

Fælleskab og forandringer

under Den Mentale Sundhedsuge
Gard Marine & Energy Insurance
10. oktober 2025



MANGE bonusmaterialer:
jon.dk/mandag





Kultur









Jon Kjær Nielsen -
Foredragsholder &
Forfatter

Civilingeniør, 2002.
Tidl. HR-specialist.

Foredragsholder og
konsulent fra 2006.

Motorcyklist, læsehest,
hobbykok, podcast vært





Jon.dk

#37922



**Halv pris i dag:
125,-**



Søg



+ Opret



Jon Kjær Nielsen

@jondk • 1.020 abonnenter • 97 videoer

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

jon.dk

Tilpas kanal

Administrer videoer



Start Videoer Live Playlister Opslag

Til dig



Hvorfor går du på arbejde + Tidlig pension i en AI tid

14 visninger • for 4 timer siden



Modstand mod forandringer, her er årsagerne

335 visninger • for 1 år siden



Det Store Fordybelseseksperimentet, med Signe Bjørg Lyck

76 visninger • for 1 år siden



Humørmetret - tip #13 til arbejdspladser

130 visninger • for 3 år siden

Videoer



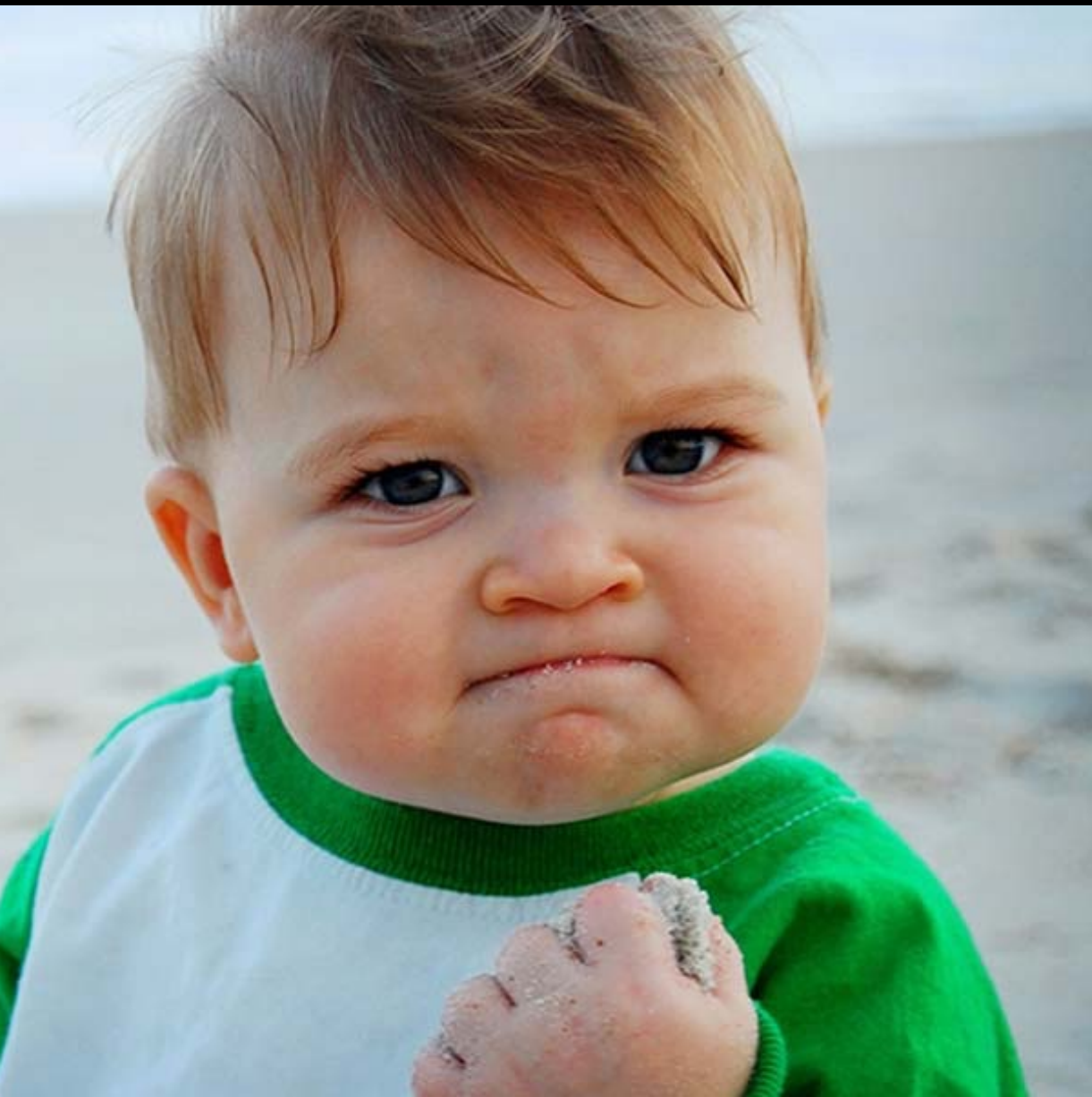
Få den store pakke

- e-Bogen “Det Glade Dusin”
- Ugentlig indsigt eller praktisk tip
- 10+ webinar-optagelser
- To online kurser (normalpris kr 2.000+)
- Redskaber, rapporter, guides og tips



