

Tartu Ülikool  
Sotsiaalteaduste valdkond  
Ühiskonnateaduste instituut  
Infoühiskond ja sotsiaalne heaolu  
Sotsiaaltöö ja sotsiaalpoliitika eriala

Kätlin Tiidu

**HUUMORI POSITIIVNE ROLL SOTSIAALTÖÖS**  
**SOTSIAALTÖÖTAJATE PERSPEKTIIVIST**

Bakalaureusetöö

Juhendaja: Kelli Ilisson, MSc

Tartu 2022

## **Autorideklaratsioon**

Kinnitan, et olen koostanud käesoleva töö iseseisvalt. Kõik töös kasutatud teiste autorite tööd, põhimõttelised seisukohad, kirjandusallikatest ja mujalt pärinevad andmed on viidatud.

Kätlin Tiidu

24.05.2022

# ABSTRACT

## **"The positive role of humor in social work from the perspective of social workers"**

Humour has been shown to improve health, reduce stress and improve psychological wellbeing (Lurie & Monahan, 2015). According to Lurie & Mohan (2014), humour is a universal language spoken by many generations and cultures. While humour is not one of people's primary needs, it is still an important part of a life. It can be a good friend on a gloomy day or just a part of everyday life - whether it's a few lines in a book, a social media post or a scene in a favourite film.

There are several parts and different areas of research in humour, which are still relatively under-researched. As such, humour is an extremely broad and deep subject, from which everyone can find something interesting, useful or important. The role of humour in social work has also not been much studied, and the Estonian language has not covered this area of research at all. I will examine the role of this zanri in social work from the perspective of social workers themselves, focusing on the positive use of humour. This is precisely because humour, and specifically its positive effects, is very important to me. It has helped me out of the most difficult situations.

The aim of my Bachelor thesis was to identify and analyse the positive role and importance of humour in social work based on the experiences of social workers. I explored social workers' views and opinions about humour in social work, both in their daily work, in self-care and in their interactions with colleagues.

The answers to my three research questions were summarized as follows:

1. How does humour affect social work from the social workers' point of view on a daily basis?

The social workers interviewed all felt that humour plays an important role in their lives and in their daily work. In all their lives and in all their work, humour is present in their lives and in

their work, and it has a positive impact on their interactions with clients and colleagues. Humour can be used as a tool, and from a self-care perspective, healthy humour is used to promote well-being.

2. What are the humorous experiences of social workers in relation to clients, home visits and the work itself?

Social workers shared a variety of humorous stories of their experiences with both clients and home visits, demonstrating that humour and 'jokes' are part of everyday social work. Everyone had a story to tell with a note of humour, and it was liberating for them to talk about humour as a separate aspect of social work.

3. What role does humour play in social workers' interactions with each other?

According to the social workers - humour, sarcastic and inside jokes, etc., are often used in their interactions with other colleagues. Humour and humorous remarks reinforce and support one other, and increase a sense of cohesion at work.

This bachelor thesis is just a small addition to the nature of humour and its positive role in social work. Without the positive there is no negative. Therefore there is definitely also a negative side to humour and the way it is handled, that should be explored in the same way. Additionally, a role of clients and their views on the existence of humour in social work could be also explored. It is of the utmost importance to be aware of and take into account the feelings and perceptions of the client, which could also be an interesting area for research. Humour in general in the workplace and in different organisations deserves more attention and mapping, its potential to improve both workplace climate and results is currently still relatively under appreciated.

**Keywords:** social work, humour, positive effects, social workers, stress.

# **SISUKORD**

## **ABSTRACT**

<b>SISSEJUHATUS</b>	<b>6</b>
1.1 Huumori olemus	8
1.2 Huumori positiivne mõju töökohal	9
1.3 Sotsiaaltöö olemus ja põhimõtted	10
1.4 Positiivne huumori roll sotsiaaltöös	12
1.4 Uurimisprobleem	14
<b>II METOODIKA</b>	<b>15</b>
2.1 Metoodika valik	15
2.2 Andmekogumismeetod	16
2.3 Uurimuses osalejad ja käik	16
2.4 Andmeanalüüsimeetod	17
<b>III ANALÜÜS JA ARUTELU</b>	<b>18</b>
3.1 Huumori roll sotsiaaltöötajate igapäevas	18
3.1.1 Huumori olulisus	18
3.1.2 Huumor kui tööriist	20
3.1.3 Huumor ja enesehoid	20
3.2 Huumori roll klientidega suhtlemisel	22
3.2.1 Kliendi tunnetamine	22
3.2.2 Lood klientide, kodukülastustega	22
3.3 Huumor sotsiaaltöötajate vahel	24
3.3.1 Üksteise toetamine	24
3.3.1 Omavahelised humoorikad ütlemised, tavad	24
<b>KOKKUVÕTE</b>	<b>25</b>
<b>KASUTATUD KIRJANDUS</b>	<b>27</b>
<b>LISAD</b>	<b>31</b>

## SISSEJUHATUS

On tõestatud, et huumoril on oluline roll tervise parandamisel, stressi vähendamisel ja psühholoogilise heaolu parandamisel (Lurie & Monahan, 2015). Lurie & Mohan (2014) kohaselt on huumor kui universaalne keel, mida räägivad paljud erinevad generatsioonid ja kultuurid. Huumor ei ole küll inimeste esmaste vajaduste nimekirjas, on see siiski äärmiselt oluline elu osa. Huumor võib olla igapäevase hea sõber sombusel päeval, aga ka lihtsalt osa igapäevase elust - seda nii raamatu kaante vahel, sotsiaalmeedias kui ka lemmikfilmis.

Huumoril on väga palju erinevaid tahke ja uurimissuundasid, mida on siiani veel suhteliselt vähe uuritud. Huumor kui selline on ülimalt lai ja sügav teema, millest igäüks võib leida enda jaoks midagi huvitavat, kasulikku või olulist. Huumori rolli sotsiaaltöös ei ole samuti veel palju uuritud, eesti keeles on see uurimisvaldkond täiesti kajastamata. Käesolevas bakalaureusetöös uurin sotsiaaltöös sotsiaaltöötajate endi perspektiivis, keskendudes huumori positiivsele mõjule. Seda just seetõttu, et minu enda jaoks on huumor ja just selle positiivne mõju väga olulisel kohal. See on aidanud mind välja ka kõige keerulisematest olukordadest.

Marju Selg (2019) oma artiklis on toonud hästi välja, milline mõju ühel heal naljal sotsiaaltöös on - see aitab sotsiaaltöötajal ellu jääda, mured endast väljapoole jätta ja keerukatest olukordadest välja astuda. Samuti aitab huumor heita kõrvalpilk endale ja oma tööle. Nalja heitmine nii enda kui ka üldise töö üle ei alaväärista sotsiaaltöötajat ega õdnesta tema professioni (Selg, 2019). Samal arvamusel olen ka mina, huumori kasutus pigem rikastab sotsiaaltöötajat.

Minu bakalaureusetöö eesmärgiks on sotsiaaltöötajate kogemustele tuginedes selgitada välja ja analüüsida huumori positiivset rolli ning tähtsust sotsiaaltöös. Lisaks positiivse huumori kaardistamisele sotsiaaltöötajate perspektiivis annavad nende erinevad humoorikad kogemuslood võimaluse ka rohkem märgata ning tunnustada lugeja jaoks sotsiaaltöö helgemaid pooli.

Oma uurimuses kasutasin kvalitatiivset meetodit ning andmekogumismeetodiks poolstruktureeritud intervjuud. Intervjuud viisin läbi 2022 aasta märtsis kuue erineva sotsiaaltöötajaga.

Bakalaureusetöö eesmärgi saavutamiseks olen seadnud järgmised uurimisküsimused:

- 1) Kuidas mõjutab huumor sotsiaaltööd igapäevaselt sotsiaaltöötajate seisukohast?
- 2) Millised on sotsiaaltöötajate humoorikad kogemuslood seoses klientide, kodukülastuste ja töö endaga?
- 3) Milline roll on huumoril sotsiaaltöötajate omavahelises suhtluses sotsiaaltöötajate kogemusest?

Minu bakalaureusetöö koosneb kolmest suuremast peatükist, kus annan ülevaate huumorist ja selle positiivsest mõjust põhinedes erinevale kirjandusele, selgitan töö metoodikat ning analüüsin ja arutlen saadud tulemuste üle. Töö lõpeb kokkuvõtte ja soovitustega.

Täna kõiki, kes mind selle töö valmimisega on aidanud. Tänu kõikidele intervjuueeritavatele, kellega viisime läbi äärmiselt lõbusad ja sisurohked intervjuud. Täna väga Marju Selga, kes on huumori olulisust sotsiaaltöös märganud juba varasemalt ning kelle tõttu see teema ka valitud sai. Täna retsensenti Mari Proki antud kommentaaride ning soovitude eest.

Suurim tänu läheb minu juhendajale Kelli Ilissonile, kes on mind motiveerinud ja aitas enim selle töö kirjutamisel!

