



MISURARE IL BENESSERE AL MUSEO

STRUMENTI E METODI

AUTORI

Linda J. Thomson e Helen J. Chatterjee

Traduzione in lingua italiana su autorizzazione
UCL a cura di CCW-Cultural Welfare Center

INDICE

- 01.** Premessa
- 02.** Introduzione
- 04.** Ulteriori informazioni
- 10.** Questionario sul benessere generale -
Versione breve a 6 voci (foglio A4)
- 12.** Questionario sul benessere generale -
Versione completa a 12 voci (3 fogli A4)
- 15.** Ombrellino positivo del benessere -
Generale (foglio A4)
- 16.** Ombrellino negativo del benessere -
Generale (foglio A4)
- 17.** Ombrellino positivo del benessere -
Anziani (foglio A4)
- 18.** Ombrellino positivo del benessere -
Giovani adulti (foglio A4)
- 19.** Riflessioni e commenti (foglio A4)
- 20.** Ombrellino positivo del benessere -
Generale (2 ombrellini ritagliabili, fronte e retro)
- 22.** Ombrellino negativo del benessere -
Generale (2 ombrellini ritagliabili, fronte e retro)
- 24.** Ombrellino positivo del benessere -
Anziani (2 ombrellini ritagliabili, fronte e retro)
- 26.** Ombrellino positivo del benessere -
Giovani adulti (2 ombrellini ritagliabili, fronte e retro)
- 28.** Come utilizzare i dati
- 34.** Lo sviluppo del toolkit
- 36.** Quadro di riferimento della ricerca
- 37.** Bibliografia
- 38.** Ringraziamenti
- 39.** Contatti

PREMESSA

CCW- Cultural Welfare Center ha avviato una collaborazione con l'**University College of London (UCL)**, rendendo accessibile la traduzione italiana del ***Museum Wellbeing Measures Toolkit***, un kit con strumenti per misurare l'impatto delle esperienze museali sul benessere delle persone.

Si tratta di un insieme di scale di misurazione, sperimentate in tutto il Regno Unito, predisposte per valutare l'impatto della partecipazione alle attività di musei e gallerie. Il *Toolkit UCL* è stato progettato per aiutare le persone che sono coinvolte nella progettazione, conduzione, allestimento e gestione dei progetti museali e di quanti si occupano della sensibilizzazione e dell'engagement dei visitatori, per valutare l'impatto del loro lavoro sul benessere del pubblico.

Il *Toolkit UCL* è stato prodotto dai ricercatori dell'University College London (UCL), Museums & Public Engagement e finanziato dall'Arts & Humanities Research Council (AHRC).

Siamo onorati della possibilità di condividere in Italia, in *open source*, questo strumento. UCL è uno dei centri più affermati per la ricerca interdisciplinare nel Regno Unito, in particolare, UCL Museums & Public Engagement e UCL Arts and Sciences costituiscono poli di sviluppo di approcci e metodologie per promuovere il coinvolgimento dei pubblici, sviluppare pratiche partecipative per la valorizzazione del patrimonio culturale e della conoscenza, sostenere la virtuosa relazione tra cultura e salute. Il manifesto della cultura UCL si pone, infatti, come obiettivi: "aprire, generare scintille di luce, mobilitare le persone"; individuando come temi centrali: cultura=salute, museo=lab; performance=conoscenza.

UCL Museums & Public Engagement e Arts and Sciences sviluppano programmi integrati e percorsi di formazione sui benefici dell'arte sulla salute e la qualità della vita, promuovendo la ricerca sulla valutazione degli impatti.

CCW condivide questa direzione e la promuove in Italia, attraverso partenariati di ricerca, percorsi di costruzione di competenze e accompagnamento dei decisori nella definizione di politiche integrate tra cultura e salute, sociale ed educazione.

Ci auguriamo che la versione in italiano del *Museum Wellbeing Measures Toolkit* sia solo il primo passo di una partnership generativa e che possa costituire uno strumento di diffusione della consapevolezza sul potenziale che la cultura può rivestire nelle società in trasformazione, in particolare all'interno dei nuovi assetti pandemici e di post-pandemia. Un ringraziamento particolare per la fiducia a Linda Thompson e a Helena Chatterjee di UCL Arts and Sciences e UCL Biosciences.

Traduzione in lingua italiana su autorizzazione UCL a cura di CCW-Cultural Welfare Center.
Luglio 2022, Manuela Gallo per Langwich traduttori.

Ringraziamo Sara Ubaldi di UNIMORE per aver creato questa opportunità di collaborazione.



Catterina Seia e Annalisa Cicerchia
www.culturalwelfare.center

INTRODUZIONE

Che cos'è il Toolkit UCL per la misurazione del benessere al museo?

Il Toolkit UCL per la misurazione del benessere al museo è un insieme di scale di misurazione che può essere utilizzato per valutare i livelli di benessere derivanti dalla partecipazione alle attività di musei e gallerie.

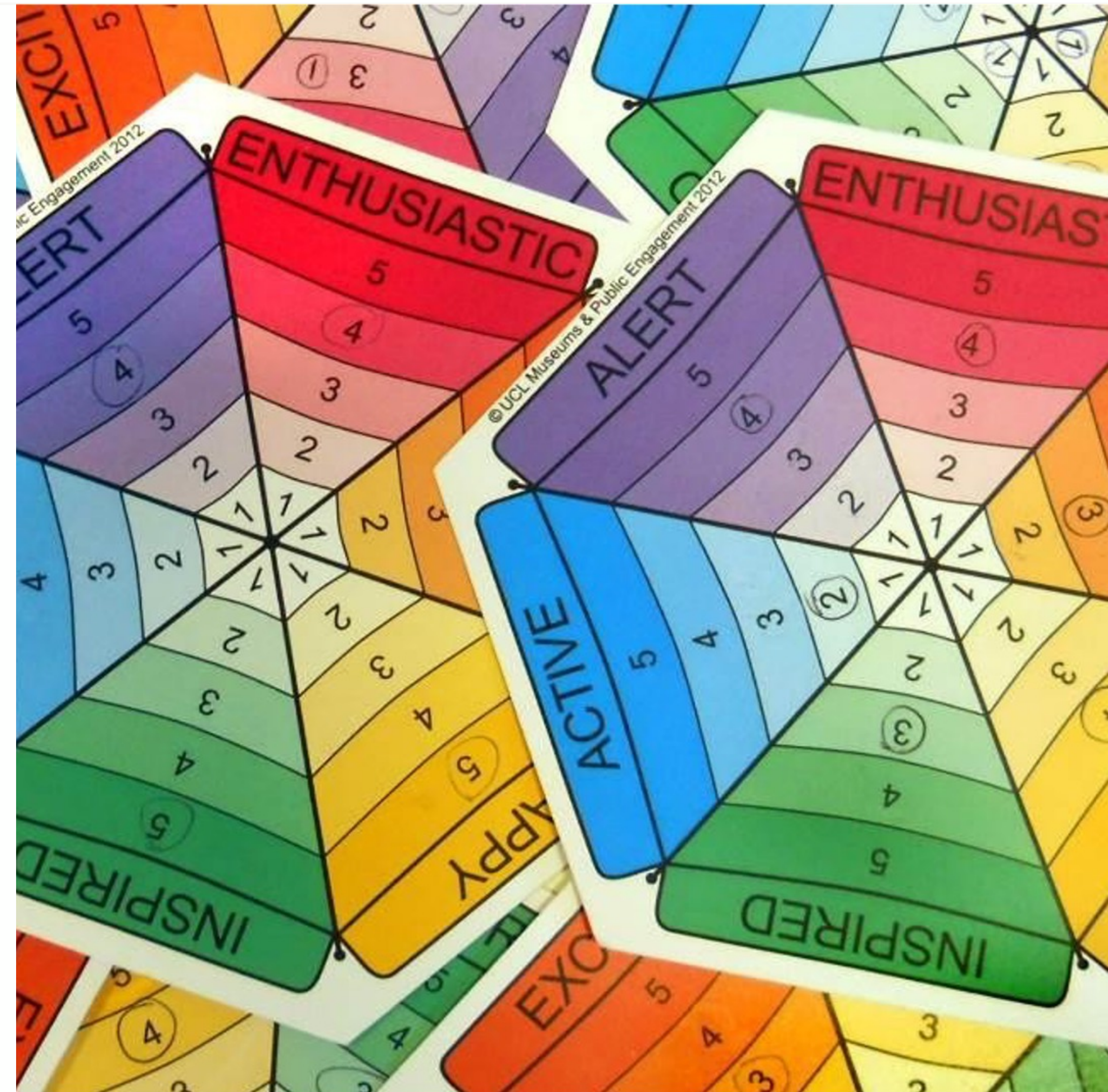
Il Toolkit UCL per la misurazione del benessere al museo è stato sperimentato in tutto il Regno Unito.

Il Toolkit UCL per la misurazione del benessere al museo è stato concepito per aiutare le persone che sono coinvolte nella gestione dei progetti museali per valutare l'impatto del loro lavoro sul benessere psicologico del pubblico.

Il Toolkit UCL per la misurazione del benessere al museo è uno strumento flessibile che può essere usato con tecniche miste, selezionando e combinando fra loro le componenti più adatte alle diverse realtà.

Il Toolkit UCL per la misurazione del benessere al museo può essere utilizzato per valutare l'impatto di una singola attività o di un programma di eventi.

Il Toolkit UCL per la misurazione del benessere al museo è stato prodotto dai ricercatori dell'University College London (UCL) Museums & Public Engagement e finanziato dall'Arts & Humanities Research Council (AHRC).



INTRODUZIONE

Cosa misura il *Toolkit UCL*?

Il *Toolkit UCL* misura il benessere psicologico come indicatore dello stato mentale dell'individuo. Esistono anche altri aspetti del benessere, come il benessere fisico e sociale, ma il *Toolkit UCL* si concentra sui livelli auto-percepiti riferiti ai cambiamenti dell'umore e delle emozioni perché questi aspetti del benessere hanno maggiori probabilità di variare a seguito di un'esperienza di breve durata, quale la partecipazione a un'attività culturale in un museo o in una galleria.

In che cosa consiste il *Toolkit UCL*?

Il *Toolkit UCL* è composto da due questionari sul benessere generale (una versione breve e una estesa) e da quattro strumenti di rilevazione a forma di ombrellini per misurare il benessere, diversamente formulati per essere somministrati a differenti gruppi di fruitori. C'è un ombrellino che rileva gli stati d'animo positivi, uno per quelli negativi, uno per gli anziani e un ultimo per i giovani adulti, con le relative istruzioni (inserite nella stessa pagina) e un foglio separato riservato ai commenti. Tutti gli ombrellini sono predisposti per essere stampati su un solo lato, su fogli A4 o ridotti in A5, a colori o in bianco e nero. C'è anche una versione a sei facciate, da stampare e ritagliare su entrambi i lati di un cartoncino sottile, con due ombrellini per ogni foglio A4, le istruzioni e lo spazio per i commenti.



ULTERIORI INFORMAZIONI

Il questionario sul benessere generale

Vengono proposte due versioni del questionario: una versione breve a 6 voci (una pagina) e una versione completa a 12 voci (2 pagine), con affermazioni formulate al passato che si riferiscono a un aspetto dell'emozione o della qualità della vita sperimentato dal partecipante durante un'attività culturale. Ad esempio: "mi sono sentito felice". Ogni affermazione viene valutata con un punteggio da uno a cinque, a seconda della frequenza con cui si è percepito lo stato d'animo suggerito (1 = mai; 2 = raramente; 3 = qualche volta; 4 = molto spesso; 5 = sempre).

A seconda della situazione, i questionari possono essere consegnati ai partecipanti per essere completati in modo autonomo al termine di un'attività; alternativamente, le affermazioni possono essere lette da un operatore che ne guida la compilazione.

Dal momento che la versione breve e quella estesa hanno in comune le prime sei affermazioni, è possibile chiedere ai partecipanti che hanno completato la versione breve di proseguire con le successive sei voci della versione più lunga.

Al contrario, coloro che hanno iniziato la versione estesa possono decidere di fermarsi dopo le prime sei voci.

Mai 1	Raramente 2	Qualche volta 3	Molto spesso 4	Sempre 5
Mai 1	Raramente 2	Qualche volta 3	Molto spesso 4	Sempre 5

Il contesto di sviluppo

Il questionario a 12 voci è stato testato con circa 20 adulti anziani con demenza, con stadi della malattia da moderata a grave, durante la partecipazione ad attività settimanali di divulgazione museale.

L'analisi delle loro risposte ha portato alla formulazione della versione breve a 6 voci, adatta per cogliere gli elementi essenziali del benessere anche tra quei partecipanti per i quali la scala più lunga sarebbe potuta risultare troppo impegnativa. I partecipanti hanno trovato più facile da capire e valutare il formato con le dichiarazioni esplicite sullo stato d'animo rispetto a quello fatto di singole parole (“felice”, “attento”, ecc.).

I coordinatori delle sessioni hanno spiegato che le affermazioni in forma di brevi frasi costituivano per gli anziani un compito più concreto e meno astratto, rispetto alla modalità che prevedeva singole parole, troppo impegnativa per i partecipanti con demenza grave. L'analisi delle risposte della versione a 12 voci ha quindi portato alla produzione della versione breve, organizzata con le affermazioni disposte in ordine di priorità: le frasi proposte all'inizio del questionario, che ricevono più frequentemente le valutazioni, sono quindi le più rilevanti.

Ombrellini per la misurazione del benessere

Attualmente, sono disponibili quattro versioni dell'ombrellino per la misurazione del benessere: l'"Ombrellino positivo del benessere - Generale", l'"Ombrellino negativo del benessere - Generale", l'"Ombrellino positivo del benessere - Anziani" e l'"Ombrellino positivo del benessere - Giovani adulti". Tutti gli ombrellini hanno una forma esagonale, con sei sezioni di colore diverso. Sono stati sperimentati diversi schemi di colore: colori caldi per l'ombrellino positivo del benessere, colori freddi per l'ombrellino negativo del benessere, colori intensi per l'ombrellino per gli anziani e colori fluorescenti per quello pensato per i giovani adulti. In cima a ogni sezione c'è una parola che esprime uno stato d'animo o un'emozione e una serie di numeri, da uno a cinque. Seguendo le istruzioni, i partecipanti devono valutare in che misura, in quel momento, provano l'emozione o lo stato d'animo descritto dalla parola, cerchiando il numero appropriato.

L'ombrellino per la misurazione del benessere è uno strumento ad alto impatto visivo. La sua compilazione è intuitiva: più alto è il numero, più intenso è il colore e più grande è l'area occupata. Così come per il questionario generale sul benessere, gli ombrellini possono essere utilizzati dopo un'attività; è comunque preferibile condurre due misurazioni, la prima in un momento precedente all'attività, per stabilire una base di partenza, e la seconda dopo, in modo da poter confrontare eventuali cambiamenti nel benessere dei partecipanti. Le misure "prima" e "dopo" possono essere effettuate anche nel tempo, ad esempio all'inizio di un programma, dopo alcune settimane e al termine delle attività.

