

NOKAS

**En arbeidsplass som ingen ønsker å gå
hjem ifra!**



Woohoo Partner
HAPPINESS AT WORK

**Henrik Mærsk
Chief Happiness Officer**

Workshop program

11:00	Introduksjon til arbeidsglede
12:20	Pause
12:30	Visjon
13:30	Pause
13:35	Plan for arbeidsglede
14:35	Ros og annerkjennelse: The poncho
15:00	Slutt

SPØR

meg om hva som helst

The background features a stack of presentation slides with a blue gradient overlay. The slides are visible at the bottom, showing various slide designs. The overall aesthetic is professional and modern.

Du får
PRESENTASJONEN

Forskning
Psykologi
Sosiologi
Nevrologi
Ledelse



Introduksjon til arbeidsglede

HTVA

er arbeidsglede?

EVOR

glade er dere?

HVORFOR

betyr det noe?

HVORDAN

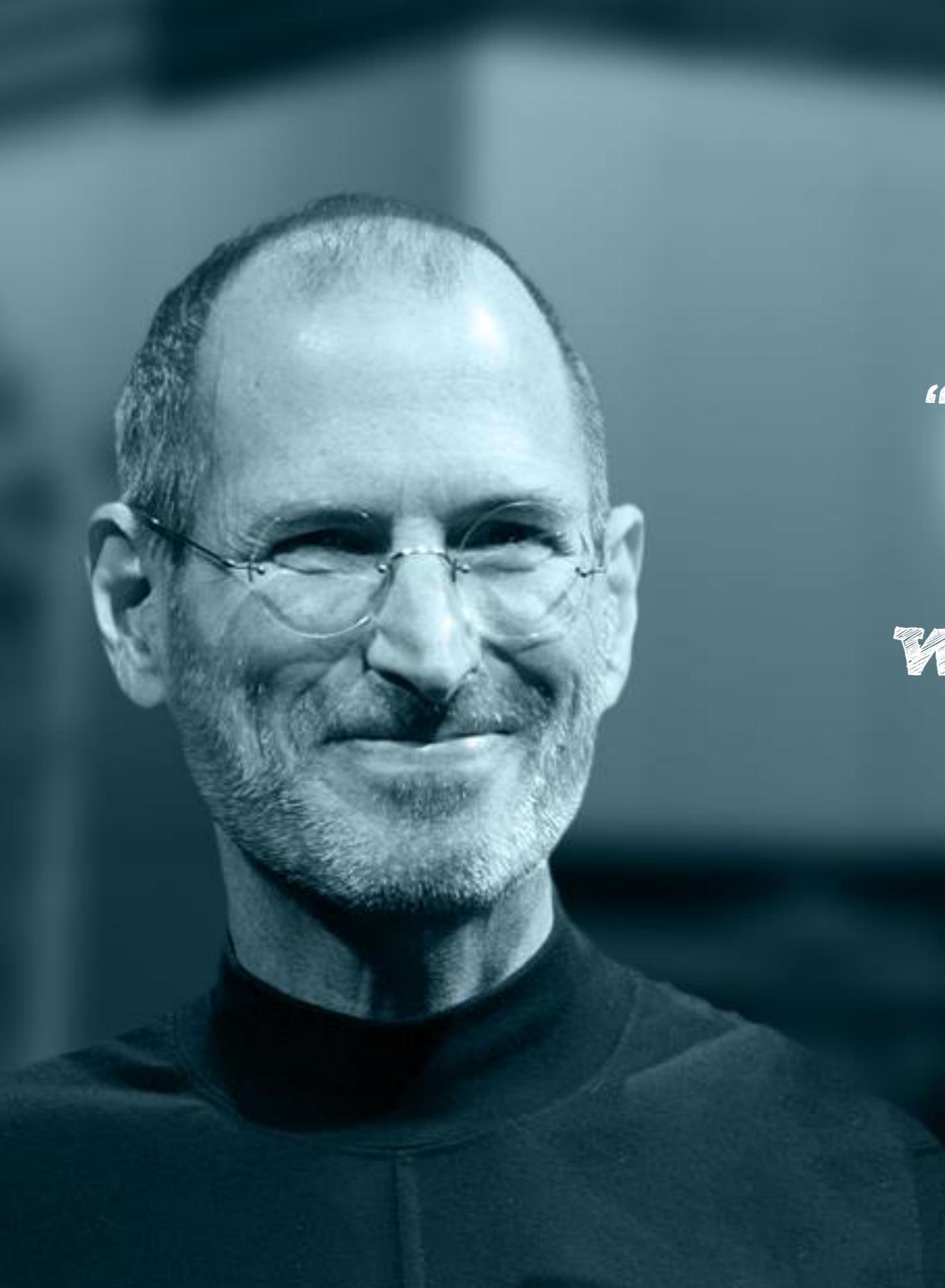
skaper vi gladere
arbeidsplasser?



**“Fun is the secret
of Virgin’s
success.”**

- Sir Richard Branson



A black and white portrait of Steve Jobs. He is wearing his signature round-rimmed glasses and a dark turtleneck sweater. His hair is thinning on top, and he has a beard and mustache. He is looking slightly to the right of the camera with a thoughtful expression.