# I PEATÜKK: KIRJANDUSE ÜLEVAADE

## 1.1 Huumori olemus

Huumor mängib inimeste elus üht olulist rolli. Seda nii omavahelises suhtluses, sotsiaalmeedias, töökohal või ka õhtul teatrilaval. Läbi ajaloo Aristotelesest Freudini on inimesed alati otsinud huumorile paika pidavat tähendust. Igaühel meist on teatud isiksuseomadused, mida kasvatades võivad saada olulised ja kasulikud aspektid elus. Mõnele on see isiksuseomadus huumor. Teiste jaoks on huumori kasutamine midagi sellist, mis ei tule iseenesest (Furman, 2002). Huumor oma olemuselt on salapärane ja huvitav nähtus, mis läbib inimeste elu igapäevaselt (Veatch, 1998). Seega on huumori näol tegemist ühe äärmiselt mitmekülgse fenomeniga, mida saab lähemalt uurida ja analüüsida väga mitmest erinevast aspektist.

Lurie & Mohan (2014) kohaselt on huumor kui universaalne keel, mida räägivad paljud erinevad generatsioonid ja kultuurid. Huumor kannab endas mitmeid funktsioone. Huumor parandab tervist, vähendab stressi ja ärevust, aitab korrigeerida negatiivseid ja mõnikord toksilisi kognitiivseid protsesse ja tundeid ning aitab vähendada traumareaktsiooni (Lurie & Monhan, 2014). Beeman (1999) lisab veel, et huumori eesmärk on luua publikule (teisele inimesele) konkreetse heaolutunde, mis avaldub enamasti füüsilises reageeringus, mis koosneb naudingutest, sealhulgas naeratusest ja naerust.

Huumoriga võime väljendada või tajuda seda, mis on naljakas, see on nii meelelahutuse allikas kui ka vahend raskete või ebamugavate olukordade ja stressirohkete sündmustega toimetulekuks. Huumor võib oma kõige kergematest vormidest absurdsemate vormideni mängida olulist rolli sotsiaalsete sidemete loomisel, pingete vabastamisel või kaaslaste ligimeelitamisel (Psychology Today..) Huumor on ka kui oluline ressurss. Inimesed, kes suudavad enda või oma olukorra üle naerda, säilitavad vaatenurga, mis hõlbustab kohanemist. Koomilise nägemuse omamine säilitab kontrolli tunde ja hoiab meid stressirohketest sündmustest üle koormamast (Witkin, 1999). Huumoril on võime muuta inimesed esmaste kontaktide ajal rahulikuks, kui nad satuvad võõraste olukorda ja kohtuvad esimest korda võõra inimesega. Jagatud naer toimib sotsiaalse



sillana ning hõlbustab kaasamist ja suhtlust. Koos naermine pehmendab võimude erinevust, vähendab sotsiaalset distantsi, normaliseerib abistamisprotsessi ja edendab terapeutilist suhet (Gitterman, 2003). Arusaam, et huumoril ja naerul on tervisele positiivne efekt, on viimastel aastatel muutunud üha populaarsemaks nii tervishoiuteenuste osutajate kui ka üldsuse seas. Meedia kajastab sageli artikleid huumori ja naeru tervist tugevdavatest mõjudest ning järjest kasvutrendis on liikumine, kus praktikud edendevad järjest rohkem terapeutilist huumori kasutamist seminaride, töötubade, videolintide ja erinevate veebisaitide kaudu (Martin, 2001).

## **1.2 Huumori positiivne mõju töökohal**

Huumor on inimestevahelise suhtluses igapäevane element ja seetõttu mõjutab see töörühmi ja organisatsioone. Huumori kasutamine töökohal on kasvav uurimisvaldkond, eriti juhtimisega seotud väljaannete puhul. Kui 1980. aastate alguses ilmus tööga seotud huumorit puudutavaid artikleid käputäis (Vartabedian & Vartabedian, 1993). Viimasel 40 aasta jooksul on leitud, et huumori uuringud on üha enam levinud töökohal ja organisatsioonides ning huumoril on ettevõtte kultuuris oluline roll. Huumori mitmetahulisuse tõttu on heaks kiidetud erinevad määratlused ja mitmekesised mõõtmisviisid (Rosenberg, Walker, Leiter & Graffam, 2021).

Tihti peale saab huumor alguse töökohal olevast atmosfäärist või meeleseisundist, mida korrigeerivad sageli just juhid või juhendajad (Vartabedian & Vartabedian, 1993). Lisaks mõjutavad huumori mõju organisatsiooni tulemustele individuaalsed erinevused, nagu näiteks etniline kuuluvus ja sugu. Sarnaselt tööriistakomplektist õige tööriista valimisega saavad juhid valida sobiva huumori stiili, mis sobib soovitud organisatsiooni tulemusega, kohandada individuaalseid erinevusi ja saavutada positiivseid organisatsioonilisi tulemusi (Romero & Cruthirds, 2006). Ülimalt oluline on pöörata tähelepanu asjaolule, et kui huumori tunnetamine ja arusaamine inimeseti on erinev, on organisatsioonis oma keerukate suhtluskombinatsioonide tõttu veel relevantsem huumorit õigesti mõista ja tajuda. Mis on humoorikas väikeses töörühmas, ei pruugi olla suurel koosolekul või ükshaaval töötajate silmis (Vartabedian & Vartabedian, 1993).

Vaatamata asjaolule, et äri on kui “tõsine” nähtus, võib huumor töökohas meeleolu kergendada ja tööelu nauditavamaks muuta. Huumor on midagi enam kui lihtsalt naljakad ütlemised või tavad, see kujutab endast multifunktsionaalset juhtimisvahendit, mida saab kasutada paljude eesmärkide saavutamiseks (Romero & Cruthirds, 2006). Võimu- ja staatuse suhete säilitamisele orienteeritud huumor on sellise juhtimisstiili omaksvõtmisel kasulik ressurss. Huumor muudab meeldivamaks nii käskkirjalised avaldused, mis rõhutavad organisatsioonilisi kohustusi, kui ka kriitilised kommentaarid, mis käsitlevad kõrvalekaldeid normidest (Holmes & Marra, 2006). Oluline on olla teadlik oma positsioonist huumori kasutamisel, kui ka teiste liikmete huumorialast tunnetamist. Töökohal võib see pakkuda eeliseid nagu stressi leevendamine, meeskonna ühendamine, töötajate motivatsiooni tõstmine, ideede genereerimine ja frustratsiooni vähendamine (Lyttle, 2007). Töörühmades, mis on põhiliselt juhitud inimestevahelise suhtluse reeglitest, võib huumori multifunktsionaalse rolli mõistmine organisatsioonides aidata kaasa personali tõhusale juhtimisele (Lurie & Monhan, 2014). Huumor soodustab positiivset sotsialiseerumist, seda erinevate humoorikate ühistegevuste näol, nt stiilipäevad, paraadid, firmapeod, igapäevased humoorikad laused teadetetahvlil jm (Vartabedian & Vartabedian, 1993).

### **1.3 Sotsiaaltöö olemus ja põhimõtted**

Sotsiaaltöö ja tema olemus - kui palju erinevaid tahkusi ning külgi tegelikult endas peidab. Sotsiaaltöö pole pelgalt ainult sotsiaalvaldkonna üks esindajatest, ta on palju enam. Sotsiaaltöö on oma olemuselt elav, arenev ja kriitiline (Sotsiaaltöö...,2019). See inimsuhetele põhinev, pidevaid väljakutseid pakkuv eriala on nii abi vahendaja kui ka informeerija. Sotsiaaltöö kajastub väga paljudes eri valdkondades, ka nendes, kus esmapilgul ameti nimest või tegevuse eesmärgist välja ei loe. Rahvusvaheline Sotsiaaltöötajate Föderatsioon (IFSW) on defineerinud sotsiaaltöö järgmiselt (Global...,2014): *“Sotsiaaltöö on nii praktilal põhinev kui ka akadeemiline teadusala, mis aitab kaasa sotsiaalsetele muutustele ja arengule, inimeste võimustamisele ja vabanemisele ning edendab sotsiaalset ühtekuuluvust. Sotsiaaltöös on tähtsal kohal sotsiaalne õigus ja inimõigused, kollektiivne vastutus ja erinevuste austamine. Toetudes sotsiaaltöö teooriatele, sotsiaal- ja inimteadustele ning pärimusteadmistele, ärgitab sotsiaaltöö*

*inimesi ja struktuure ületama elus ettetulevaid raskusi ning suurendama heaolu*”. Seega üldisemalt saab öelda, et sotsiaaltöö keskendub inimeste uskumuste, arvamuste ja maailmavaadete mõistmisele, kasutades vastavaid teadmisi (Kreem, 1995). Samuti on sotsiaaltöö miski, mis muutub, areneb ja võib ka kaduda vastavalt muutustele ühiskonnas, st et ka sotsiaaltöötajate teadmised, ideed ja mõtted, mis on kasutuses, alluvad sotsiaalsetele muutustele (Payne, 1995).

