

## Unsere nächsten Basiskurse finden an folgenden Daten statt:

### POLARITY DYNAMICS 1

11. – 14. September 2008  
16. – 19. Oktober 2008  
4. – 7. Dezember 2008  
21. – 25. Januar 2009\*

### POLARITY DYNAMICS 2

19. – 22. März 2009  
23. – 26. April 2009  
11. – 14. Juni 2009  
2. – 6. September 2009\*

\* 5-tägige Seminare, übrige Seminare: 3 1/2 Tage

## Kurszeiten

Bei 3 1/2-tägigen Kursen:

Donnerstag: 17.30 Uhr – 20.30 Uhr  
Freitag/Samstag 9.15 – 12.45 und 14.15 – 17.45 Uhr  
Sonntag: 9.15 – 12.45 und 14.00 – 16.00 Uhr

Bei 5-tägigen Kursen:

Mittwoch-Samstag: 9.15-12.45 Uhr und 14.15-17.45 Uhr  
Sonntag: 9.15-12.45 und 14.00-16.00 Uhr

## Kosten

Der insgesamt 15 1/2 Kurstage (100 Weiterbildungsstunden) umfassende Basiskurs in POLARITY DYNAMICS kostet CHF 3500.– Nicht inbegriffen sind empfohlene Fachbücher zum Thema Polarity und 5 Polarity Sitzungen bei diplomierten Polarity TherapeutInnen.

## Kursort

Polarity Bildungszentrum Schweiz, Konradstrasse 18, 8005 Zürich (2 Gehminuten vom Hauptbahnhof, Haltestelle Sihlquai der Tramlinien 4 und 13)

## Bedingungen

Die schriftliche Anmeldung mit dem unten stehenden Talon ist verbindlich. Der Basiskurs POLARITY DYNAMICS kann nur als Ganzes besucht werden. Die Kosten können in maximal zwei Teilzahlungen bezahlt werden. Bei einem Rücktritt bis 30 Tage vor Beginn des ersten Kursblocks erheben wir eine Bearbeitungsgebühr von CHF 100.–. Bei einem Rücktritt zwischen 30 bis 15 Tagen vorher wird die Hälfte, bei weniger als 15 Tagen der ganze Kursbetrag fällig. Wird eine Ersatz-

person gestellt, wird lediglich die Bearbeitungsgebühr erhoben. Wir empfehlen den Abschluss einer Annullationskostenversicherung.

## Fachausbildung im Diplomkurs PRO

AbsolventInnen des Basiskurses POLARITY DYNAMICS steht der Zugang zur therapeutischen Fachausbildung PRO offen, die auf einen Diplomabschluss in Polarity Therapie hinzielt.

## Der POLARITY DYNAMICS Aufbaukurs

ist die Weiterführung der wertvollen Polarity Schatzkiste für Menschen, die sich nicht auf den therapeutischen Weg begeben wollen, trotzdem aber noch zusätzliche Juwelen in Form von Einsichten und Anwendungen der POLARITY DYNAMICS kennenlernen und integrieren wollen.

## Informationen zu Inhalt, Daten und Preisen

dieser Folgekurse stellen wir auf Anfrage gerne zu. Telefonisch sind wir unter 044/218 80 80 zu erreichen, per E-Mail unter [info@polarity.ch](mailto:info@polarity.ch)

# An m e l d e t a l o n

Ich melde mich gemäss oben stehenden Bedingungen verbindlich für den Basiskurs POLARITY DYNAMICS (Polarity Grundstufe) an:

Name ..... Vorname .....

Strasse ..... PLZ / Ort .....

Telefon ..... Fax .....

Geburts-Datum ..... Handy .....

Beruf / therapeutische Tätigkeit .....

E-Mail .....

Ich nehme an folgendem Grundkurs teil:

- POLARITY DYNAMICS Basiskurs 1, Beginn 11. September 2008, CHF 3500.–  
 POLARITY DYNAMICS Basiskurs 2, Beginn 19. März 2009, CHF 3500.–

Ich werde den Ausbildungsbetrag

- vor Kursbeginn überweisen  in zwei Teilzahlungen überweisen

Ort, Datum ..... Unterschrift .....

Anmeldung senden an: Polarity Bildungszentrum Schweiz, Zwinglistrasse 21, 8004 Zürich  
oder faxen an: 044 218 80 89

## POLARITY DYNAMICS kennenlernen

Anlässlich der Polarity-Mini-Workshops mit Dr. Jim Feil und der Schnuppertage mit Dr. Urs Honauer vermitteln wir einen ersten Einblick in die Welt der Polarity Dynamiken und das dahinter steckende Polarity-Gesundheitsmodell. Wir laden Sie herzlich ein, einen der Workshops (jeweils abends) oder Schnuppertage (je 1 ganzer Tag) zu besuchen.

