



УДК 378:159.922.7:004.9

[https://doi.org/10.52058/2786-5274-2025-6\(46\)-2110-2125](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2025-6(46)-2110-2125)

Чепурна Вікторія Олександрівна кандидат педагогічних наук, доцент кафедри педагогіки, Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна, м. Харків, <https://orcid.org/0000-0001-5125-2783>

Гога Наталія Павлівна кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри соціології та гуманітарних дисциплін, Харківський гуманітарний університет «Народна українська академія», м. Харків, <https://orcid.org/0000-0002-7825-2115>

Білик Олена Миколаївна доктор педагогічних наук, доцент, старший викладач кафедри психології та педагогіки, Національна академія Національної гвардії України, м. Харків, <https://orcid.org/0000-0001-5468-2076>

ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ В КОНТЕКСТІ ЦИФРОВОЇ ТРАНСФОРМАЦІЇ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ

Анотація. Актуальність дослідження зумовлена масштабною цифровою трансформацією освітнього процесу, що посилилася після пандемії COVID-19 і продовжує впливати на систему вищої освіти. Упровадження дистанційного та змішаного навчання супроводжується не лише технічними змінами, а й низкою психологічних викликів для здобувачів: емоційним вигоранням, соціальною ізоляцією, зниженням мотивації, порушенням саморегуляції та уваги. Зважаючи на посилення залежності здобувачів освіти від цифрових платформ, надзвичайно важливим є пошук інструментів психологічної підтримки, адаптованих до нових умов. Освітній процес потребує не лише інтеграції технологій, а й гуманітарного підходу до особистості здобувача освіти. Метою дослідження є систематизація основних психологічних труднощів здобувачів у цифровому освітньому середовищі та розроблення авторської моделі цифрової психологічної підтримки із залученням сучасних EdTech-інструментів. У процесі дослідження використано такі методи: порівняльний аналіз наукових джерел, узагальнення, системний підхід, структурно-логічне моделювання. Базою для побудови аналітичних таблиць і схем стали результати аналізу чинних практик психологічного супроводу в закладах вищої освіти (далі – ЗВО) інтерпретація рекомендацій Всесвітньої організації охорони здоров'я та міжнародних освітніх платформ тощо. У результатах дослідження схарактеризовано специфіку цифрової трансформації освіти, проаналізовано основні психологічні виклики, притаманні



сучасним здобувачам. Ідентифіковано основні групи психологічних труднощів, зокрема тривожність, соціальна ізоляція, цифрове перенавантаження, зниження мотивації. З'ясовано вплив цифрової трансформації освіти на структуру, методи та вимоги під час здійснення освітнього процесу. Представлено класифікацію інструментів підтримки (LMS, гібридні моделі, телемедицина, peer-support, чат-боти). Досліджено особливості сприйняття цифрового навчання різними групами здобувачів вищої освіти. Сформовано модель психологічного супроводу здобувачів у цифровому навчанні. У висновках зазначено, що цифрова трансформація освіти вимагає переосмислення ролі психологічної підтримки здобувачів як невіддільного компонента якості вищої освіти. Перспективою подальших досліджень є розроблення індикаторів ефективності цифрової підтримки в освітньому середовищі.

Ключові слова: цифрові інструменти, онлайн-освіта, емоційне вигорання, освіта, соціальна ізоляція, мотивація, цифрова трансформація.

