

# Arbejdsglæde,

- den gode kultur laver vi selv  
Virumgård, november 2021  
med Jon Kjær Nielsen, Jon.dk & Klub Trivsel

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















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





# Mission Arbejdsglæde

6 ugers kursus

Hver uge:

10 minutters video +  
opgave til hverdagen

Minikursus i 6 dele

Mission Arbejdsglæde

et Klub Trivsel kursus fra

Del 2: Det gode kollegaskab

Gratis  
6-ugers videokursus

Mission Arbejdsglæde

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

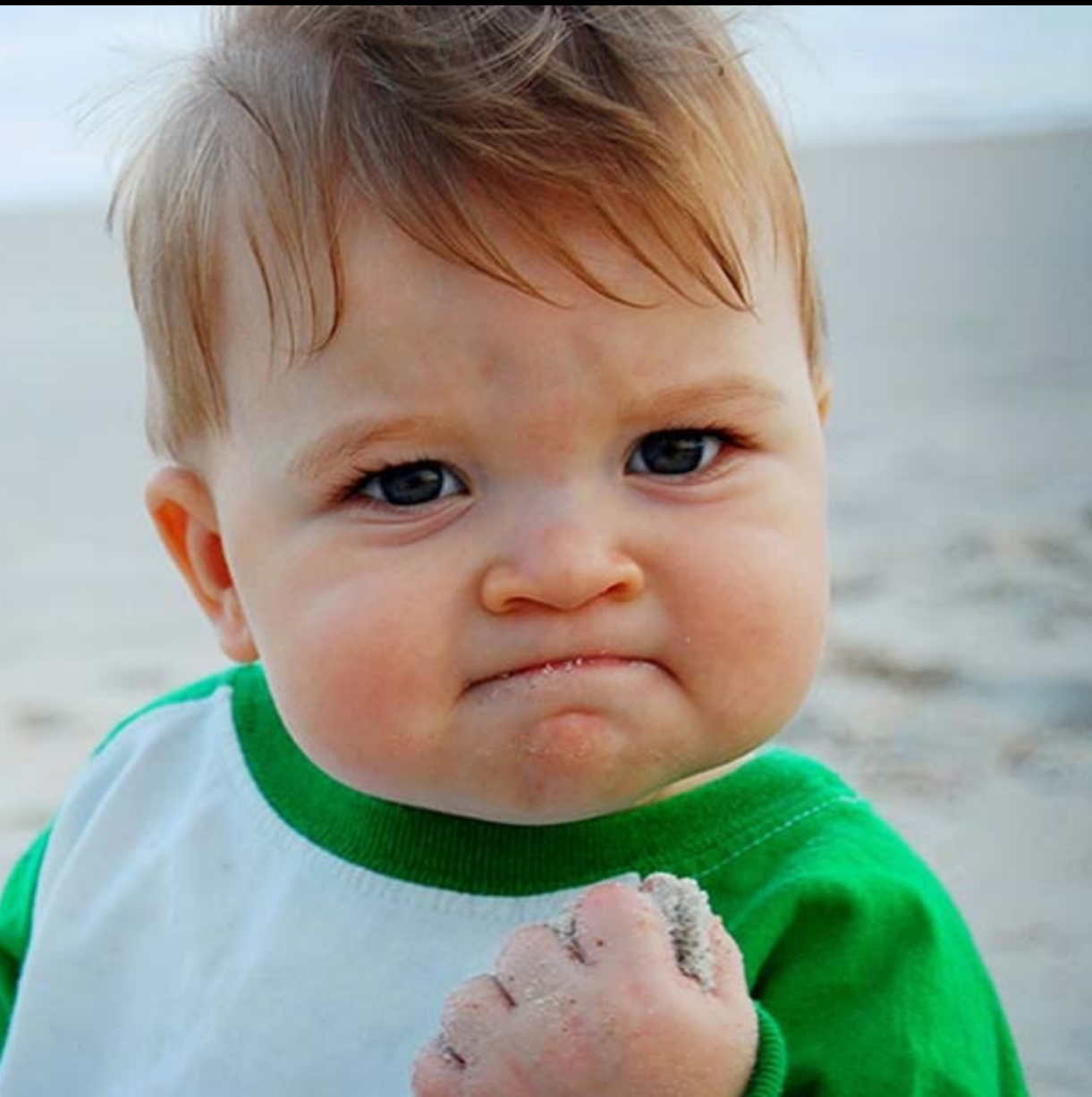


***“Guldet vindes i  
hverdagen”  
- Kasper Hjulmand,  
landstræner og tidl. mester  
med FC Nordsjælland***





# Tag handling



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







“Et bedre sted at være  
er et bedre sted”

