

Find glæden i forandringen

SEAS-NVE, Kalundborg, 3. december 2020
med Jon Kjær Nielsen #jondk

Materialet: [JON.DK/SEAS-NVE](https://jon.dk/seas-nve)



I GIVE UP



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



Materialer efter foredraget:

jon.dk/seas-nve

- Præsentationen
- ebog “Det Glade Dusin”
- Ugens produktivitetstip
“Målrettet Mandag”

Links til:

- RevolutJon! podcast
- HappyWays podcast



Listen on
Apple Podcasts



Listen on
Spotify®



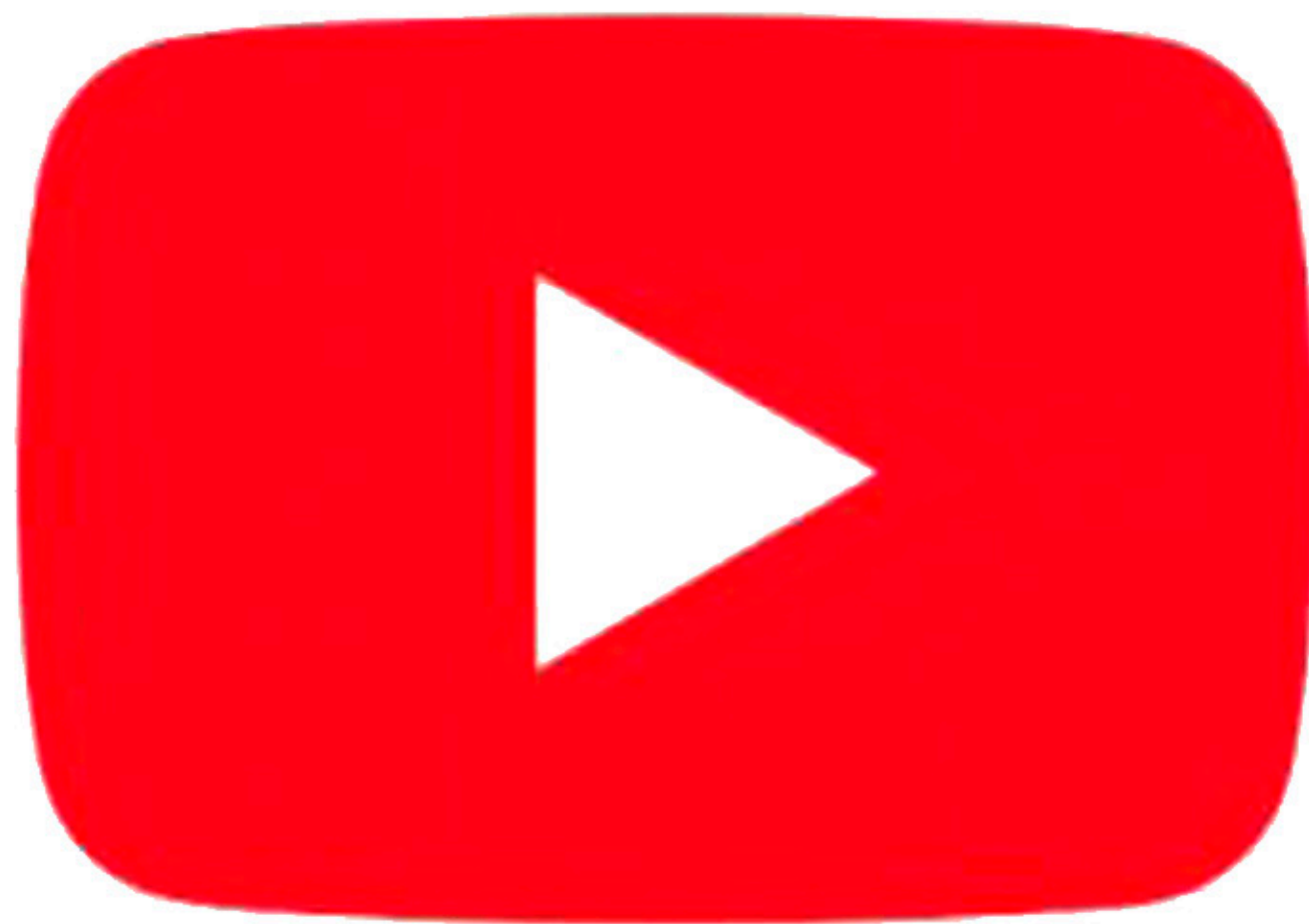
PROTESTING AGAINST NEW TECHNOLOGY - THE EARLY DAYS

INKINCINCT



TESLA





YouTube





Forandringer



Frygt og usikkerhed

- Det ukendte
- Forringede kompetencer
- Statustab
- Mistede relationer

Nøglen:
Lyst til at hoppe
ned



Fokus rette sted



**BEST TIME
EVER TO GET
BRACES!**



Smile at the World
ORTHODONTICS

SmileAtTheWorld.com



Vindmøller eller læhegn?

JEG KAN IKKE KONTROLLERE

(Så jeg vælger ikke at bekymre mig disse)

JEG KAN KONTROLLERE

(Derfor kaster jeg fokus og kræfter efter disse ting)

Hvor meget gær og toiletpapir butikken har,
og om nogen har hamstret

Andres handlinger

Andres motiver

Hvad de beslutter
i andre lande

Hvor længe
krisen varer

Hvornår jeg må rejse
sydpå på ferie igen

Hvad regeringen beslutter skal
lukke - og hvad må holde åbent

At bevare optimismen
og et positivt udsyn

Kvaliteten af de møder vi
holder online og i telefonen

Min venlighed
overfor andre

Hvordan vi bruger
tiden hjemme

At føle taknemmelighed
over de ting der fungerer

Diskussioner jeg tager,
og dem jeg lade glide forbi

Den tid jeg bruger
på sociale medier

Hvordan jeg følger
myndighedernes anbefalinger

At jeg selv opretholder
social distance

Hvordan andre
opretholder social distance

Hvad der mon sker
om 1, 3, 6 måneder

Hvilken teststrategi
der forfølges

Hvornår vi må mødes
i større forsamlinger igen

Hvordan samfunds- og
verdensøkonomien udvikler sig



Leverregel:
Der er ingen
nye problemer

Kultur





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









Kultur

Hvis afdelingen er et
super sted om et halvt år,
hvordan er den blevet det?