Chepurna Viktoriia Oleksandrivna PhD in Pedagogy, Associate Professor of the Department of Pedagogy of the V. N. Karazin Kharkiv National University, Kharkiv, <https://orcid.org/0000-0001-5125-2783>

Hoha Nataliia Pavlivna PhD in Psychology, Associate Professor of the Department of Sociology and Humanities of the Kharkiv University of Humanities "People's Ukrainian Academy", Kharkiv, <https://orcid.org/0000-0002-7825-2115>

Bilyk Olena Mykolaivna Doctor of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Senior Lecturer of the Department of Psychology and Pedagogy of the National Academy of the National Guard of Ukraine, Kharkiv, <https://orcid.org/0000-0001-5468-2076>

PSYCHOLOGICAL SUPPORT FOR STUDENTS IN THE CONTEXT OF DIGITAL TRANSFORMATION OF THE EDUCATIONAL PROCESS

Abstract. The relevance of the study is due to the large-scale digital transformation of the educational process, which has intensified after the COVID-19 pandemic and continues to affect the higher education system. The introduction of distance and blended learning is accompanied not only by technical changes but also by a number of psychological challenges for students: emotional burnout, social isolation, decreased motivation, impaired self-regulation and attention. Given the increasing dependence of students on digital platforms, it is extremely important to find psychological support tools adapted to the new conditions. The educational process requires not only the integration of technology but also a humanitarian approach to the personality of the student. The purpose of the study is to systematize





the main psychological difficulties of students in the digital educational environment and to develop an author's model of digital psychological support using modern EdTech tools. The following methods were used in the study: comparative analysis of scientific sources, generalization, systematic approach, structural and logical modeling. The basis for the construction of analytical tables and diagrams were the results of the analysis of current practices of psychological support in higher education institutions (hereinafter – HEIs), interpretation of the recommendations of the World Health Organization and international educational platforms, etc. The results of the study characterized the specifics of the digital transformation of education, analyzed the main psychological challenges inherent in modern students. The main groups of psychological difficulties are identified, including anxiety, social isolation, digital overload, and decreased motivation. The impact of the digital transformation of education on the structure, methods and requirements of the educational process is determined. The classification of support tools (LMS, hybrid models, telemedicine, peer support, chatbots) is presented. The peculiarities of perception of digital learning by different groups of higher education students are investigated. A model of psychological support for students in digital learning is formed. The conclusions indicate that the digital transformation of education requires a rethinking of the role of psychological support for students as an integral component of the quality of higher education. Prospect for further research is the development of indicators of the effectiveness of digital support in the educational environment.

Keywords: digital tools, online education, emotional burnout, education, social isolation, motivation, digital transformation.

Постановка проблеми. У сучасних умовах цифрової трансформації освіти відбувається не лише переосмислення форм і змісту навчання, але й загострюється потреба у врахуванні психологічного благополуччя учасників освітнього процесу, зокрема здобувачів. Онлайн-комунікація, цифрове навантаження, ізоляція та зміна традиційних форматів взаємодії суттєво впливають на емоційний стан, мотивацію, когнітивну активність і соціальну адаптацію здобувачів вищої освіти. Попри численні дослідження, що охоплюють цифровізацію освіти та її технічну реалізацію, психологічні аспекти адаптації здобувачів до нових цифрових умов залишаються недостатньо розкритими. Особливої актуальності набуває пошук системних підходів до забезпечення психологічної підтримки здобувачів, які навчаються в цифровому середовищі, з урахуванням вікових, мотиваційних та індивідуально-психологічних характеристик.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У сучасних наукових дослідженнях значну увагу приділено питанням психологічної підтримки учасників освітнього процесу в умовах криз, зокрема воєнних дій і пандемії, а також у контексті цифрової трансформації освіти. Науковиці В. Бурназова та



А. Юдіна акцентують на необхідності формування системної моделі підтримки ментального здоров'я в освітньому середовищі, зокрема через інтеграцію цифрових рішень, інструментів самодопомоги та супервізій [1]. Відомий український учений С. Максименко наголошує, що цифровізація змінює когнітивні процеси, структуру освітніх відносин і потребує формування психологічної готовності здобувачів до нових форматів навчання [2]. Колектив науковців на чолі з В. Бурлакою (V. Burlaka et al.) висвітлює психологічний вплив соціального контексту на дітей та молодь в умовах кризи, підкреслюючи роль самооцінки й соціального середовища в розвитку емоційного благополуччя [3]. На важливості якісної цифрової педагогіки, що поєднує технічні та психолого-педагогічні підходи, наголошують Н. Сачанюк-Кавецька, Н. Маятіна, О. Новак, підкреслюючи її значення для підвищення ефективності освітніх послуг у контексті змішаного навчання [4].

