

Arbejdsglæde - kultur laver vi selv

Stråleterapien, 7. marts 2024
med Jon Kjær Nielsen, Jon.dk & Klub Trivsel

Dagens materiale og mere:
jon.dk/regionh



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

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

Tag handling



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

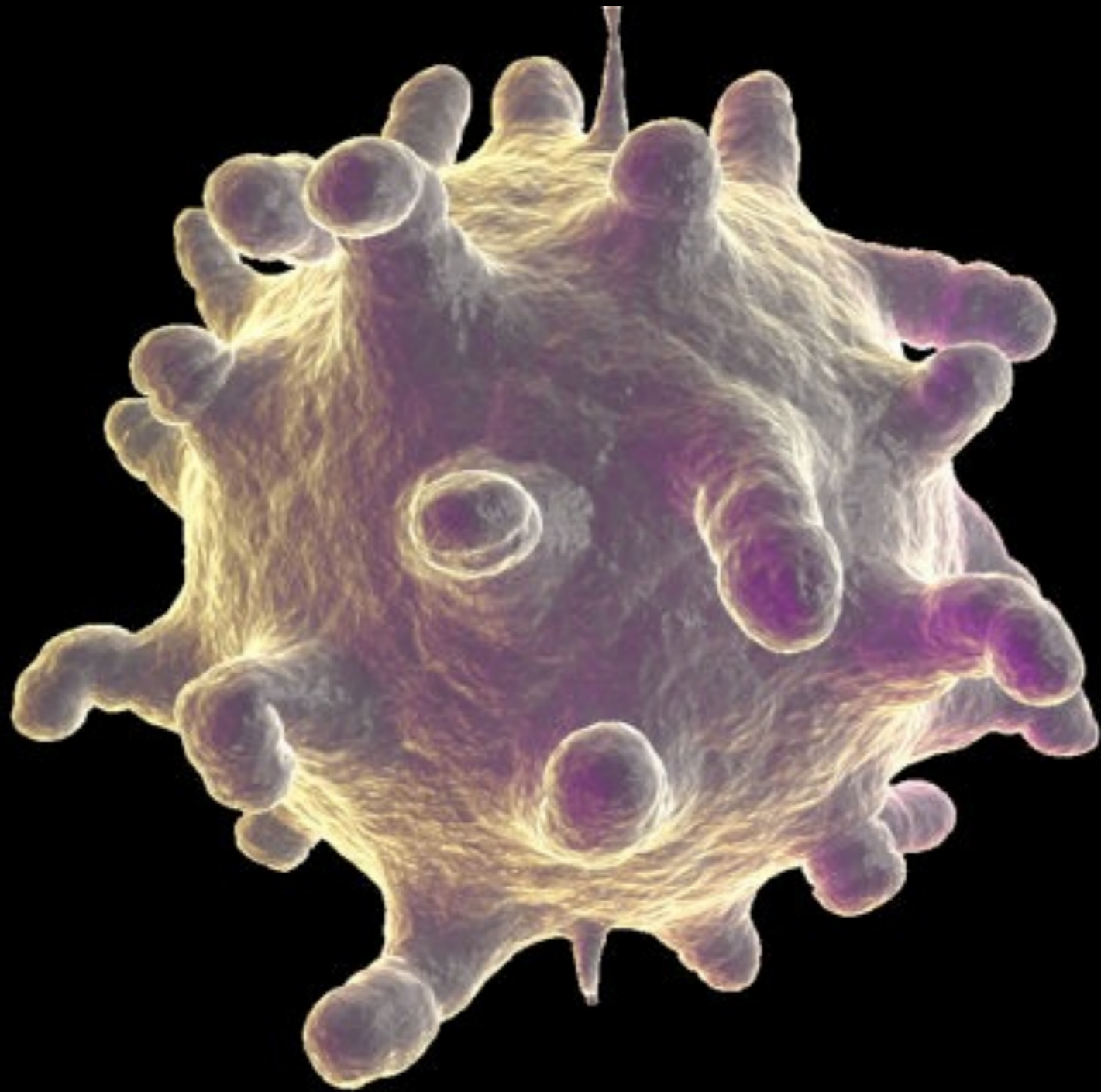
Derfor
arbejdsglæde



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



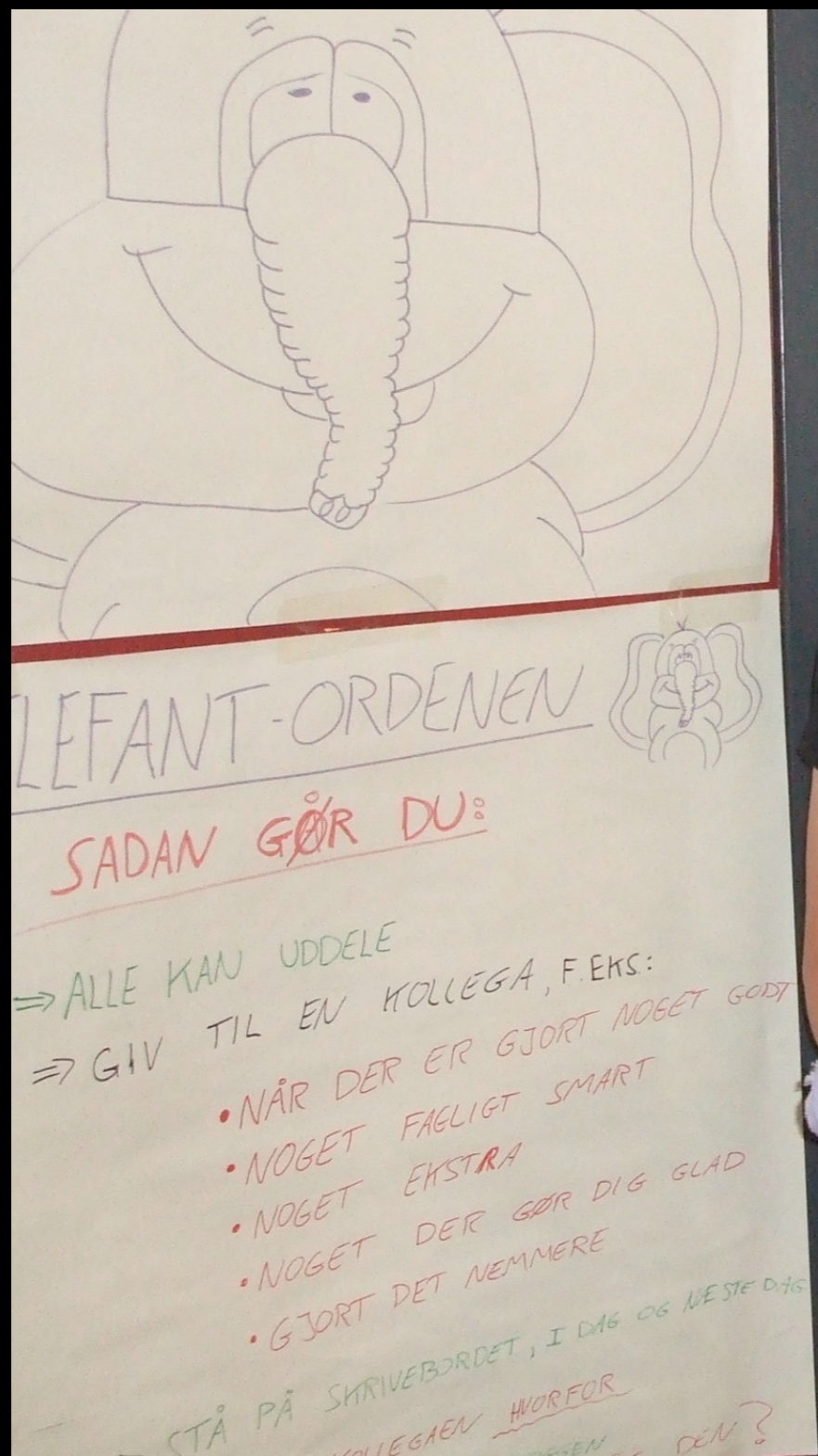
Arbejdsglædedræbere

- Rod i rammer og vilkår
- Manglende anerkendelse

Anerkendelse



#33 Elefantordenen



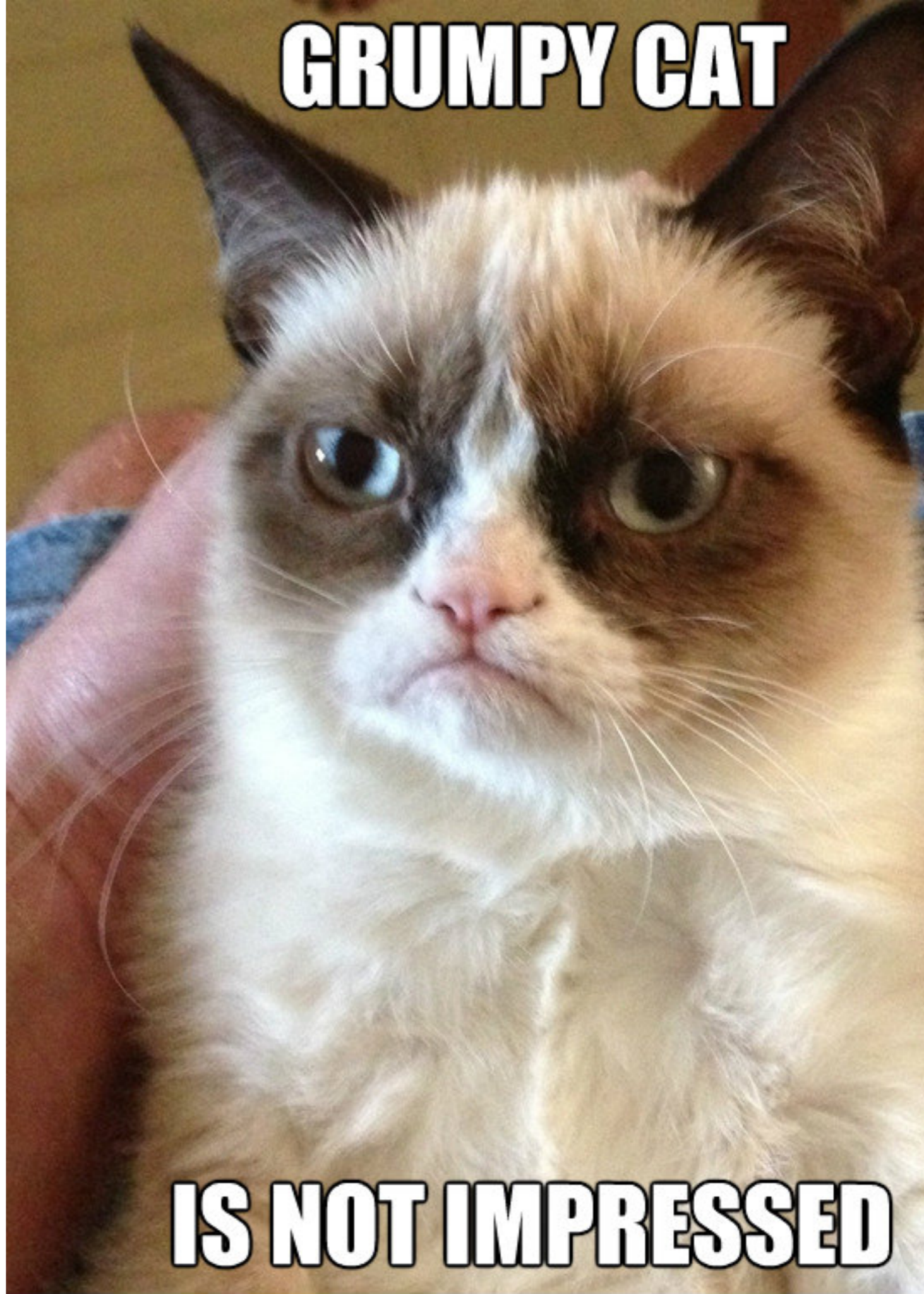
Har du rost din chef idag?



Arbejdsglædedræbere

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

Offertrøjen



GRUMPY CAT

IS NOT IMPRESSED



Anmeldelse på vej (YouTube)

Positiv psykologi

En af de seneste tyve års mest betydningsfulde opdagelser fra psykologien er, at individer kan vælge måden de tænker på.”