Produktivitet

Service

Teamwork

Sygefravær

Salg

Personaleomsætning

Kreativitet

Ledelse

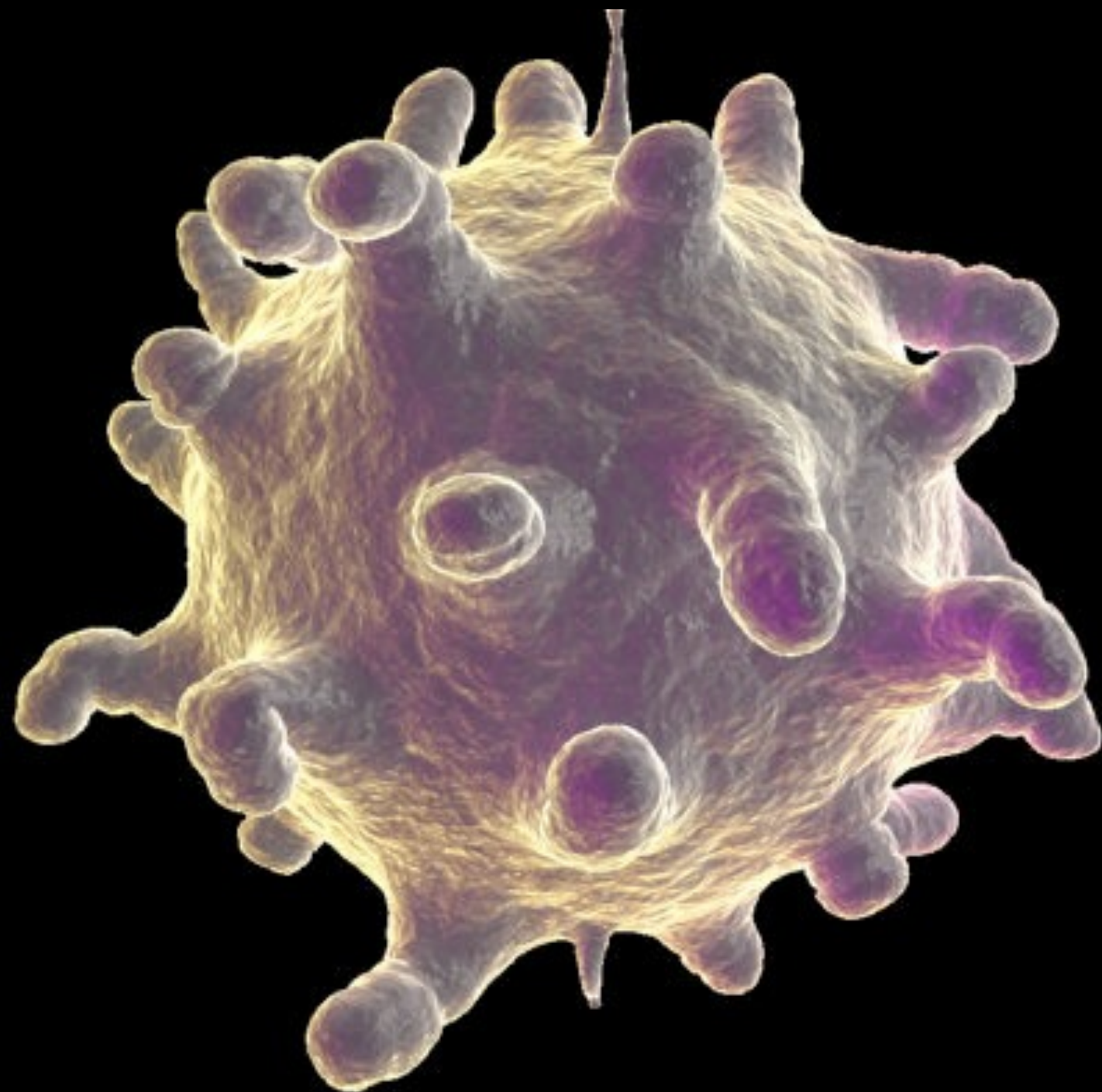
Forandringsparathed

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







# Gode kolleger





# #2 Inviter på DATE



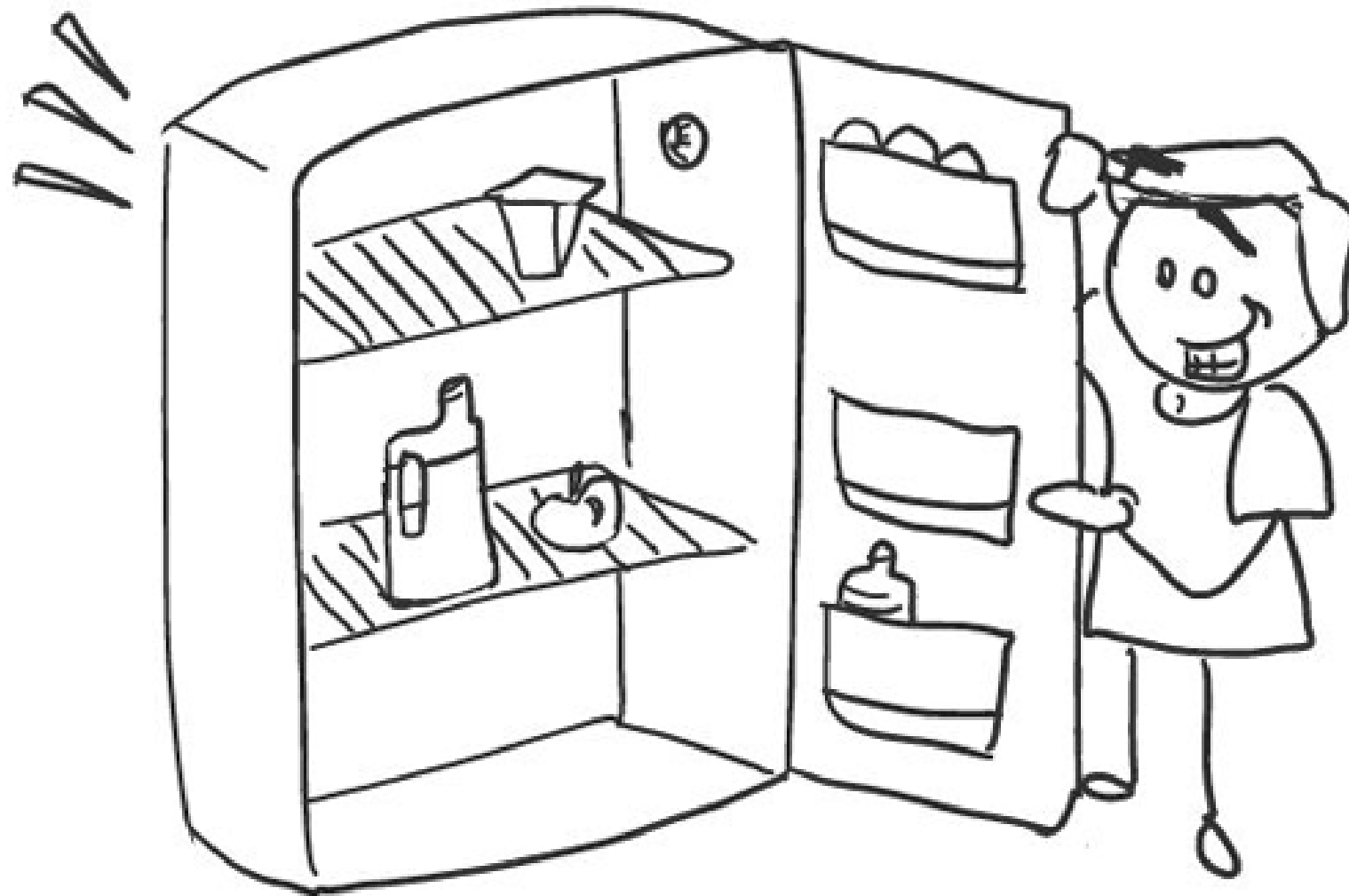


# Kaffe over telefonen





# #53 Vis os dit køleskab





# #26 