



Інформаційно-комунікаційні технології в освіті

УДК 378.015.3:005.32]:004

DOI <https://doi.org/10.5281/zenodo.17332801>

**Проблеми та виклики формування мотивації та самомотивації
здобувачів вищої освіти при цифровому навчанні**

Семенов Микола Анатолійович

кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри інформаційних
технологій та систем Луганського національного університету імені Тараса

Шевченка, м. Полтава, Україна,

<https://orcid.org/0000-0003-4989-8109>

Семко Олександр Вікторович

здобувач третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти Луганського
національного університету імені Тараса Шевченка, м. Полтава, Україна,

<https://orcid.org/0009-0009-5189-9419>

Прийнято: 25.08.2025 | Опубліковано: 12.09.2025

***Анотація:** У статті розглянуто проблеми формування мотивації та самомотивації здобувачів вищої освіти в умовах цифрового навчання. Цифрові технології створюють нові можливості для індивідуалізації освітнього процесу та розвитку автономності студентів, проте поєднання гнучкості й дистанційної взаємодії часто супроводжується ризиками зниження навчальної активності та внутрішньої мотивації. **Мета** дослідження — систематизувати педагогічні засоби й підходи, що підтримують мотиваційний потенціал і процеси саморегуляції студентів у різних моделях цифрового навчання. Для досягнення мети використано комплекс теоретичних і*



аналітичних **методів**: критичний огляд і узагальнення сучасних досліджень з проблем мотивації та самомотивації у вищій школі; зіставлення емпіричних результатів щодо онлайн- і змішаного навчання; структуровану систематизацію інструментів із фіксацією очікуваних ефектів, провідних механізмів дії та умов реалізації. **Результати** дослідження показали, як зовнішні чинники (архітектура курсу, форми взаємодії, підходи до оцінювання) можна узгодити з внутрішніми (цілепокладання, рефлексія, самоефективність) для підвищення залученості, наполегливості та стійкості навчальної поведінки. Узагальнена систематизація демонструє, що ефективність підвищується за умови свідомого добору й поєднання засобів відповідно до цілей курсу, рівня автономності студентів і наявних ресурсів. Визначальними є механізми дії — соціальний, когнітивний, емоційний і поведінковий — та наявність зворотного зв'язку, який забезпечує адаптивність педагогічних практик. Зроблено **висновки** про доцільність комплексного підходу до підтримки мотивації та самомотивації у цифровому навчанні. Такий підхід поєднує педагогічні, психологічні та технологічні інструменти, усуває суперечність між гнучкістю цифрових форматів і потребою в соціальній взаємодії, пропонує чіткі критерії добору засобів у межах дисциплін і забезпечує відтворюваність результатів у різних освітніх контекстах. Практична значущість дослідження полягає у можливості використання отриманих висновків для проєктування курсів, орієнтованих на підтримку мотивації, підвищення автономності студентів та розвиток стійких стратегій саморегуляції.

Ключові слова: мотивація, самомотивація, цифрове навчання, вища освіта, гейміфікація, саморегуляція.



Challenges of Developing Motivation and Self-Motivation of Students in Digital Learning

Mykola Semenov

PhD in Pedagogical Sciences, Associate Professor, Head of the Department of Information Technologies and Systems of the Luhansk Taras Shevchenko National University, Poltava, Ukraine

<https://orcid.org/0000-0003-4989-8109>

Oleksandr Semko

PhD Student (Third Level of Higher Education) of the Luhansk Taras Shevchenko National University, Poltava, Ukraine

<https://orcid.org/0009-0009-5189-9419>

Abstract: *The article examines the challenges of developing motivation and self-motivation among higher education students in digital learning environments. Digital technologies open new opportunities for individualized learning and the development of student autonomy, yet the combination of flexibility and distance interaction often entails risks of reduced learning engagement and intrinsic motivation. The **purpose** of the study is to systematize pedagogical tools and approaches that sustain students' motivational potential and self-regulation processes across different models of digital learning. To achieve this aim, a set of theoretical and analytical **methods** was applied, including a critical review and synthesis of recent studies on motivation and self-motivation in higher education, comparison of empirical results on online and blended learning, and a structured systematization of tools with identified expected effects, core mechanisms of influence, and implementation conditions. The **results** reveal how external factors (course design, modes of interaction, assessment strategies) can be aligned with internal ones (goal setting, reflection, self-efficacy) to*



