



Attraversare il paesaggio: cammini, biofilia ed esperienze ecosistemiche

Davide Longhitano (CREA-PB)

Forum dei Cammini e delle Altre Velocità

Roma, 11 giugno 2026 Società Geografica Italiana Palazzetto Mattei - Villa Celimontana Via della Navicella, 12



Cosa cerchiamo davvero,
quando camminiamo?



Cosa ricordiamo davvero di un cammino?

Quando ripensiamo a un cammino raramente ricordiamo i chilometri percorsi.

un paesaggio



un incontro



una sensazione



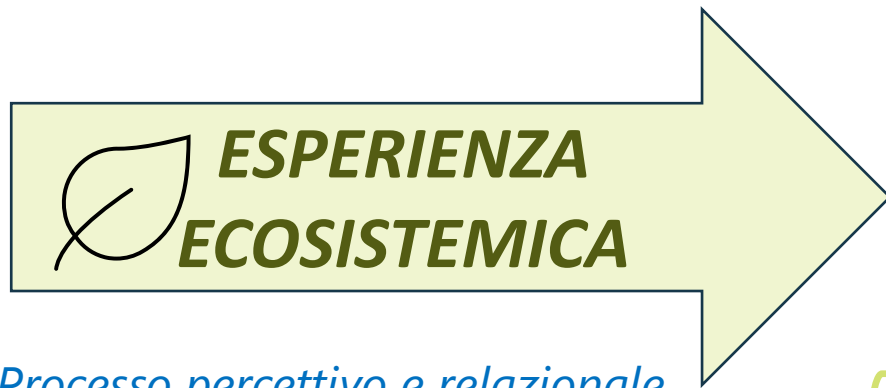
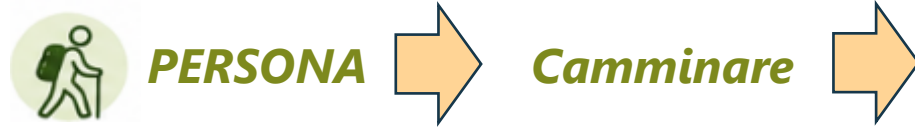
«Camminare non è solo movimento, ma una forma di medicina per l'anima e per i luoghi (F. Arminio)»

- **BIOFILIA:** connessione innata con il mondo vivente (Wilson, 1984)
- **BENESSERE:** riduzione dello stress, attenzione e rigenerazione e riequilibrio dei sistemi fisiologici (carico allostatico) (Kaplan, 1995; Ulrich, 1991)
- **SERVIZI ECOSISTEMICI CULTURALI:** identità, ispirazione, senso del luogo, esperienza estetica (MEA, 2003, Plieninger et al., 2013)

Una caratteristica comune: descrivono prevalentemente gli esiti dell'esperienza.
Ma come si generano?

Dall'attraversamento del territorio alla costruzione di significati

TERRITORIO VIVENTE



Processo percettivo e relazionale attraverso cui l'incontro tra persona e territorio vivente si trasforma in significato, relazioni e benessere

Fondamenti Teorici:

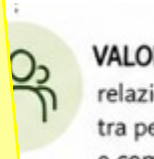
- ✓ Sistema valori della natura (Chen et al, 2016; Himes et al, 2025)
- ✓ Paesaggi in movimento e co-costruzione (Cisani, 2019; Ingold, 2000; Ingold, 2011) Piramide dei bisogni umani (Maslow, 1956)
- ✓ Economia esperienziale (Pline e Gilmure, 1999)



BENESSERE
fisico, mentale ed emotivo



APPA
senso e legar



VALORI RELAZIONALI
relazioni significative tra persone, natura e comunità

Quando il cammino diventa esperienza?

Il cammino non genera valore automaticamente.

IPOSTESI INTERPRETATIVA: L'Esperienza Ecosistemica si attiva in presenza di specifiche condizioni.

1. IMMERSIONE — Attraversare

Presenza fisica, movimento, ritmo del cammino

2. PERCEZIONE — Sentire

Stimoli sensoriali: paesaggio, suoni, odori, clima, fatica

3. SIGNIFICAZIONE — Interpretare

Attribuzione di significato: memoria, identità, narrazione

4. RELAZIONE — Connettersi

Interazione con i luoghi, le pratiche locali, le comunità, .. Il camminatore diventa un etnografo, un demografo...

L'Esperienza Ecosistemica si attiva quando il cammino diventa un modo di percepire, interpretare e relazionarsi con un territorio vivente

