

ΒΕΡΑ ΠΡΑΤΙΚΑΚΗ | Η ΛΟΓΟΤΕΧΝΙΑ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΗΣΕΙ ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΑ

by [Πελιώ Παπαδιά](#) / Μάρτιος 24, 2017/



Το Ταλκ συνάντησε τη νεαρή συγγραφέα Βέρα Πρατικάκη και την «ανέκρινε» με αφορμή το καινούριο βιβλίο της με τον ευφάνταστο τίτλο [«Το Καρυ-κευμένο Καλαμαράκι»](#), που κυκλοφορεί από τις εκδόσεις Ψυχογιός.

1. **Καλησπέρα Βέρα! Είμαι εδώ για να μιλήσουμε για το τρίτο σου βιβλίο, «Το Καρυ-κευμένο Καλαμαράκι». Πριν φτάσουμε, όμως, σε αυτό, ας μιλήσουμε λίγο για εσένα. Διαβάζω ότι έχεις σπουδάσει Ιστορία και Ψυχολογία. Πώς ασχολήθηκες με το παιδικό βιβλίο;**

Καλησπέρα σας κι ευχαριστώ πολύ για την συνέντευξη! Από μικρή λάτρευα τα βιβλία και περνούσα ώρες ατέλειωτες με ένα βιβλίο στο χέρι. Με ταξίδευαν σε κόσμους διαφορετικούς και ένιωθα μια απίστευτη συντροφιά με τους χαρακτήρες που ‘γνώριζα’ μέσα από τις σελίδες τους. Το όνειρό μου από τότε που θυμάμαι τον εαυτό μου ήταν να γίνω συγγραφέας σαν την Ζωρζ Σαρή και την Άλκη Ζέη που θαύμαζα πολύ. Είχα στείλει μάλιστα και γράμμα στην Ζωρζ Σαρή όταν ήμουν στο δημοτικό και μου είχε απαντήσει. Ήμουν τόσο περήφανη εκείνη την μέρα. Κατά την διάρκεια των σπουδών μου όμως άρχισα να ασχολούμαι πιο σοβαρά με το παιδικό βιβλίο. Πολλές φορές έχω αναρωτηθεί τι ήταν αυτό που με τράβηξε στο παιδικό βιβλίο συγκεκριμένα. Αν και θα με ενδιέφερε να γράψω κάποια στιγμή και για ενήλικες, έχω παρατηρήσει πως όσες φορές ξεκινάω αργά ή γρήγορα μου έρχεται μια ιδέα για ένα παιδικό, καταενθουσιάζομαι και ασχολούμαι με αυτό. Έχω καταλήξει πως ο λόγος είναι πως αν και ενήλικας, πολλές φορές νιώθω να ταυτίζομαι με τα παιδάκια. Πιστεύω ότι συνεννοούμαι καλά μαζί τους. Τρελαίνομαι να ακούω τις ιστορίες τους και να βρίσκουμε έναν τρόπο επικοινωνίας. Μου αρέσει η ανεμελιά, η χαρά, η τρυφερότητα και ο αυθορμητισμός που χαρακτηρίζουν την παιδική ηλικία. Μου αρέσει να μπορώ να αφήνω την φαντασία μου ελεύθερη και πάνω από όλα να βλέπω τα πράγματα μέσα από τα μάτια ενός παιδιού. Τι υπέροχη αίσθηση αυτή!

2. **Στο οπισθόφυλλο του βιβλίου σου ο γιος μου διάβασε «Αγκινάρες tandoori, paneer με ταραμοσαλάτα, γιουβαρλάκια masala και άλλα» και είπε αμέσως... μπλιαχ, χωρίς να πολυξέρει τι είναι αυτά! Πώς αποφάσισες να δημιουργήσεις, έστω στο χαρτί, ένα fusion εστιατόριο με γεύσεις από την Ελλάδα και την Ινδία; Δεν φοβήθηκες ότι θα ξένιζε τα παιδιά;**

