

Klikk deg klokere

PUBLISERT 5. november 2014

PSY
KOL
OGI



I jungelen av psykologiapper finnes en gratis app som heter APA Monitor. Ett klikk på iPhone eller Android-mobilen gir tilgang til et hav av spennende artikler fra tidsskriftet ved samme navn som utgis av den amerikanske psykologforeningen. I et av de nyeste numrene kan jeg for eksempel lese artikler om hvordan psykologer kan hjelpe mennesker som stammer, hva slags psykologisk førstehjelp som trengs ved katastrofer, eller konkrete tips til en verktøykasse for samfunnspsykologer. En egen side gir oversikt over konferanser og workshops. Ved å klikke på en spalte som heter «In brief», finner jeg korte oppsummeringer fra forskningsfronten hentet fra fagfelleverderte artikler publisert i andre tidsskrift. Her kan jeg lese at det å gå en tur mens man løser oppgaver kan føre til mer kreativ tenking enn å sitte stille, at lærere som forsøker å motivere til innsats gjennom frykt, oppnår dårligere karakterer, at unge fedre er mer i risikozonen

for å bli deprimerte, eller at notater gjort for hånd huskes bedre enn notater på laptop. Klikker jeg videre, finner jeg abstractet og lenker i tilfelle jeg vil kjøpe artiklene.

Anbefalt av Kirsti MacDonald Jareg, privatpraktiserende psykolog i Holmenveien 5, Oslo.

Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 51, nummer 11, 2014, side 966