*enhance students' engagement, persistence, and learning stability. The generalized systematization demonstrates that learning effectiveness increases when pedagogical tools are deliberately selected and combined according to course objectives, students' autonomy levels, and available resources. Key mechanisms of influence—social, cognitive, emotional, and behavioral—together with continuous feedback ensure the adaptability of pedagogical practices. The study **substantiates** the relevance of a comprehensive approach to supporting motivation and self-motivation in digital learning. Such an approach integrates pedagogical, psychological, and technological instruments; bridges the gap between flexible digital formats and the need for social interaction; offers transparent criteria for selecting teaching tools within specific disciplines; and promotes the reproducibility of pedagogical solutions across diverse educational contexts. The practical significance of the research lies in its applicability for designing courses that foster motivation, strengthen students' autonomy, and develop sustainable self-regulation strategies.*

Keywords: *motivation, self-motivation, digital learning, higher education, gamification, self-regulation.*

Постановка проблеми. Сучасний розвиток вищої освіти відбувається в умовах цифровізації, глобалізації та суспільних криз, що кардинально змінюють підходи до організації навчального процесу. Особливої актуальності набуває проблема формування й підтримки мотивації та самомотивації здобувачів вищої освіти, адже саме вони визначають рівень активності, залученості та результативності студентів у навчанні. В умовах переходу до дистанційних і змішаних форм навчання, що посилюються у період пандемії COVID-19 та під час воєнного стану в Україні, традиційні інструменти мотивації виявляються недостатньо ефективними.

Виклики цифрового освітнього середовища зумовлені низкою факторів. Відсутність безпосередньої взаємодії з викладачем і групою знижує рівень



соціальної підтримки та контролю, що негативно впливає на внутрішню мотивацію студентів. Зростає роль самостійної організації освітнього процесу, що вимагає високого рівня самомотивації, навичок тайм-менеджменту та здатності долати відволікальні чинники цифрового середовища. Окрім того, поширюється явище «цифрового вигорання», пов'язане з перенасиченням онлайн-активностями, що знижує інтерес і залученість.

Водночас саме цифрове середовище відкриває нові можливості для індивідуалізації навчання, застосування інноваційних методик, використання гейміфікації, інтерактивних технологій і аналітики навчальних даних, що можуть підвищувати мотивацію та формувати навички самомотивації. Це створює суперечність: з одного боку, студенти стикаються з труднощами саморегуляції та емоційного виснаження, а з іншого — цифрові інструменти здатні посилити їхню внутрішню навчальну мотивацію.

Таким чином, основна проблема полягає у відсутності цілісних підходів до підтримки та розвитку мотивації і самомотивації здобувачів вищої освіти в умовах цифрового навчання. Це призводить до зниження стійкості навчальної діяльності студентів, особливо у кризових соціально-культурних умовах. Отже, дослідження проблем і викликів формування мотивації та самомотивації у цифровому освітньому середовищі є важливим для визначення ефективних шляхів забезпечення сталого розвитку вищої освіти, підвищення академічної успішності та формування готовності майбутніх фахівців до професійної самореалізації.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблематика формування мотивації та самомотивації здобувачів вищої освіти у цифровому середовищі знайшла відображення в низці сучасних наукових праць, виконаних як українськими, так і зарубіжними дослідниками.

Вітчизняні автори досліджують вплив цифрових технологій та ресурсів на навчальну активність і мотивацію студентів. Зокрема, Л. Лупійко та



І. Харченко [1] розглядають підвищення мотивації здобувачів технічних спеціальностей до освітнього процесу засобами діджиталізації., а О. В. Саган і В. С. Блах [2] аналізують вплив електронних освітніх ресурсів на рівень навчальної мотивації студентів у закладах вищої освіти. Важливим внеском є праця Л. Павлової та ін. [3], які досліджують особливості впливу онлайн-навчання на мотивацію студентів і доступність освітнього процесу в цифровому середовищі.