**"The only way
to do great
work is to love
what you do."**

- Steve Jobs

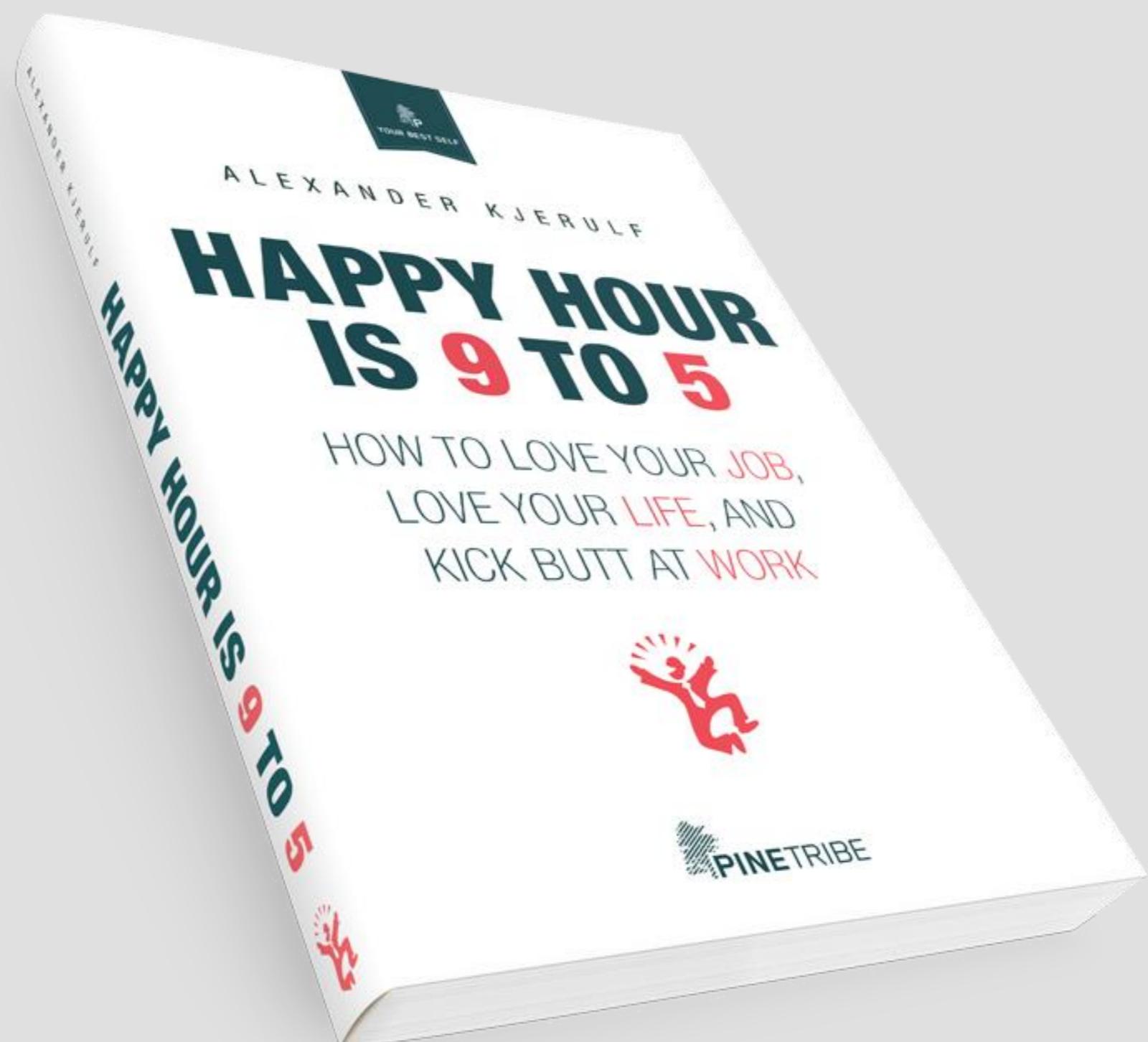
Henrik Mærsk

VISJON:

Jeg jobber for å skape arbeidsplasser der ingen ønsker å gå hjem ifra og hvor kundene haster tilbake til. Jeg tror på det er mulig å skape en verden der det er reglen mer enn unntakelsen.

- Forfatter til boken FREMGANG om målsetning, motivasjon og mindset – Sertifisert Goal Mapping instruktør**
- Sertifisert coach & mentaltrener**
- Profesjonell håndballtrener, Smed, Marketing & salg**
- Ivrig golfspiller, Ivrig bokleser, gift og pappa til to på 5 og 9 år**









ESTÉE LAUDER



MAERSK



Microsoft

ORACLE®

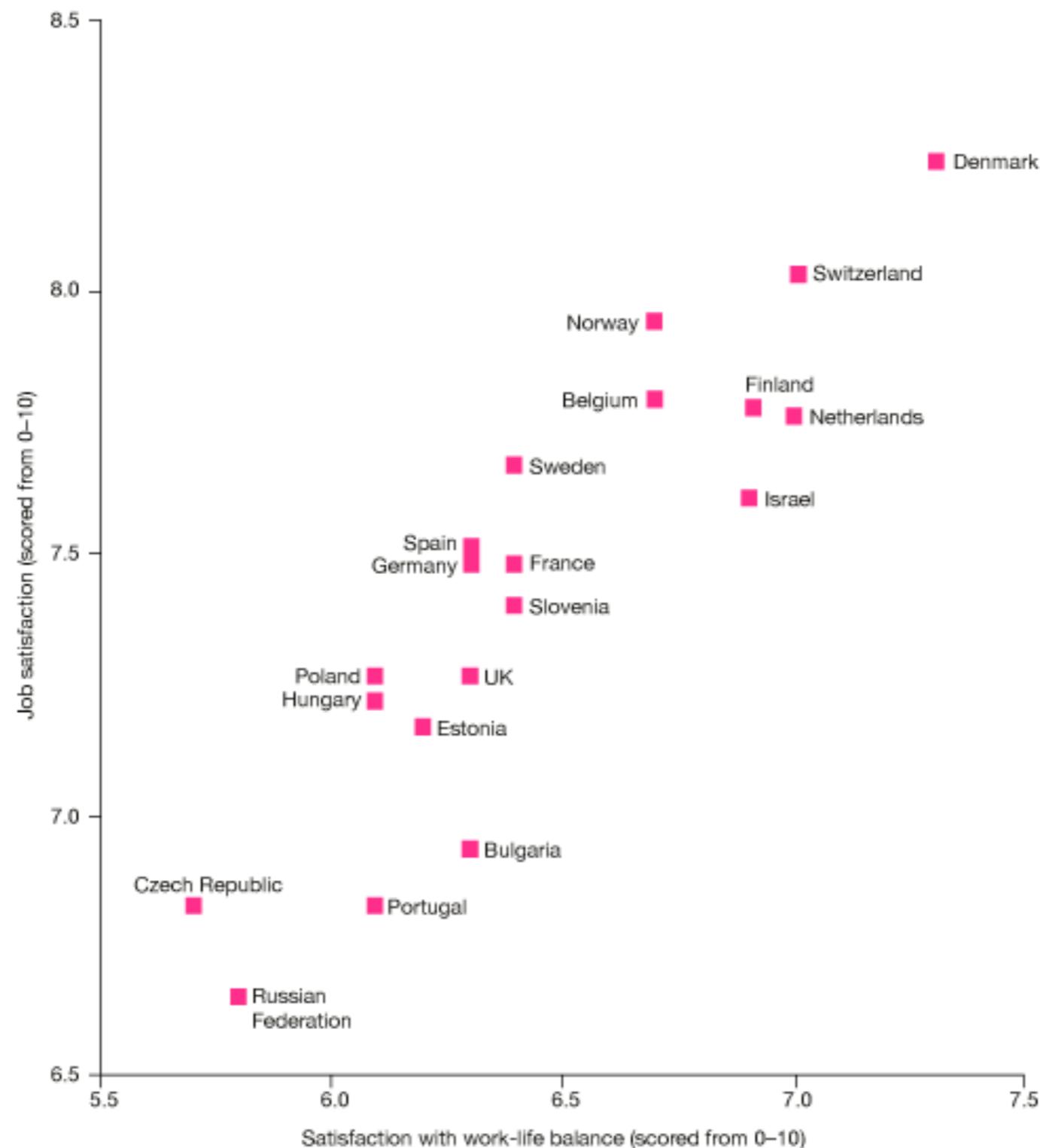


PHILIP MORRIS INTERNATIONAL





Job Satisfaction and satisfaction with work-life balance among people in paid work, by European country



