågor. Intervjuguiden var indelad i tre delar med fokus på hopp, mening och långsiktighet (se bilaga 1).

5.4 Kvalitetskriterier:

5.4.1 Trovärdighet

Eftersom datainsamlingen baserades på informanternas egna uttalanden var det viktigt att deras svar förstoddes och tolkades korrekt för att säkerställa studiens trovärdighet. Under intervjuerna med informanterna så innebar detta att fråga



informanterna om det fanns några oklarheter och även verifiera informanternas svar. Detta gjordes för att kunna säkerställa att informanternas svar överensstämde med resultatet som presenterades i studien (Bryman 2025 s. 430).

5.4.2 Tillförlitlighet

För att stärka studiens tillförlitlighet har målet varit att ge en fullständig redogörelse för varje fas i studiens process. Detta innebär att noggrant redovisa de val som gjordes under arbetets gång samt motivera dessa. I detta ingår studiens syfte, metod, urval, datainsamling och databearbetning. Enligt Bryman (2025 s. 446) är en detaljerad redogörelse för hur varje val gjordes och varför de gjordes på det sättet en avgörande del för att öka en studies tillförlitlighet.

5.4.3 Överförbarhet

Fem intervjuer gjordes med professionella från olika professioner i verksamheter inom skadligt bruk och beroende för att undersöka hur deras erfarenhet av att bibehålla hopp och mening i långsiktiga beroendeprocesser samt vilka strategier och utmaningar som finns med detta. Eftersom antalet informanter är begränsade kan de inte ses som representativa för alla professionella inom detta område. För att öka överförbarheten krävs fler informanter från flera professioner inom skadligt bruk och beroende. Studien bidrar till en djupare förståelse för de professionellas erfarenhet istället för att bara undersöka deras generella arbete eller behandling som de utför (Bryman 2025 s. 446).

5.5 Forskningsetiska överväganden

I vår forskning var det av stor betydelse att ta hänsyn till de etiska aspekterna när det kommer till människor och dess uppgifter. För att undvika att kränka eller skada de personer som deltog i studien var det för oss viktigt att tillämpa de fyra etiska principerna: informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet och nyttjandekravet. Dessa fyra krav togs det hänsyn till genom hela genomförandet av studien för att säkerställa en berikad forskning med vetenskaplig kvalitet (Vetenskapsrådet 2002 s. 5–6). Genom de forskningsetiska principerna informerades intervjupersonerna om studiens syfte, deras frivillighet att delta i studien samt samtyckte till att delta i studien. De delgavs även information om att uppgifterna som framkommer i studien endast skulle användas i denna studies syfte och inte till något annat.

Vi uppfyllde informationskravet genom att ge information kring studiens syfte. Detta gjordes både muntligt vid start av intervjuerna och skriftligt genom ett missivbrev (se bilaga 2). I informationsbrevet delgades information om syftet och frågeställningarna kring studien, att de var ett frivilligt deltagande och att informanterna hade rätt att avbryta om och när de ville. Brevet innehöll även information om hur intervjuerna skulle genomföras och hur studiens uppgifter skulle hanteras efteråt (Vetenskapsrådet 2002 s. 7).

Samtyckeskravet blev uppfyllt i samband med att alla informanter blev informerade om att de när som helst kunde avbryta sin medverkan om de ville och behövde då inte ange anledning (Vetenskapsrådet 2002 s. 9–10). Denna information gavs muntligt men även i information i missivbrev (se bilaga 2).



Under studiens gång har konfidentialitetskravet uppfyllts genom det Bryman (2025 s. 159–161) delger, och alla deltagaruppgifter har förvarats på ett sådant sätt att inga obehöriga ska kunna få tillgång till dessa uppgifter. Konfidentialitetskravet uppfylldes genom att identifierbara uppgifter såsom arbetsplats och namn har avidentifierats för att detta inte skulle kunna kopplas till vilka intervjupersonerna var. Efter avslutad studie och godkänd uppsats raderades allt material inklusive inspelningar och transkriberingar. Detta på grund av att all information som samlats in bara skulle användas för studiens syfte vilket enligt Vetenskapsrådet (2002 s.14) uppfyllde den etiska principen om nyttjandekravet.

6. Resultat och analys

I kommande avsnitt presenteras resultatet där rubrikerna har formats utifrån en tematisk analys kopplat till syfte och frågeställningar vilka lyder:

Syftet med studien är att bidra med kunskap om hur personal i verksamheter inom skadligt bruk och beroende beskriver att de hanterar och upprätthåller professionellt hopp, mening och långsiktighet i arbetet med vuxna personer med beroendeproblematik. Studiens fokus ligger på att undersöka personalens professionella erfarenheter och strategier.

- Hur beskriver personal i verksamheter inom skadligt bruk och beroende sina erfarenheter av att bibehålla hopp, mening och långsiktighet i arbetet med vuxna personer med beroendeproblematik?
- Vilka utmaningar möter och vilka strategier använder personal inom skadligt bruk och beroende för att upprätthålla professionellt hopp, mening och långsiktighet?
-

Resultatet grundar sig på fem intervjuer med professionella som dagligen arbetar med skadligt bruk och beroende. Dessa yrkesverksamma möter dagligen professionellt hopp, mening och långsiktighet i sitt dagliga arbete med vuxna inom skadligt bruk och beroende. Vi har valt att inte nämna de professionellas namn för att skydda deras integritet. I resultatet benämns de som Informant 1 till Informant 5 som betyder vilken informant och med en siffra. Därav har vi valt att nämna informanterna med tillhörande siffra från 1 till 5. Frågeställningarna har omformulerats i rubriker som svarar på studiens syfte och frågeställningar.

6.1 Hopp i arbetet

6.1.1 Hopp som drivkraft och professionell uppgift

Resultatet visar att hopp framträder som en central drivkraft i förändringsarbetet för de professionella i deras arbete. Informanterna beskriver hopp som en förutsättning för motivation och uthållighet i behandlingsprocessen samt som något som möjliggör en föreställning om en förändrad livssituation. Hoppet beskrivs också som individuellt och kopplat till personliga mål och relationer, exempelvis önskan för klienterna att återfå kontakt med närstående eller återta kontroll över livet.



Flera informanter berättar att små förändringar kan bidra till att skapa och stärka hopp hos dem själva som professionella. Genom att synliggöra framsteg och arbeta mot en realistisk framtidsbild kan hoppet gradvis byggas upp. Informant 1 uttrycker att:

Min erfarenhet är att det mesta går att reparera. Men det är viktigt att prata och att vara realistisk. Detta hjälper mig att hålla hoppet uppe.

Resultatet kan förstås som att personalens förhållningssätt har stor betydelse för klienters upplevelse av hopp. Hopp beskrivs som något som skapas och upprätthålls i relationen mellan personal och klient, där personalens egen tro på förändring kan påverka klientens möjlighet att känna hopp. Informant 1 beskriver att personalens egen upplevelse av hopp kan spegla sig i klientens känsla av hopp. Informant 2 uttrycker en liknande uppfattning och framhåller att när personalen lyckas bidra till en föreställning om en möjlig framtid kan hoppet också etableras hos klienten.

