SPETTACOLO, FOOD E TURISMO

Psicologia: il format “Archetipo” di Daniele Marchesi

di **Chiara Arciprete** · 10 gennaio 2020, 00:01

La tecnologia può davvero salvare la vita? Una nuova forma di comunicazione, si! Navigando sul web, mi sono imbattuta in un profilo social, molto diverso dal solito, con tanti contenuti illustrati in cui vengono affrontate tematiche attuali. Lui è **Daniele Marchesi**, uno psicologo che si è inventato un format dal titolo “Archetipo”, nonchè originale. Tanta creatività racchiusa in brevi clip d’impatto, dove vengono generate parole chiave che rappresentano la quotidianità di ognuno di noi. Dove tutto corre in fretta, i contenuti vincenti, riescono ancora ad attirare la nostra attenzione. (il suo profilo è: https://www.instagram.com/**lapsicologiaperte**/).

Daniele ci racconta di come sul lavoro non si sia mai annoiato e ci confessa il desiderio sempre vivo di conoscenza.

Archetipo, un format sul web che educa e consiglia. Come nasce la tua arte?

«Grazie per averla definita così, ma credo sia un semplice tentativo di comunicazione, non voglio appropriarmi di qualcosa di così alto come l’Arte. Tornando a noi: ho lavorato come consulente presso diverse aziende in Italia. Un giorno ero con un alto Dirigente/Manager durante una nostra sessione di formazione. L’argomento di cui stavamo discutendo era la gestione del personale sottoposto. Dopo un’intensa ora in cui cercavo di spiegare quali fossero le possibili reazioni delle persone, ai suoi comportamenti alquanto coloriti, mi accorsi che nulla di ciò che intendevo trasmettere stava arrivando al mio interlocutore. Decisi dunque, come ultima spiaggia, (ammetto preso anche un po’ dal nervosismo) di utilizzare una lavagna ed un pennarello che si trovavano in quel momento nell’ufficio. Ritrassi lui in diverse situazioni/comportamenti e con delle frecce indicai le differenti espressioni (perché dobbiamo ricordarci che era un disegno) che avrebbero fatto le persone con cui si sarebbe trovato coinvolto. Rimasi stupito dall’attenzione che pose ai disegni, tanto da parlare fissando la lavagna e nemmeno guardarmi più in faccia. La sua mente stava ragionando ed era impegnata in una fase di profondo apprendimento. Concluse la sessione

dicendo: “Daniele Grazie, finalmente ho un quadro chiaro e completo della situazione, inoltre i disegni non me li dimenticherò mai”. Fu a quel punto che compresi la potenzialità del disegno. Per descrivere qualsiasi fenomeno, comportamento, dinamica…. Potrei impiegare degli anni con l’esclusivo uso della parola. Pensiamo al complesso sentimento di Amore. Poeti e Filosofi da millenni tentano di dare un significato univoco, ma è proprio la soggettività che impedisce di avere una comunicazione efficace, mentre con il disegno, beh se un mio cliente o paziente me ne parla a me basta semplicemente disegnare un cuore. L’Archetipo è “l’immagine esemplare” traducendo dal greco. Jung (non dimentichiamo che sono uno psicologo) ha parlato molto della presenza di Archetipi come forme di conoscenza uguali per tutti. Un collegamento ancestrale tra tutti gli umani. La mia ricerca è solo all’inizio, ma pensandoci, perché non utilizzare un linguaggio comune a chiunque per poi scoprire in colloquio le differenti sfumature che ognuno porta con sé? Forse sto entrando troppo nel tecnico, ma credimi, ti stupiresti nello scoprire quanto le persone nel setting terapeutico abbiano una visione differente rispetto a concetti e situazioni che penseremmo uguali per tutti».

Affronti tematiche attuali. Qual è il messaggio che vuoi trasmettere al pubblico, che osserva i tuoi episodi?

«Ho un sogno: generare dubbio e perplessità. Penserai ora di me come un demone tentatore. Credimi non è così e voglio provare a spiegartelo. Insieme ad un amico, che ha un canale di formazione e scambio di idee circa fonici ed artisti musicali su youtube, ci siamo trovati in uno di quei tipici giorni in cui il sole alto nel cielo, due fette di salame e una bottiglia di vino, permettono di essere ispirato e conoscere la Musa interiore. Lui ha scelto questo suo lavoro/hobby perché stanco di continue richieste su come fare funzionare certi software o quali device fosse meglio utilizzare. Ha creato un canale, di informazione, gratuito e consultabile da chiunque. BOOM! Un grande successo! Chiacchierando della mia professione con lui, ci accorgemmo che la Psicologia si trova ovunque. Qualsiasi cosa ti può balzare alla mente è un prodotto della tua riflessione e quindi soggetto a modifiche psicologiche soggettive. Ok questo è complesso, provo così: ufficio, si è rotto un computer e da due settimane quella postazione è inutilizzabile. Un problema tecnico dirai. Invece se ci pensi, chi non ha chiesto che quel PC fosse riparato, perché non l’ha fatto? Troverai banale, ma il semplice starsi antipatici all’interno di un ufficio è la causa di tutti i problemi che possono sfociare anche nel tecnico. Se dunque la Psicologia è ovunque perché non trasmettere informazioni, gratuitamente, in pillole che possono risultare utili a tutti sempre ed ovunque nel quotidiano? Dirai, dov’è il dubbio e la perplessità. I miei non sono dogmi, anzi tutto il contrario. Cerco di instillare il senso di critica, coinvolgimento e pensiero in ogni argomento. Il mio