Source: European Social Survey

Arbeidsgled



Et skandinavisk
fenomen



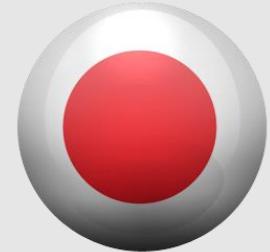
Arbeitsfreude

Happiness at work

Arbeidsglede

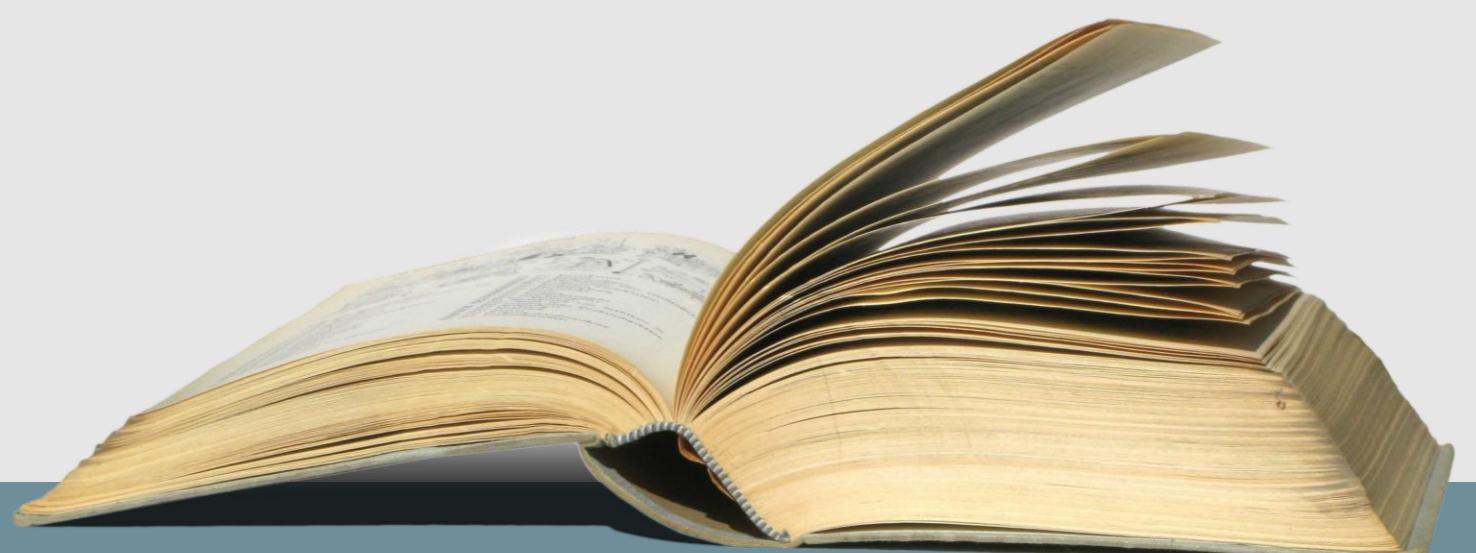
Usage: Very rare





過労死 (karoshi)

Death from overwork



WHAT THE HECK IS ARBEJDSGLAED?

LEARN MORE ABOUT THIS WEIRD SCANDINAVIAN WORD (TOTALLY NOT A THROAT DISEASE)

WATCH THE VIDEO



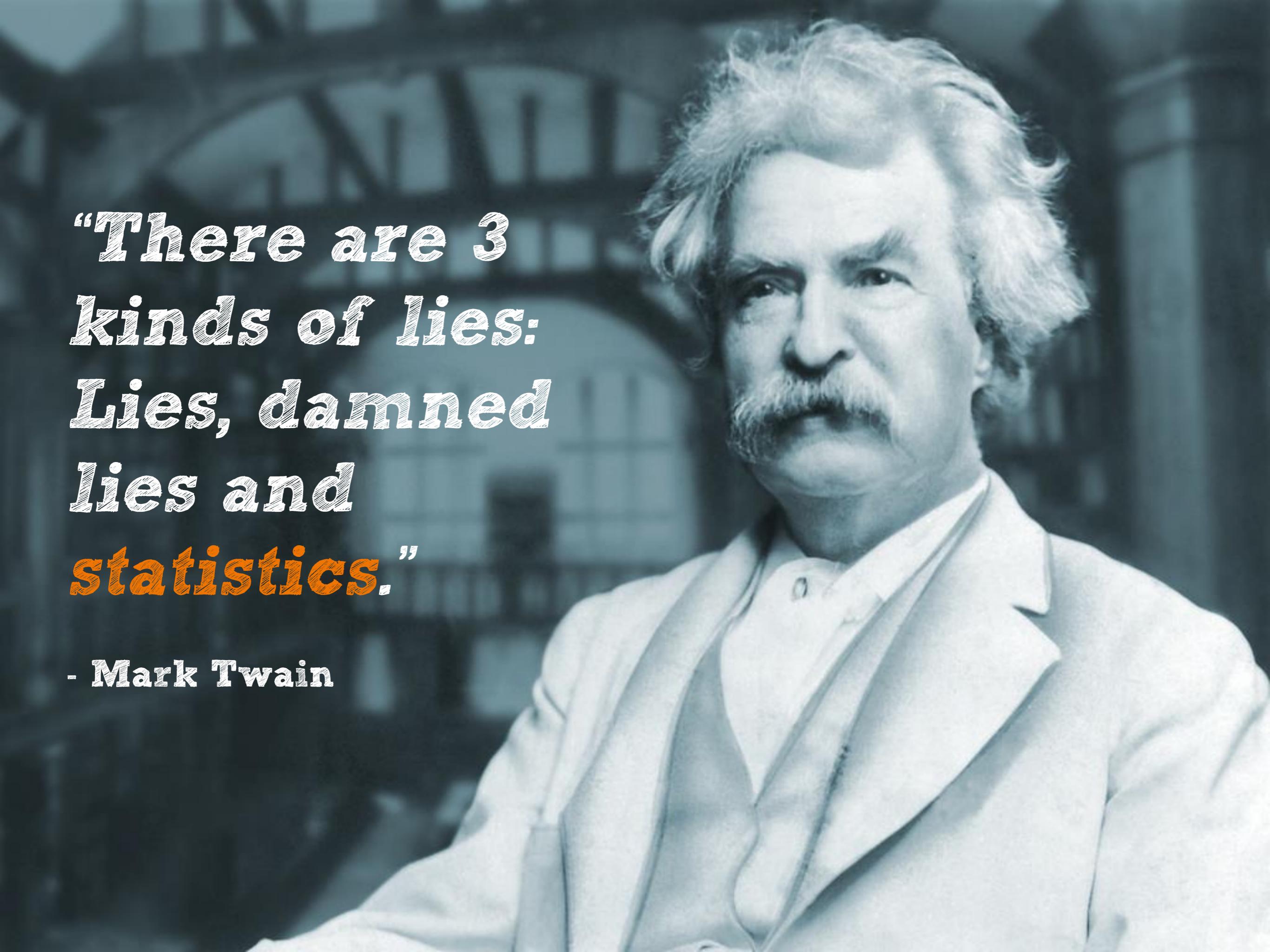
LEARN MORE



www.whattheheckisarbejdsblaede.com

HVOR

glade er dere?