Modtag gratis: jon.dk/mandag

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

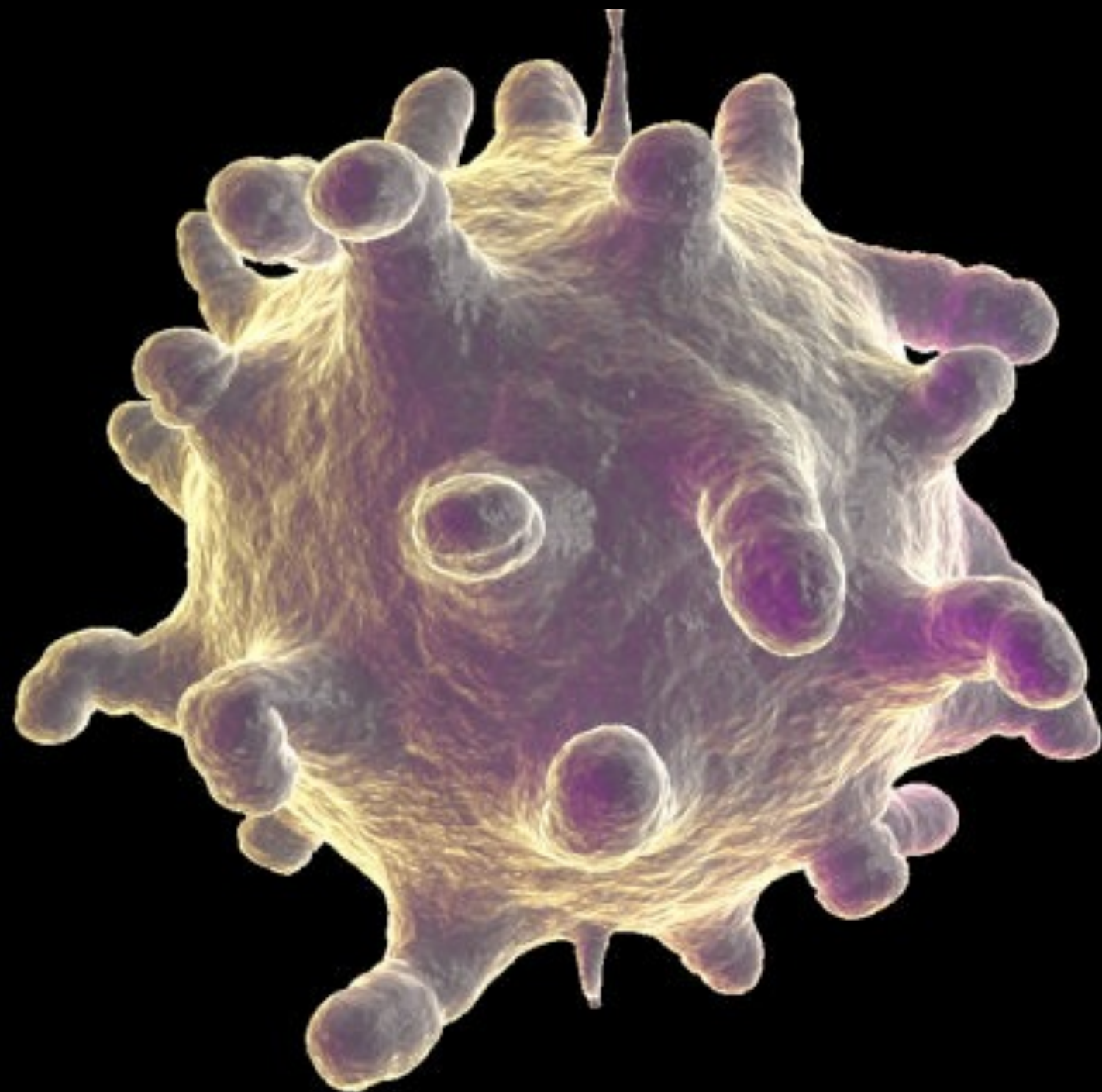
Kreativitet

Ledelse

Forandringsparathed

Indlæring





Produktivitet:

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

Fra bogen The Happiness Advantage, af Shawn Achor





**SPAREKASSEN
KRONJYLLAND**

**Great
Place
To
Work®**

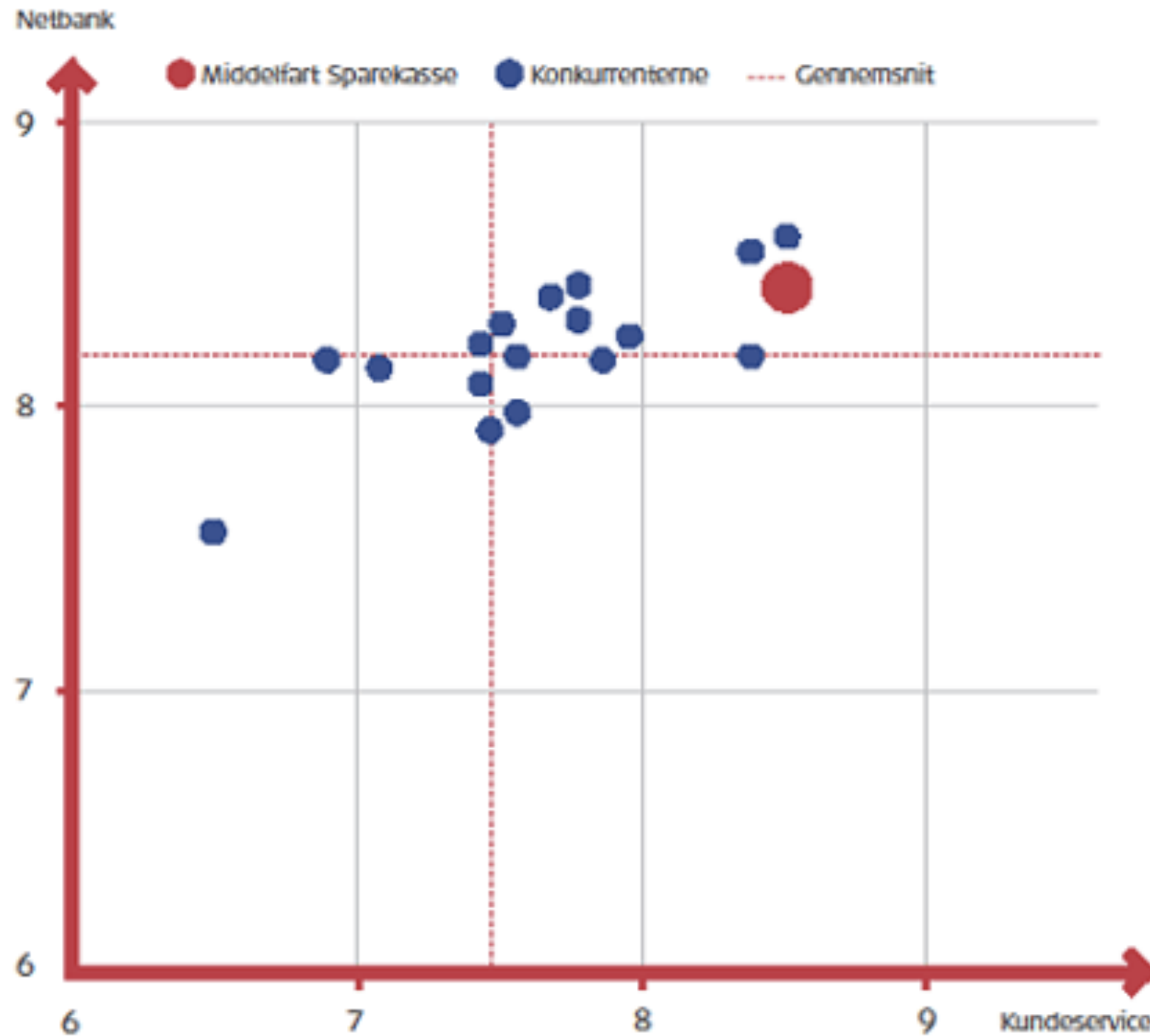
**Europas bedste
arbejdsplads**

**Danmarks mest
tilfredse kunder**



Middelfart Sparekasse

Danmarks bedste arbejdsplads 2006, 2008, 2009



Kilde: Analyse Danmark, november 2011





Besøg hos Danmarks Bedste Arbejdsplads

27/06/2012 / i Arbejdsglæde, Fede jobs

#1

VI ARBEJDER PÅ DANMARKS BEDSTE ARBEJDSPLADS

Hos McDonald's er vi rigtig glade, for Great Place to Work® Institute har nu kåret os til Danmarks bedste store arbejdsplads, efter at de har målt tilfredsheden blandt os. Undersøgelser viser at der er tre gode grunde til, at vi som medarbejdere hos McDonald's er så tilfredse med vores arbejdsplads; Vi dyrker fællesskabet, vores job er fleksibelt, så vi kan få arbejde og privatliv til at fungere, og vi har en fremtid med mulighed for uddannelse og karriere. Derfor smiler vi lidt ekstra. Bade til hinanden og til dig.

GREAT
PLACE
TO
WORK

Danmarks
Bedste
Arbejdsplads® 2011
Denmark

★

Opslag i vinduet hos McDonalds' restauranter.





