

Arbejdsglæde - helt enkelt!

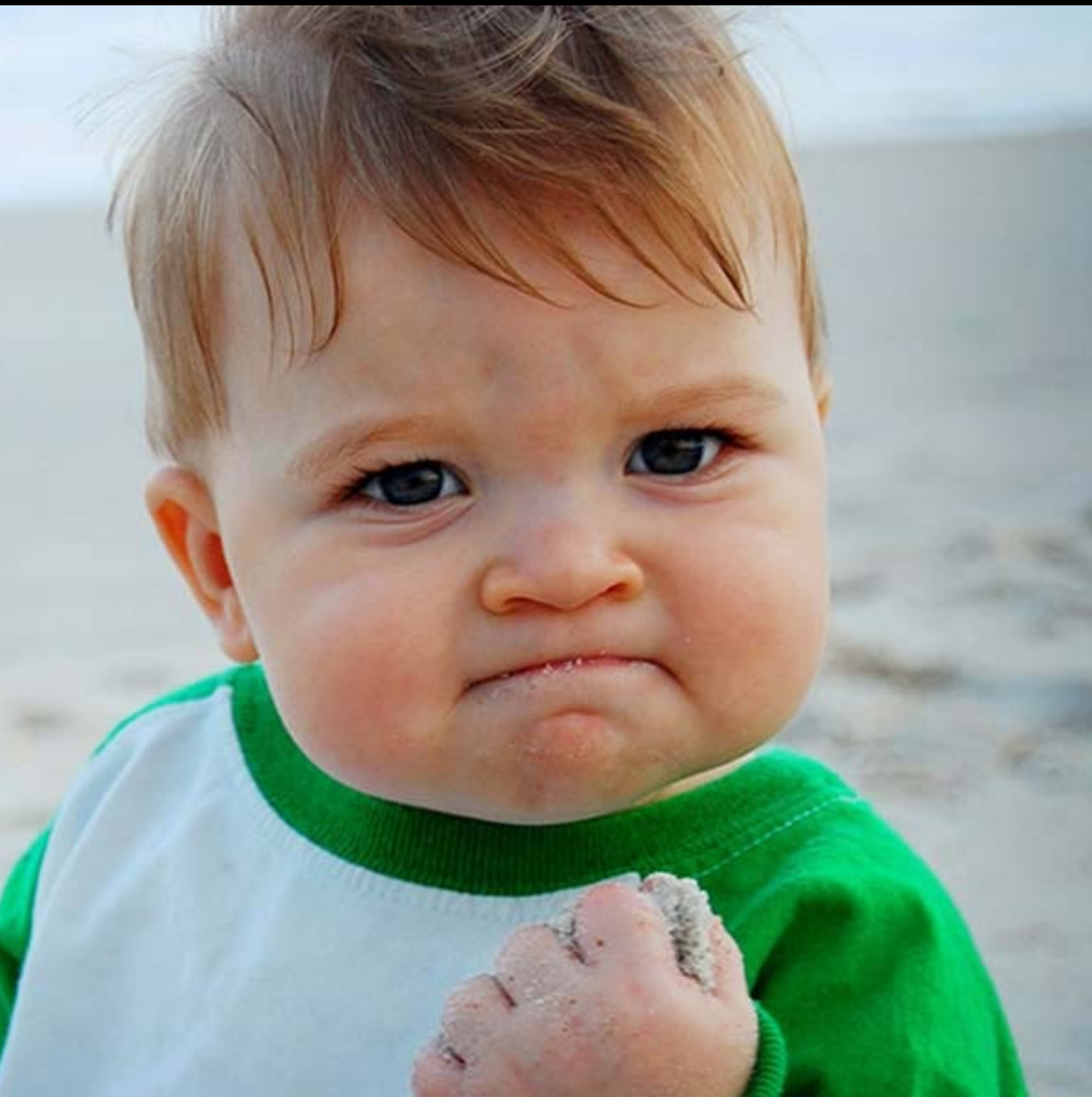
JOSK ApS, 27. september 2019
med Jon Kjær Nielsen #jondk

Materialet: jon.dk/josk

Mere guf: Podcasten RevolutJon!