Att aktivt förmedla hopp framhålls som en central del av det professionella uppdraget. Detta innefattar att stödja klienten i att se möjligheter till förändring, formulera realistiska mål och bidra till en meningsfull riktning i förändringsprocessen. Informant 5 uttrycker det så här:

En viktig uppgift personal har är att förmedla hopp till patienten. Vi ska agera som bidragande hopp. I en förändringsprocess är det viktigt att ha en morot, någonting att tro på och att ha hopp. Men det kan vara svårt då många patienter har kortsiktighet som mål och strategi.

Informanterna beskriver även att deras känslor och kroppsspråk kan påverka hur hopp förmedlas, vilket gör medvetenhet om den egna hållningen mycket viktigt i behandlingsrelationen. Informant 5 beskriver att yrkesverksamma som använder sig själva som redskap i arbetet, ibland omedvetet, förmedlar sina känslor och tankar genom kroppsspråk. I situationer där informanten själv upplever tvivel kan detta försvåra möjligheten att förmedla hopp, vilket riskerar att påverka behandlingsrelationen negativt. Informant 5 betonar därför vikten av medvetenhet och professionell självkontroll i dessa situationer.

6.1.2 Utmaningar och resurser i att bibehålla professionellt hopp

Resultatet indikerar att arbetet med att bibehålla hopp kan vara emotionellt krävande. Informanterna beskriver hur klienternas livssituationer ofta präglas av upprepade motgångar och komplex problematik, vilket kan påverka både klientens och personalens tro på förändring. I situationer där klientens liv snabbt försämras kan även personalens eget hopp svikta, vilket riskerar att påverka relationen och möjligheten att förmedla framtidstro.

Detta framkommer exempelvis i informant 1:s beskrivning av hur höga krav och komplex problematik kan påverka personalens egen upplevelse av hopp i arbetet:



Det är svårt för patienterna för de är sköra och har ofta en komplex problematik. Samtidigt har de jättehöga krav som knappt människor med ett fungerande liv klarar av. Detta kan göra att jag tappar hopp och mening som personal. Då är det viktigt att försöka förmedla de lilla hoppet som finns.

Samtidigt framträder olika resurser som kan stödja förmedling av hopp. Att arbeta med realistiska mål och små steg beskrivs som ett sätt för att gradvis stärka hoppet, särskilt i arbetet med klienter som saknar egen motivation eller befinner sig i behandling under tvång. Personlig erfarenhet lyfts också som en möjlig resurs. Informanterna beskriver att sådan erfarenhet kan bidra till ökad förståelse och empati, och i vissa fall fungera som ett konkret exempel på att förändring är möjlig vilket också kan stärka klientens upplevelse av hopp.

6.2 Analys av hopp i arbetet

Resultatet kan förstås i relation till studiens valda teori, teorin om hopp (Snyder 1994). Hopp definieras som en kognitiv och målinriktad process bestående av mål, viljestyrka och vägkraft. Informanternas beskrivningar av hopp som en drivkraft i förändringsarbetet indikerar att hopp fungerar som en central psykologisk resurs i behandlingsprocessen. När hopp beskrivs som en förutsättning för motivation och uthållighet kan detta tolkas som ett uttryck för viljestyrka det vill säga klientens upplevelse av handlingskraft och vilja att röra sig mot uppsatta mål.

Hopp kopplas till personliga mål såsom att återfå kontakt med närstående eller att få tillbaka kontroll över livet. Detta ligger i linje med teorins betoning på att mål behöver vara meningsfulla och personligt betydelsefulla för att kunna generera hopp. När informanterna framhåller vikten av realistiska mål och små steg kan detta analyseras som ett arbete med att stärka både mål och vägkraft. Genom att bryta ned förändringsprocessen i mindre och mer hanterbara delar skapas konkreta handlingsvägar vilket ökar sannolikheten att individen upplever att förändring är möjlig. Hopp framträder därmed inte som en abstrakt känsla utan något som byggs genom strukturerat målarbete och synliggörande av framsteg.

Vidare visar resultatet att hopp konstrueras relationellt. När personalens egen tro på förändring påverkar klientens möjlighet att känna hopp kan detta förstås som att personalens viljestyrka fungerar som en stödjande resurs i klientens process att finna hopp. I de situationer där personalen upplever tvivel eller minskad framtidstro kan detta tolkas som en försvagning av deras egen upplevelse av handlingsutrymme. Detta kan i sin tur påverka hur vägkraft förmedlas i mötet med klienten. Hopp blir därmed inte enbart en individuell egenskap utan en dynamisk process som formas i samspelet mellan personal och klient.

Att förmedla hopp beskrivs som en central del av det professionella uppdraget. Detta kan analyseras som att personalen aktivt arbetar med att temporärt bära eller förstärka komponenter av hopp som klienten själv har svårt att upprätthålla. Särskilt i situationer där klienter uppvisar kortsiktighet eller saknar egen motivation framträder personalens roll som betydelsefull i att formulera långsiktiga mål och synliggöra möjliga vägar framåt i behandlingen. I ett hoppteoretiskt perspektiv kan



detta förstås som att personalen bidrar till att stärka både viljestyrka och vägkraft tills klienten själv kan få denna insikt.

Resultatet indikerar samtidigt att arbetet med att bibehålla hopp är emotionellt krävande. Upprepade motgångar och komplex problematik kan påverka både klienternas och personalens tro på förändring. När klienternas livssituation försämras kan även personalens viljestyrka minska. Vilket riskerar att påverka personalens förmåga att upprätthålla hopp i relationen. Detta synliggör även personalens egna mål och upplevelse av handlingsutrymme är avgörande för att de ska kunna fungera som hoppbärare i behandlingsarbetet. De resurser som framträder i resultatet såsom realistiska mål, små steg och personliga erfarenheter är viktiga, som till exempel när informant 4 säger att:

Vi har klienter som vill ha en förändring men vi har också dem som är tvingade. Där är svårt att hitta hoppet men sätter man realistiska mål så går hoppet lättare och med små steg. (Informant 4)

Detta kan analyseras som strategier för att stärka hoppets tre komponenter. Realistiska mål tydliggör riktningen, små steg preciserar handlingsvägar och personlig erfarenhet kan fungera som förstärkning av viljestyrka och trovärdighet i förändringsprocessen. Genom att visa att förändring är möjlig kan personalen bidra till att hålla mellanrummet mellan omöjlighet och säkerhet öppet vilket är enligt teorin om hopp, då hoppet uppstår.

Sammanfattningsvis visar analysen att hopp i verksamheter inom skadligt bruk och beroendens praktik kan förstås som en aktiv relationell process där mål, viljestyrka och vägkraft kontinuerligt behöver stärkas. Hopp framträder både som professionell uppgift och som en psykologisk resurs som personalen själva behöver upprätthålla för att kunna arbeta långsiktigt i en kontext präglad av osäkerhet och återkommande motgångar.

6.3 Mening och meningsfullhet i arbetet

6.3.1 Personalens upplevelse och källor till meningsfullhet

Resultatet visar att meningsfullhet framträder som en central del i arbetet med personer med beroendeproblematik. Informanterna beskriver att meningen i arbetet är nära kopplad till att bidra till förändring, värdighet och förbättrade livsvillkor för klienterna. Att möta klienter som jämlika individer och bidra till att de blir sedda och lyssnade på framträder som centrala aspekter av meningsfullhet i det dagliga arbetet. Meningsfullhet beskrivs därmed som en grundläggande drivkraft och värdegrund som präglar behandlingsrelationen.