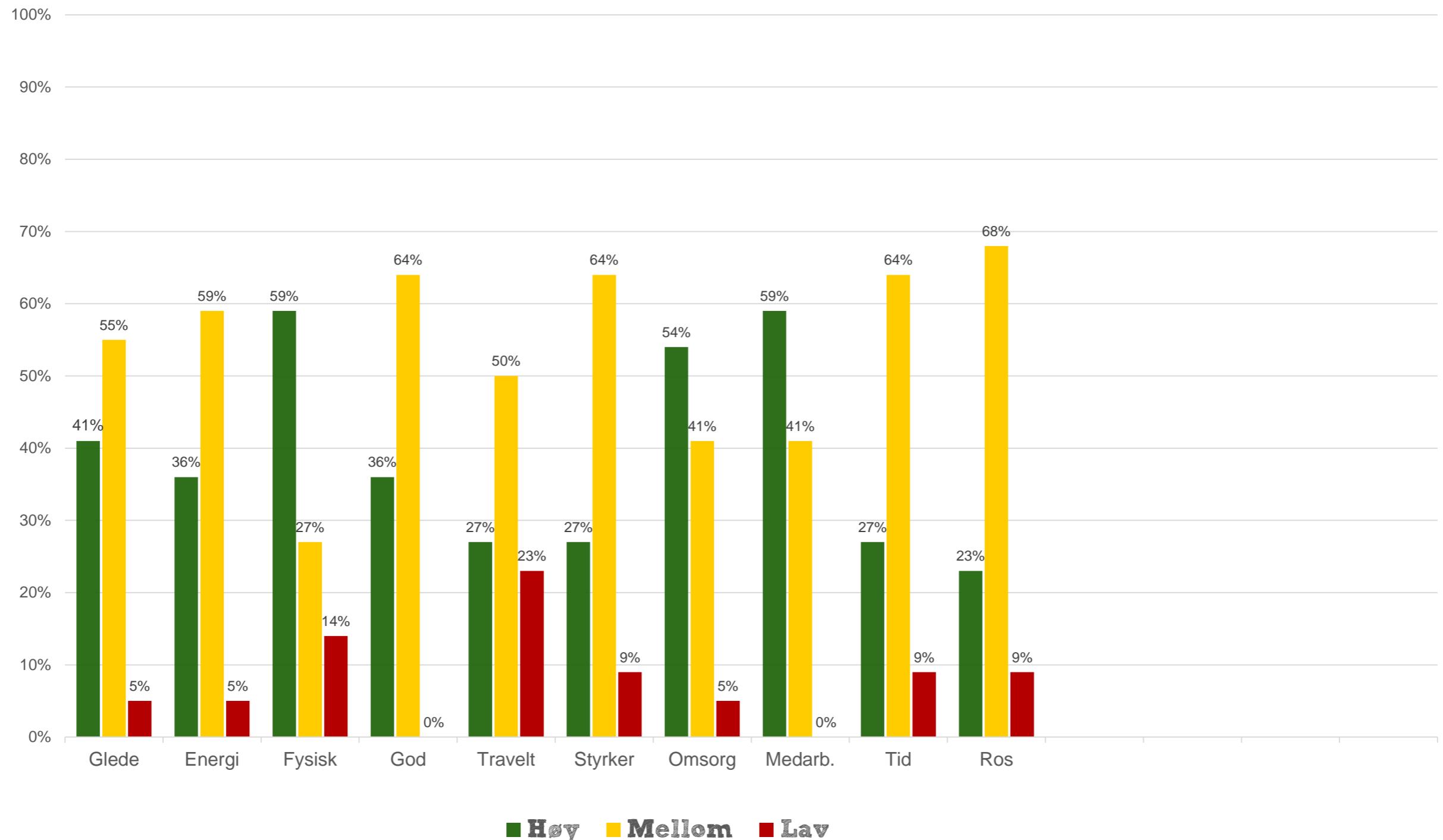


**"There are 3
kinds of lies:
Lies, damned
lies and
statistics."**

- Mark Twain

Arbeidsglede i NOKAS Trondheim

22 besvarelser



Arbeidsglede er...