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



Flere materialer efter:
jon.dk/josk

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

Links til:

- RevolutJon! podcast
- HappyWays podcast



Listen on
Apple Podcasts

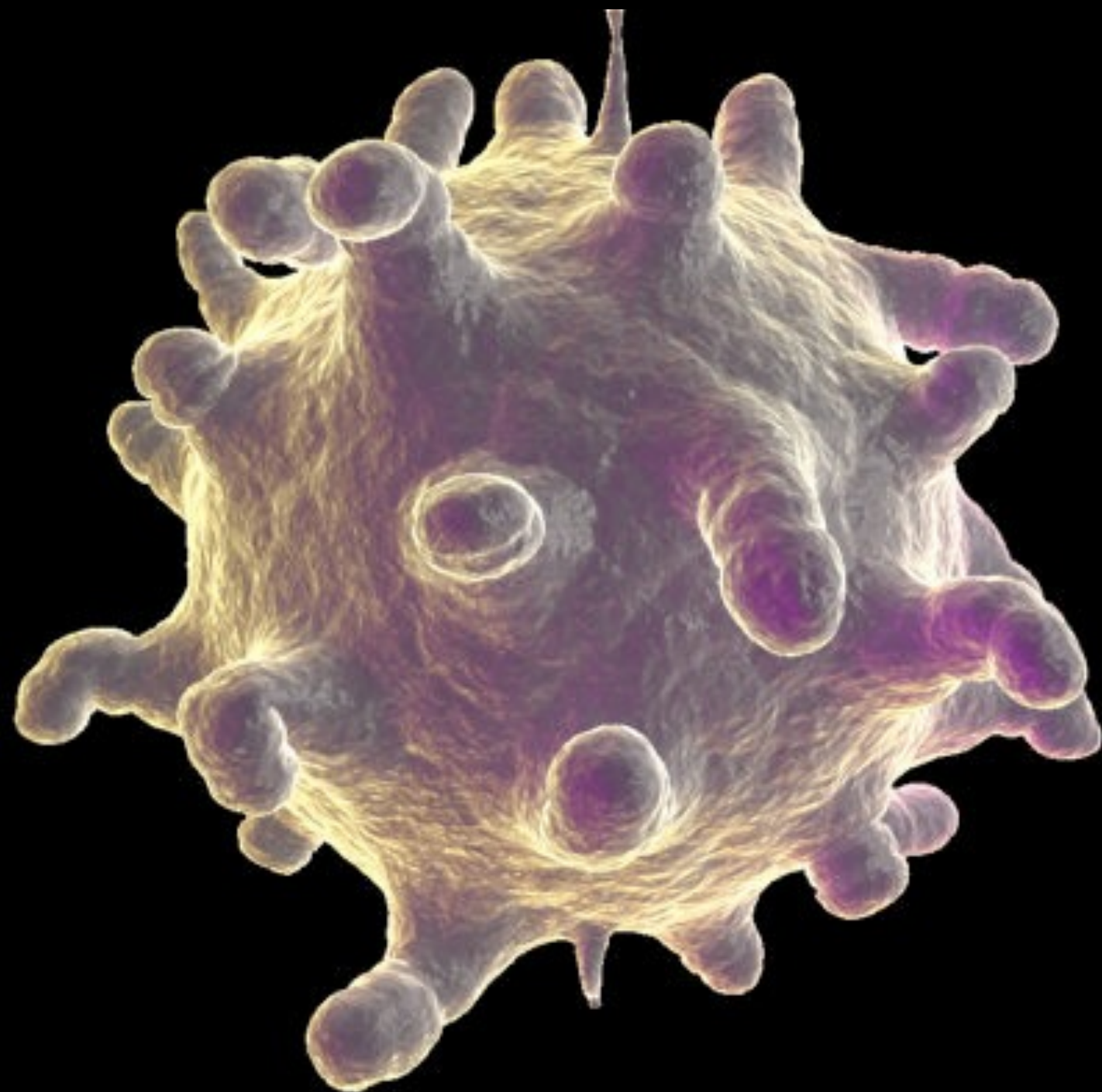


Listen on
Spotify®

Derfor
arbejdsglæde







Produktivitet:

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



Salg:

