

Arbejdsglæde

- Kultur skaber vi selv!

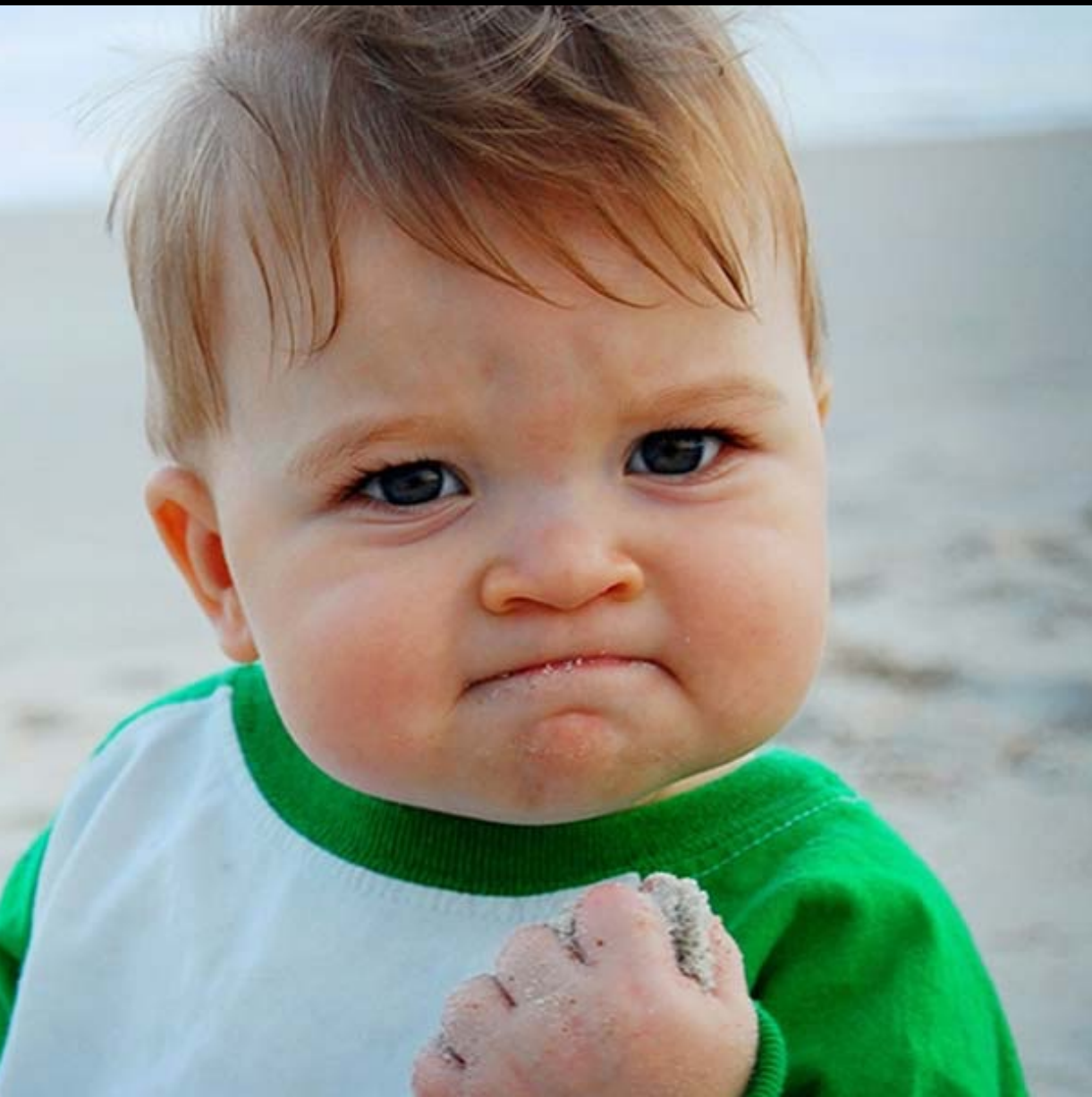
FOA Frederikssund, 9. marts 2022

med Jon Kjær Nielsen, Jon.dk & Klub Trivsel

Dagens materiale og mere:
jon.dk/foa



Tag handling



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







Jon Kjær Nielsen -
Foredragsholder &
Forfatter

Civilingeniør, 2002.
Tidl. HR-specialist.

Foredragsholder og
konsulent fra 2006.

Motorcyklist, læsehest,
hobbykok, podcast vært





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.



