

Arbejdsglæde

- Lederens rolle og muligheder

Elgiganten

Peak Gathering, 28. oktober 2025
med Jon Kjær Nielsen #jondk



Ekstramaterialer: jon.dk/elgiganten



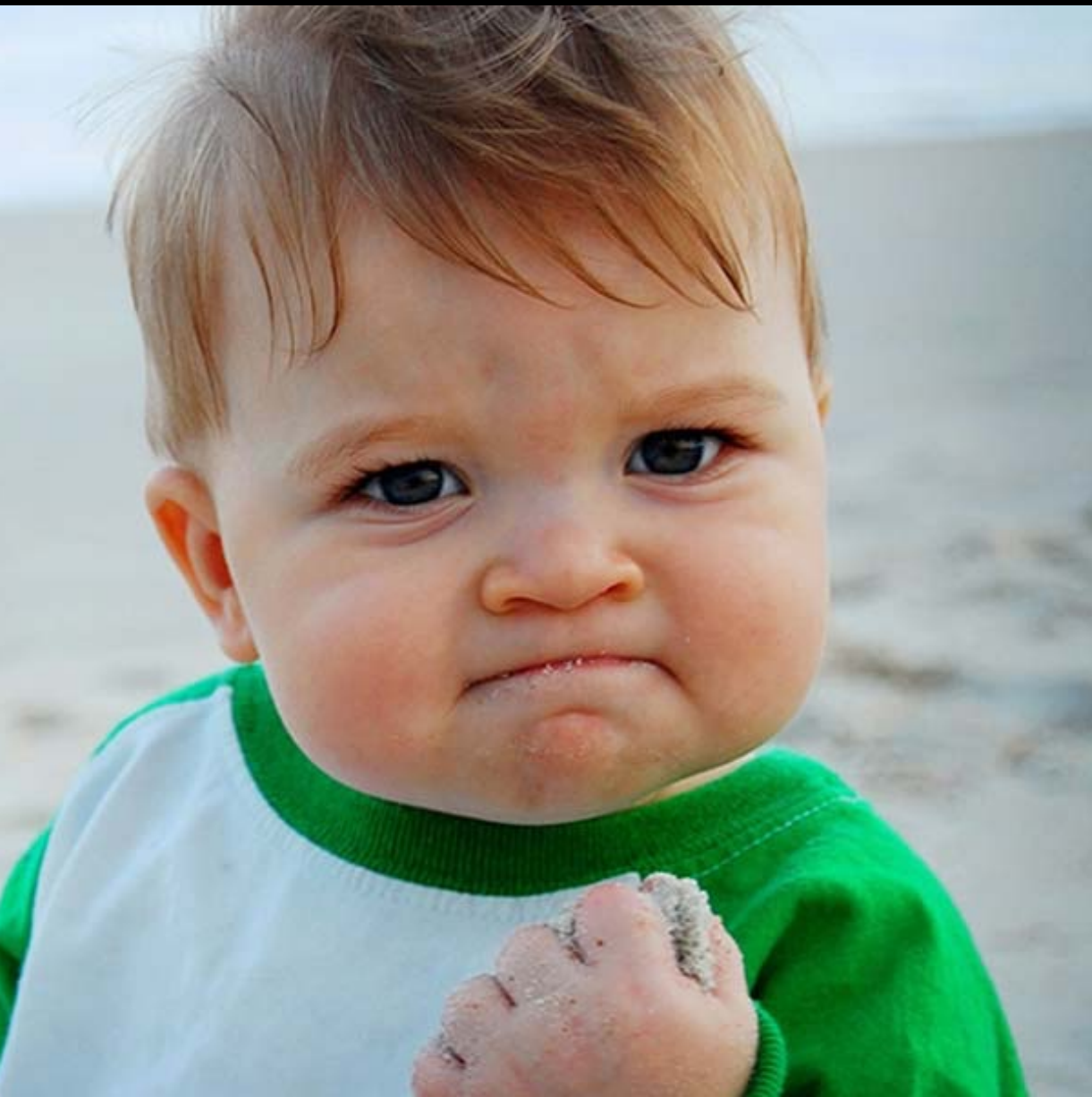
Welcome to the world's happiest nation*

That calls for a **Carlsberg**

KIT



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





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 arbejdsd

130 visninger • for 3 år siden

Videoer



Brølere & Heltegerninger



Derfor
arbejdsglæde

“Et bedre sted at være
er et bedre sted”

