

“Storia della mia cura”: su Psikoradio tre episodi sul disturbo psichico dalla voce di un protagonista

E' partita il 15 giugno su [Psikoradio](#) una speciale iniziativa in tre episodi per raccontare la storia di Lorenzo, redattore proprio di Psikoradio, e della sua lunga **battaglia contro un disturbo psichico** invasivo e tenace, che lo affliggeva da tempo rendendogli molto difficile la vita, ma del quale si è reso pienamente conto solo quando aveva ventisette anni.

I tre episodi che compongono la trasmissione ***Storia della mia cura*** sono **inediti per contenuti e format**. Pur essendo infatti molti i testi in cui uno/a psicoterapeuta racconta un caso clinico, sono davvero rare le storie che – come in questa trasmissione – vengono raccontate a due voci: la voce di chi cura ma anche quella di chi è curato. La **direttrice di Psikoradio, Cristina Lasagni, dialoga infatti sia con Lorenzo che con la sua terapeuta, la psicanalista e psichiatra Mariangela Pierantozzi** facendo un po' di luce sul mistero della psicoterapia, e su come i due protagonisti affrontano paure, difficoltà, ma anche conquiste.

[Ascolta le puntate su Spreaker >>](#)

Psikoradio, 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”.

Le Finestre di Psikoradio / I pregiudizi da sfatare sull'autismo

Prosegue la rubrica “Le Finestre di Psikoradio”, per ascoltare, anche su BandieraGialla, i podcast realizzati da Psikoradio, la redazione radiofonica che lavora con persone in cura presso il Dipartimento di Salute mentale.

Per questa settimana abbiamo scelto il podcast che racconta i “veri” e i “falsi” sull'autismo, per sfatare alcuni luoghi comuni su emozioni, sentimenti, vaccini, educazione che riguardano il mondo delle persone con autismo.

La redazione di Psikoradio ha intervistato **Rita Di Sarro**, psichiatra e neurologa che conduce un programma integrato su disabilità e salute mentale per il Dipartimento di Salute Mentale di Bologna.

[Ascolta la puntata “Un altro modo di stare al mondo” >>](#)

Per saperne di più su Psikoradio e per ascoltare tutte le puntate:

www.psicoradio.it

www.facebook.com/lapsicoradio

Le Finestre di Psikoradio / Ti capisco, lo vivo anch'io: i gruppi di auto mutuo aiuto

Prosegue la rubrica "Le Finestre di Psikoradio", per ascoltare, anche su BandieraGialla, i podcast realizzati da Psikoradio, la redazione radiofonica che lavora con persone in cura presso il Dipartimento di Salute mentale.

Per questa settimana abbiamo scelto il podcast che racconta dei gruppi di auto mutuo aiuto, piccole comunità di persone che si incontrano per confrontarsi e condividere un disagio comune. Chi vi partecipa riesce a confidarsi e aprirsi più facilmente perché ha di fronte persone che vivono da anni la stessa condizione e sa che *"le parole dette dentro al gruppo restano dentro al gruppo"*.

La redazione di Psikoradio ha intervistato **Daniela De Maria**, responsabile gruppi Ama per l'Ausl di Bologna e Lucia Luminasi, del Ventaglio di Orav, che da anni coordina un gruppo di persone con disagio psichico.

[Ascolta la puntata "Ti capisco, lo vivo anch'io!" >>](#)

Per saperne di più su Psikoradio e per ascoltare tutte le puntate:

www.psicoradio.it

www.facebook.com/lapsicoradio

Le Finestre di Psikoradio / Il telefono che parla con il cuore

Prosegue la rubrica “Le Finestre di Psikoradio”, per ascoltare, anche su BandieraGialla, i podcast realizzati da Psikoradio, la redazione radiofonica che lavora con persone in cura presso il Dipartimento di Salute mentale.

Per questa settimana abbiamo scelto “il telefono che parla con il cuore”, dove i redattori di Psikoradio continuano le interviste agli operatori telefonici del servizio di sostegno “Parla con noi”, cercando di capire come si lavora a contatto con chi soffre di solitudine, depressione e problemi psichici in tempi di coronavirus.

“Ho voluto parlare col cuore” è l’aiuto che Maria Parracino, operatrice volontaria della linea telefonica, ha dato a chi ha cercato in lei aiuto e una voce amica.

