

# Arbejdsglæde - helt enkelt!

Jon Kjær Nielsen  
jon.dk

# Tag handling

- Beslut dig for 1 til 3 ting du vil gøre for arbejdsglæden
- Små ting!

**Jon Kjær Nielsen - Foredragsholder & Forfatter**

**Civilingeniør, 2002. Tidl. HR-specialist.**

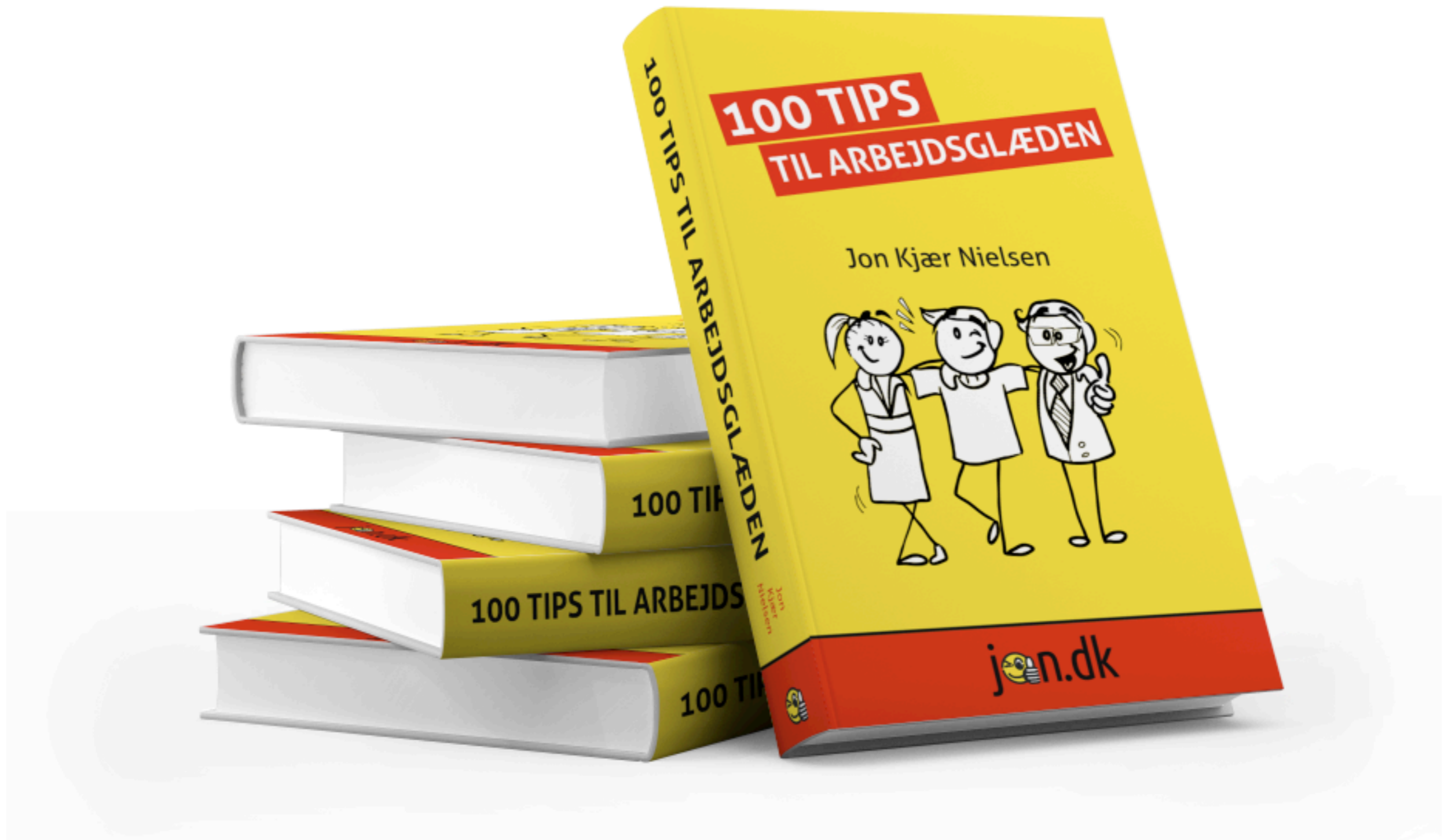
**Foredragsholder og konsulent fra 2006.**

