Psicoradio, la radio che diffonde la cultura sulla salute mentale, compie 15 anni

La pandemia mondiale ha evidenziato quanto la tematica della salute mentale riguardi tutti da vicino. Il lungo isolamento, la paura del contagio, di essere stigmatizzati, il senso di colpa per essere causa di un eventuale contagio ed essere emarginati… Nel 2020 sono aumentate le richieste di supporto psicologico e di ascolto. Recenti studi di Humanitas Medical Care hanno riscontrato l'impatto negativo di Covid-19 sulla salute mentale, con il 16-18% dei partecipanti che mostrano sintomi di ansia e depressione.

In questo contesto compie 15 anni Psicoradio con una redazione formata da persone in cura al Dipartimento di Salute mentale di Bologna e da un gruppo di giornalisti. È nata nel 2006 dalla collaborazione tra Arte e Salute APS e il dipartimento di Salute mentale di Bologna, da un'idea di Cristina Lasagni, direttrice di Psicoradio. Da sempre si occupa di diffondere e sensibilizzare il pubblico sulle tematiche della salute mentale.

"Abbiamo deciso di non diventare la classica radio tematica ma di trasmettere, invece, i nostri format radiofonici su delle radio generaliste proprio per raggiungere più persone possibili e diffondere informazioni, riflessioni sulla salute mentale", afferma Angela Cristelli, caporedattrice di Psicoradio. La redazione, in quindici anni di vita, più di 750 puntate e 1000 ore di trasmissione, viene attualmente diffusa in molte radio italiane: Radio Città Fujiko (Bologna), Radio Popolare (Milano), Radio Sherwood (Padova), Radio Tandem (Bolzano), Novaradio (Firenze), Radio Messina Quartiere.

Inoltre, è ovviamente possibile ascoltare Psicoradio anche in streaming sul sito www.psicoradio.it.

Psicoradio si occupa di formazione e produzione di trasmissioni. Alle persone in cura viene insegnato a realizzare un programma radiofonico, partendo dall'ideazione e progettazione delle interviste, per arrivare alla conduzione vera e propria, ma anche a fare interventi nelle scuole e in altri eventi pubblici, oppure a scrivere la newsletter, dal titolo *Psiconews*, con le novità della settimana.

"La nostra redazione è formata da voci ed esperienze – spiega Angela Cristelli – tutti i redattori apportano un contributo personale grazie anche alle proprie esperienze, dirette o indirette, in merito alle tematiche che vengono affrontate di volta in volta. Ogni redattore che approda a Psicoradio deve avere la possibilità di esprimersi".

Gian Maria Ponzetti è arrivato in redazione poco prima dell'inizio della pandemia spinto dal desiderio di imparare a fare radio ma anche perché sente sue alcune tematiche.
"Sono sempre stato sensibile alla salute mentale in generale, non solo alla mia ma anche a quella degli altri – spiega il redattore -. Dare voce alle varie tipologie dei disturbi della mente è qualcosa, a mio avviso, di molto importante al fine di sensibilizzare le persone su queste tematiche raccontate da parte di chi soffre e di chi ha avuto problematiche, più o meno gravi, legate alla salute mentale. Ciò che mi preme di più è quindi riuscire a compiere quest'opera di sensibilizzazione ed è anche il motivo per il quale sono entrato a far parte della redazione. In uno dei nostri format più recenti *Io so cosa mi manca* ho voluto esprimere proprio quest'idea, ovvero che in qualsiasi luogo di lavoro venga considerato anche l'aspetto psicologico delle persone. Ci sono persone più fragili di altre ma questo spesso non viene considerato. Riuscire a fare capire che non tutti siamo uguali a livello psichico sensibilizzando e educando le persone può risultare di grande aiuto per coloro che hanno maggiori

fragilità. Nella società odierna sempre più persone soffrono di disagi mentali ma l'ignoranza purtroppo è ancora tanta".

Anche Giovanni Cloutier è arrivato a Psicoradio, come Gian Maria Ponzetti, poco più di un anno fa e anche per lui la tematica dell'ambiente inclusivo nei luoghi di lavoro è tra le più importanti.

"Psicoradio per me è stata, e tutt'ora lo è, una splendida occasione per relazionarsi con altre persone tramite il lavoro. Un lavoro che, in questo caso, comprende anche le mie esperienze sulla salute mentale. Secondo me la ricchezza è racchiusa nell'incontro con l'altro, nella condivisione delle idee. Grazie al mio lavoro in redazione mi sono sentito utile ho potuto aprirmi con gli altri e così dare un mio contributo".

Per Claudio Nappi, attivo in Psicoradio da quattro anni, è pressante il tema dell'educazione delle persone alla salute mentale poiché nonostante i manicomi siano chiusi da 40 anni la "cultura manicomiale" è purtroppo ancora molto presente nell'opinione pubblica.

"Spesso per quanto riguarda la salute mentale non c'è un'educazione – afferma Claudio Nappi – io stesso prima di venire in contatto con Psicoradio ignoravo alcuni aspetti riguardanti i disagi mentali proprio perché è del tutto assente l'educazione su questo tema. C'è molta ignoranza in quest'ambito e a mio avviso dipende dal fatto che non ci sia alcuna iniziativa valida a livello governativo che possa contrastare questo problema. Adesso con l'avvento della pandemia molte persone si stanno rendendo conto del fatto che la salute mentale riguardi sempre più persone e questo può essere un fattore di evoluzione di pensiero".

"Quello che ha reso manifesto la pandemia è quello che noi in Psicoradio già pensavamo da tempo – fa sapere Angela Cristelli – ovvero che normalmente nella nostra società si tende a

distinguere i ‘sani’ dai ‘malati’ e la tendenza di chi ritiene di appartenere alla prima categoria è quella di evitare di venire in contatto con chi invece ne soffre o ne ha sofferto. In questo modo ovviamente non si potrà mai avere uno scambio e quindi si continuerà a vivere in condizione di disinformazione. La pandemia ha evidenziato quanto la salute mentale riguardi tutti e soprattutto che i disagi mentali sono più comuni di quanto si poteva credere”.