Optimistiske sælgere
lukker 88% flere ordrer

Fra bogen Learned Optimism, af Martin Seligman



Kilderne til arbejdsglæde

Refleksion



Tænk på en god
oplevelse på
jobbet





Arbejdsglædedræbere

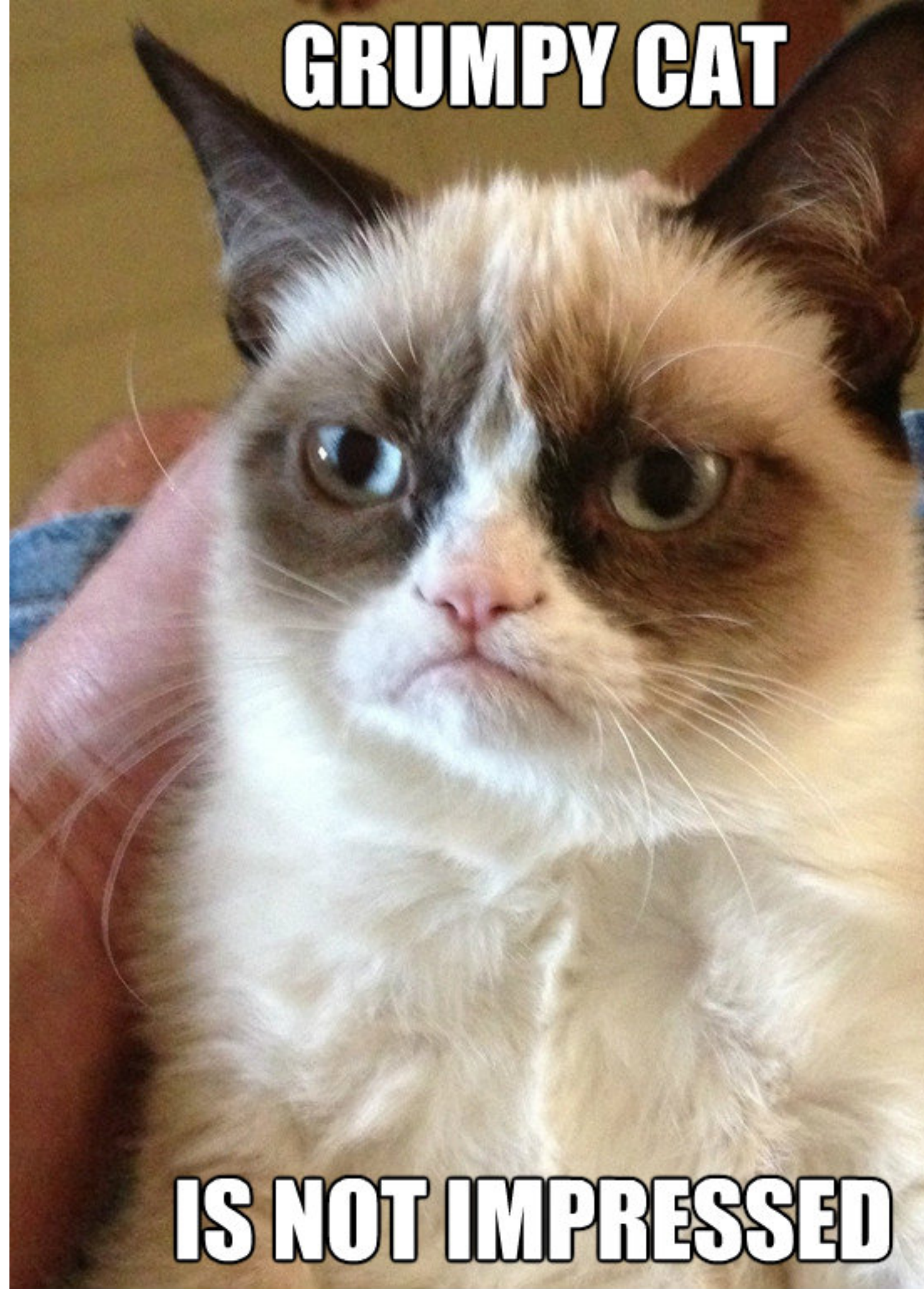
- Rod i rammer og vilkår



Arbejdsglædedræbere

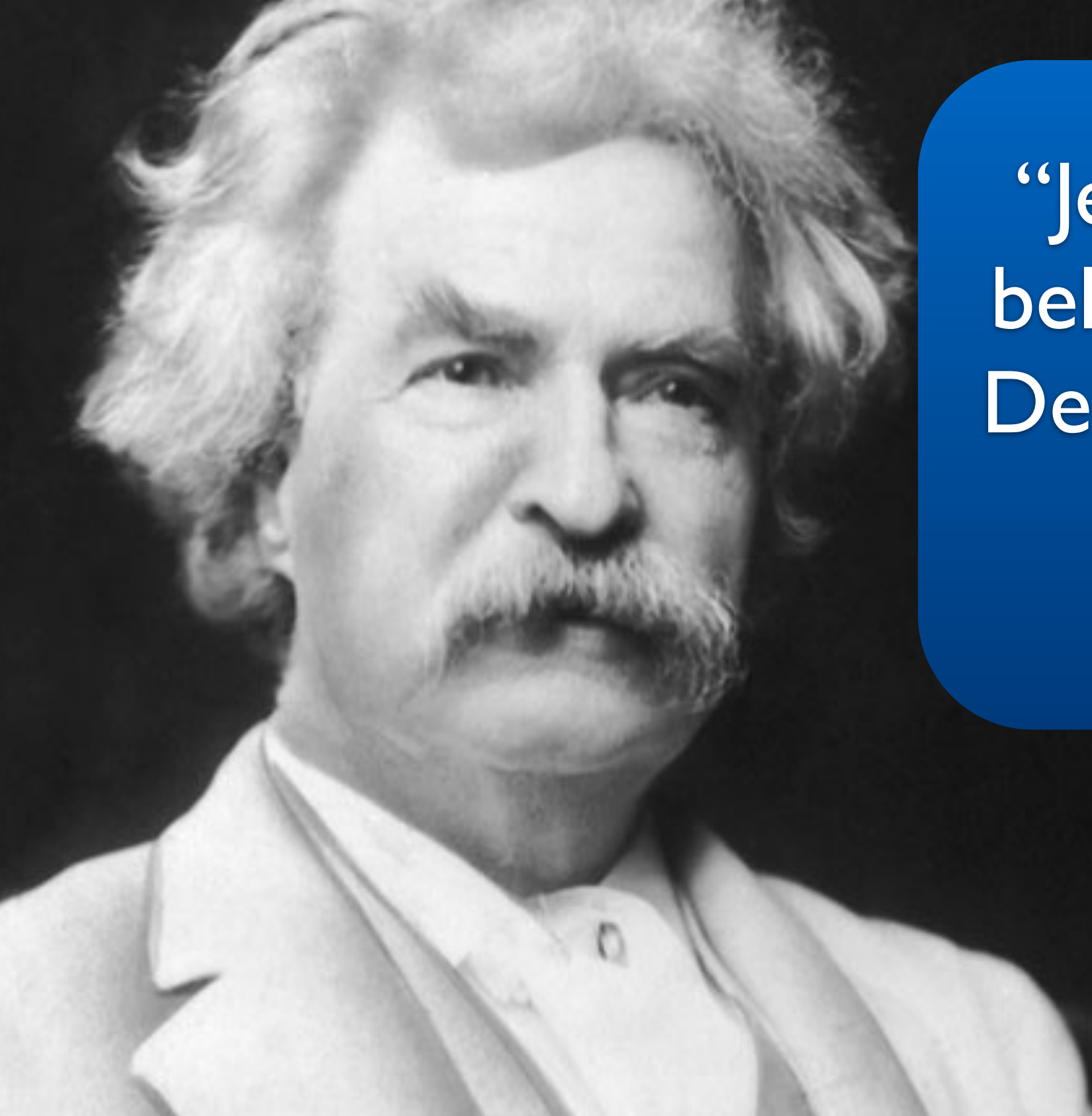
- Rod i rammer og vilkår

Offertrøjen



GRUMPY CAT

IS NOT IMPRESSED



“Jeg har haft mange
bekymringer i mit liv.
De fleste af dem blev
ikke til noget”
- Mark Twain



Leverregel:
Der er ingen
nye problemer

Arbejdsglædedræbere

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

Faldgruben:
“Nu må vi
vente og se...”







Forandringar





Gør det lettere



Optimisme



Hvad gik godt?