Δεν με προβλημάτισε το ότι μπορεί να ξένιζε τα παιδιά. Ίσως επειδή θεωρώ πως δεν είναι κακό να μας ξενίζει κάτι. Αντιθέτως. Τις περισσότερες φορές τυχαίνει κάτι πολύ δημιουργικό και σημαντικό να προκύπτει από κάτι που μας έχει ξενίσει. Ξεφεύγουμε από τα συνηθισμένα. Άλλωστε η αρμονία συνήθως προκύπτει μέσα από τις αντιθέσεις: τα συμπληρωματικά χρώματα, τις διαφορετικές νότες στην μουσική, τις πρωτότυπες γεύσεις κλπ. Όλοι μας συχνά το κάνουμε αυτό. Βγάζουμε εύκολα και γρήγορα συμπεράσματα χωρίς όμως να έχουμε γνωρίσει και δοκιμάσει αυτό το κάτι διαφορετικό που έχουμε μπροστά μας. Αυτά είναι γούστα. Δεν είναι κακό να πει κανείς ‘μπλιάχ’, αλλά αν δώσει την ευκαιρία στον εαυτό του να το γνωρίσει, ίσως τελικά να πει ‘μιαμ μιαμ!’.

3. **Μήπως θυμάσαι ποια ήταν η πρώτη φράση που έγραψες στο «Καρυ-κευμένο Καλαμαράκι»;**

Αδύνατον να θυμηθώ την πρώτη πρώτη φράση. Έσβηνα και έγραφα τόσες πολλές φορές μέχρι να πω ότι το τελείωσα που πραγματικά αναρωτιέμαι αν έμεινε τίποτα ίδιο όπως στο πρώτο προσχέδιο. Πρέπει να άλλαξε πάνω από δέκα φορές εντελώς μορφή και πλοκή το κείμενο. Με θυμάμαι στην ξαπλώστρα στην παραλία το καλοκαίρι να πατάω το ‘delete’ στο laptop μου και να με πιάνει η ψυχή μου. Κάποιες στιγμές ήταν τόσο έντονη η δυσκολία που ήμουν έτοιμη να εγκαταλείψω την προσπάθεια, αλλά μου άρεσαν πολύ κάποια κομμάτια του και δεν ήθελα να τα παρατήσω. Νομίζω είναι σχεδόν αδύνατον να βγει ένα βιβλίο χωρίς να κολλήσεις. Θα περάσεις από πολύ έντονα συναισθήματα όσο γράφεις: τον αρχικό ενθουσιασμό όσο πάει καλά, την απελπισία όταν κολλάς για τα καλά σε κάποιο σημείο, την απόγνωση όταν νιώθεις ότι τα έχεις δοκιμάσει πλέον όλα και ότι δεν θα καταφέρεις να βρεις ποτέ την άκρη και τελικά την βαθιά ικανοποίηση και ευτυχία όταν θα πεις ότι τελικά τα κατάφερα.

4. **Πες μας λίγα λόγια για τους χαρακτήρες του βιβλίου σου! Πώς τους φαντάστηκες; Πώς τους δημιούργησες; Βασίστηκαν σε πρόσωπα που ήδη ήξερες; Ποιος είναι ο αγαπημένος σου;**

Η δημιουργία των χαρακτήρων είναι πάντα το αγαπημένο μου κομμάτι. Συνήθως ξεκινάω να φαντάζομαι κάποιον όταν ακούσω ένα όνομα που μου κάνει εντύπωση. Έχω συνεχώς μπλοκάκια γύρω μου και αρχίζω και γράφω ιδέες για την εμφάνισή τους, τον χαρακτήρα τους, τα κουσούρια ή τις ιδιοτροπίες τους και τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά που κάνουν τον καθένα τους μοναδικό. Ύστερα περνάω πολύ χρόνο μαζί τους στο μυαλό μου. Τους γνωρίζω καλά πριν τους δώσω ρόλους και ευχαριστιέμαι ιδιαίτερα την παρέα τους. Πολλές φορές οι φίλοι μου θα εντοπίζουν στοιχεία δικά τους, αλλά και αυτοί που με ξέρουν καλά καταλαβαίνουν ότι πολλά στοιχεία μπορεί

να είναι και δικά μου. Όσο για το ποιός χαρακτήρας είναι ο αγαπημένος μου πραγματικά μου είναι αδύνατον να απαντήσω. Τον κάθε έναν τον αγαπώ για κάτι. Ακόμα και αυτούς που μπορεί να έχουν αρνητικό ρόλο.