Produktivitet

Service

Teamwork

Sygefravær

Salg

Personaleomsætning

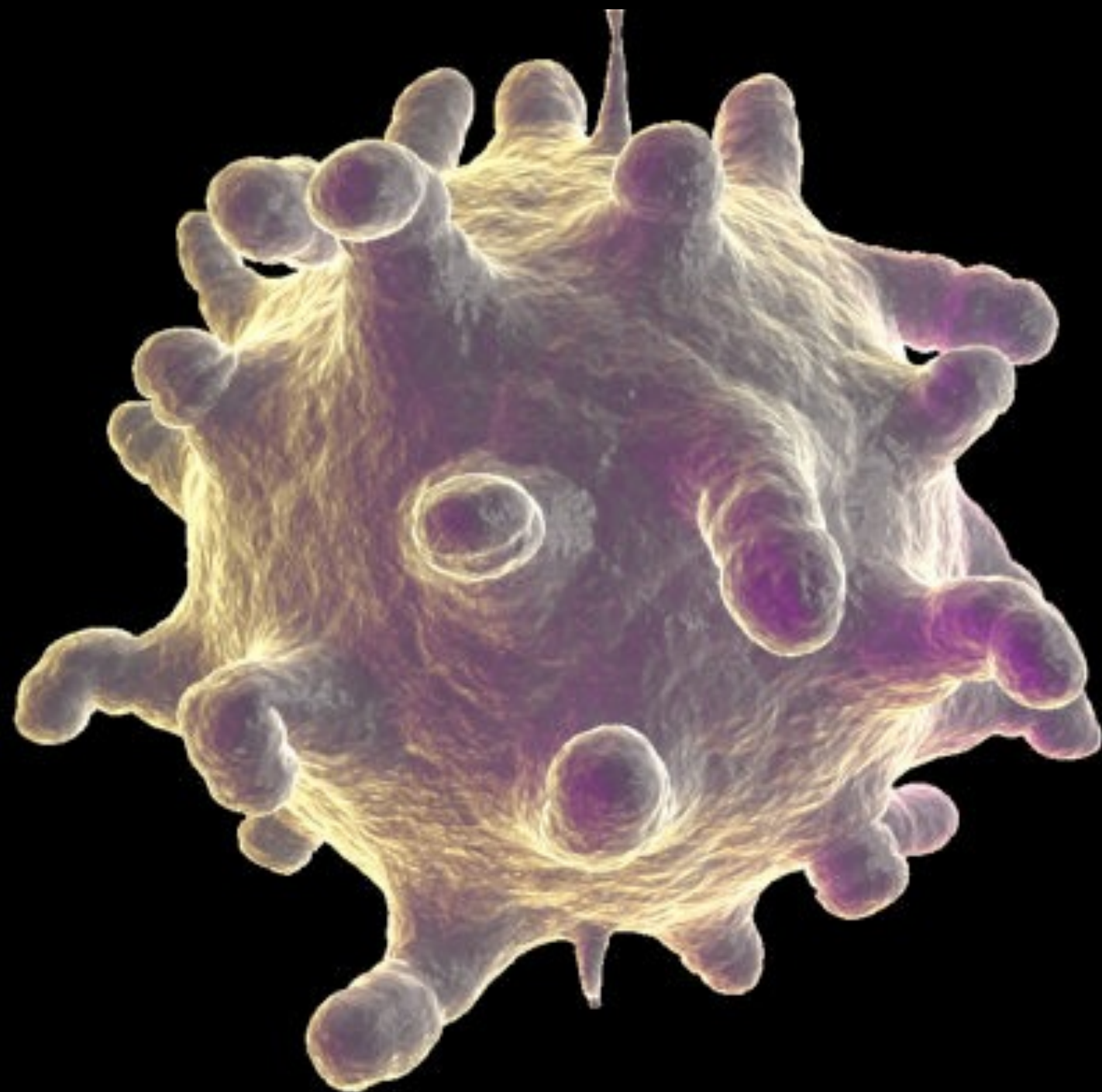
Kreativitet

Ledelse

Forandringsparathed

Indlæring





Arbejdsglæde som værn

“Arbejdsglæde
er den eneste
langsigtede kur
mod stress”

- Bo Netterstrøm

Hjerneforskning



Eksperimentet

- Op at stå
- To-og-to



Instruktion til 2'erne:

Kik den anden i øjnene
og sæt et stort smil op



Spejlneuroner



Uventet venlighed

Kilderne til arbejdsglæde

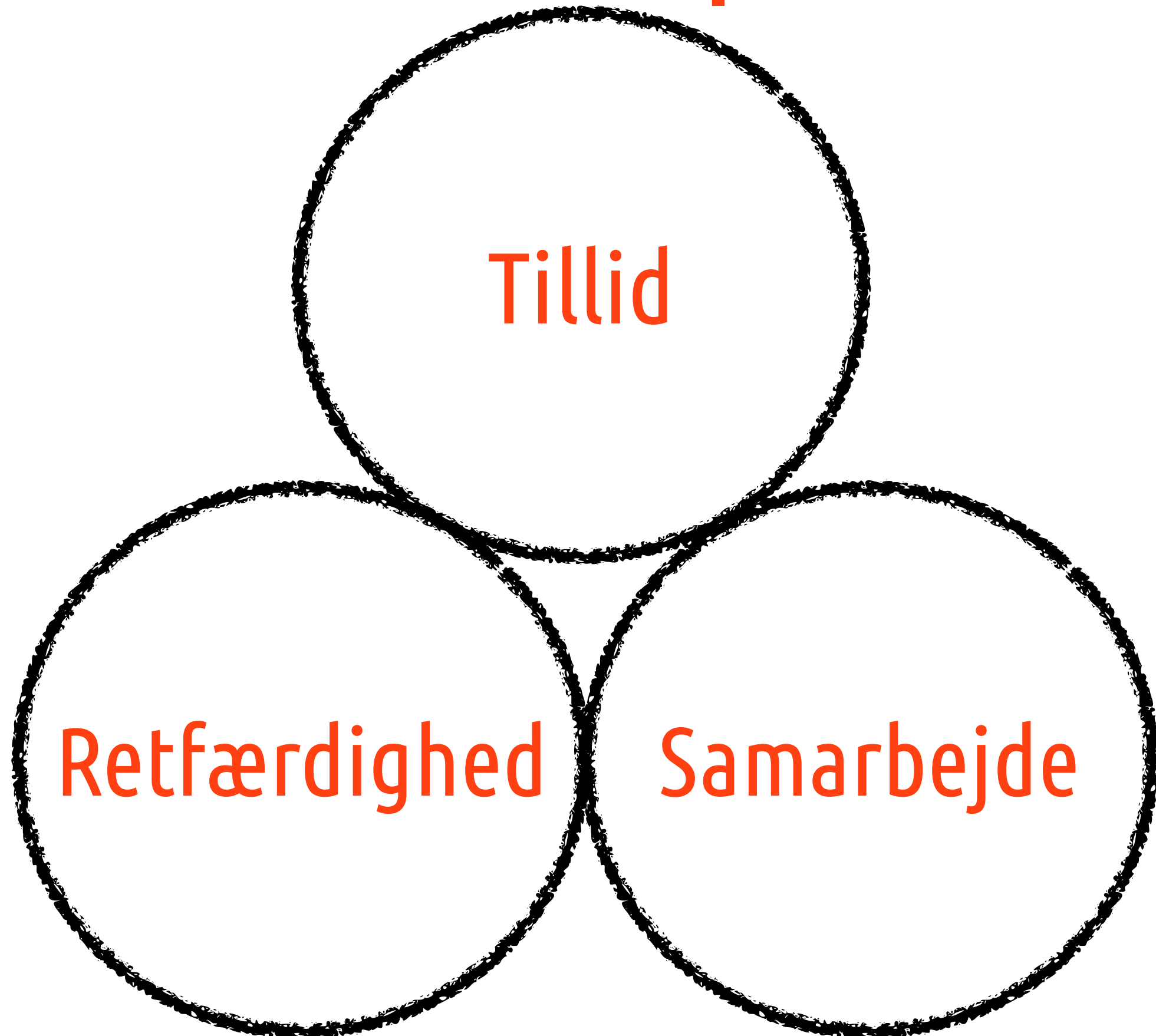
Refleksion



Tænk på en god
oplevelse på
jobbet