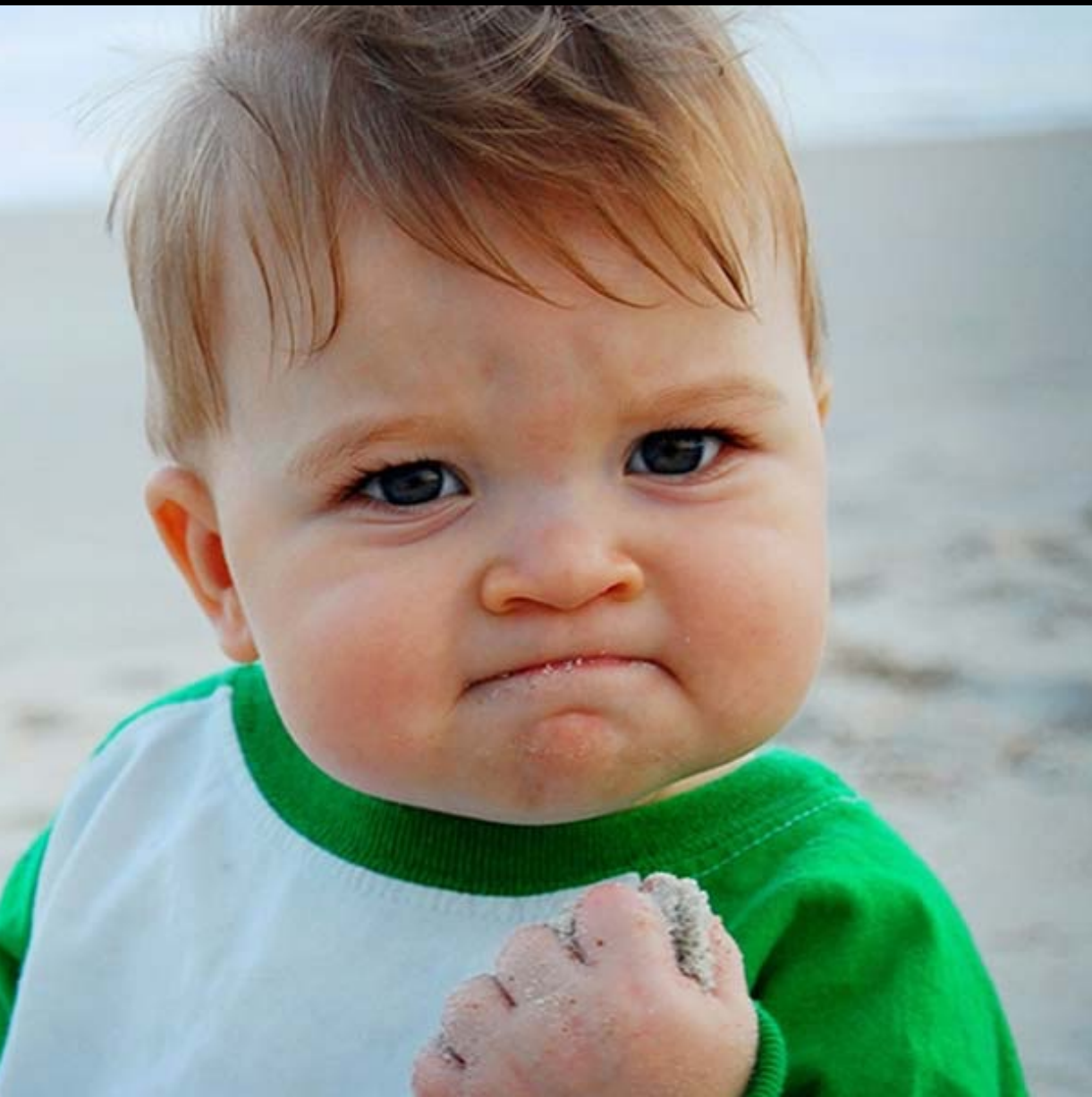
Gildhøj



***“Guldet vindes i
hverdagen”
- Kasper Hjulmand,
landstræner og tidl. mester
med FC Nordsjælland***



Tag handling



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



Derfor
arbejdsglæde

“Et bedre sted at være
er et bedre sted”