GREAT
PLACE
TO
WORK®

- Årets Leder, Alfred Josefsen (Lederne, 2003)
- Danmarks Bedste Store Arbejdsplads (2006)
 - Europas mest troværdige arbejdsplads (2006)
 - Europas bedste arbejdsplads indenfor detailhandel (2006)
- Året Bedste Store Arbejdsplads (Berlingske, 2008)
- European Business Award, Employer of the year (nomineret, 2015)

Europas næst-ældste supermarkedskæde. Lukket 2024.

Kilderne til
arbejdsglæde

Refleksion



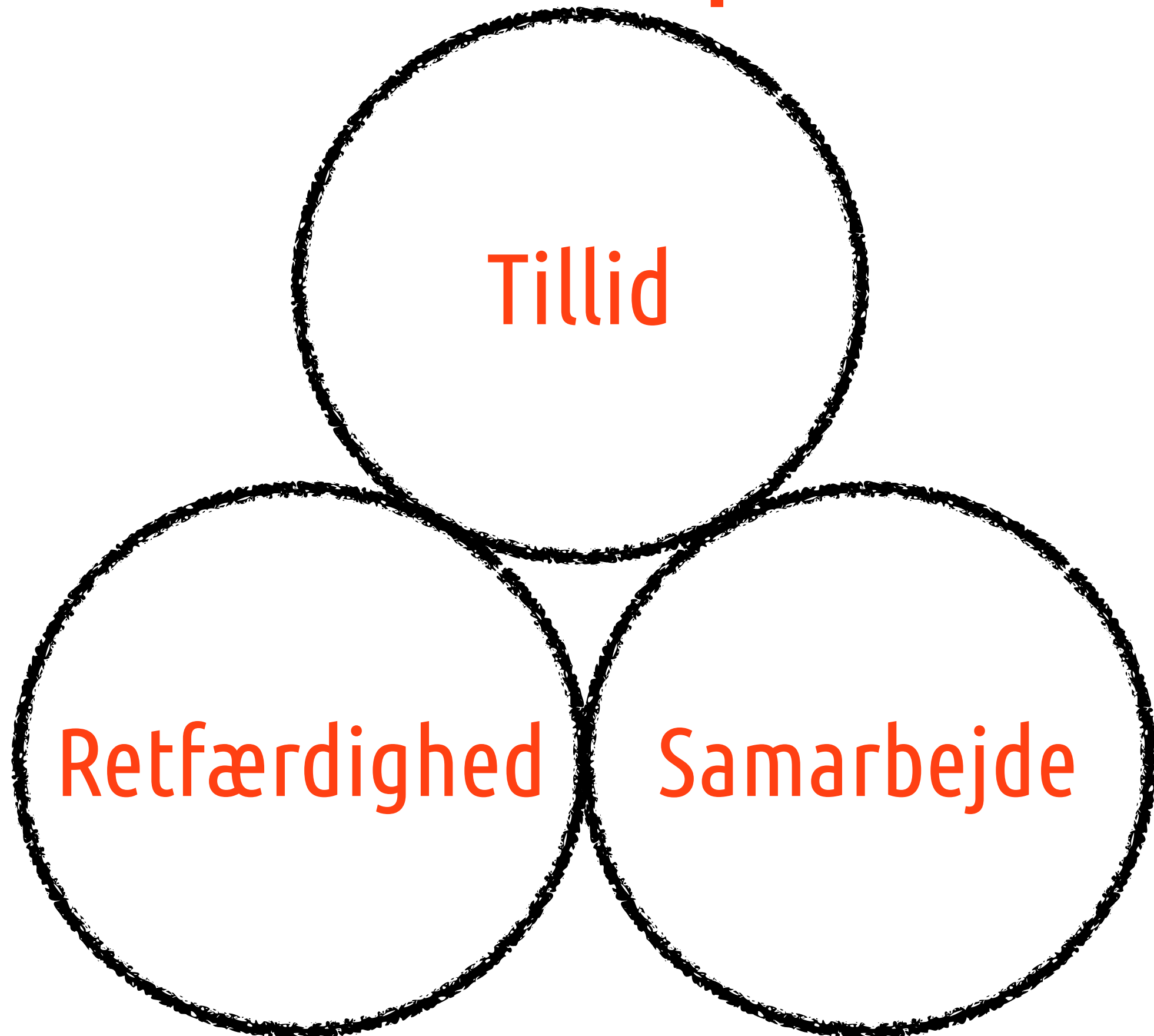
Tænk på en god
oplevelse på
jobbet

Opgave

1. Hver person fortæller om en god dag (maks 1 minut)
2. Diskuter hvad der giver arbejdsglæde. Har vi noget til fælles?
3. Opsamling i plenum.



