

# Arbejdsglæde

- veje til den gode hverdag

Højfyns Tandcenter, 28. januar 2020  
med Jon Kjær Nielsen #jondk



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/tandcenter](http://jon.dk/tandcenter)

- Præsentationen
- ebogen “Det Glade Dusin”
- Ugens tip til en bedre uge:  
“Målrettet Mandag”

Links til:

- RevolutJon! podcast
- HappyWays podcast



Listen on  
**Apple Podcasts**



Listen on  
**Spotify**



- Hils på hinanden
- Hvad glæder du dig til idag?
- Videre til den næste!





Derfor  
arbejdsglæde



“Et bedre sted at være  
er et bedre sted”

Produktivitet

Service

Teamwork

Sygefravær

Salg

Personaleomsætning

Kreativitet

Ledelse

Forandringsparathed

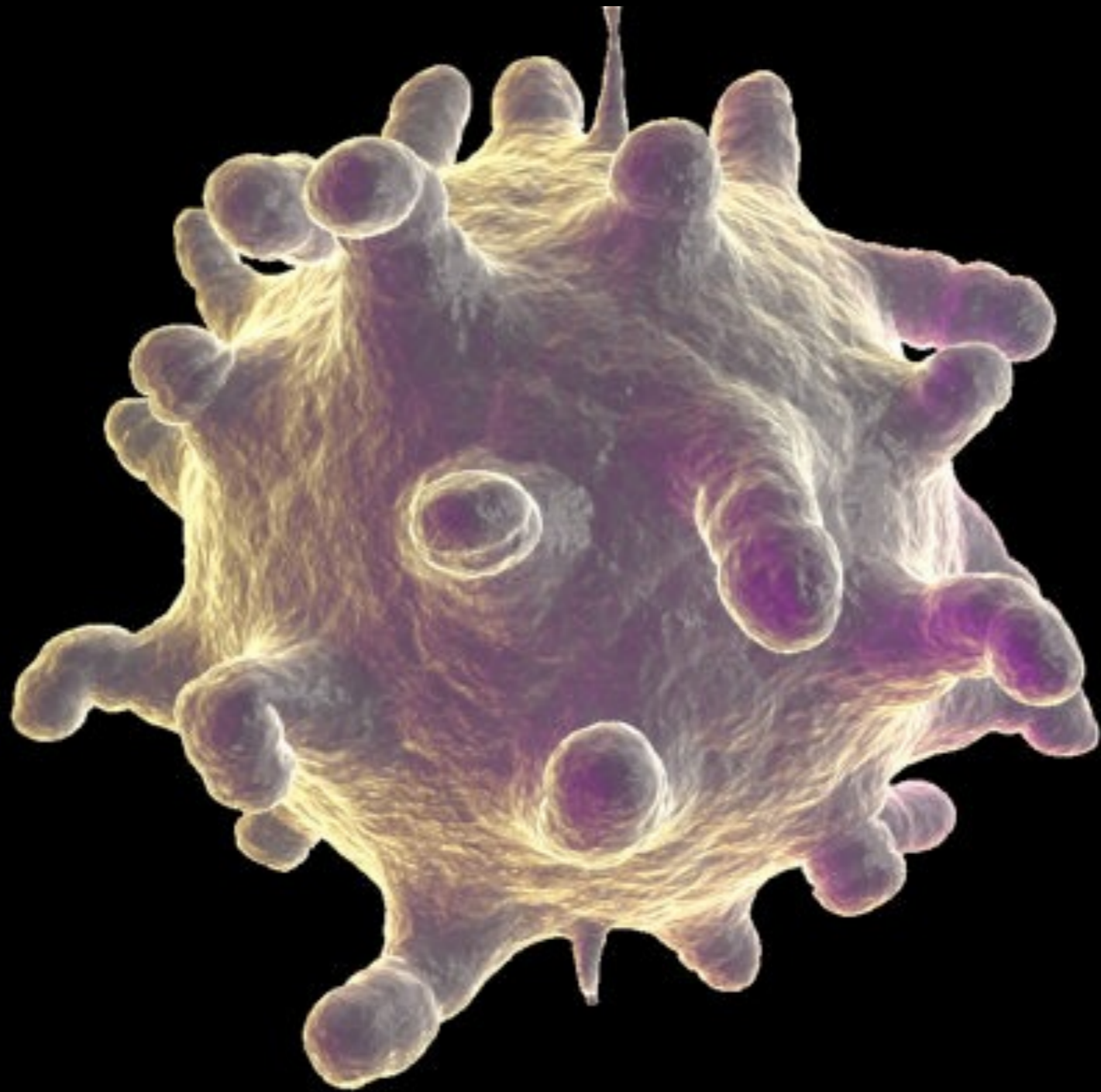
Indlæring



36.8°C



OMRON



# Arbejdsglæde som værn

“Arbejdsglæde  
er den eneste  
langsigtede kur  
mod stress”

- Bo Netterstrøm



## 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

# Opgave

1. Hver person fortæller om en god dag (1 minut)
2. Diskuter og noter hvad der giver arbejdsglæde.
3. Opsamling i plenum.