[Ascolta la puntata “Il telefono che parla con il cuore” >>](#)

Per saperne di più su Psikoradio e per ascoltare tutte le puntate:

www.psicoradio.it

www.facebook.com/lapsicoradio

Le Finestre di Psikoradio /

Un abbraccio al telefono: il vissuto dei volontari al servizio di supporto psicologico “Parla con noi”

Prosegue la rubrica “Le Finestre di Psikoradio”, per ascoltare, anche su BandieraGialla, i podcast realizzati da Psikoradio, la redazione radiofonica che lavora con persone in cura presso il Dipartimento di Salute mentale.

Per questa settimana abbiamo scelto **le interviste a Maria Parracino** dell’associazione Cristina Gavioli e a **Lucia Luminasi** del Ventaglio di Orav, entrambe volontarie al servizio “Parla con noi”, attivato dal Dipartimento di Salute Mentale di Bologna per supportare le persone con disagio psicologico durante il lockdown.

La puntata di Psikoradio ci permette, quindi, di conoscere le storie di chi sta dall’altra parte della cornetta e il vissuto degli operatori. Maria ci racconta del suo rapporto telefonico con una signora che *“soffre di depressione data dalla solitudine e con una fobia del contagio che la porta a chiudersi in casa”*. Per fortuna dopo tre settimane di chiamate, racconta soddisfatta Maria, *“la signora è riuscita a uscire e a fare piccole commissioni”*.

Lucia invece ha risposto alla telefonata di un ragazzo con problemi di solitudine che, consigliato dalla sua psichiatra, ha chiesto aiuto al telefono “Parla con noi”. I due sono diventati amici e i benefici per il giovane si son sentiti grazie alla telefonata mattutina che, racconta Lucia, *“lo mette in moto”*. La speranza di Lucia è che il servizio offerto da “Parla con noi” continui anche dopo l’epidemia, perché *“c’è bisogno di psicologi per parlare, presto verranno fuori altre*

sofferenze”.

[Ascolta la puntata “Un abbraccio al telefono” >>](#)

Per saperne di più su Psicoradio e per ascoltare tutte le puntate:

www.psicoradio.it

www.facebook.com/lapsicoradio

Le Finestre di Psicoradio / I servizi di salute mentale durante il lockdown: molta sofferenza psichica diffusa, ma meno TSO e ricoveri

Prosegue la rubrica “Le Finestre di Psicoradio”, per ascoltare, anche su BandieraGialla, i podcast realizzati da Psicoradio, la redazione radiofonica che lavora con persone in cura presso il Dipartimento di Salute mentale.

Per questa settimana abbiamo scelto **l'intervista ad Angelo Fioritti, direttore del Dipartimento di Salute Mentale di Bologna**. Cosa è successo nella psiche delle persone nel periodo di isolamento causato dall'emergenza Coronavirus? Come ha lavorato il Dipartimento di Salute Mentale di Bologna, durante i mesi di lockdown, quando i pazienti non potevano essere visti dal personale sanitario? E cosa succederà ora che le persone ricominciano a uscire e dovranno convivere con il virus?

[Ascolta la puntata "Pazienti a distanza e meno ricoveri" >>](#)

Per saperne di più su Psicoradio e per ascoltare tutte le puntate:

www.psicoradio.it

www.facebook.com/lapsicoradio

Le "Finestre di Psicoradio", i podcast che diffondono la cultura sulla salute mentale

Prende il via questa settimana una piccola collaborazione tra BandieraGialla e Psicoradio, la redazione radiofonica che dal 2006 lavora con persone in cura presso il Dipartimento di Salute mentale e in collaborazione con Arte e Salute Onlus.

Durante le fasi dell'emergenza Covid, la redazione di Psicoradio ha costruito **un nuovo format dal titolo "Finestre di Psicoradio", podcast della durata media di 5 minuti, con l'idea di diffondere piccole pillole di comunicazione e cultura sulla salute mentale**, realizzati da persone "esperte per esperienza", così amano definirsi, che riflettono ormai da anni sul tema del disagio psichico, sempre con un occhio giornalistico.

Ogni settimana sceglieremo, tra tutte le "Finestre", delle puntate da ascoltare anche su BandieraGialla: questa volta la redazione di Psicoradio ci racconta il servizio "Parla con noi", attivato dal Dipartimento di Salute Mentale di Bologna per supportare le persone con disagio psicologico durante il lockdown. Attraverso l'intervista alla psicologa Gabriella Gallo, una delle responsabili del servizio, scopriremo che in

appena due settimane 150 persone si sono rivolte al telefono, e la metà di loro non avevano mai avuto alcun contatto con i servizi di salute mentale.

[Ascolta la puntata "Ti senti solo? Parla con noi!" >>](#)

Per saperne di più su Psicoradio e per ascoltare tutte le puntate:

www.psicoradio.it

www.facebook.com/lapsicoradio