Udklædningsdag





# #18 Hjælpende hænder



# Anerkendelse





# #62 Rosedagen



# Morten



## HappyWays Podcast

**Episode 03:  
An end to whining  
and complaining**



# Arbejdsglædedræbere

- Rod i rammer og vilkår

# Rod i rammer og vilkår

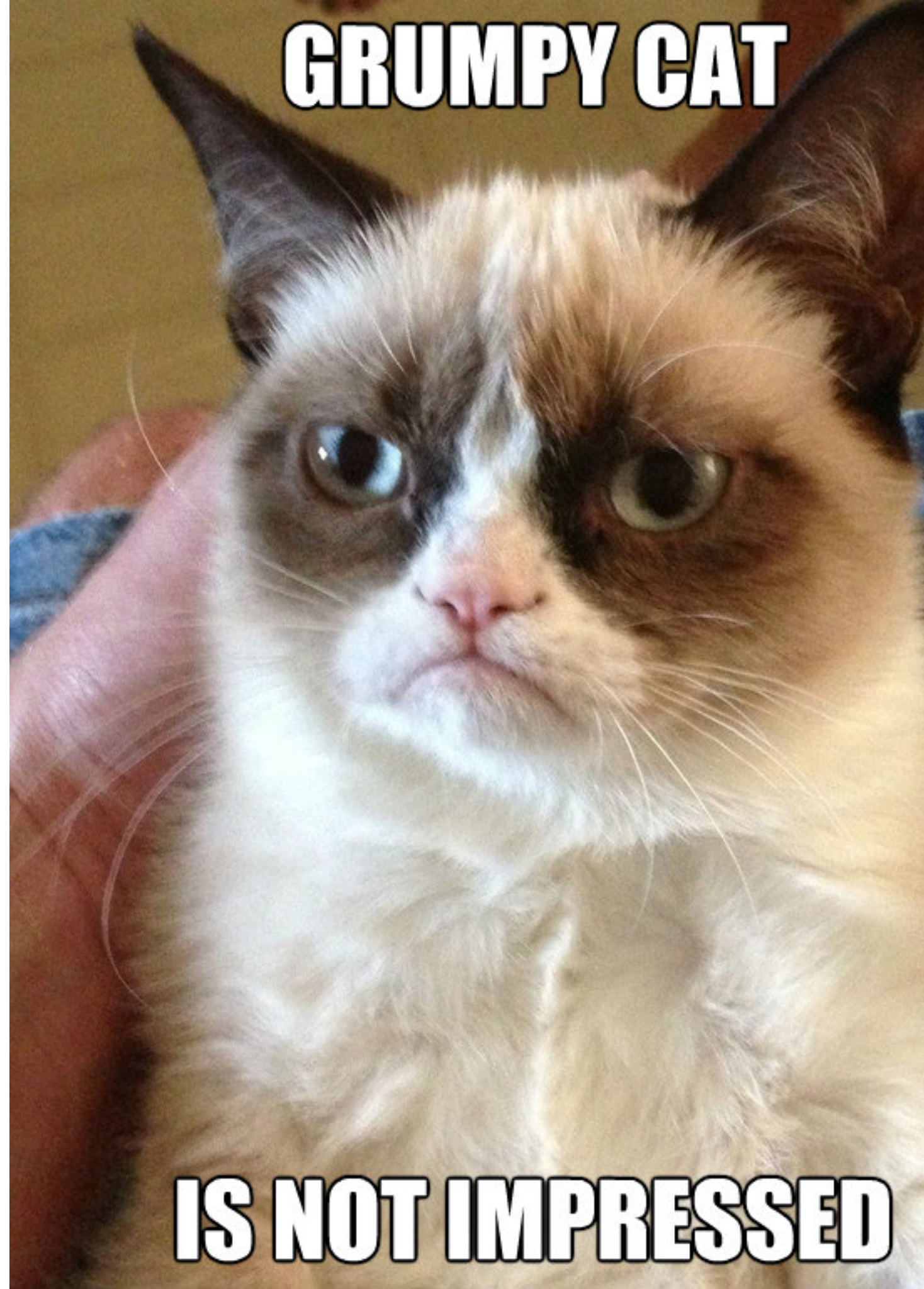




# Arbejdsglædedræbere

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

# Offertrøjen



**GRUMPY CAT**

**IS NOT IMPRESSED**



Leveregel: Intet er  
nogensinde nogens skyld



# Kultur







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











# Ohnos cirkel

Spørg  
“hvorfør?”





# #83 Lyt til de nye



# Kultur



- Hvad er særligt godt ved vores kultur, det vi vil fastholde?
- Hvad vil vi gerne tilføje til kulturen (ideelt set)?