# Arbejdsglædedræbere

- Rod i rammer og vilkår



# Arbejdsglædedræbere

- Rod i rammer og vilkår
- Manglende anerkendelse

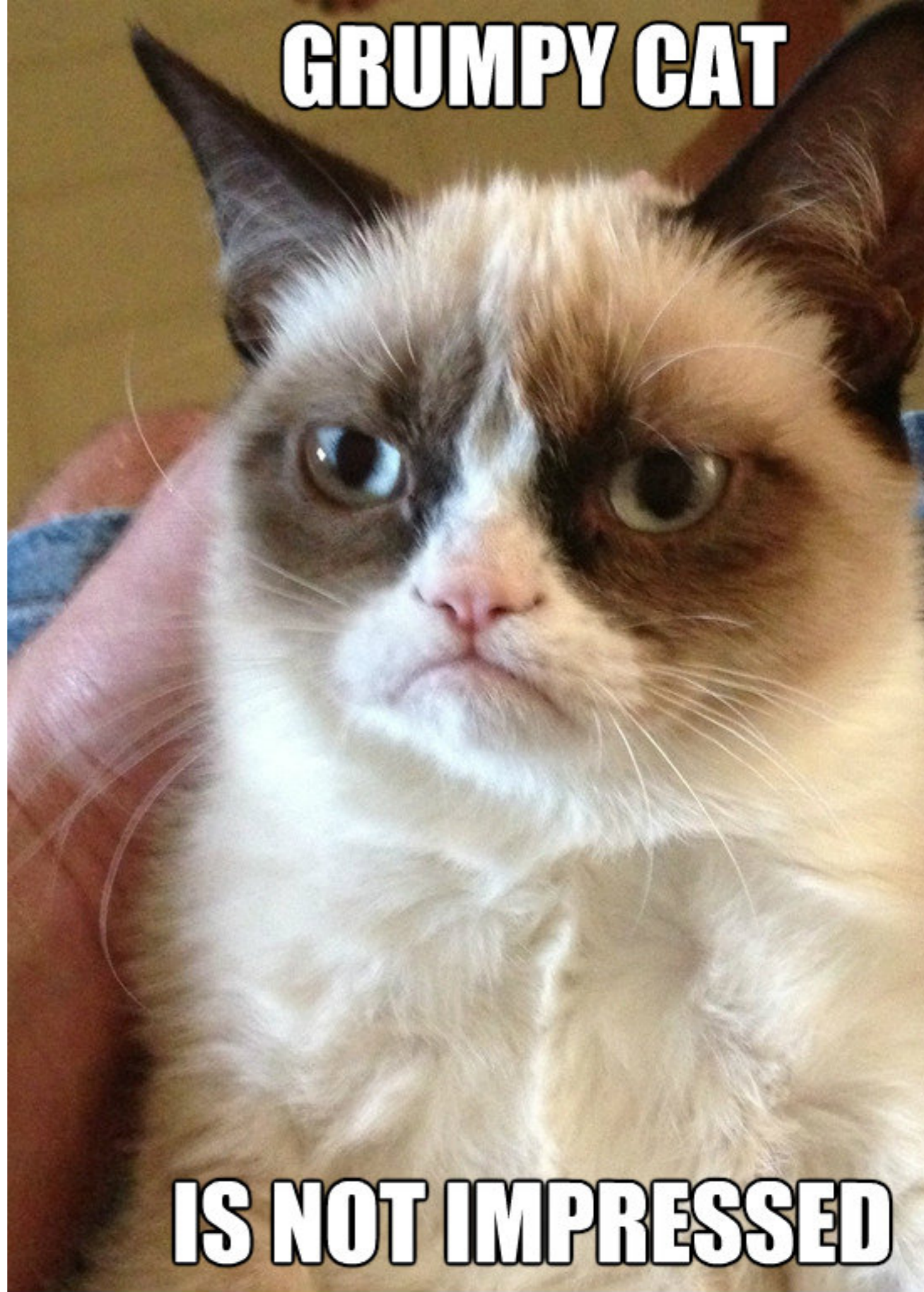
# Ros og anderkendelse

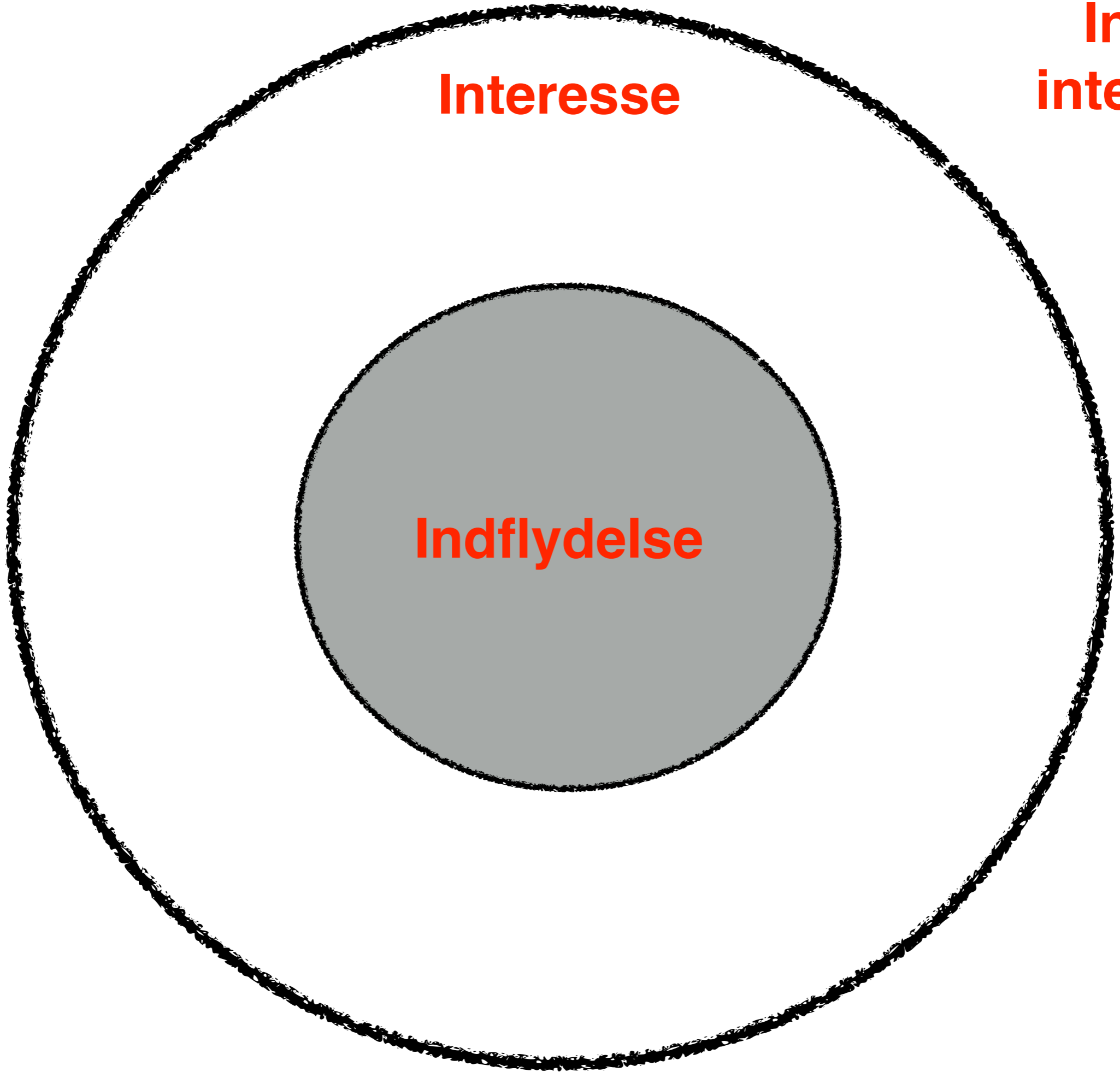


# Arbejdsglædedræbere

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