Il contesto di sviluppo

L'ombrellino positivo del benessere, - con gli aggettivi "entusiasta", "emozionato", "felice", "ispirato", "attivo" e "attento"-, e l'ombrellino negativo del benessere, - con gli aggettivi "angosciato", "irritabile", "nervoso", "spaventato", "infelice" e "turbato"-, sono stati validati come misure affidabili del benessere generale a seguito di una sperimentazione che ha coinvolto circa 150 partecipanti adulti e anziani. L'analisi delle parole collegate al benessere, che sono state selezionate da circa 40 giovani adulti e oltre 120 anziani, in un programma che invitava a completare gli ombrellini con un proprio aggettivo, ha portato alla creazione di un ombrellino positivo del benessere specifico per ogni gruppo di età (si veda il paragrafo "Quadro di riferimento della ricerca").

I giovani adulti hanno risposto favorevolmente agli aggettivi "amichevole", "interessato", "vivace", "motivato", "positivo" e "loquace", mentre gli anziani hanno preferito "assorto", "attivo", "allegro", "incoraggiato", "illuminato" e "ispirato". Anche gli anziani con demenza, da lieve a moderata, hanno completato con successo gli ombrellini del benessere, mentre a quelli con demenza moderata-grave si è preferito sottoporre il questionario generale (vedi sopra).

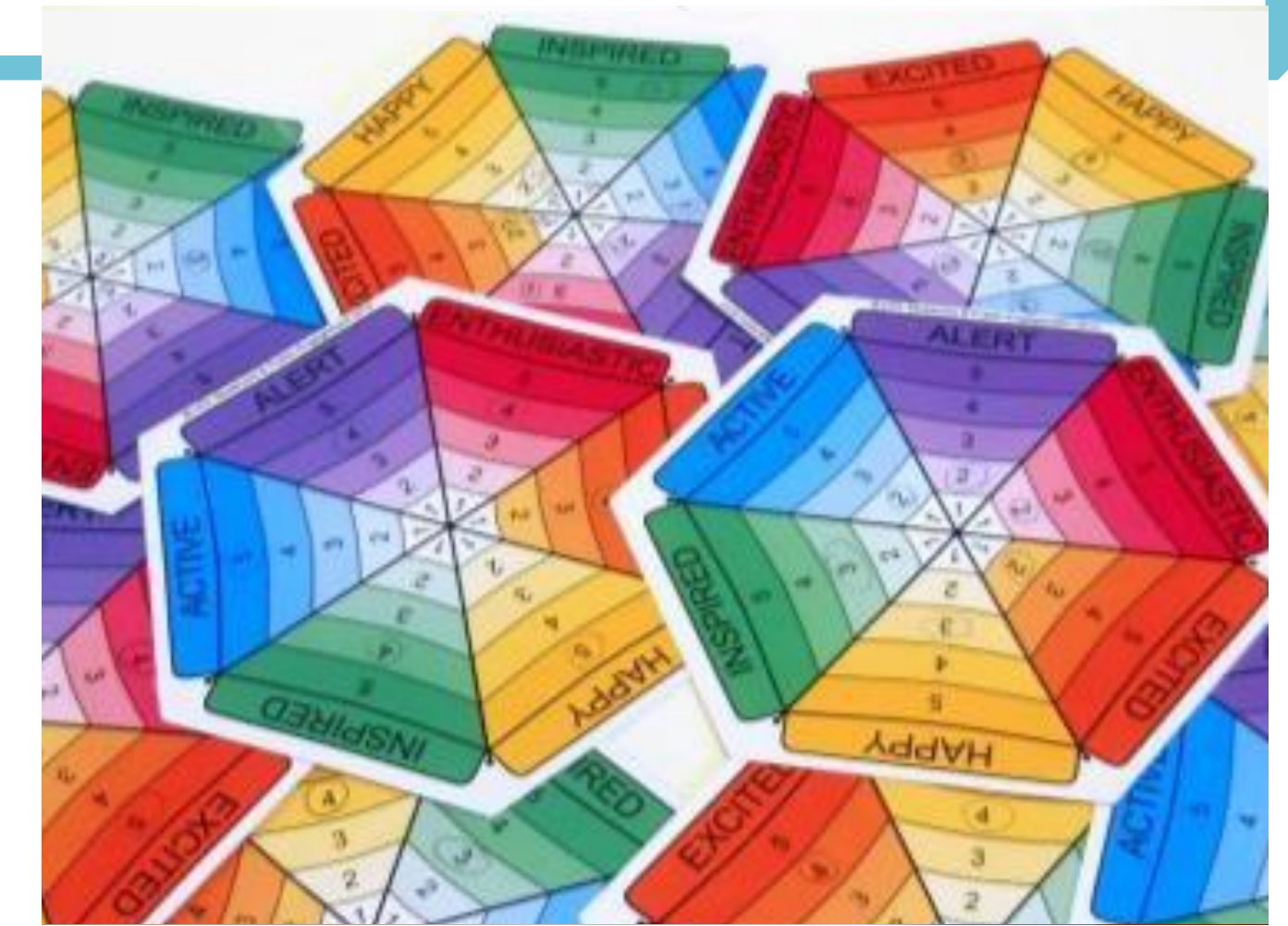
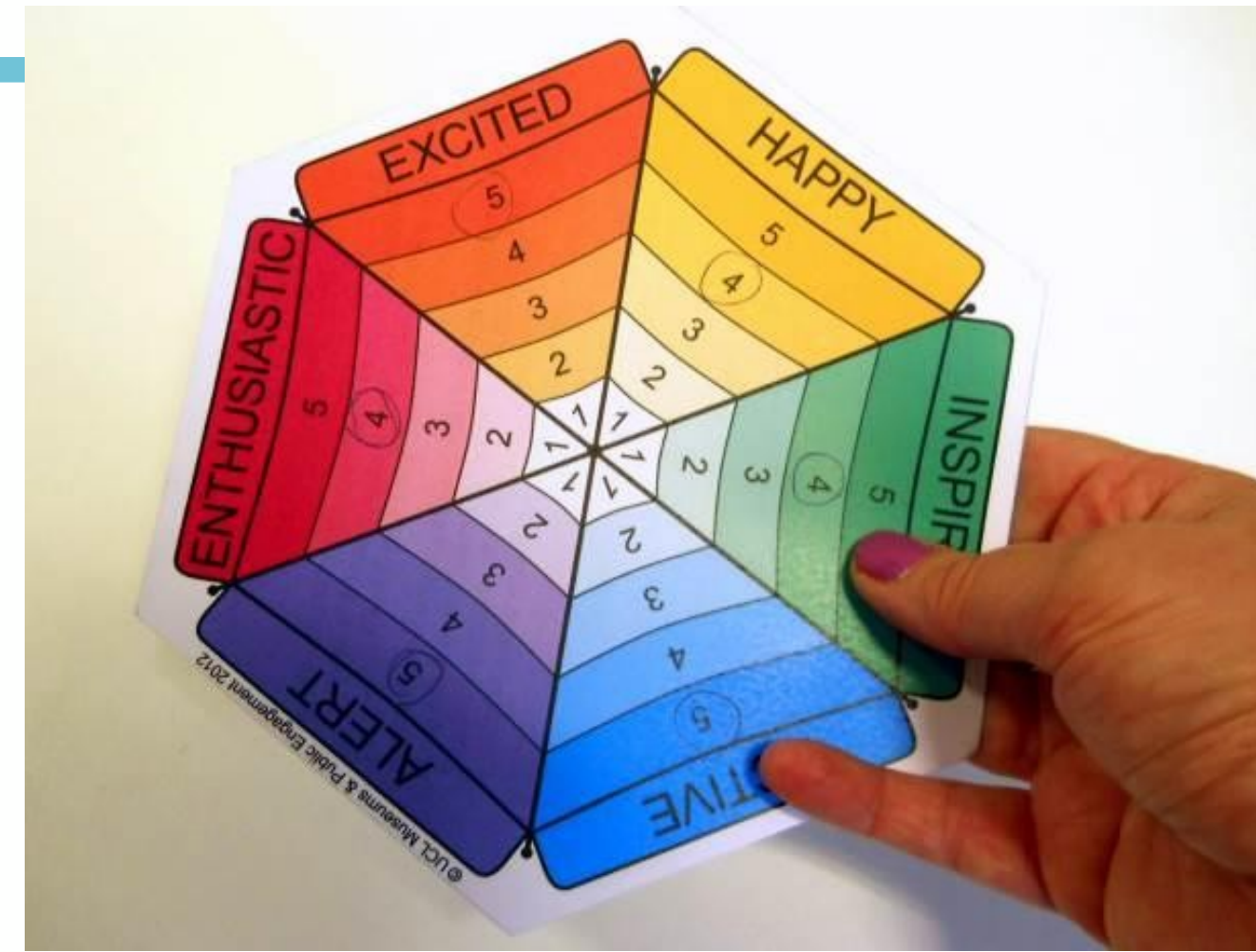
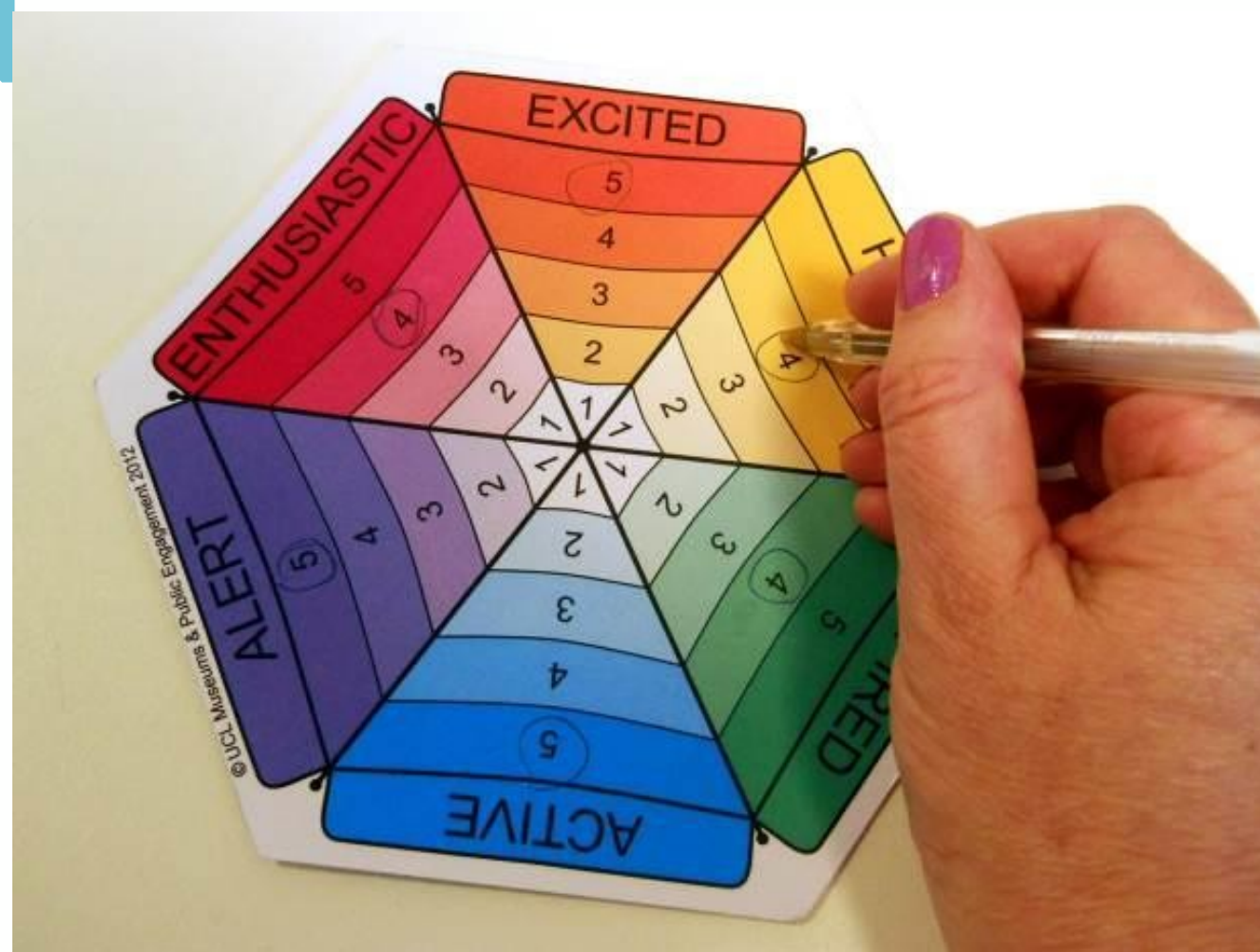
Scheda “Riflessioni e commenti”

Le domande di questa scheda sono state messe a punto a seguito di un sondaggio che chiedeva ai musei e alle gallerie, in tutto il Regno Unito, di inviare le domande che utilizzavano regolarmente per valutare i risultati delle loro attività sui pubblici. Dal momento che il toolkit sviluppato dall'UCL è rivolto specificamente a una misurazione del benessere individuale, le domande che riguardavano le qualità del luogo, della sessione o sul coordinatore sono state omesse a favore di quelle incentrate sul partecipante. L'analisi di queste domande e diverse sperimentazione condotte con i pubblici dei musei hanno portato a selezionare i quesiti qui proposti. Le domande sono riportate come fumetti, in quanto forme visivamente più accattivanti delle caselle rettangolari.



Ombrellini ritagliabili

I partecipanti hanno gradito gli ombrellini ritagliabili per la misurazione del benessere al museo perché colorati e simpatici, hanno voluto prenderli in mano per guardarli più da vicino e la maggior parte di loro ha capito facilmente come usarli, dopo aver letto le istruzioni sul retro. L'intuizione generale tra i coordinatori è stata quella che, avendo dedicato tempo e cura alla preparazione del mezzo di valutazione, in questo caso l'ombrellino del benessere, si sarebbe dovuta dedicare altrettanta attenzione alla sua compilazione. Un piccolo inconveniente dell'uso degli ombrellini ritagliabili, rispetto a quelli su foglio A4, oltre al fatto che devono essere stampati su due lati e ritagliati, è che, per adattarsi alle istruzioni, il testo risulta stampato un po' più piccolo e c'è spazio solo per un fumetto per i commenti.