# 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



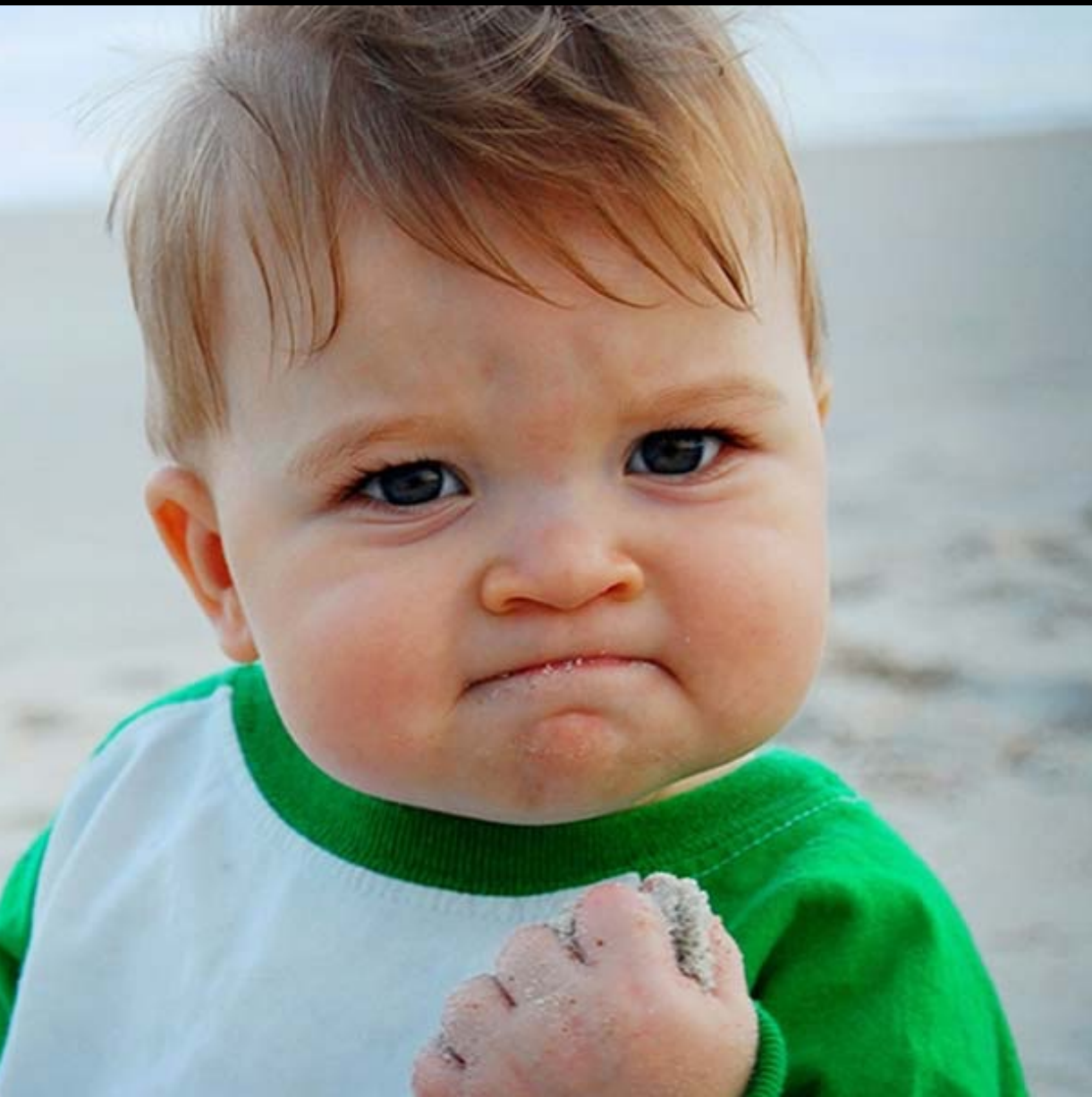
# Fejre succesar







# Tag handling



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



# Arbejdsglæde,

- den gode kultur laver vi selv  
Virumgård, november 2021  
med Jon Kjær Nielsen, Jon.dk & Klub Trivsel

**NYT !**  
**6-ugers minikursus**

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





# Mission Arbejdsglæde

6 ugers kursus

Hver uge:

10 minutters video +  
opgave til hverdagen

Minikursus i 6 dele

Mission Arbejdsglæde

et Klub Trivsel kursus fra

Del 2: Det gode kollegaskab

Gratis  
6-ugers videokursus

Mission Arbejdsglæde

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



# 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





# KlubTrivsel

Gør noget ved det. Idag.

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

## Velkommen til Klub Trivsel.

**NYT 28. oktober - link til ERFA-møde mandag den 1. november**

På vores fælleskald har du mulighed for sparring og erfaringsdeling. Du kan være en lille gruppe, så der er rig lejlighed til at få input til din egen situation med.