# Offertrøjen





**Interesse**

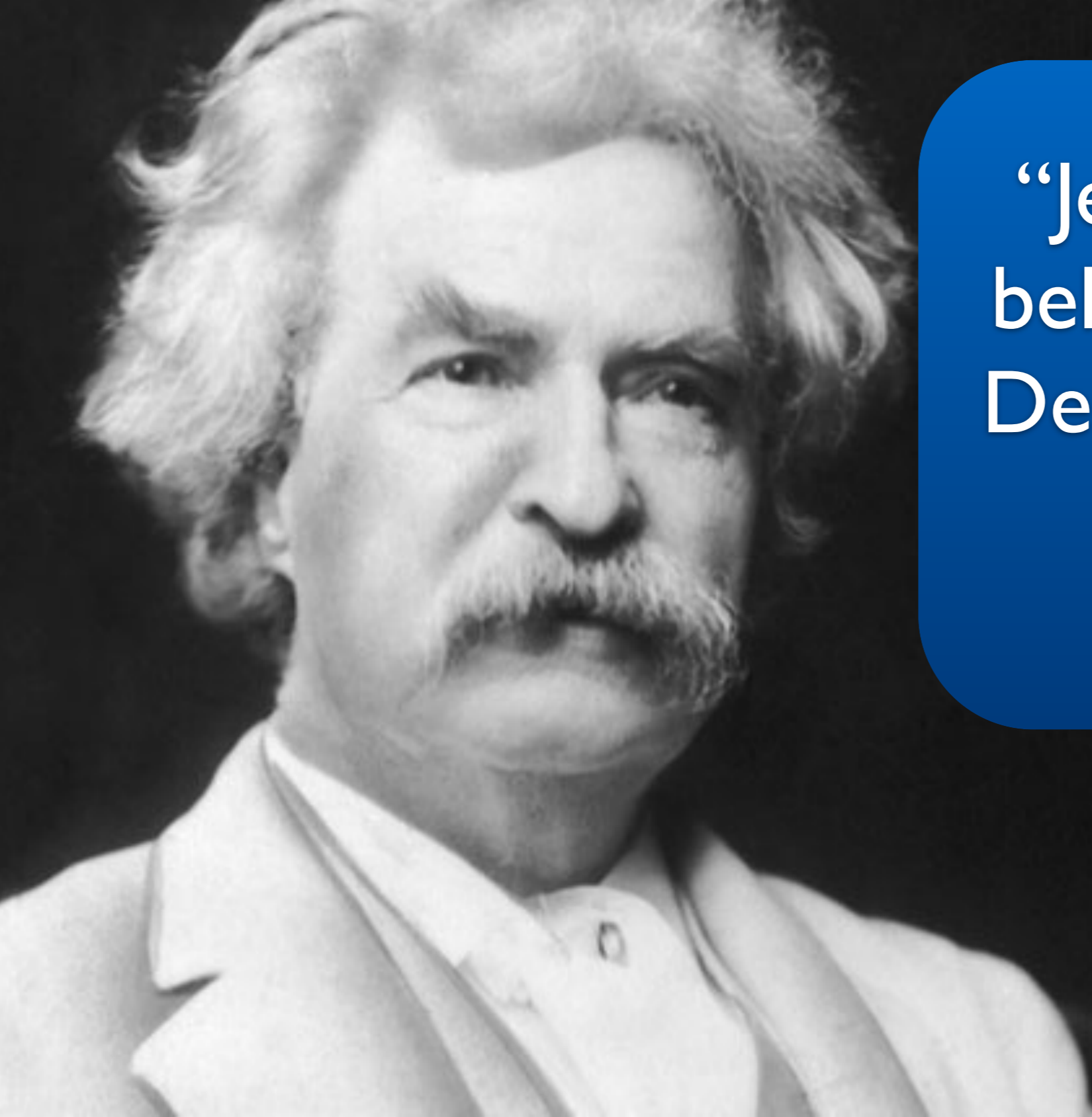
**Ingen  
interesse**

**Indflydelse**

# Opgave

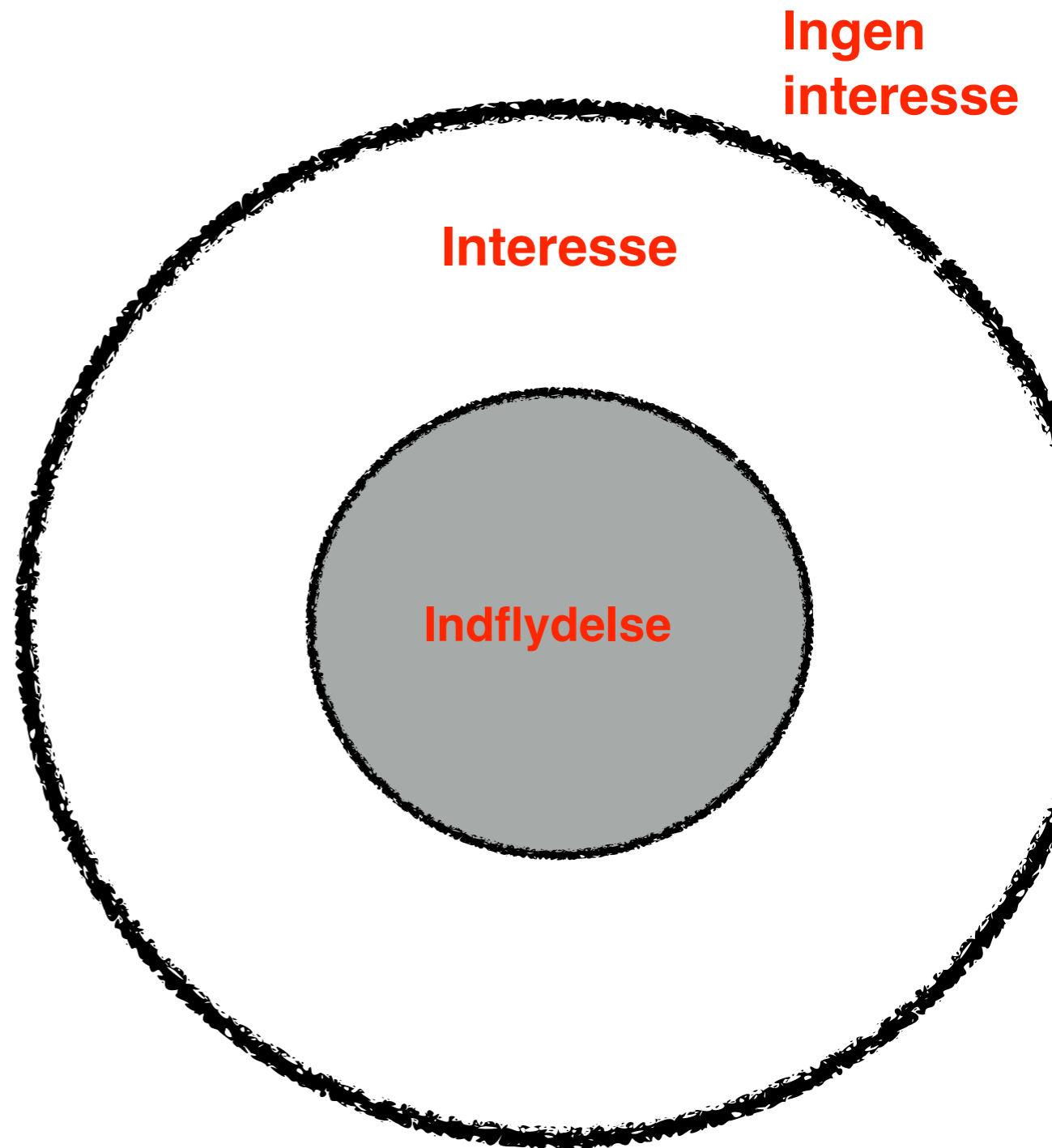
Kortlæg hvad der optager os i vores hverdag, i forhold til om det noget vi har indflydelse på, eller kun interesse i?





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

At bekymre  
sig om det  
rette



Leverregel: Intet er  
nogensinde nogens skyld



# Arbejdsglædedræbere

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



Faldgruben:  
“Nu må vi  
vente og se...”