Sotsiaaltöötaja on kursis kogu sotsiaalsüsteemiga. Üks hea praktik peab olema sotsiaalsete põhiküsimustega igal ajal kursis, et oma kliente paremini aidata. Tema töö on seotud nii otseselt kui ka kaudselt väga paljude erialadega. Seega sotsiaaltöötaja ei saa olla ainult ühe kitsa ala spetsialist, vaid omama oskust hoomata palju enam (Kreem, 1995). Sotsiaaltöötaja omab teadmisi oma ameti poliitilistest mõõtmestest, mõistab riigi poolt omistatud võimu ning töötab sihipäraselt inimestega või nende heaks, jäädes alati oma professioni eetika piiridesse (Sotsiaaltöö...,2019). Ta tegeleb riskigruppi kuuluvate inimestega, kuhu kuuluvad nii majanduslikes raskustes olevad üksikisikud ja/või perekonnad, kodutud, eakad, haiged ja puudega inimesed, sõltuvushäirega isikud jm. Sellest tuleneb ka sotsiaaltöö tundlikkus ning sealjuures on oluline, et sotsiaaltöötaja oskaks teha eetilist otsuseid.

Sotsiaaltöös on oluline eetiline lähenemine, sest tegemist on haavatavate sihtgruppide ja delikaatsete juhtumitega ja seda tööd tehes on oluline lähtuda eetikapõhimõtetest (Sotsiaaltöö...,2019):

- Iga inimolendi loomuomase väärkuse austamine
- Inimõiguste edendamine
- Sotsiaalse õigluse edendamine (sh eelarvamusliku kohtlemise ja institutsionaalse diskrimineerimise vastustamine, erinevuste austamine, õiglase juurdepääs ressursidele, ebaõigluste poliitikate ja toimumisviiside vastustamine ja üksmeele loomine)
- Enesemääramisõiguse edendamine
- Osalusõiguse edendamine
- Konfidentsiaalsuse ja privaatsuse austamine
- Inimeste kohtlemine tervikliku isikuna

- Digitehnoloogia ja sotsiaalmeedia eetiline kasutamine
- Professionaalne usaldusväärsus

Sotsiaaltöö põhiväärtused lähtuvad peamiselt Inimõiguste Deklaratsioonist, mille põhjal on Rahvusvaheline Sotsiaaltöötajate Föderatsioon kujundanud seisukohad sotsiaaltöös. Iga riigi sotsiaaltöötajate ühingul on ka oma eetikakoodeks, mille järgi selle ühingu liikmed talitavad ning mille vastu eksimisel võib kasutada sanktsioone (Kreem, 1995).

#### **1.4 Positiivne huumori roll sotsiaaltöös**

Sotsiaaltöö oma olemuselt ei ole kaugeltki humoorikas või “naljakas” eriala, sest igapäevaselt tuleb silmitsi seista keeruliste teemade ja haavatavate sihtgruppidega. Küll aga naer võib aidata kõige raskematel aegadel ning huumoril on suur potentsiaal luua suhteid klientidega, leevendada pingeid kolleegidega ja olla heaks väljundiks inimesele endale. Naer ja huumor võib pakkuda inimestele ühiseid kogemusi, mis omakorda toetab ühist arusaama (Gitterman, 2003). Vabamas õhkkonnas jagavad kliendid tõenäolisemalt oma mõtteid, tundeid ja kogemusi. Huumor annab võimaluse laskuda ka tabu või keerulistemastesse olukordadesse ja teemadesse, aidates nii kliendil kui ka sotsiaaltöötajal oma emotsioonidega toime tulla. Leebe ja “pehme” huumor aitab ka leevendada ärevust, piinlikkust ja valu (Gitterman, 2003). Tuleb märkida, et huumori kasulikud mõjud võivad sõltuda mitte ainult stressori olemusest, vaid ka vaadeldavast huumori aspektist (Moran & Hughes, 2006). Samuti teatud juhtudel ei taga ainult kontekst huumorit, vaid seda asjaolude tundlik iseloom, kõrvaliste inimeste kohalolek, kes ei mõistaks vabastamise vajadust, või lihtsalt puudub võimalus näha asjade naljakat külge. Tähelepanu alla tuleb võtta ka asjaolu, et inimesed, kes kasutavad ainult huumorit, ei pruugi lubada endal välja töötada muid toimetuleku strateegiaid. Nad võivad muutuda tüütuks või teistele haiget teha (Moran & Hughes, 2006). Siinkohal tulevad ilmsiks ka huumori negatiivsed asjaolud, millela ei saaks olla positiivseid ja mis on sama olulise tähenduse ning vajadused, kuid selles töös ei ole huumori negatiivsed aspektid fookuses.

Huumori kasutus sotsiaaltöötaja igapäevases töös kannab endas positiivset mõju. Huumor võimaldab sotsiaaltöö spetsialistidel vabaneda negatiivsetest emotsioonidest, vältida stressi ja küünilisust, saavutada normaalsus- ja perspektiivitunne ning suhelda nii klientidega kui ka kaaskolleegidega. Huumori positiivne mõju näib olevat kooskõlas huumori-tervise hüpoteesiga, mis eeldab, et huumor suurendab heaolu (Fogarty & Elliot, 2019). Sobiv huumor näitab mõistmist ja kutsub esile arutelu. Kui kliendid on oma tajudes, mõtlemises ja verbalisatsioonides kinni, võib huumor aidata neil olukorda uuel viisil vaadata ja esile kutsuda eneserefleksiooni (Gitterman, 2003). Teisalt on oluline mõista, et erinevate situatsioonide mitte-tunnetamise ja kergekäelise huumori kasutamise korral võib see lõhkuda terapeutilise suhte, võimendada kliendi kannatusi ja isegi tugevdada negatiivseid emotsioone või uskumusi (Janssen, i.a). Samuti kui huumorit kasutatakse sotsiaaltöötaja enda ärevusest kõrvale tõrjumiseks, võib see vestluse kliendiga sulgeda. Kui klient tunneb, kas õigustatult või mitte, et tema arvelt tehakse nalja või kasutatakse liigset ja ebavajalikku huumorit, võib see tugevdada valu ja/või kaitsevõimet, mis tuleneb omakorda häbimärgistamisest, kiusamisest või väärkohtlemisest (Janssen, i.a). Huumor kliendi perspektiivist on samuti uurimus, mis võiks leida huvi mõnele järgmisele autorile. Hetkel veel on materjale selle teema kohta (sh eesti keeles) kahjuks vähe.

Oluline on, et kui kasutades humoorikat lugu või nalja või leides rõõmu irooniast, absurdist või mängulisest liialdamisest, peaksid sotsiaaltöötajad lähtuma kavatsustest kasutada huumorit viisil, mis toob klientidele arusaamise ja on kooskõlas nii nende eesmärkide kui ka sotsiaaltöö eetikakoodeksiga. Sotsiaaltöötajad peaksid olema tundlikud ka kliendi väärtuste, suhtlemisstiili ja sotsiaalse ajaloo, samuti nende konkreetsete eelistuste ja huumori stiili suhtes (Janssen, i.a). Terje Lihtsa (2018) uuringus tuli ilmsiks ka asjaolu, et sageli teised inimesed väljaspoolt sotsiaaltööd ei mõista sotsiaaltöötajate vahelist musta huumorit. Kuid sellegi poolest on see sellel töökohal äärmiselt vajalik, just tööalase ühtekuuluvuse näitamiseks ning ühiste arusaamade jõustamiseks (Lihtsa, 2018).

Huumor on loominguiline tööriist, mida tuleb kasutada erinevalt, lähtudes kliendi taustast, toimimistasemest ja konkreetsest olukorrast. Tööriistana võib huumor aidata nii stressirohketes olukordades, kontakti leidmisel kliendiga või kolleegi turgutamiseks (Gitterman, 2003). Läbi oma huumorimeele jõustavad sotsiaaltöötajad nii iseennast kui ka oma kolleege (Lihtsa, 2018).

Sotsiaaltöötaja jaoks peaks huumori kasutus tulema loomulikult, et selle mõju oleks efektiivne, vastasel juhul võib huumori kasutusel olla ka vastupidine mõju ning tuleb meeles pidada, et huumorit ei saa sundida ega üle kasutada. Seda kasutades peaks sotsiaaltöötaja olema valmis võtma riske ja ega kartma tegemast vigu (Gitterman, 2003). Moran & Hughes (2006) lisavad veel, et sotsiaaltöötajate jaoks on huumor osaks ka nende isilkest toimetuleku oskustest. Nad tõid välja ka märkuse, et pole selge, kas huumor on sotsiaaltöö erialale astujatele omane või omandatakse see töö käigus, mis on juba omaette uurimisvaldkond.

