



**Dr. med. Florian Saathoff**  
Chefarzt und Geschäftsführer-  
der Gesellschafter

## Editorial

**Liebe Leserinnen und Leser,**

in dieser neuen Ausgabe unseres Newsletters wollen wir Sie über die Zwischenergebnisse unserer Evaluationsstudie informieren. Wir haben diese Studie vor eineinhalb Jahren bei Herrn Prof. Dr. Jürgen Margraf an der Ruhr-Universität Bochum in Auftrag gegeben und das wollen wir nicht verhehlen: Wir sind nicht überrascht über die tollen Ergebnisse...aber jetzt haben wir es „Schwarz auf Weiß“.

Weiterhin stellen wir Ihnen neue Mitarbeiter sowie zwei weitere Selbstzahlerprogramme vor und informieren Sie über ein neues Therapieangebot, unseren Kräuter-Workshop.

Der Erfolg und die Beliebtheit unseres Stillachhaus-Campus® Programmes ist so enorm, dass wir uns entschlossen haben, noch mehr Fortbildungsformate anzubieten - ab Sommer dieses Jahres dann unter dem Dach der neuen „Stillachhaus-Akademie“! Lassen Sie sich überraschen!

Das wichtigste für uns ist nach wie vor, dass unsere Patienten sich im Stillachhaus wohlfühlen und gesund wieder nach Hause gehen! Dass uns dies in den meisten Fällen gelingt, zeigen die Evaluationsergebnisse und die durchschnittliche Liegezeit von nur 34,8 Tagen.

Viel Spaß beim Lesen!

## Die Stillachhaus-Therapie zeigt auch ein Jahr nach der Behandlung große Erfolge!

Im August 2017 begannen wir mit der katamnestischen Studie (in Kooperation mit der Arbeitseinheit Klinische Psychologie und Psychotherapie, Psychologische Fakultät der Ruhr-Universität Bochum, Leitung: Prof. Dr. Jürgen Margraf) über die Nachhaltigkeit unseres Therapiekonzepts, bei der wir unsere Patienten nach Entlassung längerfristig, systematisch zu psychischen Problemen und psychischer Gesundheit befragten. Während des Klinikaufenthaltes wurde die Positive psychische Gesundheit stark gesteigert, Depressionen, Angst und Stress hingegen nahmen deutlich ab. Diese positiven Behandlungseffekte sind auch 12 Monate nach Entlassung konstant geblieben.

Lesen Sie hierzu mehr auf den nächsten Seiten.

**Durchschnittsnote von  
unseren Patienten für den  
Aufenthalt im Stillachhaus  
im Jahr 2018**



## Inhalt

### Stillachhaus Akademie 2020

Aus den erfolgreichen Stillachhaus-Campus® Veranstaltungen haben wir die Stillachhaus-Campus® Akademie entwickelt

### Neue Selbstzahlerprogramme

Seit Anfang dieses Jahres haben wir zwei weitere Selbstzahler-Programme (MBSR und Schematherapie) aufgenommen

### Neue Mitarbeiter

Seit Juni 2019 dürfen wir Herrn Dr. med. Colin Schmidt als neuen Chefarzt in unserer Klinik begrüßen

### Ausbildung zum Resilienz-Coach/-Berater

Ab September 2019 führt Stillachhaus-Campus® eine Ausbildung zum Resilienz-Coach/-Berater durch

### Weitere Zimmer renoviert

Die Renovierung weiterer 7 Zimmer wurde im Frühjahr dieses Jahres abgeschlossen

### Kräutersalben-Workshop

Unser neues Therapieangebot „Kräutersalben-Workshop“ wird von unseren Patienten sehr gut angenommen

# Erste Zwischenergebnisse der Katamnestischen Studie zur Nachhaltigkeit des Therapie-Erfolgs im Stillachhaus

## Die Stillachhaus-Therapie zeigt auch ein Jahr nach Behandlungsende weiter große Effektstärken

Im August 2017 begannen wir mit der katamnestischen Studie über die Nachhaltigkeit unseres Therapiekonzepts, bei der wir unsere Patienten nach Entlassung längerfristig, systematisch zu psychischen Problemen und psychischer Gesundheit befragten. Speziell die Erzielung langfristiger positiver Effekte bedingt das eigentliche Maß für den Erfolg einer Therapie. Die Studie wurde in Kooperation mit der Arbeitseinheit Klinische Psychologie und Psychotherapie der Psychologischen Fakultät der Ruhr-Universität Bochum unter Leitung von Prof. Dr. Jürgen Margraf durchgeführt.