- Martin Seligman



H + T = V



Gode kolleger



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

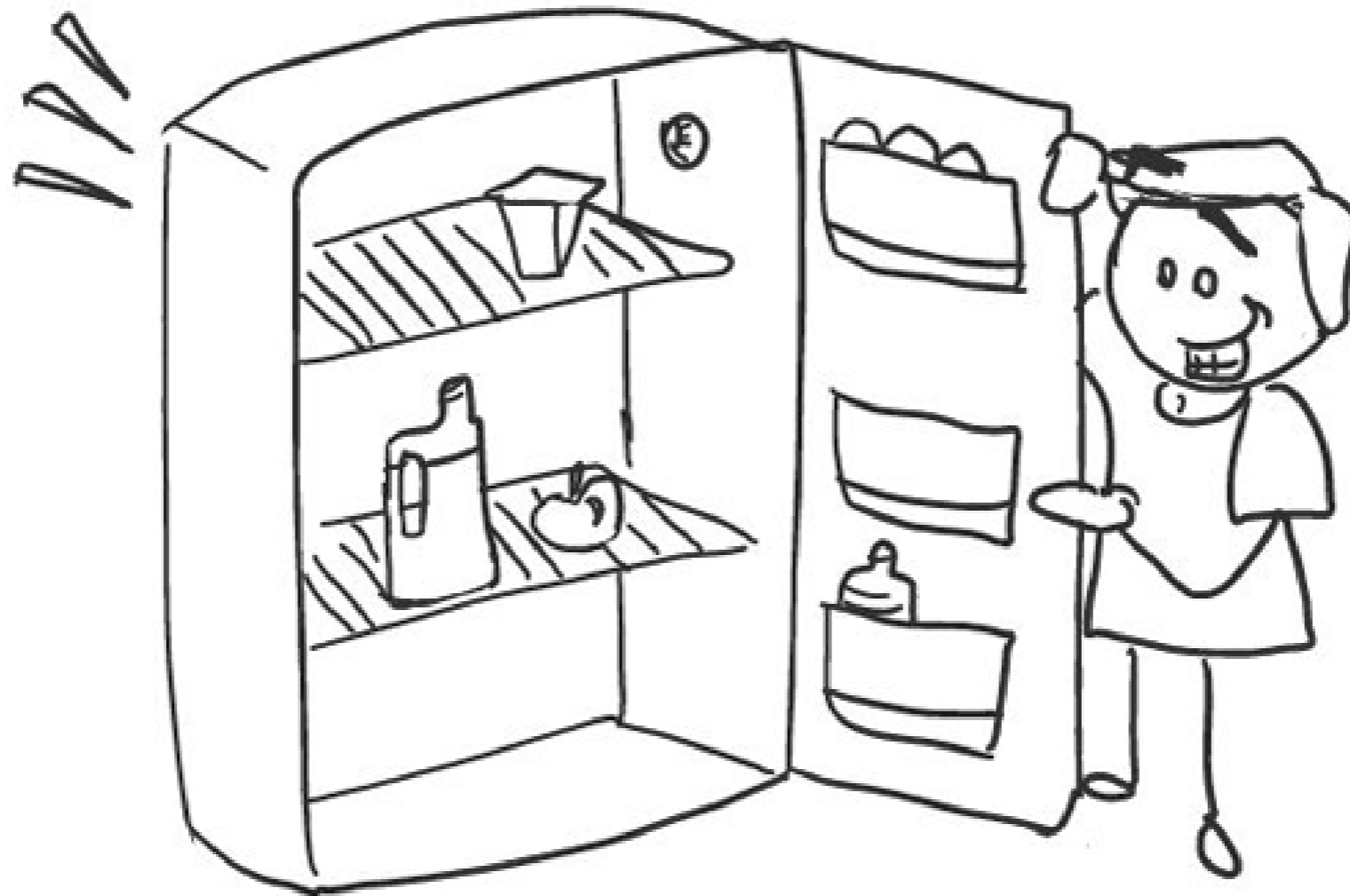
- Tegn en kollega
- Beskriv den gode (ideelle!) kollega
- Tag noter / fremlæg



