

Godt gør godt

- om arbejdsglæde, motivation,
social ansvarlighed og det gode liv

Den Sociale Kapitalfond, 19. august 2020
med Jon Kjær Nielsen #jondk



Mere guf i podcasten RevolutJon!

Tag handling



- Beslut dig for 1 til 3 ting du tror vil påvirke hverdagen positivt
- 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



Mere materiale: jon.dk/socialkapitalfond

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

Links til:

- RevolutJon! podcast
- HappyWays podcast



Listen on
Apple Podcasts



Listen on
Spotify®

Derfor
arbejdsglæde



Fra arbejdsglæde til bundlinje

Produktivitet

Service

Teamwork

Sygefravær

Salg

Personaleomsætning

Kreativitet

Ledelse

Forandringsparathed

Indlæring



36.8°C



OMRON

Kilderne til
arbejdsglæde

Refleksion



Tænk på en god
oplevelse på
jobbet



Positiv psykologi



Menneskelig trivsel



Positiv psykologi

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

- Martin Seligman

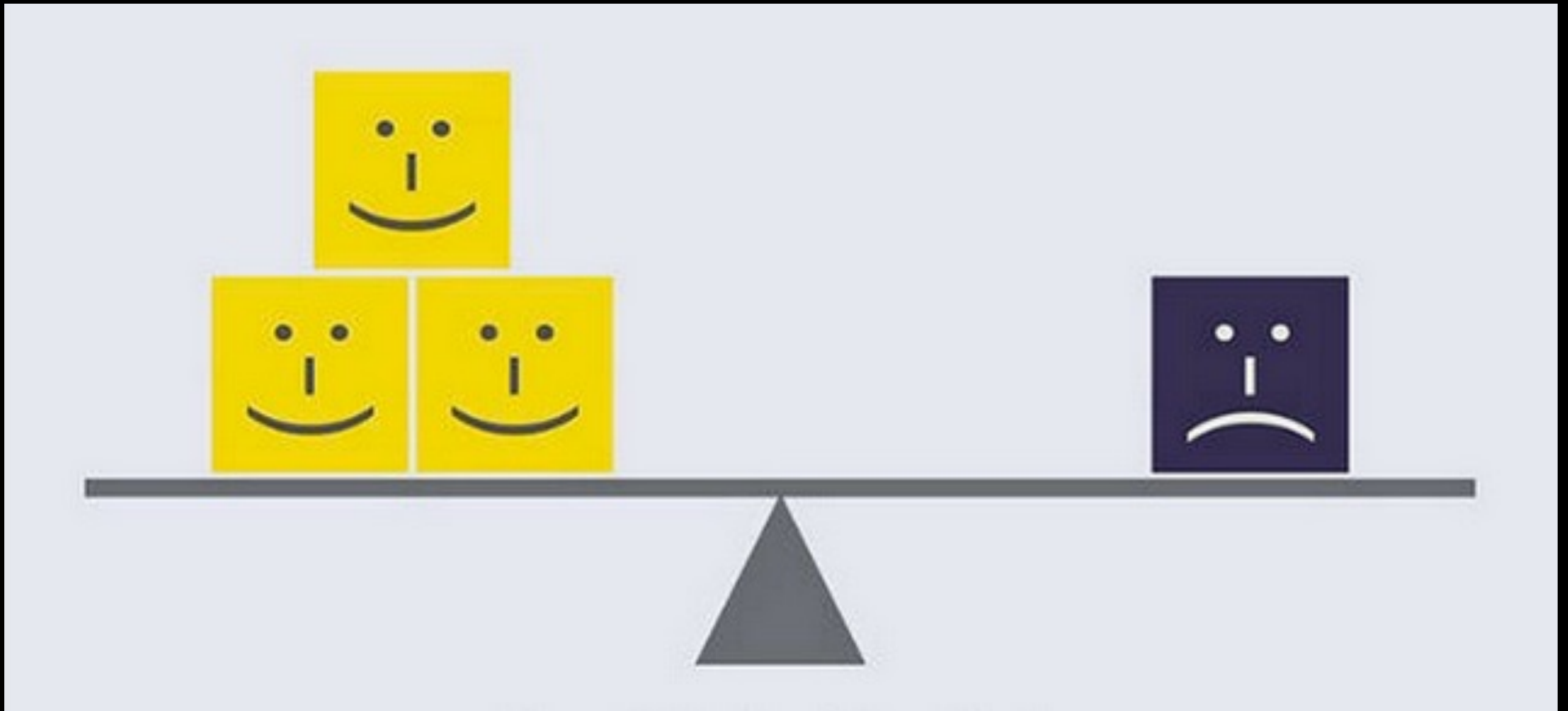


PERMA



Positive følelser

Losada ratio



Micro-øjeblikke



Love is that micro-moment of warmth and connection that you share with another living being

