

Arbejdsglæde - kultur skaber vi selv

HOFOR, oktober 2021

med Jon Kjær Nielsen, Jon.dk & Klub Trivsel

Dagens materiale og mere:
jon.dk/hofor



Kultur









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

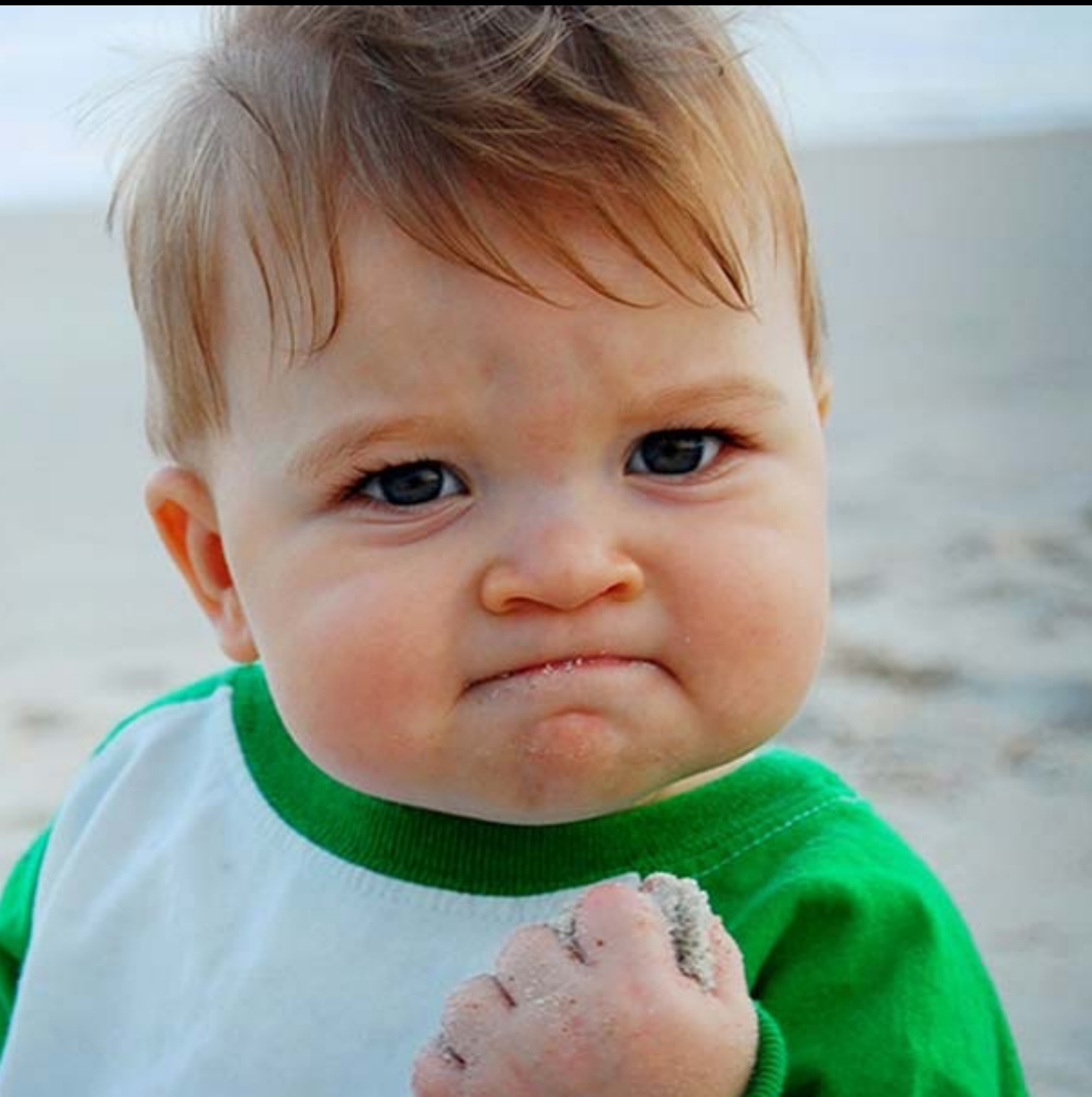