QUESTIONARIO SUL BENESSERE GENERALE

Versione breve a 6 voci

Per ogni affermazione, cerchiare un numero per indicare con quale frequenza si è provato lo stato d'animo descritto

1) Mi sono sentito felice

Mai 1	Raramente 2	Qualche volta 3	Molto spesso 4	Sempre 5
-----------------	-----------------------	---------------------------	--------------------------	--------------------

2) Mi sono sentito coinvolto

Mai 1	Raramente 2	Qualche volta 3	Molto spesso 4	Sempre 5
-----------------	-----------------------	---------------------------	--------------------------	--------------------

3) Mi sono sentito a mio agio

Mai 1	Raramente 2	Qualche volta 3	Molto spesso 4	Sempre 5
-----------------	-----------------------	---------------------------	--------------------------	--------------------

QUESTIONARIO SUL BENESSERE GENERALE

4) Mi sono sentito al sicuro e protetto

Mai 1	Raramente 2	Qualche volta 3	Molto spesso 4	Sempre 5
-----------------	-----------------------	---------------------------	--------------------------	--------------------

5) Ho apprezzato la compagnia di altre persone

Mai 1	Raramente 2	Qualche volta 3	Molto spesso 4	Sempre 5
-----------------	-----------------------	---------------------------	--------------------------	--------------------

6) Ho parlato con altre persone

Mai 1	Raramente 2	Qualche volta 3	Molto spesso 4	Sempre 5
-----------------	-----------------------	---------------------------	--------------------------	--------------------

QUESTIONARIO SUL BENESSERE GENERALE

Versione completa a 12 voci

Per ogni affermazione, cerchiare un numero per indicare con quale frequenza si è provato lo stato d'animo descritto

1) Mi sono sentito felice

Mai 1	Raramente 2	Qualche volta 3	Molto spesso 4	Sempre 5
-----------------	-----------------------	---------------------------	--------------------------	--------------------

2) Mi sono sentito coinvolto

Mai 1	Raramente 2	Qualche volta 3	Molto spesso 4	Sempre 5
-----------------	-----------------------	---------------------------	--------------------------	--------------------

3) Mi sono sentito a mio agio

Mai 1	Raramente 2	Qualche volta 3	Molto spesso 4	Sempre 5
-----------------	-----------------------	---------------------------	--------------------------	--------------------

4) Mi sono sentito al sicuro e protetto

Mai 1	Raramente 2	Qualche volta 3	Molto spesso 4	Sempre 5
-----------------	-----------------------	---------------------------	--------------------------	--------------------

QUESTIONARIO SUL BENESSERE GENERALE

5) Ho apprezzato la compagnia di altre persone

Mai 1	Raramente 2	Qualche volta 3	Molto spesso 4	Sempre 5
----------	----------------	--------------------	-------------------	-------------

6) Ho parlato con altre persone

Mai 1	Raramente 2	Qualche volta 3	Molto spesso 4	Sempre 5
----------	----------------	--------------------	-------------------	-------------

7) Ero interessato

Mai 1	Raramente 2	Qualche volta 3	Molto spesso 4	Sempre 5
----------	----------------	--------------------	-------------------	-------------

8) Mi è piaciuto

Mai 1	Raramente 2	Qualche volta 3	Molto spesso 4	Sempre 5
----------	----------------	--------------------	-------------------	-------------

QUESTIONARIO SUL BENESSERE GENERALE

9) Sono rimasto stupito

Mai 1	Raramente 2	Qualche volta 3	Molto spesso 4	Sempre 5
----------	----------------	--------------------	-------------------	-------------

10) Mi sono divertito

Mai 1	Raramente 2	Qualche volta 3	Molto spesso 4	Sempre 5
----------	----------------	--------------------	-------------------	-------------

11) Mi sono sentito sicuro di me

Mai 1	Raramente 2	Qualche volta 3	Molto spesso 4	Sempre 5
----------	----------------	--------------------	-------------------	-------------

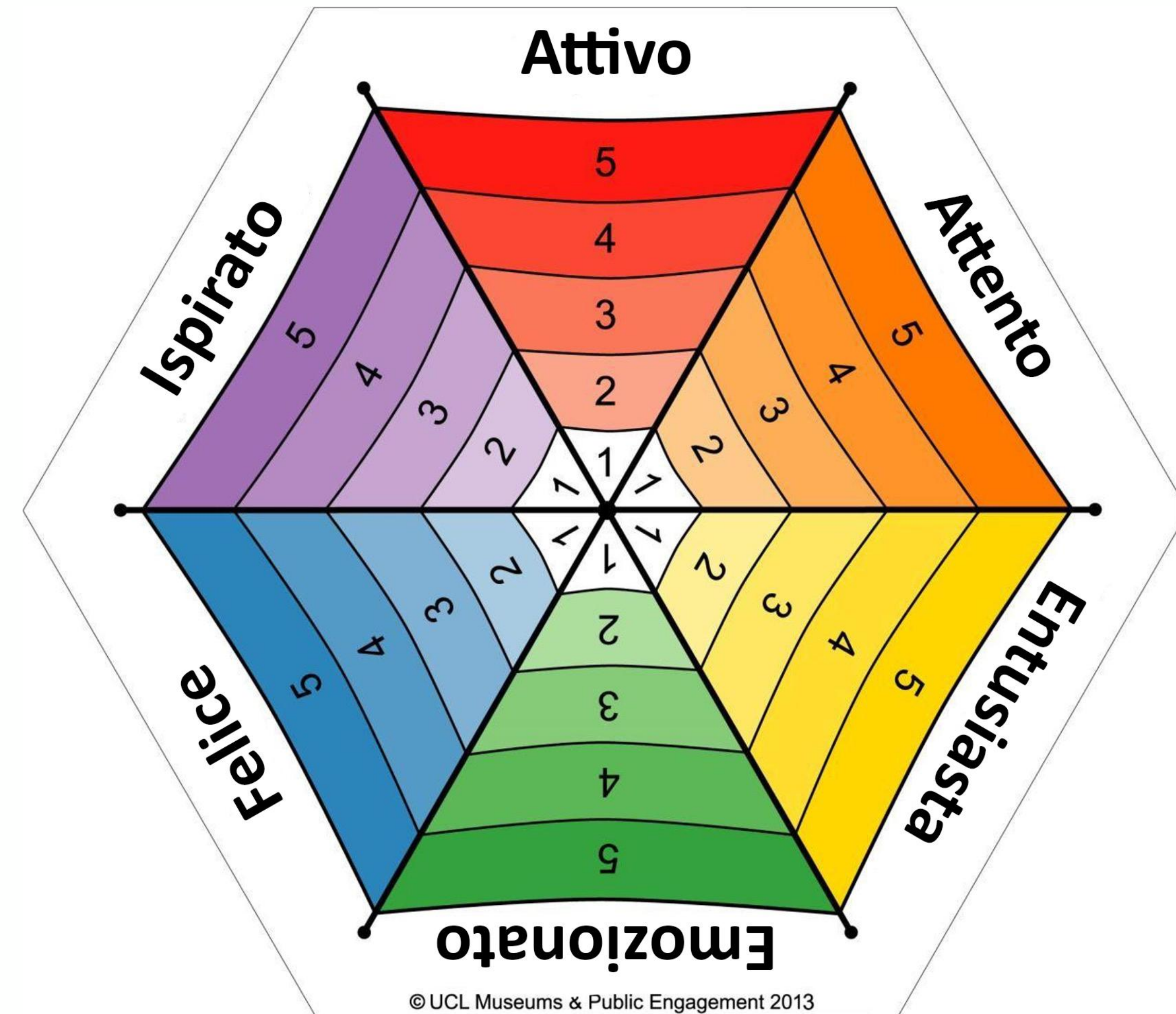
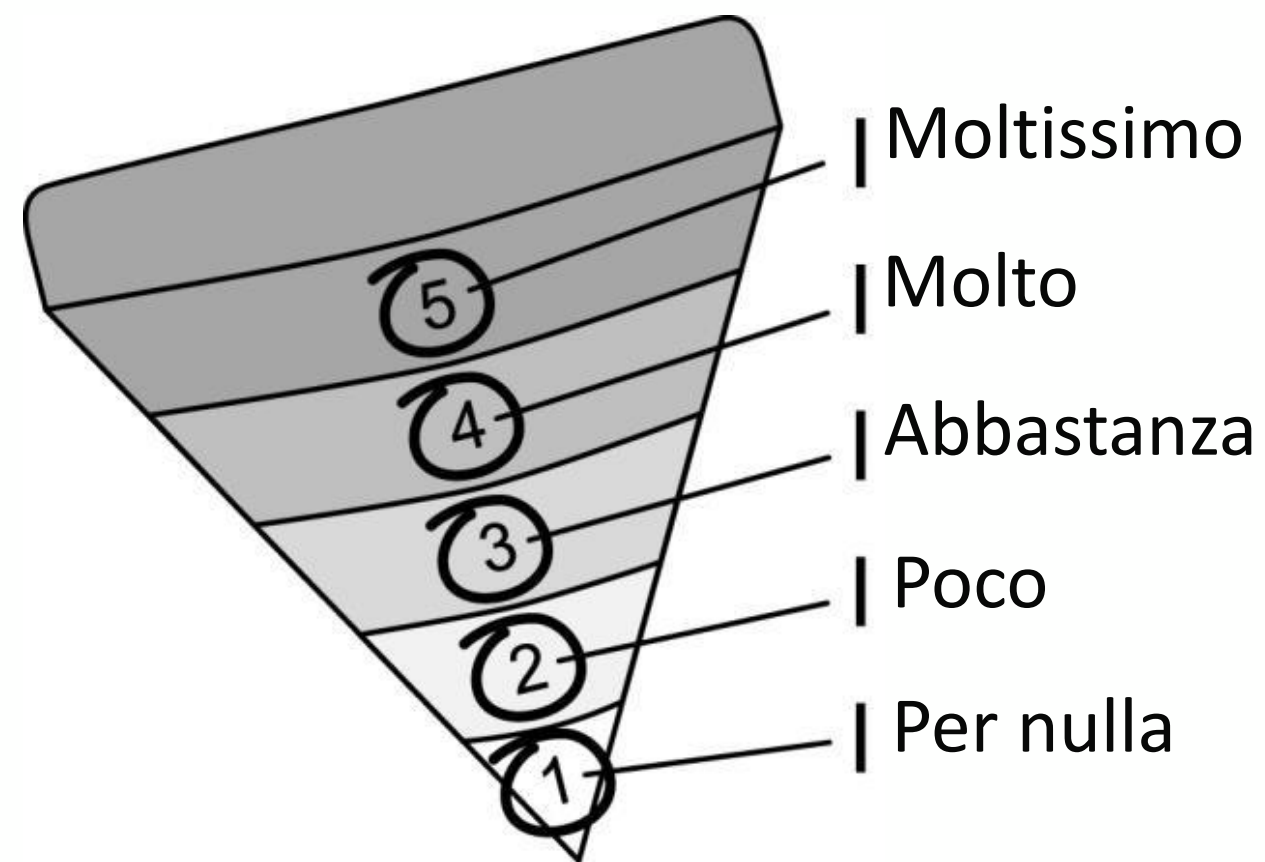
12) Mi sono sentito in salute

Mai 1	Raramente 2	Qualche volta 3	Molto spesso 4	Sempre 5
----------	----------------	--------------------	-------------------	-------------

OMBRELLINO POSITIVO DEL BENESSERE

Generale

Sul bordo dell'ombrellino sono stampate sei parole che indicano un'emozione o uno stato d'animo. Indicate quanto intensamente provate quell'emozione o quello stato d'animo cerchiando un numero da 1 a 5. Ad esempio, se vi sentite abbastanza attenti, cerchiare 3. Dal basso verso l'alto: non mi sento per niente... (es. attivo), mi sento poco... (es. attento), mi sento abbastanza (es. entusiasta), mi sento molto... (es. emozionato), mi sento moltissimo... (es. felice).

