



ТЕОРІЯ І ПРАКТИКА НАВЧАННЯ

УДК 378.147:37.018.3

DOI <https://doi.org/10.5281/zenodo.15484371>

Психолого-педагогічні аспекти підтримки здобувачів вищої освіти під час дистанційного навчання в Україні

Кубрак Сніжана Василівна,

кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри іноземних мов, факультет економіки і менеджменту, Поліський національний університет, м. Житомир, Україна, <https://orcid.org/0000-0003-4236-1528>

Різак Галина Вікторівна,

кандидат фармацевтичних наук, радник директора Благодійного Фонду підтримки освіти, науки, науково-технічної діяльності, м. Ужгород, Україна, <https://orcid.org/0000-0002-0230-2366>

Кирчата Ірина Миколаївна,

кандидат економічних наук, доцент, доцент кафедри економіки і підприємництва, факультет управління та бізнесу, Харківський національний автомобільно-дорожній університет, м. Харків, Україна, <https://orcid.org/0000-0002-0270-1586>

Прийнято: 10.05.2025 | Опубліковано: 21.05.2025

***Анотація.** Суспільні та епідеміологічні виклики сприяли масовому переходу освітніх закладів України до онлайн-навчання. **Мета.** Дослідження спрямовано на вивчення психологічних та педагогічних проблем, з якими*



стикаються здобувачі закладів вищої освіти під час дистанційного навчання, зокрема на розробку освітньо-психологічних стратегій для їх підтримки.

Методи. Для досягнення поставлених цілей було використано теоретичний аналіз для розуміння основних психолого-педагогічних аспектів підтримки здобувачів вищої освіти. Завдяки порівняльному аналізу виявлено переваги та недоліки дистанційного навчання та розроблено ефективні стратегії підтримки студентів в онлайн-середовищі.

Результати. Показано, що дистанційне навчання було сприйнято неоднозначно. Його основним негативним наслідком є соціальна ізоляція, що спричиняє психологічний дискомфорт та відчуття самотності у здобувачів освіти через відсутність фізичного контакту з одногрупниками та викладачами. Відсутність групових обговорень та спільної роботи знижує ефективність навчання і погіршує психоемоційний стан студентів. Ще однією проблемою є зниження мотивації, оскільки дистанційне навчання характеризується недостатнім рівнем інтерактивності на відміну від традиційних методів. Водночас високі вимоги до самоорганізації та планування часу є викликом для студентів, які не мають відповідних навичок. Для подолання цих викликів запропоновано такі практики: забезпечення психологічної підтримки через онлайн-консультації та тренінги зі стресостійкості; застосування інтерактивних цифрових платформ для організації активного та гнучкого навчання; формування у студентів навичок керування часом та самоорганізації; надання рівного доступу до навчальних матеріалів особам з особливими освітніми потребами.

Висновки. Дистанційна форма навчання є важливим етапом розвитку освіти в Україні, однак вимагає адаптації до нових умов. Психолого-педагогічна підтримка, інноваційні методи навчання, розвиток мотивації та емоційної стійкості є основними засадами для успішного впровадження цього формату у закладах вищої освіти.



Ключові слова: дистанційне навчання, психологічна підтримка, мотивація, стрес, емоційна стійкість, вища освіта.

Psychological and pedagogical aspects of supporting higher education students during distance learning in Ukraine

Snizhana Kubrak,

Ph.D in Pedagogical Sciences, Associate Professor, Head of Foreign Languages Department, Faculty of Economics and Management, Polissia National University, Zhytomyr, Ukraine, <https://orcid.org/0000-0003-4236-1528>

Galina Rizak,

Candidate of Pharmaceutical Sciences, Adviser to the Director of the Charitable Foundation for Support of Education, Science, Scientific and Technical Activities, Uzhgorod, Ukraine, <https://orcid.org/0000-0002-0230-2366>

