

# Arbejdsglæde - kultur laver vi selv

LIFA, 1. december 2023

med Jon Kjær Nielsen, Jon.dk & Klub Trivsel



Dagens materiale og mere:  
[jon.dk/lifa](https://jon.dk/lifa)



# Kultur





Experimental title:

**Love your job!  
- or die trying**















Jon Kjær Nielsen -  
Foredragsholder &  
Forfatter

Civilingeniør, 2002.  
Tidl. HR-specialist.

Foredragsholder og  
konsulent fra 2006.

Motorcyklist, læsehest,  
hobbykok, podcast vært











# Jon Kjær Nielsen

@jondk · 588 abonnenter · 91 videoer

Jeg brænder for at skabe fede arbejdspladser og jobs vi holder af - ikke bare holder ud. I de... >

[jon.dk](http://jon.dk)

Tilpas kanal

Administrer videoer



Start Videoer Live Playlister Fællesskab 🔍

## Til dig



4-dages arbejdsuge, effektivitet og bedre møder hos Abtion, med Bo Kønskov Hansen

154 visninger · for 3 uger siden



10 dårlige undskyldninger for ikke at sige op

409 visninger · for 10 måneder siden



Modstand mod forandringer Her er årsagerne

119 visninger · for 1 måned siden

## Videoer ▶ Afspil alle



4-dages arbejdsuge, effektivitet og bedre møder...



Forventningsplakaten - Tip #21 til arbejdsglæden



Dagens glade collage - Tip #22 til arbejdsglæden



Kend din retning - Tip #20 til arbejdsglæden



Modstand mod forandringer Her er årsagerne



# ISLANDIA.

Septentrio

BLOE.

Meridies

*Dracopus Reg. et Belgae dromed.*  
*A. D. 1583.*

ILLVSTRISS. AC POTENTISS.  
REGI FREDERICO II DANIAE,  
NORVEGIAE, SLAVORVM, GO  
THORVMQVE REGI, ETC. PRIN  
CIP I SVO CLEMENTISSIMO.  
ANDREAS VELLEIVS  
DESCRIBEB. ET DEDICABAT.





# Tag handling



- Beslut dig for 1 til 3 ting du vil gøre i dagligdagen
- Små ting!
- Start en vane