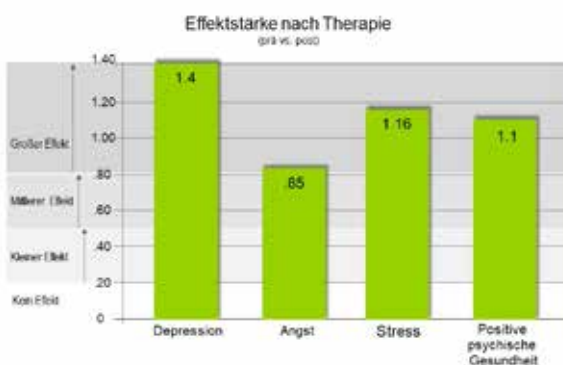
Wir freuen uns nun über die ersten Zwischenergebnisse der Evaluation und erstmals auch der 12-Monatskatamnese.

### Evaluation Stillachhaus: Stand 15. Februar 2019

|                            | Befragte Patienten |     |
|----------------------------|--------------------|-----|
| Therapiebeginn:            | 659                |     |
| Therapieende (Entlassung): | 541                | 82% |
| 6-Monatskatamnese:         | 225                | 53% |
| 12-Monatskatamnese:        | 69                 | 41  |

In unsere Studie haben wir über 500 Patienten eingeschlossen, die zu Therapiebeginn und –ende sowie 6 und 12 Monate nach Entlassung aus unserer Klinik zu einer subjektiven Einschätzung bestimmter Symptome befragt werden.

### Verbesserung in psychometrischen Skalen

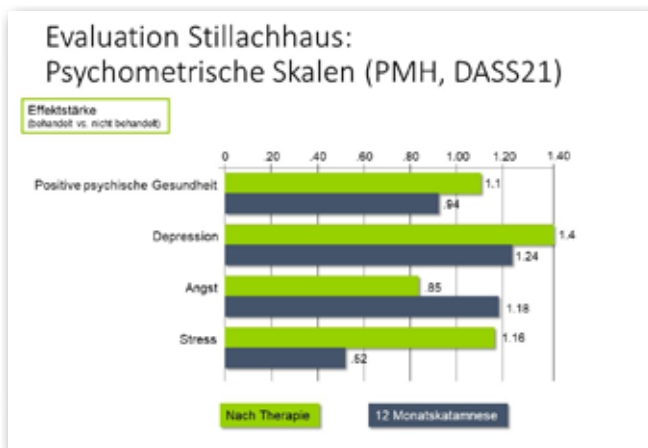


Im Sinne eines positiven Erfolgs sollte die subjektive Einschätzung der positiven Gesundheitskomponente (darin unter anderem eingeschlossen die Fähigkeit mit Stress umzugehen, die Fähigkeit im Leben einen Sinn zu sehen, die Widerstandsfähigkeit) während des Klinik-Aufenthaltes zunehmen. Die Werte für Depression, Angst und Stress (gemessen durch Selbsteinschätzung nach dem DASS21-Verfahren) sollten abnehmen. Diese Behandlungsziele ließen sich mittels der sehr großen Effektstärken (Bedeutsamkeit der Unterschiede zwischen zwei Messzeiträumen) in unseren ersten Zwischenergebnissen objektivieren.

Durchgeführt in Kooperation mit der Arbeitseinheit  
 Klinische Psychologie und Psychotherapie der Psychologischen Fakultät  
 der Ruhr-Universität Bochum  
 unter Leitung von Prof. Dr. Jürgen Margraf

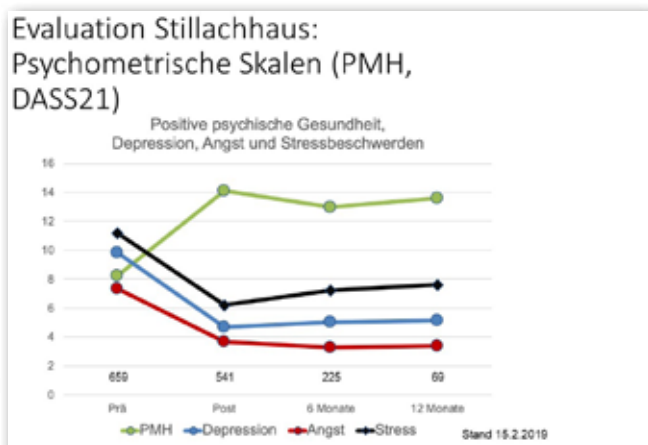


Auch 6 Monate nach Entlassung ist bei den befragten Patienten der Therapieerfolg noch deutlich vorhanden.