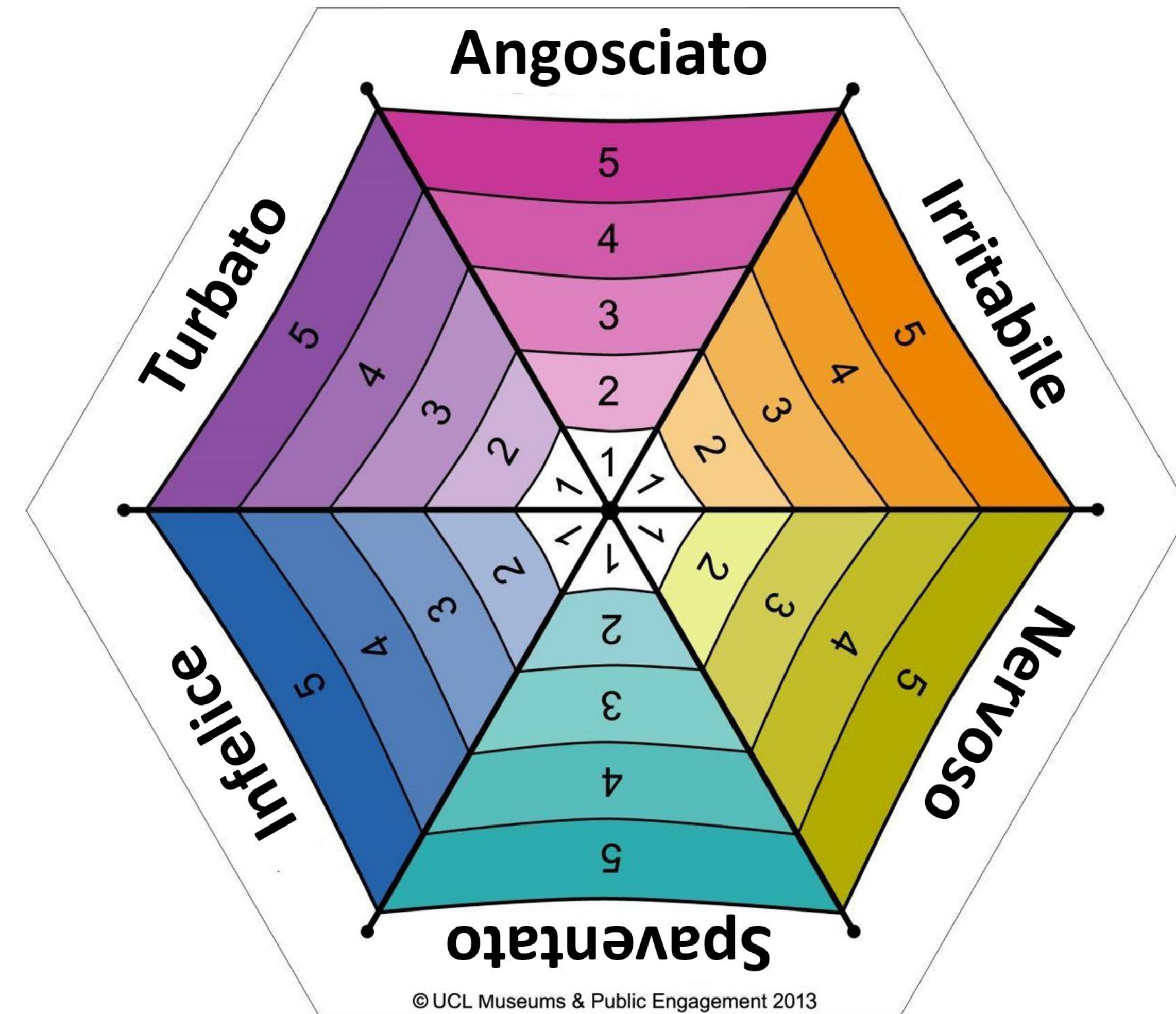
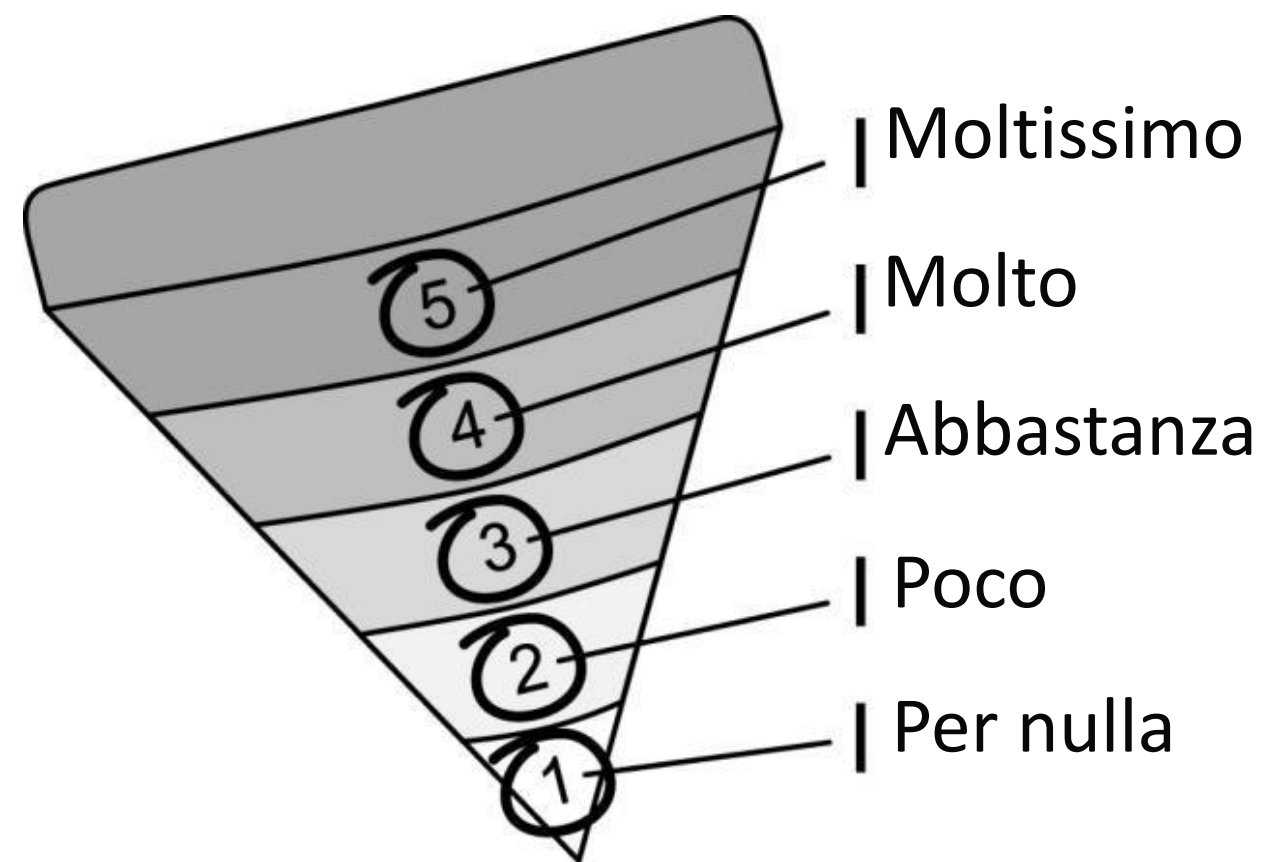


OMBRELLINO NEGATIVO DEL BENESSERE

Generale

Sul bordo dell'ombrellino sono stampate sei parole che indicano un'emozione o uno stato d'animo. Indicate quanto intensamente provate quell'emozione o quello stato d'animo cerchiando un numero da 1 a 5. Ad esempio, se vi sentite un po' angosciati, cerciate 2.

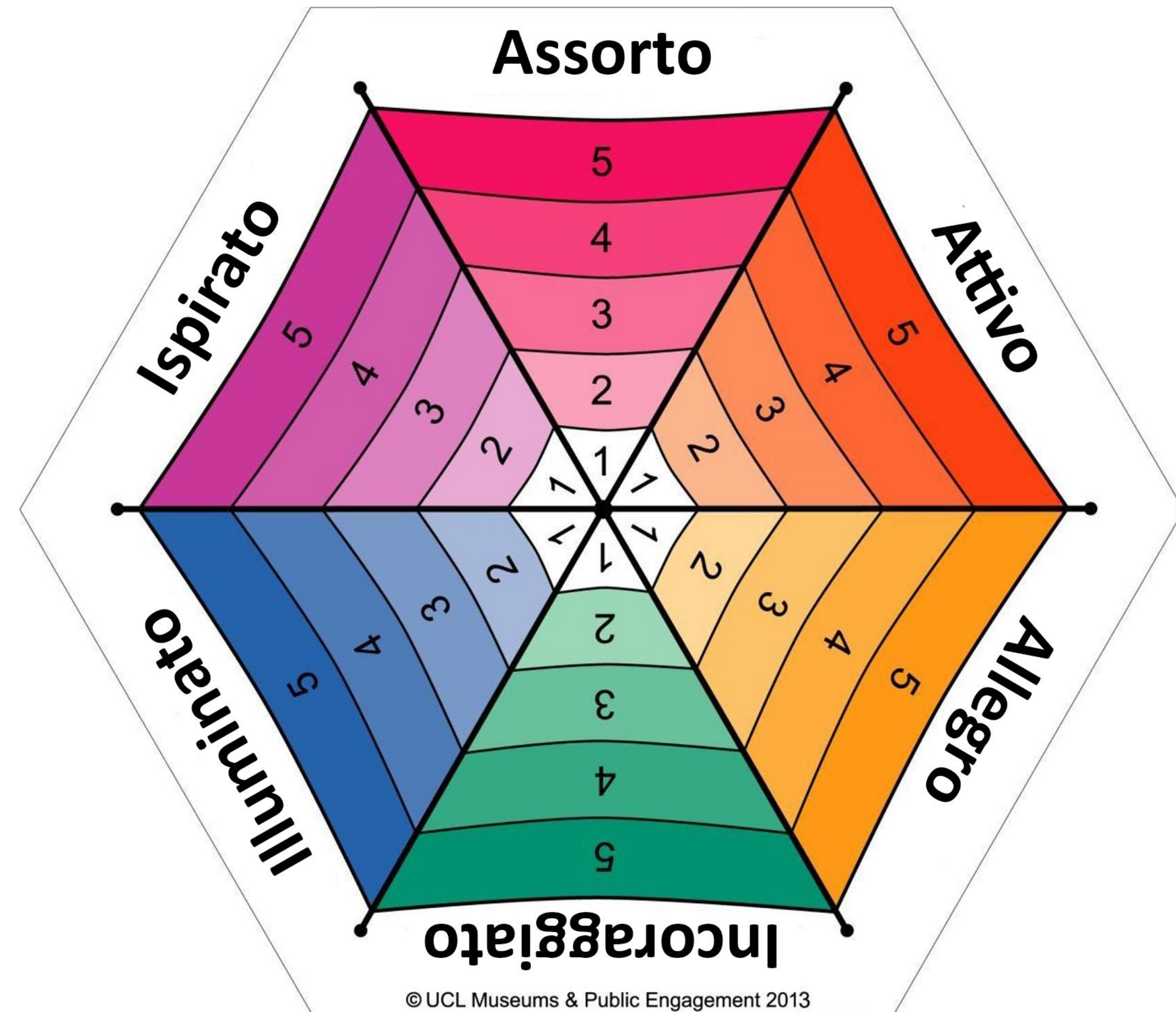
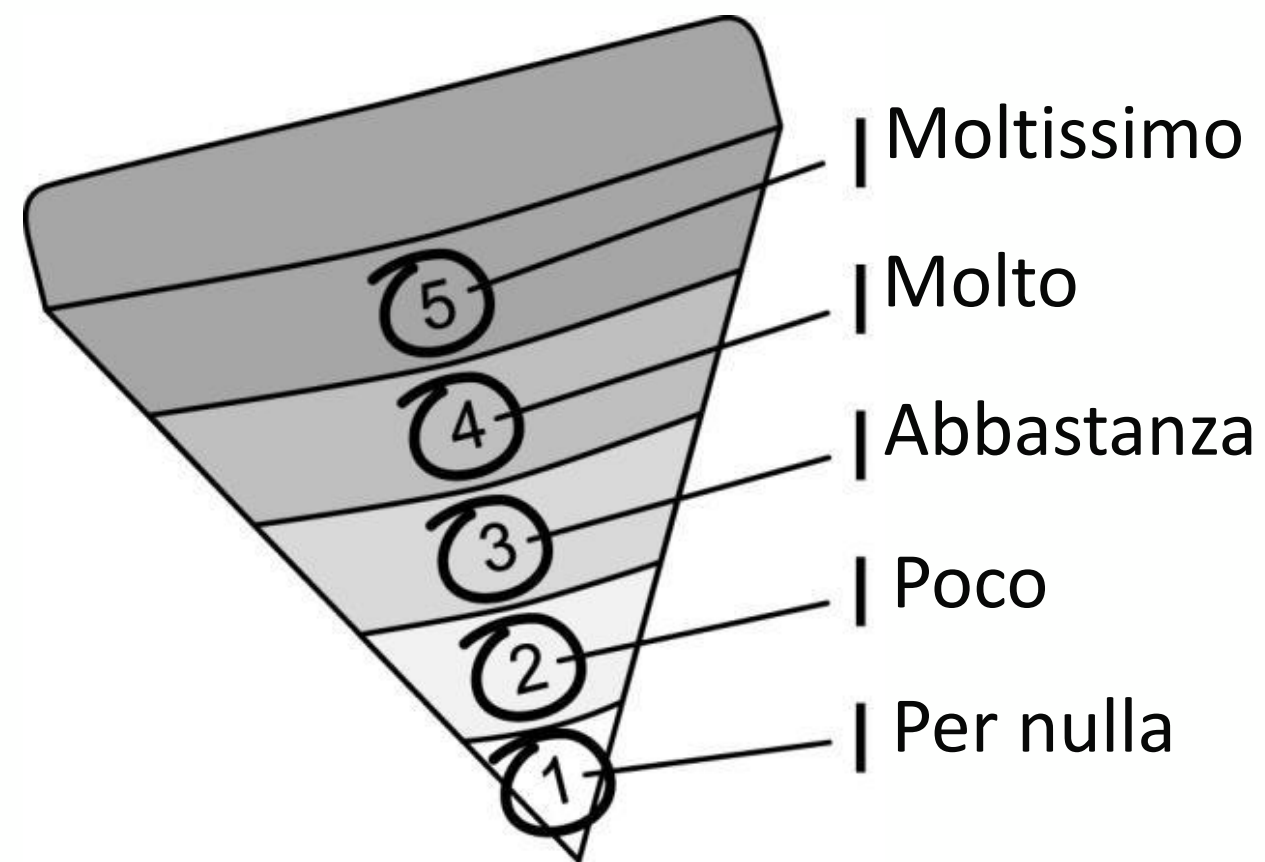
Dal basso verso l'alto: non mi sento per niente... (es. angosciato), mi sento poco... (es. irritabile), mi sento abbastanza (es. nervoso), mi sento molto... (es. spaventato), mi sento moltissimo... (es. infelice).