Derfor  
arbejdsglæde



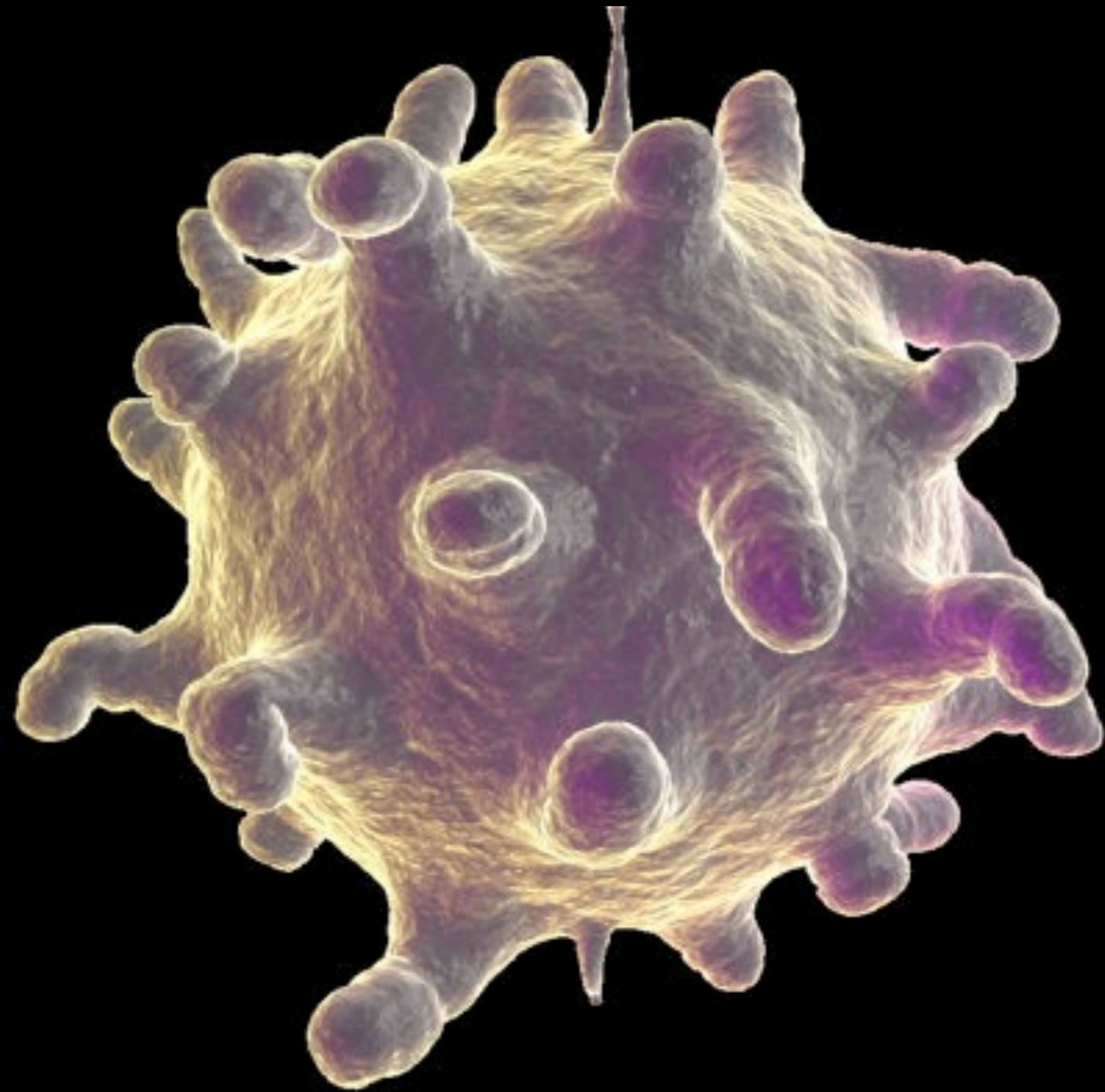


36.8°C



OMRON







# Produktivitet:

...glade læger er 19% hurtigere til at stille en præcis diagnose...

*Fra bogen The Happiness Advantage, af Shawn Achor*





Kilderne til  
arbejdsglæde



# Refleksion



Tænk på en god  
oplevelse på  
jobbet











# Arbejdsglædedræbere

- Rod i rammer og vilkår



# Rod i rammer og vilkår





# Arbejdsglædedræbere

- Rod i rammer og vilkår
- Manglende anerkendelse

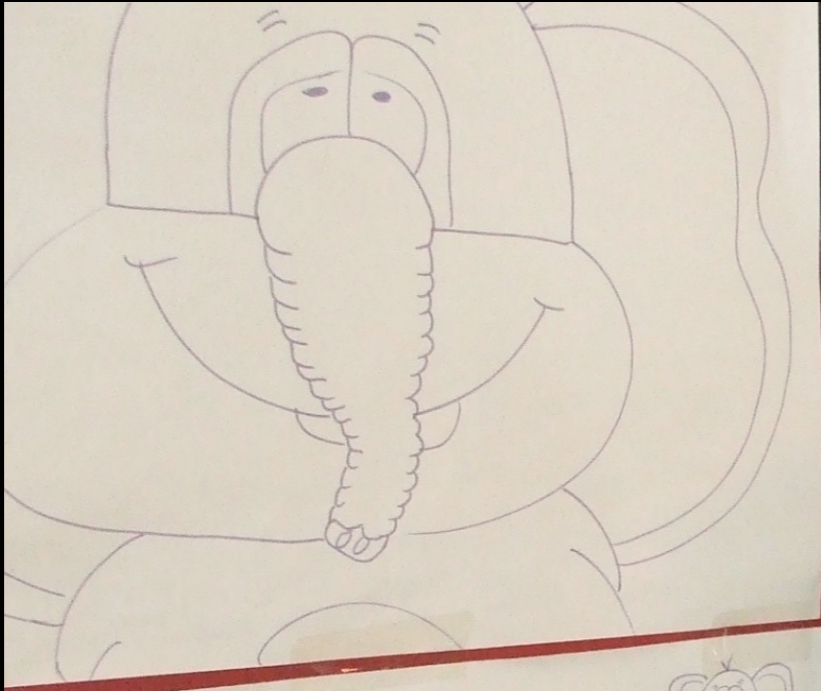



# Anerkendelse





# #33 Elefantordenen



LEFANT-ORDENEN 

SADAN GØR DU:

- ⇒ ALLE KAN UDDELE
- ⇒ GIV TIL EN KOLLEGA, F.EKS:
  - NÅR DER ER GJORT NOGET GODT
  - NOGET FAGLIGT SMART
  - NOGET EKSTRA
  - NOGET DER GØR DIG GLAD
  - GJORT DET NEMMERE

STÅ PÅ SKRIVEBØRDET, I DAG OG NESTE DAG  
KOLLEGAEN HVORFOR DEN?



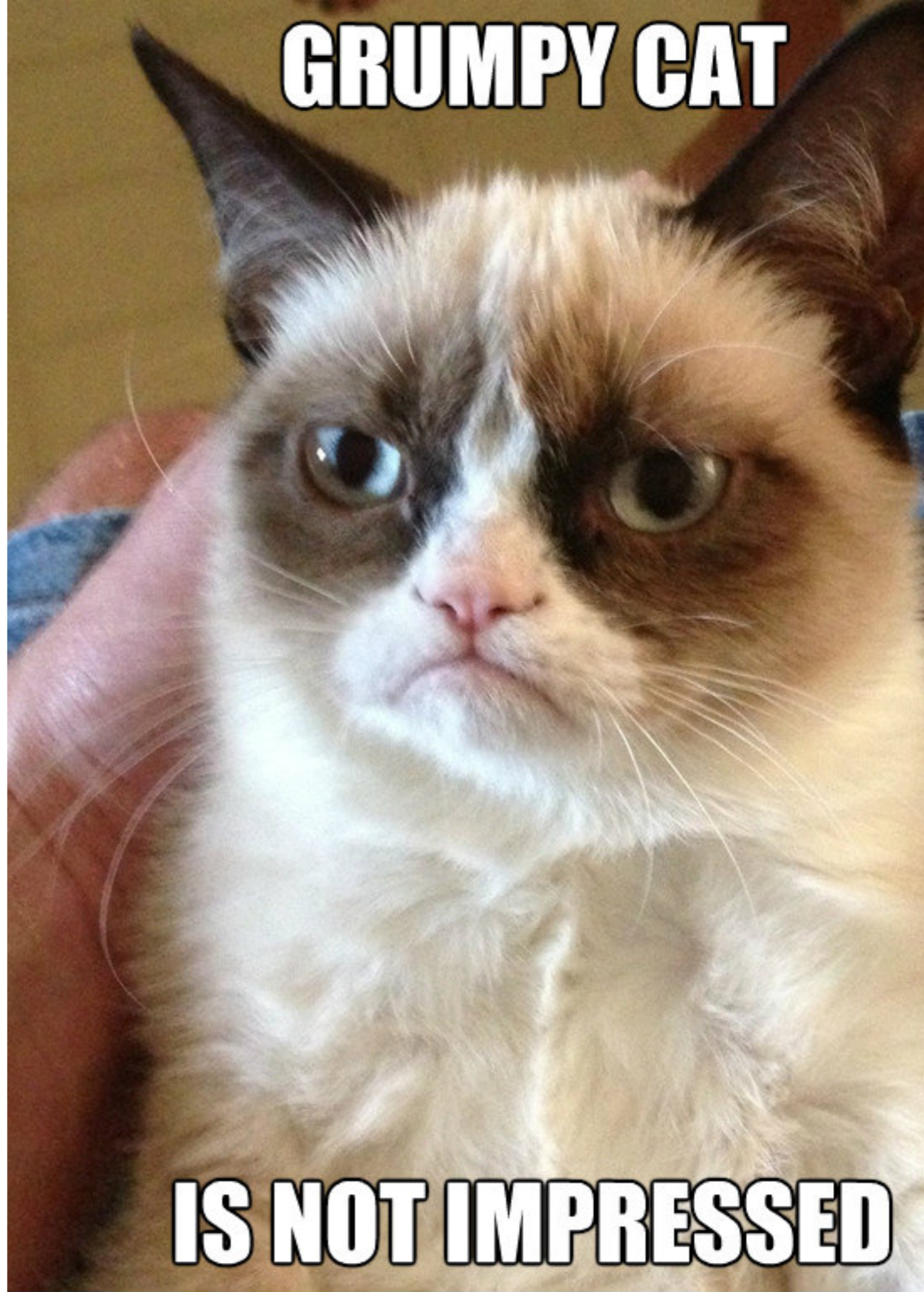


# Arbejdsglædedræbere

- Rod i rammer og vilkår
- Manglende anerkendelse
- Brok fra kolleger



# Offertrøjen



**GRUMPY CAT**

**IS NOT IMPRESSED**





Anmeldelse på vej (YouTube)



# Gode kolleger





# OPG: “Hvad sætter du allermest pris på ved en god kollega?”

- Tegn en kollega
- Beskriv den gode (ideelle!) kollega
- Tag noter / fremlæg





# #2 Inviter på DATE





# Kaffe over telefonen





# #57 Byt job





# #18 Hjælpende hænder







Faldgruben:  