Arbetets mening formuleras också i relation till en strävan att bidra till klienters återhämtning och livskvalitet:

Mening för mig är att hjälpa människor till ett bättre liv, att dom ska bli upprättade. Att människor ska få ett gott och balanserat liv där dom kan ha kontakt med sina anhöriga och må bra i sig själva. Sen har ju alla människor saker att kämpa med. Men jag tycker att alla har rätt till ett värdigt och bra liv (Informant 3)



Resultatet kan förstås som att mening i hög grad är kopplad till behandlingsrelationen och till upplevelsen av framsteg, även i små steg. Att bygga tillit och arbeta utifrån klientens förutsättningar beskrivs som centralt för att arbetet ska upplevas som meningsfullt. Små förändringar och upplevelsen av att göra skillnad i det lilla framträder som betydelsefulla delar i arbetets mening. Upplevelsen av att klienter blir sedda och lyssnade på lyfts som en viktig del av detta:

Mening för mig är att göra skillnad även om den så är mikroskopisk. Känslan hos patienterna att bli lyssnade på, att bli sedda. Många gånger tror jag att många patienter inte blir det i andra rum än här hos oss... Att kunna göra det lilla i det hela (Informant 2)

Samtidigt framträder det att mening kan utmanas när förändring sker långsamt eller när behandlingsrelationen inte etableras. Informanterna beskriver att arbetet kräver tålamod och acceptans för långsamma processer samt ett kontinuerligt fokus på små framsteg.

6.3.2 Emotionella och organisatoriska utmaningar för meningsfullhet

Resultatet visar att upplevelsen av meningsfullhet kan påverkas av både emotionella och organisatoriska faktorer. Informanterna beskriver hur mötet med svåra livsöden, återfall och begränsade möjligheter till förändring kan leda till känslor av maktlöshet och meningsförlust. Arbetet framträder som emotionellt krävande och innebär en kontinuerlig exponering för klienters utsatthet, vilket kan påverka personalens egen upplevelse av mening.

Meningsfullhet beskrivs också som något som behöver upprätthållas genom reflektion över den egna drivkraften i arbetet:

Mening handlar mycket om den personliga övertygelsen, tron och tanken. Ibland kan meningen försvinna lite i arbetet, vi blir ju utsatta för sekundär traumatisering. Det leder till att vi verkligen måste jobba på vår egen mening... hitta vårt varför. (Informant 5)

Utöver emotionella påfrestningar lyfts organisatoriska faktorer som bidragande till minskad meningsfullhet. Arbetsuppgifter utan direkt klientkontakt, såsom administration och möten, beskrivs som mindre meningsbärande och kan leda till svackor i upplevelsen av mening i arbetet.

6.4 Analys av mening och meningsfullhet i arbetet

Resultatet kan förstås i relation till studiens valda teori om hopp (Snyder 1994). Informanternas beskrivningar av meningsfullhet som att bidra till förändring, värdighet och förbättrade livsvillkor kan analyseras som uttryck för professionellas mål som upplevs som etiskt och existentiellt betydelsefulla. När arbetet riktas mot



att hjälpa klienter till ett "värdigt och bra liv" skapas en tydlig målorientering som enligt teorin är en grundförutsättning för att mening och motivation ska kunna upprätthållas.

Upplevelsen av att göra skillnad även om det är i små steg kan förstås som en förstärkning av viljestyrka. När personalen ser att deras handlingar påverkar klienters situation stärks känslan av handlingskraft och professionell kompetens. Att bygga tillit och ett arbete utifrån klienters förutsättningar kan samtidigt tolkas som ett sätt att skapa konkreta vägkrafter som kan vara realistiska vägar mot förändring. Små framsteg fungerar då som bekräftelse på att dessa vägar är möjliga vilket bidrar till att mening upprätthålls.

Sammantaget när en förändring sker långsamt eller när organisatoriska och emotionella belastningar påverkat arbetet finns det risk att upplevelsen av handlingsutrymmet kan minska. I ett hoppeteoriskt perspektiv kan detta förstås som en försvagning av viljestyrka och otydliga vägkrafter vilket kan leda till känslor av maktlöshet och känslor av meningslöshet. Meningsfullhet framträder därmed som en dynamisk process som är beroende av att personalen upplever tydliga mål, möjligheten till att påverka och realistiska vägar framåt i arbetet.

6.5 Strategier för att bibehålla hopp och mening i långsiktiga beroendeprocesser med vuxna personer med skadligt bruk och beroende

Resultatet indikerar på att informanterna använder flera medvetna strategier för att bibehålla hopp, mening och långsiktighet i arbetet med vuxna personer med skadligt bruk och beroende. Strategierna kan förstås utifrån tre övergripande områden: egenomsorg och emotionell reglering, kollegialt stöd och handledning samt kunskap, perspektiv och erfarenhet och framträder som faktorer som bidrar med en känsla av hopp.

6.5.1 Egenomsorg och emotionell reglering

Samtliga informanter betonar vikten av att ta hand om sig själva för att orka arbeta långsiktigt i en verksamhet som är präglad av ärendetyngd och starka känslomässiga påfrestningar. Informant 1 beskriver arbetet med målgruppen som att möta människor som är "så utsatta och så sköra" och styrker betydelsen av att ha strategier för att skydda sig själv mot sekundär traumatisering. Hen använder metaforen att personalen lätt riskerar att bli "som en soptunna där massa skit kommer in och denna soptunna ska inte svälla". För att kunna "tömma denna [soptunna]" behöver man enligt Informant 1 fylla på med sådant som skapar mening och hopp som exempelvis genom att värna om sin kropp, ha en plats eller ett sammanhang som fungerar som en "liten oas" såsom familjen.

Flera informanter lyfter vikten av att skilja på arbetet och privatliv. Informant 3 uttrycker det så här:

Det finns ju många strategier. Jag brukar säga att den akuta är ju att inte gå hem till din familj och må dåligt, dom ska inte behöva lida för vilket yrke du valt. Gå en



promenad, gå och träna, simma ja gör något. Alltså att få ut den akuta stressen ur kroppen. Utsätt aldrig någon annan för din ångest, det är det första steget. Sedan gör kunskap så att du kan förstå skeendena, alltså att vara utbildad är ett vaccin. Sedan råder jag också till att ta hjälp genom samtal, gå i handledning. Gå i samtal via arbetsgivaren, gå i egenerapi om du behöver det. Sista steget, om du känner att du inte kan hantera det eller mår dåligt över tid, då tycker jag helt ärligt att du ska fundera på och ta ett annat yrkesval. (Informant 3)

Att fysiskt aktivera sig som exempelvis med promenader, träning eller andra kroppsliga aktiviteter beskrivs som ett sätt att reglera stress och minska risken för att arbetet ska följa med hem. Även Informant 5 betonar vikten av fysisk utmattning för att stilla tankarna: "att lägga sig och vara fysiskt trött annars börjar hjärnan snurra". Hen beskriver hur musik, dans, gråt och vistelse i naturen fungerar som ett sätt att bearbeta känslor. Informant 5 uppger även att hen använder sig av principer från Acceptans och Åtagandeterapi (ACT) i sitt eget liv som bland annat att arbeta med andning och acceptans av svåra tankar och känslor. Den professionella kunskapen appliceras således på det egna måendet.