Kuna huumor on oma olemuselt niivõrd kompleksne ja mitmetahuline, on ta asjakohane paljudes teadusharudes. Kuid huumoril kui sellisel puuduvad kindlad piiritlused ja ühised käsitlused, seetõttu ei ole veel suur osa huumorit käsitlevast kirjandusest seotud sotsiaaltöö praktikaga (Moran & Hughes, 2006). Küll aga on erinevad uuringud seoses huumoriga sotsiaaltöös pidevalt kasvutrendis, mis omakorda on paralleelselt stressi ja toimetuleku uuringute kasvuga (Moran & Hughes, 2006). See seos toetab asjaolu, et huumorit leitakse üha enam positiivseks mõjuteguriks sotsiaaltöoga tegeledes. On ebatõenäoline, et huumori nautimine ja praktiseerimine põhjustab inimestel kõrgemat stressitaset või rohkem stressisümptomeid. Hoopis kõrged ja tihedased stressiperioodid võivad mõned inimesed panna huumorit rohkem hindama ja kasutama (Moran & Hughes, 2006). Seega saab huumorit võtta kui abimeest, kes aitab nii stressirohketel ja keerulistel aegadel kui ka positiivse meeolu juurde tekitamine.

## 1.4 Uurimisprobleem

Sotsiaaltöö on oma keerukate juhtumite, varieeruva kliendibaasi ja mitmetahuliste lahenduskäikudega küllaltki emotsionaalselt palju nõudev eriala. Iga sellise raske ning vastuolulise ametiga kaasnevad ka soovitud, erinevad praktikad ja lähenemised, kuidas tööprobleemidega lihtsamini toime tulla. Üheks selliseks pinge leevendajaks on huumor. Liigne tõsidus võib olla rusuv ja tajutav mure- ja kohustuse koormana, seega tervislik huumor kannab endas vastavat vabastavat faktorit (Sotsiaalministeerium, 2006).

Marju Selg (2019) on öelnud järgmiselt: *“Hea nali aitab sotsiaaltöötajal ellu jääda: jätta mured endast väljapoole, astuda välja keerukatest olukordadest, heita kõrvalpilk endale, oma tööle,*

*sotsiaaltöö professionile, näha asju, mida me tõsimeelsel vaatlusel ei märka*”. Mis minu silmis võtab suurepäraselt kokku põhjuse ja tekitab ka uurimisprobleemi, miks huumorit kui positiivset aspekti sotsiaaltöös lähemalt uurida. Sotsiaaltöötajate erinevad humoorikad kogemuslood annavad ka võimaluse rohkem märgata ning tunnustada lugeja jaoks sotsiaaltöö helgemaid pooli.

Käesoleva bakalaureusetöö eesmärgiks on sotsiaaltöötajate kogemustele tuginedes selgitada välja ja analüüsida huumori positiivset rolli ning tähtsust sotsiaaltöös.

Bakalaureusetöö eesmärgi saavutamiseks olen seadnud järgmised uurimisküsimused:

- 1) Kuidas mõjutab huumor sotsiaaltööd igapäevaselt sotsiaaltöötajate seisukohast?
- 2) Millised on sotsiaaltöötajate humoorikad kogemuslood seoses klientide, kodukülastuste kui ka töö endaga?
- 3) Milline roll on huumoril sotsiaaltöötajate omavahelises suhtluses sotsiaaltöötajate kogemusest?

## **II METOODIKA**

Antud peatükis kirjeldan uurimismeetodi valikut, andmekogumis- ja andmeanalüüsi meetodit. Samuti toon välja uurimuses osalejaid ning uurimuse käigu.

### **2.1 Metoodika valik**

Bakalaureusetöö metodoloogiliseks lähenemisviisiks valisin kvalitatiivse uurimuse. Kvalitatiivne uurimus annab võimaluse uurida, tõlgendada ning kirjeldada uurimuses osalevate inimeste isiklike ja sotsiaalseid kogemusi nende endi perspektiivist (Laherand, 2008). Seda ka minu töö puhul, kus eesmärgiks on uurida sotsiaaltöötajate arvamusi ja kogemusi huumori olemusest sotsiaaltöös. Samuti kvalitatiivse uuringu puhul saab mõista ja süveneda pigem väiksema arvu osalejate maailmavaatesse (Laherand, 2008).

## 2.2 Andmekogumismeetod

Kvalitatiivse uurimuse puhul pärinevad andmed nii individuaal-, paari-, fookusgrupi- vm intervjuudest kui ka vaatlusprotokollidest /-päevikutest, erinevatest dokumentidest, uuritavate omaloomingust ja kõikvõimalikest meediaväljaannetest (Kalmus, Masso, Linno, 2015). Minu töö andmekogumismeetodiks on poolstruktureeritud intervjuud. Poolstruktureeritud intervjuu korral kasutatakse varem koostatud intervjuukava (Lepik, Harro-Loit, Kello, Linno, Selg ja Strömpl, 2014), mida kasutasin ka mina. Samas jätsin intervjuus osalejatele võimaluse ja vabaduse lisa teemasid ning küsimusi sisse tuua.

Planeeritud oli kuus intervjuud, mida protsessi käigus kohandasin nii, et lõplikult viisin läbi kolm individuaalintervjuud ning ühe grüpiintervjuu. Individuaalintervjuu eesmärk on viia läbi intervjuu ühe osalejaga, kes saab privaatselt ning omas tempos läbivate teemade üle arutada (Lepik jt, 2014). Grüpiintervjuu korral toimub intervjuu väikese grüpi inimestega ning on võimalik jälgida mil moel intervjuueeritavad arutavad teatud teemat omavahel (Lepik jt, 2014). Kuna grüpiintervjuu ei olnud esialgselt plaanitud, siis selle läbiviimisel lähtusin asjaolust, et püüan igale intervjuus osalejale siiski individuaalselt läheneda, st küsin iga käest küsimuse eraldi, oodates individuaalseid vastuseid. Grüpiintervjuu fenomen tuli esile siis, kui sotsiaaltöötaja teisele teatatud lugu või olukorda meenutas.

Intervjuukava (Lisa 1) koosnes kolmest teemablokist: huumori roll sotsiaaltöötaja igapäevas, sh enesehoid; humoorikad kogemuslood klientidega ja kodukülastustega; huumor sotsiaaltöötajate vahel. Igas teemablokis lähenesin 3-4 avatud küsimusega, kus intervjuueeritaval oli võimalus jagada ning kirjeldada oma lähtekohti ja kogemusi. Antud teemade jaotus aitas mul saada selgust sotsiaaltöötajate seisukohast nii huumori rollist ja olulisusest sotsiaaltöös igapäevaselt, sh huumori tähtsus enesehoiu perspektiivist, millised on humoorikad kogemusood kui ka huumori olemusest sotsiaaltöötajate vahel.



## 2.3 Uurimuses osalejad ja käik

Uurimuses osales kuus kohaliku omavalitsuse (edaspidi KOV) sotsiaaltöötajat. KOV sotsiaaltöötajad just eesmärgil, et sihtgrupp oleks võimalikult võrdne ning ühenäoline. Samuti põhjusel, et KOV töötajatel on võimalik puutuda kokku erineva kliendibaasiga ning võrgustik, milles nad osalevad, on üpriski suur. Valimisse valitud uuritavad olid kas minu kodukohale lähedal või kuulusid ka juba minu varasematesse kontaktidesse, seega tegemist oli mugavusvalimisega. Uurimuses osalejatele on tagatud täielik konfidentsiaalsus, nende nimed ega ka intervjuu vältel mainitud isikute nimesid ei avaldata. Olulised on intervjuueeritava enda arvamused ja seisukohad, pole võimalik “õigesti” ega “valesti” vastata. Samuti on intervjuueeritaval õigus küsimusele teatud põhjusel vastamata jätta (Lepik jt, 2014). Anonüümsuse tagamiseks nimetan oma töö analüüsis sotsiaaltöötajaid järgmiste märgistega: X maakonna sotsiaaltöötajaid S1, S2, S3 ja Y maakonna sotsiaaltöötajaid H1, H2, H3.

Intervjuueeritavatega võtsin ühendus nii e-posti teel kui ka neile helistades, kus tutvustasin oma bakalaureusetöö teemat ning selle eesmärgi. Kokkulepetele jõudsime kiiresti ning kõik intervjuud toimusid pooleteise nädala jooksul. Intervjuud viisin läbi *Microsoft Teamsi* keskkonnas ning individuaalintervjuud kestsid keskmiselt 35 minutit ja grüpiintervjuu kestis ~ 1 tund. Intervjuud alustades küsisin luba salvestamiseks, mis sobis kõigile osalejatele. Järgnevalt selgitasin neile intervjuu üldplaani ning nende kui intervjuueeritavate õigusi.

Intervjuud salvestasin diktofoniga ning transkribeerisin need kasutades veebipõhist kõnetuvastust (kättesaadav aadressil <http://bark.phon.ioc.ee/webtrans/>). Kuid kuna salvestused ei olnud piisava kvaliteediga, pidin enamus intervjuusid käsitsi transkribeerima.