Social Kapital



Retfærdighedseksperimentet



Arbejdsglædedræbere

- Rod i rammer og vilkår

Rod i rammer og vilkår

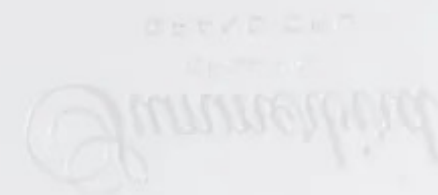


Arbejdsglædedræbere

- Rod i rammer og vilkår
- Manglende anerkendelse

Ros og anderkendelse

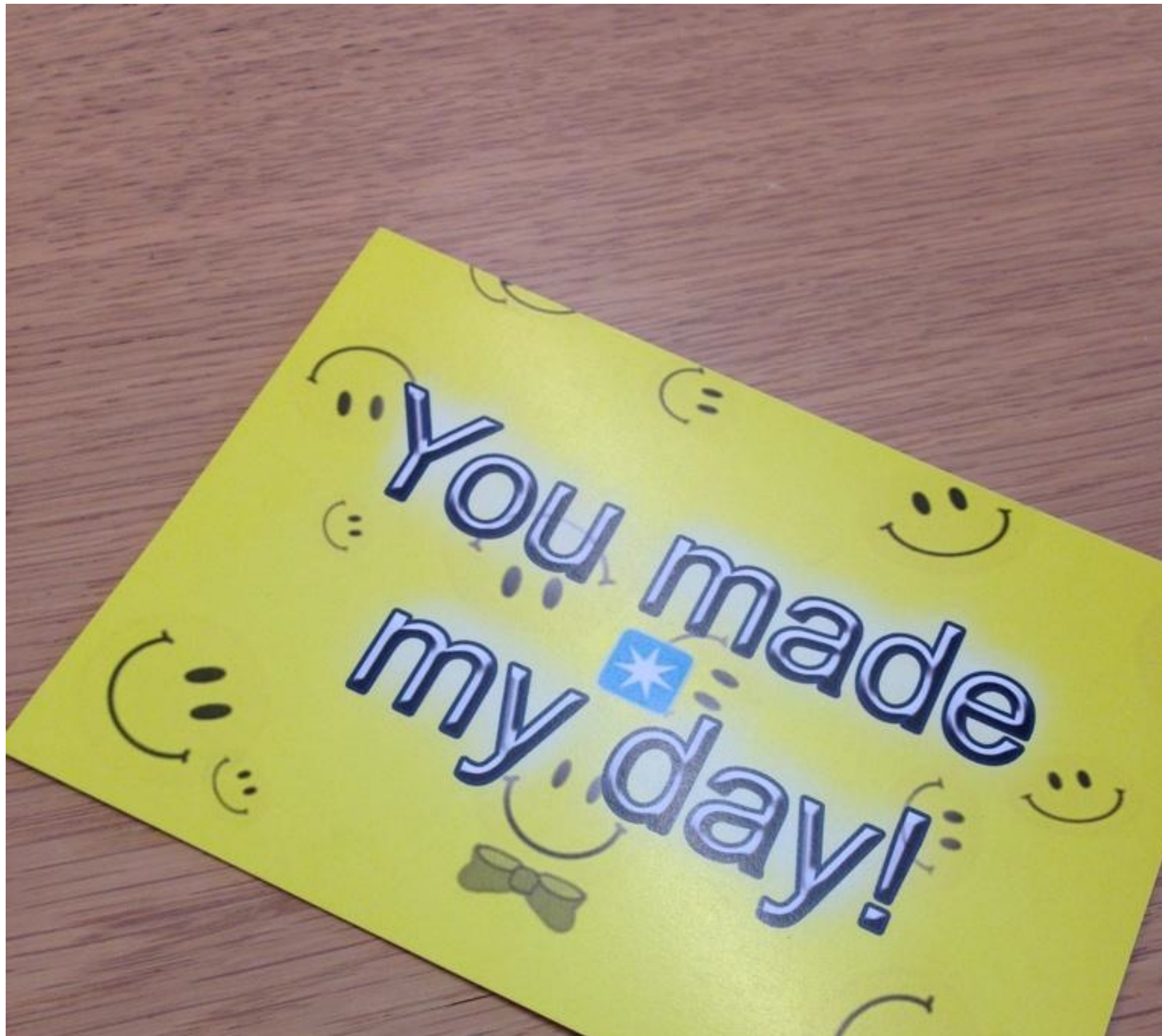




#33 Elefantordenen



#23 Rosekort



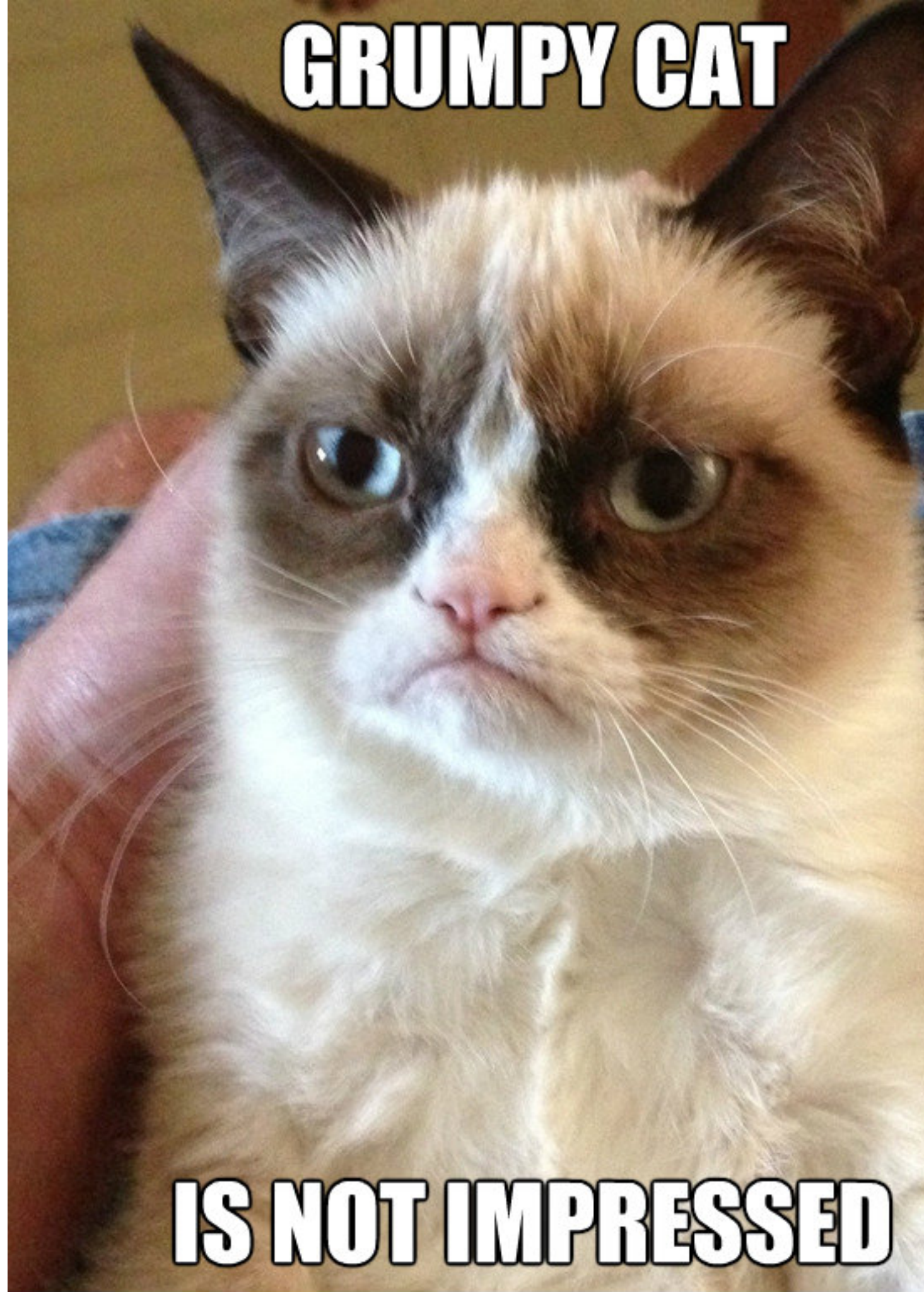
Har du rost din chef idag?