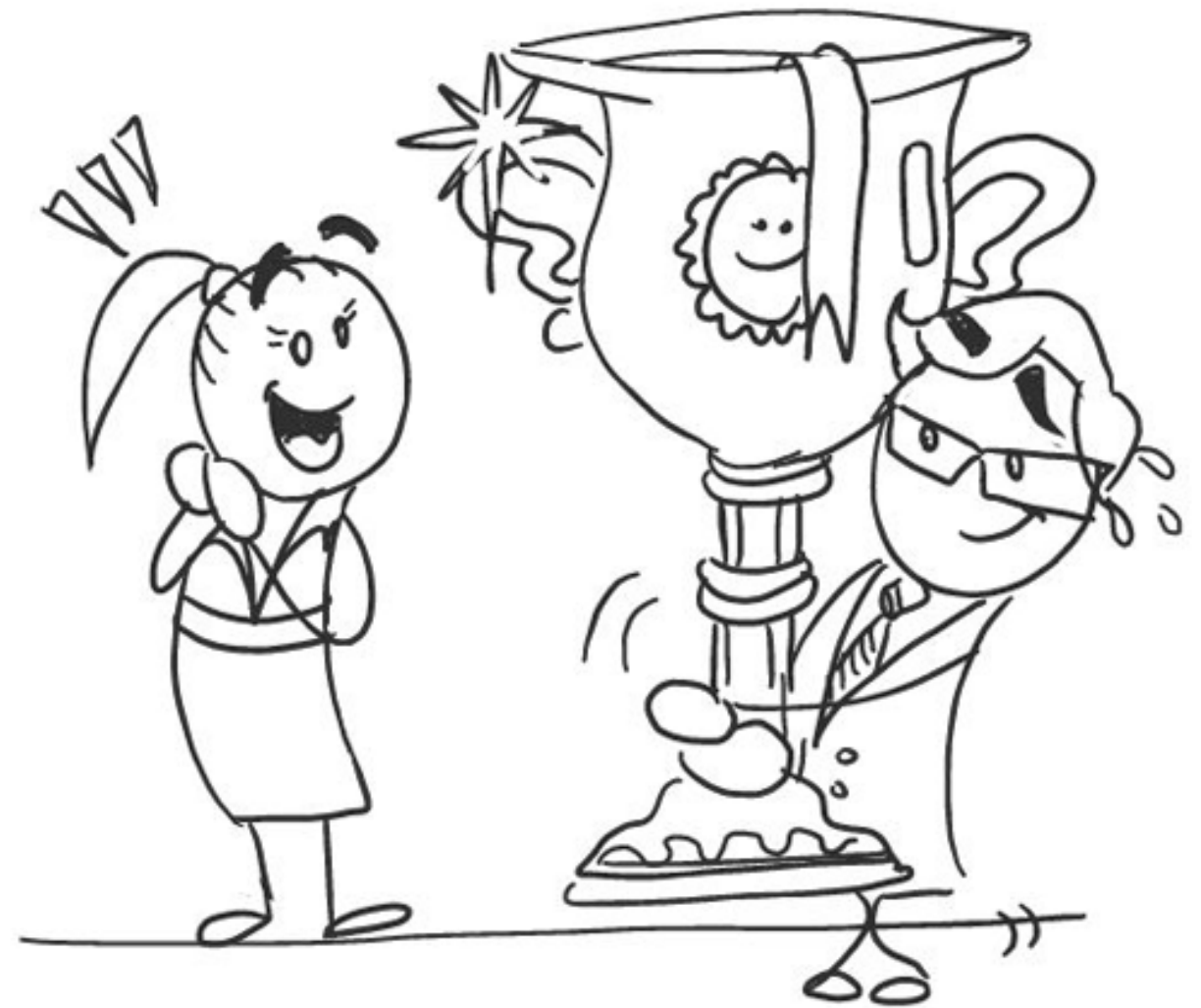


“If you want
truly to
understand
something, try
to change it”
- Kurt Lewin



Når man kun ændrer struktur

En anerkennende kultur





Kulturelle artefakter



Hjemmeoppgave:

Se tip #33 Elefantordnen

- Hvordan vil vi gøre?

Møgregler



MØGLER i livet

- Jeg er for gammel... / Jeg er for ung...
- Skole -> Uddannelse -> Job -> Ægteskab -> Børn -> Pension -> Golf -> Død
- Succes måles i sammenligning med andre
- Vis aldrig svaghed
- Man kan ikke spise is til morgenmad

MØGLER på jobbet

- Job og privatliv er adskilt
- Kvinder kan ikke finde ud af teknik
- Hvis du viser tillid, så bliver det udnyttet
- Jeg er for gammel til forandringer
- Feedback skal være kritik
- Vi skal ikke have det sjovt, det er uprofessionelt



