



Emotionale Intelligenz – Führung in turbulenten Zeiten

Momentum

22. FORUM HOSPITAL MANAGEMENT 2026

Dr. Svea von Hehn

An aerial photograph of a dense city skyline, likely New York City, taken at dusk. The image shows a vast number of skyscrapers and buildings, many with their lights on. A large, bright yellow circle is superimposed over the center of the image. Inside this circle, the text "Komplex & unvorher-sehbar" is written in a bold, dark blue, sans-serif font. Below this text, the word "Momentum" is written in a dark blue, cursive script font, with a horizontal line underneath it. The background of the image is a mix of dark blues and greys, with the city lights providing a warm, golden glow.

**Komplex &
unvorher-sehbar**

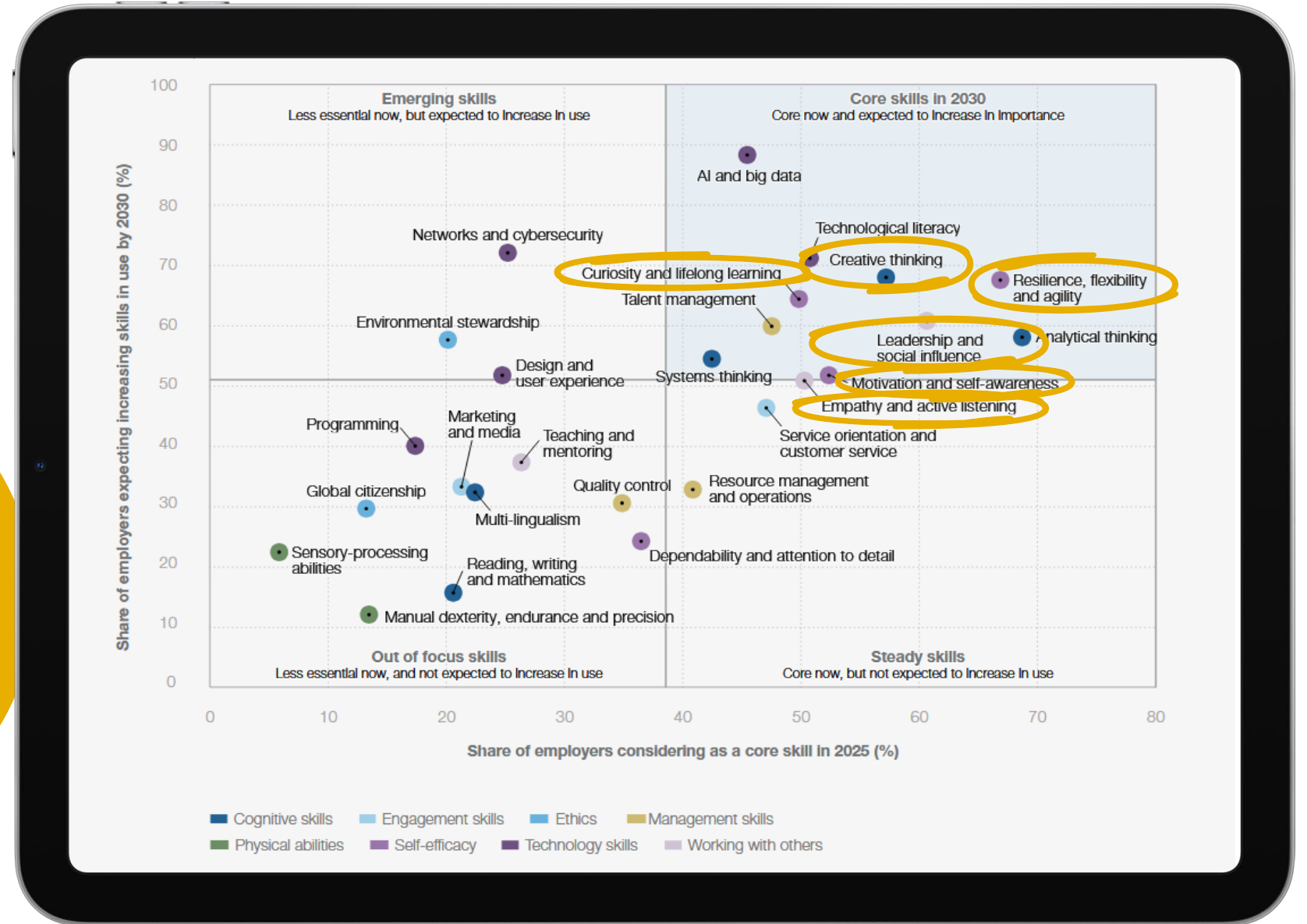
Momentum

“ As machines get better at being machines ,
humans have to get better at being
more human. ”

