

# Forskningsnotiser

PUBLISERT 4. april 2014

---

LES OGSÅ

## Dårlige e-postvaner påvirker jobbhelsen

Økt tilgjengelighet kan skape uheldige e-postvaner og påvirke den mentale helsen, 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*