

**Sanna Lipkin**

## Arkeologi och välbefinnande

Denna höst höll jag en kurs om arkeologi och välbefinnande vid Uleåborgs universitet. Jag har forskat och undervisat om detta ämne i några år nu, men blev återigen imponerad av hur studenterna diskuterade kring dessa teman. Det får mig att tänka att dessa frågor inte diskuteras tillräckligt inom arkeologin.

Om man funderar på vad välbefinnande betyder och hur man kan studera det inom arkeologi, tänker man kanske först på vad arkeologiska och bioarkeologiska studier berättar om människors kost, sjukdomar och fysisk stress under olika tidperioder. Välbefinnande är dock mycket mer: människor är beroende av sociala relationer och psykisk hälsa. Välfungerande relationer med andra är särskilt viktiga. Som arkeolog är jag inte bara intresserad av relationer mellan människor, utan också av relationer till ting och materiell kultur.

Värdefulla relationer handlar i stor del om känslor. Studier om gravritualer och begravningspraxis kan visa hur sorg och omsorg uttrycks genom gravgåvor. Symboler, hållristningar och ornament kan spegla känslor som stolthet, tillhörighet eller rädsla. Byggnader, platser och materiell kultur kan skapa trygghet och gemenskap. Känslor kan studeras utifrån kroppsliga erfarenheter och sinnesupplevelser, men tillgivenhet till föremål, platser, djur, religiösa andar och tron – liksom till andra människor – har kanske allra störst betydelse för känslomässigt välbefinnande (Lipkin et al. 2024). Tillgivenhet bygger på trygghet som saker ger, och om man känner sig trygg blir livet lättare. Tillgivenhet är viktig även för relationer, eftersom tryggheten har positiva konsekvenser för hur man uttrycker sina känslor. En människa som känner sig själv otrygg är mer sannolik att uttrycka sina negativa känslor på sätt som inte leder till lösningar.

Fungerande relationer med människor, materiell kultur, platser osv. ger oss även resiliens och förmåga att anpassa oss till kriser. Man kan fråga hur forntida samhällen överlevde hungersnöd, epidemier och miljöförändringar. Arkeologisk kunskap har potential att hjälpa oss förstå samhällets motståndskraft i dagens pandemi- och klimatkriser.

Det finns också flera studier och praktiska exempel som visar att kulturarv och arkeologisk kunskap stödjer välbefinnande och identitet. Exempelvis är interaktiva projekt och samhällsbaserat arbete viktiga, såsom det som gjordes vid Samemuseet Siida år 2021, när museipersonal reste runt i byarna inom det samiska området med fotografier samt ortspecifika föremål som hade återlämnats från Nationalmuseum (Vaara 2025). Byturnéerna ökade människors intresse för sitt eget kulturarv, eftersom verklig interaktion med betydelsefulla föremål är viktig. På museet fortsätter detta genom att bygga utställningar, eftersom museet har en publikvitrin vars föremål regelbundet byts ut enligt publikens önskemål. Arkeologi och kulturarv kan främja välbefinnande i de samhällen liksom ursprungsbefolkningar eller andra minoritetsgrupper som är föremål för forskning.

## Bibliografi

- Lipkin, S., Bell, T. & Väre T. (eds) 2024. *Archaeologies of Attachment. Emotional Attachments in the Archaeological Record*. Themes in Contemporary Archaeology, Springer. <https://doi.org/10.1007/978-3-031-66570-7>
- Vaara, S. 2025. Saamelaismuseum Siidan ainutlaatuinen yhteisötyö kerää kiitosta <https://museolehti.fi/museoilmio/saamelaismuseum-siidan-ainutlaatuinen-yhteisotyo-keraa-kiitosta/>

*Sanna Lipkin*

## Arkeologia ja hyvinvointi

Pidin kuluneena syksynä kurssin arkeologiasta ja hyvinvoinnista Oulun yliopistossa. Olen tutkinut ja opettanut tätä aihetta jo muutaman vuoden, mutta olin jälleen vaikuttunut siitä, miten opiskelijat keskustelivat teemasta. Se sai minut ajattelemaan, että näistä aiheista ei keskustella tarpeeksi arkeologiassa.

