

Intervista a studentessa di lettere

Durata: circa 25 minuti

Introduzione

Ciao! Parto con il ringraziarti per il tempo che ci stai dedicando. Siamo un gruppo di studenti e studentesse del Politecnico di Milano e stiamo conducendo un progetto di ricerca sul benessere urbano. Il tuo contributo è per noi estremamente prezioso.

Prima di cominciare, ti informo che l'intervista sarà registrata, al fine di non perdere dettagli importanti. Naturalmente, tutti i dati saranno trattati nel rispetto della tua privacy e utilizzati solo per finalità legate al progetto in maniera anonima.

L'intervista durerà all'incirca 30 minuti.

C'è qualcosa che hai bisogno di chiedere prima di iniziare?

No, tutto a posto grazie.

Domande Introduttive

1. Per prima cosa, raccontami un po' di te, qual è la tua età e la tua occupazione? Quali sono i tuoi principali interessi e passioni?

Ho 22 anni, vivo nello stesso paese da quando sono piccola, un paese di 9000 abitanti. Studio a Milano, sono una pendolare e frequento l'università.

Pratico attività fisica regolarmente.

Ho un po' di passioni e hobby: faccio danza da quando sono piccola, mi piace andare a teatro, in montagna, stare all'aria aperta, rilassarmi all'aria aperta.

Mi piace andare ai festival di paese, alle sagre, gitarelle fuori porta.

2. Puoi raccontare brevemente la tua routine?

In questi giorni non ho una vera routine in quanto ho finito le lezioni in università. Mi alzo alle 7:30, faccio colazione, prendo il treno, vado in università, prendo il caffè alle macchinette e studio in biblioteca. Pranzo a Milano e sto tutto il giorno a Milano fino alle 17/17:30. Torno in treno.

Lunedì e venerdì mi alleno sul tardi (dalle 8:30 alle 10:00).

3. Quanto tempo libero hai? Come lo trascorri solitamente?

Uscire con gli amici, solitamente il weekend. Passo tempo con la mia famiglia. Qualche volta vado in montagna la domenica. Mi è capitato di passare il fine settimana a casa sul divano.

Sezione 1: Indagare su attività fisica e movimento dell'intervistato

1. Pratici sport o attività fisica regolarmente? Quali sono i principali motivi che ti spronano? Quali sono, invece, quelli che ti ostacolano?

Pratico attività fisica regolarmente (danza come detto prima).

È un momento in cui stacco la testa. Allenandomi, vedo meglio il mio corpo e mi sento meglio. Do spazio alle mie energie creative.

Mi ostacolano la stanchezza dalla routine e a volte il meteo, con la pioggia sono molto meno invogliata a fare attività fisica. A volte altri impegni in concomitanza con le lezioni mi impediscono di allenarmi.

2. Ti capita di fare passeggiate all'aperto di tua spontanea volontà? Dove passeggi? Quali sono i principali motivi che ti spronano? Quali sono, invece, quelli che ti ostacolano?

A Lomazzo non faccio passeggiate, a Milano capita di scegliere di camminare dall'università alla stazione al posto di prendere i mezzi.

A Lomazzo non trovo niente di bello, mi annoia. Sono tutti paesaggi che ho già visto. Non sono stimolata.

A Milano posso sempre scoprire cose nuove.

3. Porti dei dispositivi digitali con te quando esci di casa per passeggiare? Quali?

Sì, porto solamente il telefono e a volte lo dimentico anche

4. Molte persone ritengono che passeggiare sia un'attività noiosa e poco stimolante, che cosa ne pensi a riguardo?

In parte penso sia vero ma può smettere di essere ripetitiva se si modificano i posti in cui si va a camminare e a correre. Fisicamente faccio sempre la stessa cosa ma se si fanno sempre strade diverse, trovo sempre qualcosa di nuovo. Non c'è comunque niente di male nella ripetitività

5. Cosa preferisci fare quando sei a casa?

Cucinare torte, guardare televisione, chiacchierare con famiglia, leggere articoli o libri. I miei Libri preferiti sono i gialli e i romanzi di formazione.

6. Quali sono i principali motivi per cui preferisci restare a casa anziché uscire?

Stanchezza e pigrizia

7. Come ti senti dal punto di vista emotivo quando passi molto tempo seduto o a casa?

Mi deprimo moltissimo, sono triste.

Sezione 2: Indagare sull'interesse verso l'ambiente esterno

1. Quando sei in giro per un'altra città su quali aspetti ti concentri di più?

Sui monumenti, sulle cose tipiche della città. Aspetti tipici anche culinari

2. Conosci la storia e cultura della tua città?

3. Ci sono leggende o racconti locali delle zone dove vivi? Me le racconteresti? Come le hai scoperte?

4. Ti interesserebbe saperne di più? Perché

No, le tradizioni ne conosco pochissime e non sono neanche interessata ad approfondire.

5. Quali sensazioni provi quando passi del tempo in natura? Quali sono gli aspetti che preferisci?

Il silenzio, l'aria pulita. Sensazione di tranquillità, pace, connessione con la terra.

6. Sei a conoscenza di percorsi naturalistici nella tua zona? Sono facilmente raggiungibili? Perché? Come li hai scoperti?

Si conosco dei posti e sono facilmente raggiungibili. Per cambiare posti devo però fare viaggi piuttosto lunghi per arrivarci.

Per trovare dei percorsi cerco online con Google.

Sezione 3: Indagare su problemi sociali, emersi dal questionario e da interviste precedenti

1. Come sono mantenute le zone che frequenti durante le passeggiate?

Lomazzo è curata male. Nei sentieri si trovano alberi caduti, sentieri sporchi, tratti chiusi. Ci sono altri sentieri che ho percorso che sono curati un pochino meglio.

2. Quando vai in giro nel tempo libero preferisci farlo da solo o in compagnia? Perché?

Tutte e due, dipende da cosa voglio fare e da come sto.

3. Le zone in cui passeggi sono tanto frequentate? Ti senti sicuro? L'orario influenza in qualche modo?

Nel posto in cui vado quando è buio ho paura. Non mi sento per niente sicura.

Solitamente durante il giorno mi sento sicura ma non totalmente. Sempre meglio stare con qualcuno.