У міжнародному науковому дискурсі питання мотивації в онлайн- та змішаному навчанні розглядаються з різних перспектив. А. Вокер (A. Walker) та ін. [4] вивчають взаємозв'язок між мотивацією та академічною успішністю серед здобувачів онлайн- і змішаних форм навчання. В. Гілберт (W. Gilbert) та ін. [5] аналізують мотиваційні профілі студентів до і під час пандемії COVID-19, звертаючи увагу на зміну підходів до навчальної активності. У роботі М. Фам (M. Pham), П. Нгуєн (P. Nguyen) і Н. Чинь (N. Trinh) [6] досліджуються емоційні та технологічні чинники, що впливають на намір студентів продовжувати навчання у цифровому середовищі.

Р. Капоне (R. Capone) і М. Лепоре (M. Lepore) [7] розглядають проблеми залученості, мотивації та участі студентів у процесі дистанційного навчання в умовах пандемії. У подібному руслі працюють С. Ван (X. Wang) та ін. [8], які аналізують переваги, труднощі та шляхи оптимізації гібридного навчання після пандемічного періоду.

Окрему групу становлять дослідження, що фокусуються на гейміфікації як інструменті підвищення мотивації. Праця С. Хоріта (S. Horita) та ін. [9] досліджує застосування гейміфікації у вищій освіті як засобу створення ефекту занурення у віртуальне навчальне середовище. Водночас українські дослідники М. Жумбей та ін. [10] розглядають використання гейміфікації для підтримки навчальної мотивації та емоційної стійкості здобувачів освіти у період воєнних викликів.



Аналіз наукових джерел засвідчує стійкий інтерес вчених до проблеми формування мотивації та самомотивації студентів у цифровому навчанні, що створює підґрунтя для подальших досліджень педагогічних засобів і технологій підтримки навчальної активності здобувачів вищої освіти.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. Попри широкий спектр досліджень, присвячених мотивації та самомотивації здобувачів вищої освіти у цифровому середовищі, низка аспектів цієї проблематики залишається недостатньо опрацьованою. Більшість наукових праць зосереджена на окремих складових цієї проблеми — технологічних, емоційних або організаційних. Комплексні підходи до поєднання зовнішніх і внутрішніх чинників мотивації, а також механізмів саморегуляції та емоційної стійкості студентів поки що не отримали достатнього розвитку.

Недостатньо вивченими залишаються питання тривалого впливу цифрових технологій на формування стійкої навчальної мотивації, ефективності різних форматів дистанційної й гібридної освіти, а також способів запобігання емоційному вигоранню здобувачів. Потребує уточнення роль гейміфікації та соціальної взаємодії як інструментів підтримки внутрішньої активності студентів.

Крім того, не вироблено єдиних критеріїв оцінювання мотиваційних результатів цифрового навчання, що ускладнює порівняння педагогічних практик і визначення їх ефективності. Відсутність систематизованих підходів до аналізу педагогічних засобів і технологій мотиваційної підтримки зумовлює потребу у подальшому узагальненні наявних напрацювань.

Отже, актуальним є проведення дослідження, спрямованого на систематизацію педагогічних інструментів і методів формування мотивації та самомотивації здобувачів вищої освіти у цифровому середовищі, визначення їх механізмів дії, умов ефективного застосування та очікуваних результатів.



Формулювання цілей статті (постановка завдання). Метою статті є систематизація інструментів та методів підвищення мотивації й самомотивації здобувачів вищої освіти при цифровому навчанні.

Для досягнення поставленої мети визначено такі завдання:

- уточнити сутність понять «мотивація» та «самомотивація» у контексті цифрової освіти;
- проаналізувати основні проблеми, що знижують мотиваційний потенціал студентів у цифровому середовищі;
- виокремити педагогічні інструменти та технології, здатні підвищити рівень навчальної мотивації та підтримати процес самомотивації;
- систематизувати інструменти й методи формування мотивації і самомотивації здобувачів освіти.