Jos miettii, mitä hyvinvointi tarkoittaa ja kuinka sitä voidaan tutkia arkeologiassa, ensimmäisenä voi tulla mieleen ne asiat, mitä arkeologin ja bioarkeologin tutkimus kertovat eri aikojen ihmisten ruokavaliosta, sairauksista tai fyysisestä stressistä. Hyvinvointi on toki paljon muutakin: ihmiset ovat riippuvaisia sosiaalisista suhteista ja psyykkisestä terveydestä. Hyvin toimivat suhteet toisten ihmisten kanssa ovat erityisen tärkeitä. Arkeologina en ole kiinnostunut vain ihmisten välisistä suhteista vaan myös suhteista esineisiin ja materiaaliseen kulttuuriin.

Merkitykselliset suhteet ovat monessa suhteessa riippuvaisia tunteista. Hautausrituaalien ja -tapojen tutkimukset voivat osoittaa miten suru ja sureminen ilmaistiin hauta-anneissa. Symbolit, kalliomaalaukset ja ornamentit voivat ilmaista tunteita kuten ylpeyttä, yhteenkuulumista tai pelkoa. Rakennukset, paikat ja materiaallinen kulttuuri voi synnyttää turvallisuutta ja yhteyttä. Tunteita voidaan tutkia ruumiillisten tuntemusten tai aistikokemusten kautta, mutta kiintymys esineisiin, paikkoihin, eläimiin, uskonnollisiin henkiolentoihin tai uskomuksiin – kuten myös muihin ihmisiin – on ollut kaikista tärkeintä tunnehyvinvoinnin kannalta (Lipkin et al. 2024). Kiintymys perustuu asioiden antamalle turvallisuudelle ja jos tuntee olonsa turvalliseksi, elämä on helpompaa. Kiintymys on tärkeää suhteiden kannalta, koska turvallisuudella on positiivisia vaikutuksia siihen, kuinka tunteitaan ilmaisee. Ihminen, joka tuntee itsensä turvattomaksi, ilmaisee todennäköisemmin negatiivisia tunteitaan tavalla, joka ei johda ratkaisuihin.

Toimivat suhteet ihmisten, materiaallisen kulttuurin, paikkojen jne. kanssa antavat meille myös resilienssiä ja kykyä selviytyä kriisistä. Voimme pohtia, kuinka menneisyyden yhteisöt selviytyivät nälänhädäs-

tä, epidemioista ja ympäristönmuutoksesta. Arkeologisella tiedolla on potentiaalia auttaa meitä ymmärtämään yhteisöjen vastustuskykyä nykyajan pandemia- ja ilmastokriisejä kohtaan.

On myös useita tutkimuksia ja käytännön esimerkkejä, jotka osoittavat, että kulttuuriperintö ja arkeologinen osaaminen tukevat hyvinvointia ja identiteettiä. Esimerkiksi vuorovaikutteiset projektit ja yhteisöperustainen työ ovat tärkeitä. Siitä on esimerkkinä Saamelaismuseum Siidan vuoden 2021 työ, jossa museon henkilökunta matkusti saamelaisalueen kyliin mukanaan Kansallismuseosta palautuneita kuvia ja paikkakuntakohtaisia esineitä (Vaara 2025). Kyläturneet herättivät ihmisten kiinnostusta omaa kulttuuriperintöä kohtaan, koska todellinen vuorovaikutus esineiden kanssa on tärkeää. Museolla tämä työ jatkuu näyttelytyön muodossa, sillä museossa on yleisövitriini, jonka esineet vaihtuvat säännöllisesti yleisön toiveiden mukaisesti. Arkeologia ja kulttuuriperintö voivat edesauttaa tutkimuskohteena olevien alkuperäisyhteisöjen tai muiden vähemmistöjen hyvinvointia.

## Bibliografia

- Lipkin, S., Bell, T. & Väre T. (eds) 2024. *Archaeologies of Attachment. Emotional Attachments in the Archaeological Record*. Themes in Contemporary Archaeology, Springer. <https://doi.org/10.1007/978-3-031-66570-7>
- Vaara, S. 2025. Saamelaismuseum Siidan ainutlaatuinen yhteistyö kerää kiitosta <https://museolehti.fi/museoilmio/saamelaismuseum-siidan-ainutlaatuinen-yhteisty-keraa-kiitosta/>