Ένα άτομο που εκτιμώ πολύ μου έμαθε ένα πολύ σημαντικό μάθημα: ‘δεν υπάρχει κακός άνθρωπος’. Όλες οι συμπεριφορές εξηγούνται. Όλα γίνονται για κάποιο λόγο. Υπάρχουν βέβαια ‘κακές’ συμπεριφορές ή πράξεις, αλλά μπορεί κανείς να τις καταλάβει καλύτερα αν εστιάσει την προσοχή του στην ανάγκη που τις δημιουργεί. Και επίσης είδα ότι ‘αυτοί που προβάλλουν ένα αντιπαθητικό ή ενοχλητικό προφίλ είναι συνήθως πολύ ευαίσθητοι και συμπαθητικοί όταν τους δεις πραγματικά και διαπεράσεις την άμυνά τους. Απλώς πολλές φορές μένουμε στο επιφανειακό κομμάτι. Είναι πολύ πιο εύκολο να κρίνουμε κάποιον παρά να προσπαθήσουμε να τον καταλάβουμε. Έτσι αν δεν κρίνεις τους χαρακτήρες μπορείς να τους αγαπήσεις όλους, τον καθένα για διαφορετικούς λόγους.

Μου αρέσει πολύ η Κασσάνδρα, γιατί έχει λίγο ‘το μυαλό στα κάγκελα’ που λένε και γιατί ο αυθορμητισμός της και η αυτοπεποίθησή της είναι κάτι ελκυστικό. Η μαμά που είναι πιο προσγειωμένος χαρακτήρας την συμπληρώνει και είναι ίσως και ένας από τους λόγους που είναι τόσο καλές φίλες. Η κυρία Μοσχούλα και ο Ναβουχοδονόσορας με διασκεδάζουν πολύ με την πονηριά τους και τους ύπουλους μηχανισμούς τους. Ο Τρυφονάκος, ένα ‘μωρό που δεν μεγάλωσε ποτέ’ μου φέρνει γέλιο και τον Σοφοκλή τον καημένο τον λυπάμαι που ανατρέπονται τα σχέδιά του τόσο πολύ στην αρχή της ιστορίας. Όσο για την Άτζιτ, εκείνη σε κερδίζει με το απίστευτο ταλέντο της και την γλυκιά προσωπικότητά της και ο κύριος Βλάσης με την ‘σιρτάδα’ του και το επιχειρηματικό του μυαλό που προσπαθεί να εκμεταλλευτεί κάθε ευκαιρία για κέρδος.

5. Κυρία Μοσχούλα και Τρύφοντας, Ελληνίδα Μάνα και Έλλην γιος. Θέλεις κάτι να πεις σε γονείς και παιδιά μέσα από αυτούς τους χαρακτήρες;

Ωχ! Ελληνίδα Μάνα και Έλλην γιός: αυτό είναι ένα τεράστιο θέμα! Νομίζω το κείμενο μιλάει από μόνο του, αλλά ίσως στις μαμάδες: ‘μήπως να αφήνατε τα «βλαστάρια σας» να αναπνεύσουν’ και στους γιους ‘μήπως στα 30-κάτι σας είναι καιρός να ενηλικιωθείτε και να αναλάβετε κάποιες ευθύνες;’ Σίγουρα η τρυφερότητα και η στοργή που δείχνει μια μάνα στον γιο της είναι όχι μόνο πανέμορφα συναισθήματα, αλλά και εξαιρετικά βασικά θεμέλια για τις μελλοντικές του σχέσεις, αλλά το κάθε τι στην υπερβολή του γίνεται παγίδα. Η υπερπροστατευτικότητα και το υπερβολικό κανάκευμα βλάπτουν. Μετά από κάποια στιγμή επιβάλλεται μια αυτονόμηση. Υποπτεύομαι ότι αυτό που λέω ακούγεται εύκολο στην θεωρία αλλά πρέπει να είναι εξαιρετικά δύσκολο στην πράξη, γιατί ‘ένα παιδί θα είναι πάντα παιδί’ για την μάνα και ‘μάνα είναι μόνο μια’, για τον γιο. Όμως είναι απαραίτητο.

6. Θα έλεγες ότι το βιβλίο σου είναι αστυνομικό; Ένα κλασικό whodunnit με πρωταγωνιστή, βέβαια, έναν κλέφτη κι όχι έναν δολοφόνο;

Ναι, νομίζω ότι ταιριάζει στην κατηγορία του αστυνομικού. Έχει την αναζήτηση στοιχείων, υπόπτους, αγωνία και περιπέτεια καθώς εκτυλίσσεται η πλοκή.

