



Sehr geehrte Patientin,  
sehr geehrter Patient,

Sie haben die Empfehlung für die Teilnahme an der **Kunsttherapie** im Rahmen unserer Institutsambulanz erhalten.

### **Inhalte**

Kunsttherapie bietet Ihnen die Möglichkeit, mit Farben, Zeichenmaterial, Ton, Collagen oder Naturmaterialien Ihre Gedanken und Gefühle sichtbar zu machen – unabhängig von künstlerischem Talent oder Vorkenntnissen.

Im geschützten Rahmen einer kleinen Gruppe setzen Sie sich gestalterisch mit Ihren inneren Themen auseinander. Welche Farben oder Formen sprechen Sie an? Welche Bilder entstehen? Welche Gedanken oder Erinnerungen zeigen sich dabei?

Es geht nicht darum, „schöne“ Kunstwerke zu schaffen, sondern auf kreative Weise Zugang zu sich selbst zu finden – zu dem, was Sie gerade bewegt oder belastet. Kunst kann helfen, Unaussprechliches auszudrücken, Klarheit zu gewinnen und neue Perspektiven zu entwickeln.

Jede Sitzung beginnt mit einem kurzen Gespräch, um Ihre aktuelle Stimmung und persönliche Anliegen aufzugreifen. Danach arbeiten Sie gestalterisch mit dem Material Ihrer Wahl. Am Ende betrachten wir gemeinsam Ihre Arbeit und besprechen, was sich darin zeigen könnte.

### **Organisatorisches**

Die Kunsttherapie findet in der Regel in Gruppen statt, je nach Gruppe im wöchentlichen oder zweiwöchentlichen Rhythmus. Die Gruppe umfasst insgesamt 8 Termine. Auch eine erneute Teilnahme an der Gruppe ist möglich.

In Einzelfällen besteht auch die Möglichkeit der Kunsttherapie als Einzeltherapie.

Ihr Bezugstherapeut hat Sie auf die Warteliste gesetzt. Die Gruppentherapeut\*innen melden sich zum neuen Rekrutierungsstart bei Ihnen und nennen Ihnen dann den für Sie gültigen Aufnahmetermin.

Sollten Sie bis zum Aufnahmetermin bereits einen ambulanten Psychotherapieplatz bekommen haben, melden Sie sich baldmöglichst in der Psychosomatischen Ambulanz.

**Wegbeschreibung**

Die Gruppen finden in den Kunsttherapieräumen des Universitätsklinikum Tübingen statt. Sie erhalten vor Gruppenstart eine detaillierte Wegbeschreibung, in welchem Raum Ihre Gruppe stattfindet.

Für Fragen zur Kunsttherapiegruppe sind die Gruppentherapeut\*innen telefonisch oder per E-Mail über die Psychosomatische Ambulanz für Sie erreichbar (Tel. 07071-2986719 oder E-Mail [psychosomatik@med.uni-tuebingen.de](mailto:psychosomatik@med.uni-tuebingen.de) ).

Mit freundlichen Grüßen

Ihr Team der Psychosomatischen Ambulanz