## **2.4 Andmeanalüüsimetod**

Oma töös andmete analüüsimiseks kasutasin kvalitatiivset sisuanalüüsi. Kvalitatiivset sisuanalüüsi kasutades saab uurida tekstide sisu ja/või kontekstilisi tähendusi (Kalmus, Masso, Linno, 2015). Samuti annab kvalitatiivne sisuanalüüs võimaluse laskuda ridade vahele ning leida sinna peidetud mõtteid ja sõnumeid (Kalmus jt, 2015). Kvalitatiivse sisuanalüüsi korral esitatakse teooriad või muud uurimistulemused arutelu osas (Laherand, 2008). Kvalitatiivse sisuanalüüs ei moonuta uuritavat nähtust ega liigu sellest eemale (Kalmus jt, 2015).

Täpsemalt kasutasin kvalitatiivse sisuanalüüsi temaatilist analüüsimetodit. Temaatiline analüüs on meetod andmetes olevate mustrite tuvastamiseks ja analüüsimiseks (Braun & Clarke, 2008). Temaatilise analüüsi puhul kogub uurija oma uurimisprobleemile vastamiseks kirjeldavaid andmeid (Kalmus jt, 2015). Minu töö eesmärgiks on teada saada sotsiaaltöötajate seisukohad, arvamused ning kogemused, mis toetab temaatilise analüüsi kasutamist. Andmete analüüsimisel moodustused kategooriad peamiselt uurimisküsimuste ja intervjuukavas olevate teemablokkide abil.

## **III ANALÜÜS JA ARUTELU**

Käesolevas peatükis analüüsin ning arutlen intervjueeritavate vastuste üle. Samuti arutlen uurimuses esile tõusnud teemade üle, mis on seotud kirjanduses välja tooduga. Koondan tulemused uurimisküsimustest tulenevate teemade alla, toon näiteid intervjueeritavate seisukohtadest, isiklikust arvamustest ning kogemustest. Analüüsis läbin kolme laiemat teemat: huumori roll sotsiaaltöötaja igapäevas; sotsiaaltöötajate humoorikad kogemuslood; humor sotsiaaltöötajate siseringis. Iga teema puhul analüüsin tulemusi lähtudes kitsamatest alateemadest ning toon arutellu teooriast tulenevad teadmised.

## 3.1 Huumori roll sotsiaaltöötajate igapäevas

### 3.1.1 Huumori olulisus

Intervjuu esimeses teemablokis lähenesin küsimustega, mis selgitaksid intervjuueeritava sotsiaaltöötaja isikliku seisukohta huumori rollist sotsiaaltöös. Kõik intervjuueeritavad leidsid, et huumoril on oluline roll nende igapäevatoos. Sotsiaaltöötajate sõnul toob huumor nende päeva vajaminevat energiat, aitab muremõtetega toime tulla ning lahendada tihtipeale ka pingelisi olukordi. Huumori tõepoolest kannab endas positiivset mõju inimeste igapäevas, nii väitsid ka erinevad autorid, kas seda näiteks stressi ja ärevuse vähendajana või täidab ühtsuse tekitaja rolli (Lurie & Monhan, 2014; Gitterman, 2003). Intervjuueeritavad tõid välja asjaolu, et keerulisema perioodi või juhtumi käigus võib küll huumor tahaplaanile jääda, kuid selle taasavastamine toob kaasa uue hingamise ning aitab probleemi uuest küljest vaadelda.

*S1: „Olulisel kohal on. Ikka iga päev tuleb mingi hetk, kus isegi ise itsitad enda ette mingisuguse olukorra või asja üle. Ja ega üldiselt ilma huumorita ei saagi siin, aitab toime tulla selle kõigega.”*

*H2: „Minu jaoks olulisel kohal. See väljendub selles, et kui kõik oleks range ja ilma huumorita siis ma arvan et see läbipõlemise faas oleks palju kiirem. Huumor toob sulle rõõmu, sa saad naeratada ja nagu öeldakse, kui inimene naeratab, siis tuleb hea tunne sisse.”*

Kõik intervjuueeritavad tõid välja, et huumoril on nende elus kandev roll. Intervjuueeritavate sõnul, on neid nali ja naer saatnud lapsepõlvest saadik. Kõik kuus sotsiaaltöötajat tõid välja, et huumor saab osaks nende elus igapäevaselt, kas siis koduseinte vahel laste ja abikaasaga suheldes või näiteks sõpradega kokkusaamisel. Küll aga kuuest sotsiaaltöötajast kolm märkis, et aja ja vanusega see mingil määral väheneb. Võttes arvesse ümberringi toimuvat, on vahel keeruline ennast rõõmsa ja elavana hoida. Kuid siiski on enamasti just huumor ja südamest naer, see mis toob helgust ja kergendab südant. Nagu eelnevalt tõi välja ka Witkin (1999), et inimesed, kes suudavad enda või oma olukorra üle naerda, säilitavad vaatenurga, mis hõlbustab kohanemist,

mis toetab ka väidet, et sotsiaaltöös positiivsust ja huumorit lihtsalt peab endaga kaasas kandma, sest see omakorda paiskub ja kandub edasi ka teistele.

S2: *„Ma olen juba ise selline tore ja elurõõmus inimene, kellele meeldib naerda ja teha huumorit ütleme siis, et jah mina olen selline avatud inimene, seda siis igapäevaselt ka huumorile. Ja mulle meeldib kui inimesed on mul vastas ka sellised avatud ja julged, et jah huumor on oluline.”*

H1: *„Oi naerda meeldib alati. Kui on valida, kas nutta või naerda, siis igal juhul naerda. Olen juba väiksest peale vana tembutegija ja nalja viskaja./.”*

### **3.1.2 Huumor kui tööriist**

Uuris in ka huumori mõju ja vajalikkuse olemasolu sotsiaaltöötajate kogemustele tuginedes ning kas huumorit saab kasutada vahel ka kui tööriista. Intervjueeritavad vastasid üksmeelselt, et huumorit saab kasutada kui kindlat tööriista, nii klientidega suhtlemisel, kaaskolleegide toetamisel või pingeliste olukordadega toime tulemisel, mis langeb kokku ka Gittermani (2003) öelduga. Leiti, et huumori toel on võimalik igat olukorda natukenegi positiivsemaks muuta. Toodi välja asjaolu, et huumorit on vaja, et oma tööd hästi teha, sest selle mitte kasutamisel, võib süveneda liigne tõsidus ja oskus ennast hoida, mis on oluline professionaalses klienditöös. Samuti see võimendab üldist suhtlust, muudab vestluse avatumaks ning annab mõlemale poolele rohkem ruumi hingamiseks. Küll aga toodi välja ka asjaolu, et huumori kasutamisega kliendiga suhluses kaasneb ka eelnev tunnetus ja piiride kompamine. Sõltub suuresti inimesest ning igaühe juurde nalja viskama minna ei saa, mida ütleb ka ülal on toodud teoorias välja asjaolu, et huumori kasutus on tihedalt seotud nii olukorra kontekst ja tundlikkus, kõrvaliste inimeste kohalolek ja ka võimalus näha asjade naljakat külge (Moran & Hughes, 2006).

H3: *„Kuidas ma saaks aidata, kui ma nutan ja norgus olen koguaeg. Ei saaks. Vahepeal piisab siuksest väikesest naljast või sõnakesest, mis tekitab teisele head emotsiooni.”*

S1: *„Saab küll tööriistana kasutada. Vahel näed juba ära, et mõnel kliendil lihtsalt on halb päev või on miskit keerulist käsil, siis huumoriga saab natukenegi helgemaks selle päeva muuta. Kõigile kindlasti ei mõju huumor ühtemoodi, aga tihti jah, on suureks abiks.”*

### **3.1.3 Huumor ja enesehoid**

Kui rääkisime intervjueeritavatega sotsiaaltöö keerukusest ning sellega kaasnevast läbipõlemise ohust ja tööstressist, uurisin ka sellest aspektist lähtuvalt huumori olulisust. Enamus intervjueeritavatest sotsiaaltöötajatest omasid vähemalt 10 aastat töökogemust ja nende sõnul on nende jaoks läbipõlemise oht möödas, kasvatatud on nii-öelda paks nahk ning osatakse tööd eraldada isiklikust elus ja olust. Tervislik huumor ja teadlik pea mittenorgu laskmine aitab kaasa igapäeva tööle ja hoiab inimest töökohal erksana. Forgarty ja Elliot (2019) väidavad samuti, et positiivne huumor suurendab igapäevast heaolu. Mitu sotsiaaltöötajat tõi välja, et ka kokku saamine ühe laua taga ja enda “tühjaks rääkimine” on suureks abiks enesehoiu puhul. Tihtipeale tekivad just siis uued naljad ja humoorikad ütlemised.

