

# Inhalt

<b>1</b>	<b>Theoretische Einführung . . . . .</b>	<b>1</b>
<b>1.1</b>	<b>Die Psychologie der Migration . . . . .</b>	<b>1</b>
<b>1.2</b>	<b>Affektive Störungen bei Menschen mit Migrationserfahrungen . . . . .</b>	<b>5</b>
<b>1.3</b>	<b>Sprach- und Kulturmittler in der psychotherapeutischen Arbeit . . . . .</b>	<b>8</b>
<b>2</b>	<b>Grundlagen des Empowerment-Manuals . . . . .</b>	<b>13</b>
<b>2.1</b>	<b>Einsatzmöglichkeiten . . . . .</b>	<b>13</b>
<b>2.2</b>	<b>Indikationen . . . . .</b>	<b>15</b>
<b>2.3</b>	<b>Zusammenarbeit mit Dolmetschern . . . . .</b>	<b>15</b>
<b>2.4</b>	<b>Zugrunde liegende Therapiemanuale . . . . .</b>	<b>16</b>
<b>3</b>	<b>Anwendung des Manuals . . . . .</b>	<b>17</b>
<b>3.1</b>	<b>Aufbau . . . . .</b>	<b>17</b>
<b>3.2</b>	<b>Struktur und Ablauf . . . . .</b>	<b>19</b>
<b>4</b>	<b>Das Empowerment-Manual . . . . .</b>	<b>22</b>
<b>4.1</b>	<b>Modul 1: Ankommen – Wo kommen wir her, wo gehen wir hin . . . . .</b>	<b>22</b>
<b>4.2</b>	<b>Modul 2: Integration – Herausforderung und aktiv werden . . . . .</b>	<b>27</b>
<b>4.3</b>	<b>Modul 3: Depression – Psychoedukation . . . . .</b>	<b>34</b>
<b>4.4</b>	<b>Modul 4: Depression – Aktiv werden . . . . .</b>	<b>40</b>
<b>4.5</b>	<b>Modul 5: Depression – Wege aus dem Schneckenhaus . . . . .</b>	<b>46</b>
<b>4.6</b>	<b>Modul 6: Somatisierung – Mit Schmerzen umgehen . . . . .</b>	<b>53</b>
<b>4.7</b>	<b>Modul 7: Schlafstörungen – Ruhe finden . . . . .</b>	<b>59</b>
<b>4.8</b>	<b>Modul 8: Stress – Psychoedukation . . . . .</b>	<b>66</b>
<b>4.9</b>	<b>Modul 9: Stress – Bewältigungskompetenzen erlernen . . . . .</b>	<b>72</b>
<b>4.10</b>	<b>Modul 10: Stress – Entspannung erlernen . . . . .</b>	<b>77</b>
<b>4.11</b>	<b>Modul 11: Gefühle – Wegweiser für unser Verhalten . . . . .</b>	<b>82</b>
<b>4.12</b>	<b>Modul 12: Aggression – Mit Wut umgehen . . . . .</b>	<b>89</b>
<b>4.13</b>	<b>Modul 13: Mit Angst umgehen – Mut schöpfen . . . . .</b>	<b>96</b>

4.14	<b>Modul 14: Heimweh – Heimat ist ein Gefühl</b> .....	102
4.15	<b>Modul 15: Behandlungsmöglichkeiten – Hilfe erhalten</b> .....	108
4.16	<b>Modul 16: Rückblick und nach vorne schauen</b> .....	114
	<b>Literatur Kapitel 1 bis 4</b> .....	119
5	<b>Handouts</b> .....	123
5.1	<b>Handout Modul 1: Ankommen – Wo kommen wir her, wo gehen wir hin</b> .....	123
5.2	<b>Handout Modul 2: Integration – Herausforderung und aktiv werden</b> .....	124
5.3	<b>Handout Modul 3: Depression – Psychoedukation</b> .....	126
5.4	<b>Handout Modul 4: Depression – Aktiv werden</b> .....	128
5.5	<b>Handout Modul 5: Depression – Wege aus dem Schneckenhaus</b> .....	129
5.6	<b>Handout Modul 6: Somatisierung – Mit Schmerzen umgehen</b> .....	130
5.7	<b>Handout Modul 7: Schlafstörungen – Ruhe finden</b> .....	131
5.8	<b>Handout Modul 8: Stress – Psychoedukation</b> .....	132
5.9	<b>Handout Modul 9: Stress – Bewältigungskompetenzen erlernen</b> .....	134
5.10	<b>Handout Modul 10: Stress – Entspannung erlernen</b> .....	135
5.11	<b>Handout Modul 11: Gefühle – Wegweiser für unser Verhalten</b> .....	137
5.12	<b>Handout Modul 12: Aggression – Mit Wut umgehen</b> .....	139
5.13	<b>Handout Modul 13: Mit Angst umgehen – Mut schöpfen</b> .....	141
5.14	<b>Handout Modul 14: Heimweh – Heimat ist ein Gefühl</b> .....	143
5.15	<b>Handout Modul 15: Behandlungsmöglichkeiten – Hilfe erhalten</b> .....	145
5.16	<b>Handout Modul 16: Rückblick und nach vorne schauen</b> .....	146
6	<b>Handouts Arabisch</b> .....	147
7	<b>Handouts Dari</b> .....	163