

Приложение 1
к приказу от 28.04.2026
№ 0110-01/1199

Программа
научно-практического семинара
«Способы и приёмы повышения стрессоустойчивости студентов ВУЗа»

дата проведения 29.04.2026
(15.30-17.30)

место проведения
Яндекс Телемост

Время	Мероприятие	Место проведения	Докладчики
15.30-15.40	Регистрация участников	Яндекс Телемост	Отв. Ястребова Д.А.
15.40-16.20	Теоретические основы стрессоустойчивости: понятие, виды, факторы влияния		Отв. Джамелова Г.П.
16.20-17.00	Методы релаксации и психической саморегуляции как способы снижения стресса у студентов		
17.00-17.30	Завершение мероприятия		

Организаторы: Джамелова Г.П., старший преподаватель кафедры психологии, +79093731049 (конт. данные), Ястребова Д.А., ассистент кафедры психологии.



**Астраханский государственный университет им. В.Н. Татищева
Факультет педагогики, психологии, гостеприимства и спорта
Кафедра психологии**

Уважаемые коллеги, студенты, магистранты!

Приглашаем вас принять участие в научно-практическом семинаре «Способы и приёмы повышения стрессоустойчивости студентов ВУЗа».

Цель научно-практического семинара – развить практические навыки эффективного управления стрессом, повышения психологической устойчивости, сохранения здоровья в условиях учебной нагрузки и жизненных трудностей.

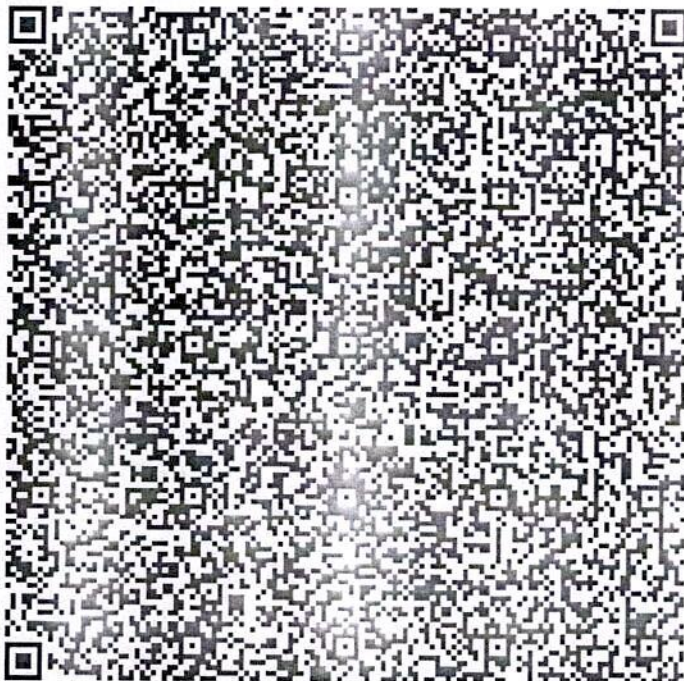
Дата и время проведения – 29 апреля 2026 г. с 15.30 до 17.30

Место проведения: Яндекс Телемост.

Форма проведения: дистанционная.

Оргвзнос составляет 2000 рублей.

Реквизиты ФГБОУ ВО «АГУ им. В.Н. Татищева» для оплаты оргвзноса:



Отсканированную копию квитанции об оплате участия в научно-практическом семинаре необходимо прислать по адресу: gnp81@mail.ru

Каждый участник научно-практического семинара получит электронный сертификат.