Produktivitet

Service

Teamwork

Sygefravær

Salg

Personaleomsætning

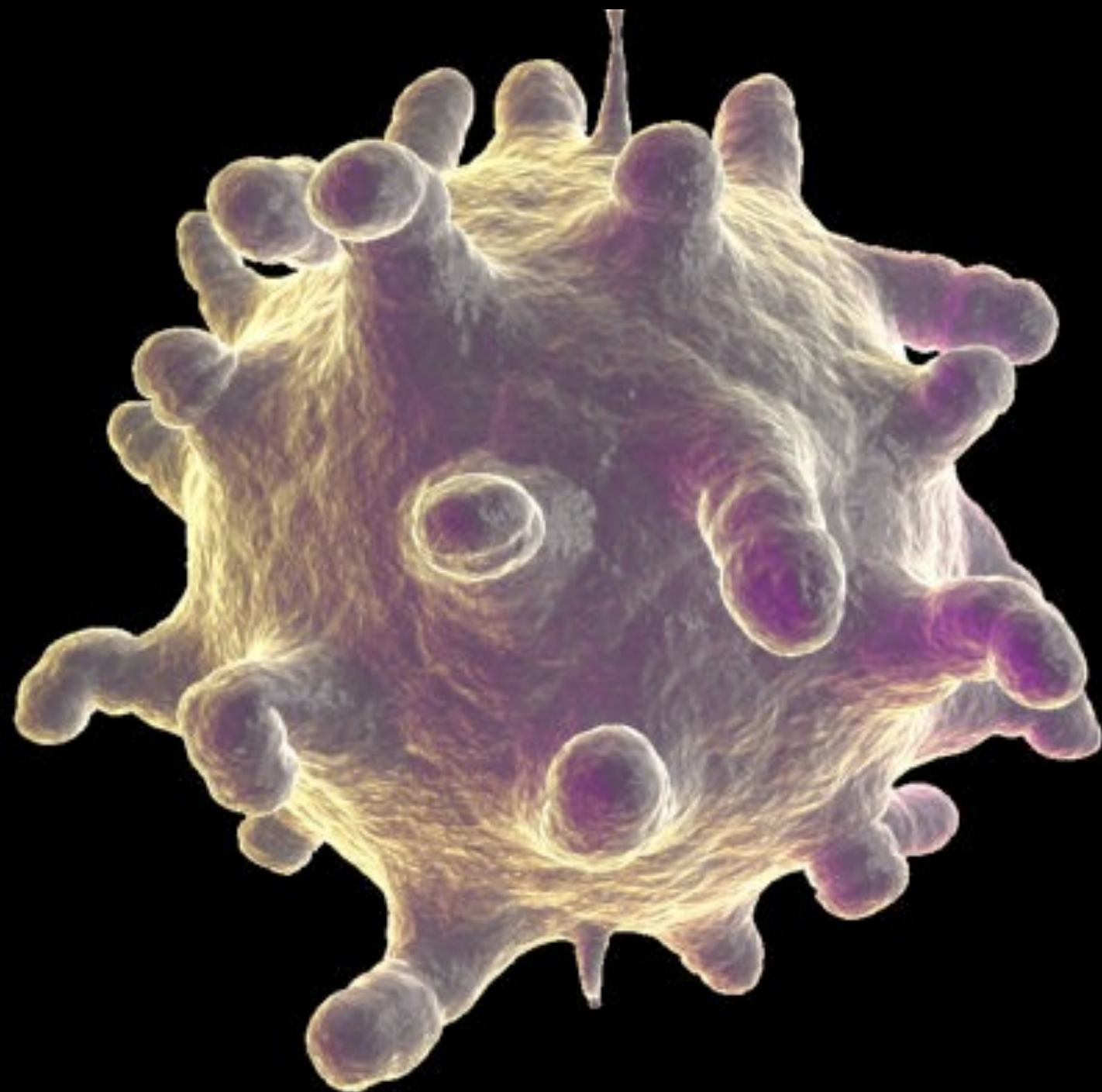
Kreativitet

Ledelse

Forandringsparathed

Indlæring





Produktivitet:

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

Fra bogen The Happiness Advantage, af Shawn Achor



Neurointensivt terapiafsnit



Neurointensivt terapiafsnit

Sygefravær:
15% -> 2%



**Neurointensivt
terapiafsnit**

**Sygefravær:
15% -> 2%**

**Årlig besparelse:
Kr. 2+ mill.**



Kilderne til arbejdsglæde

Refleksion

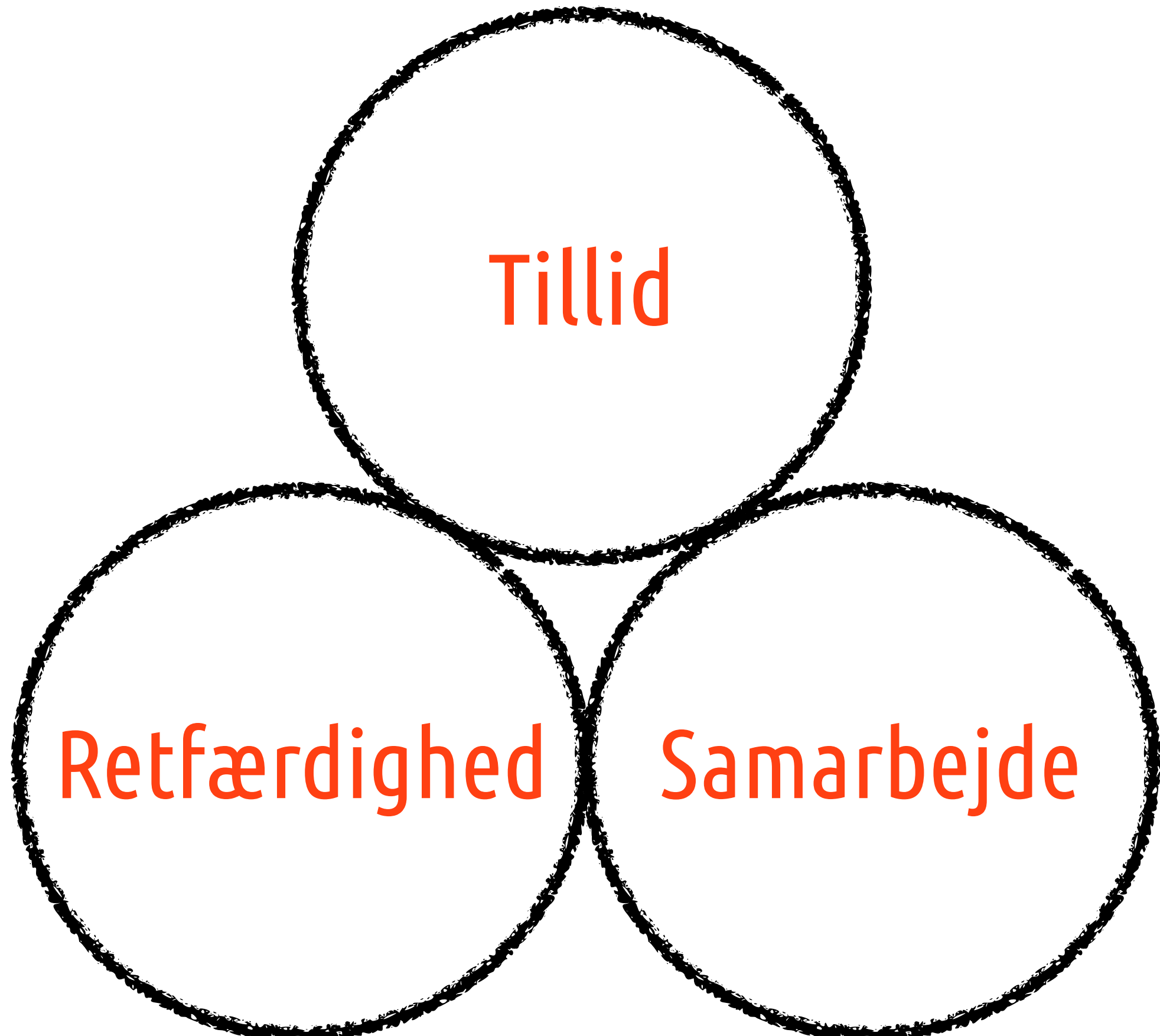


Tænk på en god
oplevelse på
jobbet





Social Kapital



Gode kolleger



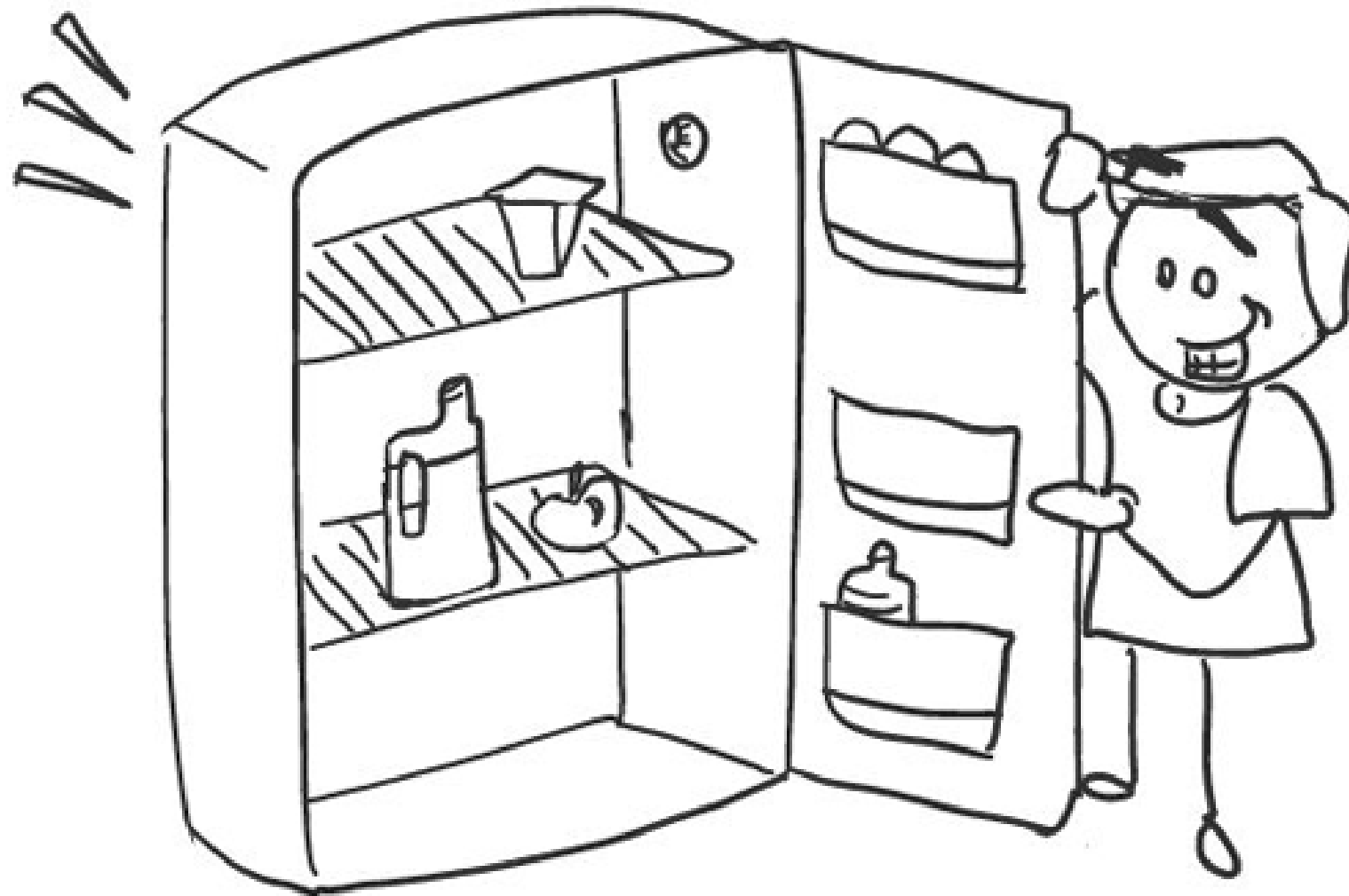
#2 Inviter på DATE



Kaffe over telefonen



#53 Vis os dit køleskab



#26 Udklædningsdag



#57 Byt job



#18 Hjælpende hænder



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