# Forandringer







# Frygt og usikkerhed

- Det ukendte
- Forringede kompetencer
- Statustab
- Mistede relationer

# Hvad vil det give...

Forestil dig, at vi i 2020 skaber Fyns Bedste Arbejdsplads hos Tandcenteret. Hvad vil det så give?

- Hvad vil det betyde for resultaterne?
- Hvad vil det betyde for vores relationer?
- Hvad vil det gøre ved mig?

# Gør det lettere



# 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*



H + T = V



# Strategi: Optimisme

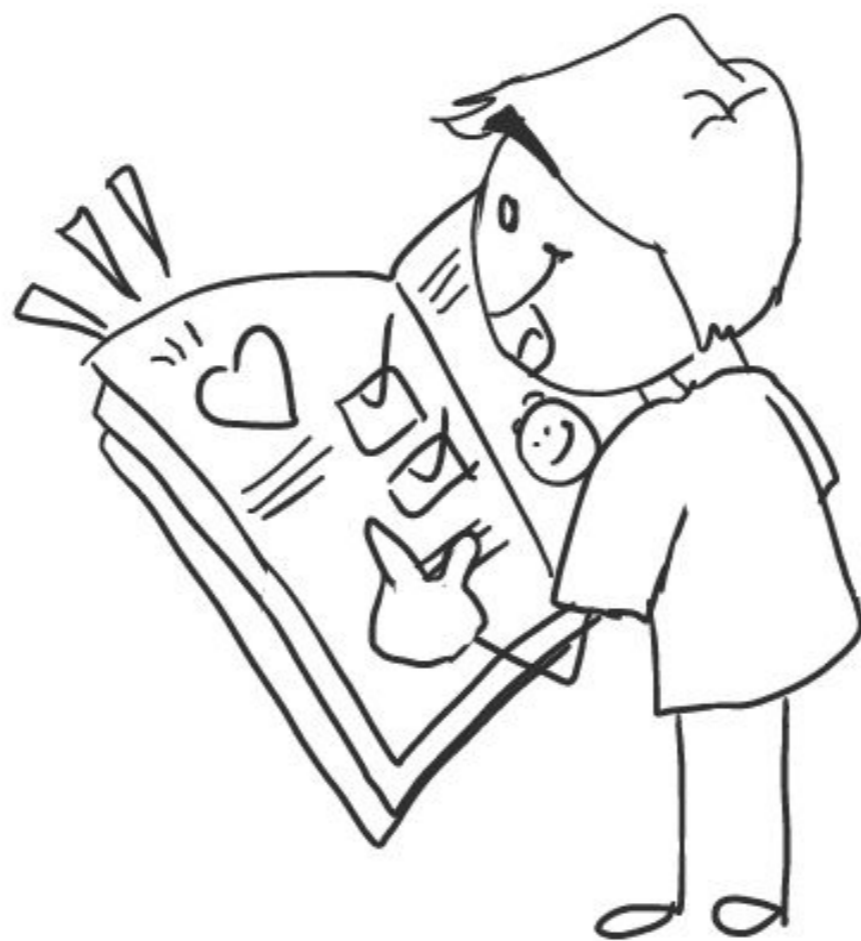






Leverregel:  
Der er ingen  
nye problemer

# Hvad gik godt?



# Hvad gik godt?

- Hvad er tre ting du sætter pris på fra i går?