Vi mødes kl. 16:00 via Zoom:

### **Join Zoom Meeting**

<https://us02web.zoom.us/j/86066999934?pwd=dmZwY3BKKzBOSHVzVk5JVENHUnpoZz09>

Meeting ID: 860 6699 9934    Passcode: 046820

### **NYT 28. oktober: Webinar-optagelse tilføjet**

Webinar 5 talte om værdien ved at køre interne kampagner for snart sagt hvad som helst:

- Ny strategi
- Øget arbejdsglæde
- Fokus på kundeservice
- ...og mange andre ting.

**GRATIS ADGANG**  
**brug kode:**

**BEDREHVERDAG**





## Online kurser

Inkluderet i dit medlemskab af Klub Trivsel er adgang til alle online kurser udbudt af Jon.dk.

I øjeblikket findes der to online kurser:

**Personlig Effektivitet** er taget af nu 1600+ deltagere og er tænkt som et 6-ugers selvstudium. Du forvent at bruge en halv time pr. modul, men forvent også at kurset kan spare dig for

**Bedre Virtuelle Møder** er det seneste kursus udgivet af Jon.dk og leverer input og erfaring til dig som individ, eller I kan tage det sammen som kolleger for større udbytte. Sæt to

### Nye kurser kommer i 2021:

- Bedre e-mailvaner - et selvstudium.
- Øg arbejdsglæde i afdelingen - hjælp til selvhjælp i flere moduler.
- Få mere ud af foredraget - aktiviteter til ugerne efter et personalearrangement m

Du tilgår de eksisterende kurser ved at klikke dig på dem herunder:



### Personlig Effektivitet videokursus



### Bedre Virtuelle Møder - et videokursus fra Jon.dk

**GRATIS ADGANG**  
*brug kode:*

**BEDREHVERDAG**

## Vidensbibliotek

Klub Trivsel interviews

Q&amp;A og webinar-arkiv

Originale lektioner

Cases

Litteraturliste og  
boganmeldelserLær af de bedste - foredrag  
fra nettet

Rapporter og undersøgelser

Litteratur fra Jon.dk

## Webinar 5, Skab effekt med interne kampagner

19. oktober 2021: Webinar #5 blev afholdt i anledningen af lanceringen af Mission Arbejdsglæde, det nye mini-kursus i Klub Trivsel.

Kurset forklares kort, og webinarret bruger så det mere af tiden på at tale om vigtigheden af kampagner til intern påvirkning.

**Tidskoder:** (spring evt frem til 07:30)

00:00 Intro og indholdet i Mission Arbejdsglæde

04:30 Hvorfor lavede jeg kurset, og hvorfor er det lille?

**07:30 Hvorfor bør I køre en kampagne?**

**16:00 Øg effekten af jeres kampagner** (spil på alle strenge og træk i alle tråde!)

## Webinar 4: Distancearbejde 4ever

15. september 2021: Webinar #4 slår tråden an for månedens tema.

Det lærer du af at se webinarret:

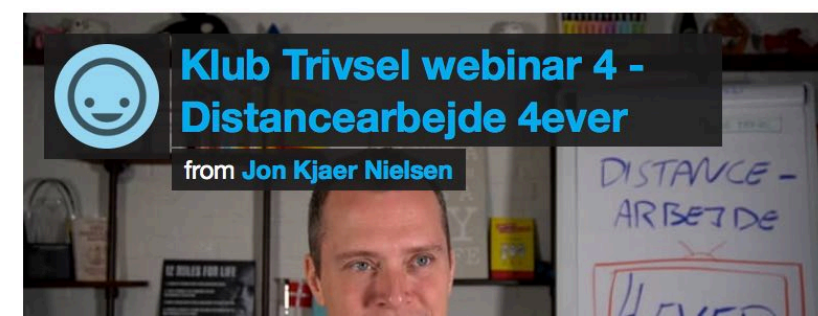
- Hvilken løsning har andre arbejdspladser valgt, i forhold til at tillade distancearbejde og sikre fremmøde til vigtige (i forhold til kulturen) begivenheder?
- Hvilke dilemmaer og opmærksomhedspunkter

Se eller gense webinarret *Skab effekt med interne kampagner*:



**GRATIS ADGANG**  
*brug kode:*

**BEDREHVERDAG**





## 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



**GRATIS ADGANG**  
*brug kode:*

**BEDREHVERDAG**