— *Barbara Fredrickson* —

AZ QUOTES

Spejlneuroner

ΣΒΕ! ΣΥΕΠΛΟΒΕΛ



#69 Start møder positivt



Anerkendelse



Optimisme





A red circle with a grey drop shadow, containing the text "#2" in a bold, black, sans-serif font.

#2

Engagement

Flow

#3

Relationer



#2 Inviter på DATE



#18 Hjælpende hænder



#81 Massiv forskelsbehandling



A red circle with a grey border containing the text "#4" in a bold, black, sans-serif font.

#4

Mening

Mening

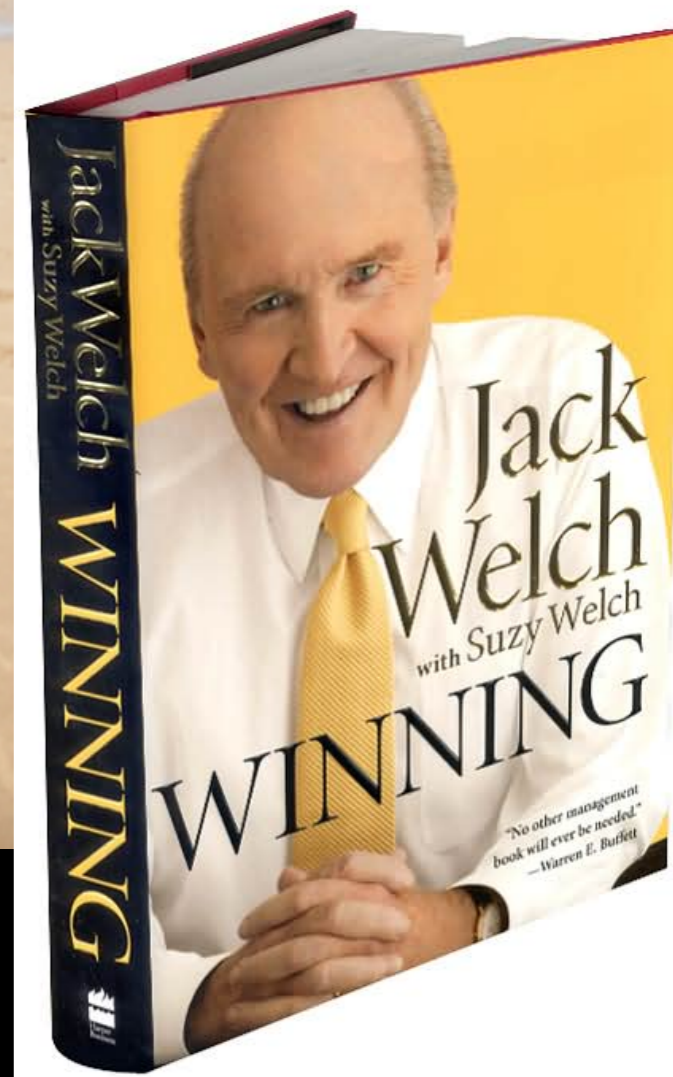


Hvad er vi stolte af...

- Hvad er vi særligt stolte af ved vores arbejdsplads?
- Hvor ser vi at vi gør en forskel?