Arbejdsglædedræbere

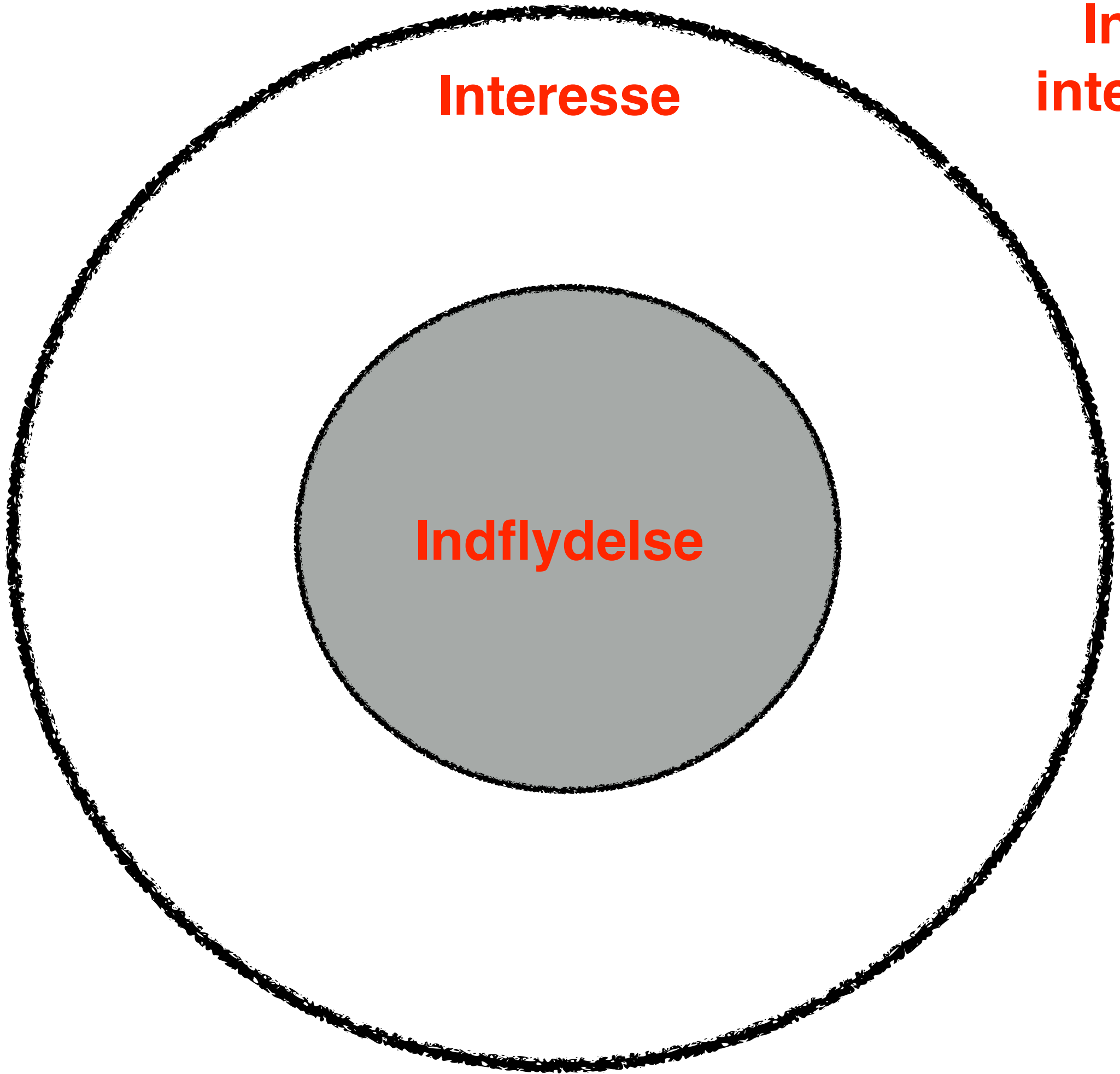
- Rod i rammer og vilkår
- Manglende anerkendelse
- Brok fra kolleger

Offertrøjen



GRUMPY CAT

IS NOT IMPRESSED



Interesse

**Ingen
interesse**

Indflydelse

Fælles refleksion

Drøft hvad der optager os selv eller kollegerne, og som kan fylde i hverdagen.

Hvad bliver der talt meget om?

Er det forhold vi har indflydelse på, eller kun interesse i (altså vilkår og givne rammebetingelser)?



Anmeldelse på vej (YouTube)

Søg



Jon Kjær Nielsen

@jondk · 1.020 abonnenter · 97 videoer

Jeg brænder for at skabe fede arbejdspladser og

jon.dk

Tilpas kanal

Administrer videoer

Start

Videoer

Live

Playlister

Opslag



+ Opret



Til dig

Hvorfor går du på arbejde?



AI? Forandringer? Tidlig pension 19.20

Hvorfor går du på arbejde + Tidlig pension i en AI tid
14 visninger · for 4 timer siden





Forandringer 24.19

Modstand mod forandringer, her er årsagerne
335 visninger · for 1 år siden





Jon Kjær Nielsen
Klub Trivsel & Jon.dk

Signe Bjørg Lyck
Finansforbunde 24.28

Det Store Fordybelseseksperimentet, med Signe Bjørg Lyck
76 visninger · for 1 år siden



Humørmetret - tip #13 til arbejds

Humørmetret - tip #13 til arbejds
130 visninger · for 3 år siden

Videoer

Hvorfor går du på arbejde?



AI? Forandringer? Tidlig pension 19.20

ROBOTERNE KOMMER!
- allerede i 2024



38.55



4.00



2.03



Jon Kjær Nielsen
Klub Trivsel & Jon.dk

Signe Bjørg Lyck
Finansforbunde 38.36

Fremtidens Faforening 38.36



Jon Kjær Nielsen
Klub Trivsel & Jon.dk

Signe Bjørg Lyck
Finansforbunde 24.28

Fremtidens Faforening 24.28

Faldgruben:
“Nu må vi
vente og se...”

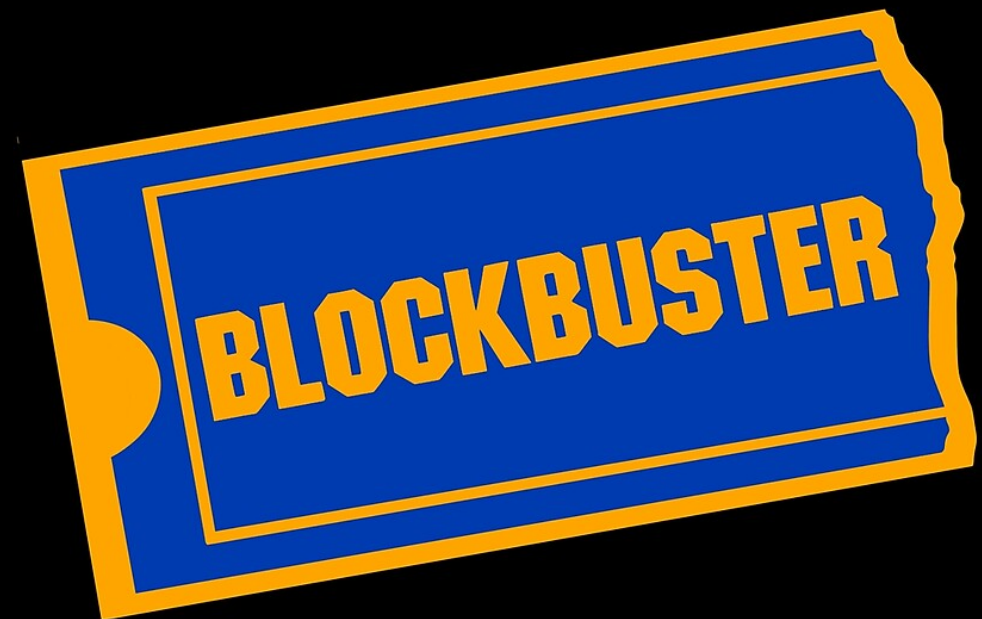








Forandringer





Forandringer



FONA



Hvorfor tøver vi?

Frygt og

Hvordan oplever vi dette (hos os selv eller hos kolleger) ?

