



Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

Sie haben die Empfehlung für die Teilnahme an der **Unterstützungsgruppe** im Rahmen unserer Institutsambulanz erhalten. Diese besteht aus 8 Sitzungen à 90 Minuten, welche im Zwei-Wochen-Rhythmus stattfinden (in Ausnahmefällen wöchentlich).

In der Gruppe erwarten Sie neben formalen Aspekten (z.B. Tipps und Unterstützung bei der Psychotherapieplatzsuche) vorwiegend therapeutische Inhalte wie z.B. die Entstehung psychosomatischer Krankheiten, Selbstfürsorge, Entspannung, Schlaf und Achtsamkeit. Außerdem soll die Gruppe Ihnen Raum dafür bieten, sich mit anderen Betroffenen austauschen zu können und offene Fragen zu klären.

Die GruppentherapeutInnen werden Ihnen Bescheid geben, wann die Gruppe beginnt. Aufgrund unserer Maßnahmen zur Eindämmung der Corona-Pandemie wird die Gruppe zunächst online (VidyoConnect) starten. Einen entsprechenden Link mit Zugangscode bekommen Sie zugeschickt.

Bei Fragen können Sie sich gerne jederzeit an uns wenden. Melden Sie sich dazu telefonisch (07071/29-86719) oder per Mail (psychosomatik@med.uni-tuebingen.de) in unserem Sekretariat.

Herzliche Grüße,

Prof. Dr. Andreas Stengel
Ärztlicher Leiter der Ambulanz

Dr. Gaby Resmark
Leitende Psychologin der Ambulanz