Iryna Kyrchata,

Candidate of Science (Economics), Associate Professor, Associate Professor at the Department of Economics and Entrepreneurship, Faculty of Management and Business, Kharkiv National Automobile and Highway University, Kharkiv, Ukraine, <https://orcid.org/0000-0002-0270-1586>

***Abstract.** Social and epidemiological challenges have caused a massive transition of educational institutions in Ukraine to online learning. **Aim.** The article was oriented towards scrutinizing the psychological and pedagogical quandaries higher education learners encounter during remote learning, alongside devising*



psychological and pedagogical strategies for their support. **Methods.** To achieve these goals, theoretical analysis was used to understand the main psychological and pedagogical aspects of supporting higher education students. The comparative analysis revealed the advantages and disadvantages of distance learning and developed effective strategies for supporting students in the online environment. **Results.** It was shown that distance learning has both advantages and disadvantages for students. The main negative consequence of this form is social isolation, which causes psychological discomfort and a feeling of loneliness in students due to the lack of physical contact with classmates and teachers. The lack of group discussions and collaboration, reduces the effectiveness of learning and worsens the psycho-emotional state of students. Another problem is decreased motivation, since distance learning often does not include sufficient interactivity, which is inherent in traditional methods. In addition, high requirements for self-organization and time planning are a challenge for students who do not have the appropriate skills. To overcome these challenges, the following measures were proposed: providing psychological support through online consultations and stress resistance training; using interactive digital platforms to organize active and flexible learning; developing time management and self-organization skills in students; and providing equal access to educational materials for people with special educational needs. **Conclusions.** Remote learning represents a pivotal juncture in the evolution of Ukrainian education, yet it necessitates adaptation to new paradigms. Psychological and pedagogical support, innovative pedagogical methodologies, and the cultivation of motivation and emotional fortitude are linchpins for the triumphant implementation of this modality in higher education institutions.

Keywords: distance learning, psychological support, motivation, stress, emotional resilience, higher education.



Постановка проблеми. Впровадження дистанційного навчання як однієї з основних форм організації освітнього процесу в Україні відбулося під тиском зовнішніх обставин — пандемії COVID-19 і воєнного стану, що змусили заклади вищої освіти оперативно адаптуватися до нових умов. Попри суттєвий прогрес у розвитку цифрових технологій та онлайн-платформ, освітнє середовище було неготовим до комплексної реалізації дистанційного формату з урахуванням потреб і потенціалу усіх осіб, залучених до освітнього процесу. Особливої уваги набуває психолого-педагогічний аспект, оскільки дистанційна форма навчання змінює не лише організаційні параметри освітньої взаємодії, а й безпосередньо впливає на емоційний стан, мотиваційну сферу, когнітивну активність і соціальну залученість здобувачів вищої освіти.

У нових умовах студенти стикаються з підвищеним рівнем стресу, самотності, тривожності, втоми та розгубленості, що ускладнює процес сприйняття навчального матеріалу та знижує ефективність засвоєння знань. Недостатність безпосередньої взаємодії з викладачами та однолітками, неможливість отримання негайного зворотного зв'язку, відсутність емоційної підтримки — усе це створює додаткове психоемоційне навантаження. Крім того, студенти потребують не лише технічних інструментів для навчання, а й педагогічного супроводу, що враховує їх психологічний стан, індивідуальні освітні траєкторії та адаптаційні можливості.

З огляду на це постає нагальна потреба в осмисленні та теоретичному обґрунтуванні ефективних психолого-педагогічних практик підтримки здобувачів вищої освіти в умовах дистанційного формату, що відповідає сучасним викликам та сприяє формуванню внутрішніх ресурсів особистості студента.



Аналіз останніх досліджень і публікацій. Останнім часом засвідчено зростання дослідницької активності щодо вивчення дистанційного навчання у закладах вищої освіти, що відображає актуальність цієї проблеми.