***“Guldet vindes i
hverdagen”
- Kasper Hjulmand,
landstræner og tidl. mester
med FC Nordsjælland***



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

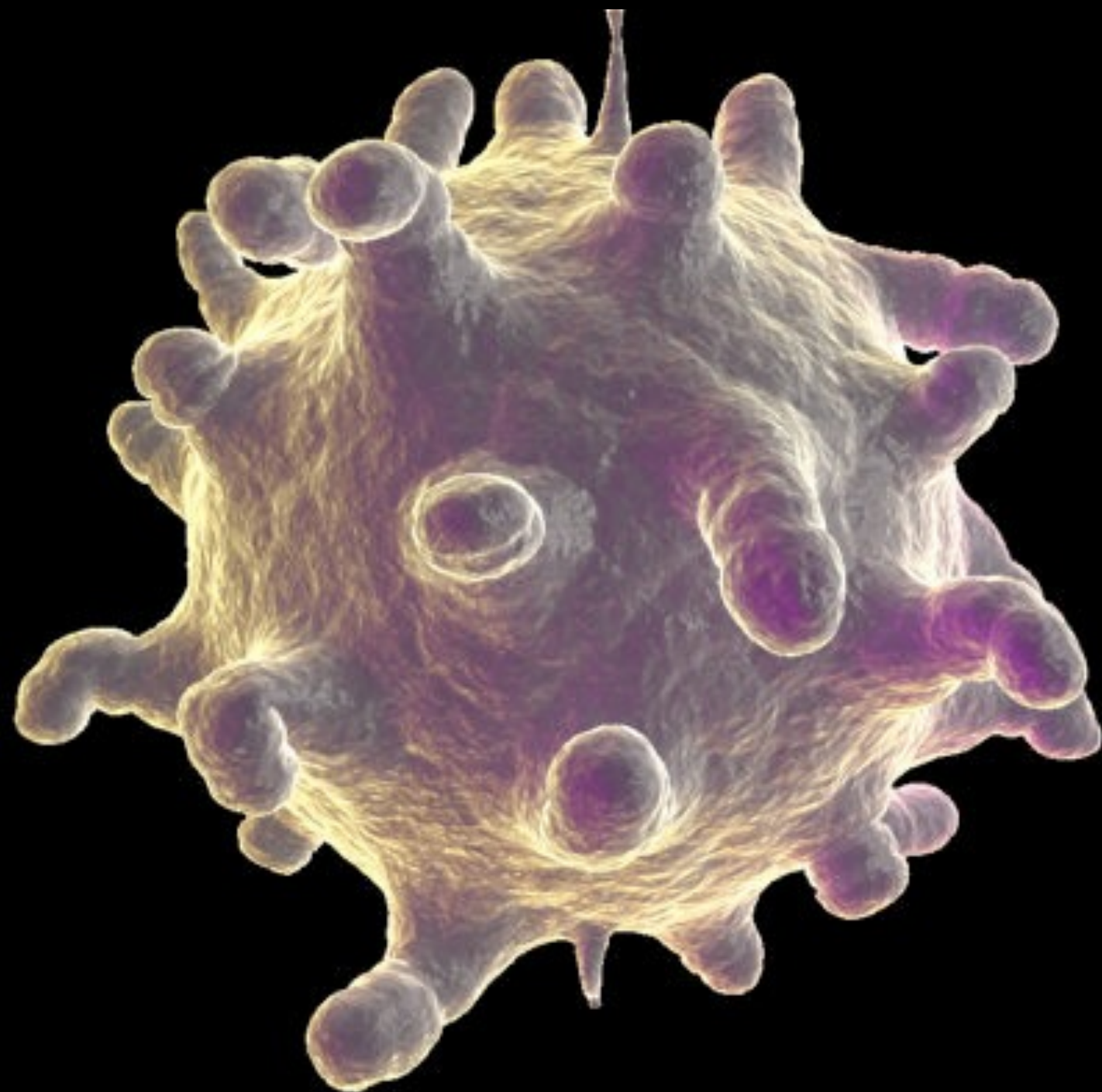
Kreativitet

Ledelse

Forandringsparathed

Indlæring





Produktivitet:

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

Fra bogen The Happiness Advantage, af Shawn Achor



Kilderne til
arbejdsglæde

Refleksion



Tænk på en god
oplevelse på
jobbet



Rod i rammer og vilkår



Gode kolleger



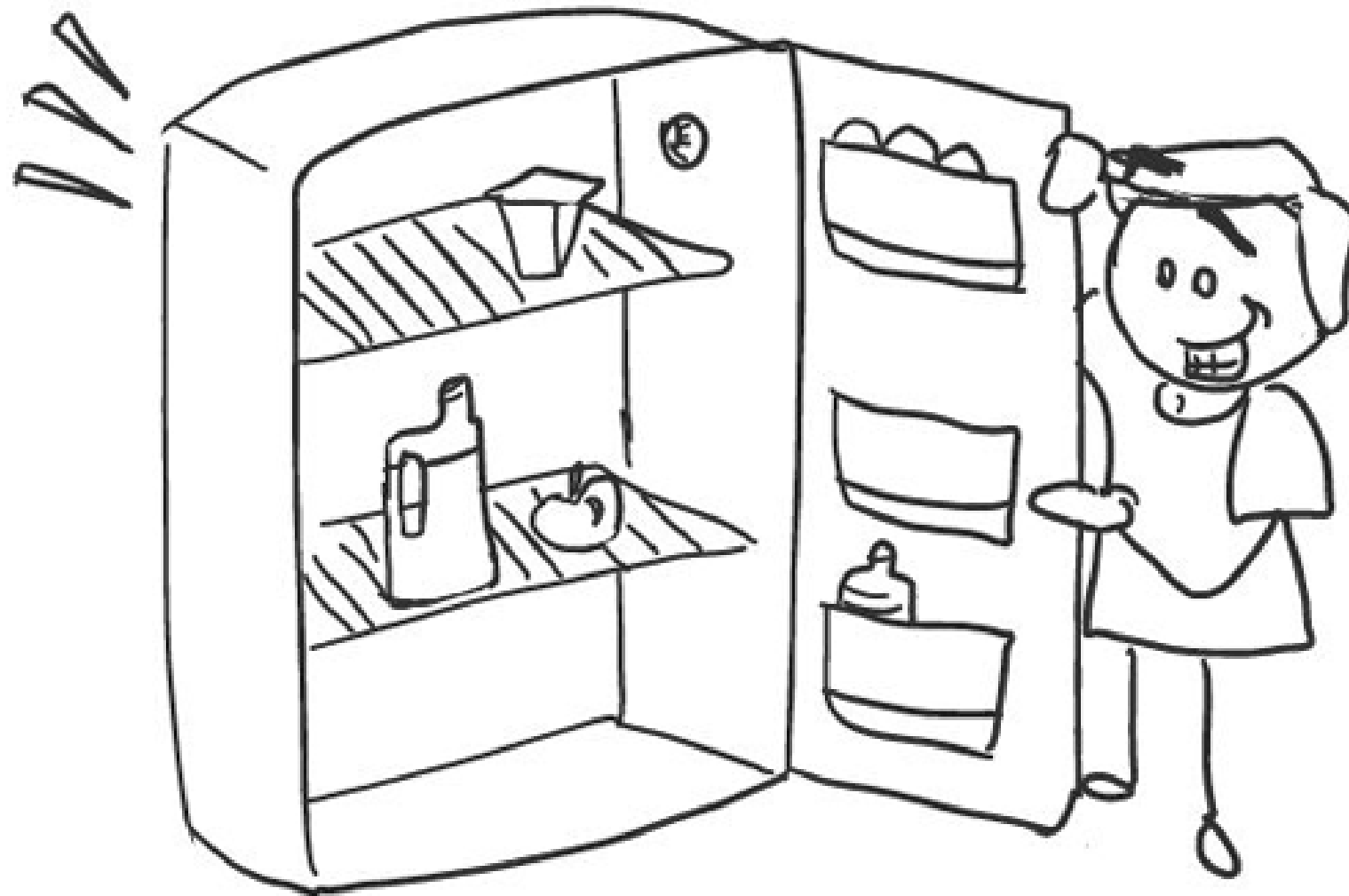
#2 Inviter på DATE



Kaffe over telefonen



#53 Vis os dit køleskab



#18 Hjælpende hænder



Anerkendelse



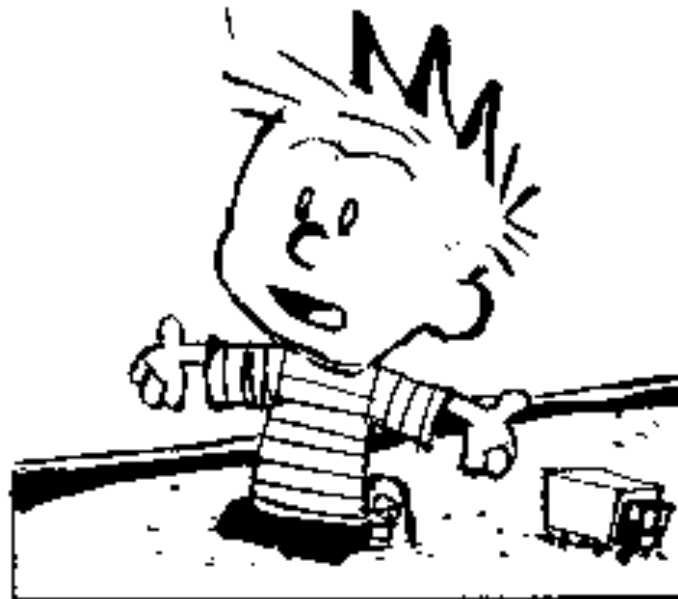
Arbejdsglædedræbere

- Rod i rammer og vilkår
- Manglende anerkendelse
- Brok fra kolleger
- Ikke tid nok til opgaverne

Parkinsons Lov



YOU CANT JUST TURN ON CREATIVITY LIKE A FAUCET. YOU HAVE TO BE IN THE RIGHT MOOD.