EJ2



#22 Dagens glade kollage



Gode kolleger



OPG: “Hvad sætter du allermest pris på ved en god kollega?”

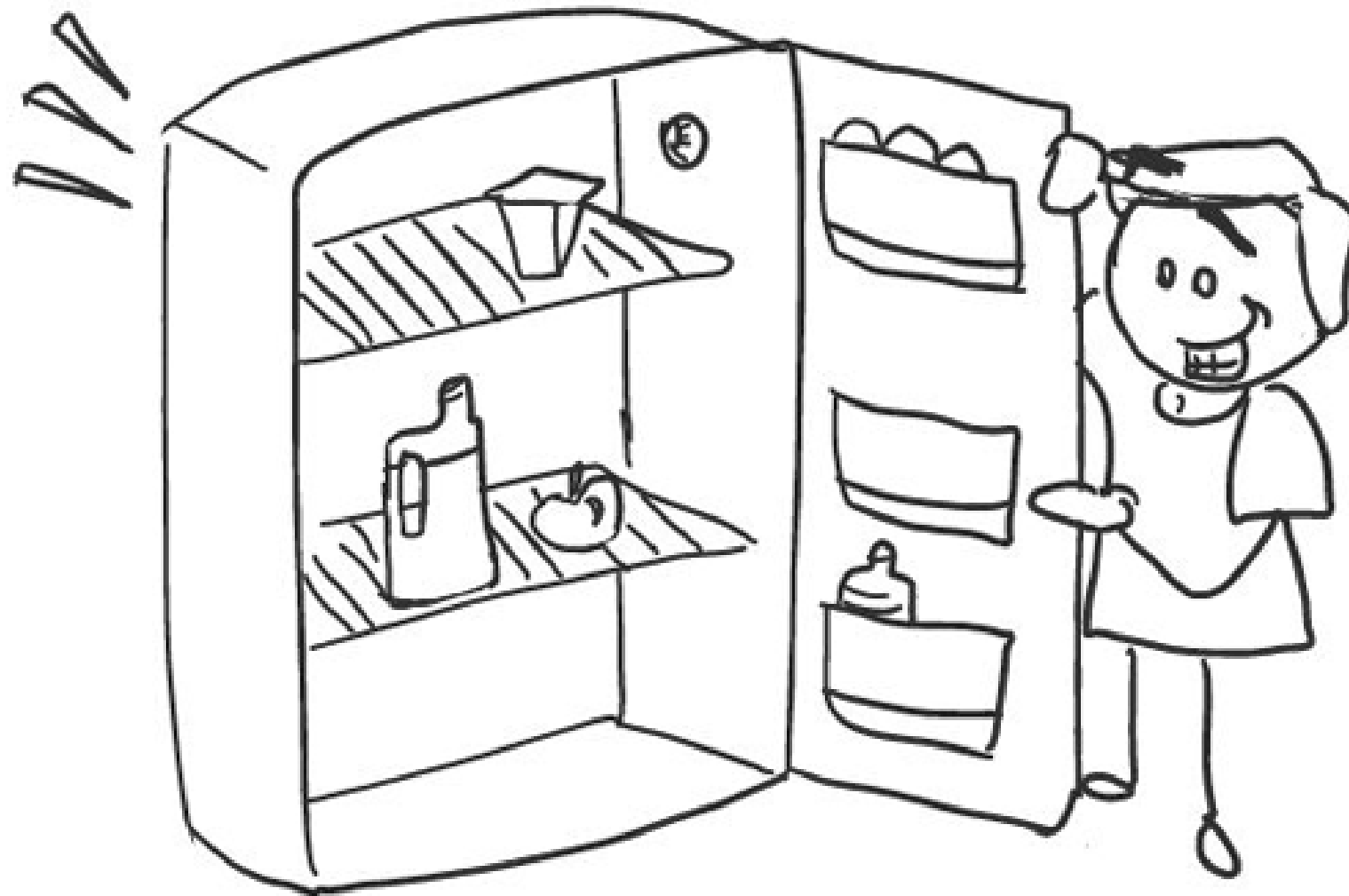
- Beskriv den gode (ideelle!) kollega
- Tag noter / fremlæg



#2 Inviter på DATE



#53 Vis os dit køleskab



#31 Appreciation Day



#18 Hjælpende hænder



#62 Rosedagen



Kultur







Ohnos cirkel

Spørg
“hvorfør?”