OMBRELLINO POSITIVO DEL BENESSERE

Anziani

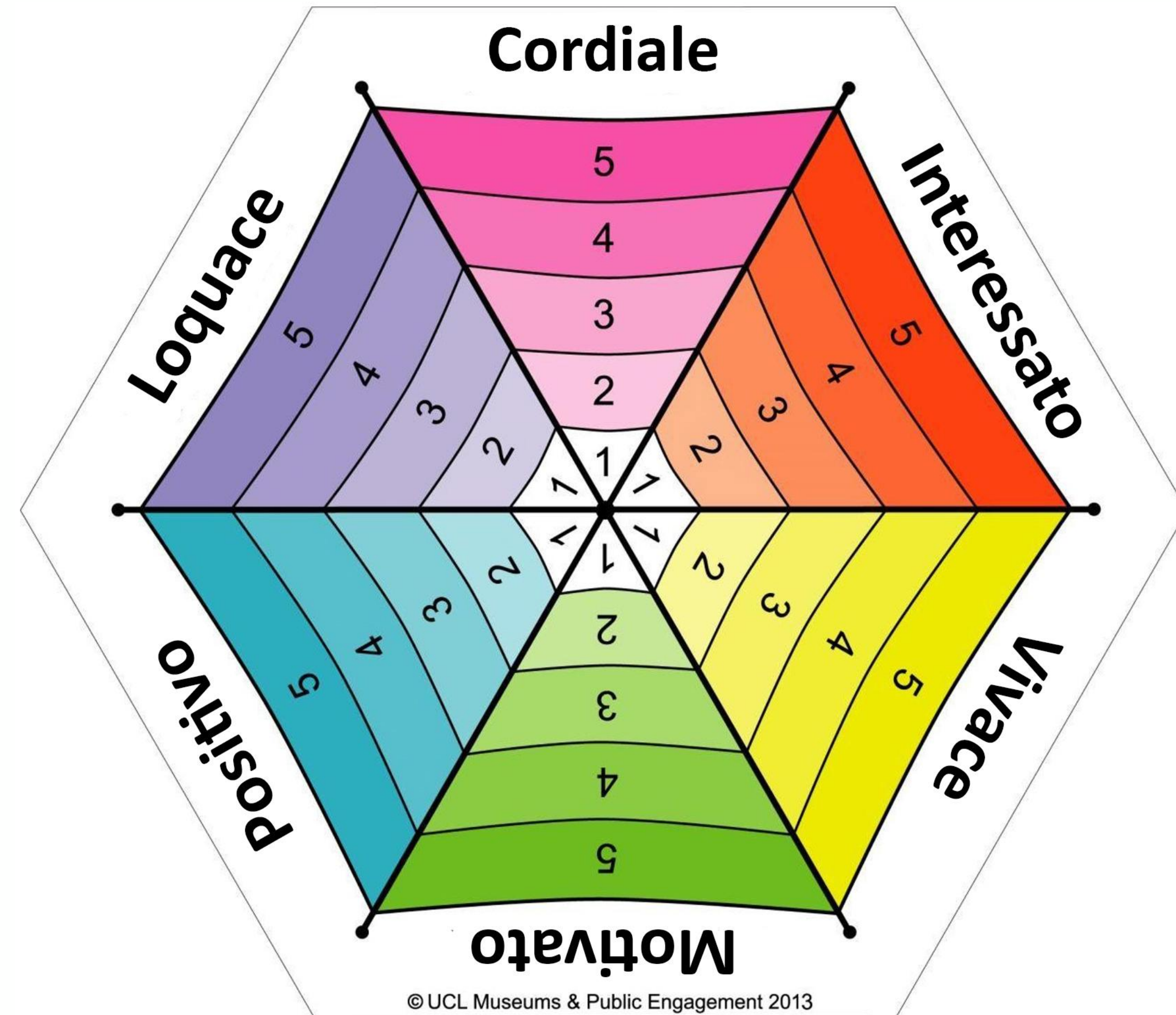
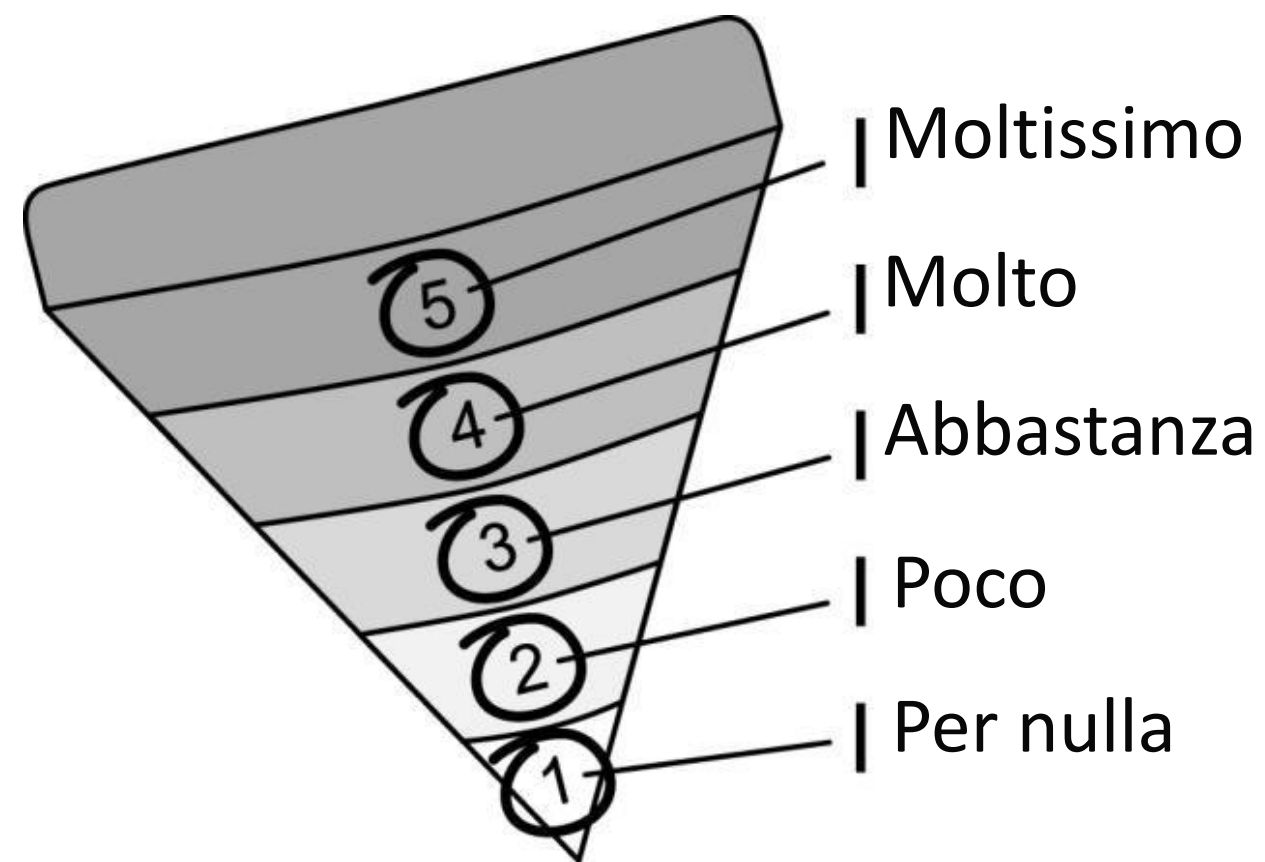
Sul bordo dell'ombrellino sono stampate sei parole che indicano un'emozione o uno stato d'animo. Indicate quanto intensamente provate quell'emozione o quello stato d'animo cerchiando un numero da 1 a 5. Ad esempio, se vi sentite abbastanza assorti, cerciate 3. Dal basso verso l'alto: non mi sento per niente... (es. assorto), mi sento poco... (es. attivo), mi sento abbastanza (es. allegro), mi sento molto... (es. incoraggiato), mi sento moltissimo... (es. illuminato).



OMBRELLINO POSITIVO DEL BENESSERE

Giovani adulti

Sul bordo dell'ombrellino sono stampate sei parole che indicano un'emozione o uno stato d'animo. Indicate quanto intensamente provate quell'emozione o quello stato d'animo cerchiando un numero da 1 a 5. Ad esempio, se vi sentite abbastanza amichevoli, cerciate 3. Dal basso verso l'alto: non mi sento per niente... (es. cordiale), mi sento poco... (es. interessato), mi sento abbastanza (es. vivace), mi sento molto... (es. motivato), mi sento moltissimo... (es. positivo).



RIFLESSIONI E COMMENTI

Toolkit UCL per la misurazione del benessere al museo

Che cosa ha funzionato per te dell'esperienza?

Che cosa senti di aver realizzato?



Che cosa sarebbe potuto andare meglio?

Hai altri commenti?

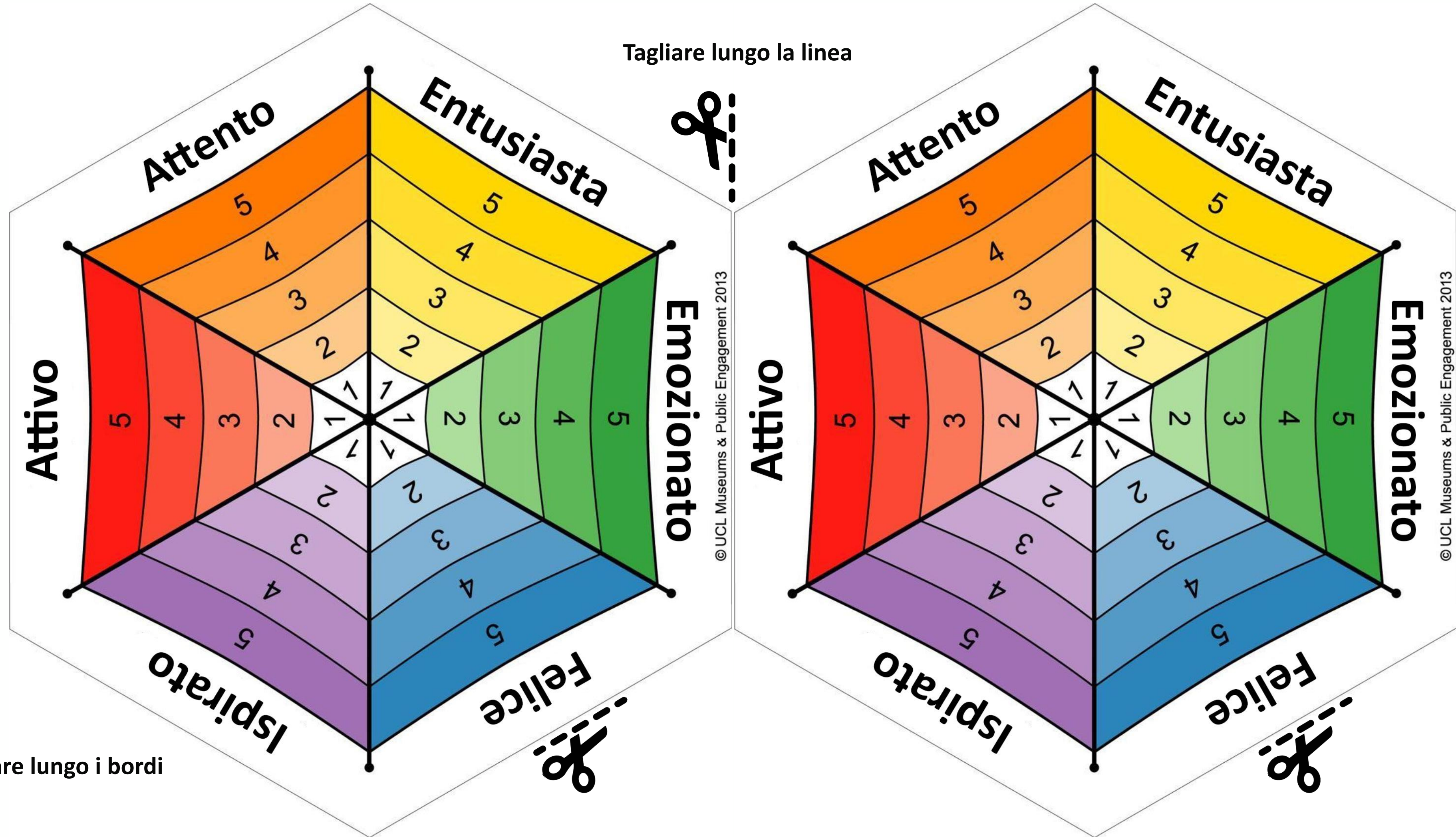


OMBRELLINO POSITIVO DEL BENESSERE - GENERALE

Toolkit UCL per la misurazione del benessere al museo

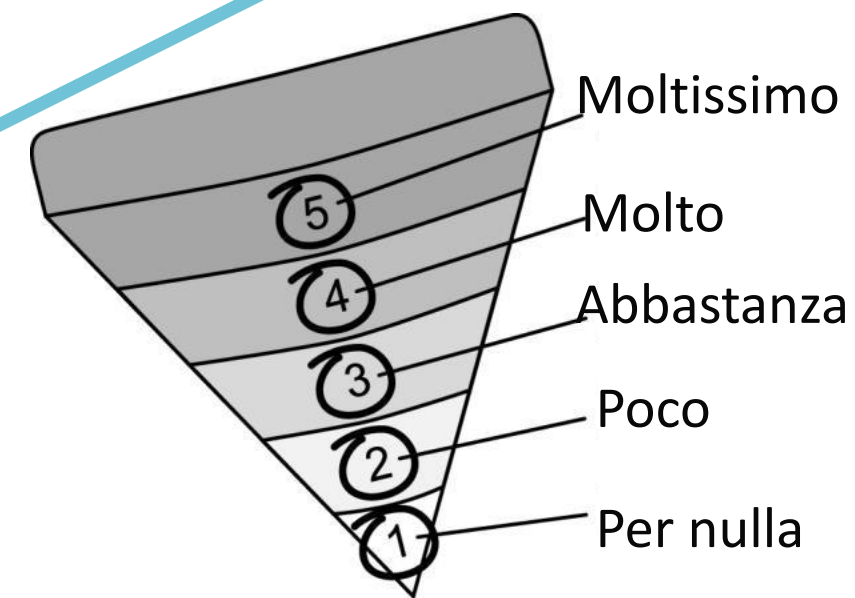
FRONTE: 2 per foglio, ritagliare da questo lato

Tagliare lungo la linea



Tagliare lungo i bordi

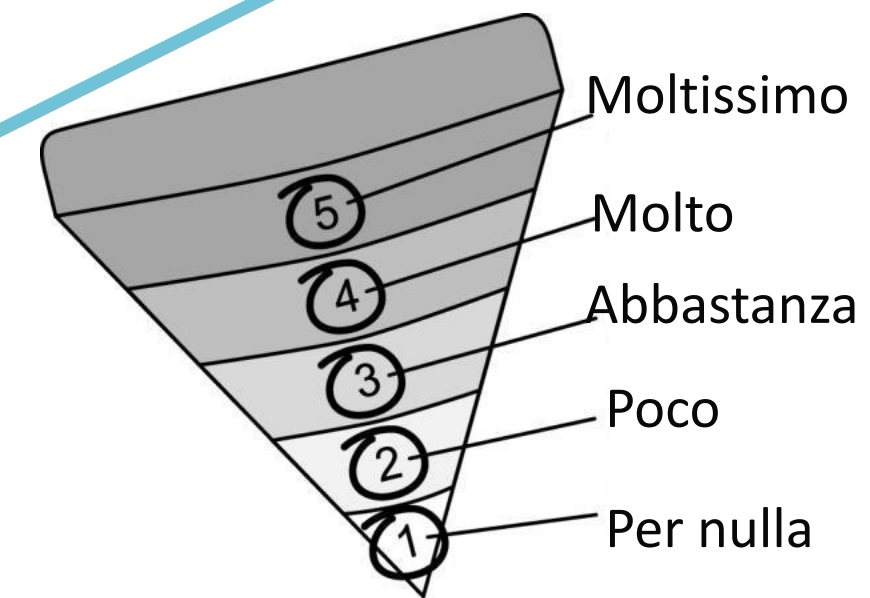
RETRO: 2 per foglio, ritagliare dall'altro lato



Sul bordo dell'ombrellino sono stampate sei parole che indicano un'emozione o uno stato d'animo. Indicate quanto intensamente provate quell'emozione o quello stato d'animo cerchiando un numero da 1 a 5. Ad esempio, se vi sentite abbastanza attenti, cerciate 3.

Altri commenti o riflessioni?

©UCL Museums & Public Engagement 2013



Sul bordo dell'ombrellino sono stampate sei parole che indicano un'emozione o uno stato d'animo. Indicate quanto intensamente provate quell'emozione o quello stato d'animo cerchiando un numero da 1 a 5. Ad esempio, se vi sentite abbastanza attenti, cerciate 3.

Altri commenti o riflessioni?