Andrew J. Scott

Professor für Wirtschaftswissenschaften an der
London Business School

Future Skills in 2030

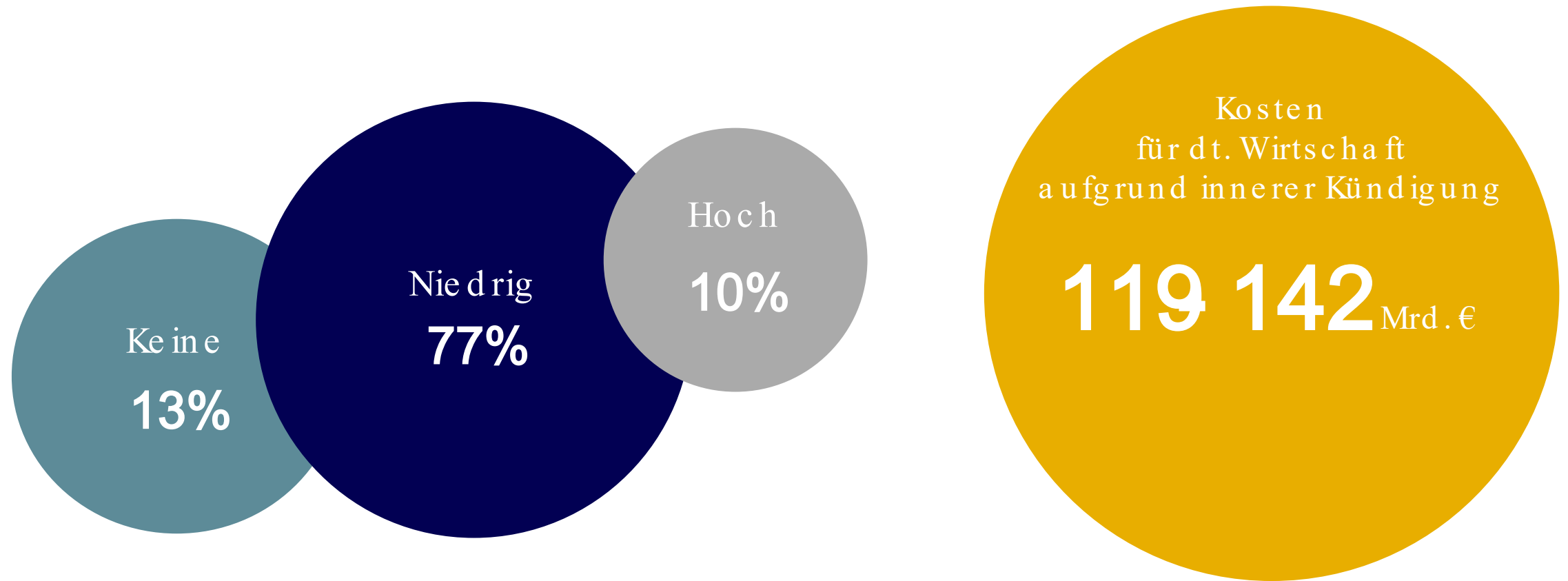


Emotionale Intelligenz mit vier Dimensionen



Engagement im Job

Gallup, 2025 n = 1700 Arbeitnehmer_innen



A snow globe containing a brown rabbit and colorful Easter eggs. The globe is filled with white snow and has a wooden base. The background is a soft-focus green field with white daisies and a brown egg.

Alltägliche Turbulenzen

Momentum

M U L T I T A S K I N G
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12

Wie gut steuern wir unsere Aufmerksamkeit?



47%

Durchschnittliche Zeit
Mind-Wandering

**Worüber habe ich mich
in letzter Zeit gefreut?**



**Was schätze ich
an unserem Team?**



A photograph of two medical professionals, a man and a woman, both wearing white lab coats and stethoscopes. They are standing in a hospital hallway, looking at each other and talking. The man is on the left, and the woman is on the right. A large yellow circle is overlaid in the center of the image, containing text.

Schwierige Interaktionen

Momentum

Wie sehr belastet mich
das in 10 Stunden?
10 Tagen?
10 Monaten?