**En følelse av glede du får
på jobben!**

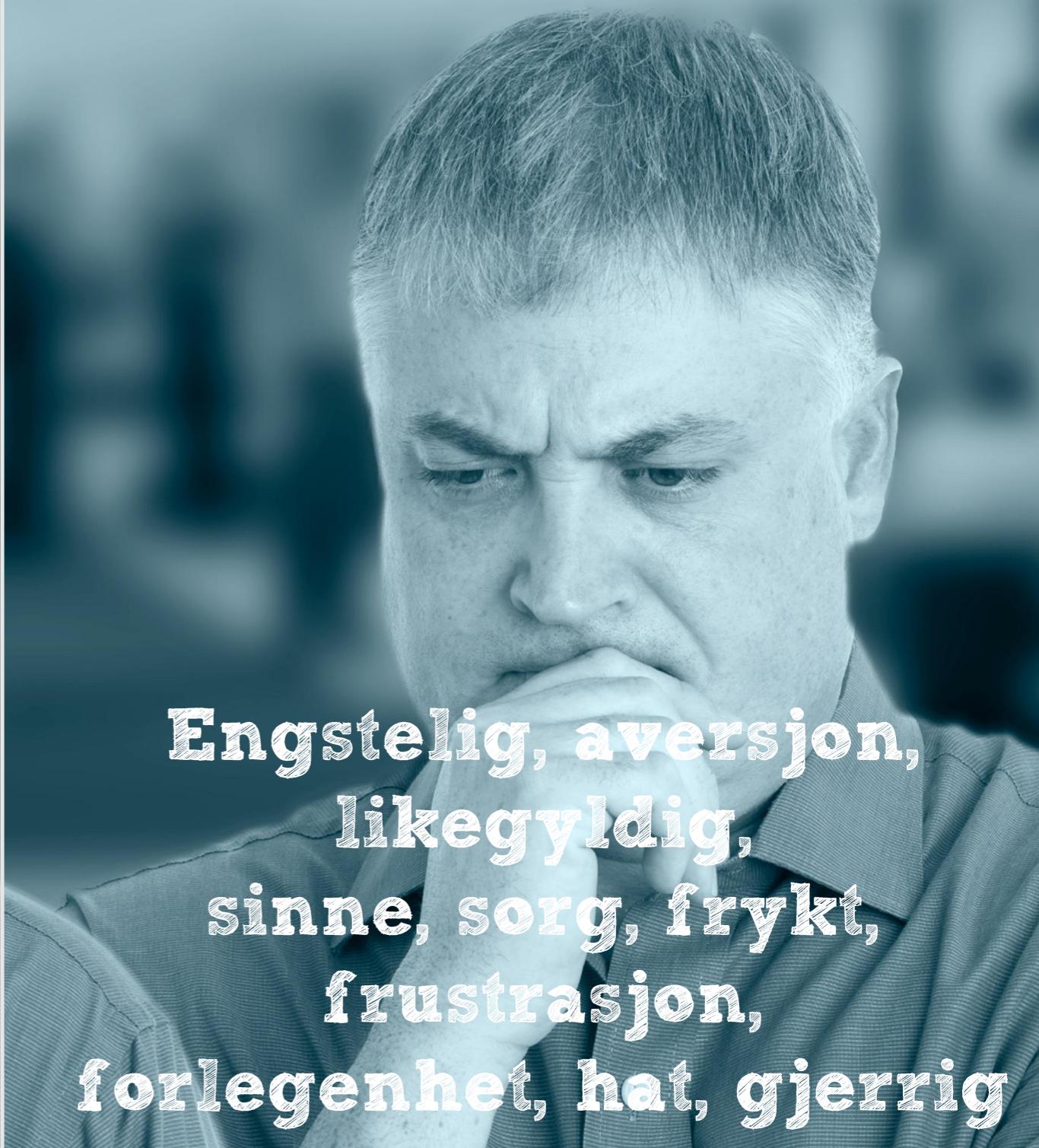


MER



Glede, ro, håp,
takknemlighet,
fornøyelse, interesse,
stolthet, ære, kjærlighet,
inspirasjon

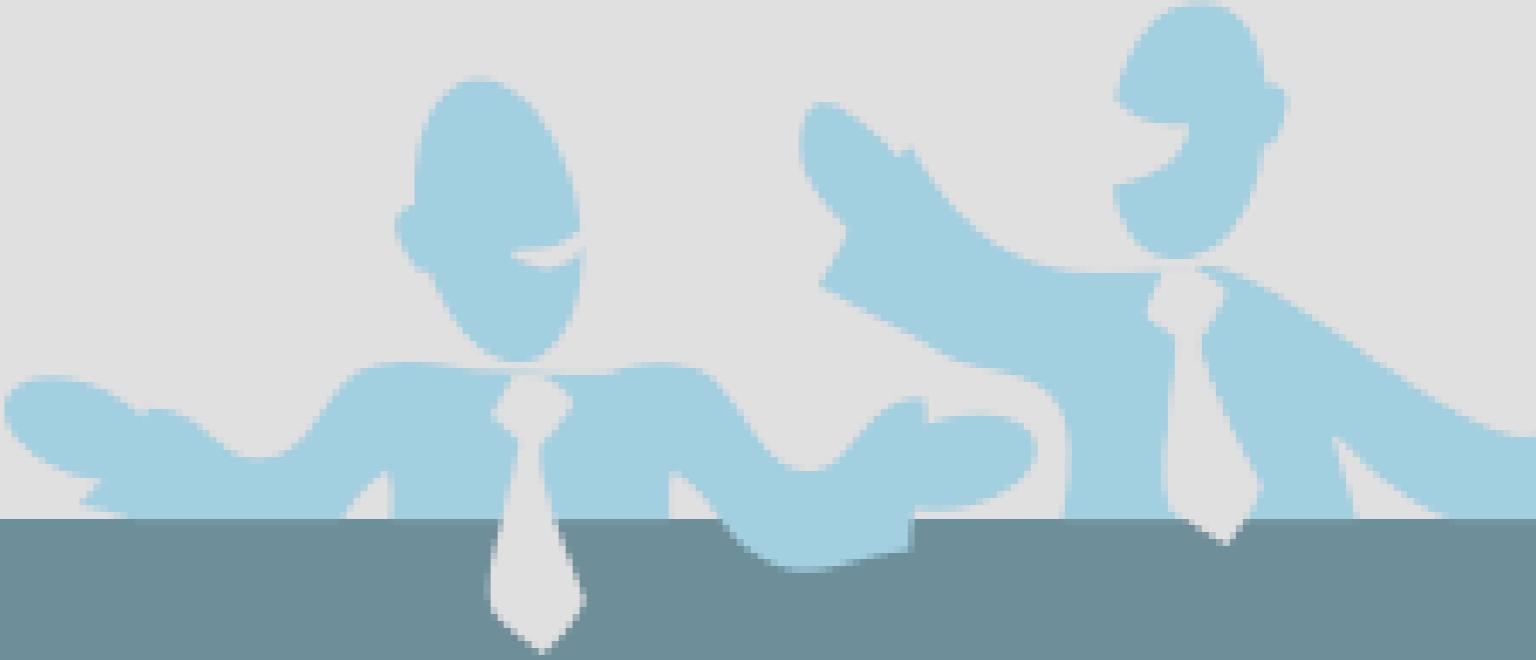
MINDRE



Engstelig, aversjon,
likegyldig,
sinne, sorg, frykt,
frustrasjon,
forlegenhet, hat, gjerrig

Hva gjør deg
glad på jobb?

**Fortell meg om en av
dine **beste**
opplevelser på jobben.
En som gjorde deg veldig
glad!**





Resultater

Code resultater:

Resurser

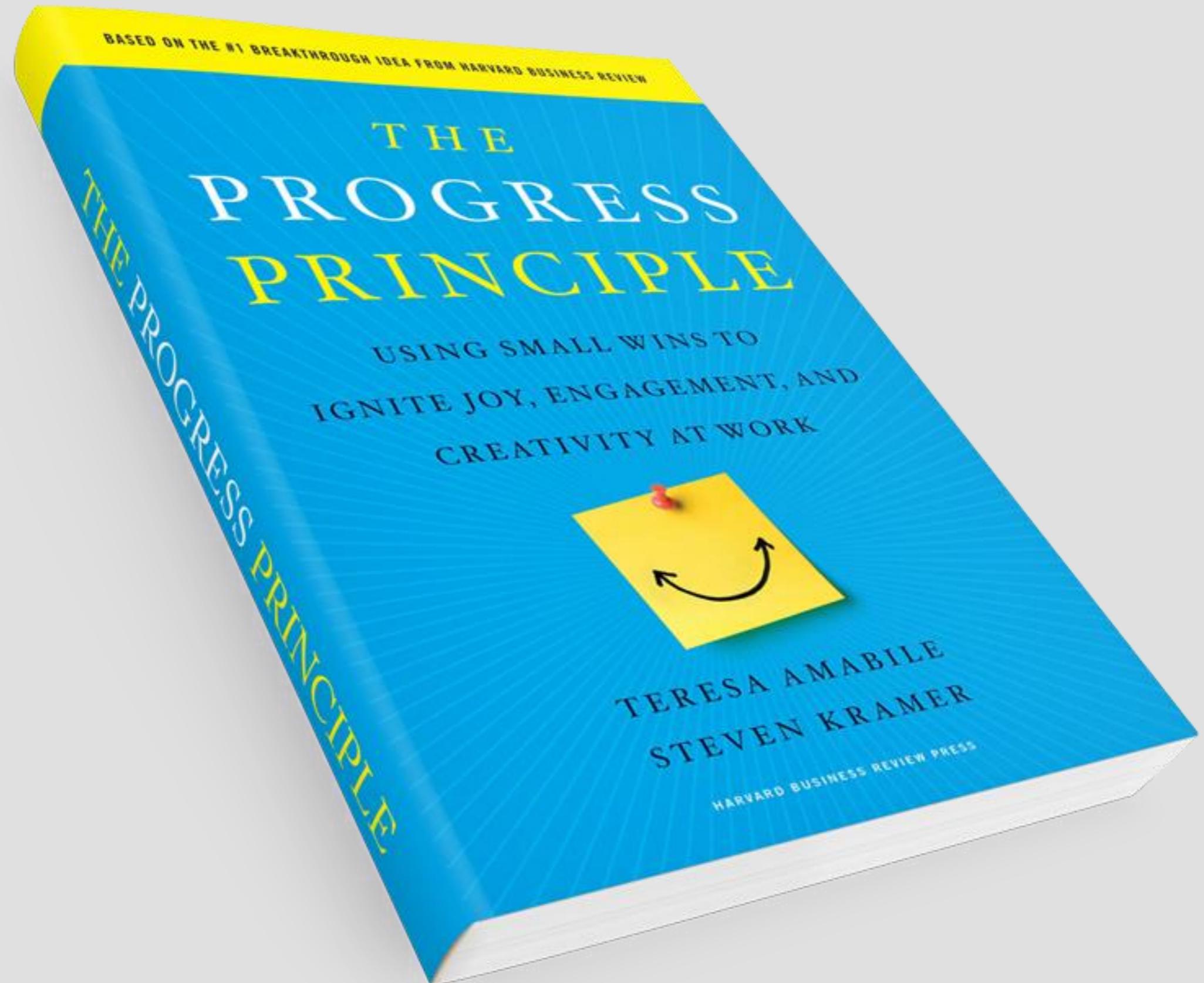
Autonomi - Frihet

Mening

Måltavle

Feedback





Av alle ting som kan booste følelser, motivasjon og persepsjon gjennom en arbeidsdag, er den viktigste av alle viktige ting å skape fremgang gjennom meningsfullt arbeid!

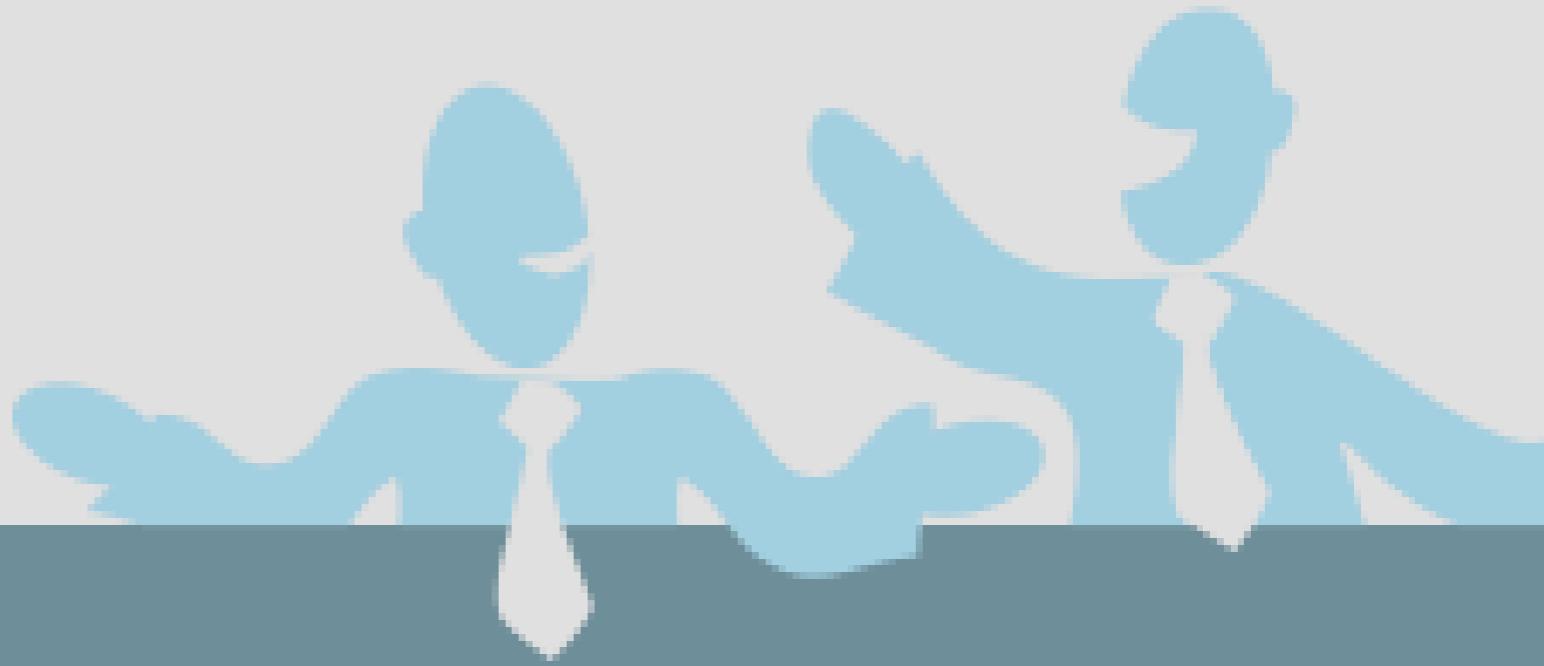
Selv de minste seire kan gjøre hele forskjellen på hvordan mennesker har det, hva de føler og hvordan de prestere!

Source: *The Progress Principle / Harvard Business Review*
Teresa Amabile & Steven Kramer



Relasjoner

God Morgen



Resultater

Relasjoner

Hvor er
fokuset ditt?

- If a leader was seen as being very strong on **results** focus, the chance of that leader being seen as a great leader was only 14%....
- If a leader was strong on **social skills**, he or she was seen as a great leader even less of the time - a paltry 12%.

Source: <https://hbr.org/2013/12/should-leaders-focus-on-results-or-on-people/>



- However, for leaders who were strong in **both results focus and in social skills**, the likelihood of being seen as a great leader skyrocketed to 72%.
- Less than 1% of leaders were rated high on both goal focus and social skills.