“Nu må vi  
vente og se...”

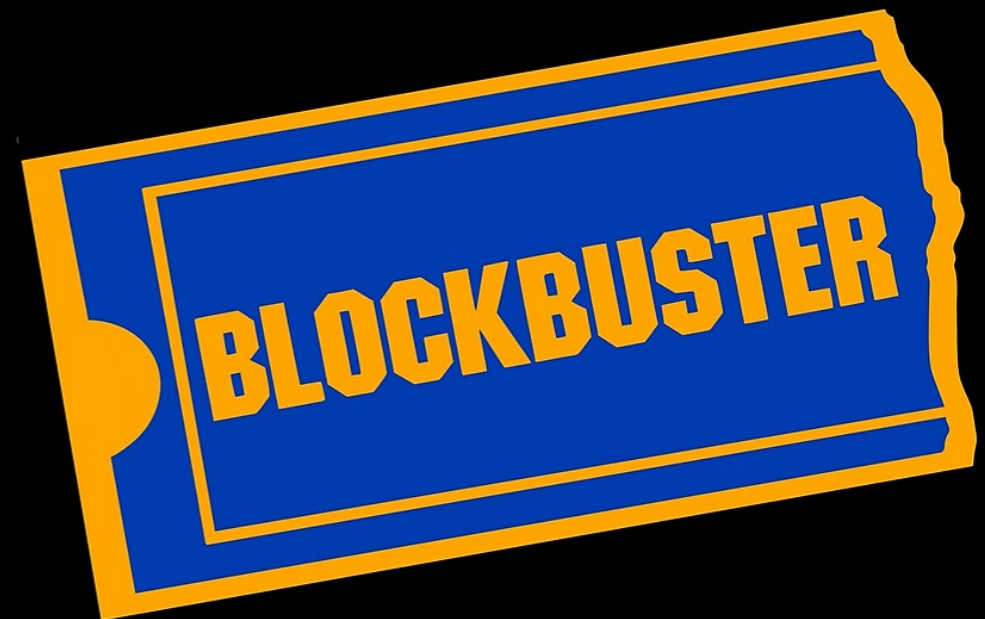








# Forandringer







Forandringer



FONA



# Frygt og usikkerhed

- Det ukendte
- Forringede kompetencer
- Statustab
- Mistede relationer





1874 "Star" Buick  
This carriage was built in  
the early 1870s and is one of  
the earliest examples of a  
motorized passenger vehicle.  
It was built by the Buick  
Brothers in Detroit, Michigan.  
The carriage is made of  
steel and has a canopy  
to protect the passengers  
from the sun and rain.  
It is a very early example  
of a motorized passenger  
vehicle and is a very  
important part of the  
history of the automobile.