L'Esperienza Ecosistemica: evidenze empiriche

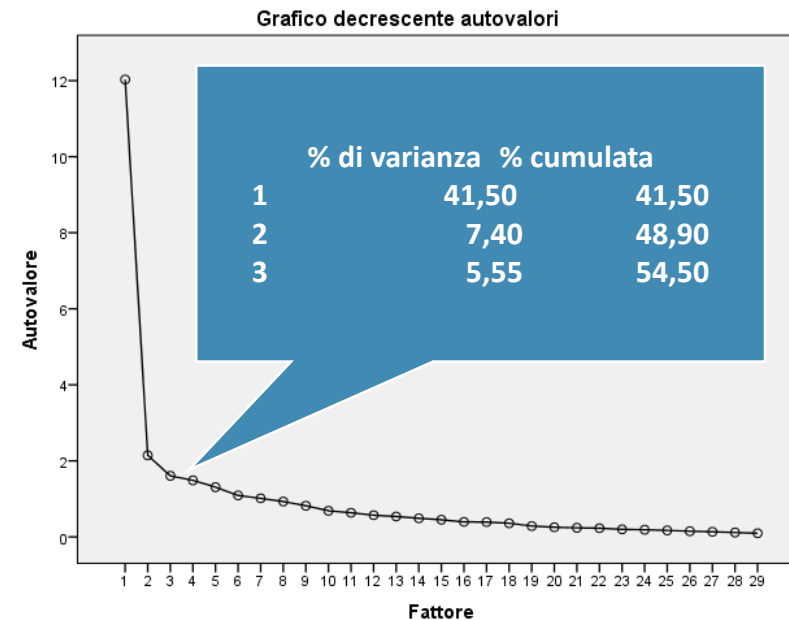


Obiettivo della ricerca:

Esplorare la connessione con la natura nei cammini attraverso l'adattamento di strumenti psicometrici derivati dalla letteratura sulla *Connectedness to Nature* (Mayer e Frantz, 2004) e sulla *Nature Relatedness* (Nisbet et al., 2009), utilizzandoli come proxy dei Servizi Ecosistemici Culturali

Campione e qualità dello strumento

- ✓ 113 camminatori
- ✓ 29 Item specifici sulla CtN ($\alpha = 0,936$ -> elevata coerenza interna; KMO = 0,891 campione adeguato per EFA)



L'EFA evidenzia un fattore dominante che interpretiamo come **Esperienza Ecosistemica** come sintesi vissuta di natura, paesaggio, benessere e territorio.

L'Esperienza Ecosistemica: evidenze empiriche



Indicatore sintetico EE-Score

- ✓ EE Score medio = 4,03 / 5
- ✓ Si basa su 4 dimensioni (emotiva; relazionale; esperienziale; territoriale).

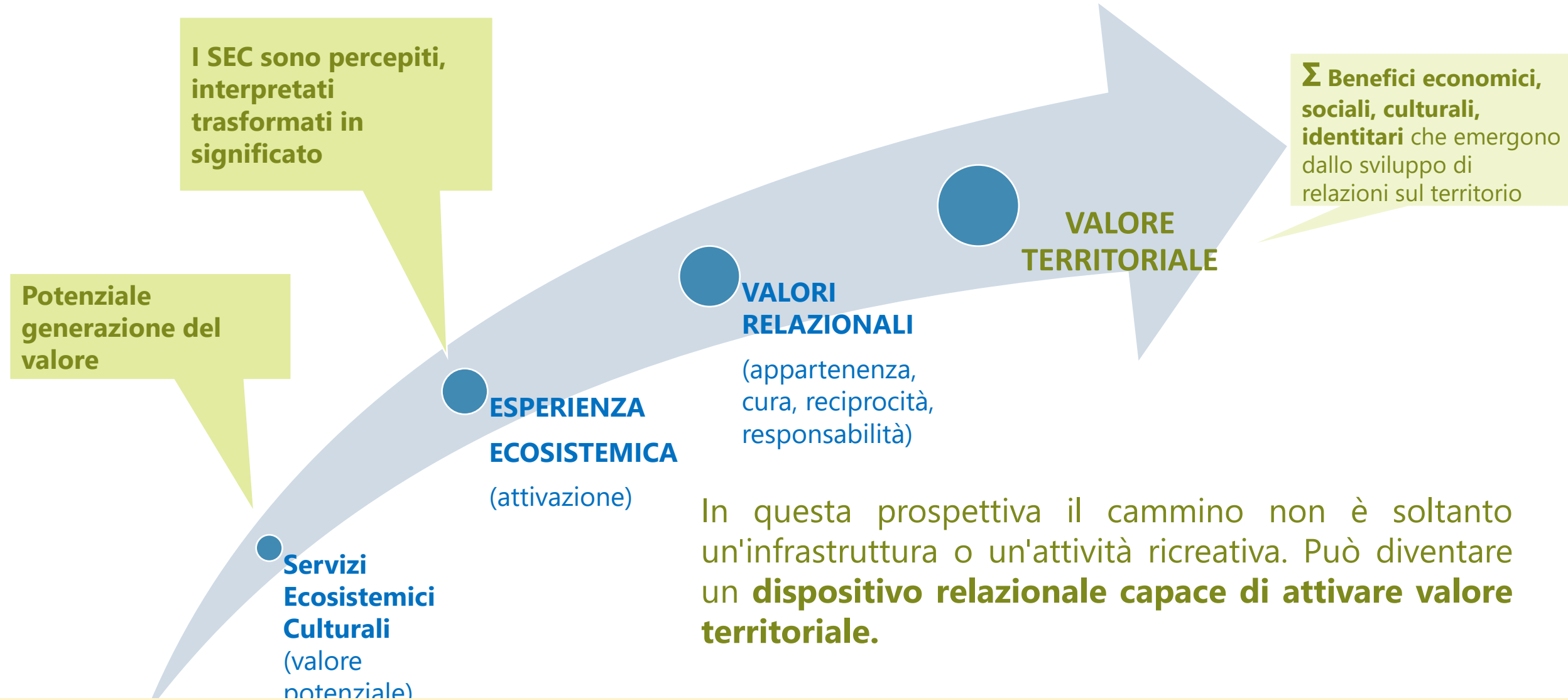
EE Score = f (età, frequenza di cammino, esperienza, istruzione, professione, reddito)