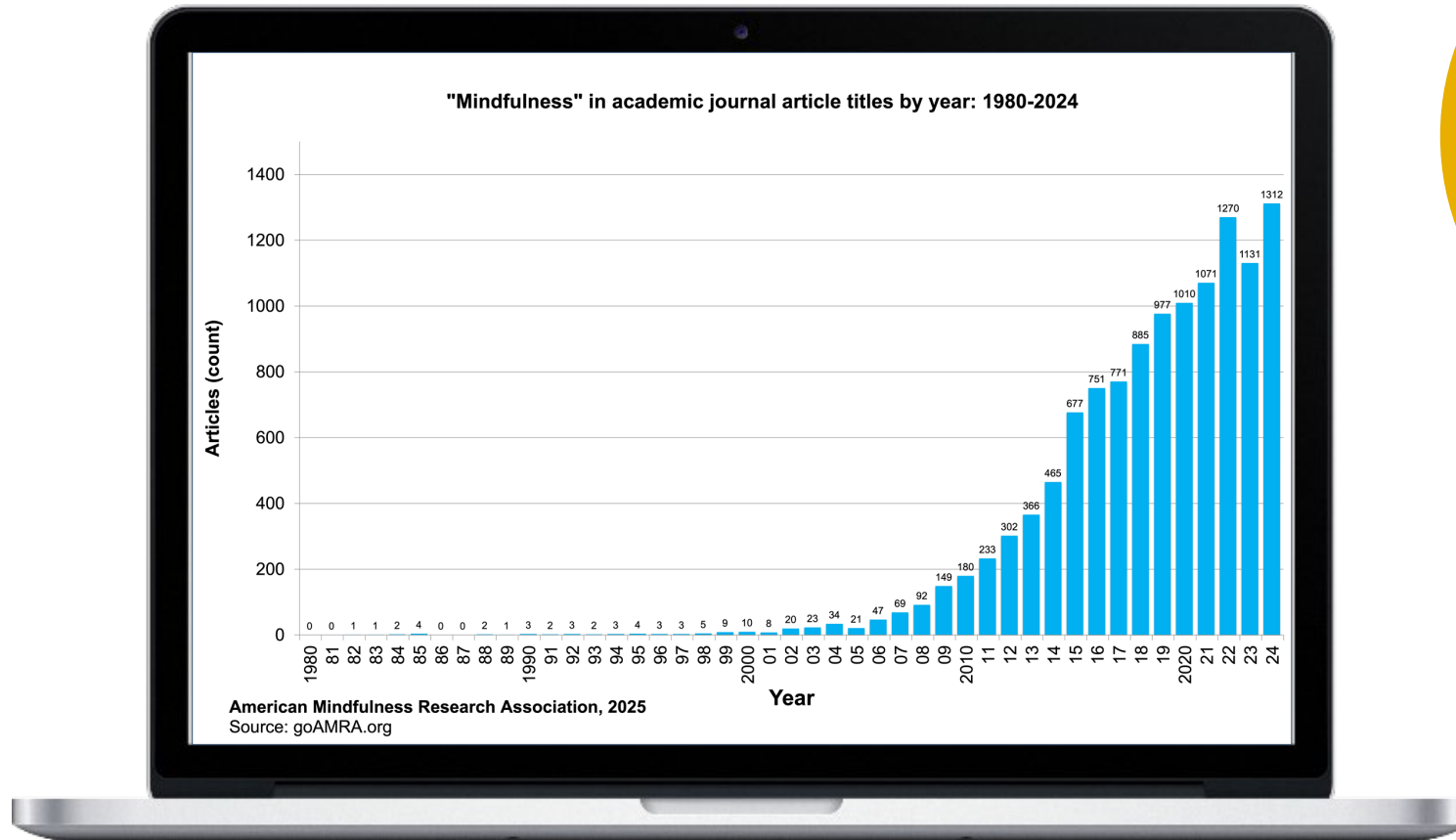
**Neugierde durch
Achtsamkeit**

Momentum

Was ist Achtsamkeit?

