

 5 TYSTA TECKEN

1 Kontorslandskap är på väg ut. Nya kontor har olika zoner för tystnad, samtal och möten.

2 Multitasking, nej tack. Nyss haussad förmåga, nu bevisat ineffektivt.

3 Framgångsrika företagsledare lägger in tid för att tänka. Ju mer information, desto mer tid behövs för reflektion. Det är så information blir till insikter.

4 Mobilbranschen reagerar. Då har det gått långt. För ett par år sedan lanserade Telenor ett utbildningsprogram för hur man begränsar störningar från kommunikationstekniken och skapar arbetsro.

5 Offline-kaféer och -restauranger börjar dyka upp. Sveriges första digitala detox-camp öppnade i Burträsk för några år sedan.



Hög på stress? Då tar hjärnan genvägar – och besluten blir sämre förklarar Victoria.