- ✓ Modello significativo ($F = 7,49$; $p < 0,001$) $R^2 = 0,333$
- ✓ Variabili associate positivamente: Età ($\beta = 0,345$; $p = 0,005$) Frequenza di cammino ($\beta = 0,192$; $p = 0,039$)
- ✓ Non risultano significative: reddito; professione; expertise; numero di cammini percorsi.

Le uniche variabili significativamente associate all'EE Score sono l'età e la frequenza del cammino. L'Esperienza Ecosistemica sembra quindi **rafforzarsi attraverso il tempo e la pratica**, più che attraverso reddito, professione o competenze specifiche.

.. ma l'Esperienza Ecosistemica può diventare una leva di sviluppo territoriale?

Dall'Esperienza Ecosistemica all'attivazione del valore territoriale



In questa prospettiva il cammino non è soltanto un'infrastruttura o un'attività ricreativa. Può diventare un **dispositivo relazionale capace di attivare valore territoriale.**

Forse il tema non è soltanto valorizzare i cammini, ma **comprendere e progettare le esperienze ecosistemiche che i cammini rendono possibili.**

Dalla progettazione dei percorsi alla progettazione delle esperienze

Cosa emerge?

- ✓ Il valore non si genera automaticamente
- ✓ Va attivato attraverso l'EE

EE Score = f (età, frequenza di cammino, esperienza, istruzione, professione, reddito)

- ✓ Modello significativo ($F = 7,49$; $p < 0,001$) $R^2 = 0,333$
- ✓ Variabili associate positivamente: Età ($\beta = 0,345$; $p = 0,005$) Frequenza di cammino ($\beta = 0,192$; $p = 0,039$)
- ✓ Non risultano significative: reddito; professione; expertise; numero di cammini percorsi.

Le uniche variabili significativamente associate all'EE Score sono l'età e la frequenza del cammino. L'Esperienza Ecosistemica sembra quindi **rafforzarsi attraverso il tempo e la pratica**, più che attraverso reddito, professione o competenze specifiche.

.. ma l'Esperienza Ecosistemica può diventare una leva di sviluppo territoriale?

Dalla progettazione dei percorsi alla progettazione delle esperienze

IPOSTESI INTERPRETATIVA: Il valore non si genera automaticamente ma va attivato con l'EE attraverso specifici ambiti operativi

1. IMMERSIONE — Progettare l'attraversamento

Qualità dei percorsi, ordine, leggibilità, familiarità (approccio eco-estetico)

2. PERCEZIONE — Progettare la fruizione sensoriale

Punti di sosta, segnaletica interpretativa, valorizzazione dei sensi

3. SIGNIFICAZIONE — Progettare l'interpretazione

Filiere narrative, storytelling, lettura del paesaggio, identità culturale

4. RELAZIONE — progettare l'incontro

Comunità locali predisposte, **agricoltura**, pratiche, esperienze condivise, eventi a tema

I territori non devono solo offrire **cammini**, ma questi diventano **DISPOSITIVI RELAZIONALI** in grado di **creare le condizioni** per costruire relazioni con territori viventi. Il valore territoriale non si progetta costruendo percorsi, ma attivando Esperienze Ecosistemiche

Implicazioni per lo sviluppo locale

Dalla progettazione dei percorsi alla progettazione delle esperienze

Se il valore nasce dall'Esperienza Ecosistemica, il compito dei territori cambia.
Non basta attrarre visitatori: occorre attivare relazioni significative tra persone, luoghi e comunità.



PER I GAL E GLI ATTORI LOCALI

**Non basta progettare infrastrutture.
Occorre facilitare Esperienze Ecosistemiche.**



Interpretazione del paesaggio

far leggere e comprendere i luoghi, le storie e i significati nascosti



Incontro con le comunità

favorire relazioni autentiche con chi abita e custodisce i territori



Agricoltura e produzioni identitarie

valorizzare pratiche agricole, prodotti locali e saperi tradizionali



Narrazione dei luoghi

costruire e condividere storie, memorie, patrimoni materiali e immateriali



Partecipazione e co-progettazione

coinvolgere attori locali e camminatori nella cura e nel futuro dei territori



Accessibilità e inclusività

rendere i cammini e le esperienze accessibili a tutti



Il valore di un cammino non dipende soltanto dal percorso che attraversa, ma dalla qualità delle relazioni che riesce ad attivare tra persone, luoghi e comunità.



“ *Camminando intrecciamo le
nostre vite al paesaggio*
Tim Ingold ”