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



Anerkendelse



Arbejdsglædedræbere

- Rod i rammer og vilkår

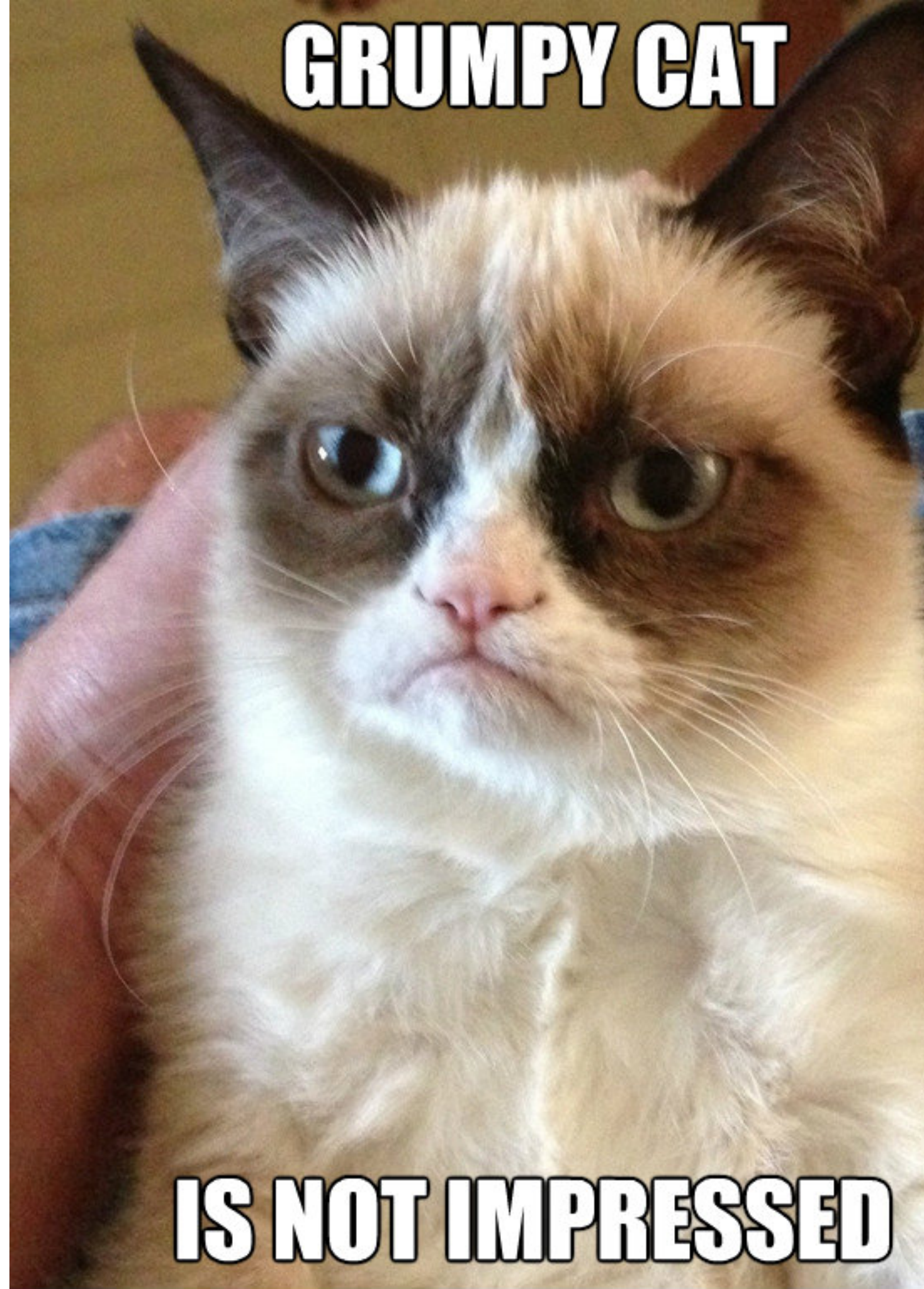
Rod i rammer og vilkår



Arbejdsglædedræbere

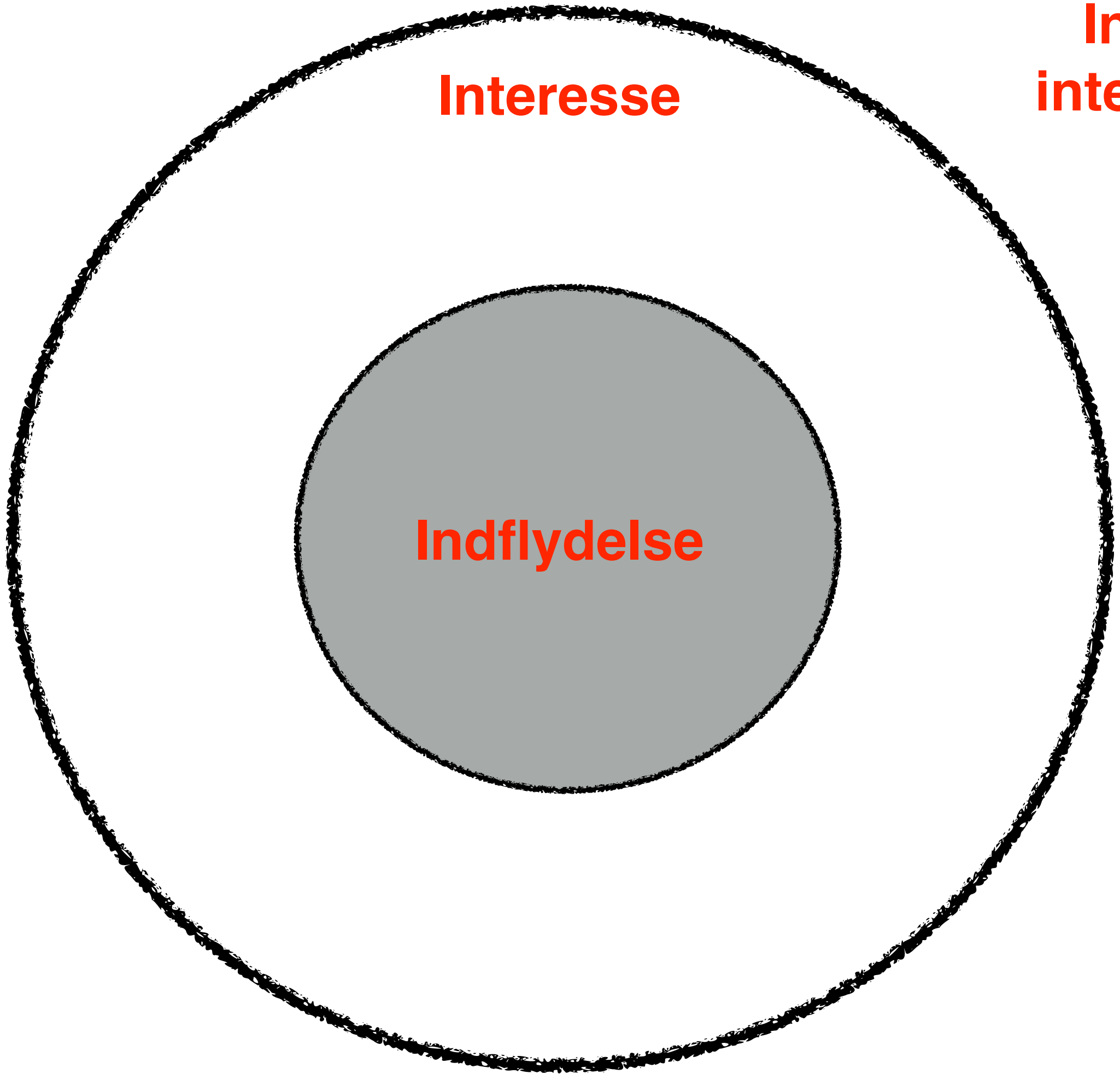
- Rod i rammer og vilkår
- Manglende anerkendelse
- Brok fra kolleger