Source: <https://hbr.org/2013/12/should-leaders-focus-on-results-or-on-people/>



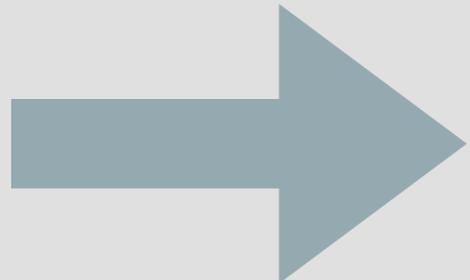
**Fremtidens leder
må være super
dyktig til å skape
gode relasjoner**

**“My most
important skill
as a leader is
that I can
understand the
different needs
of different
people”**

- Lars Kolind



Lønn, bonus,
pensjon,
forfremmelse,
fysisk
arbeidsmiljø, etc...



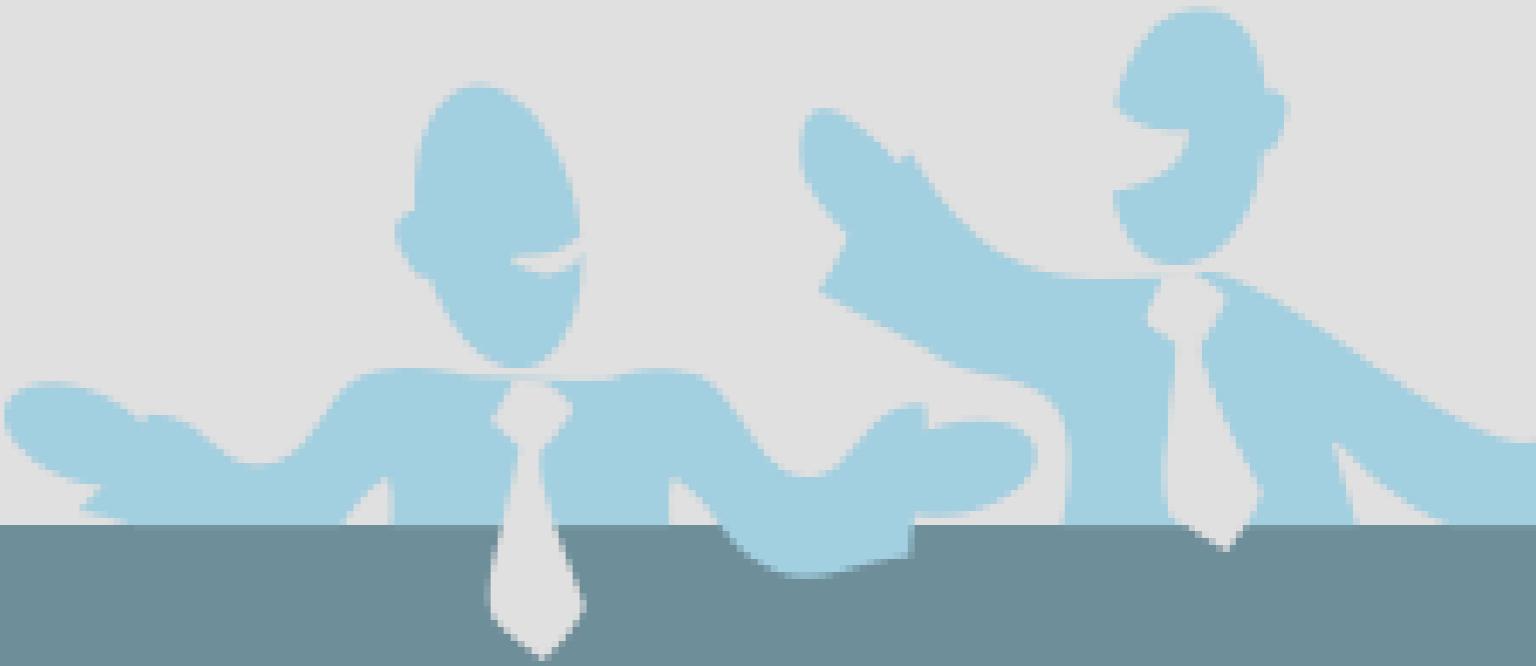
Gjør oss triste og
ulykkelige når de
ikke er fair.

Gjør oss tilfredse
(ikke **glade**) når
de er fair.

HVORFOR

betyr det noe?

Hvorfor er arbeidsglede viktig for deg?



Tid
Helse
Livet
Suksess



Articles

The relationship between job satisfaction and health: a meta-analysis

E. B. Faragher, M. Cass & C. L. Cooper

**(Occup. Environ. Med. 2005;62:105-112,
doi:10.1136/oem.2002.006734)**

A meta-analysis of the relationships between individual job satisfaction and individual performance

M. M. Petty, Gail W. McGee & Jerry W. Cavender

(Academy of Management Review, 1984, Vol. 9, No. 4)

A meta-analytic examination of the relationship between job satisfaction and subjective well-being

Nathan A. Bowling, Kevin J. Eschleman & Qiang Wang

**(Journal of Occupational and Organizational Psychology
- Volume 83, Issue 4, pages 915–934, December 2010)**



Arbeidsglede gjør deg mer suksessfull

Mer produktiv

Mer kreativ

Mer hjelpsom

I stand til å gi bedre service

Mer fokusert på kvalitet

Bedre team-players

Mer åpen

Mer sympatisk

Mer empatisk

Mer motstandsdyktig

Mer salg

Mer optimistisk

Mer motivert

Mer engasjert

Mer energi/energisk

Lære fortere

Bedre leder



Glade
arbeidsplasser

tjener fler pengar!

Articles

Well-being in the workplace and its relationship to business outcomes

James K Harter, Frank L Schmidt & Corey L M Keyes

The Benefits of Frequent Positive Affect: Does Happiness Lead to Success?

**Sonja Lyubomirsky, Laura King & Ed Diener
(American Psychological Association, 2005)**



Books

The happiness Advantage

Shawn Achor

Crown Business, 2010

ISBN: 978-0307591548

The Service Profit Chain

James L. Heskett, W. Earl Sasser Jnr, Leonard A. Schlesinger

Simon & Schuster, 1997

ISBN: 978-0684832562





- 1: Medarbeidere**
- 2: Kunder**
- 3: Aksjonere**

JAMES L. HESKETT, W. EARL SASSER, JR.
LEONARD A. SCHLESINGER

THE SERVICE PROFIT CHAIN

How Leading Companies Link
Profit and Growth to
Loyalty, Satisfaction, and Value

Glade medarbeidere



Fantastisk service



Glade kunder



Lojale kunder



Overskudd & vekst

Source: The Service Profit Chain

James L. Heskett, W. Earl Sasser, Jr Leonard A. Schleisinger



Comparative Cumulate Stock Market Returns



Source: Russell Investment Group / Great Place To Work



Våre verdigrunnlag

1. *Vi rendyrker bedriftens forretningsidé*
2. *Vi holder en høy forretningsmoral*
3. *Vi skal være gjeldfri*
4. *Vi skal motivere til vinnerkultur*
5. *Vi tenker positivt og offensivt*
6. *Vi snakker med hverandre – ikke om hverandre*
7. *Kunden er vår øverste sjef*
- 8. Vi vil ha det morsomt og lønnsomt**
Og faktorenes orden er ikke likegyldig....



the web's most popular shoe store!