S3: *„Nüüd täna ma juba olen vist nii selliseks neutraalseks muutunud, et see töö mind niimoodi enam ei rusu. Aga noh, eks ma ole 28 aastat ka juba töötanud. Alguses oli küll, esimestel aastatel, võtsin ikka kõike nii hinge. Aga nüüd küll, enamus asju vaatan natuke ka läbi huumori ja kuidagi mõtestan enda jaoks kergemaks.”*

H3: *“///..//Saamegi kokku kuskil, räägime ennast tühjaks ja tihtipeale see päädib ka mingisuguse naljaga või humoorika lähenemisega. Kas nüüd ainult see nali läbipõlemise ja sellise vastu aitab, siis kindlasti mitte.”*

Tuleb ette olukordi, kus huumor või väike nali nii-öelda päästab hetke või maandab tekkinud pinget. Kui vestlesime sotsiaaltöötajatega pingeliste olukordade ja situatsioonide teemal, palusin neil tuua näiteid hetkedest, kus nemad ise on tunnetanud, et huumor on mingil määral ka ärevas hetkes aidanud. Pea kõigil on ette tulnud momente, kus kliendiga, kolleegidega või ka

tavainimestega suhtlemisel on õhku paisatud nali või ütlus aidanud õhkkonda kergemaks muuta ja olukorda tasakaalustada. Sotsiaaltöötajale viidati ka kui näitlejale, kes olenevalt hetkest ja kliendist peab täitma teatud rolli, olgu see siis humoorikas või mitte.

S1: *“/..Aga klientidega küll, mõni on alati ikka nii äksi täis või selline, siis ikka proovid mõne ütlemisega, et oota nüüd kus sa kihutad nüüd nii, paned must mööda veel nii, võtame rahulikult jne.”*

H1: *“/..Tegelikult mingis mõttes on sotsiaaltöötaja ka ju nagu näitleja rollis. Et oleneb kliendist ja tema vajadustest sa ikkagi pead kohati mingit rolli täitma.”*

## **3.2 Huumori roll klientidega suhtlemisel**

### **3.2.1 Kliendi tunnetamine**

Huumorit ja humoorikat hoiakut tuleb klientidega suhtlemisel ette pidevalt. Oluline on siinkohal aga sotsiaaltöötaja oskus tunnetada kliendi olemust ja aru saada tema piiridest. Nii Gitterman (2003) kui ka Janssen (2019) toovad välja asjaolu, et klientidega suhtlemisel on ülimalt oluline just nende seisukoha ja olukorra mõistmine. Osade klientide puhul on koheselt märgata, et tegu on elavamate ja avatumate inimesega, nendega on kergem leida ühine hingamine ja ka nii-öelda ühine naljajoon. Kuid on kliente, kes on kinnisemad või meelelt kurblikud ja tõsised ning kellega ei pruugigi huumori ree peale saada. Peab oskama mõista inimest, olukorra tõsisust ning ka tajuma keskkonda. Kui sotsiaaltöötajad kõnelesid oma pikaajalistest klientidest, siis tuli välja, et pea kõigil on teatud kliendid, kellega neil on väljakujunenud tugev ühine huumorisoon, mis omakorda tunnetavalt aitab nende suhtlemisele kaasa.

H2: *“/..Ja muidugi oleneb ka palju situatsioonist endast. Aga jah ikkagi kui oled ära tunnetanud, et klient samamoodi vähe viskab nalja ja on avatud, siis teeb see ka üldise suhtluse kergemaks.”*

H1: *“/..Ja noh, kui mõni klient juba selline igapäevane, nendega tegelikult jõuab tihti suhtlus sellesse avatud suhtlusesse, kus tihti on ka huumor ja nali osaks./..”*

### 3.2.2 Lood klientide, kodukülastustega

Kui vestlesin sotsiaaltöötajatega nende humoorikatest kogemustest sotsiaaltöös, oli kõige rohkem lugusid rääkida just klientide ja nendega seostuvate olukordadega. Järgnevalt toon välja värvikamad seigad läbi sotsiaaltöötajate endi kirjelduse.

S1: *„Kunagi oli meil selline situatsioon, kus koos kaastöötajaga pidime minema ühele vanakesele hooldekottu järele, et koju viia. Läksime siis ja avastame, et vanakest polegi. Tütar oli tulnud ja memme ära varastanud. Ja täiesti. Hakkasime siis otsima ja uurima, ja mis tuli välja. Ta oli viinud ta ühte õunaaeda, mis jäi sealt ikka mitme kilomeetri kaugusele. Oligi emakese siis viinud sinna õunaaeda nii-öelda vist siis peitu. Ja meie siis läksime järgi, mul kõik kontsakingad ja kleit seljas, läbi seal korraliku võsa ja muda. Aga saime kätte memme ja pärast just naersimegi, et täpselt siis pead kuskilt ronima, kui otsustasid panna kingad jalla ja et meil ikka igav sellel tööil ei hakka.”*

S3: *„Ja eks on selliseid kliente ka, kes mingi isiklikult alati natuke naerma panevad, et kes helistavad ja kellel a l a t i mingisugune probleem on või alati nad süüdistavad kas siis volikogu või riigikogu või seadusi või meid sotsiaaltöötajaid. Ja siis kui ta tuleb siia toimetulekutoetuse avaldust tegema, kuigi tema ei peaks seda saama, sest tal sissetulek on üle määra, aga ikka tuleb ja kirjutab. Ma siis vaatan seda taotlust ja mis ta kirjutanud on, ja ta alati paneb paberi serva teksti, et palun aidake eesti vabariigi vaest pensionäri ja palun pange mulle vähemalt 200 eurot toetust, palun teid väga olge mõistlik. Ja no mul tuleb alati see naeruke peale ja pärast ikka enda ette mõtlen ja kõkutan. “*

H1: *Helistas üks naine meile, et sooviks oli siis kohta hooldekodusse. “Et kas dementseid te võtate”, vastasime et jaa, aga seljuhul siis oleks vaja avaldus teha hooldekottu ja et kellele te sooviksite. Vastab siis, et endale. “Noh tulin just arsti juurest ja mulle öeldi, et mul on alzheimer, ma pean valmistusma hakkama, muidugi ma tahan endale.” Ühest küljest on see ju muidugi kurb, aga teisalt jällegi see oli nii naljakas, et ta ise võttis seda juba vabalt ja huumoriga. Et sellised kõned alati toovad tegelikult naeru suule küll.”*

H3: *„Ühe alkohoolikuga oli selline lugu, et seal sotsiaalmajas siis kus ta elas, oli koordinaator, kes tihti ütleski, et palun ärge jooge, lõpetage see joomine. Ja siis kui ta ise, see koordinaator, hakkas puhkusele minema ja ütles siis neile ka, et olgu ma lähen nüüd reisile, siis see alkohoolik ütles vastu. “Palun ära joo seal puhkusel, vaata kas sa saad hakkama nii et ei joo. Katsu siis nii, et keegi keelab ära hea asja.” Ja see ajabki naerma ja tegelikult annab ka märku sellest, et kuigi kõik saavad aru ja tunnetavad neid probleeme, on seal ikkagi see väike lünk või auk, kuhu see nali ja huumor ära mahub.”*

### **3.3 Huumor sotsiaaltöötajate vahel**

#### **3.3.1 Üksteise toetamine**

Kui arutasime huumori kasutamise ja selle mõju üle just kolleegidega suhtlemisel, tuli ilmsiks, et igapäevases omavahelises suhtluses jätkub huumorit ja nalja küllaga. Kui tehakse koostööd mingi keeruka juhtumi juures ja kummalegi või mõlemale korraga tuleb teatud raskus ette, proovitakse üksteist aidata, toetada ja meelt erksana hoida tihti läbi huumoriprisma. Kõik sotsiaaltöötajad tõid välja asjaolu, et enim neid selle töö puhul aitab üksteisega kokku saamine ühe laua taga ja kogemuste jagamine. Kui on rusuvamad ja üle jõu käivad juhtumid või olukorrad, ollakse üksteisele toeks nii nõu, jõu kui ka naljaga. Toodi ka välja asjaolu, et tihtipeale väljast tulev inimene, kes ei ole tööga varem kokku puutunud, ei oska mõista sotsiaaltöötajate vahelisi humoorikaid ütlemissi, tavasid. Niisamuti leidis ka Terje Lihtsa (2018) oma uurimuses, kus rõhutas ka just huumori kasulikkusele tööalase ühtekuuluvuses.