#83 Lyt til de nye



#33 Elefantordenen



Thomas



SoftScan

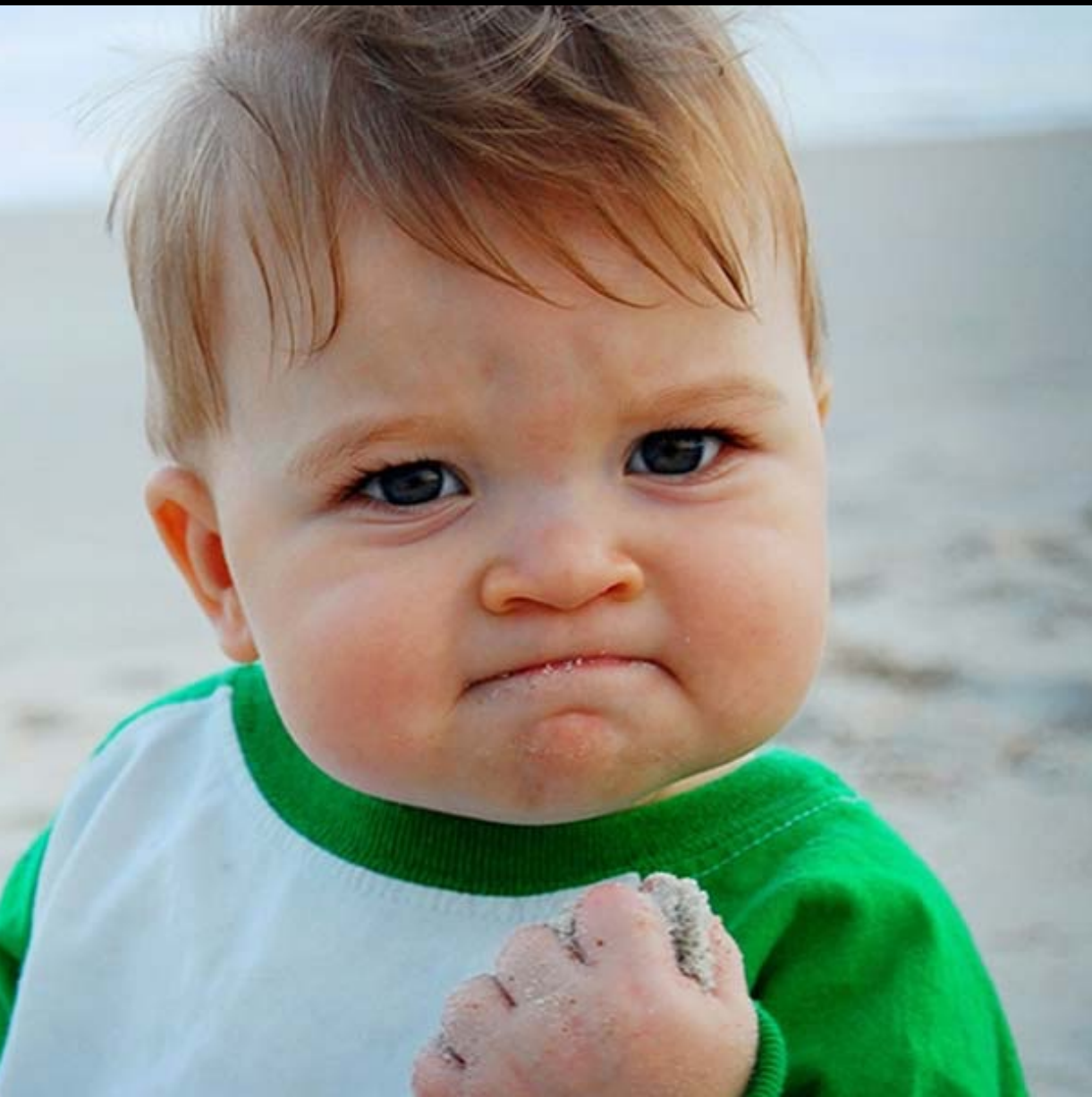


Fejre succesar



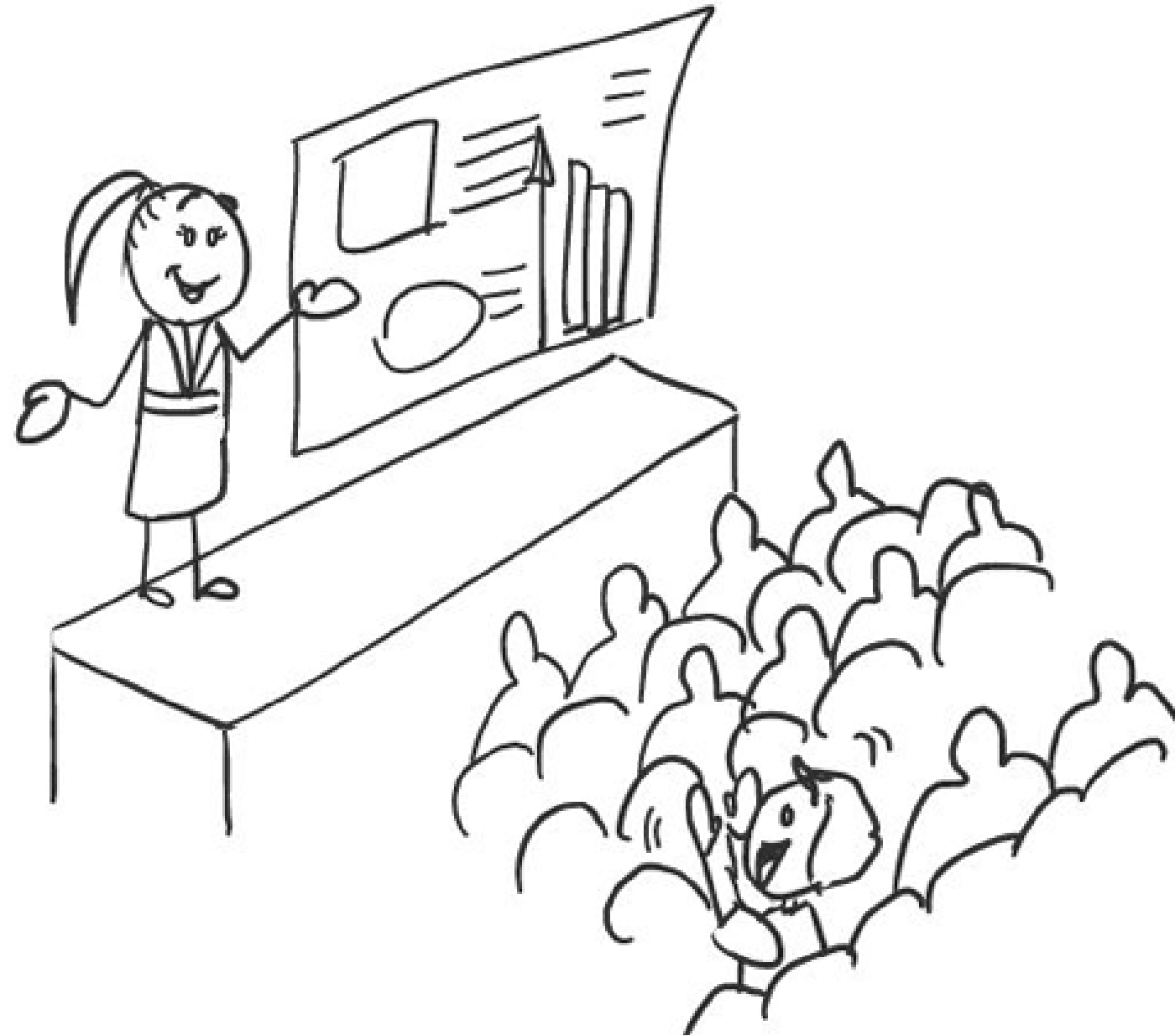


Tag handling



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

#58 Ambassadører



#88 Tag kritikere i ed



Flere materialer efter:
jon.dk/josk

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

Links til:

- RevolutJon! podcast
- HappyWays podcast



Listen on
Apple Podcasts



Listen on
Spotify®

Arbejdsglæde - helt enkelt!

JOSK ApS, 27. september 2019
med Jon Kjær Nielsen #jondk

Materialet: jon.dk/josk

Mere guf: Podcasten RevolutJon!

