

Stolte og utbrente



Arne Olav L. Hageberg

Journalist og nettansvarleg i Psykologtidsskriftet



FOR FRITID: Psykolog John Petter Fagerhaug

FOTO: PRIVAT

– Dessverre går det ofte gærent før en selv vil gjøre noe med problemet. Folk er stolte, og de som brenner seg ut, er ofte stolte og flinke folk, sier psykolog og konsulent John Petter Fagerhaug til Nettavisen. [...]

Fagerhaug forklarer at utbrenthet er sterkt knyttet mot hvordan man lever livet. Ikke bare i arbeidslivet, men også i privatlivet. [...]

– Flere og flere legger opp fritiden som om det er en jobb, for eksempel når det gjelder avtaler og oppgaver. Fritiden blir rett og slett planlagt som om det er en jobb, og det kan være skadelig, sier Fagerhaug til Nettavisen.

Nettavisen 15.10.2008