- Det ukendte
- Forringede kompetencer
- Statustab
- Mistede relationer
- Mangel på autonomi / indflydelse
- Negativity Bias

Disruption: Vi opdager det for sent

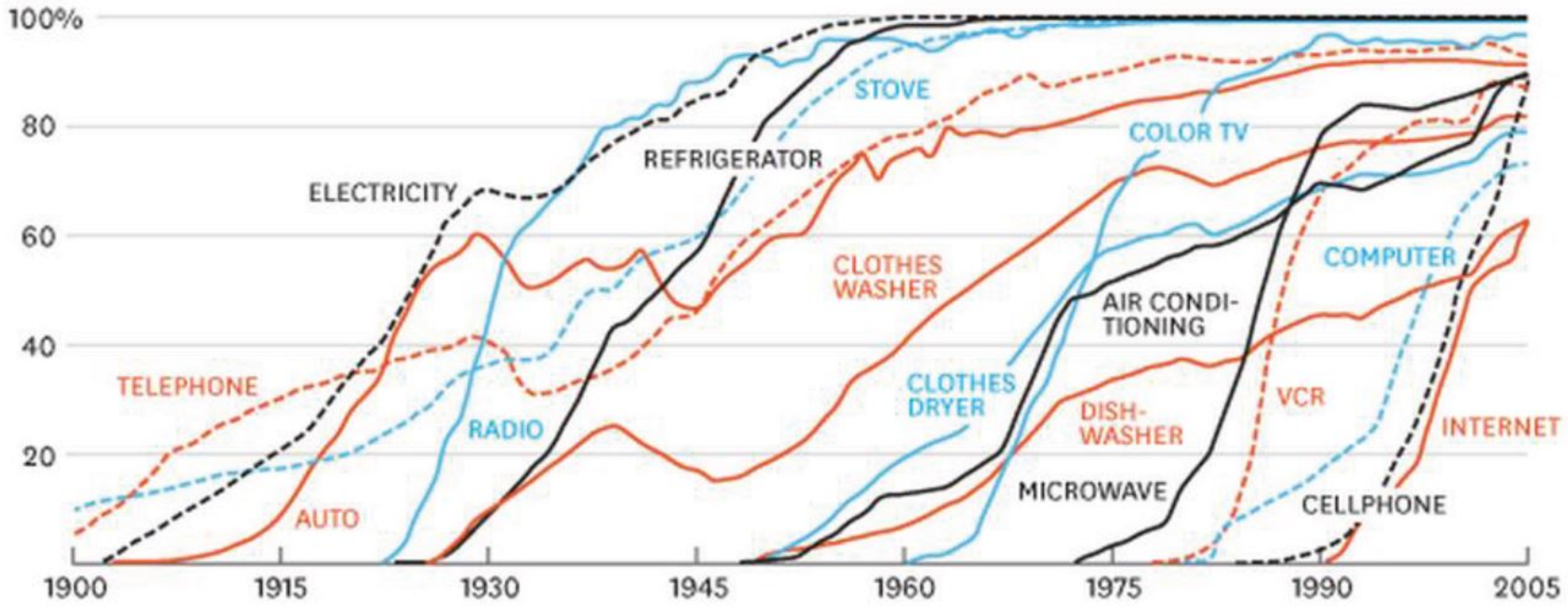




1914 'Dodge' Roadster
This vehicle was donated to the Western Lake Erie Chapter SDC by the Western Lake Erie Chapter SDC.