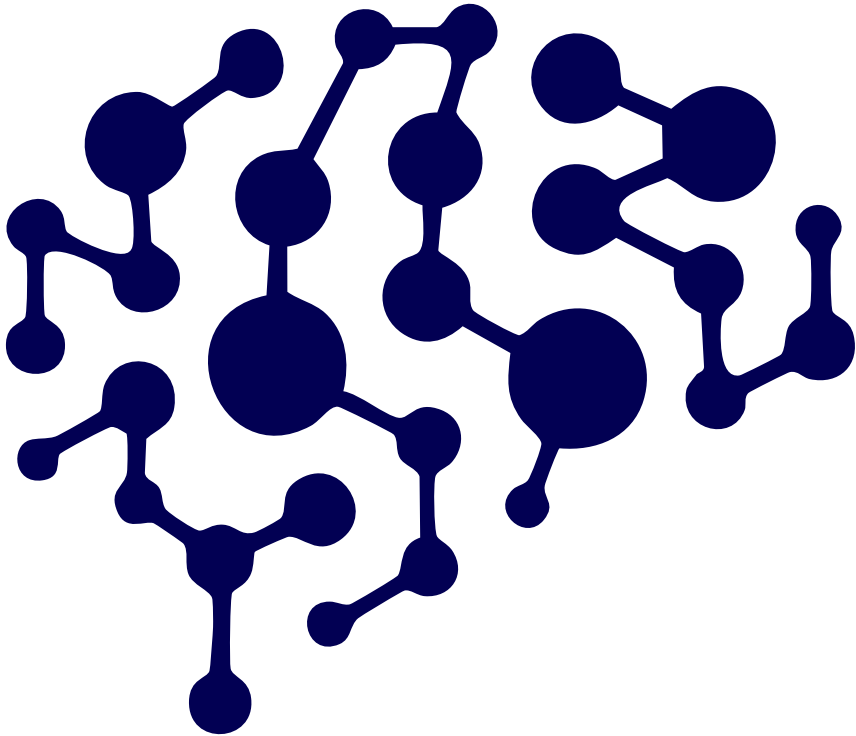


Achtsamkeit in der Wissenschaft



1312
2024

Was die Forschung sagt



- Verbesserte Konzentration
- Bessere Gedächtnisleistung & effektivere Problemlösung
- Weniger erlebter Stress
- Stärkere soziale Verbindung
- Besseres Immunsystem

Was Führungskräfte und Teams **machen können**

1

Zuerst andere sprechen lassen

2

Aktiv nach dem blinden Fleck fragen

3

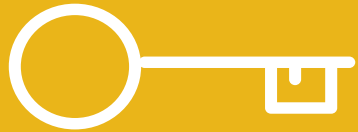
Strukturiertes Feedback einholen

4

Neue Erfahrungen bewusst suchen (Schnürsenkel)

5

Meditation als Training für Offenheit nutzen



Neugierde & Offenheit

Wie Achtsamkeit einbringen?

- **Impulse** mit internen/externen „Botschaftern“
- **Angeleitete Meditation in bestehende Regeltermine** integrieren
- **Optionale offene Meditation** online anbieten (15-30 Min)
- **„Raum der Stille“**
- **Trainings zu Achtsamkeit** (z.B. **MOMENTUM**)
- **1 Min gemeinsames Ankommen** in Meetings



SIEMENS



Beiersdorf

Genentech



thyssenkrupp

**Goldman
Sachs**



Alltägliche
Turbulenzen



Schwierige
Interaktionen



Neugierde
durch Achtsamkeit

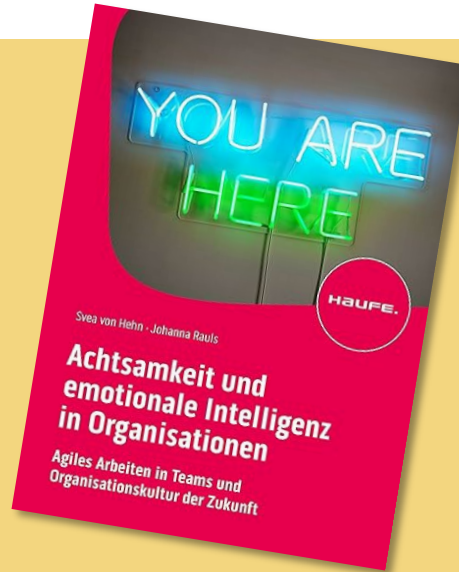


Ressourcen von uns für euch



Achtsamkeit in Beruf und Alltag (4. Auflage)

Hehn, S. & Hehn, A.
2017/2024



Achtsamkeit und emotionale Intelligenz in Organisationen

Agiles Arbeiten in Teams und Organisationskultur der Zukunft
Hehn, S.; Rauls, J. (2023)



