SZKOŁA DOKTORSKA
NAUK SPOŁECZNYCH
Uniwersytet Łódzki



# IMPORTANT TOPICS

*Prof. Claude-Hélène Mayer*

Szanowni Państwo,
Szkoła Doktorska Nauk Społecznych Uniwersytetu Łódzkiego zaprasza Doktorantki i Doktorantów szkół doktorskich UŁ oraz wszystkich zainteresowanych na wykład gościnny prof. Claude-Hélène Mayer, profesor psychologii przemysłowej i organizacyjnej na Uniwersytecie w Johannesburgu (RPA). Prof. Claude-Hélène Mayer jest uznaną badaczką w obszarze psychologii międzykulturowej, psychologii pracy oraz salutogenezy, aktywnie działającą w międzynarodowym środowisku naukowym.

Temat: **Creating Mental Health and Salutogenesis – inspirujące spojrzenie na budowanie zdrowia psychicznego w ujęciu psychologii pozytywnej.**

Wykład dotyczy zdrowia psychicznego i dobrostanu w środowisku akademickim, ze szczególnym uwzględnieniem sposobów radzenia sobie z presją, niepewnością oraz wyzwaniami towarzyszącymi pracy naukowej. Spotkanie będzie miało charakter interaktywny i obejmie krótkie ćwiczenia oraz elementy refleksji. Poruszane zagadnienia łączą perspektywy różnych dziedzin, oferując szeroki kontekst teoretyczny i praktyczny Wykład prowadzony będzie w języku angielskim.

**Termin: 30 marca 2026 r. (poniedziałek), 11:30–14:30. w Szkole Doktorskiej Nauk Społecznych UŁ, ul. Matejki 21/23, Łódź, sala 105.**

Dear Doctoral Students,
the Doctoral School of Social Sciences at the University of Lodz invites PhD students from the University of Lodz doctoral schools and all interested parties to a guest lecture by Prof. Claude-Hélène Mayer, Professor of Industrial and Organisational Psychology at the University of Johannesburg (South Africa). Prof. Claude-Hélène Mayer is a renowned researcher in the fields of cross-cultural psychology, occupational psychology and salutogenesis, and is actively involved in the international academic community.

Topic: **Creating Mental Health and Salutogenesis – an inspiring perspective on building mental health from the perspective of positive psychology.**

The lecture focuses on mental health and well-being in the academic environment, with particular emphasis on ways of coping with pressure, uncertainty and the challenges associated with academic work. The session will be interactive and will include short exercises and elements of reflection. The topics covered combine perspectives from various disciplines, offering a broad theoretical and practical context. The lecture will be delivered in English.

**Date: 30th of March 2026 (Monday), 11:30–14:30, at the Doctoral School of Social Sciences, University of Łódź, ul. Matejki 21/23, Łódź, room 105.**


## EVENT FINANCED BY

STER PROGRAMME

NAWA POLISH NATIONAL AGENCY FOR ACADEMIC EXCHANGE