**Motorcyklist, læsehest, hobbykok.**









# Arbejds glæde

# Morten





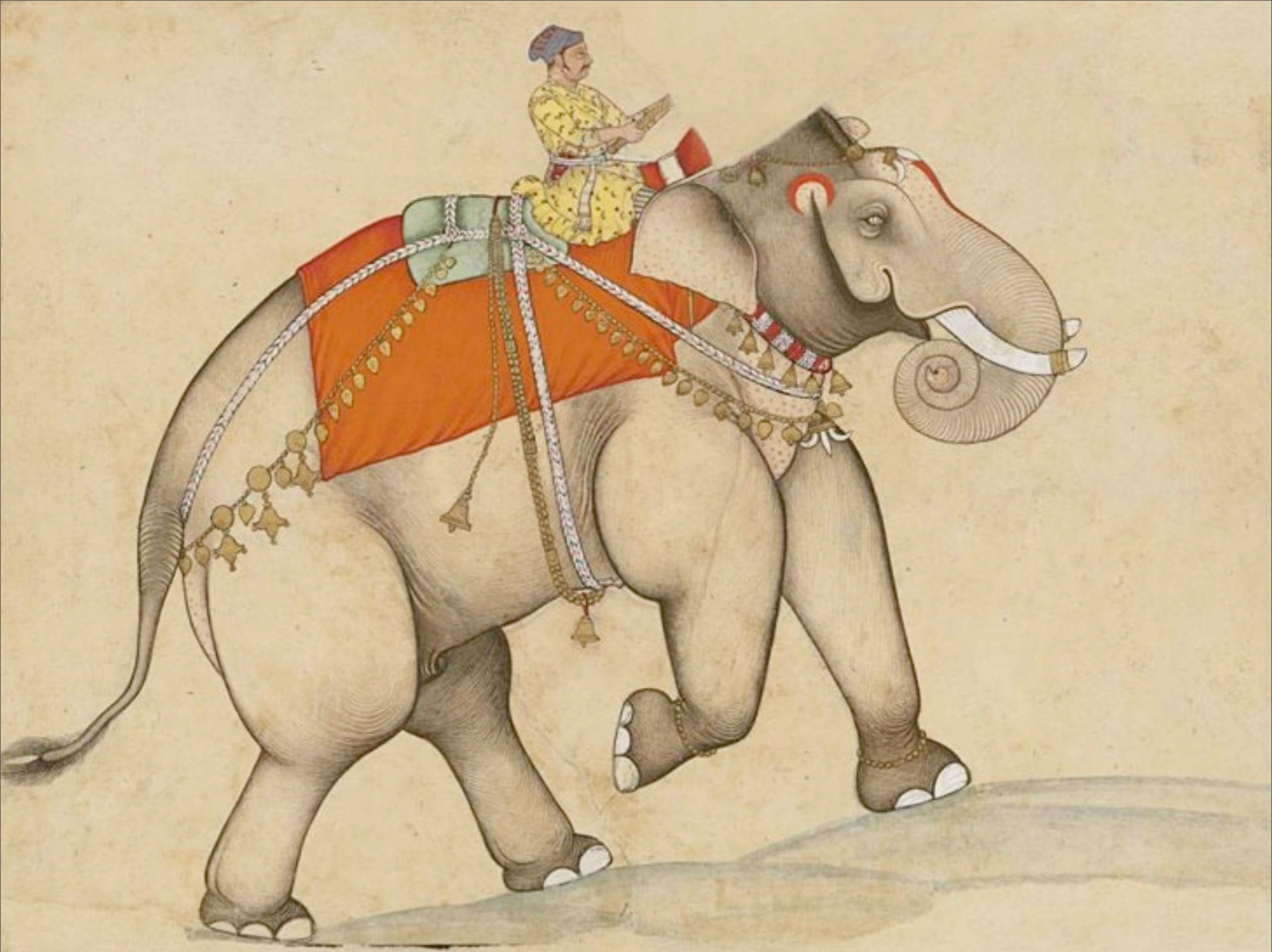
Hvor meget....?

# 3-til-1

Hvad giver dig  
arbejdsglæde?