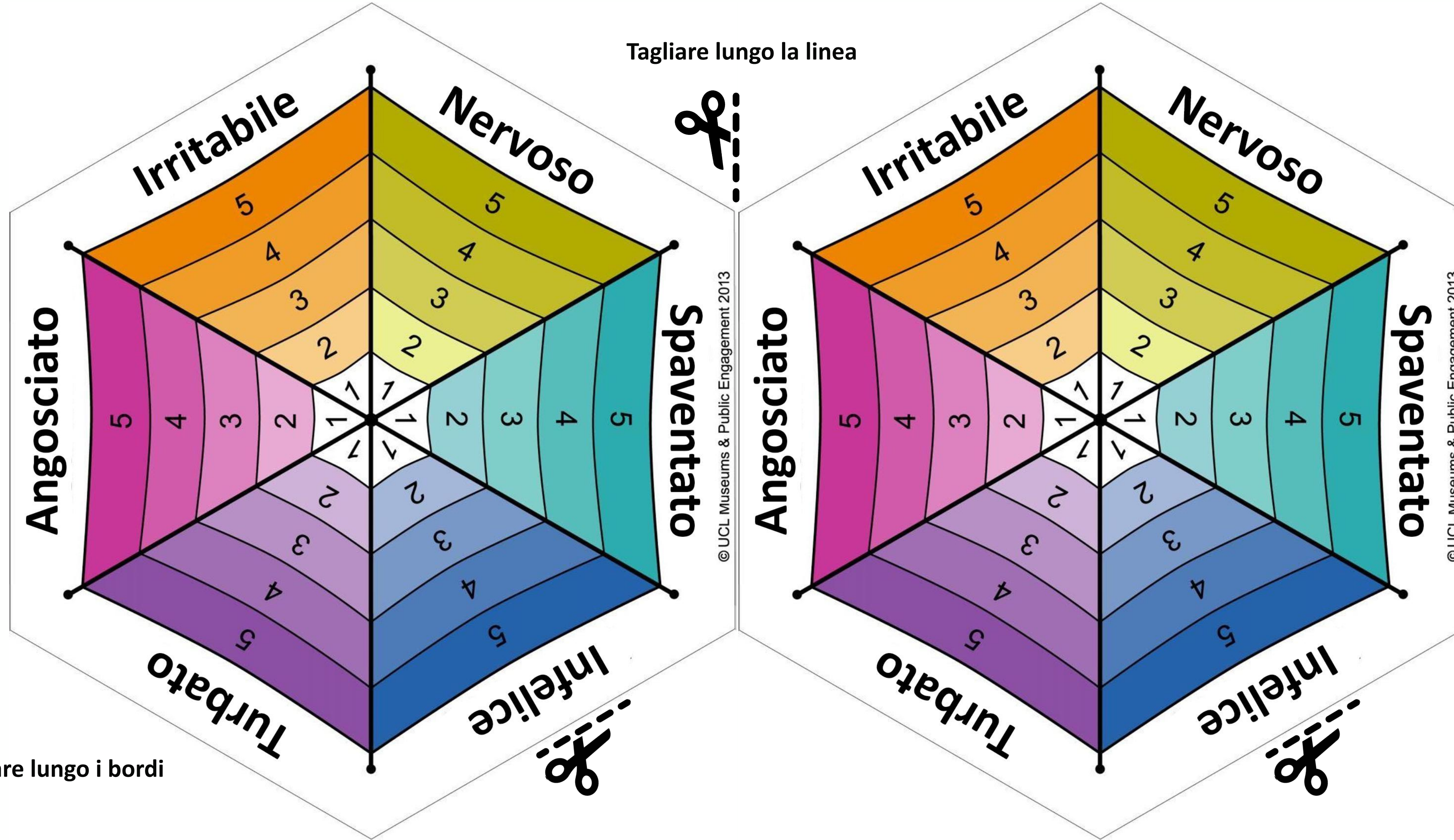
©UCL Museums & Public Engagement 2013

OMBRELLINO NEGATIVO DEL BENESSERE - GENERALE

Toolkit UCL per la misurazione del benessere al museo

FRONTE: 2 per foglio, ritagliare da questo lato

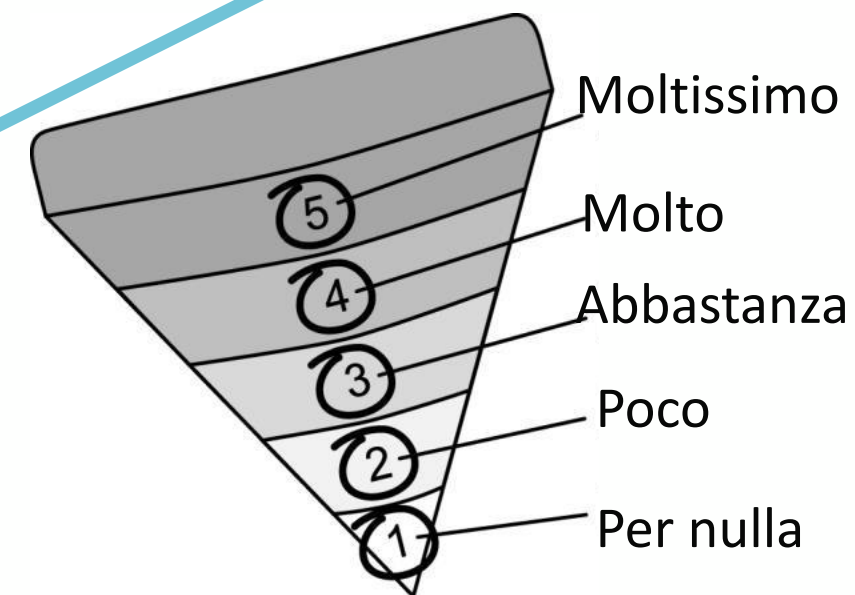
Tagliare lungo la linea



Tagliare lungo i bordi

OMBRELLINO NEGATIVO DEL BENESSERE - GENERALE

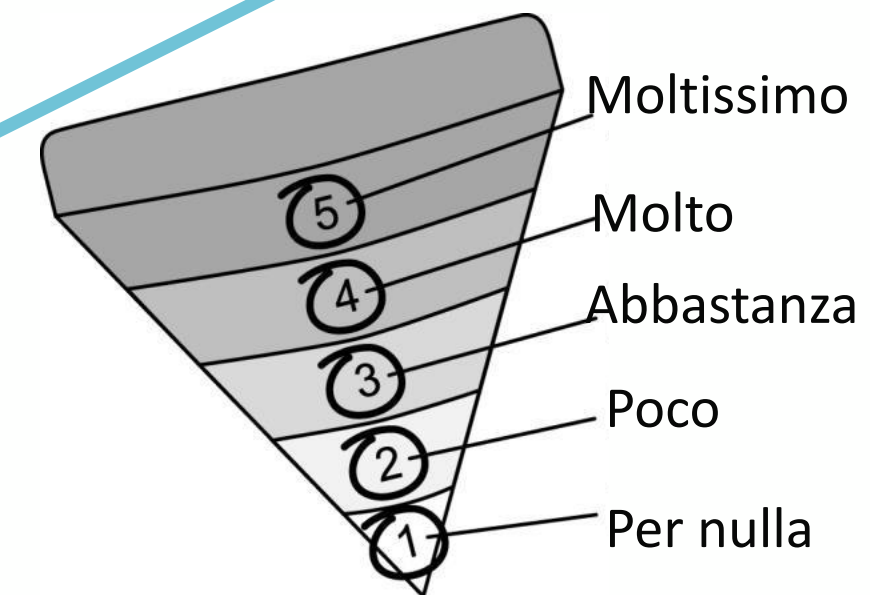
RETRO: 2 per foglio, ritagliare dall'altro lato



Sul bordo dell'ombrellino sono stampate sei parole che indicano un'emozione o uno stato d'animo. Indicate quanto intensamente provate quell'emozione o quello stato d'animo cerchiando un numero da 1 a 5. Ad esempio, se vi sentite abbastanza irritabili, cerciate 3.

Altri commenti o riflessioni?

©UCL Museums & Public Engagement 2013



Sul bordo dell'ombrellino sono stampate sei parole che indicano un'emozione o uno stato d'animo. Indicate quanto intensamente provate quell'emozione o quello stato d'animo cerchiando un numero da 1 a 5. Ad esempio, se vi sentite abbastanza irritabili, cerciate 3.

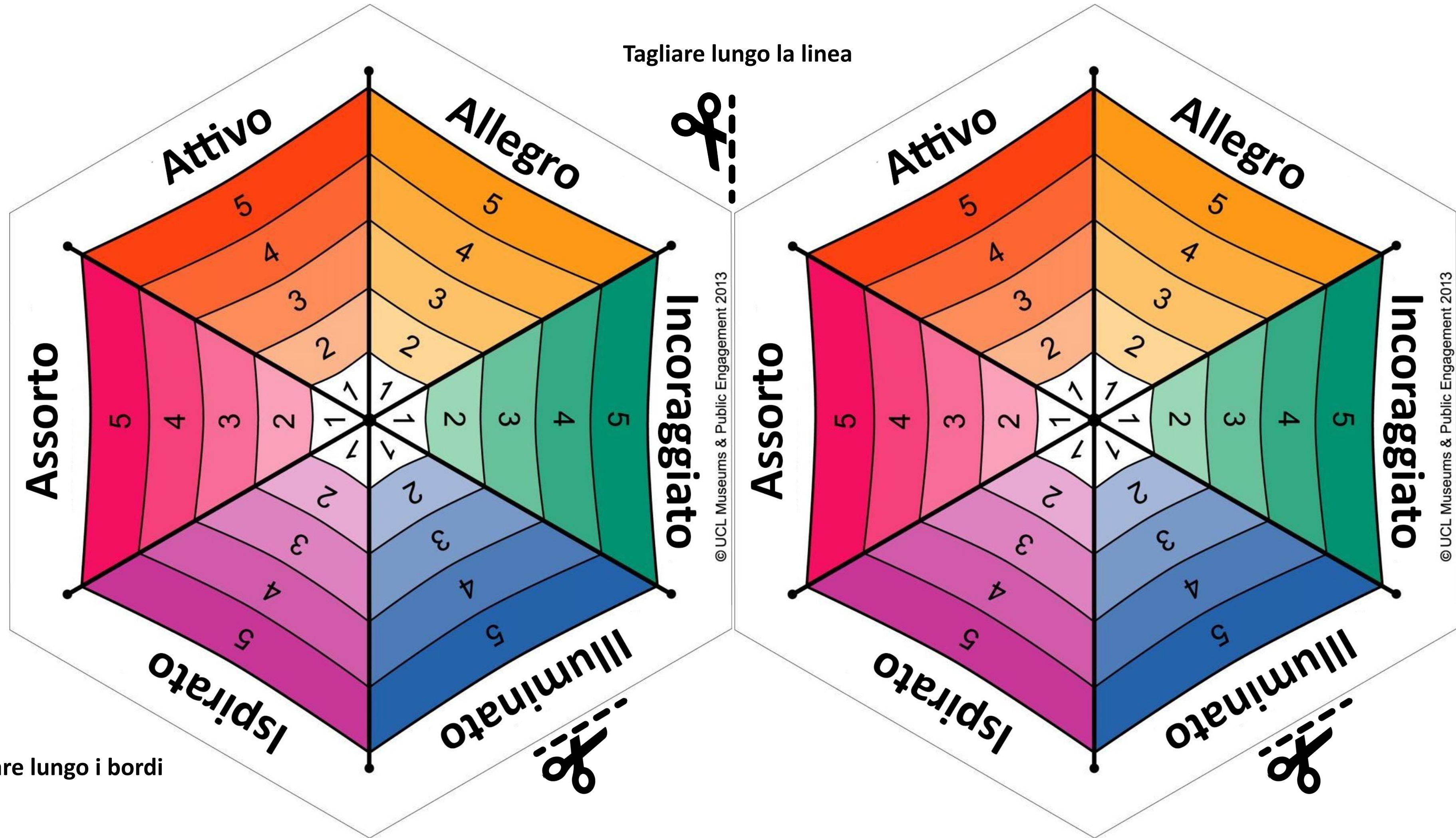
Altri commenti o riflessioni?

©UCL Museums & Public Engagement 2013

OMBRELLINO POSITIVO DEL BENESSERE - ANZIANI

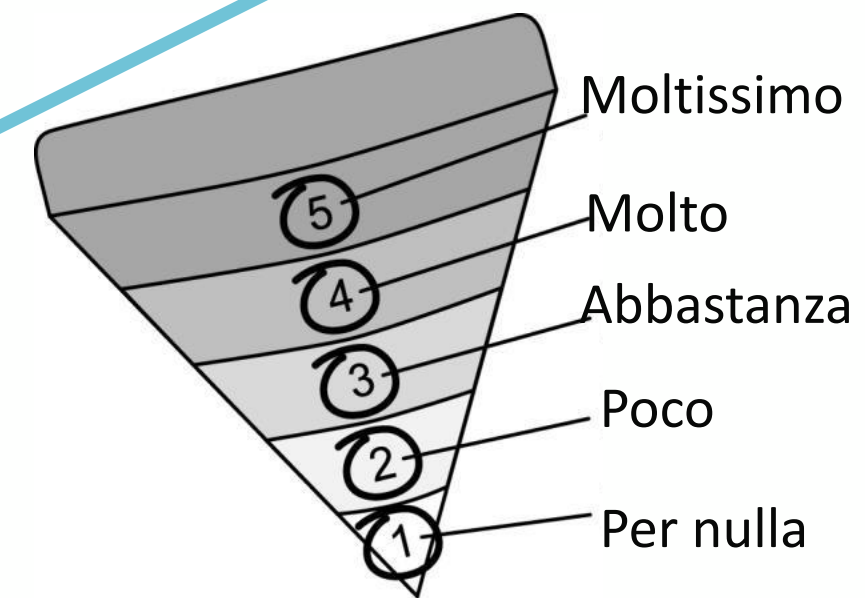
Toolkit UCL per la misurazione del benessere al museo

FRONTE: 2 per foglio, ritagliare da questo lato



OMBRELLINO POSITIVO DEL BENESSERE - ANZIANI

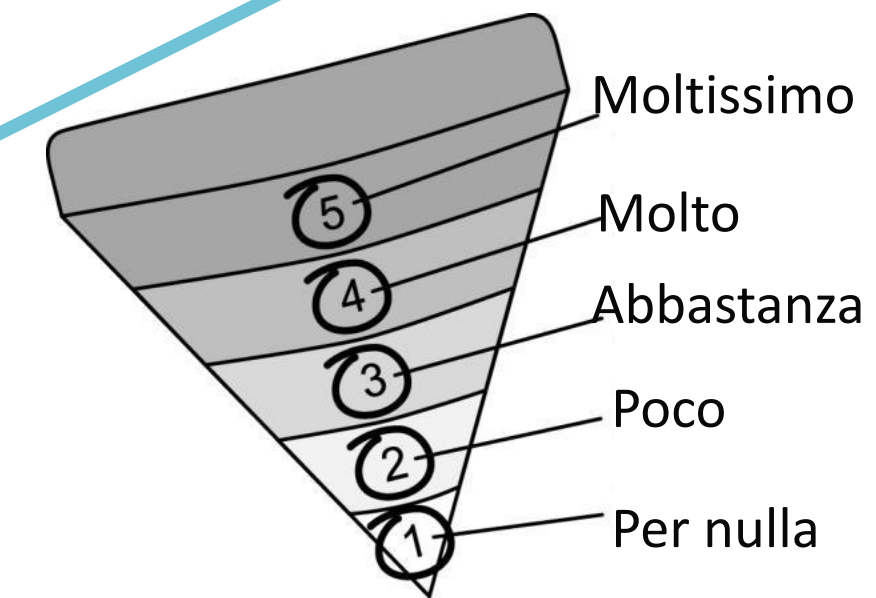
RETRO: 2 per foglio, ritagliare dall'altro lato



Sul bordo dell'ombrellino sono stampate sei parole che indicano un'emozione o uno stato d'animo. Indicate quanto intensamente provate quell'emozione o quello stato d'animo cerchiando un numero da 1 a 5. Ad esempio, se vi sentite abbastanza attivi, cerciate 3.