messaggio è dunque: “amico mio, tutto ciò che ti sembra scontato e classico forse non lo è perché tu gli dai certi significato? Provo a stimolare il tuo intelletto e rispondimi: la credi come me oppure hai altre idee?...” Se due persone si scambiano una moneta rimangono sempre con una moneta; ma se due persone si scambiano un’idea ecco che abbiamo due idee ciascuno».

Hai una playlist di brani che ascolti durante la creazione delle illustrazioni? Quale brano ti rappresenta?

«Qui mi colpisci nel cuore... che bella domanda. Mio padre è, o meglio era ormai per motivi di salute, un musicista. Quindi sì! la musica è mia compagna e mi aiuta ad emozionarmi. Essendo un povero umano anche io, non posso nasconderti che ci sono giorni in cui la produzione di materiale sui miei canali mi è più difficile: sono stanco, arrabbiato, non incline all’argomento che sto affrontando. Grazie alla musica però, oltre ad un po’ di solitudine, riesco a ritrovare la mia concentrazione ed il mio centro. Ad emozionarmi e scrivere o produrre materiale che vuole essere il migliore possibile. Musica ne ascolto di ogni genere: dal rock quando voglio darmi una scossa (ACDC; Red Hot Chili Peppers; Oasis; Green Day; Meetallica...) musica italiana quando voglio risentire le radici del mio sangue (Mina; Battisti; Rino Gaetano; De Andrè; Pino Daniele; Caparezza; Samuele Bersani...) classici quando voglio ispirarmi per creare (Jimi Hendrix; The Doors; Janis Joplin; Pink Floyd; Stones; Beatles; Santana...) quando mi sento un po’ giù Jazz (Rollins; Duke Ellington; Chet Baker; Charlie Parker...). Una canzone che adoro è Wonderwall degli Oasis, ma prova ad ascoltare la cover di Ryan Adams, mi fa venire la pelle d’oca. Ryan Adams Wonderwall».

Professione: Psicologo. Quali vantaggi possono esserci, iniziando le sedute?

«Per risponderti a questa domanda voglio prima ringraziare una persona a me molto vicina che si chiama Giulia. Lei è stata iper-critica nel descrivermi tutto ciò che non va nell’andare dallo psicologo: sensazione di disagio, percezione di giudizio, ansia da “che cosa gli racconto” e poi “questo da me cosa vuole”, il pregiudizio di sentirsi pazzi nell’avere un affiancamento di questa professione, la solitudine nell’aver di fronte una persona che non parla oppure la percezione di fare tutto sbagliato quando il professionista ti parla troppo, sentendosi criticati. Queste sono tutte situazioni in cui la seduta dallo psicologo non serve a nulla ed è più dannosa che altro. Se doveste esservi trovato o trovare in questa situazione vi esorto a cambiare professionista, molto probabilmente ella o egli non fa per voi. La seduta è un momento di accoglienza, in cui puoi permettere ad ogni parte di te, specialmente quelle che ti spaventano, di emergere. Insieme ad un professionista che ti affianca: riconoscere le tue difficoltà ed affrontarle, anche a cazzotti se serve. Non si è da soli. Una persona accanto che NON giudica mai (non immaginate quante ne abbiamo sentite e viste, abbiamo smesso di giudicare, non è nostro interesse credetemi. Quando si lavora su

casi di carattere profondo si sviluppa una certa resistenza per cui il giudizio diviene un puro ed effimero sforzo inutile), che vi aiuta nel superare l'ostacolo che volete scacciare dalla vostra mente, vi restituisce l'emozione che provate e semplifica il vostro pensiero per renderlo comprensibile. **Questa è una seduta.** Avete mai avuto la sensazione di scoppiare, qui c'è qualcuno che vi permette di farlo; la sensazione che nessuno vi capisca, qui c'è qualcuno motivato a capirvi, anche il vostro lato più profondo; avete mai avuto pensieri che non desiderate, qui c'è qualcuno che vi aiuta ad accettarli, affrontarli e sconfiggerli. In tutto questo personalmente ci inserisco un ambiente accogliente, ma non da medico, il mio studio assomiglia più ad una casa, dove sentirsi protetti e rilassati. Mi capita di lasciare bere un wiskey a chi lo desidera (sempre dipende il caso: se si parla di alcolismo non mi sembrerebbe una geniale idea), fumarsi una sigaretta, disegnare… sentirsi liberi di esprimere sé stessi. Vorrei che le persone dalle sedute riuscissero a riscoprire sé stessi, accettare le parti più complesse, sorridere di nuovo come quando erano bambini. La pazzia è rara e forse non esiste, è la normalità che è sopravvalutata. E poi, tu conosci qualcuno che definiresti al 100% normale, cosa è la normalità?».