# Offertrøjen

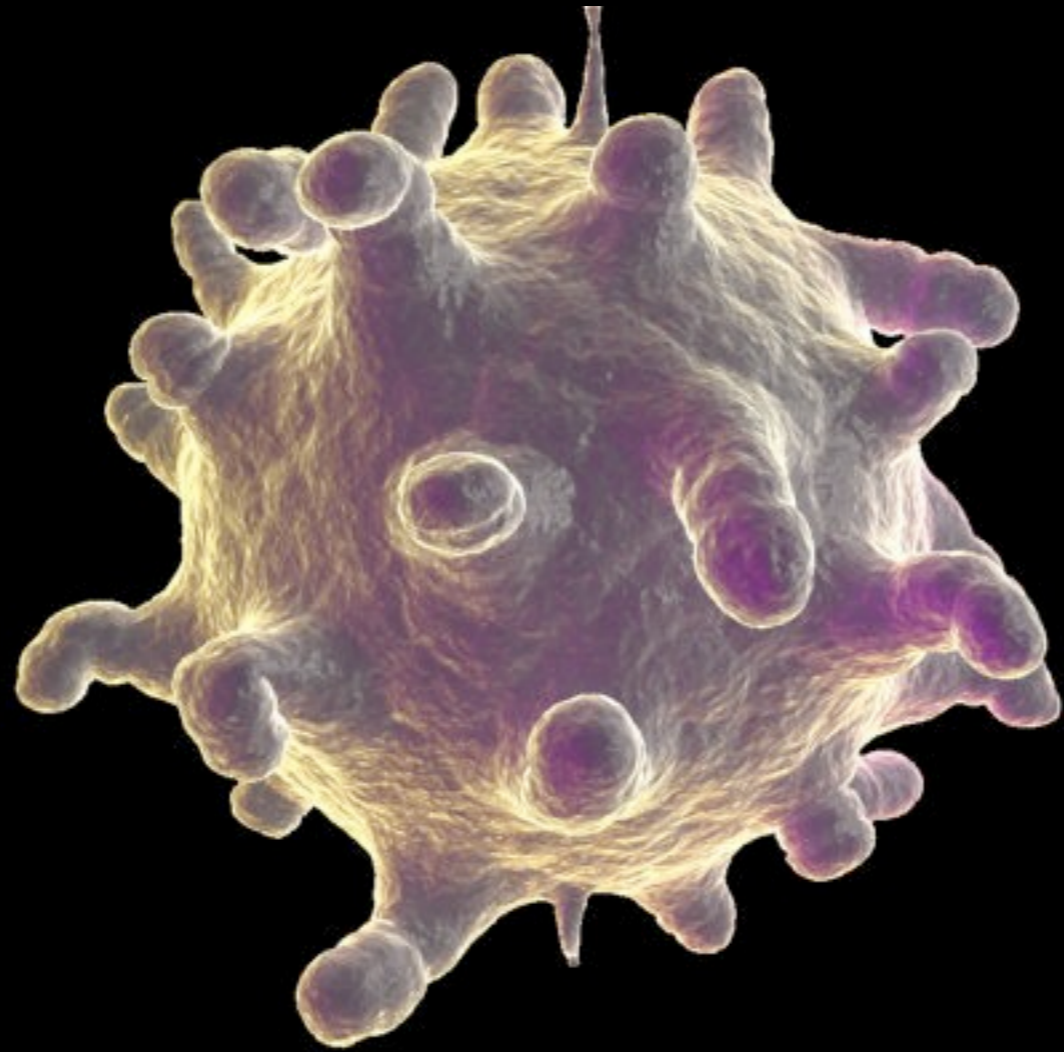




# Alvorlige konsekvenser

- Din sundhed
- Din succes
- Din lykke





# Alvorlige konsekvenser

- Din sundhed
- Din succes
- Din lykke





# Positiv psykologi



# Positiv psykologi



# Positiv psykologi



# Husk tre gode oplevelser



## 3 words a day keep the doctor away



Træn dig til optimisme: Hvad har været dagens bedste oplevelser?

Tænk dig om - Husk de 3 bedste oplevelser fra dagen der er gået.