Виклад основного матеріалу дослідження. Проблема мотивації традиційно посідає одне з провідних місць у психології та педагогіці, оскільки саме вона визначає характер і результативність навчальної діяльності. У педагогічній літературі мотивація трактується як система внутрішніх психічних явищ, що спонукають особистість до певних дій, визначають її активність і спрямованість на досягнення навчальних результатів [11, с. 70]. Як підкреслюють Р. Райан (R. Ryan) та Е. Дечі (E. Deci) [12], мотивація має як внутрішній вимір, що ґрунтується на задоволенні базових психологічних потреб та пізнавальних інтересів, так і зовнішній, зумовлений умовами організації освітнього середовища та застосуванням стимулюючих механізмів [12, с. 69–70]. Відповідно, у навчальному процесі мотивація не зводиться лише до зовнішніх чинників, а відображає складний внутрішній механізм включення студента в освітню діяльність.

Особливого значення проблема мотивації набуває у вищій школі, де від студентів очікують не лише засвоєння знань, а й сформованість професійної спрямованості та здатності до саморозвитку. Як зазначають О. С. Кочарян,



Є. В. Фролова та В. М. Павленко [13], структура навчальної мотивації включає як пізнавальні, так і професійні мотиви, які визначають готовність здобувачів освіти до практичної діяльності [13, с. 10–11]. Водночас саме поєднання цих мотивів створює основу для вироблення внутрішніх механізмів регуляції навчальної поведінки. Адже коли пізнавальні інтереси підкріплюються професійними орієнтирами, у студентів формується не лише зовнішня спрямованість на результат, а й здатність свідомо організовувати власну діяльність. У цьому контексті важливим чинником виступає саморегуляція: здобувачі з високим рівнем внутрішньої мотивації здатні ефективніше долати труднощі, підтримувати навчальну активність і досягати результатів навіть у складних умовах навчання [14]. Саморегуляція, у свою чергу, є передумовою самомотивації, оскільки дозволяє переводити зовнішні стимули у внутрішньо прийнятні цілі та підтримувати сталість навчальної активності.

Самомотивація розглядається сучасними дослідниками як ключовий механізм забезпечення тривалої навчальної активності. Згідно з висновками О. Лавринюк та В. Кириченка [15], вона тісно пов'язана з розвитком самоефективності — переконання особистості у власній здатності успішно виконати завдання. Подібні результати отримали також Д. Шунк (D. Schunk) і М. ДіБенедетто (M. DiBenedetto) [14], які підкреслюють, що саме внутрішньо підтримувана мотивація слугує визначальним чинником довготривалої стійкості навчальної поведінки. У студентському середовищі самомотивація проявляється у вмінні ставити цілі, підтримувати інтерес до навчання без зовнішнього контролю та усвідомлювати особисту відповідальність за результат. Таким чином, мотивація й самомотивація функціонують як взаємопов'язані явища: перша задає початковий імпульс і напрям, друга забезпечує сталість і витривалість освітньої діяльності в довготривалій перспективі.

Аналіз сучасних педагогічних досліджень свідчить, що мотивація розглядається як визначальний чинник навчальної діяльності, тоді як



самотивація трактується як ключовий показник професійної зрілості здобувача освіти. Їх поєднання створює основу успішності при цифровому навчанні, яке висуває підвищені вимоги до самостійності та відповідальності студентів.

