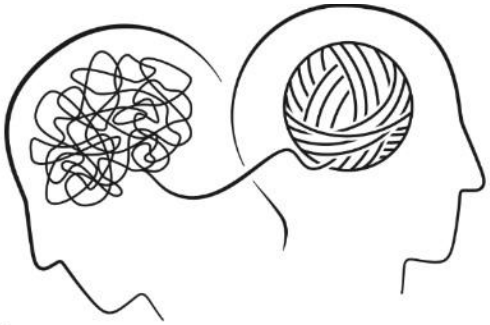
Szervezők:



II. MENTÁLIS EGÉSZSÉG ÉS EGÉSZSÉGFEJLESZTÉS KONFERENCIA 2026

Időpont: 2026. november 6, 10 órától

Helyszín: Sapientia EMTE, Marosvásárhelyi Kar, 114-es terem

Mentálhigiéné a munkahelyen

Program

10:00-10:30 - Megnyitó	
	Dr. habil. Horobeț Emil - Sapientia EMTE, Marosvásárhelyi Kar, dékánhelyettes, egyetemi docens **Drd. Becsky Borbála** - Familia Centrum Egyesület, elnök **Sajó Enikő** - Solidaris Egyesület, alelnök **Dr. Kovács Réka Rozália** - Sapientia EMTE, Alkalmazott Társadalomtudományok Tanszék, egyetemi adjunktus
10:30 – 11:30 – Plenáris előadások. *Felvezeti: Dr. Kovács Réka Rozália*	
10:30	**Dr. habil. Fritz Péter** - Károli Gáspár Református Egyetem Életmód és Testkultúra Intézetének vezetője, egyetemi docens, táplálkozástudományi tanácsadó, mentálhigiénikus, kutató *Munkahelyi egészségfejlesztés*
11:00	**Dr. Kondor Ágota** - Károli Gáspár Református Egyetem, egyetemi adjunktus, mentálhigiénés szakember, szupervizor, a Román Parlament szenátora *A vezetői kommunikáció szerepe a munkahelyi lelki egészségben*
11:30 – 12:00 - Kávészünet	
Előadások. *Felvezeti: Szilágyi Edit, Dr. Bakó László*	
12:00	**Dr. Kovács Szabolcs** - Babeș-Bolyai Tudományegyetem, Református Tanárképző és Zeneművészeti Kar, egyetemi adjunktus, református lelkipásztor *Amikor a teljesítmény identitássá válik – A kiégés pasztorálpszichológiai és kapcsolati dimenziói*
12:15	**Tatai Csilla** - Fehérvári Medcenter, klinikai szakpszichológus *Neurodivergencia és akadálymentesítés a munkahelyen*
12:30	**Gál Csilla** - Creactivity Egyesület, elnök, a Creactivity Gyerekfesztivál szervezője *Közös cél, sokféle út. Élménypedagógiai képzés önkéntes gyerekanimátoroknak: pszichológiai biztonság és reziliencia egy sokszínű csapatban*
12:45	**Dr. Kovács Réka Rozália** - Sapientia-EMTE, Alkalmazott Társadalomtudományok Tanszék, egyetemi adjunktus, pszichológus *A munka és a magánélet egyensúlyának kihívásai*
13:00 – 13.30 - Kávészünet	

	Előadások. *Felvezeti: Dr. Zsigmond István, Dr. Lukács-Márton Réka*
13:30	**Szilágyi Edit** - HR Business Partner - Bardi Auto Romania, munka- és szervezetpszichológus *Mentális egészségünk megőrzése munkahelykeresés során*
13:45	**Dr. Gorbai Gabriella** - Babeș-Bolyai Tudományegyetem, Református Tanárképző és Zeneművészeti Kar, egyetemi adjunktus *A pedagógusok lelki egészsége és a munkahelyi mentálhigiéné kihívásai*
14:00	**Drd. Becsky Borbála** - Familia Centrum Egyesület elnöke, pszichoterapeuta, klinikai szakpszichológus, mentálhigiénés szakember, szupervizor, pasztorálpszichológus *Szupervízió és mentálhigiéné a munkahelyi egészséges kapcsolati működés szolgálatában – avagy munkahelyi mentálhigiéné az erdélyi protestáns lelkipásztorok világában*
14:15	**Drd. Iklandi Boglárka** - L.L.M, jogász, munkajogi PhD-hallgató *Mentális egészség a digitális munkahelyen. A pszichoszociális kockázatok megelőzése a munkaszervezés szintjén*
14:30	**Langer Rozália** - Szociológus, mentálhigiénés szakember, mindfulness-oktató, regisztrált MBSR tanár *A tudatos jelenlét szerepe a munkahelyi stressz kezelésében*
14:45	**Deák Csilla** - Szociális munkás, a Kolozsvári Orvosi és Gyógyszerészeti Egyetem Pszichoszomatika mesteri képzés hallgatója *Munkahelyi kiégés: sérülékenyebbek-e a nők?*
15:00 – 15:30 - Kávészünet	
	Előadások. *Felvezeti: Drd. Becsky Borbála, Tatai Csilla*
15:30	**Makkai Péter** – Református lelkipásztor – Plenáris előadás *A munka mint a méltóság és lelki egészség forrása*
16:00	**Dr. Lukács-Márton Réka** - Sapientia-EMTE, Alkalmazott Társadalomtudományok Tanszék, egyetemi adjunktus, pszichológus *A munkahelyi kiégés megelőzése*
16:15	**Drd. Simó Irma** - Klinikai pszichológus, mentálhigiénés szakember, szupervizor, Áradat Egyesület, elnök *Hogyan támogatja a szupervízió és a mentál mentorok jelenléte a vállalati jóllétet?*
16:30	**Dr. Zsigmond István** - Sapientia-EMTE, Alkalmazott Társadalomtudományok Tanszék, egyetemi docens *Mentális egészség a munkahelyen: mire következtethetünk a kutatási eredményekből?*
16.45 – 17:00 - Kávészünet	
17:00	**KEREKASZTAL-BESZÉLGETÉS** **Meghívottak:** Dr. habil. Fritz Péter, Makkai Péter, Drd. Iklandi Boglárka, Drd. Simó Irma, Drd. Becsky Borbála, Szilágyi Edit **Moderál:** Drd. Sajó Norbert, Solidaris Egyesület, alapító
18:00	**A KONFERENCIA ZÁRÁSA** **Dr. Domokos József -** Sapientia EMTE, Marosvásárhelyi Kar, dékán, egyetemi docens **Dr. Kovács Réka Rozália -** Sapientia EMTE, Alkalmazott Társadalomtudományok Tanszék, egyetemi adjunktus, szervező
18.15 – 19.30: Állófogadás - Szenátus terem (főépület, 3. emelet) *Meglepetésvendég: Dr. Kovács Károly, színművész/tanár* *Munkaidőn kívül – Ami az emberből nem fér bele a munkaköri leírásba* ***Irodalmi-zenei performansz-happening a munkahelyi mentálhigiéné témájára***	

A szervezők fenntartják a programváltoztatás jogát!

Szervezők: Bakó László, Becsky Borbála, Kovács Réka Rozália, Lukács-Márton Réka, Sajó Norbert, Szilágyi Edit, Tatai Csilla, Zsigmond István

Támogatók: Therezia Kft.; 112 Coffeehouse; Joy Silver