

Resept

TEKST

Arne Olav L. Hageberg

PUBLISERT 4. desember 2007

– Det er ikke den ting søvn ikke hjelper mot. Du har ulike søvnfaser, og hvis du får nok av den dype søvnen, føler du deg uthvilt. Da er du i bedre stand til å vurdere problemer på en korrekt måte, sier psykolog og postdoktor Børge Sivertsen ved Universitetet i Bergen.

Cosmopolitan desember 2007

Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 44, nummer 12, 2007, side

TEKST

Arne Olav L. Hageberg, Journalist og nettansvarleg i Psykologtidsskriftet