Social Kapital



Retfærdighedseksperimentet

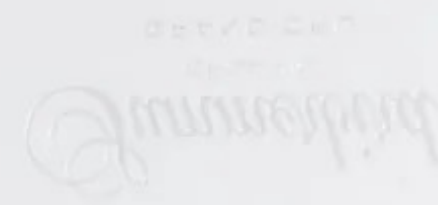


Arbejdsglædedræbere

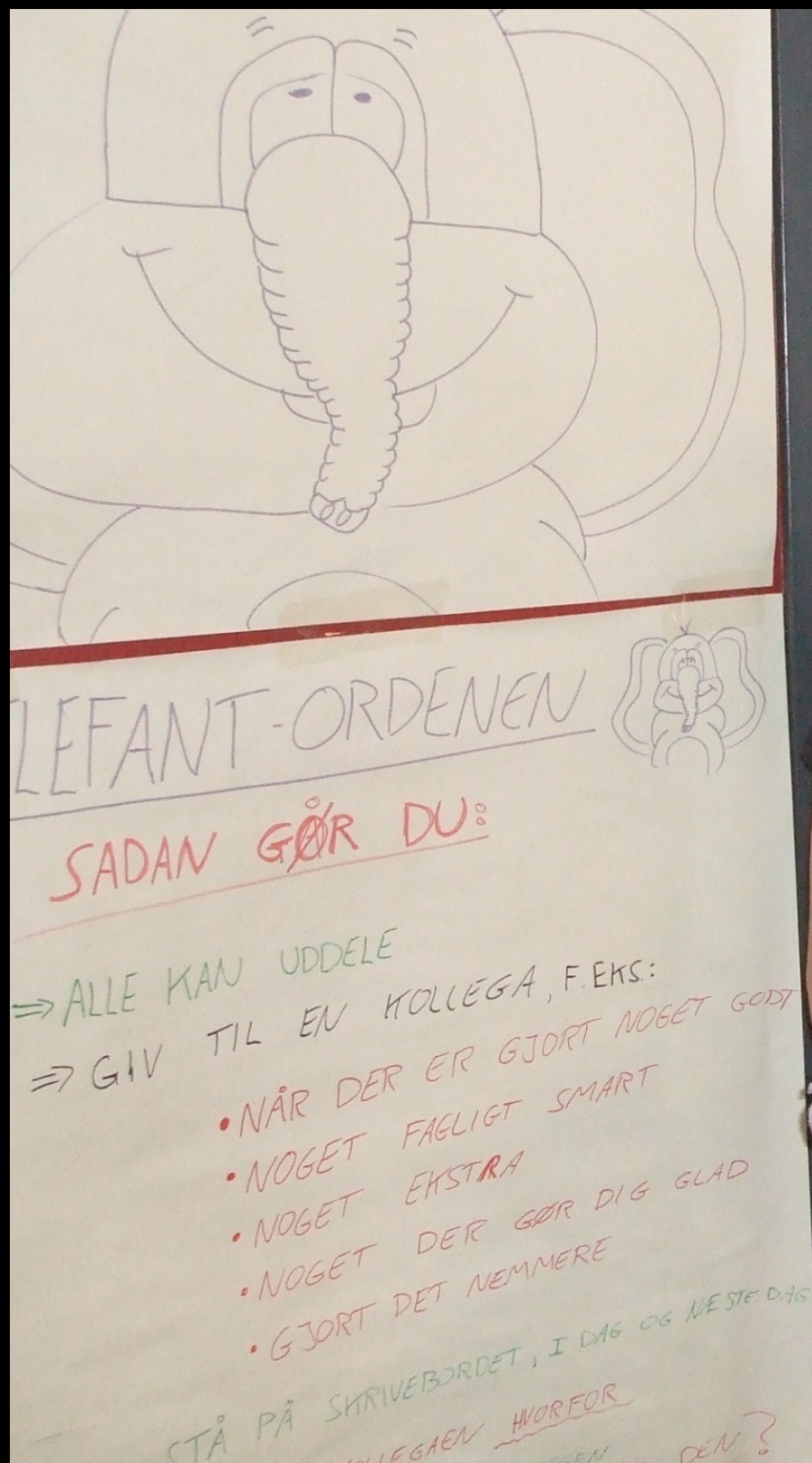
- Rod i rammer og vilkår
- Manglende anerkendelse