У публікації Т. Павлиш, В. Басараба, О. Терещенка та М. Рогів відображено динаміку впровадження цифрових технологій у ЗВО під час воєнного стану, що супроводжується збільшенням навантаження на психіку здобувачів вищої освіти та необхідністю інтеграції системи емоційно-психологічної підтримки в освітній процес [5]. Учені Н. Манойленко, С. Кононенко та Н. Крамаренко підкреслюють, що цифровізація освітнього процесу створює нові виклики для емоційного комфорту здобувачів, зокрема в контексті дистанційної взаємодії [6]. Створення національної цифрової освітньої платформи як механізму підвищення доступності освіти аналізує А. Іщенко, указуючи на відсутність психологічного супроводу в онлайн-середовищі [7]. Науковиця Т. Яворська у своїй роботі розглядає цифрову трансформацію освіти як адаптивну реакцію на воєнні дії, але наголошує, що психоемоційні аспекти залишаються другорядними в освітній політиці [8]. Дослідниця І. Кучерак акцентує на проблемі формального впровадження цифровізації в освіту, що відбувається без належного врахування психологічного впливу на здобувачів [9]. На трансформацію середовища закладу загальної середньої освіти в умовах цифровізації звертають увагу С. Трубачева, О. Мушка та П. Замаскіна, підкреслюючи значущість педагогічного такту та створення сприятливого клімату [10].

Роль цифрових платформ і психологічної стійкості як чинників освітньої інноваційності в умовах COVID-19 актуалізують Р. Ду (R. Du), А. Грігореску (A. Grigorescu), К.-А. Айваз (K.-A. Aivaz) [11]. Необхідність формування цифрової компетентності викладачів як передумови створення безпечного психоемоційного середовища підкреслюють Я. Сікора, С. Іванова та А. Кільченко [12].

У публікації С. Трубачевої та співавторів розглядається формування навчальної компетентності через цифрове середовище під час воєнних дій, зокрема з урахуванням стресових чинників та потреби в психологічній



гнучкості [13]. Питання компенсації освітніх втрат і потреби в психолого-педагогічному супроводі для подолання наслідків кризи вивчають С. Алексєєва та колеги [14]. На «темному боці» цифрової трансформації, зокрема таких її проявах, як відчуження, емоційне вигорання та втрата мотивації до навчання, наголошують С. К. Маур'я (S. K. Maurya) та А. Ядав (A. Yadav) [15]. Науковці В. Биков і О. Буров стверджують, що цифрове освітнє середовище потребує не лише технологічного забезпечення, а й оновлення психолого-педагогічних стратегій взаємодії [16].

Таким чином, аналіз сучасних джерел підтверджує актуальність теми, зокрема в контексті цілісного осмислення питань психологічної підтримки здобувачів в умовах цифрового освітнього середовища.

Метою статті є теоретико-практичне обґрунтування ролі психологічної підтримки здобувачів у цифровому освітньому середовищі та розроблення авторської моделі психологічного супроводу в контексті цифрової трансформації.

Для досягнення поставленої мети визначено такі завдання:

- 1) **проаналізувати** психологічні виклики, з якими стикаються здобувачі вищої освіти в умовах цифрового формату навчання;
- 2) **дослідити вплив цифрової трансформації освіти на освітній процес**, зокрема на його структуру, методи, вимоги, а також систематизувати інструменти психологічної підтримки, що вже застосовуються в цифровому середовищі;
- 3) **розробити модель психологічного супроводу здобувачів освіти в цифровому просторі** та надати практичні рекомендації щодо інтеграції цифрової психологічної підтримки в політику освітньої галузі.