У роботі українських науковців Є. О. Черновол, А. В. Чепелюк, Ф. Ф. Куртяк [1] висвітлено питання цифровізації освітнього середовища. Автор А. А. Марчук [2] підкреслює необхідність переосмислення педагогічних практик для забезпечення ефективної взаємодії між викладачами та студентами в онлайн-середовищі. Акцентовано на методах подання навчального матеріалу та оцінювання результатів діяльності студентів.

Дослідниці Л. П. Ткаченко, Л. С. Плетеницька, О. Р. Алексєєва [3] визначають основну роль цифрової компетентності викладачів у формуванні якісного дистанційного навчання, зокрема психоемоційну адаптацію здобувачів освіти.

Науковиці Н. М. Зленко, І. М. Смирнова, Н. П. Шалигіна [4] аналізують технічні аспекти дистанційного навчання, звертаючи увагу на нерівний доступ до технологій у різних регіонах.

Грунтовні дослідження соціально-психологічних аспектів дистанційного навчання засвідчено у роботах В. Кириленка, Н. Кириленко, А. Крижановського, О. Ромашук [5] та К. Кривошея [6], які підкреслюють негативний вплив ізоляції, відсутності комунікації, зниження міжособистісної активності на психологічне здоров'я студентів. За результатами їхніх досліджень серед основних проявів психологічного дистресу у студентів зазначено підвищення рівня тривожності, емоційне виснаження, зниження зацікавленості та самооцінки.

Педагогічний аспект висвітлено в працях дослідниць Л. М. Кібенко, І. В. Брюховецької, О. П. Ступак [7], де акцентується на зміні ролі викладача в онлайн-освіті — з джерела знань на модератора, посередника та наставника,



здатного створити підтримувальне навчальне середовище. Дослідження закордонних учених Дж. Сінга, Л. Сінга, Б. Матсца (J. Singh, L. Singh, B. Matthees) [8] та ван Дорештейна, М. Меїй, Н. Парєя Робліна, Ф. Корнеліссена, Дж. Вугта, М. Волмана (van Dorresteijn, M. Meij, N. Pareja Roblin, F. Cornelissen, J. Voogt, M. Volman) [9] підкреслюють важливість одночасної присутності соціального, когнітивного та викладацького компонентів як основи ефективного онлайн-навчання.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. Попри значний прогрес у дослідженні особливостей дистанційного навчання, низка аспектів залишаються недостатньо опрацьованими, що обмежує ефективність психолого-педагогічної підтримки здобувачів вищої освіти. Недостатньо досліджено її комплексні моделі, що інтегрують як освітні, так і психологічні інструменти впливу на студентську аудиторію. Мало вивчено вплив тривалого дистанційного навчання на мотиваційний компонент освітньої діяльності студентів. Неповно розкрито роль викладача як суб'єкта емоційно-психологічної підтримки студентів.

Ці актуальні питання підкреслюють потребу в комплексних дослідженнях і розробленні практичних рішень для вдосконалення психолого-педагогічної підтримки здобувачів освіти в умовах дистанційного навчання.

Формулювання цілей статті (постановка завдання). Мета статті – аналіз психолого-педагогічних аспектів підтримки здобувачів вищої освіти в умовах дистанційного навчання в Україні.

Для досягнення цієї мети сформульовано такі завдання:

1. Визначити основні психологічні та педагогічні виклики, з якими стикаються студенти в процесі дистанційного навчання.
2. Проаналізувати чинники, що впливають на мотивацію, саморегуляцію та психоемоційний стан здобувачів освіти.



3. Розробити психолого-педагогічні стратегії для підтримки студентів у дистанційному форматі, враховуючи індивідуальні та інклюзивні потреби.

Виклад основного матеріалу дослідження. Дистанційне навчання як вимушена альтернатива традиційним формам освіти стало новим викликом для української системи вищої освіти в умовах соціальних трансформацій та викликів: воєнного стану, міграційних процесів, втрати життєвих ресурсів і зміною звичних умов функціонування освітніх інституцій [10, с. 2]. За цих обставин значно зростає потреба не лише в ефективному передаванні знань, а й у формуванні емоційно безпечного, підтримувального середовища, особливо для молоді, яка перебуває на етапі активного становлення особистості та професійної ідентичності.