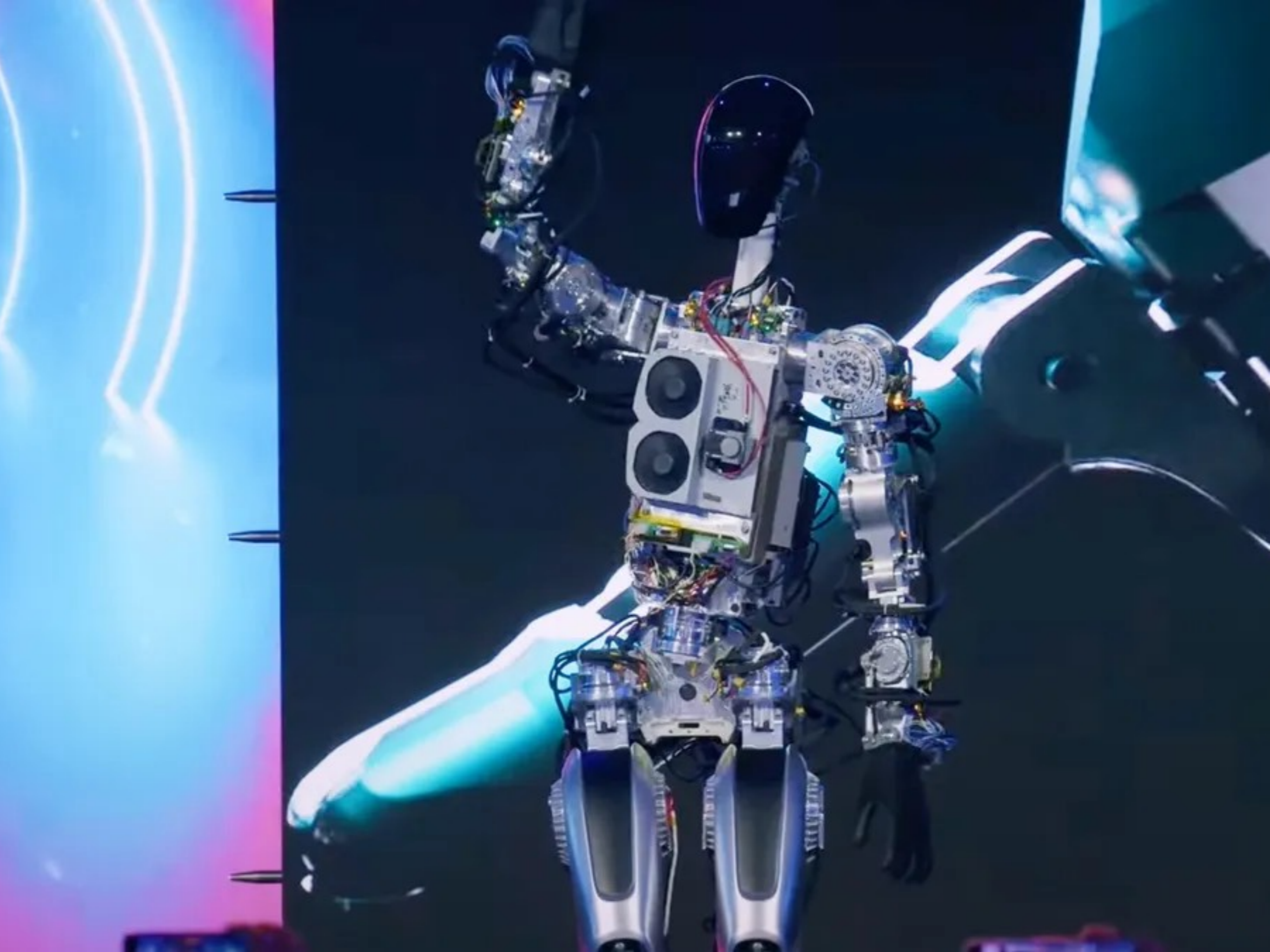
This Vehicle Adopted By:  
Western Lake Erie Chapter SDC



TESLA

















Nøglen:  
Lyst til at hoppe  
ned





# Kultur









# Tag handling



- Beslut dig for 1 til 3 ting du vil gøre i dagligdagen
- Små ting!
- Start en vane



# Fejre succeser









# KLUB TRIVSEL

For alle der arbejder for en bedre arbejdsplads.

BLIV MEDLEM NU.