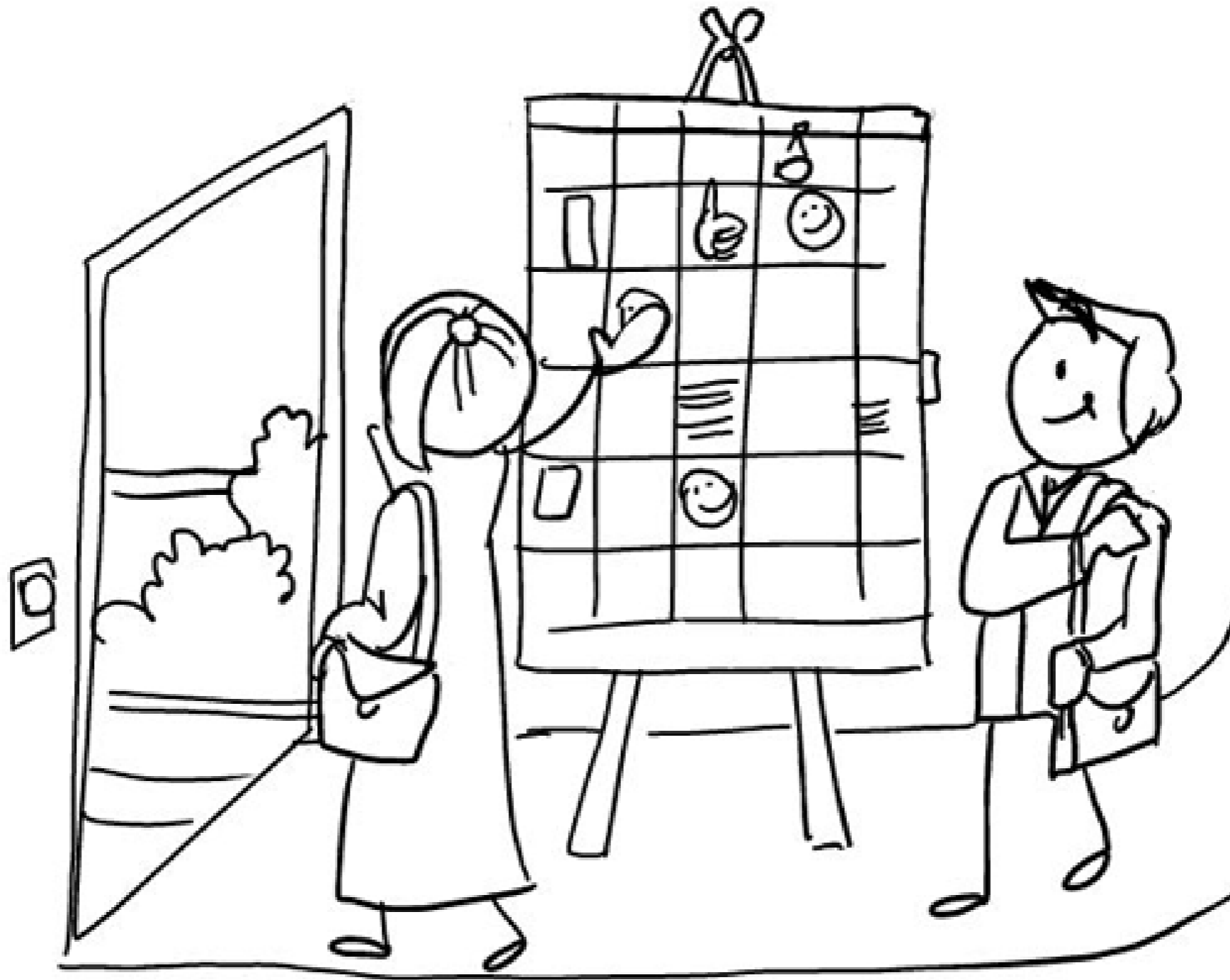


EJ2

11/5  
How many laugh  
and...  
1/5 on USB  
...  
-TOOL- ...

2500  
...  
20-...  
...  
206  
250

# #22 Dagens glade kollage

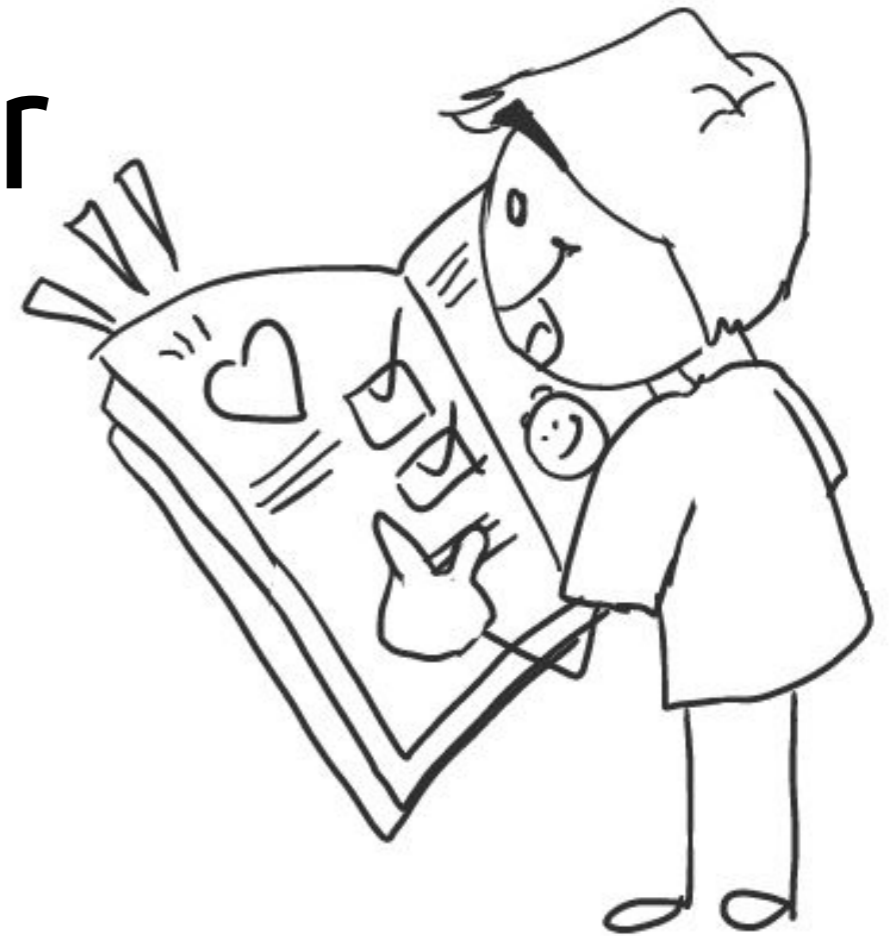


# #6 Taknemmelighedsdagbog



# Næste mandagssamling:

- Hvad er det bedste der er sket siden sidst?