Цифрове середовище відкриває нові можливості для організації навчання, проте водночас породжує виклики, що впливають на мотивацію студентів. Зокрема, онлайн-формати підвищують доступність і гнучкість освітнього процесу, але можуть знижувати інтенсивність емоційного контакту між викладачем і здобувачами, що, як відзначає Л. Павлова та співавтори [4], підсилює ризик втрати інтересу до навчання. Аналіз міжнародних досліджень підтверджує цю тенденцію: Цз. Мяо та ін. (J. Miao) [16] довели, що відсутність соціальної присутності послаблює саморегуляцію і знижує рівень залученості студентів, тоді як Дж. Рамос (J. Ramos), М. Санчес (M. Sanchez) та А. Де ла Крус (A. De la Cruz) [17] наголошують на важливості соціальної підтримки як чинника збереження мотивації у дистанційному навчанні. У сукупності ці результати свідчать, що цифрове навчання потребує спеціально організованих механізмів емоційної та соціальної підтримки, здатних компенсувати дефіцит традиційних форм взаємодії.

Водночас низка досліджень засвідчує суперечливість впливу цифрового навчання на мотиваційний профіль здобувачів освіти. Так, В. Гілберт та ін. виявили, що під час пандемії COVID-19 внутрішні чинники мотивації залишалися відносно стабільними, однак зовнішні умови навчання істотно впливали на готовність студентів до активної участі у навчальному процесі [5]. Подібні результати узагальнено у аналізі А. Вокера та ін., де підкреслено, що зв'язок між мотивацією і академічною успішністю у цифровому форматі виявляється менш вираженим, ніж у традиційних формах навчання [7]. Це означає, що навіть висока мотивація не завжди гарантує високі результати в



онлайн-навчання, оскільки значну роль відіграють умови організації освітнього середовища.

Додатковим викликом стає інформаційне перевантаження та цифрове вигорання студентів, що потребує нових педагогічних стратегій підтримки. Як показують новітні дослідження, тривала робота в умовах дистанційного формату часто призводить до зниження когнітивних ресурсів і послаблення інтересу до навчальної діяльності, що зумовлює потребу у впровадженні нових педагогічних стратегій підтримки студентів [6; 7; 8; 16]. У цьому контексті особливого значення набуває пошук інноваційних засобів, здатних забезпечити баланс між технологічними можливостями та збереженням внутрішньої зацікавленості здобувачів освіти.

Таким чином, проблеми мотивації у цифровому середовищі пов'язані передусім із браком соціальної взаємодії, суперечливістю впливу зовнішніх умов на внутрішні мотиви та ризиком емоційного виснаження. Їх подолання потребує створення педагогічних умов, у яких цифрові інструменти слугували б не лише організаційним ресурсом, а й фактором розвитку пізнавального інтересу студентів.

У цифровому навчанні саме самомотивація виступає головним чинником внутрішньої активності здобувачів. Сучасні дослідження засвідчують, що навіть за наявності якісних електронних ресурсів і продуманої структури курсу результативність значною мірою залежить від здатності студентів самостійно підтримувати інтерес до навчальної діяльності та здійснювати ефективну саморегуляцію [4; 10; 14]. За О. С. Кочаряном, поєднання пізнавальних і професійних мотивів формує готовність здобувачів освіти до практичної діяльності; водночас розвиток цих мотивів потребує внутрішньої активності студента [11, с. 10–11].

Разом із тим, емпіричні спостереження показують, що навіть за якісного змісту й належного дизайну курсу підтримувати тривалу залученість непросто.



М. Хартнетт (M. Hartnett) [18] підкреслює роль саморегуляції як ключового чинника стабільної навчальної активності [18, с. 28–29]; серед типових бар'єрів студенти називають відчуття ізоляції [18, с. 122] і схильність до відкладання завдань за відсутності чітких дедлайнів та зовнішнього контролю [18, с. 83]. Ці висновки узгоджуються з положеннями теорії самодетермінації Р. Райана та Е. Дечі, згідно з якою внутрішня мотивація втрачає стійкість, якщо освітнє середовище не забезпечує задоволення потреб автономії, компетентності та пов'язаності [10].

Узагальнюючи, можна виділити основні проблеми самомотивації здобувачів у цифровому середовищі: труднощі із саморегуляцією, ризик прокрастинації, емоційне виснаження та обмеженість у формуванні впевненості у власних силах. Це зумовлює потребу у педагогічних стратегіях, здатних поєднувати технологічні ресурси з розвитком внутрішньої відповідальності й самостійності студентів.

