

Länsimaista työelämää leimaavat kiire, stressi, työuupumus, riittämättömyyden tunteet, keskittymisongelmat, informaatioähky, moniajo ja työpäivien pirstaleisuus. Juurisyyt piilevät avuksemme tarkoitetun arkisen informaatioteknologian lähes sattumanvaraisissa ja addiktoivissa käyttötavoissa. Ratkaisuksi työelämän liialliseen kognitiiviseen kuormitukseen kirja esittelee urauurtavan työergonomian lajin eli informaatioergonomian keinovalikoiman, joka perustuu tutkittuun tietoon tietotyöstä.