12 Monate nach Klinik-Aufenthalt bleibt der positive Effekt auf beiden Seiten des Spektrums, sowohl in Hinblick auf Depression, Angst und Stress als auch auf die Stärkung der subjektiven psychischen Gesundheit (PMH = positive mental health), weiterhin sehr hoch.

Die Belastung mit depressiven Symptomen ist nach wie vor gering. Die Angst hat im Alltagsleben sogar weiter abgenommen. Dass die subjektive Stressbelastung nach einem Jahr Alltag wieder zugenommen hat, kann als normal betrachtet werden, da diese während der Therapiebehandlung deutlich abnimmt, die Patienten mit den Haupteinflussfaktoren, die den Stress verursachen, im Alltagsleben aber wieder konfrontiert werden.



Insgesamt können wir feststellen, dass die Positive psychische Gesundheit während des Klinikaufenthalts stark gesteigert wurde und auch ein Jahr nach der Behandlung gleichbleibend hoch ist.

Depressionen, Angst und Stress haben im Gegenzug während der Behandlungsdauer deutlich abgenommen und sind nachhaltig gering geblieben.



## Neues Therapieelement: Kräutersalben-Workshop



Ringelblume, Gänseblümchen, Johanniskraut, Fichtenharz, Gundermann, Beinwell, Thymian, Salbei, Lavendel, ...



Heimische und heilende Kräuter entfalten durch die Verarbeitung zur Heilsalbe und Schönheitspflege ihre Wirkung. Beim Kräutersalben-Workshop können die Patienten diese Kräuter direkt vor dem Stillachhaus sammeln und sich eigens von der Wirkung überzeugen.







**Dr. phil. Dipl.-Psych.**  
**Uli Fieger, MBA**  
Geschäftsführer,  
Leitung  
Stillachhaus-Campus®

## Aus Stillachhaus-Campus® wird die Stillachhaus-Campus® Akademie

Das ist der notwendige Folgeschritt einer Erfolgsgeschichte, die eher zufällig begann. Im Sommer 2014 überlegten wir uns im Stillachhaus, eine interne Weiterbildung unserer Psychotherapeuten auch Ärzten und Psychologen aus der Region anzubieten. Daraus wurde 5 Jahre später ein bundesweites, zertifiziertes Fortbildungsformat, das es so in Deutschland kein zweites Mal gibt. 2019 halten wir in 17 Städten unsere Stillachhaus-Campus® Symposien ab, bieten insbesondere zu dem Thema Resilienz 6 Intensiv-Workshops an, führen Waldbaden-Seminare und einen Achtsamkeits-Workshop durch. Bis Juni haben wir über 700 Anmeldungen zu unseren Veranstaltungen erhalten!

Ein Erfolgsfaktor ist die Aktualität der Themen, die wir aus Forschung und Praxis aufnehmen.

Ein hohes Alleinstellungsmerkmal haben wir allerdings durch die durchgängig und hochfrequente Zusammenarbeit mit Spitzenwissenschaftlern aus der deutschen Psychotherapie- und Psychiatrie-Forschung.

Für das nächste Jahr planen wir interessante neue Themen, wie z.B. Metakognitive Therapie.

Die Stillachhaus-Campus® Akademie wird auch bundesweit agieren, d.h. wir werden in ganz Deutschland wieder unsere Symposien, darüber hinaus aber auch unsere Workshops, Seminare und neue Formate bundesweit anbieten!

Der Sitz der Akademie wird in Oberstdorf im Stillachhaus sein, wo wir weiterhin aktiv Workshops durchführen werden.



**Prof. Dr. med. Stefan Röpke**



**Prof. Dr. Jürgen Margraf**



**Univ.-Prof. Dr. Dr. med. Katharina Domschke**

## Wissenschaftlich fundiert & zertifiziert: Ausbildung zum Resilienz-Coach/-Berater

Die Stillachhaus-Campus® Akademie startet mit einem besonderen Highlight! Am 19. September 2019 beginnt im Stillachhaus eine Ausbildung zum Resilienz-Coach/-Berater. In 6 (3- / 4-tägigen) Modulen bilden wir vornehmlich Psychologen und Ärzte zum Coach aus! Dadurch können sich Psychotherapeuten eine neue Zielgruppe in Industrie und Wirtschaft erschließen. Die Ausbildung wird vom FBZ der Fakultät für Psychologie der Ruhr-Universität Bochum (Leitung: Prof. Dr. Jürgen Margraf) zertifiziert! CME Punkte werden bei der LÄK Bayern beantragt.

