

DAS PROJEKT ‚LEMMY‘

Das Projekt Lemmy setzt sich mit den subtilen und offensichtlichen Formen emotionaler Gewalt auseinander – von abwertenden Bemerkungen über Manipulation bis hin zu systemischen Strukturen, die Menschen klein machen.

In den Workshops und Seminaren wird sichtbar, warum emotionale Gewalt ein Thema ist, welches uns alle angeht. Denn auch Menschen die nicht unter den psychischen Auswirkungen emotionaler Gewalt leiden, werden oftmals bewusst oder unbewusst von den vielschichtigen Auswirkungen beeinflusst.

Lemmy bildet eine Brücke zwischen Betroffenen und Nicht-Betroffenen und dient dazu, für das Thema emotionale Gewalt zu sensibilisieren. Eine gut verständliche und sichtbar gemachte theoretische Grundlage hilft den Teilnehmern, sich auf Lemmy als Projektionsfläche einzulassen und anhand konkreter Beispiele nachzuvollziehen, welche Formen emotionaler Gewalt es gibt und wie sich solche Erfahrungen auswirken können.

Verschiedene Materialien und Impulse machen das Projekt für Laien zugänglich. Fachleute aus dem psychosozialen und pädagogischen Umfeld können Lemmy für ihre eigene Arbeit mit älteren Kinder, Jugendlichen oder Erwachsenen nutzen.



HILKE PANTEL

Bildung und Pädagogik - Kunst und Illustration

Osemundweg 4
57439 Attendorn

Mobil: 01 75 - 591 20 53
(bei Erstkontakt bitte per SMS, Signal oder WhatsApp)
Mail: hp@pantelismus.de

Anfragen zu Buchungen bitte an
hp@pantelismus.de

Mehr Informationen und Termine auf
www.pantelismus.de

MACHT UND OHNMACHT ÜBERWINDEN

WAS BEGEGNUNG MÖGLICH MACHT



Workshops & Seminare

über emotionale Gewalt und
Wege der Stärkung



EIN EMOTIONALES THEMA WIRD IN EINEM SICHEM RAHMEN ERFAHRBAR

Mit *Lemmy* als Symbolfigur und Vermittler schaffen wir in den Workshops und Seminaren Verständnis für die Wirkungen von emotionaler Gewalt und entdecken Möglichkeiten, uns mit anderen zu verbinden und uns selbst und andere zu stärken.

1. SICHERHEIT UND ORIENTIERUNG

Theoretische psychologische Grundlagen werden an einer Magnettafel anschaulich visualisiert.

2. SACHLICHE BENENNUNG

Formen emotionaler Gewalt werden sachlich und anhand konkreter Beispiele erarbeitet und reflektiert.

3. ERFAHRUNGSEBENE

Die Geschichte von *Lemmy* öffnet im Kamishibai-Erzähltheater einen Erfahrungsraum in dem sichtbar wird, wie emotionale Gewalt das innere Erleben beeinflussen kann.

4. INTEGRATION UND STÄRKUNG

Die Auseinandersetzung mit Verarbeitungswegen und Möglichkeiten der Selbstfürsorge stärkt die Selbstwirksamkeit und Handlungsspielräume.

Das Angebot richtet sich an Menschen mit und ohne Gewalterfahrungen.

BEWUSSTSEIN SCHAFFEN, BEGEGNUNG STÄRKEN, HANDLUNGSSPIELRÄUME ERWEITERN

Die *Lemmy*-Workshops und Seminare richten sich an Gruppen, Teams und Organisationen, die sich mit Fragen von Macht, Ohnmacht und respektvollem Miteinander auseinandersetzen möchten.

Im Mittelpunkt steht die Sensibilisierung für emotionale Gewalt – ihre subtilen Formen, ihre Wirkungen und ihre Rolle im alltäglichen Zusammenleben.

Die Workshops eröffnen einen geschützten Raum, in dem eigene Erfahrungen reflektiert, Dynamiken sichtbar gemacht und neue Perspektiven entwickelt werden können.

Ziele der Workshops sind unter anderem:

- Sensibilisierung für emotionale Gewalt im beruflichen und gesellschaftlichen Alltag
- Reflexion von Macht- und Ohnmachtserfahrungen in Gruppen und Teams
- Förderung eines achtsamen und respektvollen Umgangs miteinander
- Stärkung von Selbstwahrnehmung, Kommunikationsfähigkeit und Konfliktkompetenz
- Entwicklung von Strategien, um belastenden Dynamiken bewusst zu begegnen, ohne sich selbst zu verbiegen

Die Workshops können für bestehende Teams, offene Gruppen oder organisationsspezifische Kontexte angepasst werden.

Neben buchbaren Formaten für Unternehmen, Institutionen und Vereine gibt es offene Termine, an denen eine Teilnahme gegen Spende möglich ist.

MATERIALIEN UND METHODEN FÜR TRAUMASENSIBLE BILDUNGS- UND REFLEXIONSARBEIT

Lemmy bietet Fachleuten aus pädagogischen, psychosozialen und beratenden Arbeitsfeldern ein vielseitig einsetzbares Konzept zur Auseinandersetzung mit emotionaler Gewalt, Macht und innerem Erleben.

Die Materialien verbinden Symbolarbeit, visuelle Modelle und theoretische Grundlagen zu einem Ansatz, der Reflexion ermöglicht, ohne zu überfordern. *Lemmy* kann sowohl in Gruppen- als auch in Einzelsettings eingesetzt und an unterschiedliche Zielgruppen angepasst werden.

Einsatzmöglichkeiten sind unter anderem:

- traumasensible Bildungs- und Präventionsarbeit
- Arbeit mit Gruppen, Teams oder Einzelpersonen
- Reflexionsprozesse zu Beziehung, Macht und Grenzverletzung
- Fort- und Weiterbildungen für Fachkräfte
- pädagogische und psychosoziale Arbeit mit Jugendlichen und Erwachsenen

Die Materialien unterstützen Fachleute dabei, komplexe psychische Prozesse sichtbar zu machen und Gespräche über emotionale Gewalt, innere Reaktionen und gesellschaftliche Dynamiken strukturiert zu begleiten.

Lemmy eignet sich sowohl als eigenständiges Arbeitsinstrument als auch als Ergänzung bestehender Konzepte.