Виклад основного матеріалу дослідження. В умовах повномасштабної війни, що триває в Україні, питання психічного здоров'я набуло особливої гостроти. Постійна загроза життю, інформаційний тиск, повітряні тривоги, соціальна напруга та вимушена міграція створюють хронічний психоемоційний стрес, який впливає на всі вікові групи, зокрема й здобувачів вищої освіти. Стан ментального благополуччя сьогодні є не лише складовою особистого здоров'я, а й чинником стійкості освітнього процесу загалом [1].

Реакцією на ці виклики стало формування стратегічного підходу до організації психологічної допомоги в освітній сфері. На державному рівні [17] запропоновано проєкт системної підтримки психічного здоров'я учасників освітнього процесу, який передбачає створення нормативно-правових підстав для розвитку психологічної служби, упровадження механізмів професійної підтримки, підготовку кадрів і поширення доказових технік самопомоги. Цей процес супроводжується розбудовою цифрових інструментів психологічної підтримки: спеціальних платформ, ресурсних порталів, онлайн-консультацій, гарячих ліній і мобільних додатків. Вони дозволяють здобувачам освіти отримувати оперативну допомогу, проходити скринінги,



взаємодіяти з фахівцями в зручному дистанційному форматі, що особливо актуально в умовах змішаного чи дистанційного навчання [7]. Окрім того, Міністерством освіти і науки України ініційовано реалізацію пріоритетного проекту у сфері психологічної допомоги «Стратегія забезпечення психічного здоров'я в сфері освіти на всіх рівнях». Основною метою цього документа є формування цілісної системи підтримки психічного здоров'я учасників освітнього процесу як у період дії режиму воєнного стану, так і в післякризовий період. Стратегія спрямована на розвиток навичок стресостійкості, підвищення психологічної грамотності та забезпечення доступу до фахової підтримки в умовах цифровізованого освітнього середовища [18].

Отже, сучасне суспільство перебуває в стані глибоких змін, зумовлених стрімким поширенням цифрових технологій, які радикально трансформують усі сфери життєдіяльності. Цифровізація освітнього процесу є не лише вимогою часу, а й основою створення нових форматів взаємодії, професійної підготовки й організації освітнього середовища. Вона впливає як на структуру подання інформації, так і на психологічну адаптацію учасників освітнього процесу, зокрема здобувачів, які стикаються з необхідністю швидкого засвоєння нових цифрових практик у навчанні та спілкуванні [8, с. 218]. Цифровізація освіти передбачає системне впровадження сучасних інформаційно-комунікаційних технологій у всі рівні освітнього процесу з метою формування основних навичок XXI століття. Йдеться не лише про технічну грамотність, а й про розвиток критичного мислення, здатність до аналізу інформації, використання мультимедійного контенту та активізацію навчальної взаємодії через інтерактивні методи. Цифрові інструменти стають не лише засобом передавання знань, а й простором, у якому формується новий тип комунікації між учасниками освітнього процесу [5].

Справедливою вважаємо думку С. Максименка, згідно з якою в умовах інформаційного суспільства зростає значення людського потенціалу, де основним ресурсом стають знання, гнучкість мислення та здатність до швидкої адаптації. При цьому психологічна готовність до змін, ініціативність, цілеспрямованість і суб'єктність є важливими психокомпетентностями, що сприяють соціальній мобільності та професійній самореалізації. У таких умовах навчання відіграє роль головного інструмента особистісного розвитку – як у межах формальної освіти, так і впродовж життя [2].

