

Journal Artikel 2017 (mit Peer Review)

Esch T, Winkler J, Auwärter V, Gnann H, Huber R, Schmidt S. Neurobiological aspects of mindfulness in pain autoregulation: Unexpected results from a randomized-controlled trial and possible implications for meditation research. *Frontiers in Human Neuroscience* 2017; 10 (674): 1-15. doi: 10.3389/fnhum.2016.00674

Moeltner H, Leve J, Esch T. Burnout-Prävention und mobile Achtsamkeit: Evaluation eines appbasierten Gesundheitstrainings bei Berufstätigen. *Gesundheitswesen* 2017 (10.1.2017). doi: 10.1055/s-0043-114004

Ballreich R, Buessing A, Esch T, Huelsbeck M, Michalak J, Vogd W. Mindfulness im Alltag und in Organisationen – unterschiedliche Perspektiven auf ein aktuelles Thema. *Konfliktdynamik* 2017; 6 (2): 114-126. doi: 10.21706/kd-6-2-114

Journal Artikel 2017 (ohne Peer Review) – Auswahl

Esch T. Glücklichein beginnt im Kopf. *Naturarzt* 2017; 10: 35-38

Renkes V, Esch T, Benkhofer S. Achtsam führen. *KarriereLetter. Deutsche Universitätszeitung* 2017; 06 (07): 1-3

Hildebrandt H, Gröne O, Esch T. MyDoks – Förderung von Selbstmanagement und Gesundheitskompetenz. *Welt der Krankenversicherung* 2017; 6 (6): 146-149

Pfersdorf S, Esch T. Auf der Suche nach dem Hochgefühl. *Psychologie heute (compact)* 2017; 49: 14-18

Willand G, Goewey DJ, Esch T. Stress entsteht im Kopf. natürlich gesund und munter 2017; 6: 18-29

Wissenschaftliche Bücher 2017

Esch T, Esch SM. Stressbewältigung. Medizinisch Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft, Berlin, 2017 (2. Auflage) [ISBN-13: 978-3-95466-230-2]

Esch T. Der Selbstheilungscode. Die Neurobiologie von Gesundheit und Zufriedenheit. Beltz, Weinheim, 2017 (Erstauflage) [ISBN-13: 978-3-407-86443-7] {336 Buchseiten}

Esch T. Die Neurobiologie des Glücks – Wie die Positive Psychologie die Medizin verändert. Thieme, Stuttgart, 2017 (3. Auflage) [ISBN-13: 978-3-13-241391-7] {279 Buchseiten}

Wissenschaftliche Buchbeiträge (Kapitel) 2017

--

Sonstige wissenschaftliche Publikationen 2017

Werdecker, Lena; Esch, Tobias (2017): Geplante mixed-methods-Studie: Glück in der Hausarztpraxis. Vortrag auf dem 51. Deutschen Kongress für Allgemeinmedizin und Familienmedizin. Der Mensch im Mittelpunkt? Hausärztliches Handeln zwischen Ansprüchen und Alltag. 21.-23.09.2017 in Düsseldorf. Abstractband, S. 134

Werdecker, Lena; Esch, Tobias (2017): Glückserleben in der Hausarztpraxis - eine geplante mixed-methods Studie. Posterpräsentation auf dem 16. Deutschen Kongress für Versorgungsforschung (DKVF). Zukunft Regionale Versorgung - Forschung, Innovation, Kooperation. 04.-06.10.2017 in Berlin. Online unter: <http://www.egms.de/static/en/meetings/dkvf2017/17dkvf297.shtml> DOI: 10.3205/17dkvf297

Wissenschaftliche Projekte 2017

GAP – Glück in der Arztpraxis

Über einen Zeitraum von drei Jahren wird unter anderem untersucht, wie es um die Zufriedenheit in Deutschlands Hausarztpraxen steht. Obwohl die Arbeit in der Arztpraxis entsprechend der Lebenszufriedenheitsforschung über bedeutsame Faktoren für Glück verfügt, sind viele in der Primärversorgung Tätigen mit ihrem Berufsalltag unzufrieden. Stress, Überlastung und Erschöpfung werden als Beeinträchtigungen des Wohlbefindens beobachtet. Depersonalisation, Depressivität, Leistungseinbußen und Suchtmittelkonsum können die Folgen sein. Praxisteams berichten eine Widersprüchlichkeit zwischen einem erfüllten Arbeitsalltag, wie sie ihn sich erhofft und für möglich gehalten haben, und der täglich erlebten Ist-Situation. Dieses wahrgenommene Missverhältnis scheint neben verhältnis- und settingbezogenen Ansätzen auch durch verhaltensfokussierte Interventionen, wie zum Beispiel Stressbewältigungs- und Glückstrainings, grundsätzlich veränderbar. Welche Maßnahmen wirksam sind und wie diese im Praxisalltag umgesetzt werden können, soll das Forschungsprojekt untersuchen.

