Interviste Utente 1 e 2

Dispositivi

Entrambe portano il cellulare fuori casa perché lo considerano parte essenziale della propria vita.

Mancanza di Stimoli

Si svagano allo stesso modo, principalmente stando sui social o guardando serie TV perché reputano queste attività intrattenenti. Quando si annoiano fanno le stesse cose. Le applicazioni utilizzate maggiormente rimangono i social e sono consapevoli del tempo che ci spendono (entrambe fra le otto e le dieci ore giornaliere). Trovano intrattenenti cose diverse, importante per un social deve essere la versatilità dei contenuti perché l’utente ha necessità di stimoli diversi in base anche al proprio tempo.

Passeggiate e Attività Fisica

Entrambe non fanno attività fisica perché sono utenti immediati (sedentari). Avrebbero percorsi a disposizione per fare passeggiate ma pensano che il problema sia non avere un reale motivo per uscire di casa.

Stare in Natura

Non usano applicazioni per i percorsi al massimo se non sanno dove andare utilizzano google maps che semplicemente gli mostra la strada da seguire. In generale sono più interessati alla città rispetto alla natura perché reputano che ci siano più stimoli esterni, mentre una dice di voler passare più tempo in natura solo in certi periodi dell’anno.

Conoscere la Città

Reputano la città più stimolante perché è tutto in movimento(quindi preferiscono la città), è trafficata dalle persone quindi c’è vita e in generale ci sono più attività da poter fare. La studentessa di architettura conosce posti “nascosti” di Milano e ci ha raccontato la storia che ci sta dietro, sembrava realmente interessata e appassionata. Non ha però mai raccontato l’esistenza di questi posti ai suoi amici. Sono informate su ciò che le circonda solo se sono andati in quel posto per visitarlo, raramente lo scoprono sul momento. Per informarsi principalmente utilizzano internet oppure i social, mentre la studentessa di architettura molte volte sono cose che ha già studiato.

Socializzazione

Entrambe non si sentono sicure a girare da sole per la città soprattutto in posti maltenuti, poco illuminati o quartieri malfamati, però ci tengono a sottolineare che questa paura sarebbe praticamente inesistente con qualcuno.

Pensano che uno degli stimoli principali, adatto a una passeggiata, sia chiacchierare con i propri amici o amiche perché alleggerisce la camminata e intrattiene mentalmente. Inoltre pensano sia un momento proficuo per vedere qualcuno durante la routine settimanale poiché per gli impegni universitari viene difficile incontrarsi spesso.

Fin dall’inizio prima di arrivare a questa sezione sostenevano entrambe di uscire maggiormente di casa con qualcuno, una di loro spinge gli amici per uscire così da avere una scusa per fare qualcosa l’altra invece aspetta che qualcuno la inviti per uscire di casa se no non trova motivi per farlo da sola. Le attività che svolgono all’aperto sono solitamente passeggiare con amici.

Focus Group

Dispositivi

G: Usa il contapassi dell’orologio, e guarda le statistiche dell’app fitness, raggiungere l'obiettivo giornaliero lo motiva ad uscire.

P: Se fa più attività del solito, usa il telefono per le statistiche dell’app salute.

M: Porta con sé il telefono spesso perchè lo ritiene comodo per avere accesso a tutto, guarda le statistiche di fitness solo durante le vacanze.

L: Guarda il contapassi del telefono ma non è un fattore motivante o demotivamnte.

Mancanza di Stimoli

G: Non si attacca al telefono alla prima noia ma ricerca attività creative attive, è consapevole dell’uso che fa del telefono.

P: Fa attività creative espressive talvolta passive (serie tv, YouTube, …). Risulta abbastanza consapevole dell’uso che fa del telefono, escludendo l’utilizzo per la musica.

M: Svolge attività creative nel tempo libero, tuttavia usa molto spesso il telefono, e non ne è del tutto consapevole.

L: Passa tempo con il suo animale domestico, usa molto poco il telefono ed è del tutto consapevole del tempo che vi ci spende.

Passeggiate e Attività Fisica

G: Predilige attività fisica al chiuso, se esce è per il cane o commissioni, si porta telefono, cuffie e smartwatch e spesso ascolta musica mentre passeggia, se non è in montagna; afferma che un fattore motivante è la salute psicofisica ma che il brutto tempo lo frena; per conoscere un nuovo itinerario consulterebbe un amico.

P: Il freddo, la pioggia e il buio sono fattori limitanti, la salute psicofisica uno motivante, apprezza l’attività fisica all’esterno, specie se in compagnia e conversando; se esce si porta solo il telefono; non apprezza che i percorsi vicino casa sua siano potenzialmente tanti ma tenuti non troppo bene.

M: Esce poco, solitamente se è già fuori casa allora forse passeggia, se con amici o famigliari; si porta il telefono ed esce più spesso con la pioggia; dice di non fare molta attività fisica in generale; reputa che ci sia una buona disponibilità di percorsi nella sua zona.

L: Esce spesso nel bosco vicino casa sua, soprattutto per il fatto di avere un cane da portare fuori e che il bosco è parte della sua infanzia; non si porta nulla quando esce, nemmeno il telefono spesso, anche per non “rovinare” l’esperienza con la natura; il meteo non è un fattore limitante e non crede che i percorsi siano da sistemare; apprezza molto la compagnia.