Altri commenti o riflessioni?

©UCL Museums & Public Engagement 2013



Sul bordo dell'ombrellino sono stampate sei parole che indicano un'emozione o uno stato d'animo. Indicate quanto intensamente provate quell'emozione o quello stato d'animo cerchiando un numero da 1 a 5. Ad esempio, se vi sentite abbastanza attivi, cerciate 3.

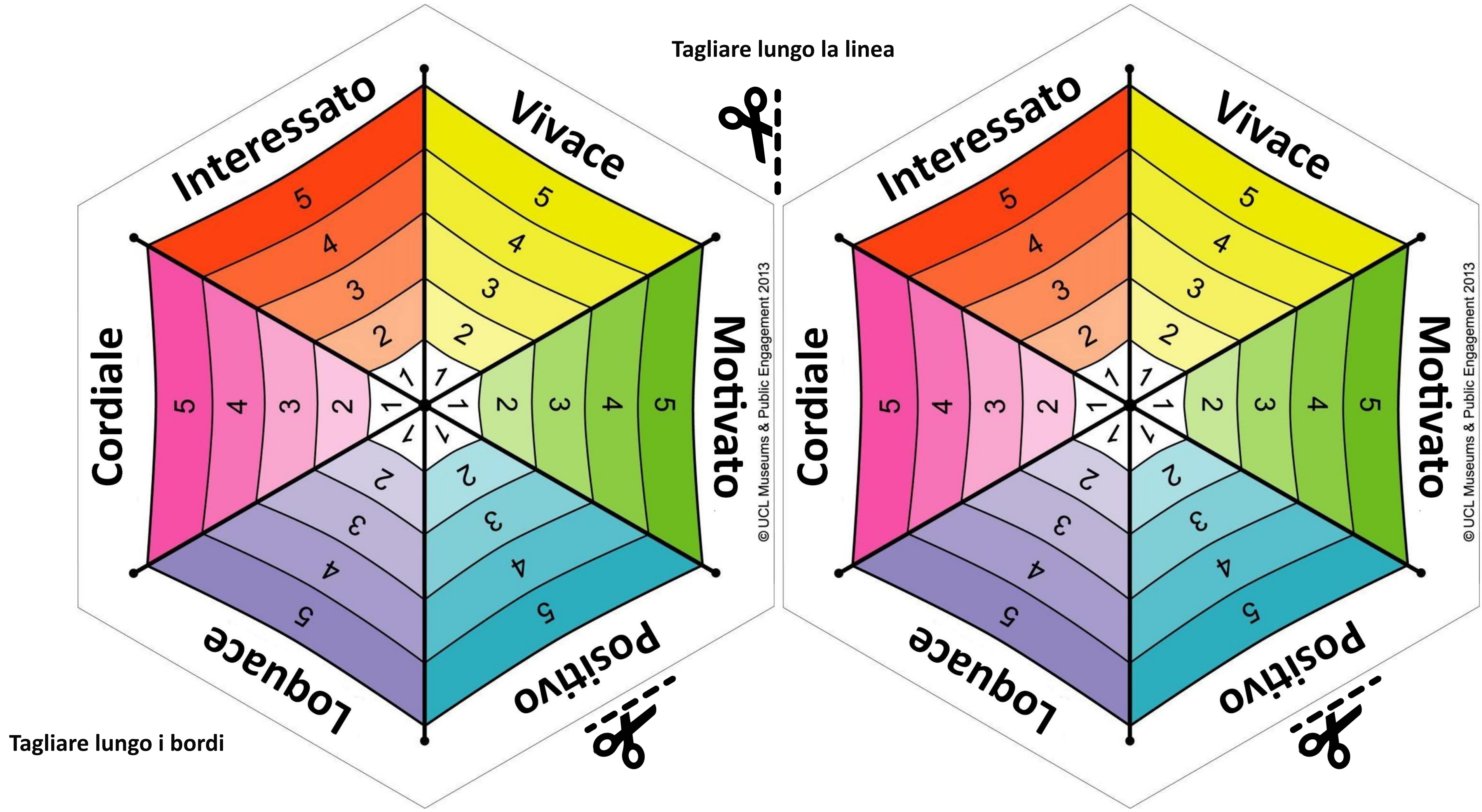
Altri commenti o riflessioni?

©UCL Museums & Public Engagement 2013

OMBRELLINO POSITIVO DEL BENESSERE – GIOVANI ADULTI

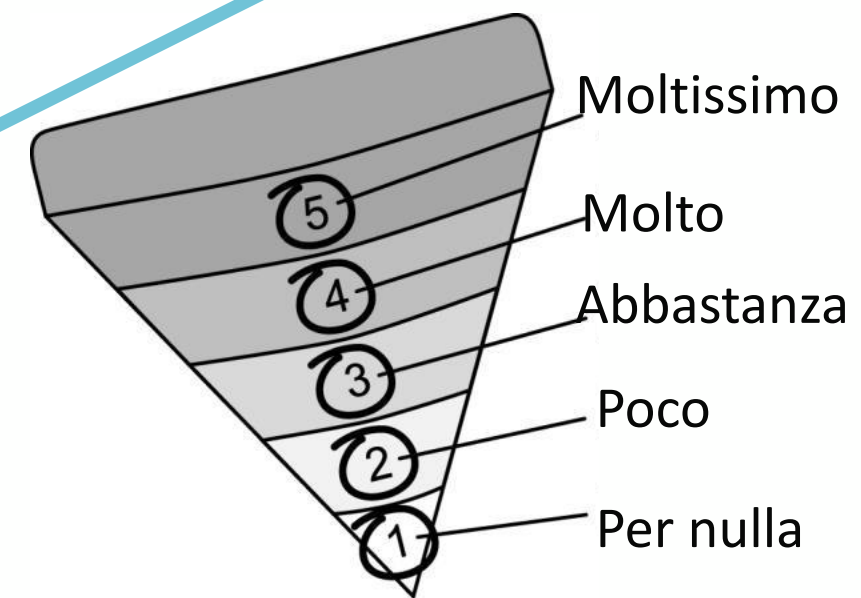
Toolkit UCL per la misurazione del benessere al museo

FRONTE: 2 per foglio, ritagliare da questo lato



OMBRELLINO POSITIVO DEL BENESSERE – GIOVANI ADULTI

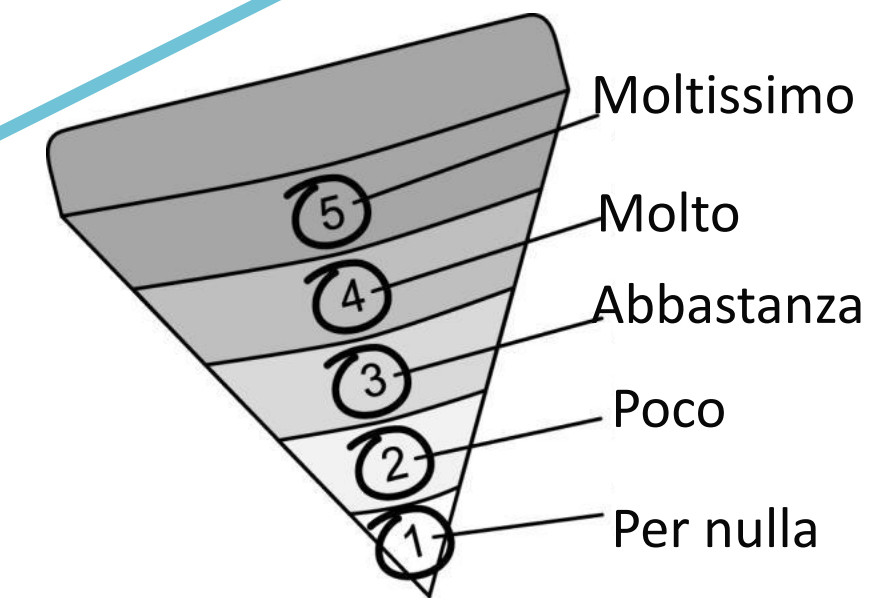
RETRO: 2 per foglio, ritagliare dall'altro lato



Sul bordo dell'ombrellino sono stampate sei parole che indicano un'emozione o uno stato d'animo. Indicate quanto intensamente provate quell'emozione o quello stato d'animo cerchiando un numero da 1 a 5. Ad esempio, se vi sentite abbastanza interessati, cerciate 3.

Altri commenti o riflessioni?

©UCL Museums & Public Engagement 2013



Sul bordo dell'ombrellino sono stampate sei parole che indicano un'emozione o uno stato d'animo. Indicate quanto intensamente provate quell'emozione o quello stato d'animo cerchiando un numero da 1 a 5. Ad esempio, se vi sentite abbastanza interessati, cerciate 3.

Altri commenti o riflessioni?

©UCL Museums & Public Engagement 2013

Tutte le misure del Toolkit utilizzano scale di valutazione a cinque. Il questionario generale sul benessere presenta categorie di risposta formulate in modo differente rispetto all'ombrellino. Le valutazioni date dai partecipanti (cioè 1, 2, 3, 4 o 5) possono essere descritte come "dati grezzi". Esistono diversi metodi per convertire questi dati grezzi in dati significativi e si basano su due tecniche di base:

1. Calcolo del punteggio medio

Per trovare il punteggio medio, bisogna sommare tutti i punti e dividerli per il numero di coloro che li hanno espressi.

Ad esempio, supponiamo che 10 partecipanti abbiano dato punteggi di 1, 3, 4, 4, 4, 4, 5, 5, 5 e 5 in risposta all'affermazione "Mi sono sentito felice" (dove 1 = mai; 2 = raramente; 3 = qualche volta; 4 = molto spesso; 5 = sempre).

Si sommano i punteggi e il totale (in questo caso 40) si divide per il numero di partecipanti (in questo caso, 10).

La media che risulta, nel nostro esempio, è $40/10$, cioè 4.

Con i dati di valutazione si dovrebbe preferire la mediana alla media. Per calcolare la mediana, disponete i punteggi dal più basso al più alto e individuate il numero al centro. Con un numero dispari di punteggi, come ad esempio nove, è abbastanza semplice, nell'esempio: 1, 2, 3, 4, 4, 5, 5, 5 e 5, quattro è il punteggio medio o la mediana. Con un numero pari di punteggi, come ad esempio dieci, la questione è un po' più complicata, in quanto ci sono due punteggi mediani.

Ad esempio, nella serie 1, 3, 3, 4, 4, 4, 4, 5, 5 e 5, i due punteggi mediani sono uguali, quindi 4 è la mediana. Se invece i due punteggi mediani sono diversi, ad esempio 1, 3, 3, 3, 3, 4, 4, 5, 5 e 5, la mediana si ottiene facendo la media dei due punteggi mediani. Così $3 \text{ più } 4 \text{ diviso } 2$ è uguale a 3,5. La mediana è quindi tre e mezzo.

2. Calcolare il range

Il range è il punteggio più alto meno il punteggio più basso. Quindi, se un partecipante dà un punteggio di 2 prima di una sessione di attività al museo e un punteggio di 5 dopo una sessione, il range è 5 meno 2, quindi 3. Per queste misure è importante che si tenga sempre conto del punteggio prima della sessione (o primo punteggio) e del punteggio dopo la sessione (o secondo punteggio). Se la seconda valutazione è inferiore alla prima, l'intervallo deve essere riportato come negativo. Ad esempio, se un partecipante dà una valutazione di 4 prima di una sessione ma una valutazione di 3 dopo, il range sarà -1.

Tanto la media quanto la mediana sono definite "misure di tendenza centrale" perché descrivono la caratteristica centrale dell'insieme dei dati. Il range viene definito "misura di dispersione". Normalmente, una misura di tendenza centrale e una di dispersione sono sufficienti a descrivere l'intero insieme di dati; di conseguenza, queste misure sono note come "statistiche descrittive".

COME UTILIZZARE I DATI

Le statistiche descrittive sono utilizzate per fare confronti tra diversi insiemi di dati. I confronti specifici dipendono da ciò che il ricercatore sta cercando di scoprire, cioè dalla sua "domanda di ricerca" e possono includere le seguenti sei opzioni:

i. Miglioramento del benessere di un partecipante dopo una sessione

Sommate tutte le valutazioni precedenti alla sessione (ad es. 18) e sommate tutte le valutazioni successive alla sessione (ad es. 27). Se delle affermazioni non sono state compilate, né prima né dopo la sessione, omettetele dal confronto. Calcolate la differenza tra i due punteggi o il range (ad esempio, $27 - 18 = 9$). 9 è l'entità del miglioramento. Per sapere qual è la percentuale di 9 rispetto al punteggio di prima della sessione, dividere 9 per 18 e moltiplicare per 100. In questo caso, il risultato è 50. Questo dato rappresenta un miglioramento del 50% del benessere da prima a dopo la sessione.

ii. Miglioramento medio del benessere di un gruppo dopo una sessione

Per ogni partecipante del gruppo sommate tutte le valutazioni precedenti alla sessione e tutte le valutazioni successive alla sessione. Se delle affermazioni non sono state compilate, né prima né dopo la sessione, ometterle dal confronto. Sommate tutte le valutazioni dei partecipanti precedenti alla sessione (ad esempio, 180) e tutte le valutazioni dei partecipanti successive alla sessione (ad esempio, 270). Calcolate la differenza tra i due punteggi o il range (es. $270 - 180 = 90$). Nel nostro caso, 90 è l'entità del miglioramento. Per sapere qual è la percentuale di 90 rispetto al punteggio di prima della sessione, dividete 90 per 180 e moltiplicate per 100 per ottenere 50. Questo dato rappresenta un miglioramento del 50% del benessere da prima a dopo la sessione.