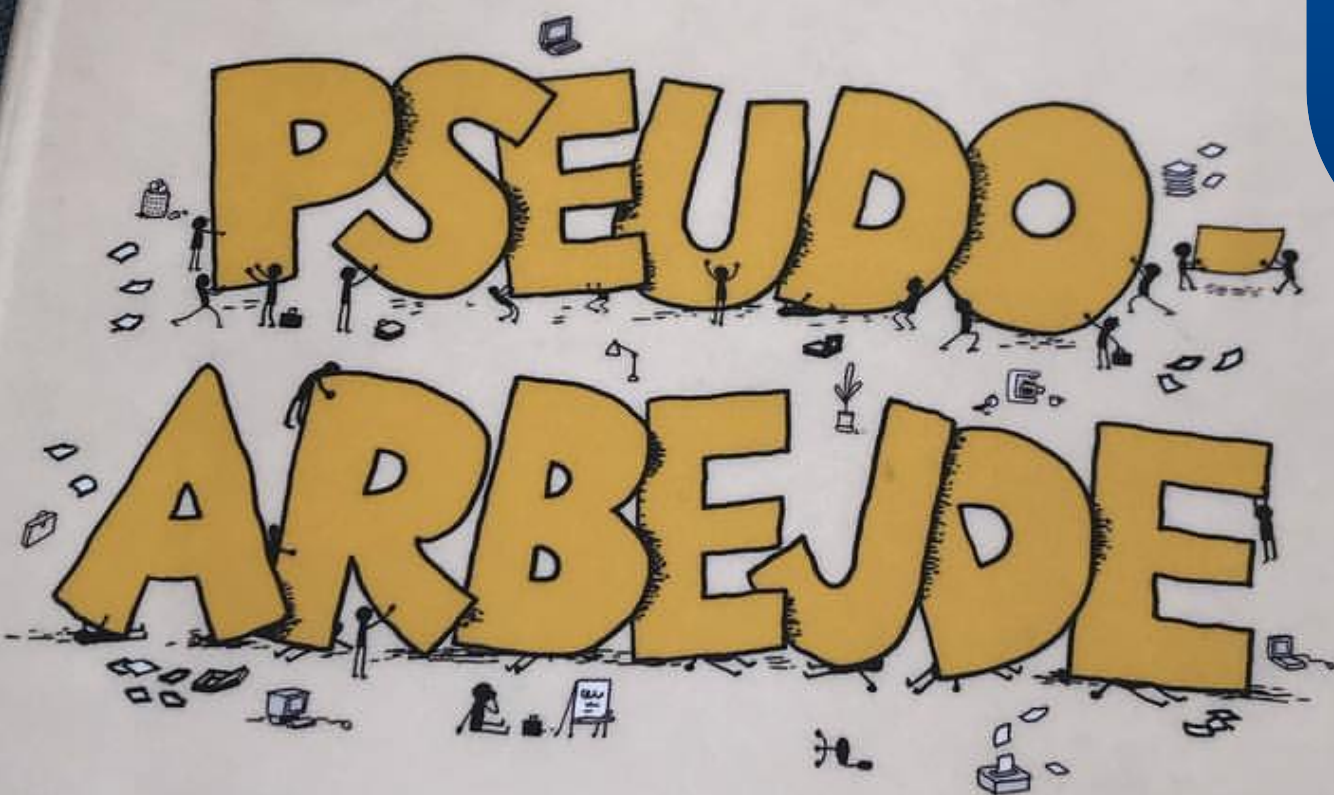
Parkinsons Lov

“Arbejde udvider sig
således, at det fylder
den tid der er til
rådighed”

- Cyril Northcote Parkinson, 1955



DENNIS NØRMARK &
ANDERS FOGH JENSEN



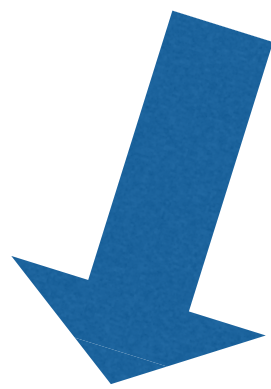
HVORDAN VI FIK TRAVLT MED
AT LAVE INGENTING

Den næste
bog du bør
læse

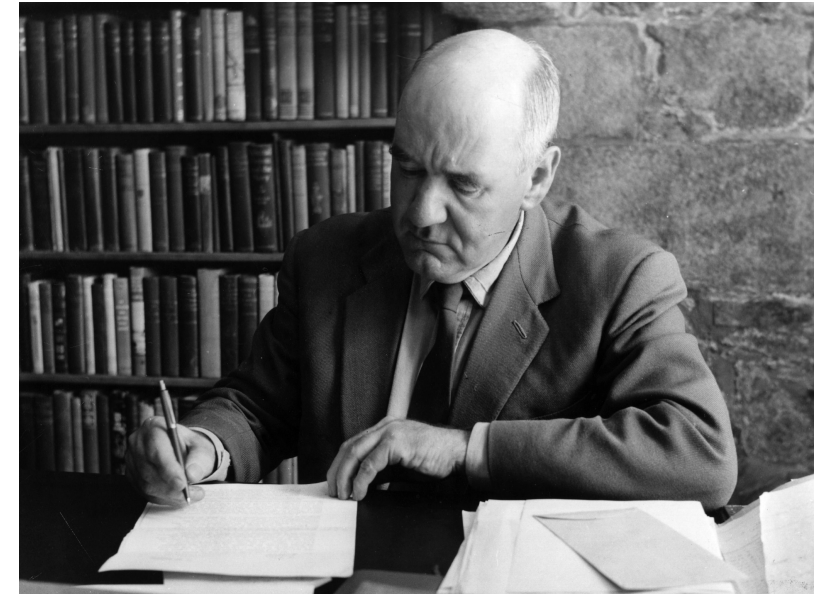
Den sidste bog du
behøver læse



Parkinsons Lov



Taktisk brug af
deadlines



Begrænset tid på
opgaven

Radikalt: Spring
opgaver over

App: Pomodoro

Til PC: Tomighty



*Instruktioner:
"Pomodoro Technique"*

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)?



“If you want
truly to
understand
something, try
to change it”
- Kurt Lewin

Kultur Struktur Rutiner





Når man kun ændrer struktur

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?