Stare in Natura

G: Predilige rifare lo stesso percorso se esce, e conta molto sull’opinione di persone fidate per sceglierne eventualmente di nuovi, anche se consulta internet e ha provato delle app; uscire da soli o in compagnia non cambia il suo senso di sicurezza.

P: Fa solitamente il solito percorso se esce, non ha provato app per trovarne anche se gliene hanno parlato, non si sente sicura da sola tanto quanto in compagnia.

M: Tende ad evitare luoghi affollati, non usa spesso app ma chiede ai familiari; essere solo non influenza il suo senso di sicurezza.

L: Varia spesso i suoi percorsi, gli piace perdersi, anche se ha provato un’app; preferisce uscire da solo.

Conoscere la Città

G: Non esce con obiettivo andare nel verde se non con il cane; non ha preferenza tra natura e città; conosce qualche luogo interessante ma tende a non condividerli.

P: Vorrebbe fare più passeggiate ma come già detto il clima è limitante; preferisce uscire in città per non essere sola; dice di avere una buona conoscenza della sua zona.

M: Esce più spesso durante le vacanze, e predilige la città all’ambiente naturale: apprezza molto i ristoranti e gli piace farli provare ai suoi amici e familiari.

L: Esce molto spesso nell’arco della settimana, ha una netta preferenza per la natura rispetto alla città; conosce qualche posto suggestivo che talvolta condivide;

Socializzazione

G: Non esce senza un motivo specifico per conto suo, apprezza principalmente giochi di squadra cooperativi come attività all’aperto in gruppo.

P: Spesso esce con il pretesto di vedere qualcuno o per commissioni; apprezza giochi di squadra cooperativi.

M: Esce se in compagnia, gli piacciono sì i giochi cooperativi ma anche semplicemente discutere e chiacchierare.

L: Esce spesso di sua iniziativa, senza il bisogno di altri; gli piace stare con gli altri e interagire emotivamente, oltre che parlare; predilige giochi di gruppo competitivi.

NB: conclusione non messa per rispettare le catogorie prestabilite, magari utile per idee più specifiche per lo sviluppo :3 besos

**Intervista Utente**

Dispositivi

*Io utilizzo il cellulare soprattutto per contattare i miei amici e la mia famiglia, per stare al passo col mondo. Il computer lo uso per prendere appunti in università e per mantenere lì le mie foto e i miei dati.*

*Fuori casa utilizzo sopratutto il computer quando sono in università, lo uso raramente in casa, magari per guardare Netflix o per altro. Il telefono lo uso praticamente sempre.*

*Non utilizzo alcun tipo di applicazione fitness.*

*Mancanza di stimoli: comprendere come l’utente passa il proprio tempo a casa*

*Quando sono a casa mi piace molto leggere, sia libri che devo studiare sia libri per mia passione. Mi piace ascoltare musica mentre magari faccio altro.*

*Qunado mi annoio a casa non faccio assolutamente nulla, sto sul letto e scrollo Instagram e Tik Tok tutto il giorno.*

*Scrollare ogni 5 secondi ti fa vedere sempre qualcosa di nuovo che però poi non fa parte di te, non lo capisci realmente. Magari mi interessa il video che sto guardando ma lo faccio in 2x perché mi annoia e lo devo guardare più velocemente. Mi appaga il fatto che vedo sempre qualcosa di nuovo e rimango sempre un po’ aggiornata.*

*Passeggiate, attività fisica*

*L’intervistata parla in modo molto piacevole della natura. L’intervistata ha bisogno di passeggiare per prendere un po’ d’aria e lo fa quando sta per troppo tempo in casa e se ne rende conto. Non usa niente per monitorare le sue camminate.*

*Adesso sto male muscolarmente e mi fanno male le ossa e ho capito che dovevo iniziare a fare qualcosa. Inoltre è vero quello che dicono, ovvero che quando poi finisci ti senti più soddisfatto e vai a casa più rilassato nonostante tu sia stanco.*

*Spesso leggo mentre cammino leggo e ascolto la musica (leggo proprio col libro). Anche da casa mia alla stazione, sono 10 min, ma ascolto comunque la musica. Spesso faccio anche audio e quindi non sto a guardarmi in giro. Proprio quando ne ho bisogno esco e tipo ascolto le foglie che cadono ma lo faccio davvero raramente.*

*Si ci sono molti percorsi vicino a noi, c’è abbastanza verde ma potrebbe essercene di più. La presenza di altri percorsi mi stimolerebbe molto di più in quanto non vedere sempre i medesimi posti, mi piace cambiare.*

*Esplorazione*

*Quando sono in una città, prendo e vado da sola. Scopro vie nuove, mi piace sperimentare, vado senza navigatore. Se invece sono in queste zone mi viene spesso detto da qualcuno che già le conosce. Per andare da qualche parte uso sempre Google Maps ma per scoprire nuove cose non uso niente.*

*No, non mi sento sicura ad andare da sola. Andare con altre persone o la semplice presenza di altri passanti mi rassicura molto.*