Att hitta meningsfulla inslag utanför arbetet lyfts också som centralt. Informant 2 beskriver betydelsen av att "äta gott, vara med familj, försöka må så bra som möjligt i allting" för att själv kunna känna meningsfullhet i livet. Egen livskvalitet framstår därmed som en förutsättning för att kunna förmedla hopp och mening i det professionella arbetet.

6.5.2 Kollegialt stöd och handledning

Ett genomgående tema är betydelsen av kollegial gemenskap och strukturerad handledning. Informant 2 beskriver en arbetsgrupp präglad av öppenhet:

Vi pratar mycket med varandra och har handledning. I vår personalgrupp upplever jag en öppenhet kring att kunna prata om man stöter på någonting eller upplever något som jobbigt. Så det gör vi in princip dagligen, filtrerar och reflekterar (informant 2)

Att tillsammans få "filtrera och vända" det man möter i arbetet beskrivs som en skyddsfaktor mot utmattning. Informant 3 betonar vikten av bra handledning och möjligheten att prata med chef eller kollegor vid behov. Hen framhåller även betydelsen av blandade grupper vad gäller ålder, kön och yrkeserfarenhet. En balans mellan energi och realism anses bidra till att arbetsgruppen håller över tid och minskar risken för att personal "brinner ut".

Informant 5 beskriver hur frustration som exempelvis vid ett återfall hanteras genom att "spy galla" tillsammans med kollegor. Att få uttrycka ilska och besvikelse i ett professionellt sammanhang möjliggör att sedan möta klienten utan att visa frustration. Detta framstår som en strategi för att bevara ett respektfullt och hoppfullt bemötande trots egna känslomässiga reaktioner.

Samtidigt betonar Informant 3 att yrket är inte rätt för alla. Om belastningen blir för stor över tid kan ett yrkesbyte vara nödvändigt. Detta uttrycks som en del av ett långsiktigt hållbart förhållningsätt.



6.5.3 Kunskap, erfarenheter och acceptans som grund för hopp och mening

Flera informanter beskriver hur kunskap och erfarenhet fungerar som skydd och som källa till hopp. Informant 3 uttrycker att utbildning kan fungera som "ett vaccin" då ökad förståelse för skeenden och processer skapar en trygghet. Informant 5 beskriver hur kunskap om exempelvis belöningsystem och kroppens förmåga till återhämtning kan användas för att förmedla hopp till klienter. Att konkret visa att kroppen kan reparera sig blir ett sätt att stärka både klientens och den egna tron på förändring.

Livsberättelser och exempel från andra lyfts också som centrala. Informant 1 rekommenderar att ta del av berättelser om personer som lyckats förändra sina liv eftersom att höra hur det gick för andra "ger hopp att andra har lyckats". Att se att det kan gå bra för någon annan innebär att det också kan gå bra för mig. Exempel från personer i liknande situationer beskrivs därmed som en viktig komponent i att sprida hopp.

Samtidigt präglas arbetet av en medvetenhet om att utfallen ofta är negativa. Informant 3 uttrycker att hen behövt acceptera att hen inte kan rädda alla och att många missbruksärenden får ett "olyckligt slut". I ett konkret exempel beskriver Informant 3 hur en klient avled i en överdos på ett boende. I bearbetningen av händelsen fann hen en tröst i att klienten inte behövde dö ensam på gatorna och att familjen var tacksam över omständigheterna. Att fokusera på att ha gjort vad man har kunnat för klienten fick "anständighet i stunden" framstå som en strategi för att hantera sorg och bevara mening i arbetet. Samtidigt betonas vikten av att minnas de fall där det har gått bra och att hålla dessa i minnet som en motivation.

Hopp beskrivs också som något ömsesidigt. Informant 5 uttrycker att när klienten visar hopp stärks även personalens hopp eftersom det "smittar av sig på varandra i båda leden". Hopp framträder därmed som något som skapas i relationen mellan personal och klient.

Sammanfattningsvis visar resultatet att strategier för att bibehålla hopp, mening och långsiktighet innefattar aktiv egenomsorg, kollegial bearbetning och handledning, användning av kunskap och erfarenheter samt en realistisk acceptans av arbetets svårigheter. Genom att kombinera dessa strategier skapar informanterna förutsättningar för att orka vara kvar i ett emotionellt krävande arbete och samtidigt fortsätta förmedla hopp till de klienter de möter.

Resultatet visar att långsiktigt arbete i verksamheter inom skadligt bruk och beroende präglas av både uthållighet och acceptans inför förändringsprocessens komplexitet. Informanterna beskriver hur arbetet kräver ett kontinuerligt balanserande mellan hopp och realism, mellan engagemang och gränssättning, samt mellan kamp och acceptans.

Flera informanter beskriver att det finns omständigheter som försvårar möjligheten att arbeta långsiktigt med att bibehålla hopp. Informant 1 lyfter särskilt ärenden där våld i nära relation förekommer och särskilt när barn är inblandade som extra



emotionellt påfrestande. Sådana situationer kan göra att det är svårt att upprätthålla hopp och mening i arbetet.

Informant 1 beskriver även hur samhällsförändringar, nya lagar och ökande krav på en redan utsatt klientgrupp påverkar det långsiktiga arbetet. Klienterna beskrivs som sköra och ofta med en komplex problematik samtidigt som det ställs höga krav som "knappt vi vanliga människor klarar av". Detta kan leda till även att personalens hopp påverkas negativt. I dessa situationer framhålls vikten av att förmedla det lilla hopp som finns kvar där bemötande, bekräftelse och närvaro blir centralt. Att exempelvis fråga en klient om hen vill ha en kram beskrivs som ett uttryck för omsorg och mänsklig närvaro i det långsiktiga arbetet.

Acceptans framträder som en central strategi. Informant 4 betonar vikten av att vara medveten om att arbetet påverkar en men också reflektera över hur man tolkar misslyckanden. Hen beskriver att all förändring registreras som något positivt då de i sig är en rörelse åt rätt håll. Att få bekräftelse på att man gjort allt man kunnat är betydelsefullt för att kunna jobba långsiktigt.

Informant 2 beskriver hur hen behövt acceptera att förändring tar tid och att det ibland inte går att komma vidare. I vissa fall krävs en paus när motivationen saknas. Detta innebär att personalen behöver acceptera att processen står stilla och att man inte kan driva den framåt på egen hand. Informant 2 uttrycker att i sådana situationer kan frustration uppstå och en känsla av misslyckanden: "man vänder och vrider på varenda sten men det händer ingenting". För att hantera detta krävs realism kring den egna rollen och klientens ansvar. Även här lyfts kollegialt stöd som en viktig resurs.

6.5.4 Att bibehålla professionellt hopp och mening i långsiktiga behandlingsprocesser

Det långsiktiga arbetet beskrivs också som en kamp för individen. Informant 3 uttrycker det på följande sätt:

Om en förändringsprocess tar lång tid eller står helt stilla försöker jag hitta vägar runt det, det är väl så att om inte en dörr inte öppnar sig då får man hitta en annan dörr och sparka upp den på något vis. Man får kriga för individen, finna uthålligheten att ta striden för personen. Hopp och mening är dock viktigt för att orka driva en sådan långsiktig process. (Informant 3)

Här framträder uthållighet och kreativ problemlösning som centrala komponenter. Samtidigt betonas att hopp och mening är förutsättningar för att kunna bära en sådan kamp över tid.