## 15 ÅRS ARBEJDE FOR ØGET ARBEJDSGLÆDE

accenture



BILKA



BES

Danske Bank

Deloitte.



Gildhøj

HMMN







# Redskabskassen

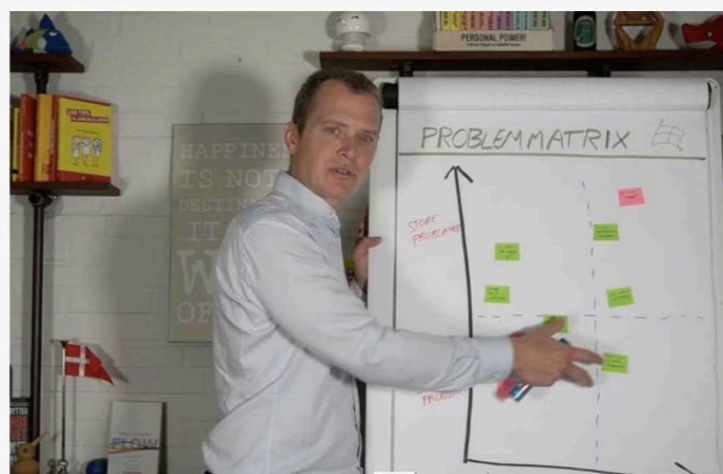
## Problemmatrix (video)

**NYT august 2021:** Involvering af kollegerne i at kortlægge problemer kan være en genvej til at opdage lavthængende frugter og engagere flere i aktiv problemløsning.

**Problemmatrix**, som forklares i videoen her, er et enkelt og stærkt redskab til brug ved gruppearbejder, f.eks. når der skal udvælges indsatsområder efter en MTU (medarbejdertilfredshedsundersøgelse).

Regn med at bruge 45-60 minutter fra I starter til der er samlet op.

Du kan instruere deltagerne på 3-4 minutter, alternativt kan alle se videoen her. Der skal bruges plancher til grupperne, og PostIts og tuscher *til alle*.



## Mig-planchen - lær hinanden at kende

Bedre kollegaskab => Bedre samarbejde og resultater.

Jon taler kort om værdien af at lære mere om





Vidensbibliotek

**Klub Trivsel interviews**

Webinar-arkiv

Originale lektioner

Cases

Litteraturliste og boganmeldelser

Lær af de bedste - foredrag fra nettet

Rapporter og undersøgelser

Litteratur fra Jon.dk

# Interviews - lær af de bedste

Interviews på denne side af lavet af Jon, for Klub Trivsel. Hele eller delvise interviews kan være udgivet i podcastform, på YouTube m.m., men kun i Klub Trivsel får du de fulde videoversioner.



**NYT: Kultur, ledelse og virksomhedssammenlægning, med MaxiZoo's Bo Demant**

Hos MaxiZoo har ledelsen aktivt arbejdet med at skabe en kultur af

Det af

på tur,

Se videoen og tag snakken i jeres arbejdsmiljøorganisation eller i ledergruppen: Hvor inspirerer dette os i vores eget arbejde med at understøtte medarbejderne i deres arbejde med at tjene kunderne?

Tilføjet november 2021

**Prisen:**  
**Har jeg droppet...**

at kommunikere og dele succeser.



## Mission Arbejdsglæde

I seks moduler - designet til at blive fulgt over seks uger - får du kort inspiration til arbejdsglæden, med tilhørende opgaver. Mini-kurset så dagens lys som en live kampagne med hundredvis af følgere - som medlem af Klub Trivsel kan du trække på materialet når det måtte passe dig.

🔔 Følger ▾



Alene eller sammen? Start her



Hvad kommer arbejdsglæde af?



Lidt ekstra til del 1



Godt kollegaskab er noget vi skaber



Lidt ekstra til del 2

**Prisen:**  
**Ja, det er gratis.**  
**[Jon.dk/klubtrivsel](https://jon.dk/klubtrivsel)**



# Arbejdsglæde - kultur laver vi selv

LIFA, 1. december 2023

med Jon Kjær Nielsen, Jon.dk & Klub Trivsel



Dagens materiale og mere:  
[jon.dk/lifa](https://jon.dk/lifa)