

PUBLISERT 4. april 2014

PSY
KOL
OGI

LES OGSÅ

Dårlige e-postvaner påvirker jobbhelsen

Økt tilgjengelighet kan skape uheldige e-postvaner og påvirke den mentale helse ifølge en kvalitativ studie.

LES OGSÅ

Lykke eller mening?

Det er ofte ikke samsvar mellom å være lykkelig og oppleve livet som meningsfullt, viser ny forskning.

LES OGSÅ

Hjernetrim for eldre

Ny studie viser at intens mental trening for eldre mennesker gjennom en kort periode også har positive konsekvenser på lang sikt.

Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 51, nummer 4, 2014, side 334