Informant 3 lyfter även betydelsen av att som personal tro på klientens vilja till förändring. Om personalens upplevelser av klienten vill förändras blir det lättare att finna vägar framåt. Tron på individens förändringsförmåga beskrivs som avgörande för det långsiktiga arbetet.

Flera informanter betonar vikten av gränssättning som en förutsättning för att orka arbeta långsiktigt. Informant 4 uttrycker det så här:



Jag kan inte förändra folk som inte vill bli förändrade. För att bibehålla ork som socialarbetare är det också viktigt att sätta gränser. För att jag ska lägga min tid och kämpa för dig, då måste du också kämpa. (Informant 4)

Här tydliggörs att förändringsarbetet är ett gemensamt ansvar. Personalens engagemang behöver mötas av klientens vilja annars riskerar arbetet att bli ohållbart över tid.

Även Informant 2 betonar vikten av att reda ut den egna rollen i förhållande till klientens ansvar. Att vara realistisk kring vad som ligger inom det professionella uppdraget och vad som är individens ansvar framstår som en skyddande faktor för mot utmattning.

Informant 5 beskriver hur långsiktigheten försvåras av att förändring ofta tar lång tid. Med erfarenhet har hen utvecklat strategier för att skydda sig själv genom att påminna sig om att förändring är individuell och att processer ser olika ut. Att se förändring som något som ibland kräver rätt tillfälle och yttre omständigheter bidrar till ett mer hållbart förhållningsätt. Informant 5 använder även konkreta pedagogiska verktyg såsom förändringshjulet och personliga exempel, just för att illustrera hur förändringsprocesser kan se ut. Genom att autentiska erfarenheter skapas en upplevelse av äkthet, normalisering och validering vilket i sin tur kan ge hopp till klienten.

Sammanfattningsvis visar resultaten att ett långsiktigt arbete inom skadligt bruk och beroende kräver acceptans av förändringsprocessens komplexitet, förmåga att omdefiniera framsteg, uthållighet i mötet med motstånd samt tydlig gränssättning kring ansvar. Genom att kombinera realism med hopp, acceptans och engagemang med självskydd så skapar informanterna förutsättningar för att kunna arbeta hållbart över tid i en verksamhet präglad av långsamma och ibland osäkra förändringsprocesser.

6.6 Analys av strategier för att bibehålla hopp och mening

Resultatet kan förstås i relation till Snyders (1994) teori om hopp, där hopp består av mål, viljestyrka och vägkraft. De strategier som informanterna beskriver: egenomsorg, kollegialt stöd, kunskap och acceptans kan analyseras som sätt att upprätthålla dessa tre komponenter över tid både hos de professionella och i relation till klinterna.

Egenomsorg och emotionell reglering kan förstås som strategier för att bevara den professionellas viljestyrka. I en kontext präglad av sekundär traumatisering, återfall och komplex problematik riskerar personalens upplevelse av handlingskraft att försvagas. Genom att aktivt reglera stress, sätta gränser mellan arbete och privatliv samt att använda professionell kunskap i det egna livet skapas förutsättningar för att återställa och skydda den egna viljestyrkan. Att "tömma soptunnan" kan i detta perspektiv förstås som ett sätt att säkerställa att den egna förmågan att agera och fortsätta arbeta mot långsiktiga mål inte undermineras.



Kollegialt stöd och handledning kan analyseras som kollektiva vägkrafter. Genom att tillsammans "filtrera och vända" svåra situationer skapas alternativa tolkningsramar och handlingsvägar. Att få uttrycka frustration i ett professionellt sammanhang möjliggör att relationen till klienten kan förbli hoppfull och respektfull. I ett hoppsteoretiskt perspektiv bidrar detta till att hålla flera möjliga vägar öppna även när en enskild insats inte leder till önskat resultat. Arbetsgruppen fungerar därmed som en resurs för att upprätthålla både handlingskraft och riktning.

Kunskap och erfarenhet framträder som centrala för att stärka både mål och vägkraft. När personalen har förståelse för beroendeprocesser och kroppens återhämtningsförmåga kan de formulera realistiska och trovärdiga mål tillsammans med klienten. Att använda livsberättelser och exempel från andra som lyckats kan förstås som ett sätt att konkretisera möjliga vägar framåt. Samtidigt visar resultatet att acceptans är avgörande. Att erkänna att alla inte kan räddas och att vissa processer får "olyckliga slut" kan tolkas som en omförhandling av mål snarare än ett övergivande av hopp och mening. Genom att omdefiniera vad som är värdigt och möjliga mål, som exempel "att någon inte behöver dö ensam" så bevaras en känsla av mening även i svåra situationer.

Gränssättning och tydliggörande av ansvar kan analyseras som en nödvändig balans mellan viljestyrka och realism. När personalen accepterar att de inte kan förändra någon som inte själv vill så skyddas den egna handlingskraften från att övergå i maktlöshet. Detta bidrar till ett mer hållbart hopp, där engagemang kombineras med medvetenhet om den egna rollens begränsningar.

Sammantaget visar analysen att strategierna för att bibehålla hopp och mening i långsiktiga beroendeprocesser handlar om att kontinuerligt stärka och omförhandla hoppets tre komponenter. Hopp framträder inte som en naiv optimism utan som en dynamisk balans mellan mål, handlingskraft och möjliga vägar. Realism och acceptans är centrala för att kunna arbeta uthålligt i en kontext präglad av osäkerhet och långsamma förändringsprocesser.

7. Diskussion

Vid en tematisk genomgång av resultatet framkommer centrala aspekter som rör hur professionella i verksamheter inom skadligt bruk och beroende beskriver arbetet med att upprätthålla hopp, mening och långsiktighet i mötet med vuxna personer med skadligt bruk och beroende. Resultatet belyser både de möjligheter och utmaningar som präglar detta arbete samt de strategier som personal använder för att hantera en komplex och ofta långvarig förändringsprocess. I följande avsnitt diskuteras studiens resultat i relation till tidigare forskning och den teoretiska utgångspunkten.

7.1 Resultatdiskussion

Syftet med studien är att undersöka hur personal i verksamheter inom skadligt bruk och beroende beskriver att de hanterar och upprätthåller professionellt hopp, mening och långsiktighet i arbetet med vuxna personer med skadligt bruk och beroende. Resultatet visar att hopp och mening framträder som centrala drivkrafter i det



professionella arbetet, samtidigt som detta kontinuerligt utmanas av återfall, organisatoriska begränsningar och emotionell belastning. I denna diskussion analyseras resultaten i relation till tidigare forskning samt studiens teoretiska utgångspunkt, teorin om hopp.

7.1.1 Hopp som professionell uppgift och relationell process

Resultatet i studien visar att hopp inom skadligt bruk och beroendes praktik inte enbart framträder som en individuell känsla hos klienten, utan snarare som en relationell process där personalens förhållningsätt får en central betydelse. Informanterna beskriver att de i vissa situationer behöver "bära hoppet" åt klienten, särskilt när klienten själv saknar framtidstro eller upplever förändring som omöjlig. Detta innebär att hopp inte enbart kan förstås som ett individuellt psykologiskt tillstånd, utan också som en del av det professionella uppdraget i mötet mellan personal och klient.

