



**ИНФОРМАЦИОННОЕ ПИСЬМО**  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«АСТРАХАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ В.Н. ТАТИЩЕВА»  
Филиал АГУ им. В.Н. Татищева в г. Знаменске Астраханской области  
Кафедра педагогики, психологии и гуманитарных дисциплин

приглашают к участию  
в региональном научно-практическом семинаре

**«ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ БАРЬЕРЫ ПУБЛИЧНОЙ  
КОММУНИКАЦИИ: МЕТОДЫ КОГНИТИВНОЙ  
КОРРЕКЦИИ И НЕЙРОГРАФИЧЕСКОГО АНТИСТРЕССА»**  
(22 апреля 2026 года, г. Знаменск)

**Цели семинара:**

- исследовать природу психологических барьеров, возникающих в публичной коммуникации, и рассмотреть современные методы их коррекции;
- познакомить участников с практическими инструментами нейрографики для снятия тревожности и стресса;
- развить навыки уверенного публичного выступления через когнитивные и арт-терапевтические подходы.

К участию в семинаре приглашаются педагоги, студенты, аспиранты, адъюнкты и докторанты, научные работники, руководители организаций, психологи, коучи, а также все, кто испытывает трудности при публичных выступлениях или желает освоить эффективные антистресс техники.

**Задачи семинара:**

- освоение алгоритмов нейрографики для снижения уровня тревоги;
- формирование навыков преодоления страха публичного выступления, зажимов и коммуникативных барьеров;
- обмен практическим опытом использования когнитивных и визуальных методов саморегуляции.

**В рамках семинара будут освещены следующие вопросы:**

1. Мастер-класс «Нейрографика: снятие тревоги через линию»:
  - базовые алгоритмы нейрографики: от эмоции к осознанной форме;
  - снятие телесных и эмоциональных зажимов перед выступлением;
  - создание индивидуальной нейрографической композиции «Антистресс».
2. Мастер-класс «Инструменты для смелого выступления»:
  - диагностика личных страхов (глоссофобия, страх оценки, перфекционизм);
  - когнитивные техники переформулирования негативных установок;
  - практические упражнения на голос, дыхание и контакт с аудиторией.

Модераторы семинара: Громова Н.В., доцент кафедры педагогики, психологии и гуманитарных дисциплин, кандидат филологических наук, Каперская И.С., старший преподаватель кафедры педагогики, психологии и гуманитарных дисциплин

Участники семинара получают Сертификат (в электронном виде на почту, указанную при регистрации).

Семинар состоится **22 апреля 2026 года по адресу:**  
Астраханская область, г. Знаменск, ул. Островского 16, филиал АГУ им. В.Н. Татищева.

Время проведения (с 16-30 регистрация) с 17-00 до 19-10.

Форма проведения: очная.

Стоимость участия в семинаре – 2 000 руб.

Заявки на участие в **научно-практическом семинаре** принимаются до **22 апреля (включительно) 2026 года.**

**Заявка на участие в семинаре**

|                      |  |
|----------------------|--|
| Фамилия              |  |
| Имя                  |  |
| Отчество             |  |
| Место работы (учёбы) |  |
| Должность            |  |
| Контактный телефон   |  |
| E-mail               |  |

**В рамках семинара будут освещены следующие вопросы:**

1. Мастер-класс «Нейрографика: снятие тревоги через линию»:
  - базовые алгоритмы нейрографики: от эмоции к осознанной форме;
  - снятие телесных и эмоциональных зажимов перед выступлением;
  - создание индивидуальной нейрографической композиции «Антистресс».
2. Мастер-класс «Инструменты для смелого выступления»:
  - диагностика личных страхов (глоссофобия, страх оценки, перфекционизм);
  - когнитивные техники переформулирования негативных установок;
  - практические упражнения на голос, дыхание и контакт с аудиторией.

Модераторы семинара: Громова Н.В., доцент кафедры педагогики, психологии и гуманитарных дисциплин, кандидат филологических наук, Каперская И.С., старший преподаватель кафедры педагогики, психологии и гуманитарных дисциплин

Участники семинара получают Сертификат (в электронном виде на почту, указанную при регистрации).

Семинар состоится **22 апреля 2026 года по адресу:**  
Астраханская область, г. Знаменск, ул. Островского 16, филиал АГУ им. В.Н. Татищева.

Время проведения (с 16-30 регистрация) с 17-00 до 19-10.

Форма проведения: очная.