S3: *„No ju ikka. Me ju kõik jagame oma kogemusi ja olukordi. Ja tihti ikka naerad ühekoos. Selleläbi anname üksteisele kindlasti toetust ja usku juurde, et saame ju ikka hakkama. Ja näed ka, et kolleegil kohe tuleb naeratus suule ja probleem muutub kergemaks.”*



H3: *!./! kui töötame ühiselt mingi juhtumi kallal ja kummalgi tekib mingi blokk ette või raske moment, püüame üksteist ikka aidata ja tuju üleval hoida, ja tihti seda läbi nalja.”*

S2: *“!./!No ja mis on tegelikult oluline faktor või selline paratamatu faktor, et tihtipeale inimesed, kes tulevad kuidagi väljastpoolt sisse ei mõista seda meievahelist humoorikat hoiakut või nalja. Et see naljatamine toimubki just sellises turvalises keskkonnas.”*

### **3.3.1 Omavahelised humoorikad ütlemised, tavad**

Naljad tihti tugevdavad grupi ühtekuuluvust ja kollektiivi elujõudu. Oma töös tahtsin tuua esile ka sotsiaaltöötajate vahelised humoorikad, naljakad ütlemised või tavad, mis on ajas väljakujunenud. Palju on selliseid lühemaid ja hoogu juurde andvad ütlusi, mida üksteisele lausutakse. Heatahtlikku lõõpimist tuleb igapäevaselt ette, mis omakorda jälle teeb olemise erksamaks. Samuti on kasutuses sõbralikud hüüdnimed, mis on ajas klientidele tekkinud ning mida kõik teavad kasutada. Küll aga siinkohal on oluline jällegi mõelda ka kliendi seisukohast, mida tema tunneks sellises olukorras. Janssen (2019) tõi välja olulise märkuse, et kui klient tunneb, kas õigustatult või mitte, et tema arvelt tehakse nalja või kasutatakse liigset ja ebavajalikku huumorit, võib see tugevdada nii valu kui ka kaitsevõimet ning sotsiaaltöötaja kui abistaja roll saab õõnestatud. Sotsiaaltöötajale laskub tihti kohustus mõelda ka alati oma humoorikate ütlemistega kliendi peale, et hoida tasakaalu heatahtliku lõõpimise ja naeruvääristamise vahel.

H2: *“On küll meil sellised ütlused, et “ega me oleme ju tugevad naised, küll me hakkama saame” ja “muidugi teeme ära ju”, noh see ei ole küll nali aga jah, see on meie selline ikkagi humoorikalt öeldud ja mõeldud, ja mõtlemegi, et ei ole hullu midagi.”*

S2: *“!./! Ja just sellist lõõpimist, et noh kui oled ikka harjunud kliendi käest pea iga asja eest, mis tal jamasti on mööda päid ja jalgu saama, siis vahepeal paneb kohe kaastöötaja ka siis*

lause, et “noh hakka tööle siis ju! Kuulsid, sa ikka ei tee mitte midagi!” jne jne, ja saab jälle naerda.”

S1: „/.../ Ja näiteks ühte elanikku kutsume koos kolleegidega printsessiks. Ja siis ongi, et me ei ütle vaid inimese nime, vaid et oi näe printsess ütles seda või tegi seda. Et ta ongi meil selline 85 aastane vana inimene ja talle meeldib väga dikteerida kõike mida me tegema peame. /.../”

## KOKKUVÕTE

Minu bakalaureusetöö eesmärgiks oli sotsiaaltöötajate kogemustele tuginedes selgitada välja ja analüüsida huumori positiivset rolli ning tähtsust sotsiaaltöös. Uurisin sotsiaaltöötajate arvamust ning seisukohti huumori rollist sotsiaaltöös, seda nii igapäevatoos, enesehoius kui ka kolleegide omavahelises suhtluses. Andmete analüüsimisel moodustusid kategooriad peamiselt uurimisküsimuste ja intervjuukavas paika pandud teemablokkide abil.

Oma kolmele uurimisküsimusele sain kokkuvõtvalt järgmised vastused:

### 1. Kuidas mõjutab huumor sotsiaaltööd igapäevaselt sotsiaaltöötajate seisukohast?

Intervjueeritavad sotsiaaltöötajad leidsid kõik, et nende elus ja igapäevatoos on huumoril oluline koht. Sellel on positiivne mõju nii klientidega kui ka kolleegidega suhtlemisel. Huumorit saab kasutada kui tööriista ning enesehoiu perspektiivist kasutatakse tervislikku huumorit heaolu tõstmisel.

### 2. Millised on sotsiaaltöötajate humoorikad kogemuslood seoses klientide, kodukülastuste kui ka töö endaga?

Sotsiaaltöötajad jagasid erinevaid humoorikaid kogemuslugusi nii klientide kui ka kodukülastustega, mis tõendasid asjaolu, et huumor ja “nali” on osa igapäevasest sotsiaaltööst. Heatahtliku huumori noodiga lugusid oli rääkida igal ühel ning ka nende endi jaoks oli vabastav huumorist kui eraldi seisvast aspektist sotsiaaltöös rääkida.

3. Milline roll on huumoril sotsiaaltöötajate omavahelises suhtluses sotsiaaltöötajate kogemusest?
4. Sotsiaaltöötajate sõnul on omavaheline huumor, “lõõpimine”, siseringinaljad jne igapäevane nähtus kolleegidega suhtluses. Läbi huumori ja humoorikate ütleliste võimendatakse ja toetatakse üksteist ning suurendatakse tööalast ühtekuuluvuse tunnet.

Antud bakalaureuse töö on vaid üks väike killuke huumori olemusest ning selle positiivsest rollist sotsiaaltöös. Ilma positiivseta pole negatiivset ning huumoril ning selle käsitlemisel on ka kindel negatiivne pool olemas, mida tuleks samamoodi lähemalt uurida. Samuti on suur roll ka klientidel kui rääkida huumorist sotsiaaltöös ja kliendi vaatest. Ülimalt oluline on teadvustada ning arvestada kliendi tunnete ja arusaamadega, mis oleks samuti üheks huvitavaks uurimisvaldkonnaks. Huumor üldiselt ka töökohal ja erinevates organisatsioonides väärivad suuremat tähelepanu ja kaardistamist, selle potentsiaali parandamiseks nii töökoha sisekliimat kui ka tulemusi hinnatakse veel madalalt.

## KASUTATUD KIRJANDUS

Beeman, W. O. (1999). Humor. *Journal of Linguistic Anthropology*, 9(1/2), 103-106.

Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative research in psychology*, 3(2), 77-101.

DOI:[10.1191/1478088706qp063oa](https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa)

Fogarty, M., & Elliot, D. L. (2020). The role of humour in the social care professions: An exploratory study. *The British Journal of Social Work*, 50(3), 778-796.

<https://doi.org/10.1093/bjsw/bcz027>

Furman, R. (2002). The Definition of Enlightenment-Lighten up: My Use of Humor in Social Work Education and Practice. *Networks: An Online Journal for Teacher Research*, 5(3), 134-134.

<https://doi.org/10.4148/2470-6353.1185>

Gitterman, A. (2003). The uses of humor in social work practice. *Reflections: Narratives of professional helping*, 9(2), 79-84.

Holmes, J. ja Marra, M. (2006). Humor and leadership style. *Humor - International Journal of Humor Research* 19(2), 119-138

DOI:[10.1515/HUMOR.2006.006](https://doi.org/10.1515/HUMOR.2006.006)

Janssen, S. i.a. Story of a smile - Therapeutic Uses of Humor. *SocialWorkToday*. Kasutatud 23.05.2022

[https://www.socialworktoday.com/archive/exc\\_1019.shtml?fbclid=IwAR19RIH\\_Kxnq8Z0mS\\_eHfasJlaOi9J47CGyyV3MQPKqb1mGokgoqr2hvkfl](https://www.socialworktoday.com/archive/exc_1019.shtml?fbclid=IwAR19RIH_Kxnq8Z0mS_eHfasJlaOi9J47CGyyV3MQPKqb1mGokgoqr2hvkfl)

Juhtumikorralduse käsiraamat. Eesti Vabariigi Sotsiaalministeerium. (2006).

Kalmus, V., Linno, M. ja Masso, A. (2015). Sotsiaalteaduslike andmekogumise ja -analüüsi meetodite ning vahendite veebiõpik. Tartu: Tartu Ülikool. Kasutatud 23.04.2022, <http://samm.ut.ee/>

Kreem, R. (1995). Väärtuste süsteemid sotsiaaltöös. E. Kannel (toim), *Sotsiaaltöö teooria ja praktika* (lk 71-80). Tartu.

Laherand, M.-L. (2008). Kvalitatiivne uurimisviis. Tallinn. OÜ Sulesepp.

Lepik, K., Harro-Loit, H., Kello, K., Linno, M., Selg, M., Strömpl, J. (2014). Intervjuud. Sotsiaalteaduslike andmekogumise ja -analüüsi meetodite ning vahendite veebiõpik. Tartu: Tartu Ülikool. Kasutatud 23.04.2022, <http://samm.ut.ee/>

Lihtsa, T. (2018). Maaomavalitsuse sotsiaaltöötaja ametiidentiteet. Magistriöö, Tartu Ülikool, ühiskonnateaduste instituut.

Lurie, A., ja Monahan, K. (2015). Humor, aging, and life review: Survival through the use of humor. *Social Work in Mental Health*, 13(1) 82-91.

DOI:[10.1080/15332985.2014.884519](https://doi.org/10.1080/15332985.2014.884519)

Lyttle, J. (2007). The judicious use and management of humor in the workplace. *Business horizons*, 50(3), 239-245.

DOI:[10.1016/j.bushor.2006.11.001](https://doi.org/10.1016/j.bushor.2006.11.001)

Martin, R. A. (2001). Humor, laughter, and physical health: methodological issues and research findings. *Psychological bulletin*, 127(4), 504-519

DOI:[10.1037//0033-2909.127.4.504](https://doi.org/10.1037//0033-2909.127.4.504)

Moran, C. C., & Hughes, L. P. (2006). Coping with stress: Social work students and humour. *Social Work Education*, 25(5), 501-517.