Detta resultat ligger i linje med tidigare forskning som visar att vårdpersonalens förmåga att förmedla hopp är en central del i behandlingen. Forskningen visar att professionellas förmåga att kommunicera hopp kan bidra till ökad motivation och starkare behandlingsallians (Feldman et al. 2022). Även Brekke et al. (2017) framhåller att relationen mellan professionell och klient är avgörande i återhämtningsprocesser vid beroendeproblematik. Resultaten i denna studie stärker därmed bilden av att hopp inte enbart är ett individuellt psykologiskt fenomen utan också en relationell process i behandlingsarbetet.

Samtidigt visar resultaten att rollen som bärare av hopp kan innebära en emotionell belastning för personalen. Att upprätthålla en tro på förändring i situationer där klienter återfaller eller möter svåra livsomständigheter kan skapa en spänning mellan professionellt engagemang och emotionell distans. Detta kan förstås som en central utmaning i arbetet inom skadligt bruk och beroende, där personalen både behöver vara engagerad i klientens förändringsprocess och samtidigt skydda sin egen hållbarhet i arbetet.

7.1.2 Mening som drivkraft och sårbar resurs

Resultaten visar att upplevelsen av mening i arbetet fungerar som en central drivkraft för personalen i arbetet med personer med beroendeproblematik. Informanterna beskriver att känslan av att bidra till förändring i klienters liv skapar motivation och engagemang i arbetet. Samtidigt framkommer att denna meningsfullhet också kan bli sårbar, särskilt i situationer där förändring uteblir eller där klienter återfaller.

Detta resultat ligger i linje med tidigare forskning som visar att upplevelsen av mening i arbetet är en central motivationsfaktor inom socialt arbete. Forskning har visat att professionella som arbetar med människor i utsatta livssituationer ofta motiveras av känslan att kunna göra skillnad i andras liv, vilket bidrar till både engagemang och arbetstillfredsställelse. Samtidigt har tidigare studier också uppmärksammat att starkt emotionellt engagemang kan innebära en risk för belastning när arbetet präglas av komplexa problem och långvariga förändringsprocesser (Cook et al. 2025).



Ur ett socialpedagogiskt perspektiv kan detta resultat förstås som att meningsskapande utgör en central del av det professionella arbetet. Socialpedagogiken betonar relationens betydelse, människans möjlighet till utveckling och vikten av att skapa sammanhang där individen upplever delaktighet och värdighet (Molin och Bolin 2018 s. 20). I detta sammanhang kan personalens arbete med att bidra till små förändringar, att lyssna och skapa tillit förstås som socialpedagogiska handlingar som möjliggör förändring i människors livssituationer. Meningsfullhet i arbetet kan därmed inte enbart förstås som en individuell upplevelse hos personalen, utan också som något som skapas i mötet mellan professionell och klient.

Resultatet i denna studie kan därför förstås som att meningsfullhet i arbetet fungerar både som en resurs och en potentiell sårbarhet för personalen. Å ena sidan bidrar upplevelsen av mening till motivation och engagemang i arbetet, men å andra sidan kan den också innebära att personalen påverkas emotionellt när förändringsprocesser tar lång tid eller uteblir. Detta belyser vikten av organisatoriskt stöd och möjligheter till reflektion i arbetet, särskilt i verksamheter där personalen dagligen möter komplexa sociala problem.

7.1.3 Långsiktighet i en icke-linjär förändringsprocess

Resultatet i studien indikerar att förändringsprocesser i arbetet med personer med skadligt bruk och beroende sällan följer en rak eller förutsägbar utveckling. Informanterna beskriver hur återfall, bakslag och perioder av långa förändringsprocesser ofta är en del av förändringsarbetet. Detta innebär att arbetet i verksamheter inom skadligt bruk och beroende kräver ett långsiktigt perspektiv där små framsteg och gradvisa förändringar har stor betydelse. Personalens roll handlar därmed inte enbart om att stödja förändring, utan också om att kunna förhålla sig till förändringsprocesser som är osäkra, långsamma och ibland motsägelsefulla.

Detta resultat ligger i linje med tidigare forskning som beskriver beroendeproblematik som en komplex och långvarig process där återfall är vanligt förekommande. Forskning visar att förändring vid substansbruk sällan sker linjärt, utan snarare genom en process där framsteg och bakslag växlar över tid (Butt et al. 2022). Även Barbieri et al. (2016) betonar betydelsen av tidsperspektiv i behandlingsprocesser och hur individers framtidsperspektiv kan påverkas av deras livssituation och upplevda möjligheter till förändring. Resultaten i denna studie bekräftar därmed bilden av att förändring vid beroendeproblematik ofta är en långvarig och komplex process.

Ur ett socialpedagogiskt perspektiv kan denna förståelse av förändring ses som central i arbetet med människor i utsatta livssituationer. Socialpedagogiken betonar vikten av långsiktiga relationer, kontinuitet och stöd i människors vardagliga livssammanhang. Förändring förstås inte som en snabb process utan som något som utvecklas genom relationer, tillit och delaktighet över tid (Molin och Bohlin 2018 s. 93). I detta sammanhang blir personalens närvaro och uthållighet i relationen en viktig förutsättning för att klienten ska kunna utveckla nya handlingsmönster och skapa förändring i sin livssituation.



Samtidigt innebär långsiktighet i arbetet att personalen behöver hantera osäkerhet och oförutsägbarhet i förändringsprocessen. När förändring inte sker i den takt som förväntas kan detta påverka både personalens och klientens upplevelse av motivation och framtidstro. Resultatet belyser därför vikten av realistiska förväntningar på förändringsprocesser inom skadligt bruk och beroende. Att förstå förändring som en icke-linjär process kan bidra till att skapa större acceptans för bakslag och återfall, vilket i sin tur kan minska risken för att dessa tolkas som misslyckanden i behandlingsarbetet.

Sammantaget pekar resultaten på att långsiktighet utgör en central förutsättning för hållbart arbete inom skadligt bruk och beroende. För att möjliggöra detta krävs både individuella och organisatoriska förutsättningar, såsom tid för relationsarbete, kontinuitet i kontakten med klienter och stödjande strukturer för personalen. Ur ett socialpedagogiskt perspektiv innebär detta att förändringsarbete förstås som en process där relation, delaktighet och långsiktigt stöd utgör centrala komponenter.

7.2 Metoddiskussion

För att uppnå studiens syfte och frågeställningar valdes kvalitativa intervjuer som den mest lämpliga metoden för studien. Syftet med studien var att undersöka hur personal i verksamheter inom skadligt bruk och beroende beskriver och hanterar sitt arbete med att upprätthålla hopp, mening och långsiktighet i mötet med vuxna personer med beroendeproblematik. Detta med fokus på deras professionella erfarenheter och strategier.

I studien valdes en metod för ett strategiskt urval på grund av att detta var mest lämpligt med tanke på studiens ämne. Genom att använda denna metod kunde deltagarna väljas ut utifrån deras yrkesroll vilket gynnade studien. Vi förstår dock att detta urval kan leda till en viss typ av kunskapslucka eftersom den inte representerar alla professioner inom skadligt bruk och beroende åsikter. Trots detta har studiens syfte och frågeställningar kunnat bli besvarade. En nackdel som uppkommer med denna metod är att det kan vara svårt att generalisera uppgifterna gentemot en stor population. Med detta sagt är det inte i ett huvudsyfte vid en kvalitativ studie att göra generaliseringar gentemot en stor population.