#2 Inviter på DATE



#53 Vis os dit køleskab



#57 Byt job



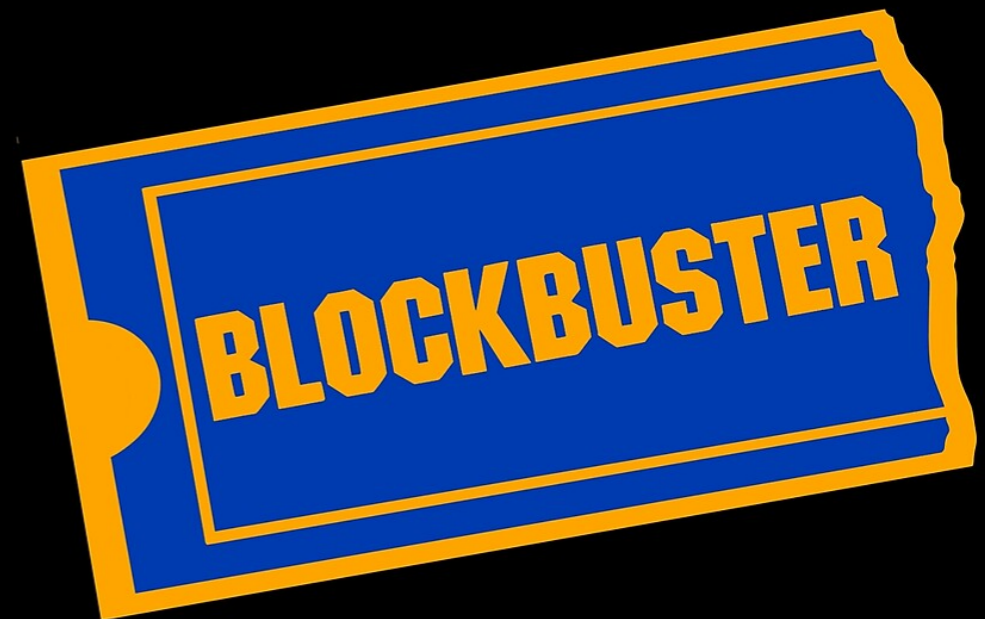


Faldgruben:
“Nu må vi
vente og se...”