DOI: [10.1080/02615470600738890](https://doi.org/10.1080/02615470600738890)

Payne, M. (1995). Sotsiaalne konstruktivism sotsiaaltöös. K. Linamaa (toim), *Tänapäeva sotsiaaltöö teooria: Kriitiline sissejuhatusi* (lk 1-30). Tallinn.

Psychology Today (i.a). Humor. Kasutatud 24.05.2022,  
[https://www.psychologytoday.com/us/basics/humor?fbclid=IwAR02E3BO1FEWbc\\_c6Bh09N8Bn1n622rBDmHn\\_gi759h-nI\\_lsOxFaAos6Io](https://www.psychologytoday.com/us/basics/humor?fbclid=IwAR02E3BO1FEWbc_c6Bh09N8Bn1n622rBDmHn_gi759h-nI_lsOxFaAos6Io)

Rahvusvaheline Sotsiaaltöötajate Föderatsioon. (2014). Sotsiaaltöö globaalne määratlus. Kasutatud 20.05.2021,  
<https://www.ifsw.org/what-is-social-work/global-definition-of-socialwork/>

Romero, E. J. ja Arendt, L. A. (2011). Variable effects of humor styles on organizational outcomes. *Psychological reports*, 108(2), 649-659.  
DOI:[10.2466/07.17.20.21.PR0.108.2.649-659](https://doi.org/10.2466/07.17.20.21.PR0.108.2.649-659)

Rosenberg, C., Walker, A., Leiter, M. ja Graffam, J. (2021). Humor in Workplace Leadership: A Systematic Search Scoping Review. *Frontiers in Psychology*, 12.  
DOI:[10.3389/fpsyg.2021.610795](https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.610795)

Selg, M. (2019). Sotsiaaltööst – naerdes läbi pisarate. *Sotsiaaltöö*, 2019, 1, lk 79-84

Selg, M. (2019). Eetikapõhimõtted sotsiaaltöös. *Sotsiaaltöö*, 2019, 4, lk 84-91

Vartabedian, R. A. ja Vartabedian, L. K. (1993). Humor in the Workplace: A Communication Challenge.

Veatch, T. C. (1998). A theory of humor. *Humor: International Journal of Humor Research*, 11(2), 161–215.  
<https://doi.org/10.1515/humr.1998.11.2.161>

Witkin, S. L. (1999). Taking humor seriously. *Social Work*, 44(2), 101-104.  
<https://doi.org/10.1093/sw/44.2.101>

# LISAD

## Lisa 1. Intervjukaava

### INTERVJUUKAVA

**Teema:** Huumori roll sotsiaaltöös

**Eesmärk:** uurida huumori tähtsust ja rolli sotsiaaltöös, toetudes sotsiaaltöötajate isiklikele kogemuslugudele, arvamustele ja üldisele arusaamale huumorist enda töö kohal.

#### Korrastatud uurimisküsimused:

1. Kuidas mõjutab huumor sotsiaaltööd igapäevaselt?
2. Millised on sotsiaaltöötajate humoorikad kogemuslood seoses klientide, kodukülastuste kui ka töö endaga?
3. Millised on sotsiaaltöötajate siseringi naljad, humoorikad ütlemissed, tavad?

#### Sissejuhatus, soojendus, informeerimine

- Enda ja uuringu tausta ning eesmärkide tutvustus

Olen Tartu Ülikooli sotsiaalteaduste III kursuse tudeng Kätlin Tiidu.

Minu erialaks on infoühiskond ja sotsiaalne heaolu ning kitsendatud suunaks sotsiaaltöö ja sotsiaalpoliitika. Minu bakalaureusetöö teemaks on “Huumori roll sotsiaaltöös”, kus uurimuse teostamiseks kasutan intervjuueerimise meetodit, mille eesmärgiks on uurida huumori tähtsust ja



rolli sotsiaaltöös, toetudes sotsiaaltöötajate isiklikele kogemuslugudele, arvamustele ja üldisele arusaamale huumorist enda töökohal.

- Osaleja õiguste tutvustus

Teile ja teie andmetele on tagatud täielik konfidentsiaalsus, teie nimi ega ka intervjuu vältel mainitud isikute nimesid ei avaldata; intervjuu küsimustele vastamisel on olulised intervjuueeritava enda seisukohad, ei ole olemas õigeid või valesid vastuseid;

Ning alati **kui intervjuueeritav soovib mingil põhjusel mõnele küsimusele vastamata jätta, siis on tal ka selleks õigus.**

- Küsida, kas sobib, kui salvestan

## **TEEMABLOKK I: sissejuhtatus, huumori roll sotsiaaltöötaja igapäevas**

1. Alustuseks; kui mõelda, siis tegelikult nali ja huumor võiks olla (ja enamusel ongi) igal ametikohal olulisel või siis vähem olulisel kohal. Kas seda siis eneseiroonia küljest vaadatuna või kolleegide omavaheline lõõpimine. **Millisel** kohal on huumor teie jaoks sotsiaaltöös? Millisel kohal on huumor teie elus üldiselt (ka väljaspool tööd)?
2. Kuidas te ise tunnetate huumori mõju ja **vajalikkust** sellel töökohal? Kas seda saab kasutada vahel ka kui **tööriistana** (milisel moel)? Milline on teie kogemus, osakte tuua mõningaid näiteid.

## **TEEMABKOKK II läbipõlemine, enesehoid**

1. Kui mõelda sotsiaaltöötaja enesehoiu perspektiivist, siis millisel moel huumor on aidanud teil nii läbipõlemise ja ka tööga kaasneva negatiivsuse eest hoiduda?
2. Huumor täidab mitmeid funktsioone. Huumor võimaldab väljendada pärsitud mõtteid ja tundeid ning vabastab sellega allasurutud ärevust. Vahepeal tuleb ette olukordi, kus huumor või väike nali nii-öelda päästab hetke või maandab tekkinud pinget, tuleb sotsiaaltöös selliseid olukordi tihti ette? Mis olukorrad täpsemalt? Palun tooge näiteid.
  - sotsiaaltöötajate endi vahel
  - klientidega

### **TEEMABLOKK III: kogemuslood, kliendid, kodukülastused**

1. Kuidas olete teie tunnetanud huumori olulisust/rolli klientidega esmakordselt kohtumisel?  
Ja ka **edaspidi klientidega suhtlemisel.**
2. Kui hakkate mõtlema tagasi erinevatele situatsioonidele, kas teil tuleb meelde mõni humoorikas lugu?
  - Seoses töö endaga
  - klientidega
  - kodukülastustega

### **TEEMABLOKK IV: sotsiaaltöötajate omavaheline huumor, siseringi naljad, humoorikad ütlemissed/tavad**

1. Aga nüüd mõeldes kolleegide toetamise perspektiivist. On teil tulnud ette olukordi, kus teie kaastöötajal on nähtavalt keeruline juhtum, klient või teatud periood, olete te kasutanud huumorit tema toetamisel, aitamisel. Oskate palun näiteid tuua.
2. Naljad tihti tugevdavad grupi ühtekuuluvust ja kollektiivi elujõudu. Huumor võib aidata luua sidemeid teistega ja suurendada oma tundlikkust. Kuidas on teie kogemusest lähtuvalt olukord sotsiaaltöös? Millisel viisi tuleb sotsiaaltöötajate omavahelist "lõõpimist" ette?
3. On teil omavahel väljakujunenud mingisugused anekdoodid või humoorikad ütlemissed, mida kasutate tihti, kas siis mõne olukorra kirjelduseks või kokkupuute kliendiga? Palun kirjeldage neid või tooge näiteid.

**Tänamine ja intervjuu lõpetamine.**

## **Lihtlitsents lõputöö reprodutseerimiseks ja üldsusele kättesaadavaks tegemiseks**

Mina, Kätlin Tiidu

1. annan Tartu Ülikoolile tasuta loa (lihtlitsentsi) minu loodud teose „Huumori positiivne roll sotsiaaltöös sotsiaaltöötajate perspektiivist” reprodutseerimiseks eesmärgiga seda säilitada, sealhulgas lisada digitaalarhiivi DSpace kuni autoriõiguse kehtivuse lõppemiseni.
2. Annan Tartu Ülikoolile loa teha punktis 1 nimetatud teos üldsusele kättesaadavaks Tartu Ülikooli veebikeskkonna, sealhulgas digitaalarhiivi DSpace kaudu Creative Commons'i litsentsiga CC BY NC ND 3.0, mis lubab autorile viidates teost reprodutseerida, levitada ja üldsusele suunata ning keelab luua tuletatud teost ja kasutada teost ärieesmärgil, kuni autoriõiguse kehtivuse lõppemiseni.
3. Olen teadlik, et punktides 1 ja 2 nimetatud õigused jäävad alles ka autorile.
4. Kinnitan, et lihtlitsentsi andmisega ei riku ma teiste isikute intellektuaalomandi ega isikuandmete kaitse õigusaktidest tulenevaid õigusi.

Kätlin Tiidu

24.05.2022