För att stärka studiens kvalitet har vi även reflekterat över dess trovärdighet och överförbarhet. Genom att noggrant beskriva metodval, urval och genomförande ges läsaren möjlighet att bedöma studiens tillförlitlighet. Vi har strävat efter att tydligt redovisa vår analysprocess och använda citat för att synliggöra deltagarnas egna utsagor. Detta bidrar till ökad transparens och minskar risken för att resultatet enbart speglar våra egna tolkningar.

En viktig aspekt i kvalitativ forskning är förförståelsen när vi genomfört studien. Våra tidigare kunskaper och föreställningar om verksamheter inom skadligt bruk och beroende samt begrepp som hopp, mening och långsiktighet kan ha påverkat både hur intervjufrågorna formulerades och hur materialet tolkades. Det finns en viss risk för att vissa teman uppmärksammades mer än andra utifrån intressen och förväntningar. För att minska denna påverkan har vi kontinuerligt reflekterat över



våra egna antaganden under genomförandet av studien samt diskuterat våra tolkningar med varandra för att skapa en mer nyanserad analys.

Intervjuerna genomfördes via Zoom och Teams vilket både har genererat fördelar och nackdelar. En fördel med detta är att de sparar tid eftersom intervjupersonen eller intervjuaren inte behöver åka till en gemensam fysisk plats. Det kan även underlätta för deltagare med ett fullt schema att avsätta tid för att delta i studien. En nackdel som tillkommer med detta är att de påverkar interaktionen i samtalet. Detta kan göra att vissa bedömningar kan bli svårbedömda hur personen ska tolkas. Trots detta var upplevelsen med digitala intervjuer positiva.

8. Slutsatser och implikationer

8.1 Slutsatser

Syftet med studien var att undersöka hur personal i verksamheter inom skadligt bruk och beroende beskriver att de hanterar och upprätthåller professionellt hopp, mening och långsiktighet i arbetet med vuxna personer med skadligt bruk och beroende.

Studiens resultat visar att hopp och mening inte enbart är behandlingskomponenter riktade mot klienter, utan även centrala professionella resurser för personalen själva. Hopp framträder som en relationell och målinriktad process där personalen i vissa situationer behöver bära och förmedla framtidstro i mötet med klienter som själva saknar detta. Samtidigt visar resultatet att detta kan vara emotionellt krävande och att hopp är en dynamisk resurs som kontinuerligt behöver stärkas.

Mening och meningsfullhet framträder som en avgörande drivkraft i arbetet. Upplevelsen av att bidra till värdighet, delaktighet och små framsteg i klienters liv kan skapa en känsla av syfte som möjliggör långsiktigt engagemang. Samtidigt förekommer att organisatoriska begränsningar och emotionell belastning kan påverka upplevelsen av både mening och hopp.

Långsiktighet visar sig vara en central men utmanande aspekt för personal inom skadligt bruk och beroende. Förändringsprocesser beskrivs som icke-linjära och kräver tålmod, realistiska mål och kontinuitet i relationen. Resultatet visar att professionell hållbarhet är nära sammanlänkad med möjligheten att arbeta långsiktigt och att upprätthålla både viljestyrka och väggkraft i enlighet med Synders (1994) teori om hopp.

Sammanfattningsvis visar studien att hopp, mening och långsiktighet är processer som är ömsesidigt beroende av varandra, när en av dessa försvagas påverkas helheten. Professionell hållbarhet i verksamheter inom skadligt bruk och beroende framträder därmed som beroende av individuella och organisatoriska faktorer.

8.2 Implikationer

Resultatet har betydelse för socialpedagogiskt arbete i verksamheter inom skadligt bruk och beroende. Studien visar att socialpedagogens roll inte enbart handlar om metodtillämpning, utan om att aktivt arbeta med meningsskapande och



framtidsoorientering i relationen med en klient. Hopp och mening framträder som ett professionellt verktyg vilket innebär att utbildning och handledning inom området bör inkludera reflektion kring hur hopp och mening kan förstås, förmedlas och upprätthållas i praktiken.

Vidare visar studien att egenomsorg, kollegialt stöd och handledning inte bör betraktas som individuella strategier, utan som strukturella förutsättningar för professionell hållbarhet. Om socialpedagogiskt arbete ska vara långsiktigt krävs organisatoriska ramar som möjliggör kontinuitet, reflektion och stöd.

På en samhällsnivå indikerar resultatet att långsiktighet i verksamheter inom skadligt bruk och beroende inte enbart är en individuell fråga utan snarare en strukturell angelägenhet. Om förändringsprocesser är komplexa och tidskrävande behöver även verksamheter inom skadligt bruk och beroendes organisering spegla detta. Kortvariga insatser och bristande kontinuitet riskerar att påverka både klienters och personals möjlighet att upprätthålla hopp och mening.

Studien synliggör därmed vikten av att se arbetet med skadligt bruk och beroende som ett långsiktigt relationsarbete snarare än enbart en serie behandlingsinterventioner.

8.2.1 Förslag för vidare forskning

Framtida forskning kan med fördel undersöka hur organisatoriska faktorer påverkar professionellt hopp och mening över tid. Det vore även relevant att studera hur utbildningen inom socialpedagogik och skadligt bruk och beroende kan stärka personalens förmåga att arbeta med hopp som professionell resurs. Vidare skulle forskning kunna belysa hur arbetsmiljö, handledning och organisatoriskt stöd påverkar möjligheterna att upprätthålla hopp i det dagliga arbetet.



Referenser

Barbieri, B., Dal Corso, L., Di Sipio, A. M., De Carlo, A. & Benevene, P. (2016). Small opportunities are often the beginning of great enterprises: The role of work engagement in support of people through the recovery process and in preventing relapse in drug and alcohol abuse. *Work*, 55(2), 373–383.

<https://doi.org/10.3233/WOR-162411>

Beaulieu, M., Tremblay, J., Baudry, C., Pearson, J. & Bertrand, K. (2021). A systematic review and meta-analysis of the efficacy of the long-term treatment and support of substance use disorders. *Social Science & Medicine*, 285, Article 114289.

<https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2021.114289>

Brekke, E., Lien, L. & Biong, S. (2017). Experiences of professional helping relations by persons with co-occurring mental health and substance use disorders. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 16(1), 53–65.

<https://doi.org/10.1007/s11469-017-9780-3>

Bryman, A., Clark, T., Foster, L. & Sloan, L. (2025). *Brymans samhällsvetenskapliga metoder* (B. Nilsson, övers.). 4:e uppl. Stockholm: Liber.

Butt, S., McClean, M., Turner, J., Roth, S. & Rollins, A. L. (2022). Health care workers' perspectives on care for patients with injection drug use associated infective endocarditis (IDU-IE). *BMC Health Services Research*, 22, 719.

<https://doi.org/10.1186/s12913-022-08121-z>

Cook, L. L., Carder, S. & Zschomler, D. (2025). 'Being a social worker ... it's in my DNA': Retaining experienced child and family social workers: The role of professional identity. *Child & Family Social Work*, 30(4), 996–1005.