Forandringer





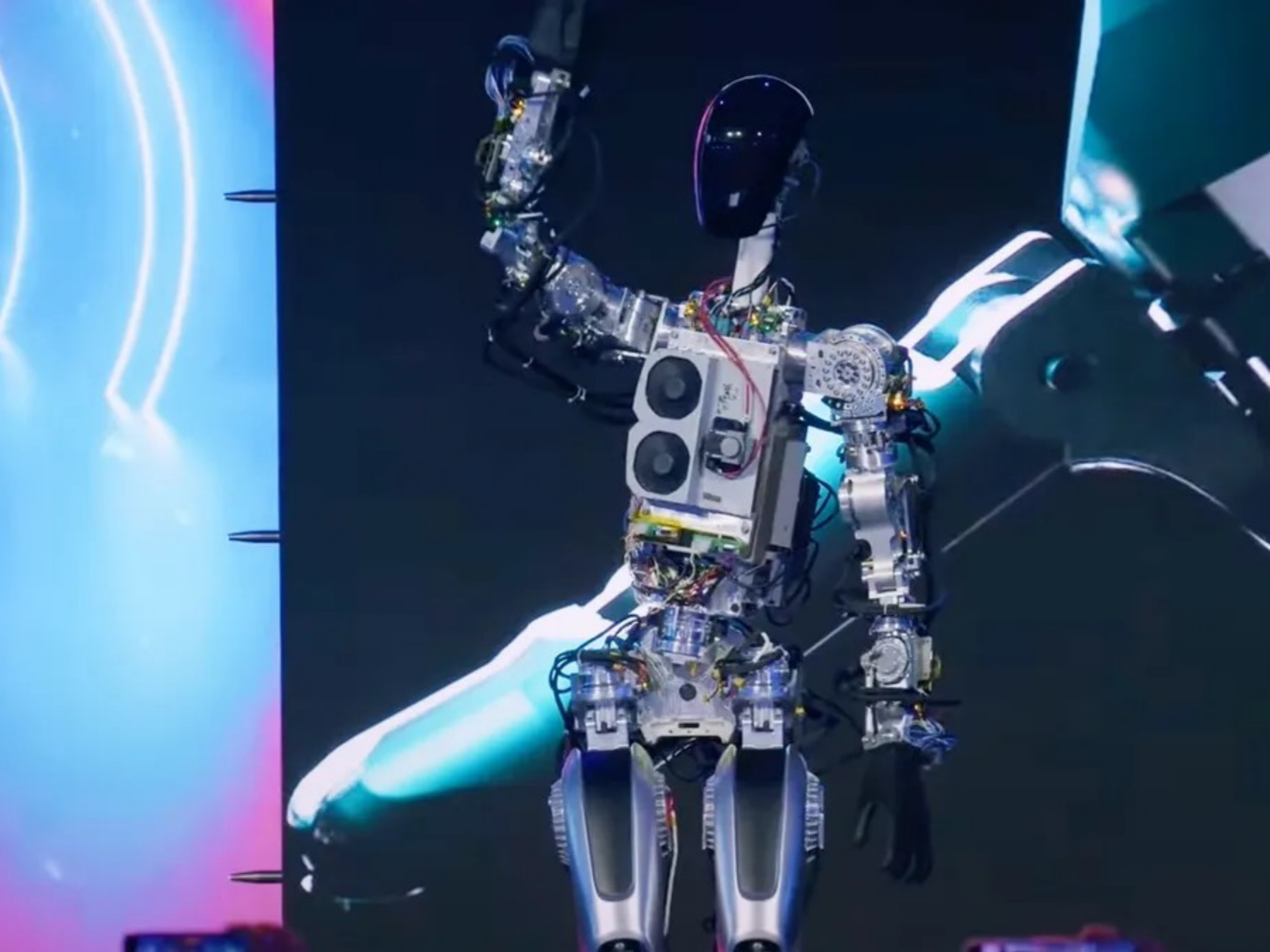
Forandringer



FONA

Frygt og usikkerhed

- Det ukendte
- Forringede kompetencer
- Statustab
- Mistede relationer





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 succseser





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

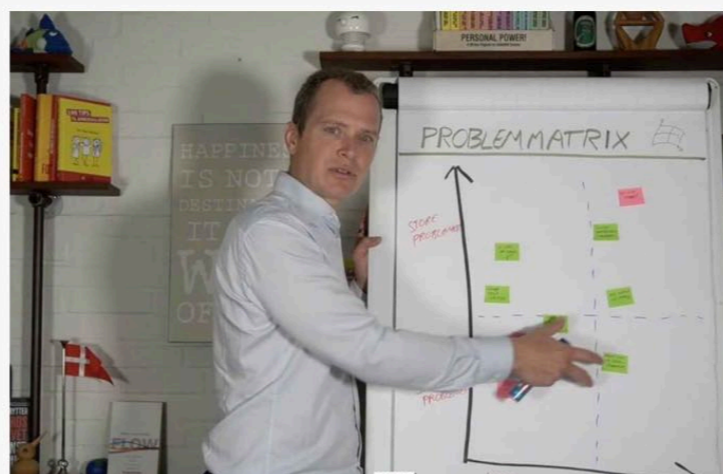
Problemmatrix (video)

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



Webinar 9, Personlig effektivitet, del 3 - Arbejdspladsens udfordringer

29. marts februar 2022: Webinar #9 bygger ovenpå #7 og #8, men vender blikket fra den enkelte til de udfordringer der ses bredt på arbejdspladsen.

Webinaret kommer omkring:

- Manglede engagement
- Uklare mål og forventninger
- Manglende feedback
- Forkerte kompetencer til jobbet
- Forstyrrelser
- Intet fokus eller flow
- Tid spildt i møder
- E-mail (berørt kort)

Emnet kan diskuteres i [denne tråd](#) i Forum.



Bonusmaterialer fra Jon:
Gratis Klub Trivsel -medlemskab til jer (værdi 1000,- pr. person)

Gå til jon.dk/klubtrivsel

Køb "Premium" og brug kampagnekoden: REGIONH - så koster det 0 kr.



Arbejdsglæde - kultur laver vi se

Stråleterapien, 7. marts 2024
med Jon Kjær Nielsen, Jon.dk & Klub Tr

Dagens materiale og mere:
jon.dk/regionh

Bonusmaterialer fra Jon:
Gratis Klub Trivsel -medlemskab
til jer (værdi 1000,- pr. person)

Gå til jon.dk/klubtrivsel

Køb "Premium" og
brug kampagnekoden: REGIONH
- så koster det 0 kr.