Дистанційне навчання є формою освітнього процесу, що здійснюється через використання сучасних інформаційно-комунікаційних технологій. Його базовою характеристикою є просторово-часова гнучкість, що забезпечує можливість індивідуального планування навчальної діяльності здобувачами освіти та сприяє поєднанню навчання з іншими видами соціальної активності [11, с. 7]. Значущою перевагою дистанційного формату є розширений доступ до різноманітних освітніх ресурсів, зокрема електронних баз даних, віртуальних лабораторій, мультимедійного контенту та інтерактивних платформ. Він істотно підвищує якість освітнього процесу й знижує залежність від матеріально-технічної бази закладу освіти. Крім того, дистанційна освіта сприяє індивідуалізації навчання, даючи змогу адаптувати його зміст, темп і структуру до специфічних потреб і можливостей кожного здобувача. З економічного погляду дистанційне навчання характеризується оптимізацією витрат як для освітніх інституцій, так і для здобувачів освіти, зокрема шляхом скорочення витрат на інфраструктуру, транспорт і



проживання. Водночас воно створює умови для формування й розвитку цифрових компетентностей, що є основними у контексті цифровізації професійного середовища. У міжнародному вимірі дистанційне навчання сприяє формуванню міжкультурного освітнього простору, забезпечуючи інтеграцію здобувачів освіти різних країн у єдину академічну комунікацію. Зокрема, воно підтримує концепт безперервної освіти, що є надзвичайно актуальним у динамічному соціально-економічному середовищі.

Попри вагомій перевазі дистанційне навчання супроводжується і значними труднощами, особливо психологічного та педагогічного характеру. Ці чинники можуть негативно впливати як на емоційний стан студентів, так і на якість та результативність їх навчання.

Однією з основних проблем для здобувачів освіти в умовах дистанційного навчання є неможливість безпосереднього спілкування з одногрупниками та педагогами [12, с. 74]. Такий формат навчання призводить до відчуття соціальної ізоляції. У звичних умовах студенти мали можливість обговорювати матеріал під час лекцій, групових семінарів, спільно працювати над проектами. Онлайн-формат позбавляє їх цієї можливості — живе спілкування замінено екранами комп'ютерів. Це може негативно позначитися на їх психологічному здоров'ї, адже відсутність соціальної підтримки й емоційної взаємодії з іншими людьми створює відчуття тривоги, самотності та безпорадності. Особливо це стосується студентів, які через особливості свого характеру чи соціально-економічні умови потребують більшої підтримки в процесі адаптації до навчання.

Одним з найбільших психологічних викликів онлайн-формату є зниження мотивації здобувачів освіти до навчання [13, с. 178]. Відсутність фізичного контакту з викладачами, рутинність навчального процесу і не завжди оптимізовані онлайн-ресурси знижують інтерес до освітнього процесу.



Враховуючи, що дистанційне навчання не таке інтерактивне, як традиційний формат, студенти можуть втрачати мотивацію. Це може бути пов'язано з перешкодами в підтримці фокуса на навчанні, особливо за умов неможливості контролю власного часу і діяльності. Дистанційне навчання вимагає від студентів високої самоорганізації, адже їм необхідно не тільки слідувати графіку занять, а й організувати роботу з матеріалом самостійно. Для багатьох студентів це стає значним викликом, оскільки вони не завжди мають необхідні навички планування часу і саморегуляції.