Zappos Family Core Values

- 1. Deliver WOW Through Service**
- 2. Embrace and Drive Change**
- 3. Create Fun and A Little Weirdness**
- 4. Be Adventurous, Creative, and Open-Minded**
- 5. Pursue Growth and Learning**
- 6. Build Open and Honest Relationships With Communication**
- 7. Build a Positive Team and Family Spirit**
- 8. Do More With Less**
- 9. Be Passionate and Determined**
- 10. Be Humble**



Nokas og arbeidsmiljø

Vi bryr oss om alle våre medarbeidere og gjør vårt ytterste for at arbeidsmiljøet fremmer trivsel og helse. Nokas ønsker at alle våre medarbeidere skal ha et godt arbeidsmiljø, og det er også avgjørende for at vi skal nå våre mål. Vi ønsker at ansatte skal ha en trygg og sikker arbeidsplass.

HVORDAN

skaper man gladere
arbeidsplasser?

**Arbeidsgledede er
noe vi gjør!**

#1 faktor

Som gjør oss glade
(eller ulykkelige) på
jobben er lederskap
(eller mangel på samme)

Gallup:
Ledere står for minst
70% av variasjonene i
medarbeider
engasjement nivået
på tvers av
forretningsenheterne.

Source: <https://hbr.org/2014/03/why-good-managers-are-so-rare/>

Effekt av dårlig ledelse:

Frykt

Stress

Dårligere helse

Lav motivasjon

Source: <https://hbr.org/2012/07/how-damaging-is-a-bad-boss-exa>

**Ledere burde maksimere
arbeidsgleden for:**

Seg selv

Medarbeiderne

Kundene

Fellesskapet



***“Work should always
be fun for all
colleagues. We all
only have one life. A
third of life is work.
Without **fun** work
becomes hell.”***

**- Ingvar Kamprad,
IKEA**



Vær glad selv!



**Forfrem og trenn
ledere til å skape
arbeidsglede**



Ansett glade
mennesker





PRET A MANGER



freshly prepared ★ good ★ natural food



**Stopp
dårlige ledere**



THE NEW YORK TIMES,
WALL STREET JOURNAL, AND
BUSINESSWEEK BESTSELLER

With a **NEW CHAPTER**
on the Rule and Its
Surprising Impact

THE NO ASSHOLE RULE

THE
NO ASSHOLE
RULE

Building a Civilized Workplace
and Surviving One That Isn't



ROBERT I. SUTTON, PHD
Author of Good Boss, Bad Boss

**Fokuser på hva
dere får gjort!**



**skap mening og
hensikt**



All the great leaders and organisations communicate the same way...

It's the WORLD'S simplest idea

- YOUR PURPOSE (not PROFIT)
- YOUR cause
- YOUR Belief

Why should anyone CARE?

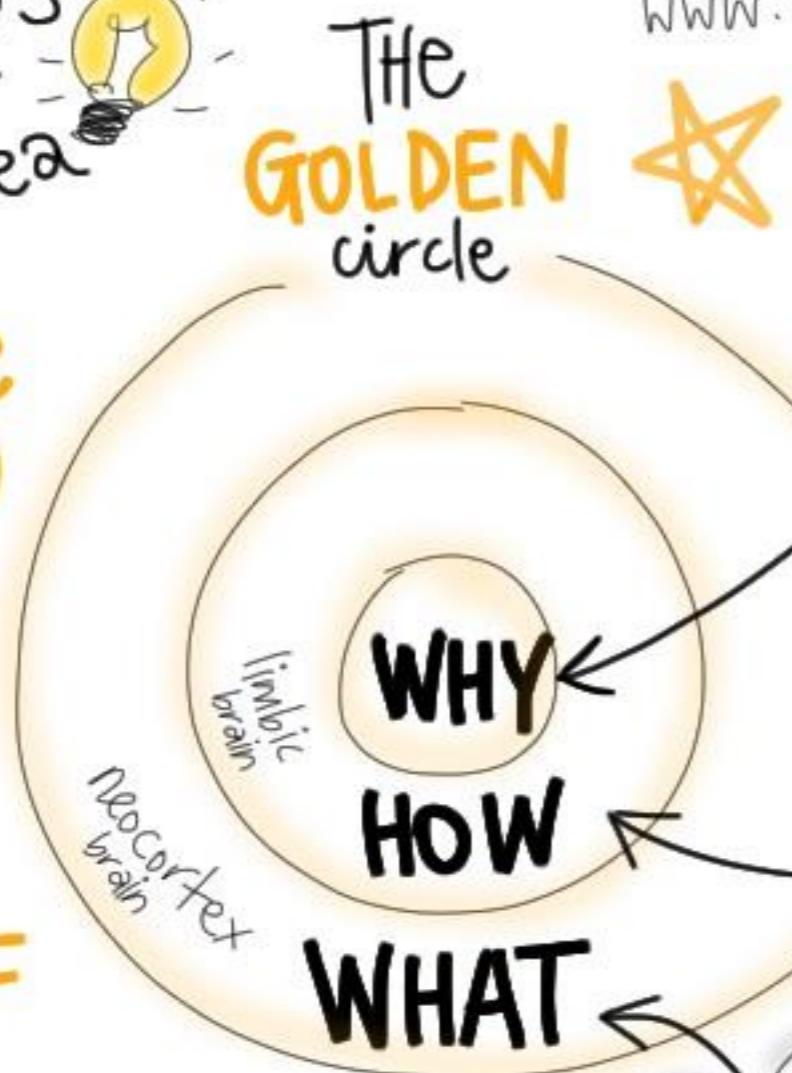
START WITH WHY

Simon Sinek

www.startwithwhy.com

TED TALK

People don't buy WHAT you do, they buy WHY you do it.



Few people or ORGANISATIONS know WHY they do what they do.

INSPIRED leaders and organisations communicate from the INSIDE OUT

We KNOW HOW we do it

I Believe

We KNOW WHAT we do...

MARTIN LUTHER KING

IT LINKS DIRECTLY to how our BRAIN works

Law of DIFFUSION of INNOVATION



by www.lynnecazaly.com

Take 5



**Stopp
negativ
oppførsel**



Husk 3
Gode ting
hver dag



Feir dine seire- både
store og små



**Fortell om noe
virkelig cool du har
gjort på jobben nylig**