### Miniworkshops mit Dr. Jim Feil jeweils Montag, 17.15 – 21.30 Uhr:

- 26. Mai 2008
- 24. November 2008
- 2. Februar 2009

### Schnuppertage mit Dr. Urs Honauer jeweils Montag, 9.15 – 17.45 Uhr:

- 14. Juli 2008
- 1. September 2008
- 27. Oktober 2008

Gerne senden wir Ihnen unser Informationsblatt zu jedem einzelnen Mini-Workshop oder Schnuppertag. Sie erreichen uns unter 044 218 80 80 (Telefon), 044 218 80 89 (Fax), [info@polarity.ch](mailto:info@polarity.ch) Auf unserer Homepage [www.polarity.ch](http://www.polarity.ch) können Sie diese Flyers auch direkt herunterladen.

# POLARITY

# DYNAMICS

## Basiskurs

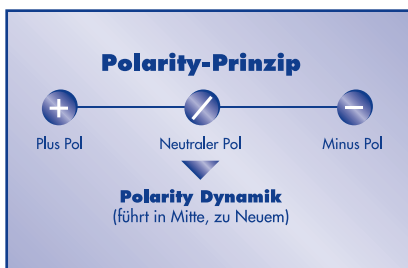
POLARITY BILDUNGSZENTRUM SCHWEIZ



Leben ist Energie in Bewegung. Diesen Satz hat Dr. Randolph Stone, der Begründer der Polarity Therapie einst formuliert. Im Kern seines Lebenswerkes steht die Beobachtung, dass es funktionierende Polaritäten braucht, um unser Potenzial und all unsere Ressourcen anzuzapfen. Die Dynamik, die sich im Zusammenspiel von existierenden Polaritäten ergibt, baut die persönliche Evolution, unser Vorwärtsgen und auch unser Wachstum. POLARITY DYNAMICS fokussiert darauf, wie wir dieses dynamische Prinzip für unser Leben in Familie, Paarbeziehung, Beruf, Freizeit und mit uns selber nutzen können – um Menschen mit hoher Selbst-, Sozial-, Energie- und auch Fach-Kompetenz zu sein.

**Kompetenz  
Gesundheit  
Bewusstheit**

Dr. Stone hat auch geschrieben, dass es letztlich immer wieder darum geht, die Regenbogenbrücke zu bauen. Das Bild beschreibt die Magie des Momentes, wenn zwei gegensätzliche Kräfte miteinander verbunden sind – wie sie exemplarisch entsteht, wenn Sonnenstrahlen und Regentropfen zusammen erscheinen und aus ihrer Verbindung heraus der Regenbogen entsteht. Oder wenn sich zwei Verliebte in die Augen schauen. Wir brauchen die Begegnung des Positiven mit dem Negativen, den Tanz der Gegensätze, um in ihrem „Flirt“ den Raum des Dazwischen zu erkunden und eine kreative, vereinende, neutrale Perspektive zu finden. Die integrierende Antwort auf bedeutsame Herausforderungen entsteht aus Polarity-Sicht über diese dritte Polarität. Bewegung, Spannung, Kraft und Energie bilden sich als dritte Kraft immer im dynamischen Feld zwischen zwei gegensätzlichen Polaritäten und machen aus einer scheinbaren Zwei- neu eine Dreidimensionalität. Dadurch entstehen ganz neue Sichtweisen und Lösungen. POLARITY DYNAMICS befasst sich deshalb zentral mit dem Spiel dieser drei Polaritäten – weil diese Dynamik die Antriebskraft für alle Lebens-, Gesundheits- und Entwicklungsprozesse verkörpert.



### Ganzheitlich, beziehungsorientiert und individualisiert

Das Menschenbild, das hinter diesen Lebensweisheiten und –grundlagen liegt, ist in seiner Essenz ganzheitlich, beziehungsorientiert und gleichzeitig doch auch stark individualisiert, auf Wachstum, Entwicklung und Gesundheit ausgerichtet – und letztlich auch wissenschaftlich fundiert.