Beskriv hver oplevelse med ét ord, der minder dig om oplevelsen og skriv de 3 ord i skemaet herunder:

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
1: CUPCAKE	1: MORTEN	1: KAFFE!	1: LØSNING	1: HJÆLP
2: KRAM	2: SMIL	2: MØDET	2: POST MANDEN	2: SOKKER
3: LENOVO	3: PRINTER	3: STRUKTUR	3: MIG	3: SEJRSDANS

# God start på mødet



# Fra arbejdsglæde til bundlinje

Produktivitet

Service

Teamwork

Sygefravær

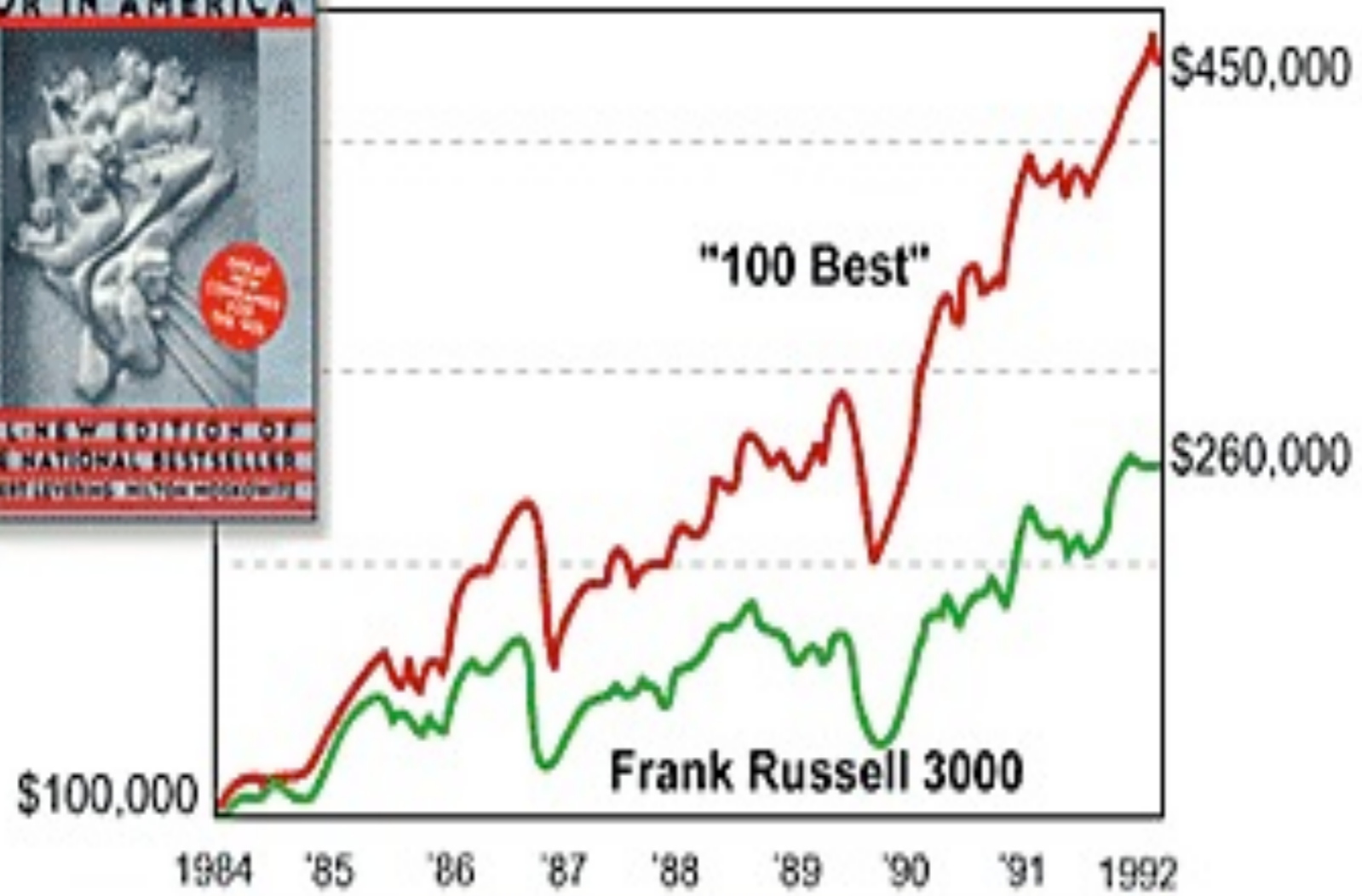
Salg

Personaleomsætning

Kreativitet

Indlæring

Ledelse



Total Return (equally weighted portfolios)



