

Trainerprofil

## Mag.a Barbara Freigang-Azadeh

Geburtsjahr: 1967



### **Kompetenzen:**

Mag.<sup>a</sup> der Publizistik- und Kommunikationswissenschaften  
Lebens- und Sozialberaterin  
Systemischer Coach  
Wirtschafts- und Organisationstrainerin  
"Managerin of Business Entertainment"  
Gruppendynamik  
Ergotherapie und EuGong Trainerin  
zertifizierte Burnout Prophylaxe Trainerin  
Salutogogik®  
zert. Lebensfeuer Professional (HRV Messungen)  
Advanced Positive Psychologie (Zertifizierung IPPM)  
Body2Brain® Methode nach Dr. Croos-Müller

### **Erfahrung:**

Veranstaltungsorganisation und Verkauf  
Personalentwicklung in einem multinationalen Unternehmen,  
Gebietsleiterin in Deutschland  
Projektkonzeption & Projektkoordinatorin: ganzheitliches  
Gesundheitsmanagement für Unternehmen  
selbständige Trainerin für Persönlichkeitsentwicklung  
Systemischer Einzel- und Gruppen-Coach  
Referentin Schlossberginstitut (Schule für  
Gesundheitsberufe - Wien)  
Fit2work Betriebsberaterin

### **Schwerpunkte:**

Stress- und Energiemanagement  
Resilienz  
Flourishing (angewandte positive Psychologie)  
Humorkompetenz  
Die Kunst der Improvisation  
Energietankstelle  
Burnout Prävention & Life Balance  
Gesunde Führung  
Zeitkompetenz und Selbstmanagement  
Lösungsorientierung  
Teamentwicklung  
empathische Gesprächsführung  
Einzel- und Teamcoaching

seit 2006 im MUT Team