EJ2



#22 Dagens glade kollage



#69 Start møder positivt

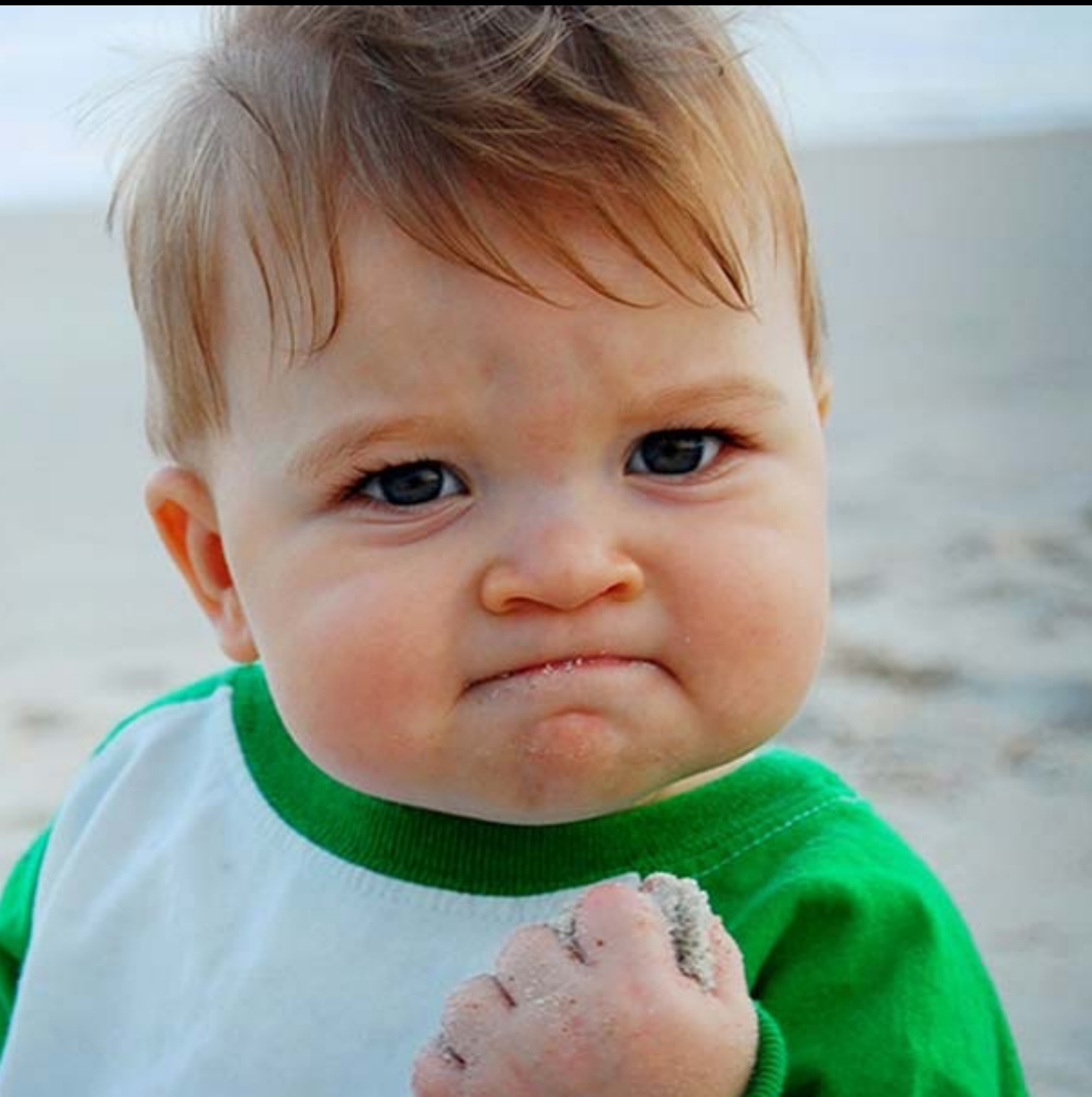


Fejre succesar





Tag handling



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

Arbejdsglæde - kultur skaber vi selv

HOFOR, oktober 2021

med Jon Kjær Nielsen, Jon.dk & Klub Trivsel

NYT !
6-ugers minikursus

Dagens materiale og mere:
jon.dk/hofor