# SoftScan



# Fra arbejdsglæde til bundlinje

Produktivitet

Service

Teamwork

Sygefravær

Salg

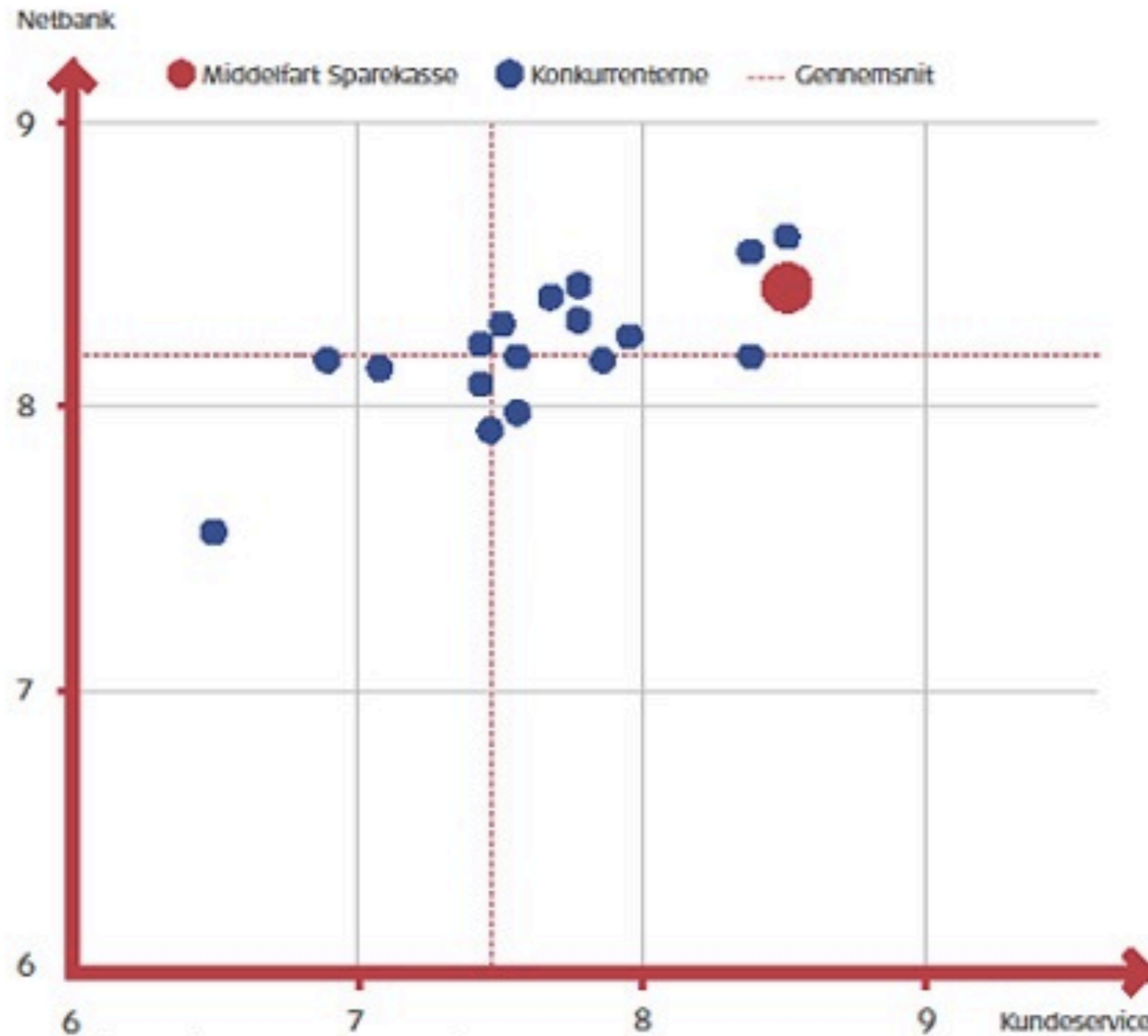
Personaleomsætning

Kreativitet

Indlæring

Ledelse

# Middelfart Sparekasse



Kilde: Analyse Danmark, november 2011