Comunicare, non è sempre facile. Oggi si comunica sempre di più, attraverso uno schermo. Perché secondo te, la maggior parte delle persone, sottovaluta gli incontri con uno psicologo?

«Vero, comunicare non è sempre facile, ma è anche impossibile non comunicare. Per questo credo utile che ciascuno di noi nel suo intimo, compreso me stesso, si sforzi nel cercare di comunicare nel miglior modo possibile ciò che ritiene davvero importante. Personalmente non credo che le persone sottovalutano gli incontri anzi: psicologicamente quando qualcuno svaluta, scredita o ragiona utilizzando pregiudizi e stereotipi è perché ha paura di qualcosa o qualcuno. Penso che molte persone abbiano paura delle sedute. (Una volta c'era meno tempo a disposizione per concentrarsi rispetto ad alcuni problemi: lavoravi nel campo dalle 6 alle 18, tornavi a casa per cena e crollavi dalla stanchezza, la mente non aveva il tempo e le energie per essere sovraccaricata. Se però si pensa all'isteristmo delle donne Viennesi del 1800 beh: obbligate a vivere come delle bambole, sempre concentrate ed attente nell'avere un comportamento impeccabile, fisicamente costrette all'interno di corpetti che non lasciavano respirare, un semplice colpo di tosse durante un pranzo poteva essere occasione di critica e svalutazione sociale… Ci credo che il riflesso della mente era la crisi isterica con annesse urla e spasmi. Le persone andavano dal medico, dal farmacista, dalla fattucchiera o da chi rientrava nel loro cerchio magico di fiducia, semplicemente per discutere parlare di sé e ricevere consigli. In Italia, più che nel resto del mondo, lo Psicologo viene ancora visto come lo Psichiatra da manicomio. Dunque se una persona non ha disagi biologici perché dovrebbe affidarsi a qualcuno che cura la mente? Pochi però riconoscono le

difficoltà: comportamenti compulsivi (dover chiudere 200 volte casa per paura che se no succede qualcosa di brutto) apparenza deflessa nella perfezione (continuo utilizzo di social con annessa preoccupazione di sé stessi per una vita “non all’altezza”) turbe sessuali inaccettate (potrei scriverti un libro) e non vogliono parlarne con nessuno perché ne hanno il timore. Come hai giustamente scritto: si comunica sempre di più attraverso uno schermo. Lo schermo è un filtro, che ci protegge o meglio ci fa sentire più protetti. E’ un veicolo della comunicazione particolare che ci permette di essere stranamente più manifesti ed aperti a dire la nostra. Non essendoci però un incontro vis-a-vis, sono molte le informazioni che ci perdiamo durante un’interazione “Digitale” e per questo siamo portati a trasmettere il nostro pensiero senza preoccuparci della percezione altrui: questo nella comunicazione diretta a voce è modulato dal feedback di chi abbiamo di fronte (Semplicemente se stiamo dicendo una castroneria e qualcuno ci guarda sbigottiti ci fermiamo). Inoltre, e direi soprattutto, abbiamo la possibilità di modificare ciò che diciamo o abbiamo detto. Cancellare, riscrivere, registrare di nuovo, affinare la nostra comunicazione per uno scopo. Perdendo però la nostra parte più spontanea e naturale. Divenendo sempre più attori di noi stessi. Nell’interazione con lo Psicologo l’obbiettivo è scoprire la parte più intima delle persone. Questo le persone lo sanno, genera paura: “mi legge nel pensiero? Se dico qualcosa e pensa che io sia matto? Sono matto davvero?... no no io non ci vado e poi cosa serve lo psicologo, uno che fa due chiacchiere e basta.” Et voilà la paura genera pregiudizio, mi affido allo stereotipo e svaluto screditando».

Prima di salutarci, svelaci di cosa tratterà il tuo prossimo episodio?

«Il prossimo argomento che affronteremo sarà il concetto di: Bellezza. Esiste la perfezione oppure è solo una tendenza e perché siamo attratti anche da ciò che ci fa paura e/o schifo?... Forse quando andrete in pubblicazione questo argomento sarà già stato trattato, in caso vi regalo un’altra chicca: presto avremo come ospite un famoso personaggio sportivo che ci aiuterà a comprendere la psicologia nella sua professione …. E voi, chi vorreste che sia?».

Articolo pubblicato su Istituzioni24: https://www.istituzioni24.it/2020/01/10/psicologia-il-format-archetipo-di-daniele-marchesi/

© 2026 Istituzioni24