## Wir geben unser Wissen weiter



**Psychotherapie kompakt im Film**  
Der Stillachhaus YouTube Kanal

**Diese neuen Interviews finden Sie in unserem YouTube-Kanal unter:**

[www.stillachhaus.de/campus/videos](http://www.stillachhaus.de/campus/videos)



**Dr. Christine Altstötter-Gleich**  
Thema: Perfektionismus: Stärken nutzen



**Dr. Franziska van Hall**  
Thema: Resilienz: Grundlagen, Mechanismen, Perspektiven



**M.A. Michael van der Kooij**  
Thema: Stressempfindlichkeit und Resilienz

## Das Stillachhaus baut den Bereich Schmerztherapie aus



**Dr. med. Colin Schmidt**  
Chefarzt

Mit Herrn Dr. med. Colin Schmidt bekommt das Stillachhaus einen erfahrenen Arzt, der den Bereich Schmerztherapie ausbauen wird.

Dr. med. Colin Schmidt war als Oberarzt in der Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie am Universitätsklinikum Ulm tätig.

Er ist Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie und Facharzt für Anästhesiologie.

Zusatzqualifikationen:

- Zusatzbezeichnung Spezielle Schmerztherapie
- Zusatzbezeichnung Notfallmedizin
- Zusatzbezeichnung Palliativmedizin

## Weitere neue Mitarbeiter im Stillachhaus

**Psychologe MSc.**  
**David Dubberke**  
Psychologischer  
Psychotherapeut



**Daniela Postel, BA**  
Assistenz der  
Geschäftsleitung



**Andrea Elsässer**  
Buchhaltung



**Veronika  
Lindlbauer, BA**  
Erlebnispädagogin



**Psychologin MSc.**  
**Selina Jäger**  
Psychotherapeutin in  
Ausbildung



**Dipl.-Psych.**  
**Paula Weber**  
Psychotherapeutin in  
Ausbildung



# Neue Selbstzahlerprogramme im Stillachhaus

Unsere Selbstzahlerprogramme werden immer beliebter. 2018 nahmen über 100 Gäste unsere Angebote wahr. Aufgrund der großen Nachfrage haben wir zwei weitere Selbstzahler-Programme entwickelt und sie zu Jahresbeginn in unser Therapieprogramm aufgenommen.

## MBSR\* und Achtsamkeit

**Dauer: 14 Tage**

Ziele des Programms sind ein verbesserter Umgang mit Stressoren, eine Reduktion von Krankheitssymptomen sowie eine Verbesserung der Lebensqualität und Lebensfreude durch eine achtsamere Lebensweise.

**Geeignet für:** Personen, die in ihrem Alltag einer chronischen Stressbelastung ausgesetzt sind, oder vielleicht bereits an einer stressassoziierten Erkrankung wie z.B. Schlafstörungen und Burnout leiden.

### Sie erhalten:

- Aufnahmegespräch und wöchentliche Verlaufsvisiten beim internistischen Chefarzt
- Aufnahmegespräch und wöchentliche Verlaufsvisiten bei der Ärztlichen Direktorin oder dem stellvertretenden Chefarzt
- 3 x Einzelpsychotherapie
- 6 x MBSR-Gruppe
- Teilnahme an Spezialgruppen
- Frühsport
- Teilnahme an den täglichen Bewegungsangeboten
- Teilnahme an den Entspannungsverfahren inkl. Yoga und Qi Gong
- 2 x Entspannungsbad
- Waldbaden

Auf Wunsch Einzel-Atemtherapie  
Auf Wunsch Achtsamkeitsbasis-Gruppe  
Auf Wunsch Willkommensgruppe  
Auf Wunsch Perspektiv-Gruppe

\* MBSR = Mindfulness Based Stress Reduction

## Schematherapie

**Dauer: 21 Tage**

Identifizieren von ungünstigen Erlebens- und Verhaltensmustern und im Verlauf durch neue konstruktive Verhaltens- und Erlebensmuster ersetzen. Ziel des Programms ist, den Schemamodus des „gesunden Erwachsenen“ zu verinnerlichen.