Ros og anderkendelse

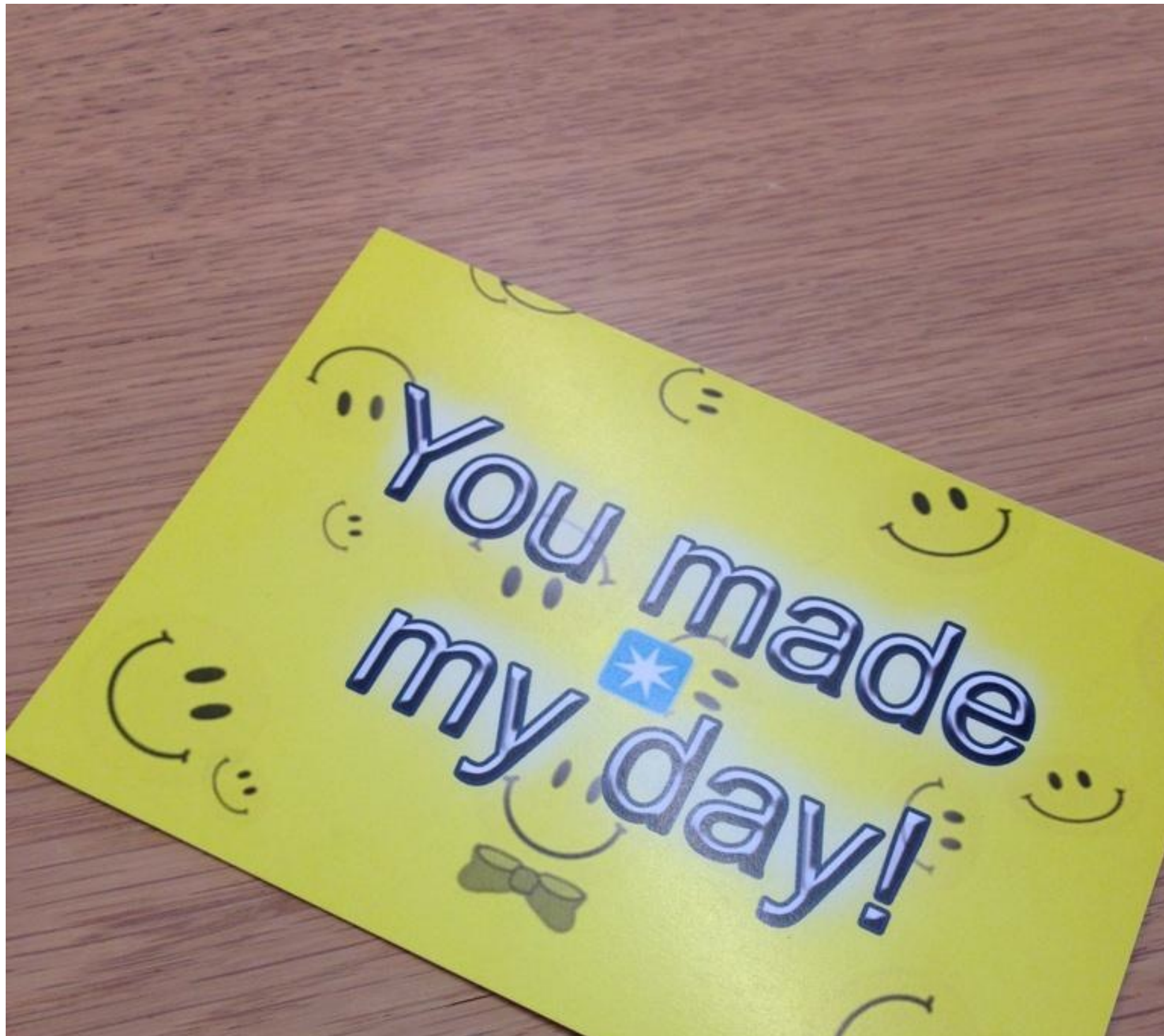




#33 Elefantordenen



#23 Rosekort



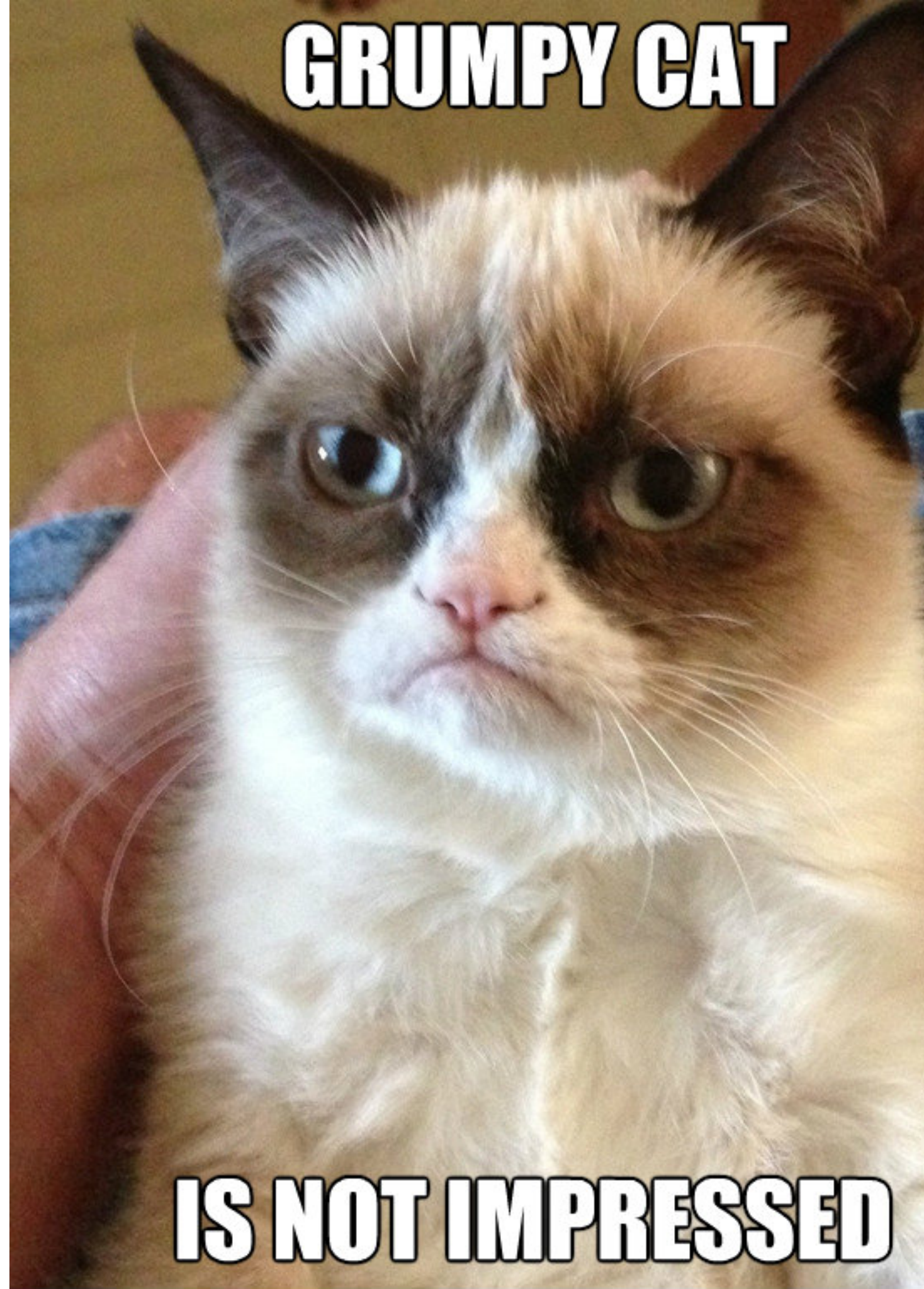
Har du rost din chef idag?