Стійкість мотивації забезпечується не окремими прийомами, а системним поєднанням інструментів, що враховують внутрішні потреби здобувачів. Один із дієвих підходів — інтегроване (гібридне) навчання. У роботі Р. Капоне і М. Лепоре показано, що поєднання онлайн- і офлайн-форм забезпечує вищу залученість, ніж повністю дистанційні моделі [7]. Причина — збереження соціальної взаємодії разом із використанням переваг цифрових технологій. Дослідження С. Ван та співавт. наголошує на ще одній умові ефективності: слід враховувати навчальне навантаження та створювати запобіжники проти емоційного вигорання [8].

Одним із ефективних засобів підтримки мотивації у цифровому середовищі вважається гейміфікація освітнього процесу. Дослідження С. Хоріта та співавт. показує, що використання ігрових механізмів сприяє зростанню інтересу й активній участі студентів у навчальних заходах, створюючи ефект занурення у віртуальне середовище [9]. У свою чергу, результати, отримані



М. Жумбей та колегами, підтверджують, що в умовах кризових викликів, зокрема війни, гейміфікація виконує додаткову функцію: вона не лише підтримує навчальну мотивацію, а й підвищує емоційну стійкість студентів, допомагаючи долати стрес і невизначеність [10]. Отже, гейміфікація доцільна як інструмент, що інтегрує когнітивні, емоційні та соціальні ефекти, підвищуючи стійкість навчальної мотивації та підтримуючи саморегуляцію. Її результативність зростає за умови узгодження ігрових механік із цілями курсу, метриками оцінювання та цифровими ресурсами, що персоналізують темп і зміст навчання.

Електронні освітні ресурси відіграють окрему роль у підвищенні навчальної активності. За результатами дослідження О. Сагана і В. Блага, якісно розроблені цифрові платформи не лише компенсують відсутність традиційного спілкування, а й забезпечують індивідуалізацію навчальних траєкторій [2]. Л. Лупійко та І. Харченко доводять, що діджиталізація освітнього процесу, за умови її цілеспрямованого впровадження, сприяє формуванню стійкої професійної мотивації студентів технічних спеціальностей [1]. У ширшому контексті це означає, що електронні ресурси ефективні не самі по собі, а тоді, коли вони інтегровані в педагогічну стратегію: забезпечують доступність контенту, враховують індивідуальні потреби здобувачів і підтримують розвиток їхньої самостійності. Тобто, цифрові ресурси можна розглядати як інструмент, який одночасно знімає бар'єри дистанційного навчання та створює підґрунтя для самомотивації.

Інтегровані моделі, гейміфікація та електронні освітні ресурси формують ядро сучасних підходів до цифрового навчання. Вони здатні підтримувати зовнішню мотивацію й водночас створювати передумови для самомотивації, але лише за умови, що технологічні новації інтегруються із соціальними, когнітивними та емоційними потребами здобувачів освіти.



Аналіз літератури та практичного досвіду дає підстави розглядати мотивацію й самомотивацію як взаємопов'язані чинники, що визначають якість навчальної діяльності у цифровому середовищі. Мотивація постає не лише як система зовнішніх стимулів, а й як внутрішній механізм включення студента в освітній процес. Самомотивація, у свою чергу, забезпечує сталість і результативність цієї діяльності, особливо за умов обмеженого зовнішнього контролю.

Разом з тим цифрове середовище створює як нові можливості, так і специфічні ризики: зниження емоційного контакту, інформаційне перевантаження, труднощі з саморегуляцією. Ці виклики вимагають педагогічних рішень, здатних поєднувати зовнішню підтримку з розвитком внутрішньої активності та відповідальності студентів.

У цьому контексті особливого значення набуває систематизація наявних інструментів і підходів. Її мета — не лише перерахувати окремі засоби, а показати, як вони співвідносяться з механізмами дії та очікуваними ефектами, утворюючи цілісну картину підтримки мотивації і самомотивації у цифровому навчанні. Результати такої систематизації наведено у таблиці 1.

Таблиця 1.

