

# LAILA RAGAB

mit Herz  und Hirn

STRESSMANAGEMENT - BURN OUT PRÄVENTION  
& YOGA



## Über mich:

Mit Herz und Hirn praktiziere ich als psychologische Beraterin mit der Spezialisierung auf Stressmanagement – Burn Out Prävention & Yoga

## KURZPROFIL

### Aktuelle Position

Selbstständig  
Zert. Trainerin  
Dipl. psychologische Beraterin  
Praxis: Kunstwerkstatt fürs Herz  und Hirn  
2214 Auersthal

### Persönliche Daten

geboren 18.12.1973  
Wohnhaft 2214 Auersthal  
Mobil 0660 25 25 862  
mail [praxis@mitherzundhirn.co.at](mailto:praxis@mitherzundhirn.co.at)

[www.mitherzundhirn.co.at](http://www.mitherzundhirn.co.at)

### Aus- und Weiterbildungen

- Zert. **Trainerin** für Erwachsenenbildung und Wirtschaftstrainerin
- **Dipl. Lebens- und Sozialberaterin**
- **Psychologische Beratung für Stressmanagement & Burn Out Prävention**
- **NLP Lehrtrainerin**
- Universitätslehrgang für **Werbung & Verkauf**
- **Immobilienmaklerin**
- **Speditionskauffrau**
- **Yogatherapie**
- Yogalehrerin; Yin Yoga  
Nuad Yoga, Hormonyoga;
- Liebscher & Bracht Schmerztherapie i.A.

### Berufliche Schwerpunkte

Training für Stressmanagement & Burn Out Prävention (Gruppen) ;  
psychosoziale Beratung (Einzelsetting)  
Yogatherapie

### USP

26 Jahre wirtschaftliches Know How  
systemisches Denken  
Einbeziehung psychosomatischer Wechselwirkungen

### Wichtige Lebenswerte

Menschlichkeit, Respekt, Loyalität, Ehrlichkeit,  
Wertschätzung, Leistung

### Stärken

Disziplin, Durchhaltevermögen, Gelassenheit