**Ikävät ihmiset – Kuinka selviytyä hankalien tyyppien kanssa**

Julkaisuvapaa 19.2.2015



Kukapa ei olisi joskus tavannut hankalaa, vaikeaa tai ikävää ihmistä. Hän on se ihminen, joka saa olon tuntumaan kohtaamisissa tai sen jälkeen ikäväksi. Aina ikäviä ihmisiä ei voi sivuuttaa, vaan heidän kanssaan on tultava toimeen.

Teoksessaan *Ikävät ihmiset. Kuinka selviytyä hankalien tyyppien kanssa* psykologit **Satu Kaski** ja **Vesa Nevalainen** kertovat, miksi ihmisistä tulee hankalia itselle tai toisille sekä millaisia hankalat ihmiset – marttyyrit, herkkänahkaiset, riidankylväjät, besserwisserit, drama queenit ynnä muut – ovat työpaikoilla, kotona ja ystävinä.

Tekijät luettelevat keinoja, joiden avulla hankalien ihmisten kanssa voi elää tai joiden avulla heitä voi edes jollain tavalla sietää. Entä mitä tehdä, jos huomaa itse olevansa hankala tyyppi?

”Emme myöskään halua unohtaa sitä, että hankaluus ei ole pelkästään negatiivinen asia. Joskus pitää olla vähäsen hankala, ettei jää toisten jalkoihin. Joskus sopiva annos hankaluutta parantaa koko maailmaa. Hankaluus voi siis tuoda väriä harmaaseen arkeen”, tekijät pohtivat.

**Satu Kaski** on työ- ja organisaatiopsykologi ja psykoterapeutti. **Vesa Nevalainen** on psykologi, psykoterapeutti ja Helsingin kaupungin oppilashuollon päällikkö. He ovat aiemmin julkaisseet yhdessä muun muassa teokset *Pessimisti ei pety* (2011) ja *Oy Ihminen Ab* (2013).

Satu Kaski ja Vesa Nevalainen, Ikävät ihmiset. Kuinka selviytyä hankalien tyyppien kanssa. 157 s. Kirjapaja 2015. 14.8. ISBN 978-952-288-198-4. Ovh. 31,90.

**Lisätietoja:** Kirjapaja / viestintäpäällikkö Marja-Liisa Saraste 09 6877 4568 [marja-liisa.saraste@kirjapaja.fi](mailto:marja-liisa.saraste@kirjapaja.fi) tai Satu Kaski 050 590 4235, satu.kaski@clearmind.fi; ja Vesa Nevalainen 040 1490 890; [vesa.nevalainen@hel.fi](mailto:vesa.nevalainen@hel.fi)

**Arvostelukappaleet:** Minna Vatja, [minna.vatja@kirjapaja.fi](mailto:minna.vatja@kirjapaja.fi) 