COME UTILIZZARE I DATI

iii. Miglioramento medio del benessere di un partecipante nel tempo (una serie di sessioni)

Seguite il procedimento di cui al punto i) fino a trovare il range (ad es. $27 - 18 = 9$). 9 è l'entità del miglioramento. Per sapere qual è la percentuale di 9 rispetto al punteggio della prima sessione, dividete 9 per 18 e moltiplicate per 100 per ottenere 50. Questo dato rappresenta un miglioramento del 50% del benessere dalla prima all'ultima sessione.

iv. Miglioramento medio del benessere di un gruppo nel tempo (una serie di sessioni)

Seguite il procedimento di cui al punto ii) fino a trovare il range (ad esempio, $270 - 180 = 90$): 90 è l'entità del miglioramento. Per sapere qual è la percentuale di 90 rispetto al punteggio ottenuto prima della sessione, dividete 90 per 180 e moltiplicate per 100 per ottenere 50. Questo dato rappresenta un miglioramento del 50% del benessere dalla prima all'ultima sessione.

v. Miglioramento medio del benessere di un gruppo in confronto a un altro gruppo

Seguite il procedimento di cui al punto ii) separatamente per ciascun gruppo fino a trovare il range per ciascun gruppo (ad esempio, gruppo A = 90, gruppo B = 200). Dividendo il punteggio minore per quello maggiore e moltiplicando per 100 (ad es. $90/200 \times 100 = 45$) emerge che il miglioramento del benessere del gruppo A è stato pari al 45% di quello del gruppo B.

vi. Miglioramento del benessere di un partecipante in relazione al miglioramento medio del benessere del resto del gruppo

Seguite il procedimento di cui al punto i) per un partecipante fino a trovare il range (ad es. 9) e il procedimento di cui al punto ii) per un gruppo fino a trovare il range (ad es. 120). Dividete il range riferito al gruppo per il numero di partecipanti ($n=10$) per ottenere il miglioramento medio per partecipante (ad es. $120/10 = 12$). Dividendo il punteggio minore per quello maggiore e moltiplicando per 100 (ad es. $9/12 \times 100 = 75$) si ottiene che, nel nostro caso, il miglioramento del benessere di un partecipante è stato pari al 75% rispetto a quello del gruppo.

La statistica descrittiva può essere supportata dalla "statistica inferenziale": si tratta di tecniche utilizzate per fare inferenze sui dati e determinare se i risultati di un piccolo numero di campioni di dati possano essere applicabili alla popolazione nel suo complesso.

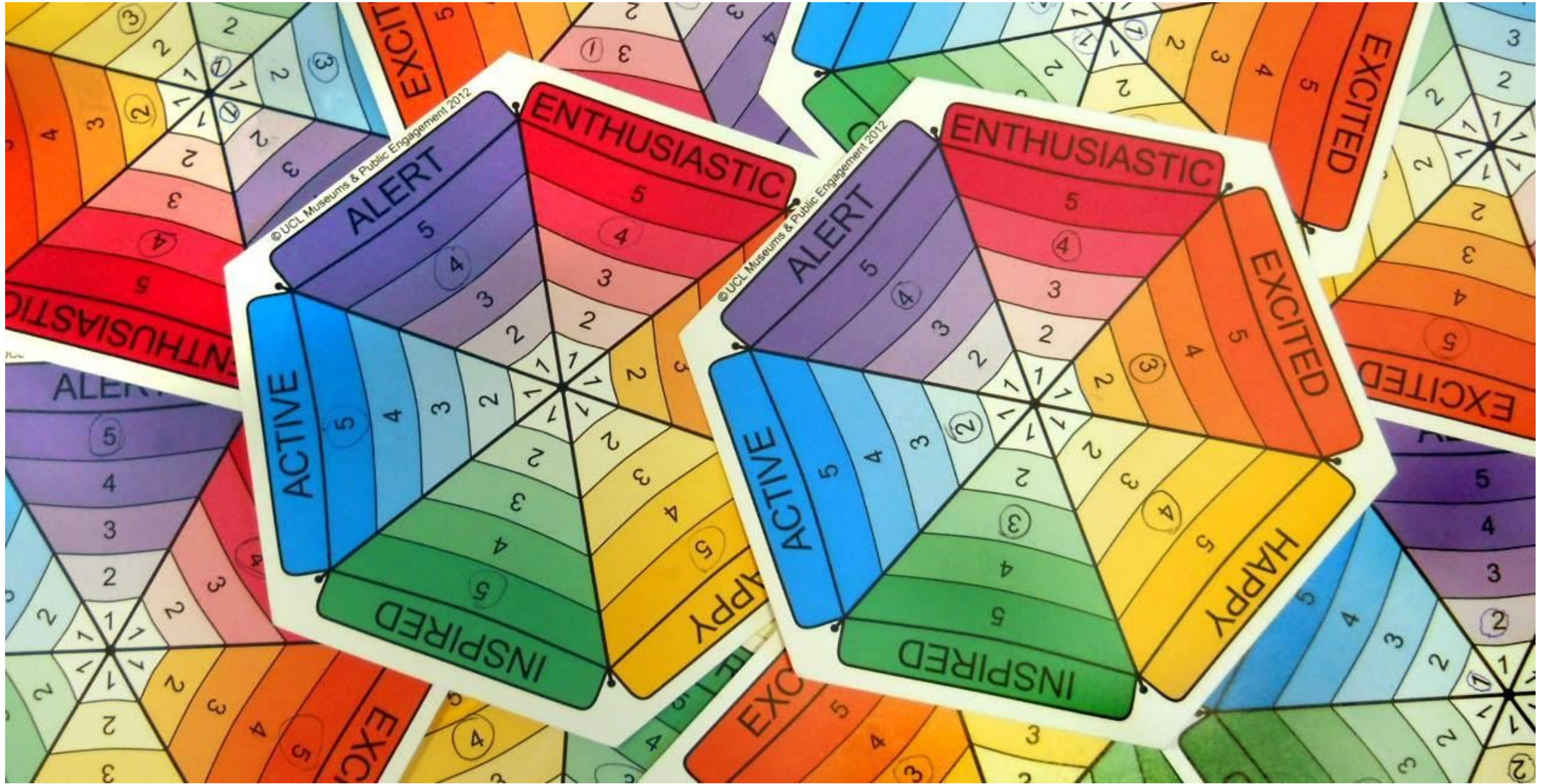
I test inferenziali vengono utilizzati per determinare se i risultati sono "statisticamente significativi".

I test statistici inferenziali adatti a fare confronti tra serie di dati di valutazione includono il test di Wilcoxon e il test di Mann-Whitney.

Il test di Wilcoxon viene utilizzato per confrontare tra loro le misure dello stesso gruppo di partecipanti (ad esempio, il gruppo A prima e dopo la stessa sessione), mentre il test di Mann-Whitney viene utilizzato per confrontare le misure di gruppi diversi (il gruppo A con il gruppo B dopo le prime sessioni). Sebbene questi test non siano trattati in questa sede, possono essere consultati online o nei manuali di statistica.

GLI OMBRELLINI DEL BENESSERE

Toolkit UCL per la misurazione del benessere al museo



LO SVILUPPO DEL TOOLKIT

I musei di tutto il Regno Unito, partner del progetto, sono stati coinvolti in un sondaggio per conoscere quali strumenti di valutazione del benessere utilizzassero. Il sondaggio è stato seguito da una serie di interviste, realizzate faccia a faccia o telefonicamente, rivolte agli operatori museali con ruoli chiave. I componenti dei prototipi del Toolkit sono stati il risultato dell'elaborazione dei feedback dei partner, dei workshop e della ricerca. La loro sperimentazione nei musei e nelle gallerie ha previsto quattro fasi:

Fase 1: È stato inviato un questionario sul benessere generale a 14 voci adattato da tre strumenti già in uso per valutare la salute e il benessere, insieme alle scale VAS del benessere e della felicità e alla PANAS (Positive Effect-Negative Effect-Schedule), abbreviata con 10 parole, comprendente cinque emozioni positive e cinque negative, presentate sia nel formato originale della lista di controllo dell'umore sia con una resa grafica (per indicare l'aumento delle emozioni positive e la diminuzione delle emozioni negative).

Fase 2: L'analisi delle risposte ha portato a costituire un questionario sul benessere generale a 12 voci, con le affermazioni riformulate e il PANAS abbreviato a 10 parole, presentato sotto forma di due immagini a sei lati, con sezioni colorate, che sono state chiamate "ombrellini del benessere". Gli ombrellini comprendevano cinque emozioni positive e cinque negative, come in precedenza, più la dicitura "felice" o "infelice" tratta dalla scala VAS della felicità, inserita sul sesto lato. Per determinare i diversi aspetti dell'umore e delle emozioni che i gruppi di partecipanti di età e salute mentale e fisica diverse associavano al benessere, sono stati sviluppati gli ombrellini da completare.

I partecipanti hanno scelto fino a sei parole per indicare il benessere all'inizio di una sessione, scrivendole intorno ai bordi di un ombrellino in bianco, per poi valutare, alla fine della sessione, in che misura avevano vissuto quegli stati d'animo.

LO SVILUPPO DEL TOOLKIT

Toolkit UCL per la misurazione del benessere al museo

Fase 3: L'analisi delle risposte ha portato alla produzione dei questionari del benessere generale a 12 e 6 voci, questi ultimi adatti a partecipanti con demenza o, comunque, con scarsa capacità di attenzione, e di ombrellini positivi e negativi per la misurazione del benessere generale (sviluppati a partire dalle parole PANAS e dalla scala VAS della felicità). Inoltre, l'analisi delle parole legate al benessere, generate dalla selezione con lo strumento dell'ombrellino bianco da completare, ha portato alla produzione di ombrellini del benessere per anziani e giovani adulti. Lo spazio riservato ai pensieri e ai commenti è stato inserito su fogli separati e sul retro degli ombrelli ritagliati. Al personale del museo, compresi i curatori, i responsabili dell'apprendimento e i coordinatori delle attività, è stato chiesto di sperimentare il Toolkit e di fornire un feedback al pubblico.

Fase 4: I risultati della fase 3 sono stati inviati a 32 tra gli intervistati appartenenti ai musei e alle gallerie partner, ai consulenti di progetto e ad altre parti interessate, in modo che le raccomandazioni potessero essere sperimentate prima della pubblicazione e le risposte potessero essere inserite nel Toolkit.

QUADRO DI RIFERIMENTO DELLA RICERCA

Una serie di workshop sul patrimonio culturale, la salute e il benessere, finanziati dall'AHRC e ospitati a Londra, Newcastle e Manchester, ha evidenziato la necessità di elaborare e applicare misure generali del benessere incentrate sui musei, sulla falsariga dei *General Learning Outcomes* (obiettivi di apprendimento generali) e dei *General Social Outcomes* (obiettivi sociali generali). Prima di questi workshop, l'UCL e l'University College Hospital Arts hanno svolto un programma di ricerca triennale finanziato dall'AHRC denominato "Heritage in Hospitals" (patrimonio culturale negli ospedali) (HinH). Il progetto ha utilizzato scale di misurazione cliniche per valutare i benefici sui pazienti prodotti dalla manipolazione di beni museali, con la presenza della figura di un facilitatore. Gli strumenti di valutazione utilizzati sono stati: la scala PANAS per il benessere psicologico (Positive Affect Negative Affect Schedule) (Watson et al, 1988) e le due scale analogiche visive (VAS) per il benessere soggettivo e la felicità (EuroQol Group, 1990).

Per la PANAS, i partecipanti hanno valutato 20 parole, 10 relative alle emozioni positive e 10 a quelle negative, utilizzando una scala di valutazione da uno a cinque. Per la VAS, i partecipanti hanno valutato i loro livelli di benessere e felicità su una scala verticale da zero a cento. Il confronto tra le misurazioni effettuate prima e dopo le sessioni di HinH ha mostrato dei miglioramenti significativi in termini di benessere e felicità (Thomson et al, 2012a; 2012b). Sebbene la PANAS e la VAS siano state selezionate come misure ottimali per la ricerca HinH, in seguito a una revisione delle scale di stato di salute, benessere e qualità della vita comunemente utilizzate in ambito clinico (Thomson et al, 2011), si è ritenuto che il loro utilizzo al di fuori degli ambienti sanitari possa richiedere sessioni troppo lunghe. Inoltre, l'analisi di regressione dei dati PANAS ha rivelato la ridondanza e la sovrapposizione di diverse parole. L'analisi ha mostrato che cinque emozioni positive e cinque negative erano responsabili di circa l'80% dei cambiamenti nel benessere. Questo ha portato a ritenere che, in caso di tempi limitati, potesse essere consigliabile usare una versione abbreviata di 10 parole, quasi altrettanto efficace dell'originale.

EuroQol Group (1990). EuroQol: a new facility for the measurement of health-related quality of life. *Health Policy* 16, 199-208.

Thomson, L.J., Ander, E.E., Menon, U., Lanceley, A. & Chatterjee, H.J. (2011). Evaluating the therapeutic effects of museum object handling with hospital patients: A review and initial trial of wellbeing measures. *Journal of Applied Arts and Health*, 2(1), 37-56.

Thomson, L.J., Ander, E.E., Menon, U., Lanceley, A. & Chatterjee, H.J. (2012a). Quantitative evidence for wellbeing benefits from a heritage-in-health intervention with hospital patients. *International Journal of Art Therapy*, 17(2), 63-79.

Thomson, L.J., Ander, E.E., Lanceley, A., Menon, U. and Chatterjee, H.J. (2012b). Evidence for enhanced wellbeing in cancer patients from a non-pharmacological intervention. *Journal of Pain and Symptom Management*, 44(5), 731-740.

Watson, D., Clark, L.A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measure of positive and negative affect: the PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1063-1070.

RINGRAZIAMENTI

Un sentito ringraziamento al personale e ai partecipanti dei musei che hanno contribuito allo sviluppo del *Toolkit UCL per la misurazione del benessere al museo*:

- British Museum, Londra
- Beamish Museum, County Durham
- Cinema Museum, Londra
- Dulwich Picture Gallery, Londra
- Museum of East Anglian Life, Essex
- Museum of English Rural Life e University Museums of Reading
- Florence Nightingale Museum, Londra
- Hackney Museum, Londra
- Hunterian Museum al Royal College of Surgeons, Londra
- Infirmary Museum e l'università di Worcester
- Islington Museum e il Local History Centre, Londra
- University of Leicester and Leicester Museums
- Liverpool Museums
- Manchester Museum and Art Gallery
- Oxford Museums
- Royal Pavilion and Museums, Brighton
- Thackray Museum, Leeds
- University College London Museums: UCL Grant Museum of Zoology, UCL Petrie Museum of Egyptian Archaeology and UCL Art Museum

Grazie inoltre ai nostri collaboratori: Jocelyn Dodd (Direttore del Centro di Ricerca per i Musei e le Gallerie, Scuola di Studi Museali, Università di Leicester) e Guy Noble (Responsabile delle Arti, University College London NHS Foundation Trust) per il loro sostegno e la loro guida. Si ringrazia inoltre l'Arts and Humanities Research Council per aver finanziato questa ricerca (Grant Ref: AH/J008524/1; PI H. Chatterjee).

CONTATTI

Toolkit UCL per la misurazione del benessere al museo

Per ulteriori informazioni, contattare:

Helen J Chatterjee h.chatterjee@ucl.ac.uk

Linda J Thomson linda.thomson@ucl.ac.uk

Per scaricare la versione elettronica del Toolkit UCL (in inglese) : <http://www.ucl.ac.uk/museums/research/touch/>

Grazie

Traduzione in lingua italiana su autorizzazione UCL
a cura di CCW-Cultural Welfare Center

Luglio 2022, Manuela Gallo per Langwich traduttori