This Vehicle Adopted By:
Western Lake Erie Chapter SDC

PERCENT OF U.S. HOUSEHOLDS

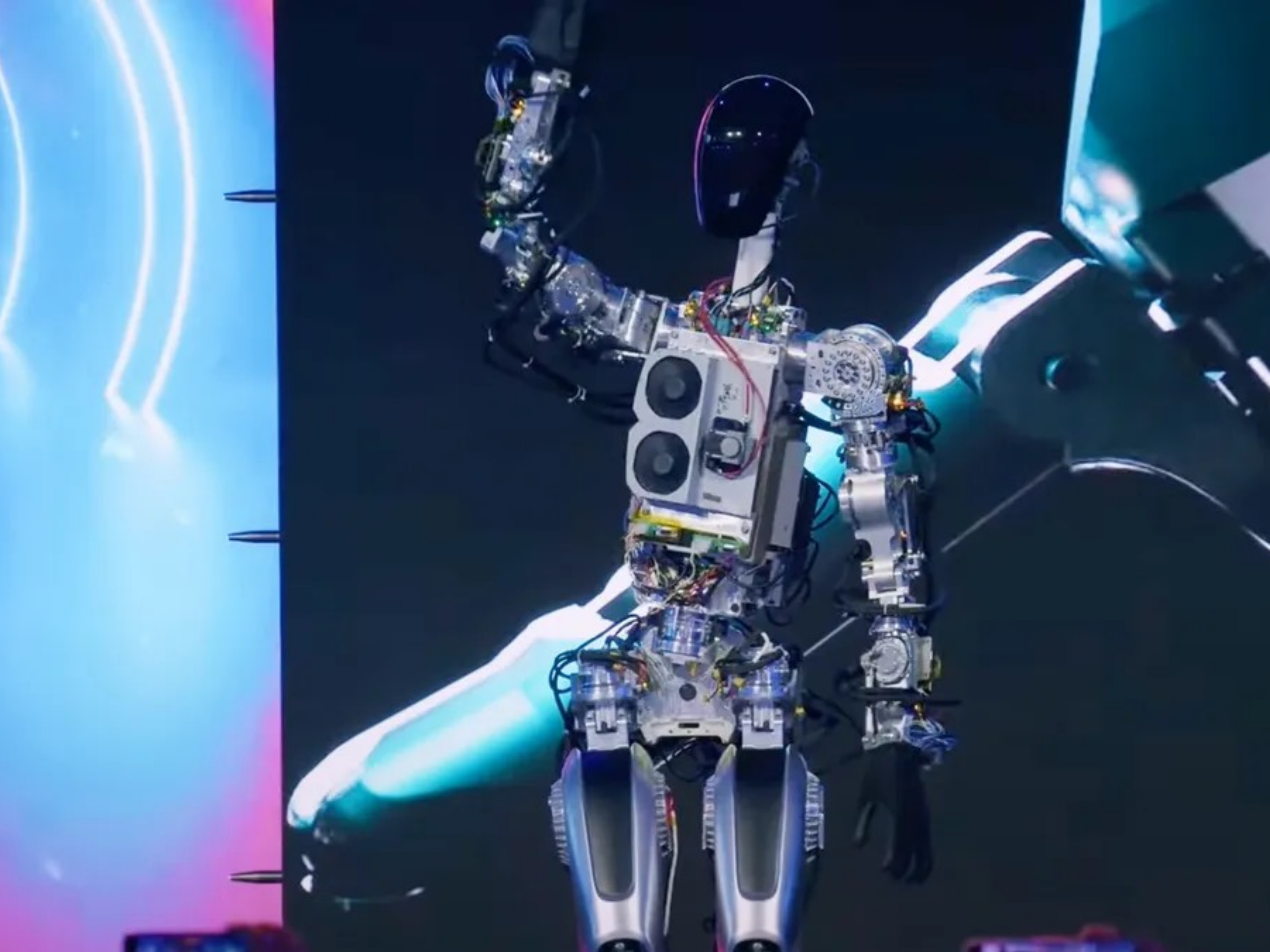


SOURCE MICHAEL FELTON, THE NEW YORK TIMES

HBR.ORG

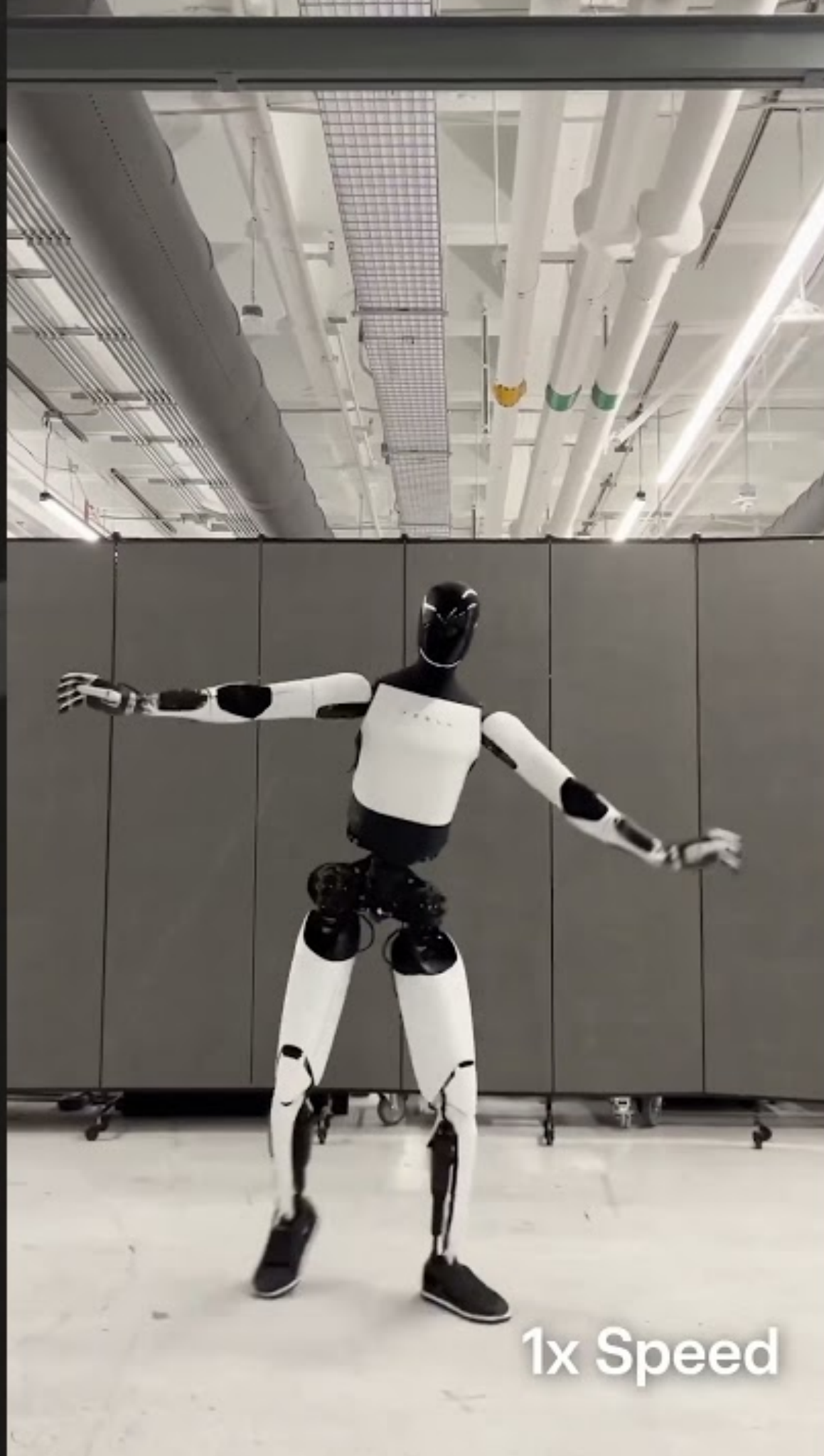
TESLA





Optimus Gen 2



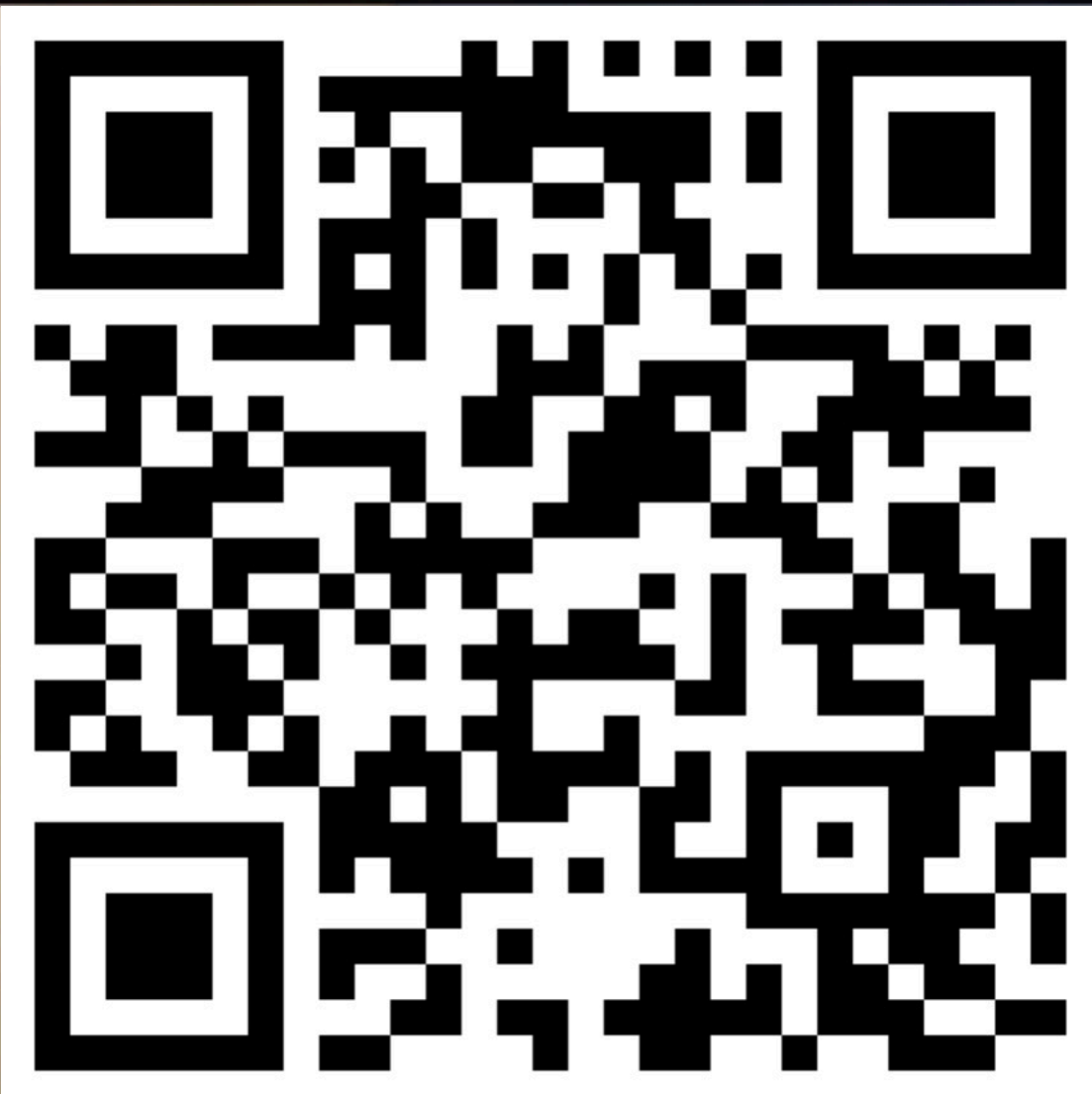


1x Speed



Anvendelser?