Ohno's cirkel

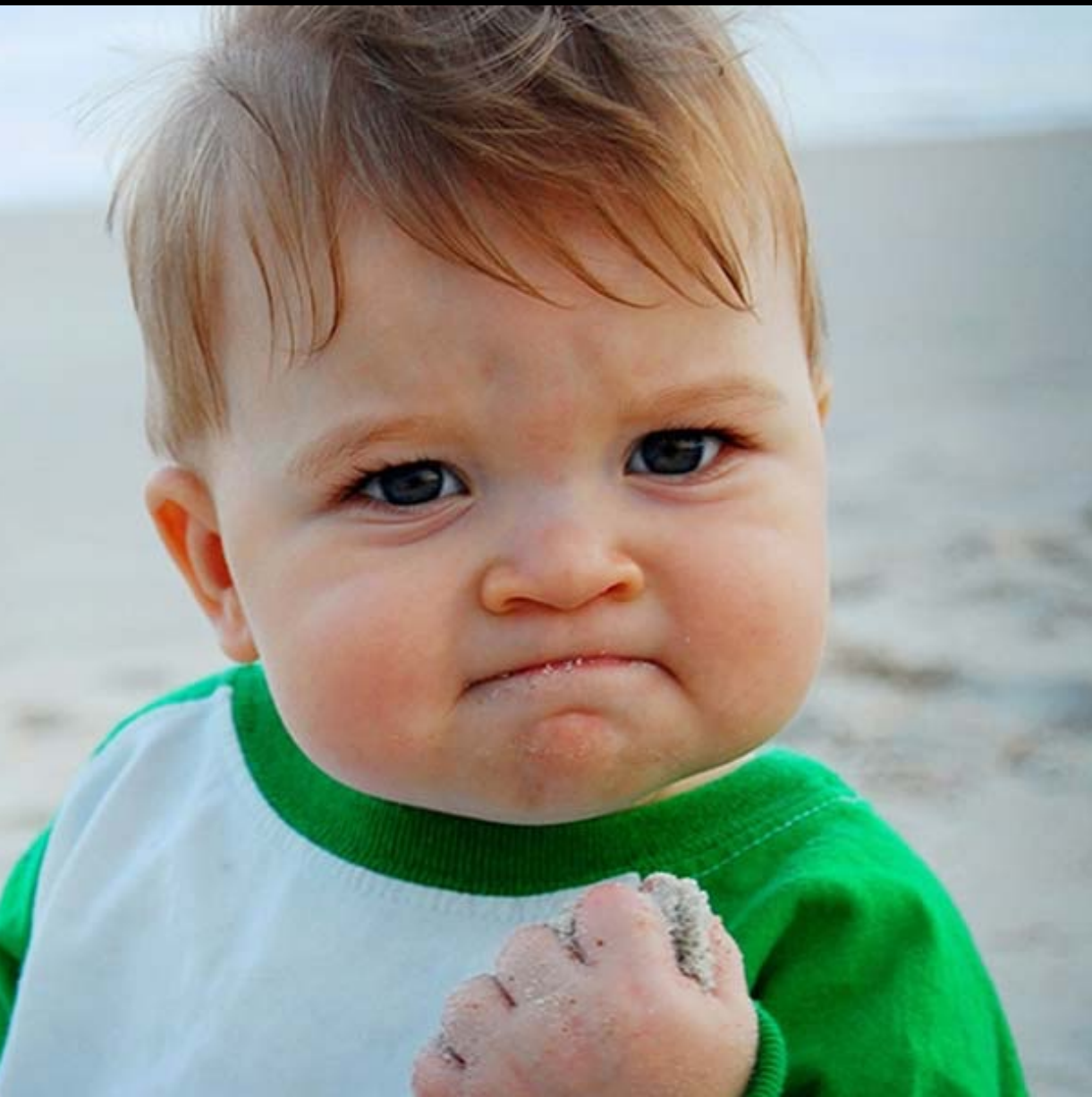
Spørg
“hvorfør?”



#83 Lyt til de nye



Tag handling



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



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

Materialer efter foredraget:

jon.dk/seas-nve

- Præsentationen
- ebog “Det Glade Dusin”
- Ugens produktivitetstip
“Målrettet Mandag”

Links til:

- RevolutJon! podcast
- HappyWays podcast



Listen on
Apple Podcasts



Listen on
Spotify®

Find glæden i forandringen

SEAS-NVE, Kalundborg, 3. december 2020
med Jon Kjær Nielsen #jondk

Materialet: [JON.DK/SEAS-NVE](https://jon.dk/seas-nve)