Gør det synligt i hverdagen, italesæt det

Shareholder Value (1981)



“Dumbest idea ever”

#5

Præstation



Positive følelser

Engagement

Relationer

Mening

Præstation

#58 Ambassadører



#88 Tag kritikere i ed



#19 Snyd på den gode måde





Dunning-Kruger effekten

Hanlons
Razor

MAD
madmag.com



Cookie Monster effekten

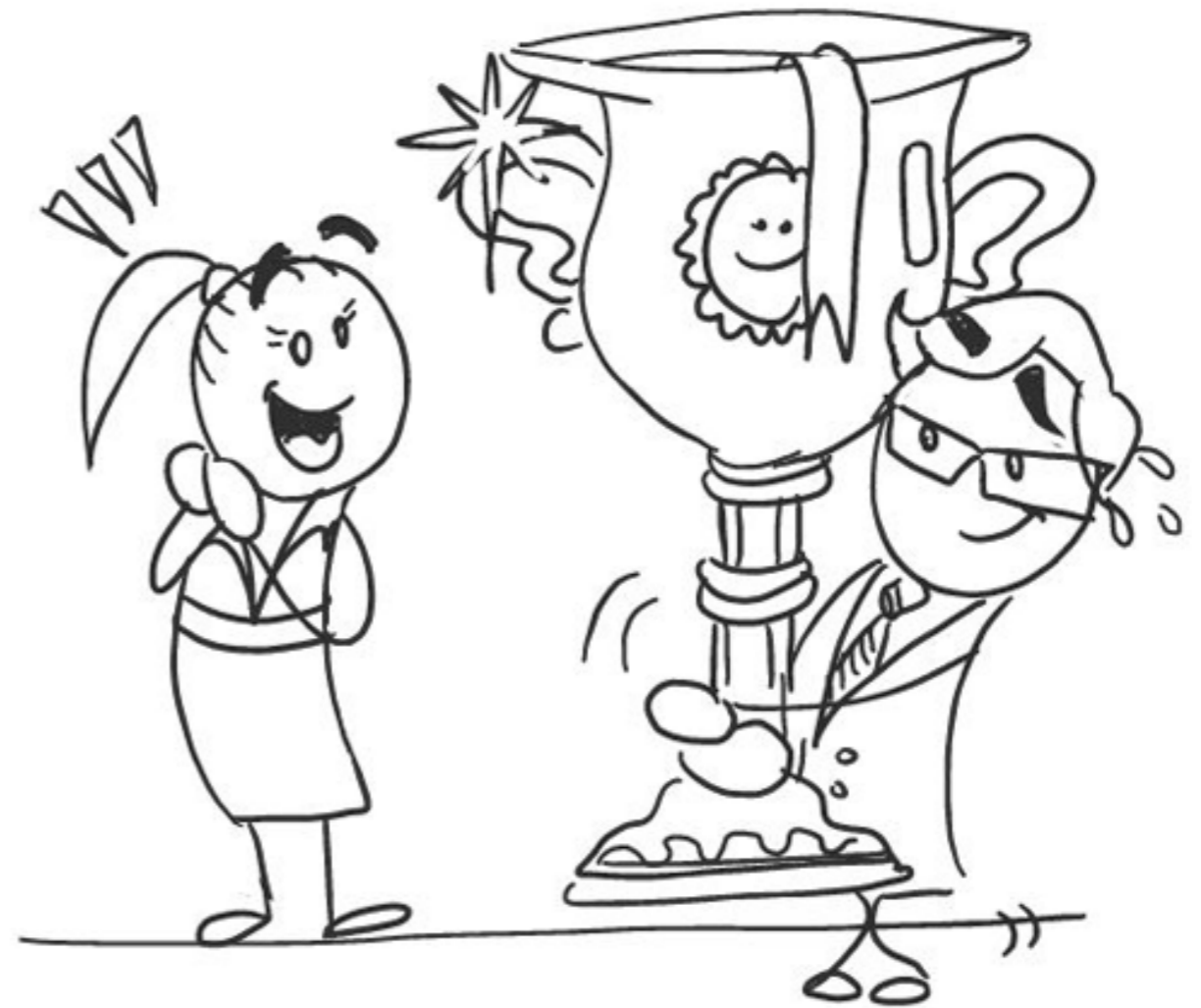


Tag handling



- Beslut dig for 1 til 3 ting du tror vil påvirke hverdagen positivt
- Små ting!
- Start en vane

Fejre succeser





Mere materiale: jon.dk/socialkapitalfond

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

Links til:

- RevolutJon! podcast
- HappyWays podcast



Listen on
Apple Podcasts



Listen on
Spotify

Godt gør godt

- om arbejdsglæde, motivation,
social ansvarlighed og det gode liv

Den Sociale Kapitalfond, 19. august 2020
med Jon Kjær Nielsen #jondk



Mere guf i podcasten RevolutJon!