Das Ziel dieses vierteiligen, insgesamt 15 1/2-tägigen Grundlagentrainings in

## Der somato-energetische Zugang zum Menschen

POLARITY DYNAMICS basiert auf einem somato-energetischen Zugang zum Menschen und ist daher:

- 1) **Ganzheitlich:** Ziel ist es, so viele Ressourcen wie nur möglich einzubinden, die zum Körper/Verstand/Geist-Komplex gehören – um dadurch Gesundheit und Wohlbefinden aufzubauen.
- 2) **Beziehungsorientiert:** Wir üben Fähigkeiten wie Präsenz, Empathie und affektive Resonanz, Kommunikation, Authentizität, um ein sicheres und unterstützendes Umfeld schaffen zu können.
- 3) **Individualisiert:** Sicherheit, Unterstützung und Respekt, wie sie jede Person braucht, wird aus einer achtsamen Haltung heraus angestrebt. Aus dieser Perspektive achten wir auf Signale des Körpers und des Nerven- sowie des darunter liegenden Energiesystems.
- 4) **Wachstums-, Entwicklungs- und Gesundheitsorientiert:** Die Auflösung von schwierigen Erlebnissen befreit Potenziale, Haltungen und Fähigkeiten im Individuum – Lebenswege klären sich oder zeigen sich neu.
- 5) **Wissenschaftlich orientiert:** Jüngere wissenschaftliche Resultate der Hirn- und Nervensystem-Forschung sowie andere wichtige Studien werden in diesen Zugang mit eingeschlossen.

POLARITY DYNAMICS ist einfach und auf Wesentliches ausgerichtet:

- Persönliches Wachstum und innere Zufriedenheit erreichen – die **Selbstkompetenz steigern**.
- Berufliche Entwicklung optimieren, soziale Fähigkeiten maximieren und Zufriedenheit bezüglich Karriere erreichen – die **Sozialkompetenz auf eine nächste Stufe heben**.
- Wie kann ich leidenschaftlich, konstruktiv, respektvoll, intelligent, ökologisch und ethisch optimiert leben – und in mir dafür eine **naturbezogene Energiekompetenz entwickeln**.
- Den Boden legen für eine therapeutische Kompetenz, die später (bei vorhandenem Interesse) im Polarity-Therapie-Training PRO gezielt ausgebaut werden kann – **Fachkompetenz ist hier das Stichwort**.

### Das Polarity Prinzip und seine Dynamik

Im Kern des Mensch-Seins liegen Raum, Stille, Potenzial, ein tiefer Sinn von Bedeutung und Zweck der Existenz. Polarity geht davon aus, dass sich aus dieser existenziellen Mitte Bewegungen nach aussen und wieder zurück zum Zentrum kreieren (zentrifugale bzw.

zentripetale Bewegungsrichtung) – und dass dieses Zusammenspiel von drei archetypischen Kräften alle Interaktionen, Entwicklungen und auch die Konstruktion des menschlichen Körpers steuert. Die Polarity Dynamik von Plus, Minus und Neutral zeigt sich auf allen Ebenen der Existenz – von der atomischen über die molekulare zur zellulären, der organischen und der beziehungs-mässigen (sowohl zu sich selbst als auch zur äusseren Welt). POLARITY DYNAMICS ist ein Einblick in die vielschichtigen Ebenen unseres Welt-Seins.

### Essentielle Kompetenzen fürs Leben finden

POLARITY DYNAMICS offeriert Hintergründe und Erfahrungsräume, um essentielle Kompetenzen fürs Leben generell und auch für den Berufsalltag zu finden und zu üben – und damit die Lebensqualität zu heben. Die Bereiche, die in diesem Grundlagenkurs auf der Basis der Polarity-Weltsicht und der dahinter steckenden Dynamik erforscht werden, umfassen:

- 1) Gesundheit aufbauen und Wissen zur Erhaltung dieses Zustandes von Gesundheit. **Polarity ist in diesem Sinne ein Gesundheitsmodell.**

- 2) Kommunikation, Beziehung und Familie – wie können wir effektiver und aus der eigenen Mitte heraus mit Stress, Konflikt, Problemlösungen und Verhandlungen umgehen. Wir benennen Prinzipien, auf Grund derer wir klare, zufriedene stellende und wertvolle Beziehungen anstreben und unterstützen. **Polarity wird hier zum Kommunikations- und Beziehungsmodell.**
- 3) Liebe, Freiheit und Macht – die drei grossen primären Motivatoren der Menschheit. Polarity zeigt hier schliesslich seinen **Wert als Psychologisches wie auch als Philosophisches Modell.**

*«Polarity ist ein humanistisches Training erster Güte, das eigentlich für alle Menschen ein Muss sein sollte.»*

*Dr. Peter Uhlmann, Anwalt*

- 4) Verbale Gesprächsbegleitung, Körperarbeit, Yoga und Ernährung sind die vier Säulen des Polarity-Modells und dienen als Zugänge zum persönlichen Prozess. Sie helfen uns dabei, die persönliche Ausrichtung im Leben bewusst zu entdecken und dadurch einen Sinn in dem zu finden, was wir machen. **Polarity wird hier zum Therapiemodell.**

