R a i n e r Z i m p e l
Sänger Sprecher Stillepädagoge
Fachberater für Kindertagesstätten
Thedestraße 8
22767 Hamburg
Tel: 040 / 30606548

„Wie ich mir… ...so ich Dir“
Über den liebevollen Umgang mit Mir und Anderen

Ein Angebot von Rainer Martin Zimpel
*Seit insgesamt über 30 Jahren im Basis-, Leitungs-, Fortbildungs- und Fachberatungsbereich für Kindertagesstätten tätig.
*Formale Qualifikationen: Chemisch-Technischer Assistent und Diplom-Sozialpädagoge
*Erfahrungen mit Hatha- und Kundalini-Yoga, gewaltfreie Kommunikation, Jungen- und Männerarbeit, positives Denken, systemische und therapeutische Verfahren, Singen und Musizieren, mbsr, Selbsthilfe, Handwerk, Kleingärtnerei, Kindererziehung, Meditation, Entschleunigung, Vater-Kind-Angebote
*Berufung: Stillepädagoge, Sänger und Sprecher

Worum geht’s?
Im pädagogischen Bereich bin ich immer wieder letztendlich mit mir selbst, meiner persönlichen Eigenschaften und meiner persönlichen Entwicklung konfrontiert. Mit realen und gefühlten von außen und innen an mich herangetragene Erwartungen gilt es umzugehen. Besonders in turbulenten beruflichen und privaten Zeiten kann das eine eine große Herausforderung für mich werden, aber oft ist auch der pure Alltag schon ganz schön anstrengend.

Aus meiner langjährigen Lebenserfahrung und der Beschäftigung mit zahlreichen Methoden, Programmen sowie praktischen und theoretischen Erkenntnissen bin ich immer wieder darauf gekommen, dass die Basis für die zunehmend gelassene Bewältigung dieser Herausforderungen ein liebevoller Umgang mit mir selbst ist, den ich nach und nach und immer wieder dann auch mit meinen Wegbegleiterinnen und Wegbegleitern pflegen kann.

Sehr hilfreich stand und steht mir mit unterschiedlicher Intensität mein christlicher Glaube zur Seite: „Ich bin nicht allein, Du bist nicht allein – wir sind geliebte Geschöpfes Gottes“ ist eine Kernaussage, die mir hilft den Weg der Liebe weiter zu verfolgen.

Aus den folgenden Themen können wir beim Seminar schöpfen:

„Wie ich Mir…
*Gefühle und Bedürfnisse*Umgang mit innerer Bewertung*Spiegelübung: „Ich bin...“*Umgang mit inneren Widerständen*Achtsamkeit*Körperbewusstsein*Entschleunigung*Umgang mit Gedankenkreisen*Leben im hier und jetzt*Nachrichten fasten*Grenzen setzen*inneren Stimme *Atemanker*In die Stille gehen*meditative Techniken im Alltag*Selbstfürsorge*spirituelle Prinzipien

…so ich Dir“
*Positives Feedback*Goldblättchenrunde im Team*Beten für Menschen, die ich nicht mag *Kommunikation im Team*Energie geben und nehmen*Körpermassage*Heilsames Singen*Verständnis und Empathie*Umgang mit äußeren Widerständen*Gemeinsame Stilleübungen*Yoga im Büro*Gegenseitige Wertschätzung*Vertrauen und Kontrolle

Gerne gehe ich auf Ihre und Eure Wünsche ein und entwickele weitere Themenbereiche. Meine Seminare versuche ich mit einem möglichst hohem Praxisanteil, aber auch theoretischer Vermittlung zu gestalten. Ich freue mich, wenn mein Angebot Ihnen und Euch gefällt.