Offertrøjen



GRUMPY CAT

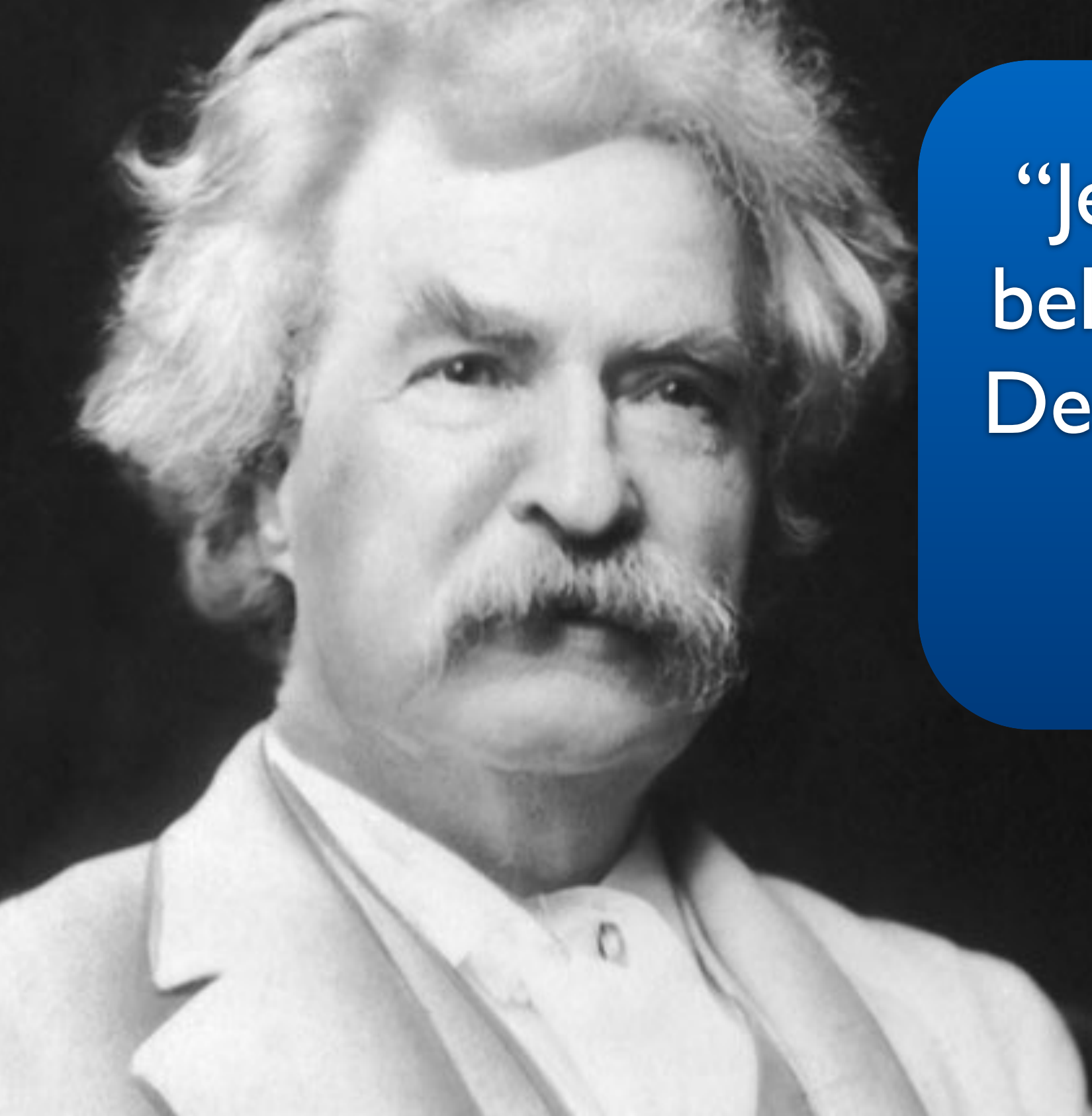
IS NOT IMPRESSED



Interesse

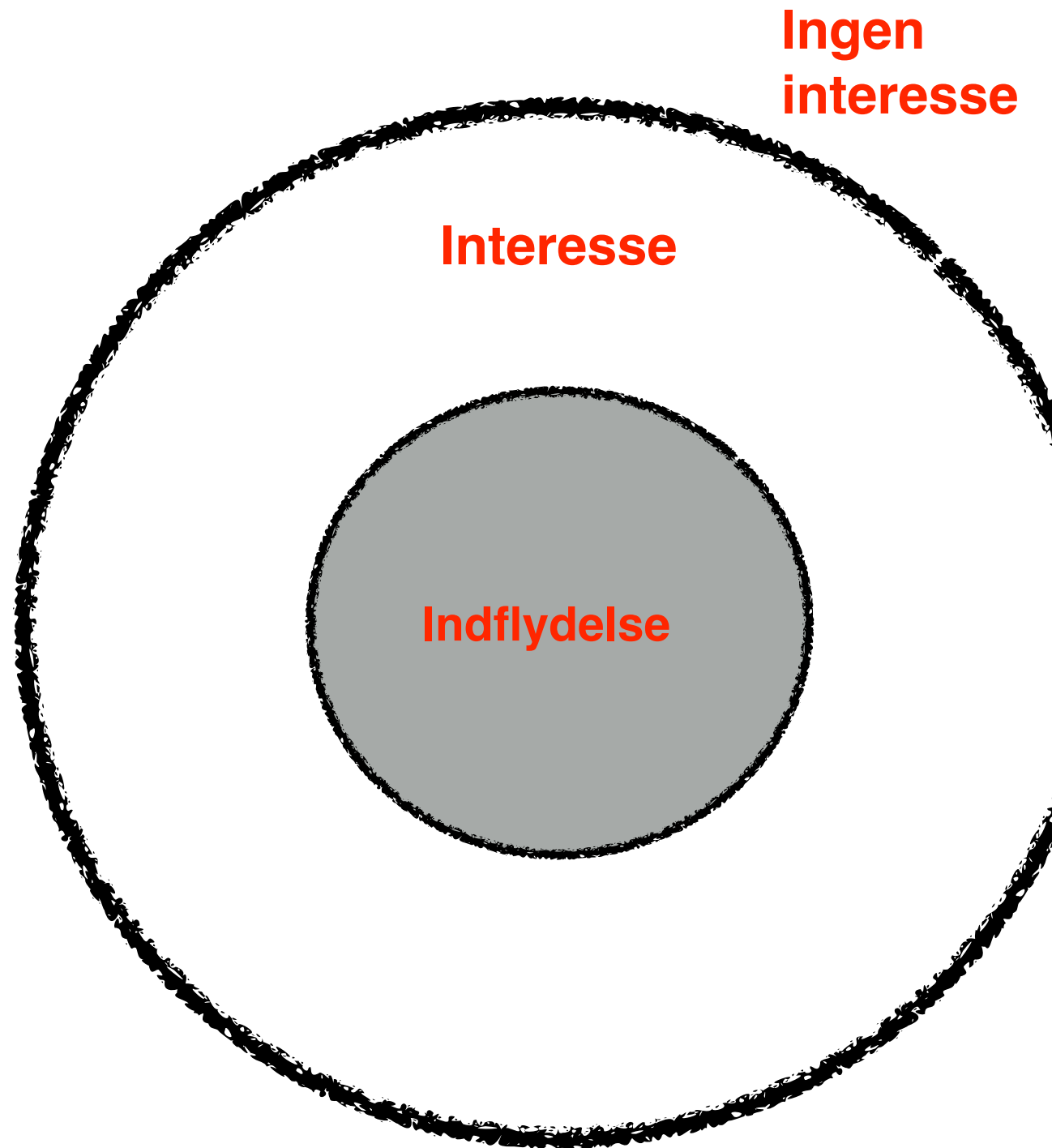
**Ingen
interesse**

Indflydelse



“Jeg har haft mange
bekymringer i mit liv.
De fleste af dem blev
ikke til noget”
- Mark Twain

At bekymre
sig om det
rette



Leveregel: Intet er
nogensinde nogens skyld



Positiv psykologi

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

- Martin Seligman



$$H + T = V$$



Kultur





**‘Culture eats
strategy for
breakfast’
- Peter Drucker**





Ohnos cirkel

Spørg
“hvorfør?”



#83 Lyt til de nye



Positivt udsyn, retningsfølelse



**BEST TIME
EVER TO GET
BRACES!**



Smile at the World
ORTHODONTICS

SmileAtTheWorld.com



LAMAR

Positiv psykologi

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

- Martin Seligman



Optimisme





Leverregel:
Der er ingen
nye problemer

Hvad gik godt?





