



PL 303
40101 Jyväskylä



Maaretta Tukiainen – Krista Keltanen

Inspiraatiokortit

PS-kustannus, 53 korttia. Hinta 25,-
ISBN 978-952-451-724-9

Maaretta Tukiainen: Inspiraation syntymistä voi edistää itse

Inspiraatio on ajatus, joka synnyttää halun tehdä jotain. Se voi myös olla idea, joka käynnistää luovan prosessin.

Uuden tutkimustiedon mukaan inspiraatio koostuu kolmesta osa-alueesta: inspiraation heräämisestä, siitä, että ihminen tosiasiallisesti innostuu tuosta herätteestä ja että hän alkaa toimia inspiraation mukaisesti.

Tietokirjailija, tv-juontaja ja bloggaaja Maaretta Tukiainen kiinnostui siitä, kuinka inspiraation voi valjastaa hyväkseen arjessa. ”Inspiraatiosta on tutkitusti hyötyä, mutta näyttää siltä, että sitä ei tällä hetkellä täysimittaisesti hyödynnetä. Inspiraatiota ei voi tahdonalaisesti pakottaa, mutta sen syntymistä voi edistää”, hän kertoo.

Tukiainen on kehittänyt inspiraation herättämisen avuksi keskiviikkona 19.10. julkaistavat Inspiraatiokortit. Jokainen kortti sisältää valokuvaaja Krista Keltasen ottaman tunnelmallisen kuvan ja ajatuksia herättävän lauseen. Lauseiden muotoilussa on hyödynnetty inspiraatiotutkimusta sekä positiivisen psykologiaan ja luovuuteen liittyvää tutkimustietoa, joita löytyy myös Tukiaisen Hyvän mielen taidot -kirjasta.

Inspiraatiokortit ovat työkalu arjen elävöittämiseen niin töissä kuin kotonakin. ”Ryhmitellyt kortit johdattelevat prosessiin, joka houkuttelee inspiraatiota esiin. Inspiraatio ei lopulta ole mikään mystinen voima, vaan hyödyllinen arjen kumppani, jonka kanssa voi tehdä yhteistyötä – päivittäin”, Tukiainen toteaa.

Inspiraatiokortit lanseerataan livevideoiden avulla sosiaalisessa mediassa tapahtumasivulla www.facebook.com/events/1169225643161425/. Jokainen voi osallistua julkistamistilaisuuteen käyttämällä aihetunnistetta #inspiroidun.

Lisätietoja ja arvostelukappaleet:

PS-kustannus

Henna Santalahti

henna.santalahti@ps-kustannus.fi

puh. 040 530 7268