7. Σε ποιες ηλικίες θεωρείς ότι απευθύνεται το Καλαμαράκι; Και ποιος είναι για σένα ο ιδανικός αναγνώστης; Πώς φαντάζεσαι το παιδί που σε διαβάζει;

Το ‘καλαμαράκι’ απευθύνεται σε παιδιά 11-13 ετών περίπου, αλλά αυτό είναι σχετικό. Οποιοσδήποτε ταυτίζεται με αυτήν την ηλικία, δηλαδή εντοπίζει μια πλευρά μέσα του που νιώθει ακόμα παιδί, πιστεύω πως θα ήταν ιδανικός αναγνώστης. Όσο για το πως φαντάζομαι ένα παιδί που το διαβάζει, θα ήθελα να το φαντάζομαι με ένα μεγάλο χαμόγελο στο πρόσωπο του. Αυτό θα ήταν για μένα ιδανικό.

8. Ως επαγγελματίας ψυχολόγος, εργάζεσαι με παιδιά. Ποια είναι τα βασικά προβλήματα που αντιμετωπίζουν σήμερα. Έχει θέση η λογοτεχνία στη ζωή τους και αν ναι, μπορεί να λειτουργήσει ψυχοθεραπευτικά;

Στο γραφείο μου βλέπω και παιδιά και ενήλικες. Μου αρέσει πολύ αυτή η ισορροπία, γιατί είναι πολύ διαφορετικός ο τρόπος αντιμετώπισης τους. Ο περισσότερος κόσμος αντιμετωπίζει προβλήματα στις σχέσεις του που προκύπτουν συχνά από δυσκολίες επικοινωνίας, από ανασφάλειες και χαμηλή αυτοεκτίμηση ή από την αδυναμία έκφρασης των πραγματικών αναγκών

και συναισθημάτων τους. Επίσης, πολύ συχνά τόσο τα παιδάκια όσο και οι ενήλικες έχουν έντονο άγχος και φοβίες που εκδηλώνονται με διαφορετικούς τρόπους και επηρεάζουν την διάθεσή τους.

Η λογοτεχνία, ναι, και βέβαια μπορεί να λειτουργήσει ψυχοθεραπευτικά και είναι ένα πολύτιμο εργαλείο στην θεραπεία. Μέσα από μια ιστορία ο αναγνώστης μπορεί να ταυτιστεί με τον ήρωα, να αποκτήσει πρόσβαση σε βιώματα που δεν είναι εύκολα προσβάσιμα, να ανακαλύψει διαφορετικούς τρόπους αντιμετώπισης δύσκολων καταστάσεων και όλα αυτά γίνονται πολύ πιο εύκολα, αφού το παραμύθι προσφέρει μια απόσταση ασφάλειας. Επίσης, το παραμύθι κινητοποιεί εύκολα το συναίσθημα και έτσι μπορεί να λειτουργήσει ανακουφιστικά μέσω της συναισθηματικής αποφόρτισης ή να ενισχύσει την αίσθηση ότι δεν είναι κανείς μόνος του σε ό,τι περνάει. Ο αναγνώστης ταυτίζεται με κάποιον ήρωα από την ιστορία και ο καθένας παίρνει αυτό που χρειάζεται.

9. Ποια είναι τα επόμενα λογοτεχνικά σχέδιά σου;

Με μεγάλη χαρά μπορώ να ανακοινώσω ότι μέσα στο 2017 θα κυκλοφορήσει ένα ακόμα βιβλίο μου, το *‘Μήπως είδατε την Νεφερίτη; Άγγελος και Ουρανία σε νέες περιπέτειες’* που είναι το sequel του *‘Μήπως είδατε τον Ροδόλφο;’* (το οποίο κυκλοφόρησε το 2016). Είναι ένα βιβλίο που μου αρέσει ιδιαίτερα και αφορά στο θέμα της ασφάλειας και προστασίας στο διαδίκτυο. Ανυπομονώ για αυτό!

Η Βέρα Πρατικάκη είναι συγγραφέας και ψυχολόγος, τα βιβλία της κυκλοφορούν από τις εκδόσεις Ψυχογίος και μπορείτε να τα βρείτε [εδώ](#).

Μπορείτε να βρείτε τη συνταγή για το Καρυ-κευμένο Καλαμαράκι [εδώ](#).



Βέρα Πρατικάκη

Το Καρυ-κευμένο Καλαμαράκι



Εικονογράφηση:
Ρένια Μεταλληνού