Kulturwandel in Organisationen

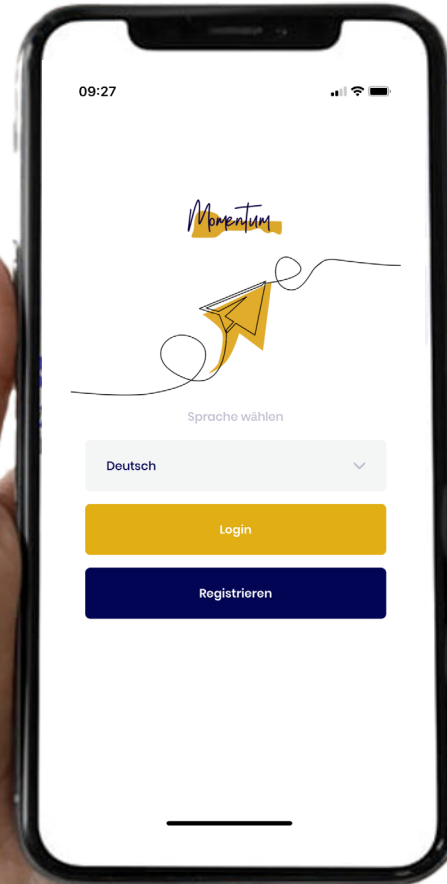
Ein Baukasten für angewandte Psychologie im Change-Management (2. Auflage)
Hehn, S., Cornelissen, N.I., Braun, C. (2021)



Online jeden Freitag
12.30 - 12.45

Bitte die **MOMENTUM APP** herunterladen

Du kannst alle Audios auf der Registerkarte „Profil“ herunterladen (für kürzere Downloadzeiten und Offline-Nutzung)



Apple

<https://apps.apple.com/de/app/momentum-application/id1507267763>



Google

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.momentumapp&hl=en>

Organisationscode: **MOM002**

Bitte registriere dich, wenn du die MOMENTUM App zum ersten Mal verwendest



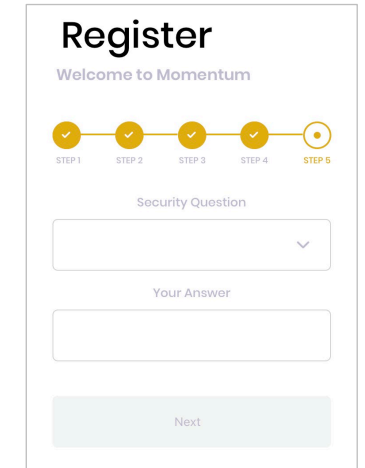
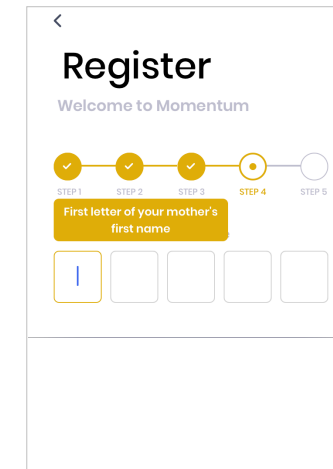
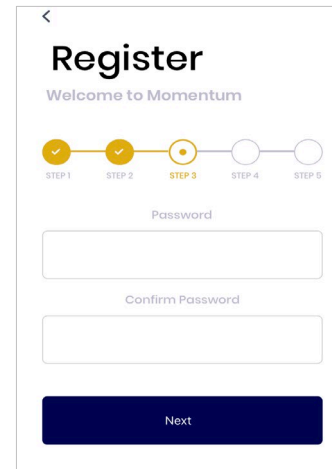
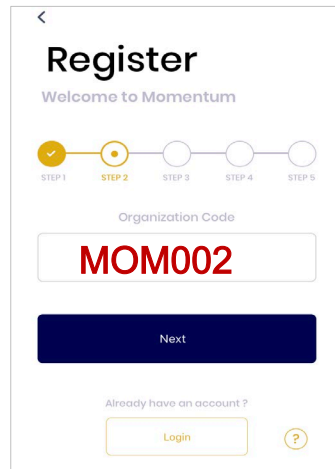
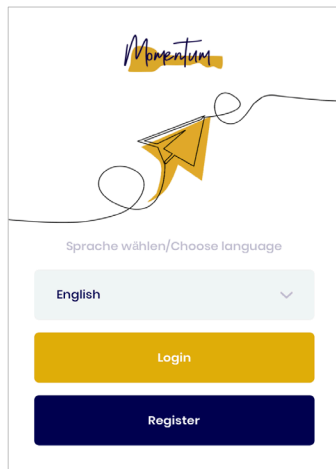
Wähle deine Sprache und klicke auf "Registrieren"