Arbejdsglædedræbere

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

Offertrøjen



GRUMPY CAT

IS NOT IMPRESSED



Anmeldelse på vej (YouTube)

Arbejdsglædedræbere

- Rod i rammer og vilkår
- Manglende anerkendelse
- Brok fra kolleger
- Sure kunder (afhængig af reaktion!)
- Min chef

Mindset



Positiv psykologi og mindset

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

- Martin Seligman



$$H + T = V$$





Lederens faldgrupper

- Sende aben videre (coaching)
- Inkompetence, forenkling af problem

Dunning-Kruger effekten



MAD
madmag.com

Lederens faldgruber

- Sende aben videre (coaching)
- Inkompetence, forenkling af problem
- Magtfuldkommenhed

Cookie Monster effekten



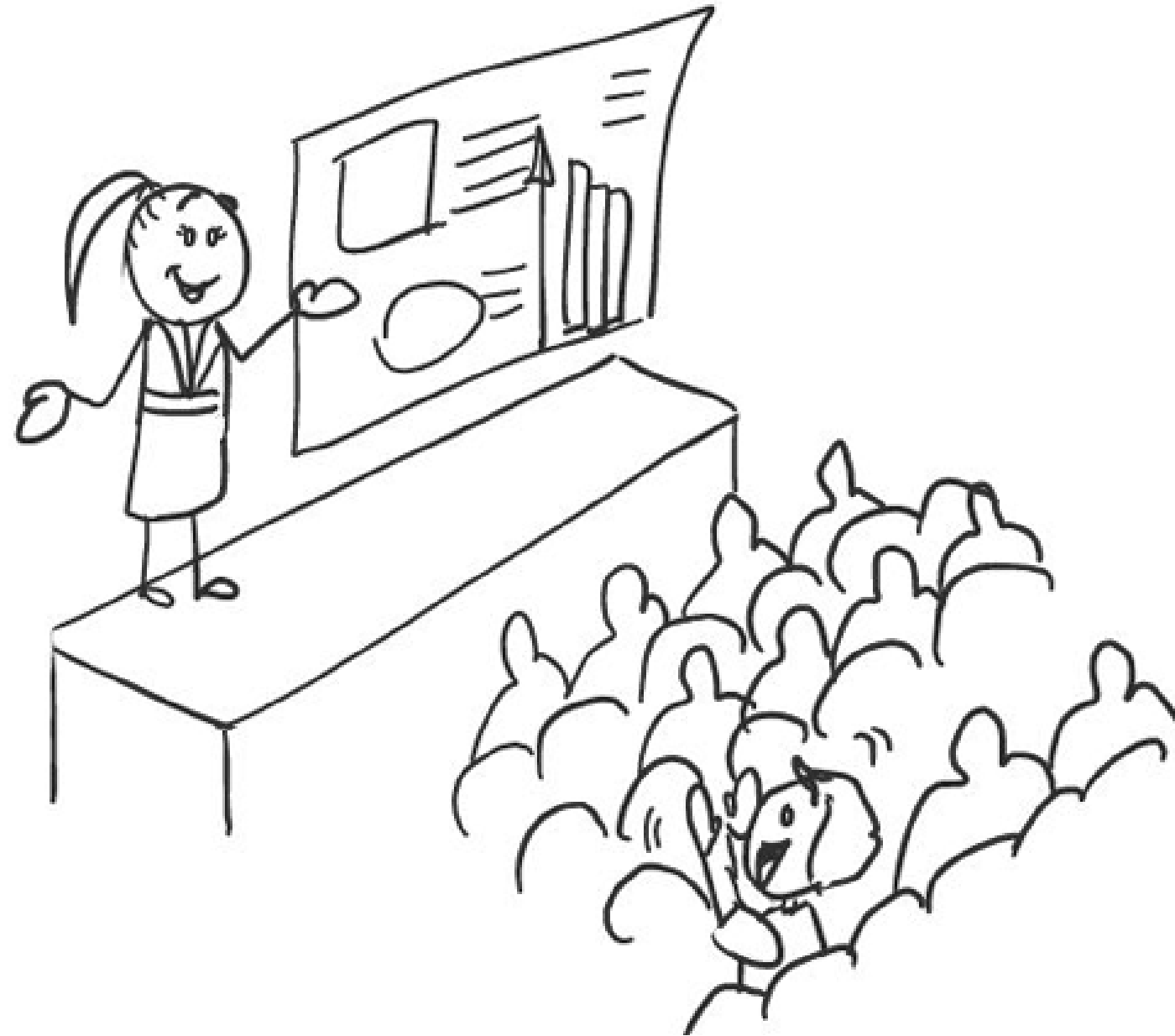
Lederens faldgruber

- Sende aben videre (coaching)
- Inkompetence, forenkling af problem
- Magtfuldkommenhed
- Micromanagement