Систематизація педагогічних інструментів і методів підвищення мотивації та самомотивації здобувачів вищої освіти при цифровому навчанні

Група інструментів	Конкретні методи / засоби	Очікуваний ефект для мотивації / самомотивації	Механізм впливу
Інтегровані освітні моделі	Змішане та гібридне навчання, комбіновані курси	Підвищення залученості, збереження соціальної взаємодії	Баланс онлайн та офлайн-форм, поєднання гнучкості й контролю



Гейміфікація та інтерактив	Ігрові елементи, симуляції, онлайн-заходи	Зростання інтересу, розвиток емоційної стійкості	Виклик позитивних емоцій, активізація внутрішніх мотивів
Цифрові освітні ресурси	LMS-платформи, мультимедіа, онлайн-бібліотеки	Персоналізація навчання, підтримка професійної мотивації	Доступність контенту, індивідуалізація темпу й змісту
Методи саморегуляції	Рефлексивні щоденники, трекери часу, самооцінка	Розвиток самомотивації, зменшення прокрастинації	Формування навичок планування, контролю та рефлексії
Соціально-психологічна підтримка	Тьюторство, наставництво, групові проекти	Формування впевненості, підтримка внутрішньої мотивації	Зворотний зв'язок, співпраця та підтримка в колективі

Джерело: власна розробка авторів

Подана систематизація показує, що мотивація і самомотивація зростають, коли обрані інструменти узгоджені з механізмами їх дії та цільовими ефектами. Інтегровані моделі поєднують онлайн- і офлайн-форми, забезпечуючи баланс гнучкості та структури. Елементи гейміфікації посилюють внутрішню мотивацію через емоційне залучення й відчуття прогресу. Цифрові ресурси дають змогу персоналізувати контент і темп навчання. Практики саморегуляції формують уміння планувати, відстежувати результати й рефлексувати. Соціально-психологічна підтримка підсилює відчуття належності та впевненості через якісний зворотний зв'язок. Аналіз систематизації дає змогу визначити, як інструменти співвідносяться з механізмами їх дії та очікуваними результатами. Це окреслює принципи добору й поєднання засобів відповідно до цілей курсу, умов і рівня автономності студентів.

Висновки. Аналіз підтвердив взаємозалежність мотивації й самомотивації як чинників ефективності цифрового навчання та виявив ризики їх зниження —



дефіцит взаємодії, перевантаження, прокрастинацію й емоційне виснаження. Ефективність зростає, коли педагогічні інструменти добирають з урахуванням механізмів їх дії та визначених цілей.

Запропонована систематизація поєднує засоби, механізми їх впливу та очікувані результати. Інтегровані моделі, гейміфікація, цифрові ресурси, саморегуляція й соціально-психологічна підтримка розглядаються як взаємодоповнювальні компоненти, що поєднуються відповідно до цілей курсу й рівня автономності студентів.

Практична значущість дослідження — у можливості планувати й адаптувати педагогічні рішення до цілей курсу та наявних ресурсів. Такий підхід сприяє більшій залученості студентів, розвитку саморегуляції та стабільніший динаміці навчальних результатів.

Подальші дослідження мають бути спрямовані на емпіричну перевірку ефективності різних комбінацій інструментів у різних освітніх контекстах і на розроблення процедур оцінювання — метрик залученості, регулярності та показників самомотивації, які дадуть змогу уточнювати й масштабувати запропоновані рішення.

Список використаних джерел

1. Лупійко Л., Харченко І. Підвищення мотивації до освітнього процесу здобувачів технічних спеціальностей засобами діджиталізації. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки*. 2024. Вип. 24 (69). С. 5–15. DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series12.2024.24\(69\).01](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series12.2024.24(69).01)
2. Саган О. В., Блах В. С. Вплив електронних освітніх ресурсів на рівень мотивації до навчання здобувачів вищої освіти. *Педагогічні науки*. 2024. Вип. 105. С. 26–33. DOI: <https://doi.org/10.32999/ksu2413-1865/2024-105-4>