## Für wen ist POLARITY DYNAMICS sinnvoll?

Der Basiskurs in POLARITY DYNAMICS richtet sich an Menschen, die ihre Kompetenzen im Leben ausweiten, ihre Gesundheit bewusst pflegen möchten – und dabei im Einklang mit inneren wie äusseren natürlichen Rhythmen bleiben wollen. Polarity kann auch Türöffner sein zum Einstieg ins Gesundheitswesen, für beratende und therapeutische Tätigkeiten. Wer bereits in diesem Berufsfeld tätig ist, wird durch das Polarity Modell das eigene Spektrum und die Handlungsmöglichkeiten erweitern und früher erlernte Therapiemethoden neu verstehen und enorm vertiefen.

In der Vergangenheit hat sich immer wieder gezeigt, dass sich Frauen und Männer aus unterschiedlichen Berufsrichtungen (Architektur, Computer-Business, Ärzte, Sozial- und Pflegeberufe, LehrerInnen, Kaufmännische Angestellte, Psycho- und KörpertherapeutInnen, KünstlerInnen, PsychologInnen, Hebammen, HandwerkerInnen, WiedereinsteigerInnen, UmsteigerInnen usw.) in der Polarity-Welt getroffen und dabei neue Perspektiven und Möglichkeiten für sich und ihr Leben gefunden haben. Deshalb freuen wir uns, Erwachsene jeglichen Alters begrüessen zu dürfen, die sich über ihre eigenen Sinne den humanitären Werten unserer Existenz zuwenden wollen.

## Was erhalte ich im Kurs?

Der POLARITY DYNAMICS Basiskurs bietet eine einmalige Gelegenheit, sich während insgesamt 15 1/2 Tagen aktiv und dennoch in Ruhe sich selber, der eigenen Gesundheit, einem optimierten Beziehungsverhalten und einem bewussten ganzheitlichen Lebensstil zu widmen. Alle Teilnehmenden sollen nach Abschluss des Kurses mehr zu ihrem persönlichen Kern und der dort entstehenden inneren Balance finden können.

---

*POLARITY DYNAMICS nährt unser Privat- und Berufsleben.*

---

Das Basiswissen aus der Welt der Polarity Dynamiken ist zudem die Grundlage für den Diplom-Lehrgang PRO, der den Weg zur Polarity-Therapeutin oder zum Polarity-Therapeuten ebnet. Wer nicht Therapeut oder Therapeutin werden will, kann nachher den POLARITY DYNAMICS Aufbaukurs besuchen.

## Arbeitsweise

Jedes Modul des Kurses besteht aus den Elementen Vortrag, Demonstrationen, sowie praktischen Übungen und Aktivitäten, welche die Wahrnehmungsfähigkeiten erhöhen und wertvolle Selbsterfahrungen ermöglichen. Die vier Säulen der Polarity-Therapie nach Dr. Stone prägen die methodische Arbeit:

- Verbale Gesprächsbegleitung – hilft blockierende Muster zu erkennen,
- Polarity-Körperarbeit – harmonisiert den Energiefluss,
- Ernährung – liefert die Basis für einen gesunden inneren Boden,
- Polarity-Yoga-Übungen – steigern die Vitalität und können gut ins Alltagsleben integriert werden.

Die vier Polarity-Säulen dienen als Zugänge zum persönlichen Prozess. Auf dem Hintergrund der Polarity Prinzipien entfalten sie eine grosse Wirksamkeit.

## Kursleitung

*Der Basiskurs POLARITY DYNAMICS wird von Dr. Jim Feil geleitet, der als Ausbildungsleiter Polarity Therapie auch für den Diplomkurs PRO die inhaltliche Hauptverantwortung trägt. Unterstützt wird er von gut ausgebildeten Assistenten, sowie einer Übersetzerin oder einem Übersetzer, welche die englische Kurssprache ins Deutsche transformieren. Jim Feil hatte das Privileg, noch unter Dr. Randolph Stone selber Polarity kennenzulernen. In Ergänzung zum dort erfahrenen Wissen für die therapeutische Ebene hat unser in Barcelona ansässiger Lehrer über die vergangenen vier Jahrzehnte auch diverse andere Studien betrieben und als zusätzlichen fruchtbaren Boden für die Polarity Dynamiken entdeckt. Diese Einsichten will er mit den Teilnehmenden dieses Basiskurses in POLARITY DYNAMICS teilen. Angetrieben wird er in seiner grossen Motivation von einer scheinbar unstillbaren Neugier, immer wieder Neues zu entdecken. Dabei stützt er sich auf einen immensen Erfahrungsschatz aus inzwischen mehr als 30 Jahren Lehrtätigkeit in diesem Bereich.*