# Flere tips!



# Rasmus



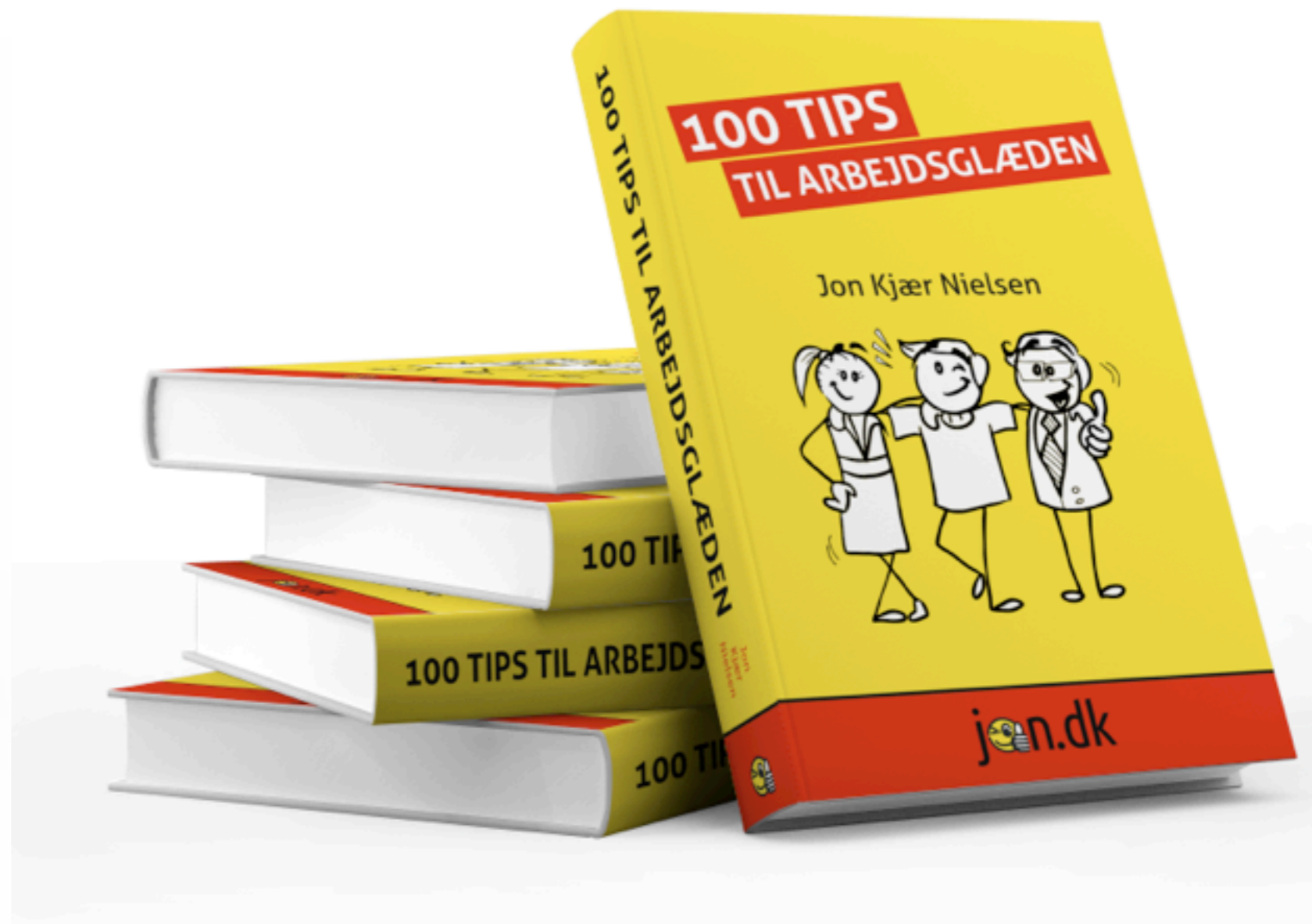
Hjælp

Spørg om hjælp

# Tag handling

- Beslut dig for 1 til 3 ting du vil gøre for arbejdsglæden
- Små ting - træn elefanten!





# Fejre succeser



Materialer fra idag:  
[jon.dk/vaeksthus](http://jon.dk/vaeksthus)

# TAK