Ще однією актуальною проблемою є стрес і тривожність, що виникають унаслідок інформаційного перенавантаження [14, с. 171]. Студенти, які навчаються у дистанційному форматі, часто змушені опрацьовувати великі обсяги навчального матеріалу без належної підтримки з боку викладачів. За таких умов зростає психологічне напруження через неможливість оперативно отримати відповіді на запитання або пояснення складних тем. Це призводить до відчуття перенавантаження, зниження концентрації уваги, емоційного виснаження та загальної втоми. У результаті може виникати психоемоційне вигорання, що суттєво впливає на навчальну мотивацію та успішність студентів, викликаючи депресивні стани, нервозність і навіть панічні атаки.

Вагомим наслідком відсутності живого контакту є втрата групової динаміки. Дистанційне навчання часто перетворюється на безособовий процес, в якому відсутня можливість для студентів працювати в команді, розв'язувати завдання разом або обмінюватися думками у неформальному середовищі. Це надважливо для молодих людей, які розвивають власні соціальні навички й навчаються працювати в колективі. Відсутність групової співпраці не тільки знижує ефективність навчання, а й погіршує психоемоційний стан студентів, оскільки їм недостатньо соціальної підтримки та емоційної взаємодії.



Розроблення спеціальних психолого-педагогічних стратегій для підтримки здобувачів вищої освіти в умовах дистанційного навчання є необхідною відповіддю на труднощі, з якими вони стикаються в сучасних умовах [15, с. 22]. Зміна освітнього середовища, що відбулася раптово та без достатньої підготовки, вимагає системної практики формування комплексу дій, спрямованих на збереження емоційного здоров'я, підтримку академічної мотивації, розвиток навичок саморегуляції та створення інклюзивного і підтримувального освітнього середовища.

У таблиці 1 наведено узагальнення основних аспектів забезпечення психолого-педагогічної підтримки студентів в умовах дистанційного навчання.

Насамперед для подолання негативних наслідків дистанційного навчання необхідно запровадити чіткі механізми підтримки емоційного здоров'я студентів. Викладачі та психологи повинні створити середовище, що дасть змогу студентам відкрито висловлювати їх проблеми та отримувати відповідну допомогу. Психологічна підтримка може охоплювати: регулярні інтерв'ю, онлайн-консультації, тренінги з розвитку емоційної стійкості та навичок управління стресом, зокрема надання ресурсів для самопомоги в кризових ситуаціях. Ці заходи допоможуть студентам не тільки подолати стрес, але й підвищити їх психологічну адаптацію до змін у навчальному процесі.

Таблиця 1

Психолого-педагогічна підтримка студентів у дистанційному навчанні

Аспекти підтримки	Проблеми / виклики	Шляхи подолання / рішення
Психологічне здоров'я	Стрес, тривожність, емоційне вигорання, соціальна ізоляція	Онлайн-консультації, тренінги стресостійкості, центри психологічної допомоги, регулярні скринінги



Мотивація до навчання	Зниження інтересу, рутинність, низька інтерактивність	Інтерактивне навчання, гейміфікація, проєктна робота, врахування інтересів студентів
Соціальна взаємодія	Відсутність контактів з одногрупниками та викладачами	Менторство, групові онлайн-завдання, віртуальні дискусії, взаємонавчання
Самоорганізація та керування часом	Проблеми з плануванням часу, прокрастинація	Тренінги з керування часом, створення чітких розкладів, розвиток саморефлексії
Інклюзія та доступність	Важкість доступу до матеріалів для студентів з особливими освітніми потребами	Адаптація контенту, універсальний дизайн навчального середовища, технічна підтримка
Підготовка викладачів	Відсутність навичок онлайн-викладання та емоційної підтримки	Професійне навчання з педагогічної чутливості, розвиток цифрової компетентності
Міждисциплінарна взаємодія	Відсутність узгоджених дій між викладачами, адміністрацією, психологами	Створення команд підтримки, координація, моніторинг результатів, зворотний зв'язок

Джерело: [11-14]