#22 Dagens glade kollage



#69 Start møder positivt



#33 Elefantordenen

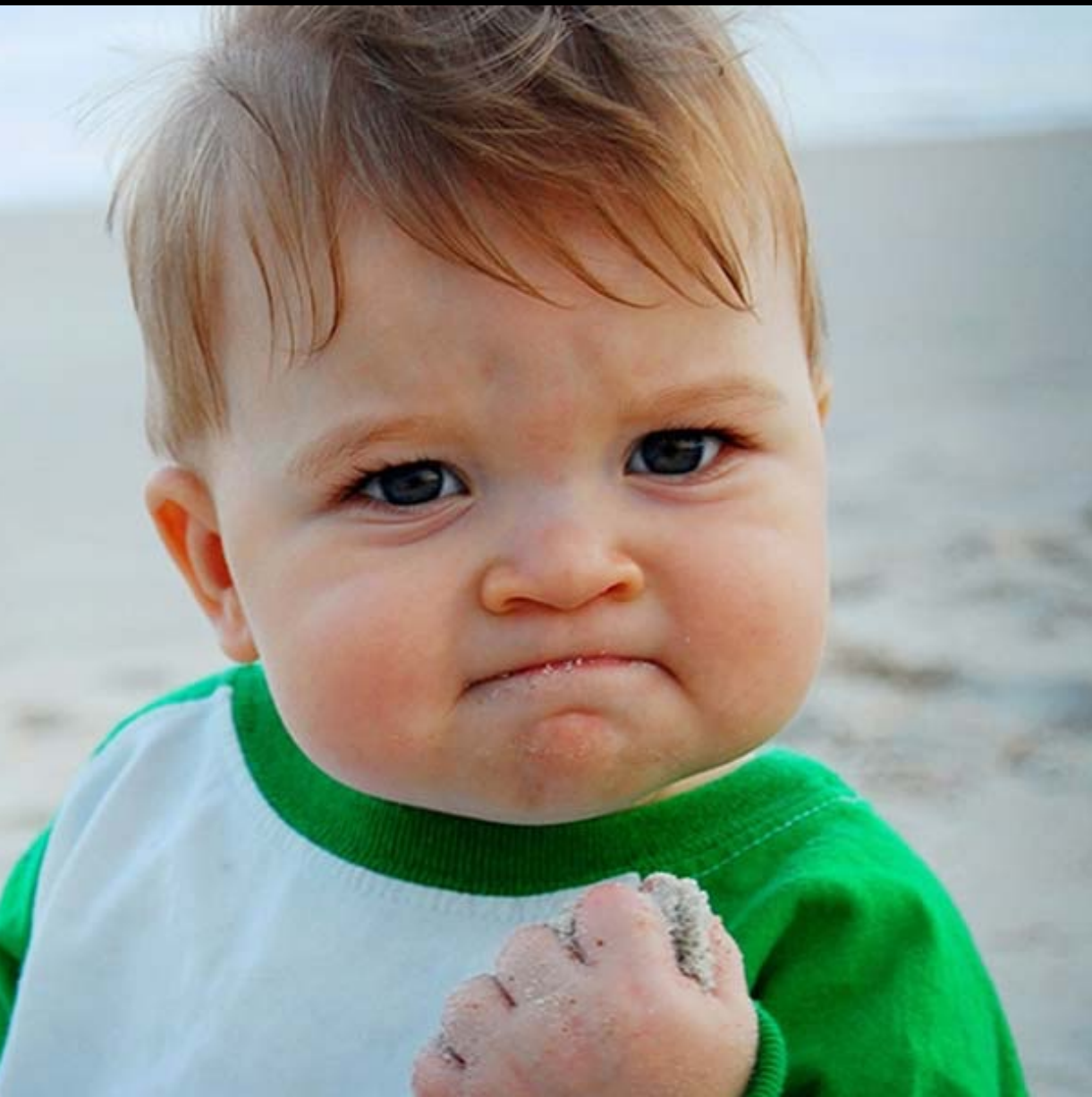


Fejre succesar





Tag handling



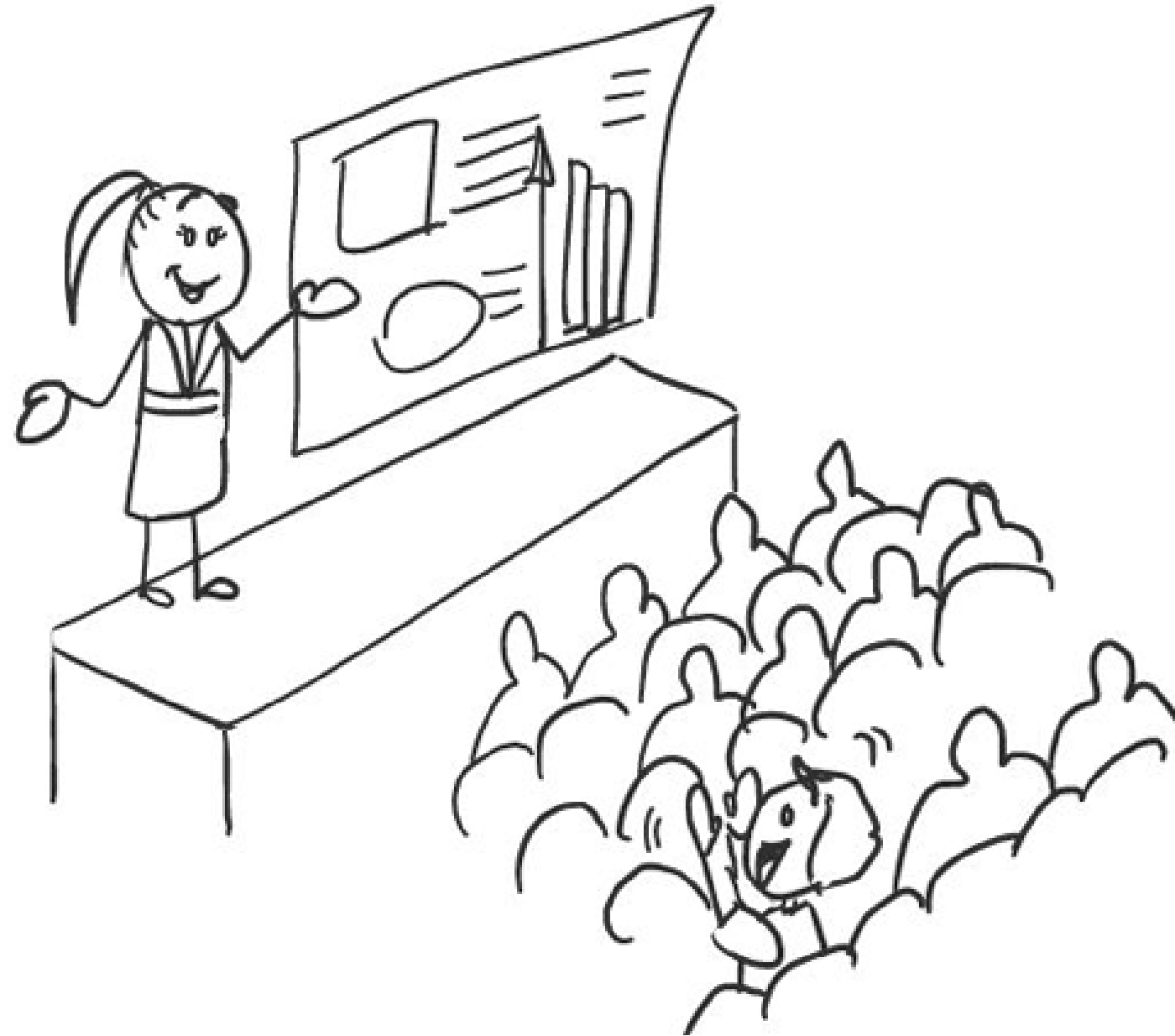
- Beslut dig for 1 til 3 ting du vil gøre i dagligdagen
- Små ting!
- Start en vane

**Så-kan-det-
også-være-lige-
meget-effekten**

I GIVE UP



#58 Ambassadører



#88 Tag kritikere i ed



Arbejdsglæde

- Kultur skaber vi selv!

FOA Frederikssund, 9. marts 2022

med Jon Kjær Nielsen, Jon.dk & Klub Trivsel

Dagens materiale og mere:
jon.dk/foa