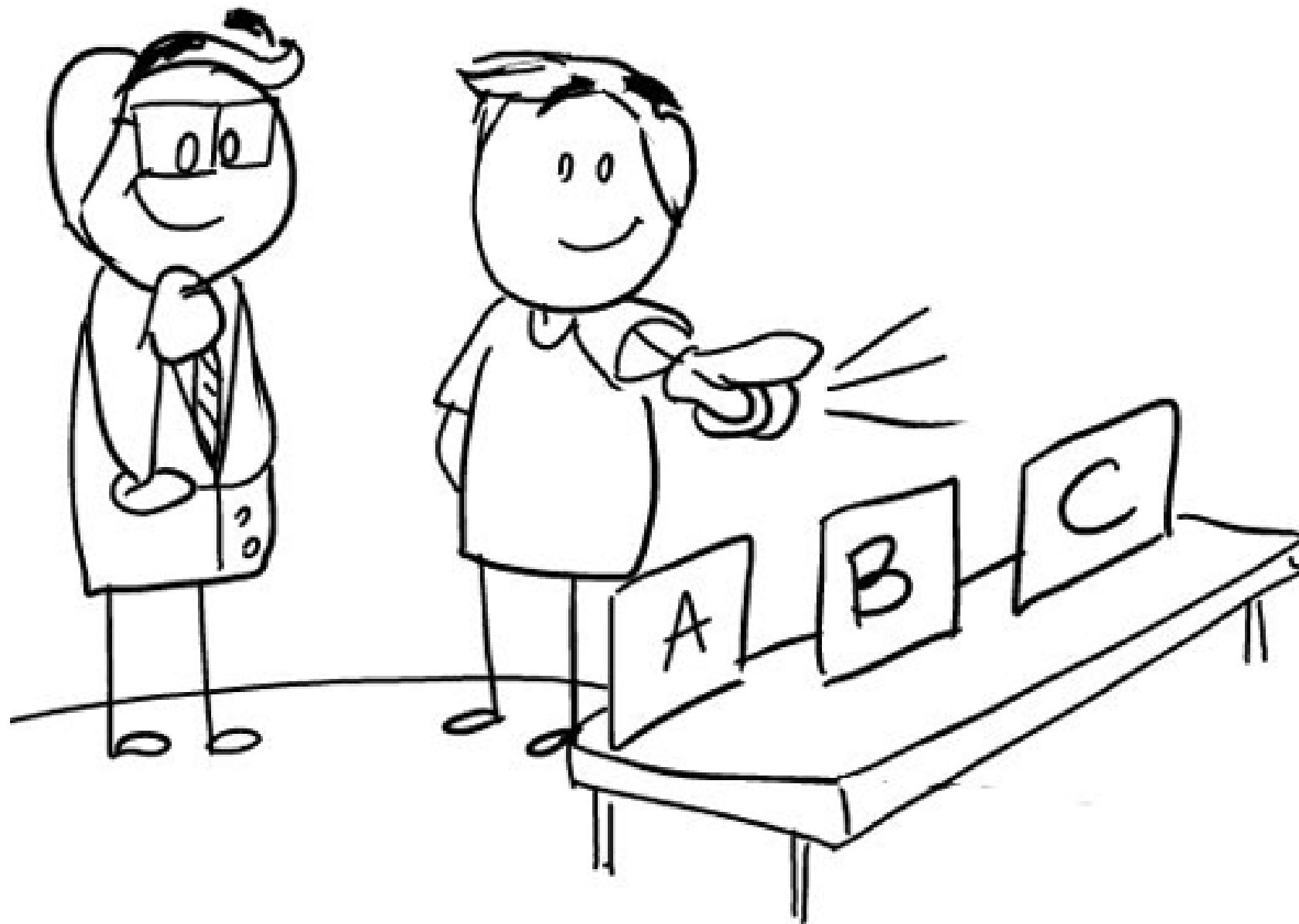
Øg chancen for succes
overfor andre



#58 Ambassadører



Involvering



Gå foran



Succesmakker



Giv æren videre



Fejre succesar



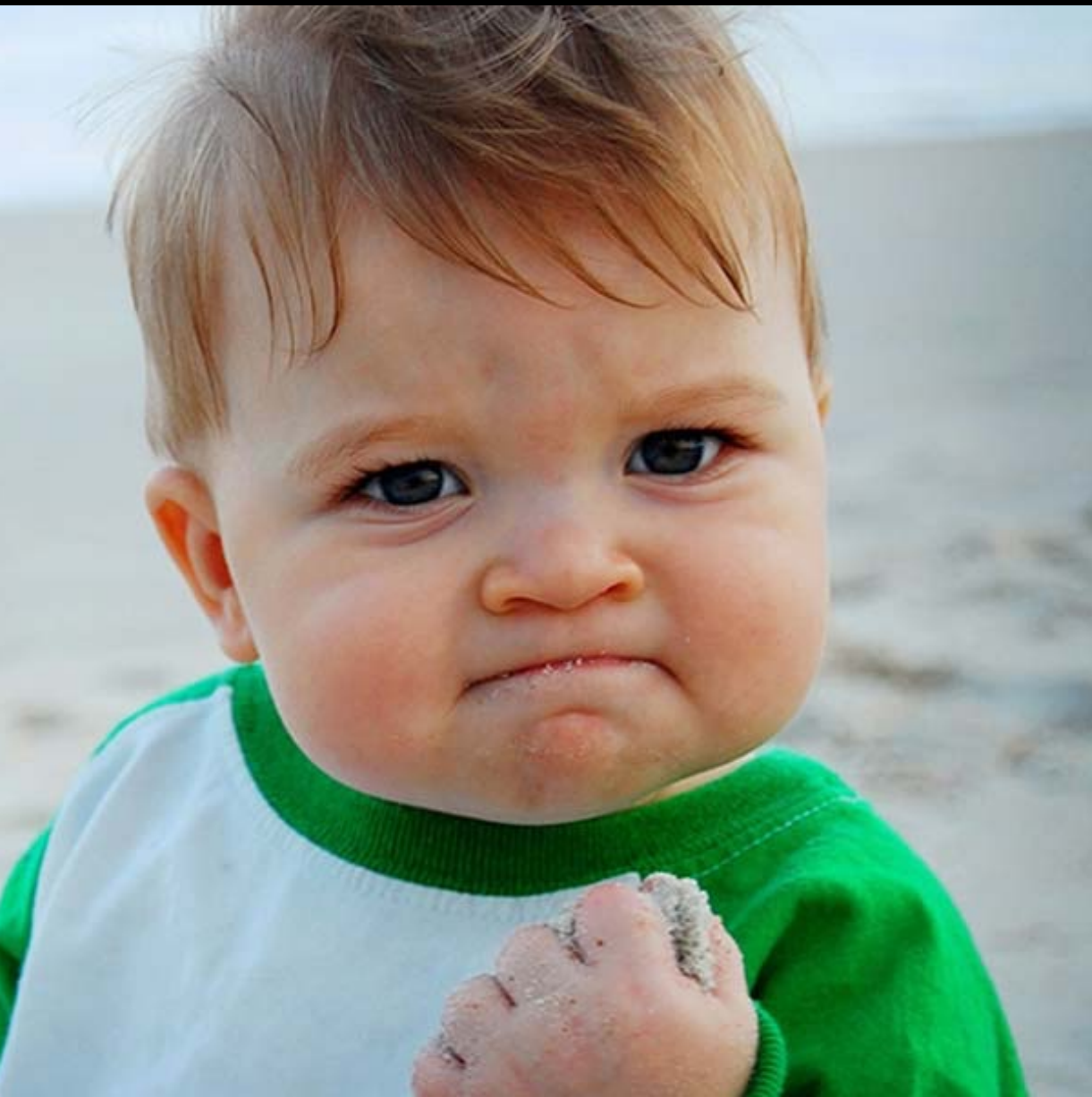
Champagne- øjeblikke



Arbejdsglæde!
Gode kolleger!
Positivt fælleskab!



Tag handling



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

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

9+

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
Finansforbundet 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

Fremtidens Faforening 38.36



Jon Kjær Nielsen
Klub Trivsel & Jon.dk

Signe Bjørg Lyck
Finansforbundet

Humørmetret 24.28

Arbejdsglæde

- Lederens rolle og muligheder

Elgiganten

Peak Gathering, 28. oktober 2025
med Jon Kjær Nielsen #jondk



Ekstramaterialer: jon.dk/elgiganten