Психологічна підтримка здобувачів освіти може здійснюватися як в індивідуальній, так і в груповій формі та через профілактично-діагностичні та корекційно-розвивальні методики [16, с. 95]. Для цього у закладах вищої освіти доцільно створювати центри психологічної допомоги, функціонування яких ґрунтуватиметься на принципах конфіденційності, доступності, добровільності та наукової цінності втручання. У межах діяльності таких центрів мають проводитися регулярні скринінги психоемоційного стану студентської молоді, здійснюватися інтервенції з профілактики емоційного вигорання, підвищення стресостійкості, розвитку навичок саморефлексії, емоційної регуляції та самопомоги. Особливу увагу варто приділяти першокурсникам та іноземним студентам, які через недостатність досвіду адаптації до нових умов можуть перебувати в групі підвищеного ризику.



Водночас з організацією психологічної підтримки необхідно системно оновлювати педагогічні практики, що застосовуються в дистанційному освітньому процесі. Для цього викладачам потрібно активніше використовувати інструменти, що дають змогу зробити процес навчання цікавим і захопливим. Важливу роль у цьому можуть відігравати інтерактивні платформи та відеолекції, вебінари, що не лише забезпечують засвоєння знань, але й створюють умови для залученості здобувачів освіти до процесу навчання. Крім того, використання індивідуалізованих практик до студентів, орієнтація на їх інтереси та особливості навчання можуть значно підвищити мотивацію та залученість. Заклади освіти повинні створювати середовище, де студенти можуть самостійно проявляти ініціативу, обирати теми для самостійних досліджень, брати участь у відкритих дискусіях і проєктах.

Одним із визначальних чинників ефективності такої підтримки є підготовка викладачів до реалізації принципів психологічної чутливості, емпатії, педагогічної гнучкості й толерантності. Успішна дистанційна педагогіка не означає лише трансляцію змісту навчальних дисциплін засобами цифрових технологій, а має на меті формування середовища педагогічної підтримки, де студенти відчують себе не лише слухачами, а й співтворцями освітнього процесу. У цьому контексті значущим є впровадження змішаного навчання, проблемно орієнтованих завдань, проєктної роботи, взаємонавчання, елементів гейміфікації та мультимедійного супроводу, що активізує пізнавальний інтерес, розвиває критичне мислення й утримує мотивацію до навчання у складних життєвих обставинах [17, с. 32].

Крім того, доцільним є інституційне впровадження програм наставництва або менторства, що передбачають побудову міжособистісної підтримки між старшими й молодшими студентами, студентами й викладачами. Менторська модель взаємодії сприяє не лише зниженню



тривожності, а й розвитку автономії, навичок самоуправління та емоційної зрілості. Це надважливо в умовах дистанційного формату, в якому студент нерідко залишається поза межами індивідуального педагогічного впливу.

Звичайно, значущим є розвиток навичок саморегуляції та управління часом у студентів. Дистанційне навчання вимагає від них високої дисциплінованості та вміння організувати свій день, встановлювати пріоритети та не відкладати завдання на останній момент. Для цього слід впроваджувати в програму навчання спеціальні тренінги та семінари з керування часом, що сприятимуть розумінню, як ефективно планувати своє навчання та уникати прокрастинації. Такі тренінги можуть бути організовані як окремі заходи або інтегровані в загальний освітній процес, що забезпечить студентам кращу адаптацію до дистанційного формату навчання.

Водночас необхідно наголосити на актуальності розробки технологій підтримки студентів з особливими освітніми потребами [18, с. 5]. Індивідуальна практика у навчанні, адаптація контенту, забезпечення технічних умов для доступу до освітніх ресурсів є умовами реалізації принципів інклюзивності в дистанційному навчанні. Важливо, щоб навчальні платформи мали функціональність для підтримки студентів з порушеннями зору, слуху, опорно-рухового апарату, когнітивними особливостями тощо. Крім того, значущою є підготовка персоналу установ вищої освіти до адаптації в умовах цифрової інклюзії.