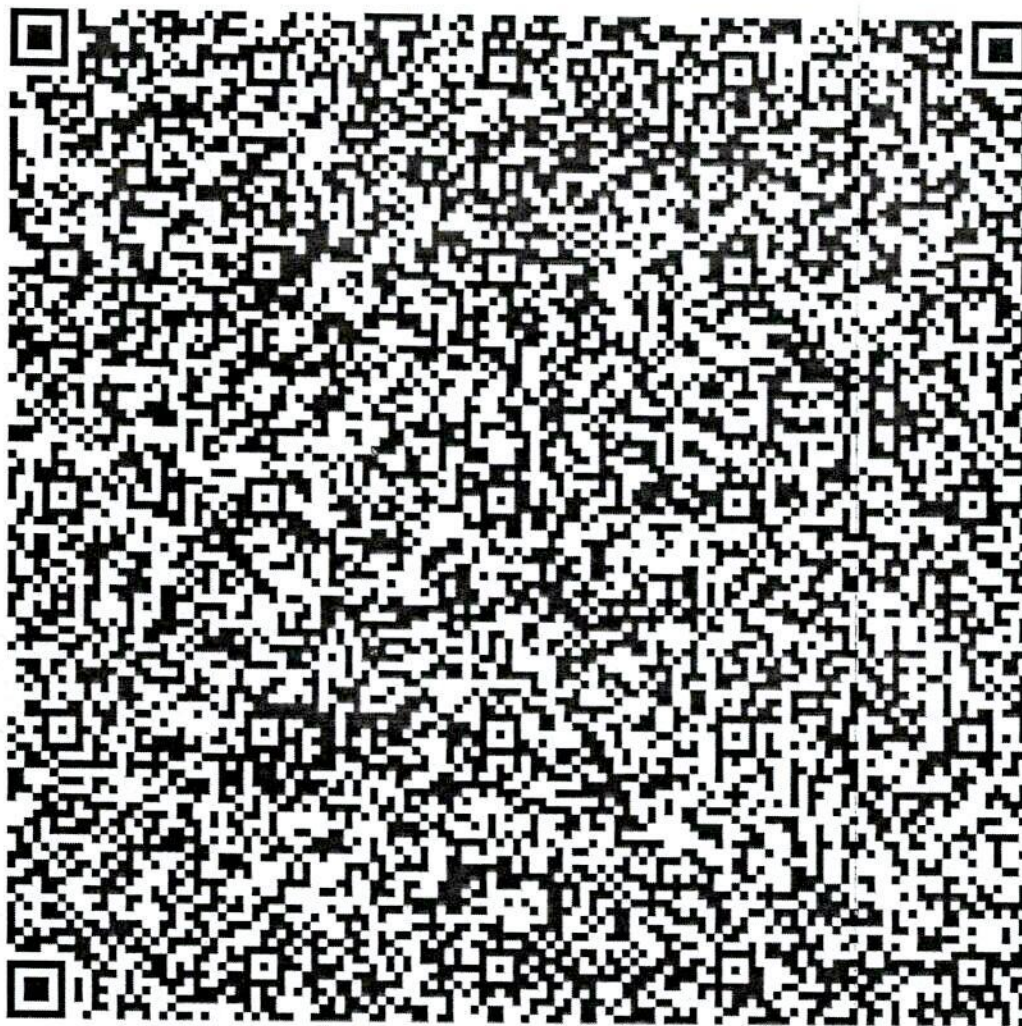
Стоимость участия в семинаре – 2 000 руб.

Заявки на участие в **научно-практическом семинаре** принимаются **до 22 апреля (включительно) 2026 года.**

**Заявка на участие в семинаре**

|                      |  |
|----------------------|--|
| Фамилия              |  |
| Имя                  |  |
| Отчество             |  |
| Место работы (учёбы) |  |
| Должность            |  |
| Контактный телефон   |  |
| E-mail               |  |

Реквизиты для оплаты:



Телефон для справок: телефон филиала: 8(8512) 24-66-66  
(с 12-00 до 19-00).

Контактное лицо: Громова Н.В., доцент кафедры педагогики, психологии и гуманитарных дисциплин филиала АГУ им. В.Н. Татищева в г. Знаменске Астраханской области. Тел.: +7-965-452-63-68; Каперская И.С., старший преподаватель кафедры педагогики, психологии и гуманитарных дисциплин филиала АГУ им. В.Н. Татищева в г. Знаменске Астраханской области. Тел.: +7-903-378-14-36.

*Благодарим за проявленный интерес и надеемся  
на плодотворное сотрудничество!*