# Det gode kollegaskab

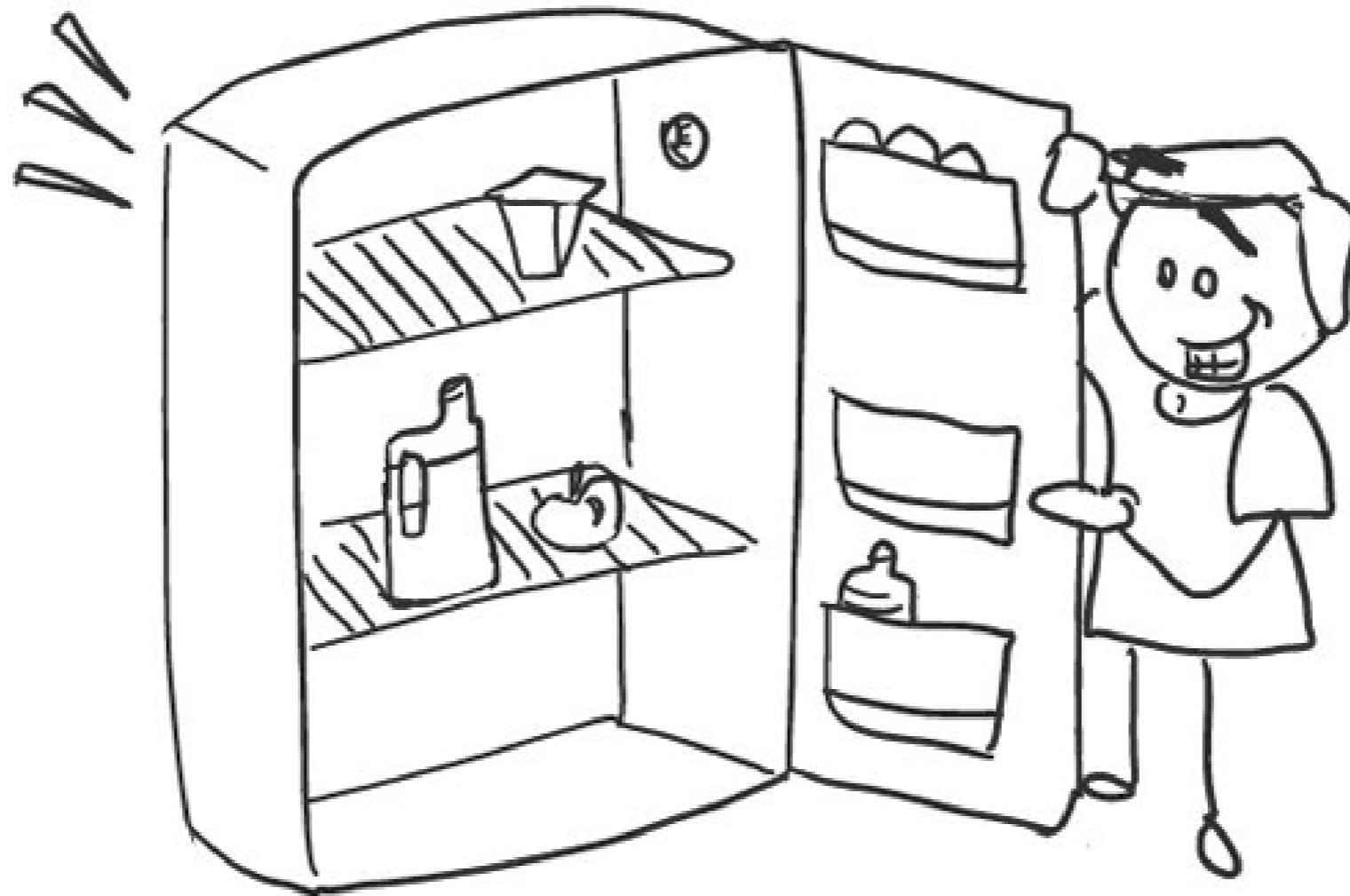




# #2 Inviter på DATE



# #53 Vis os dit køleskab



# #31 Appreciation Day



# #18 Hjælpende hænder



# Frokost



# Walk 'n Talk

“Hvad er det bedste ved at arbejde hos Højfyns Tandcenter?”



# Det gode kollegaskab



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

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





# Kultur





# Kultur

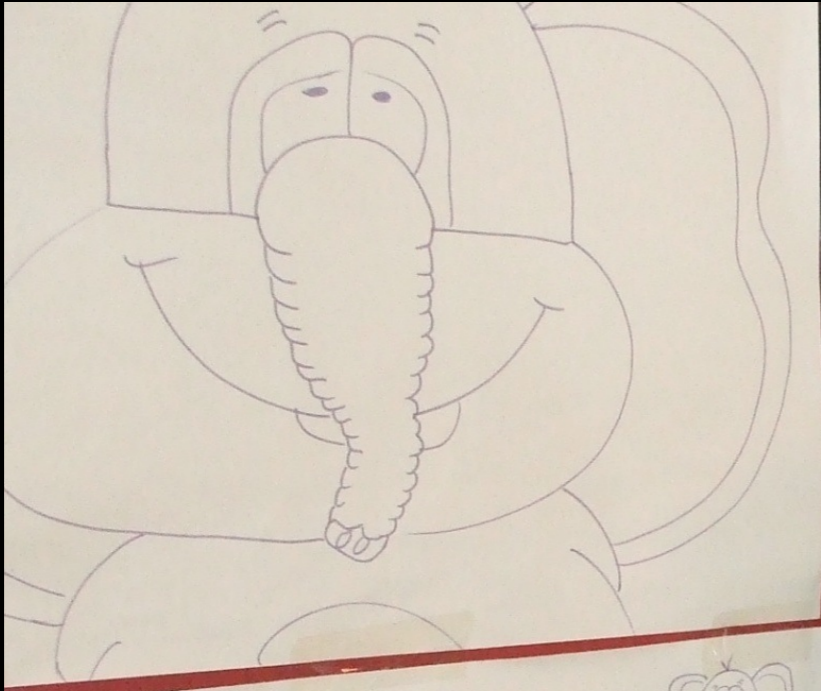
---


Overbevisninger  
+ Systemer

# Møgregler



# #33 Elefantordenen



LEFANT-ORDENEN 

SADAN GØR DU:

- ⇒ ALLE KAN UDDELE
- ⇒ GIV TIL EN KOLLEGA, F.EKS:
  - NÅR DER ER GJORT NOGET GODT
  - NOGET FAGLIGT SMART
  - NOGET EKSTRA
  - NOGET DER GØR DIG GLAD
  - GJORT DET NEMMERE

STÅ PÅ SKRIVEBØRDET, I DAG OG NESTE DAG  
KOLLEGAEN HVORFOR DEN?



# Kultur



- Hvad er særligt godt ved vores kultur, det vi vil fastholde?
- Hvad vil vi gerne tilføje til kulturen?









# Den gode klinik - hvad gør vi?





**Casper V. Hansen** • 1.

Uvildig professionel rådgivning om erhvervsforsikringer.

5t ...

Hej Jon for en del år siden var jeg på besøg ved en tandlæge der havde en fladskærm over deres stol. Da jeg så ankom fik jeg udleveret et par hovedtelefoner, samt en lille menu hvor jeg kunne vælge om jeg var til kultur program, eller de nyeste episoder at Topgear (ja det er et par år siden) Men super fed oplevelse.

· 1 synes godt om | · 2 svar



**Daniel Graversen** • 1.

I help you create SAP PI and CPI integration faster and more ...

2t ...

Man ved det begynder at blive et problem hvis de giver dig menuen med hel aftens film.



**Sabrina Spangsdorf** • 1.

Strategic advisor | Educational analyst | PhD student in psychology a...

5t ...

Mange tandlæger bruger at have et billede hængende over tandlægestolen, så patienten har noget at kigge på under behandlingen. Men hvorfor ikke have en fladskærm, så man kan skifte billederne ud? Jeg havde engang en tandlæge, som havde sådan en skærm som skiftede billede undervejs og det var faktisk meget rart at se på forskellige ting. Billederne var ofte naturfotos og ofte meget detaljerede og farverige, så der var meget at kigge på. det får bare tiden til at gå lidt hurtigere og kan fjerne lidt af fokus fra behandlingen.

· 1 synes godt om | · 1 svar



**Eva Marianne Rosenbæk-Svane** • 1.

Forandringsskaber med god erfaring indenfor ledelse, proce...

4t ...

Min tandlæge har en fladskærm og viser naturprogrammer

· 2 synes godt om |



**Sanne Godt** • 1.

Ejer af Deko Godt

Arbejde med duften/lugten jeg synes der lugter virkelig dårligt altså lugten af tandlæge. Og det kan sagtens laves om. Og indretningen, hvorfor skal det være så kedeligt??? Gør lidt mere ud af det, få mig til at føle mig hjemme, jo mere rolig jeg er, jo nemmere bliver det for dem.

· 2 synes godt om |



**Maria Merrild Thuesen** Massage i stolen ligesom nogle frisører har

[Like](#) · [Reply](#) · 4h



**Solveig Malvik** Nakkeputer, jeg sovner gjerne i stolen, men så vipper hodet mitt til siden

[Like](#) · [Reply](#) · [See translation](#) · 4h



**Rikke Grønbæk** Sørg for at der er hyggeligt, og lugter rart - dvs. ikke af desinfektionsmiddel.

[Like](#) · [Reply](#) · 6m



**Marie Louise Flindt Herløvsen** Ligesom alle andre venteværelser hvor man skal noget der gør en nervøs tænker jeg i beroligende varmt lys og lyd. En vand væg til at rense luft der lugter tit meget klinisk. Evt en væg med planter. En massagestol til ventetid. Tænker man godt må tage wellness æstetikken til sig. Det ud over er det vigtigste personale der er behagelige og fagligt dygtige.

[Like](#) · [Reply](#) · 4h



**Charlotte Rosenkilde** Forkælelse til kunderne - en pedicure mens du alligevel ligger der i stolen

[Like](#) · [Reply](#) · 6h



**Bo Risom** Har hørt om en der serverede fadøl inden turen i stolen... 👍

Ellers må de gerne være som de nu plejer....

[Like](#) · [Reply](#) · 1h

# Løbende forbedringer

- Hvis målet er at skabe den bedste arbejdsplads vi kan - for os og patienterne - hvad kunne så være værd at prøve af?
  - For vores gruppe
  - For de andre
  - Patientrettet



# Den gode stemning



# Tag handling



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

Flere materialer efter:  
[jon.dk/tandcenter](http://jon.dk/tandcenter)

- Præsentationen
- ebogen “Det Glade Dusin”
- Ugens tip til en bedre uge:  
“Målrettet Mandag”

Links til:

- RevolutJon! podcast
- HappyWays podcast



Listen on  
**Apple Podcasts**



Listen on  
**Spotify**



# Arbejdsglæde

- veje til den gode hverdag

Højfyns Tandcenter, 28. januar 2020  
med Jon Kjær Nielsen #jondk



Mere guf: Podcasten RevolutJon!