Насамкінець ефективна стратегія психолого-педагогічної підтримки повинна передбачати міждисциплінарну комунікацію між суб'єктами освітнього процесу. Це означає необхідність координації дій викладачів, психологів, адміністраторів, студентського самоврядування, технічного персоналу, зокрема використання доказових практик оцінювання якості та результативності впроваджених заходів. На основі результатів моніторингу та



зворотного зв'язку необхідно гнучко коригувати обрані стратегії, вдосконалювати освітнє середовище і підтримувати його відповідність сучасним стандартам психологічної безпеки та педагогічної ефективності.

Таким чином, психолого-педагогічна підтримка студентів під час дистанційного навчання в Україні повинна залучати широкий спектр заходів, що охоплюють не лише підтримку академічної успішності, але й покращення психологічного стану студентів, розвиток мотивації, саморегуляції та емоційної стійкості. Врахування індивідуальних потреб студентів, застосування інноваційних практик навчання, активна робота над розвитком мотивації та зниженням стресу, зокрема забезпечення доступності навчального процесу для всіх категорій студентів є основними аспектами успішного впровадження дистанційної освіти в Україні.

Висновки. Дистанційне навчання в Україні, зумовлене соціальними трансформаціями та викликами воєнного часу, стало не лише альтернативою традиційній освіті, а й важливим інструментом забезпечення безперервності освітнього процесу. Воно відкриває широкі можливості для гнучкості, індивідуалізації навчання, доступу до різноманітних ресурсів і розвитку цифрових компетентностей, що є критично важливими в умовах цифровізації суспільства. Водночас дистанційний формат супроводжується значними психолого-педагогічними викликами, зокрема соціальною ізоляцією, зниженням мотивації, інформаційним перевантаженням і психоемоційним вигоранням студентів.

Для подолання цих проблем необхідна комплексна психолого-педагогічна стратегія підтримки здобувачів вищої освіти: створення центрів психологічної допомоги, впровадження інтерактивних і мотиваційних педагогічних практик, організацію програм менторства, розвиток навичок саморегуляції та забезпечення інклюзивності освітнього середовища.



Особлива увага має приділятися підготовці викладачів до роботи за умов дистанційного навчання, розвитку їхньої психологічної чутливості та педагогічної гнучкості.

Успішна реалізація цих заходів сприятиме не лише підвищенню академічної успішності, а й збереженню психоемоційного здоров'я здобувачів освіти, формуванню їхньої мотивації та готовності до викликів сучасного світу. Подальший розвиток дистанційної освіти в Україні потребує системної практики, міждисциплінарної взаємодії та постійного моніторингу ефективності впроваджених стратегій, щоб забезпечити якісне, інклюзивне та підтримувальне освітнє середовище для всіх учасників освітнього процесу.

Список використаних джерел

1. Черновол Є. О., Чепелюк А. В., Куртяк, Ф. Ф. Щодо цифровізації освітнього процесу у закладах вищої освіти України: нові можливості та перспективи. *Академічні візії*. 2023. № 15. DOI: <http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.7595166>.

2. Марчук А. А. Особливості педагогічної взаємодії викладача та студента засобом змішаного навчання. *Інноваційна педагогіка*. 2020. № 3(21). С. 173-179. DOI: <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2019.21.3-37>.

3. Ткаченко Л. П., Плетеницька Л. С., Алексєєва О. Р. Роль цифрових технологій у формуванні компетентностей майбутніх педагогів в умовах Нової української школи. *Педагогічна Академія: наукові записки*. 2024. № 7. DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.12592609>.

4. Зленко Н.М., Смирнова І.М., Шалигіна Н.П. Досвід дистанційного навчання в Латвії, Литві, Естонії. *Інноваційна педагогіка*. 2023. № 6. С. 238-242. DOI: <https://doi.org/10.32782/2663-6085/2023/66.50>.