3. Павлова Л. В., Лєшньова Н. О., Сергєєва О. А., Котова А. Н. ВПЛИВ ОНЛАЙН-НАВЧАННЯ НА МОТИВАЦІЮ СТУДЕНТІВ. *Наукові записки кафедри педагогіки*. 2024. № 54. С. 45–52. DOI: <https://doi.org/10.26565/2074-8167-2024-54-03>
4. Walker A. et al. Exploring the relationship between motivation and academic performance among online and blended learners: A meta-analytic review. *Online Learning*. 2024. Vol. 28, 4, P. 76-116. DOI: <https://doi.org/10.24059/olj.v28i4.4602>
5. Gilbert W. et al. Undergraduate students' motivational profiles before and during the COVID-19 pandemic. *British Journal of Educational Psychology*. 2023. Vol. 93, P. 1188–1206. DOI: <https://doi.org/10.1111/bjep.12626>
6. Pham M., Nguyen P.X.T., Trinh N.N. Exploring emotional and technological drivers of e-learning continuance intention among university students. *Discover Education*. 2025. Vol. 4, 334. DOI: <https://doi.org/10.1007/s44217-025-00800-3>
7. Capone R., Lepore M. From Distance Learning to Integrated Digital Learning: A Fuzzy Cognitive Analysis Focused on Engagement, Motivation, and Participation During COVID-19 Pandemic. *Technology, Knowledge and Learning*. 2021. Vol. 27, No. 4. P. 1259–1289. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10758-021-09571-w>
8. Wang X. et al. Hybrid teaching after COVID-19: advantages, challenges and optimization strategies. *BMC Medical Education*. 2024. Vol. 24, No. 1. Article 753. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12909-024-05745-z>
9. Horita S. et al. Leveling up engagement: gamification's role in creating immersive online events. *Smart Learning Environments*. 2025. Vol. 12, No. 1. Article 33. DOI: <https://doi.org/10.1186/s40561-025-00386-1>
10. Zhumbei M. et al. Leveraging gamification to sustain student motivation and emotional resilience in higher education during wartime: case studies from Ukraine. *LatIA*. 2025. Vol. 3. P. 345–360. DOI: <https://doi.org/10.62486/latia2025345>



11. Словник педагогічних та психологічних термінів: навч. посіб. / уклад. Н. А. Несторук, Л. В. Кокоріна; за заг. ред. Н. А. Несторук. – Слов'янськ: Вид-во Б. І. Маторіна, 2019. – 131 с.
12. Ryan R. M., Deci E. L. Self-Determination Theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*. 2000. Vol. 55, No. 1. P. 68–78.
13. Кочарян О. С., Фролова Є. В., Павленко В. М. Структура мотивації навчальної діяльності студентів: навч. посіб. – Харків: Нац. аерокосм. ун-т ім. М. Є. Жуковського «Харк. авіац. ін-т», 2011. – 40 с.
14. Schunk D. H., DiBenedetto M. K. Motivation and social-emotional learning: Theory, research, and practice. *Advances in Physiology Education*. 2016. Vol. 40, Issue 4. P. 465–466. DOI: <https://doi.org/10.1152/advan.00072.2016>
15. Лавринюк О., Кириченко В. Мотивація до навчальної діяльності: аналіз сучасних теорій. *Журнал соціальної та практичної психології*. 2023. № 1. С. 45–53. DOI: <https://doi.org/10.32782/psy-2023-1-6>
16. Miao J., Zhang Z., Ma J. Students' online interaction, self-regulation, and learning engagement. *Frontiers in Psychology*. 2022. Vol. 13. Article 815220. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.815220>
17. Ramos J., Sanchez M., De la Cruz A. Impact of motivation and social support in online distance learning among freshmen. *International Journal of Research and Innovation in Social Science (IJRISS)*. 2023. Vol. 7, Issue 6. P. 1078–1084. DOI: <https://doi.org/10.47772/IJRISS.2023.76159>
18. Hartnett M. Motivation in Online Education. Springer, 2016. 213 p. (*Explorations of Educational Purpose*, Vol. 26).