<https://doi.org/10.1111/cfs.13233>

Curtis, S. L. & Eby, L. T. (2010). Recovery at work: The relationship between social identity and commitment among substance abuse counselors. *Journal of Substance Abuse Treatment*, 39(3), 248–254.

<https://doi.org/10.1016/j.jsat.2010.06.006>

Feldman, D. B., Jazaieri, H., O'Rourke, M. A. & Bakitas, M. A. (2022). Healthcare professionals' lay definitions of hope. *Journal of Happiness Studies*, 24(1).

<https://doi.org/10.1007/s10902-022-00589-0>

Helsingfors universitet. (u.å.). *Positiv psykologi* (Studera starkt).

<https://www.helsinki.fi/sv/projekt/studera-starkt/positiv-psykologi>

Johansson, B., Richert, T. & Svensson, B. (2017). *Alkohol- och narkotikaproblem* (1. uppl.). Lund: Studentlitteratur.



Ledarna. (u.å.). *Kasam och meningsfullhet*. <https://www.ledarna.se/din-anstallning-och-trygghet/chefens-arbetsmiljo/hallbara-chefer/kasam-meningsfullhet/>

Miller, W. R. & Rollnick, S. (2013). *Motivational interviewing: Helping people change* (3rd ed.). The Guilford Press.

Molin, M. & Bolin, A. (2018). *Socialpedagogisk handling i teori och praktik* (Rapport nr 2018:4). Högskolan Väst.

Psykiatriker.se. (2025 14 januari). *Hopp, kamp och missbruk*.
<https://psykiatriker.se/hopp-kamp-och-missbruk/>

Regeringen. (2025). *Del 1–8: Personer med tungt missbruk – Stimulans till bättre vård och behandling*.
<https://www.regeringen.se/contentassets/3262e2891535407cbd70b6f0ee484240/del-1-t.o.m.-kap.-8-personer-med-tungt-missbruk---stimulans-till-battre-var-d-och-behandling>

Rudman, B. (2025). *Hitta meningen i livet*. <https://www.bjornrudman.se/hitta-mening-i-livet/>

Statens offentliga utredningar. (2005). *Personer med tungt missbruk: Stimulans till bättre vård och behandling* (SOU 2005:82). Stockholm: Regeringskansliet.
https://www.riksdagen.se/sv/dokument-och-lagar/dokument/statens-offentliga-utredningar/personer-med-tungt-missbruk-stimulans-till_gtb382/html/

Socialstyrelsen. (2019). *Nationella riktlinjer för vård och stöd vid missbruk och beroende: Stöd för styrning och ledning* (Artikelnummer 2019-1-16).
<https://www.socialstyrelsen.se/contentassets/3d56acb11f054f53bee8acb2c726428a/2019-1-16.pdf>

Socialstyrelsen. (2025). *Statistik om insatser till vuxna personer med skadligt bruk och beroende 2024* (Artikelnummer: 2025-5-9580).
<https://www.socialstyrelsen.se/statistik-och-data/statistik/alla-statistikamnen/vuxna-personer-med-skadligt-bruk-och-beroende/>

Snyder, C. R. (1994). *The psychology of hope*. Psychology.

Tønnessen, S., Klevan, T. & Ness, O. (2023). Giving can be meaningful: A two-part qualitative analysis to restore and decode professionals' understandings of meaningfulness in dual recovery. *Human Systems: Therapy, Culture and Attachments*, 3(3), 134–151. <https://doi.org/10.1177/26344041231160345>.

Vetenskapsrådet. (2002). *Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*.
https://www.vr.se/download/18.68c009f71769c7698a41df/1610103120390/Forskningsetiska_principer_VR_2002.pdf



World Health Organization. (2024). *Global status report on alcohol and health and treatment of substance use disorders*. WHO.



Intervjuguide (Bilaga 1)

Inledning

Kan du berätta om din yrkesroll och ditt arbete inom missbruksvård?

Hur länge har du arbetat med vuxna personer med missbruksproblematik?

Hopp

Vad betyder begreppet *hopp* för dig i ditt arbete?

Finns det situationer där det är svårt att upprätthålla hopp?

Har du några strategier för att upprätthålla hopp?

Mening

Vad betyder begreppet mening för dig i ditt arbete?

Vilken roll spelar mening inom missbruksvården för dig?

Finns det situationer där arbetet känns mer eller mindre meningsfullt för dig?

Har du några strategier för att upprätthålla mening?

Långsiktighet

Hur hanterar du situationer där förändring enligt dig tar lång tid?

Hur påverkas ditt hopp och mening i arbetet när förändring uteblir eller tar lång tid?

Kan du ge exempel på strategier för att motverka (negativ) påverkan?

Avslutning

Vad får dig att vilja fortsätta arbeta inom missbruksvård?

Finns det något mer du vill tillägga?



Missivbrev (Bilaga 2)

Hej! Vi är två tjejer, Maja och Alva som studerar Socialpedagogik med inriktning ungdoms och missbruksvård på Linnéuniversitet i Växjö. Vi har påbörjat vår C-uppsats där syftet med studien är att undersöka hur personal inom missbruksvård beskriver och hanterar sitt arbete med att upprätthålla hopp, mening och långsiktighet i mötet med vuxna personer med missbruksproblematik. Detta med fokus på deras professionella erfarenheter och strategier. För att besvara studiens syfte har vi valt fokusera på följande frågeställningar:

1. Hur beskriver personal inom missbruksvård sina erfarenheter av att arbeta med hopp, mening och långsiktighet i mötet med vuxna personer med missbruksproblematik?
2. Vilka strategier och utmaningar upplever personal inom missbruksvård i arbetet med att upprätthålla hopp, mening och långsiktighet och hur hanterar de dessa?

Genom detta brev tillfrågas du härmed att delta i en intervju för vårt examensarbete. Dina erfarenheter och din kunskap är viktig för oss att ta del av. Intervjun beräknas ta 45 – 60 minuter. Materialet kommer att spelas in via röstmemon (telefon) för att sedan transkriberas. Våra intervjuer sker individuellt och planeras att genomföras under vecka 6–8. Vi vill informera dig om att dina svar och resultat kommer att behandlas på ett sätt som säkerställer att ingen obehörig får tillgång till dem. Ditt deltagande i studien kommer att behandlas konfidentiellt och ingen information om din identitet eller arbetsplats kommer att nämnas i den färdiga uppsatsen. Det är frivilligt att delta i studien och du har rätt att när som helst avbryta ditt deltagande utan att behöva uppge någon anledning. All information som samlas in och behandlas kommer enbart att användas för studiens ändamål och allt intervjumaterial kommer att förstöras när uppsatsen är klar.

Vi hoppas att du finner vår studie intressant och vill delta. Tveka inte att kontakta oss om du har några frågor eller om du vill delta. Vi kommer att ordna en tid och plats som passar både dig och oss.

Växjö 20/1 - 2026

Med vänliga hälsningar Maja och Alva

Studenter:

Maja Samuelsson Tel: 072- XXXXXXX, mail: ms228eg@student.lnu.se

Alva Eneqvist Tel: 072- XXXXXXX, mail: ae224tz@student.lnu.se

Handledare: Jenny Westerlund