5. Кириленко В., Кириленко Н., Крижановський А., Ромашук О. Психологічні особливості дистанційного навчання у закладах вищої освіти:



практичний досвід. *Методологічні проблеми впровадження цифрових технологій та інноваційних методик навчання*. 2022. № 63. С. 29- 38. DOI: <https://doi.org/10.31652/2412-1142-2022-63-29-38>.

6. Кривошей К. Ю. Вплив стресу на здобувачів вищої освіти в умовах військового конфлікту. *Інноваційна педагогіка*. 2023. № 2(71). С. 57-63. DOI: <https://doi.org/10.32782/2663-6085/2024/71.2.11>.

7. Кібенко Л. М., Брюховецька І. В., Ступак О. П. Роль викладача в сучасному освітньому середовищі: фасилітатор, тьютор, ментор. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. 2023. № 91. С. 105-109. DOI <https://doi.org/10.32782/1992-5786.2023.91.19>.

8. Singh J, Singh L, Matthees B. Establishing social, cognitive, and teaching presence in online learning - a panacea in COVID-19 pandemic, post vaccine and post pandemic times. *Journal of Educational Technology Systems*. 2022. Vol, 51. № 1. P. 568–585. DOI: <https://doi.org/10.1177/00472395221095169>.

9. van Dorresteijn C., Meij M., Pareja Roblin N., Cornelissen F., Voogt J., Volman, M. Teaching strategies to facilitate social and cognitive processes in online learning environments. *Pedagogies: An International Journal*. 2024. Vol. 19, № 3. P. 421–438. DOI: <https://doi.org/10.1080/1554480X.2024.2379790>.

10. Турчин О. І. Сутність технології дистанційного навчання. *Академічні візії*. 2023. № 25. DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.1021596>.

11. Волошин О. Р., Мусієнко О. В., Гуртова Т. В., Калиніченко О. М., Якимішин І. Д. Дистанційне навчання: переваги та недоліки в контексті сучасної освіти. *Педагогічна Академія: наукові записки*. 2024. № 12. DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.14344216>.

12. Бодня О. І. Дистанційний навчальний процес в умовах пандемії. *Проблеми вищої школи*. 2022. Vol. 23, № 1. С. 72-75. DOI: <https://doi.org/10.22141/1608-1706.1.23.2022.873>.



13. Квятковська А. О., Андросович К. А., Ковальова О. В., Прокоф'єва О.О. Особливості навчальної мотивації студентів передвищих фахових та вищих навчальних закладів в умовах сучасних військових конфліктів. *Інноваційна педагогіка*. 2022. № 1(49). С. 177-182. DOI: <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2022/49.1.36>.

14. Стельмашук Х. Аналіз стресогенних чинників під час дистанційного навчання в умовах пандемії. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*. 2021. № 10. С. 170–178. DOI: <https://doi.org/10.30970/PS.2021.10.24>.

15. Грузинська І., Воробей Х. Психолого-педагогічні умови ефективності дистанційного навчання в умовах воєнного часу. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*. 2024. № 22. С. 21-29. DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2024.22.3>.

16. Лазуренко О. О., Тертична Н. А., Сміла Н. В. Напрями психологічної підтримки українських студентів під час війни. *Journal of modern psychology*. 2023. № 1. С.93-101. DOI: <https://doi.org/10.26661/2310-4368/2023-1-11>.

17. Гуревич Р. С., Кадемія М. Ю., Опушко Н. Р., Ільніцька Т. С., Плахотнюк Г. М. Роль цифрових технологій навчання в епоху цивілізаційних змін. *Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання в підготовці фахівців*. 2021. № 62. С. 28-38. DOI: <https://doi.org/10.31652/2412-1142-2021-62-28-38>.

18. Войтович Н., Ляхова Т., Коваленко Л. Соціально – психологічний супровід осіб з особливими потребами в закладах професійно - технічної освіти. *International Science Journal of Education & Linguistics*. 2024. Vol. 3, № 5. С. 1-8. DOI: <https://doi.org/10.46299/j.isjel.20240305.01>.