Zunächst ist eine schriftliche Befragung und eine qualitative Datenerhebung in Form von Einzelinterviews, Fokusgruppen und Beobachtungen geplant, um so Belastungen und Ressourcen, Glück, Zufriedenheit und Wohlbefinden von ÄrztInnen und ihren Mitarbeitenden in der hausärztlichen Primärversorgung zu untersuchen, bevor eine Interventionsstudie auf Grundlage dieser Ergebnisse entwickelt wird.

ESH-Datenbank (siehe Promovenden)

Wissensstand von PatientInnen hinsichtlich ihrer neuverordneten Medikation (siehe Promovenden)

Neu akquirierte Drittmittel

GAP – Glück in der Arztpraxis

Laufzeit: 01/2017 bis 12/2019

Förderer: Dr. Ausbüttel & Co. GmbH

Salzburg Global Seminar

Laufzeit: 03/2017

Förderer: Robert Wood Johnson Foundation

Abgeschlossene Promotionen (Thema)

--

Promovenden (Thema)

Christopher Karwetzky (cand. Dr. rer. medic.): Muster und Motive von Glück und Zufriedenheit in verschiedenen Lebensphasen (ESH-Datenbank)

Was macht Menschen in unterschiedlichen Lebensphasen glücklich und zufrieden? Und sind Glück und Zufriedenheit eigentlich dasselbe? Ein Leben lang? Die Glücksforschung versteht Glück zumeist als statisches Konstrukt, um dann im Rahmen von Studien den Einfluss verschiedenster Lebensumstände auf dieses Konstrukt empirisch zu ermitteln. Unser Projekt untersucht diese Annahme und erforscht anhand quanti- und qualitativer Methoden, inwieweit das, was wir als „ein glückliches und zufriedenes Leben“

Jahres-Report UW/H: ESCH / Inst. und LST IGVF (F&E, Web und Publikationsdatenbank)

erachten, im Lebensverlauf Änderungen unterworfen ist. Ein Schwerpunkt ist dabei die Frage, welche Auswirkungen einschneidende Schicksalsschläge (z.B. Krankheiten oder unfallbedingte Behinderungen) auf unser empfundenes Glück besitzen können.

Christine Sieling (cand. Dr. rer. medic.): Empirische Untersuchung zum Kenntnisstand von PatientInnen über ihre Medikation

In diesem Promotionsvorhaben soll der Kenntnisstand von PatientInnen nach einem Arztbesuch zu ihren (neu-)verschriebenen Medikamenten in der lokalen Apotheke erhoben werden. Einflussfaktoren auf den Kenntnisstand werden näher betrachtet. Weitergehendes Forschungsinteresse sind die Bedürfnisse der PatientInnen hinsichtlich der Informationsvermittlung in Bezug auf ihre Medikation.

Abgeschlossene Habilitationen (Thema)

--

Habilitanden (Thema)

Lena Werdecker: Belastungen und Ressourcen, Glück, Zufriedenheit und Wohlbefinden von ÄrztInnen und ihren Mitarbeitenden in Arztpraxen

Wissenschaftliche MitarbeiterInnen (Hauptprojekt)

Dr. med. Lena von Bernus (HSA, seit 09/2017)

Dr. PH Lena Werdecker (GAP, seit 02/2017)

Preise und Ernennungen– *Auswahl*

Sieger beim Preis für Gesundheitsnetzwerker 2017 (Kategorie Ideen) – Projektidee „MyDoks“

Nominierung für das Wissensbuch 2017 – Tobias Esch: „Der Selbstheilungscode“, Beltz 2017

Appointed Fellow, Salzburg Global Seminars (March 10, 2017) – Tobias Esch

Co-Chair, Salzburg Global Seminar Session 553: “Toward a Shared Culture of Health: Enriching and Charting the Patient-Clinician Relationship” (2017) – Tobias Esch

Scientific Advisory Committee und Chair, World Congress Integrative Medicine & Health (WCIMH); 10th European Congress for Integrative Medicine (ECIM); 12th International Congress for Complementary & Integrative Medicine Research, Berlin, May 3-5th, 2017 – Tobias Esch

Wissenschaftlicher Vorsitz Kongress „Meditation und Wissenschaft“ (Berlin) – Tobias Esch

Witten, 17. Januar 2018 (TE, LW)