Gib den Organisationscode ein, den du von RETURN ON MEANING erhalten hast

Erstelle dein individuelles Passwort

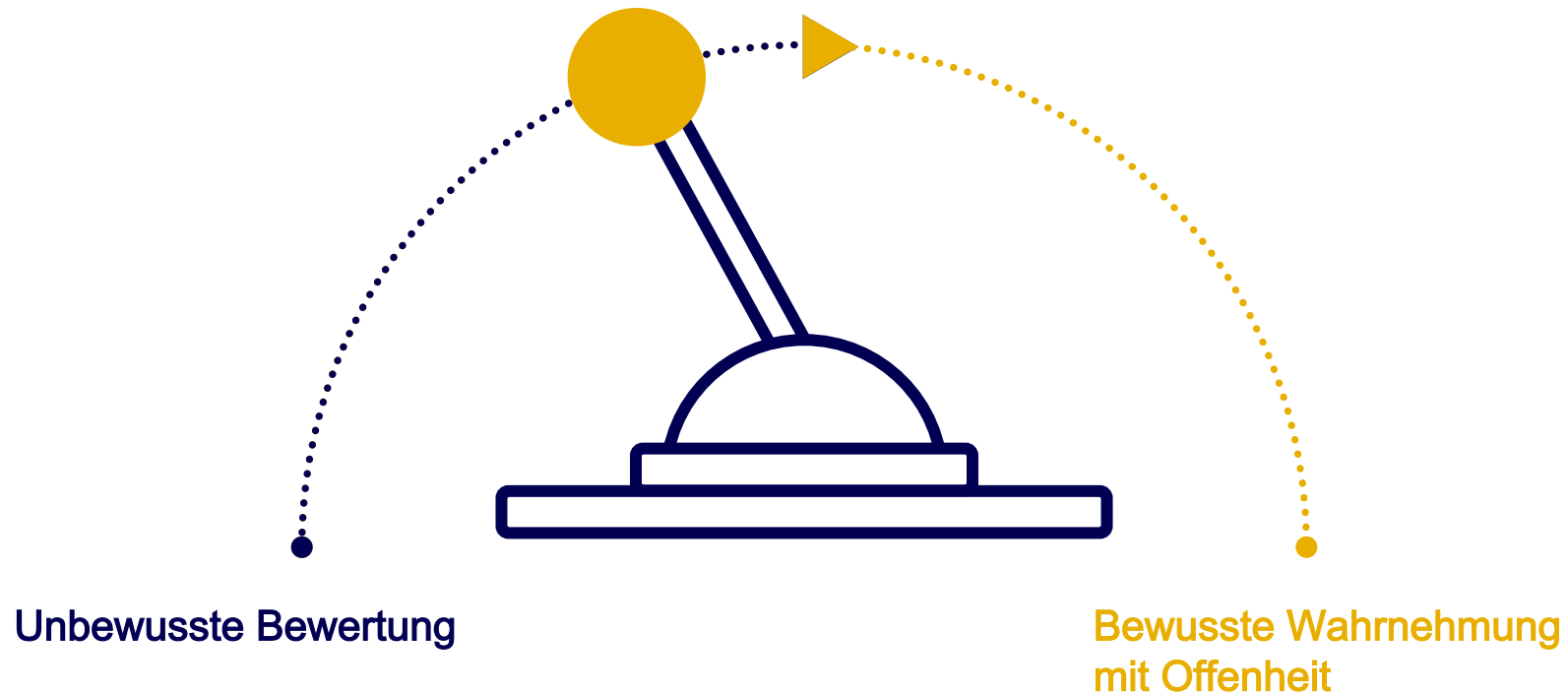
Erstelle deinen Code: Er setzt sich aus deinen Antworten auf die orangenen Fragen zusammen

Wähle eine Sicherheitsfrage und beantworte sie



- Thomas ist auf dem Weg zur Schule
- Er macht sich Sorgen wegen der heutigen Französischstunde
- Er ist sich nicht sicher, ob er die Schüler heute unter Kontrolle bringen wird
- Aber schließlich ist das auch keine Aufgabe für einen Hausmeister

Zwei verschiedene Haltungen



RETURN ON MEANING



RETURN ON MEANING GmbH

Dunckerstraße 87 | 10437 Berlin | Deutschland

www.returnonmeaning.com

info@returnonmeaning.com

Geschäftsführung:

Dr. Svea von Hehn | Nils Cornelissen

AG Charlottenburg | HRB 148414 B | VAT/USt-IdNr.: DE287757046