Robotterne kommer!

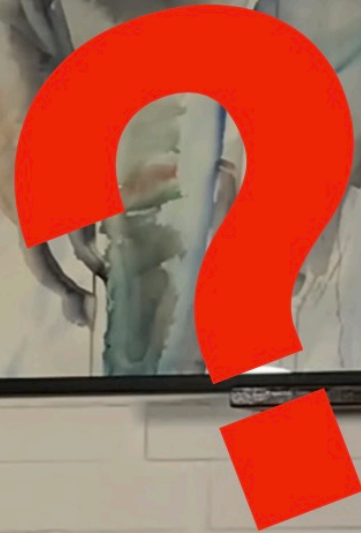


Tactile sensing on
all fingers





Hvorfor går du på arbejde?



AI? Forandringer? Tidlig pension?

Nøglen:
Lyst til at hoppe
ned



God kultur!
Gode kolleger!
Positivt fælleskab!



Kultur





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



#83 Lyt til de nye



?

Vi er super åbne
overfor nye
perspektiver og at
finde det fælles nye

Vi går meget op
i hvordan vi
plejede at gøre
hos “os”

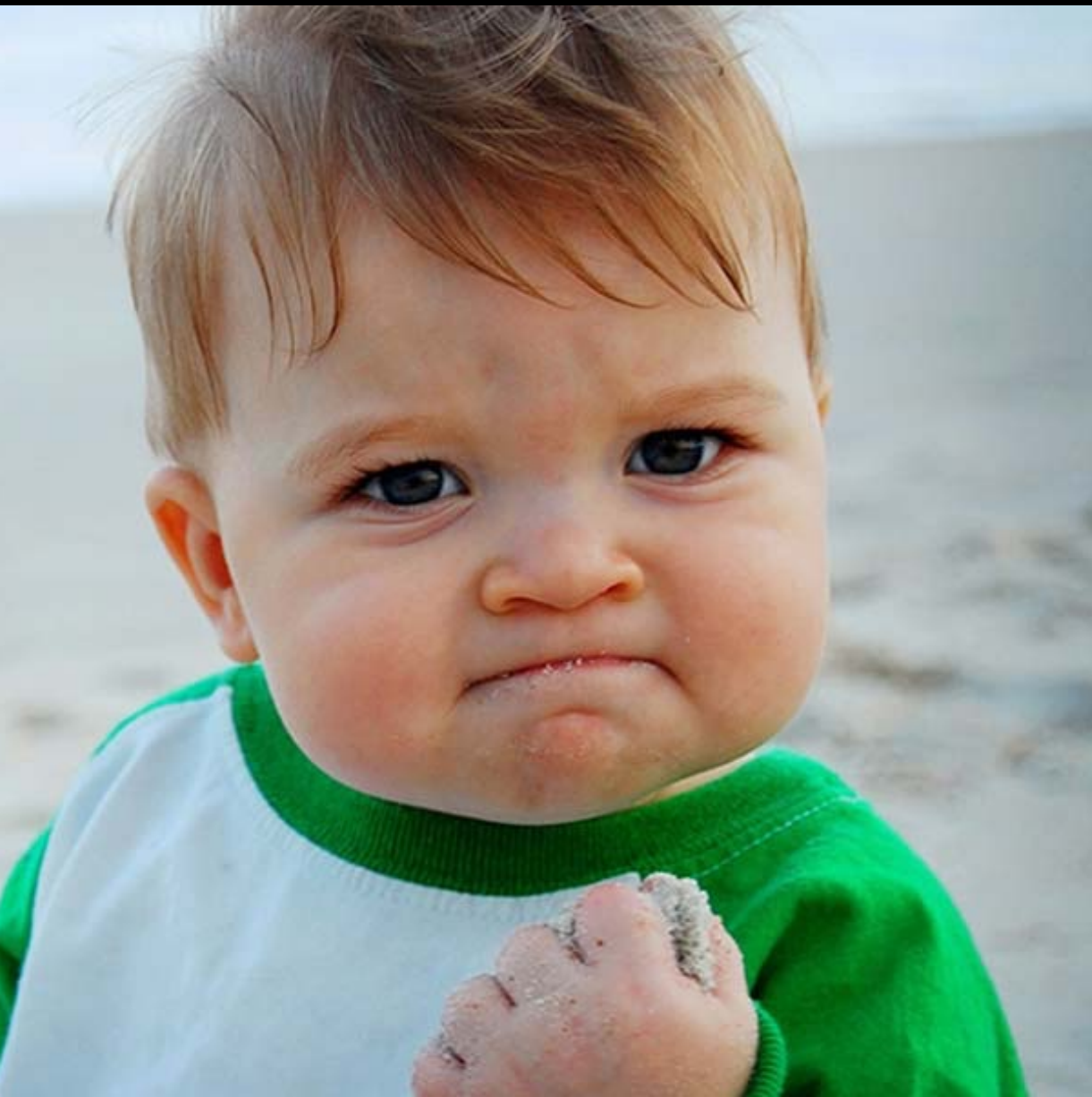


Kultur



- Hvor ligger på vi på “nysgerrig-til-plejer” -aksen?
- Hvad er særligt godt ved vores kultur, det vi vil fastholde?
- Hvad vil vi gerne tilføje til kulturen? (“det kunne være godt, hvis vi var bedre til...”)

Tag handling



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

Fejre succesar



Halv pris i dag:
125,-



Søg



Jon Kjær Nielsen

@jondk · 1.020 abonnenter · 97 videoer

Jeg brænder for at skabe fede arbejdspladser og

jon.dk

Tilpas kanal

Administrer videoer

Start

Videoer

Live

Playlister

Opslag



+ Opret



Til dig

Hvorfor går du på arbejde?



AI? Forandringer? Tidlig pension 19.20

Hvorfor går du på arbejde + Tidlig pension i en AI tid
14 visninger · for 4 timer siden





Forandringer 24.19

Modstand mod forandringer, her er årsagerne
335 visninger · for 1 år siden





Jon Kjær Nielsen
Klub Trivsel & Jon.dk

Signe Bjørg Lyck
Finansforbunde 24.28

Det Store Fordybelseseksperimentet, med Signe Bjørg Lyck
76 visninger · for 1 år siden



T D

Humørmetret - tip #13 til arbejds
130 visninger · for 3 år siden

Videoer

Hvorfor går du på arbejde?



AI? Forandringer? Tidlig pension 19.20

ROBOTERNE KOMMER!
- allerede i 2024



38.55



THE ROBOTS ARE COMING 4.00



WELL DONE! 2.03



Jon Kjær Nielsen
Klub Trivsel & Jon.dk

Signe Bjørg Lyck
Finansforbundet 38.36

Fremtidens Faforening 38.36



Jon Kjær Nielsen
Klub Trivsel & Jon.dk

Signe Bjørg Lyck
Finansforbundet 24.28

Få den store pakke

- e-Bogen “Det Glade Dusin”
- Ugentlig indsigt eller praktisk tip
- 10+ webinar-optagelser
- To online kurser (normalpris kr 2.000+)
- Redskaber, rapporter, guides og tips



Modtag gratis: jon.dk/mandag

Fælleskab og forandringer

under Den Mentale Sundhedsuge
Gard Marine & Energy Insurance
10. oktober 2025



MANGE bonusmaterialer:
jon.dk/mandag