**Geeignet für:** Personen, deren psychische Belastungen und Symptome z.B. im Rahmen von Depression und Angsterkrankungen chronisch verlaufen oder durch bestimmte Beziehungs- und Persönlichkeitsaspekte aufrechterhalten werden.

### Sie erhalten:

- Aufnahmegespräch und wöchentliche Verlaufsvisiten beim internistischen Chefarzt
- Aufnahmegespräch und wöchentliche Verlaufsvisiten bei der Ärztlichen Direktorin oder dem stellvertretenden Chefarzt
- 3 x Einzelpsychotherapie (wird von einem Schematherapeuten durchgeführt)
- Teilnahme an Spezialgruppen
- Frühsport
- Teilnahme an den täglichen Bewegungsangeboten
- Teilnahme an den Entspannungsverfahren inkl. Yoga und Qi Gong
- 2 x Entspannungsbad
- Waldbaden

Auf Wunsch Einzel-Atemtherapie  
Auf Wunsch Achtsamkeitsbasis-Gruppe  
Auf Wunsch Willkommensgruppe  
Auf Wunsch Perspektiv-Gruppe

## Unsere weiteren Selbstzahlerprogramme:

**Kompakt (3 Tage)** - Persönliche stressmedizinische Standortbestimmung und Grundlagen der Stressbewältigung

**Wochenweiser Klinikaufenthalt (7 Tage)** - Individuelle und indikationsabhängige Therapiepläne

**Stressmanagement Intensiv (5 Tage)** - Persönliche stressmedizinische Standortbestimmung und Grundlagen der Stressbewältigung sowie gezieltes Resilienz-Training

**Stressmanagement Intensiv mit vertieftem Resilienz-Training (12 Tage)** - Persönliche stressmedizinische Standortbestimmung und Grundlagen der Stressbewältigung sowie vertieftes Resilienz-Training

**Auf unserer Website finden Sie die genaue Beschreibung  
der einzelnen Selbstzahlerprogramme:  
[www.stillachhaus.de/selbstzahlerprogramme](http://www.stillachhaus.de/selbstzahlerprogramme)**



## Ausblick

Das Umfeld für Privatkliniken wird nicht einfacher. Wir bemerken eine restriktiver werdende Bewilligungspolitik der Krankenkassen. Gleichwohl haben wir mit mehreren Krankenkassen faire Verträge abgeschlossen. Wir sind für Krankenkassen ein starker Partner, weil wir durch unsere verhältnismäßig kurzen Liegezeiten, die sehr guten Behandlungserfolge und die schnelle Aufnahme der Patienten ins Stillachhaus attraktiv sind!

Unsere Selbstzahlerprogramme erfreuen sich immer größerer Beliebtheit. 2018 haben wir über 100 Patienten im Stillachhaus behandelt, die ohne eine Beantragung zur Kostenübernahme durch ihre Krankenkassen den Weg zu uns gefunden haben. In vielen Fällen konnten wir im Anschluss an die Behandlung als Selbstzahler die Krankenkasse des Patienten überzeugen, dass eine akut-stationäre Behandlung hilfreich und notwendig ist!



Dr. med. Florian Saathoff  
Geschäftsführender  
Gesellschafter

Dr. med.  
Franziska van Hall  
Ärztliche Direktorin

Dr. phil. Dipl.-Psych.  
Uli Fieger, MBA  
Geschäftsführer

## 42 Zimmer für 3,6 Millionen Euro renoviert

In den letzten 3 Jahren haben wir die Renovierung unserer Patientenzimmer weiter vorangetrieben.

Die elegant designten Zimmer sind mit hochwertigen Materialien ausgestattet und bleiben dabei dem exklusiven Charakter des Stillachhauses treu.



Hinweis: Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf die gleichzeitige Verwendung männlicher und weiblicher Sprachformen in diesem Newsletter verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für alle Geschlechter.

## Impressum

Stillachhaus Privatklinik GmbH | Alte Walsersstraße 15 | 87561 Oberstdorf  
Tel. 08322 602-0 | Fax 08322 602-280 | info@stillachhaus.de | www.stillachhaus.de  
V.i.S.d.P. Geschäftsführer Dr. phil. Dipl.-Psych. Uli Fieger, MBA Geschäftsführer