Здійснений аналіз наукової літератури показав, що практичне використання цифрових сервісів у сучасній освіті створює умови для модернізації освітнього процесу, економії часу, розширення можливостей для дистанційної взаємодії та активізації процесів самонавчання. Ефективне впровадження цифрових інструментів передбачає не лише опанування педагогами технічних навичок, а й здатність обирати сервіси, які відповідають конкретним освітнім завданням. Надзвичайно важливими залишаються такі характеристики цифрових платформ, як функціональність, зручність навігації



та налаштування конфіденційності. У контексті цифрової трансформації вищої освіти особливої ваги набуває педагогічна готовність до проектування індивідуальних освітніх траєкторій, створення цифрового контенту, а також використання онлайн-ресурсів для підвищення результативності навчання та психологічного комфорту учасників освітнього процесу [10].

Дослідження показують, що під час дистанційного навчання в здобувачів посилюються емоційні та когнітивні навантаження. Наприклад, багато здобувачів відчувають втомлюваність від екрана, ізоляцію, тривожність і стрес, оскільки відсутність безпосереднього контакту з викладачем та одногрупниками створює відчуття самотності. Працюючи з великими обсягами інформації на екрані, вони часто стикаються з цифровим перенавантаженням і зниженим рівнем уваги. У таблиці 1 узагальнено основні групи таких психологічних труднощів.

Таблиця 1

Психологічні труднощі здобувачів у цифровому середовищі

Категорія труднощів	Опис
Стрес і тривожність	Зростання академічного навантаження в цифровій формі, нові технічні вимоги до навчання.
Соціальна ізоляція	Відсутність живого спілкування з групою та викладачем, неможливість оперативно отримати пояснення.
Цифрове перенавантаження	Психічна втома від тривалого використання екранів, інформаційна перевантаженість мультимедіаресурсами.
Втрачена мотивація	Зменшення залученості в освітній процес через одноманітність онлайн-формату та відсутність неформальної взаємодії.

Джерело: власна розробка авторів

Отже, до основних типів психологічних ускладнень, з якими стикаються здобувачі в цифровій освітній реальності, належать стресові реакції, що виникають на фоні високих когнітивних навантажень, соціальна ізоляція як наслідок дефіциту живого спілкування, а також демотивація й синдром «цифрової втоми». Усі ці фактори є індикаторами психоемоційного вигорання, що потребує цілеспрямованого впливу як з боку викладачів, так і сервісів психологічної підтримки. Цифрове навчання нерідко супроводжується комплексом стресових реакцій і зниженням мотивації. Саме тому формування психологічної підтримки повинно бути спрямоване на зняття ізоляції (зокрема через спільну роботу в малих групах) та надання здобувачам навичок саморегуляції в умовах дистанційного навчання.

Цифрова трансформація відкриває нові можливості для розвитку саме таких якостей. Особливо це стосується дистанційного та онлайн-навчання, яке завдяки доступності, технологічності й гнучкості поступово стає основним елементом підготовки фахівців. Групова взаємодія у віртуальному просторі посилює ефект соціального залучення, сприяє підтримці психологічного



комфорту та підвищує ефективність засвоєння знань завдяки ефектам групової динаміки [3].

Науковці Н. Манойленко, С. Кононенко, Н. Крамаренко зазначають, що розвиток цифровізації освітнього процесу подолав тривалий шлях – від елементарного впровадження технічних засобів навчання (електронних проєкторів, інтерактивних дошок, електронної пошти, вебінарів, дистанційних платформ) до формування комплексного цифрового освітнього середовища. Первинне захоплення можливостями технічних новинок поступово трансформувалося в усвідомлену потребу в методичній підтримці, якісному змістовому наповненні та підготовці викладачів, здатних ефективно поєднувати технології з педагогічними цілями [6, с. 109]. На нашу думку, сучасна цифрова трансформація вимагає не лише технічної інфраструктури, а й адаптації до нових форматів взаємодії, що передбачає психологічну готовність учасників освітнього процесу до змін.

Цифрова трансформація змінює освітню парадигму, оскільки впровадження інформаційних технологій вимагає перегляду організаційних форм, методів навчання та очікувань здобувачів. Цей процес передбачає розроблення інновацій, вироблення нових підходів, принципів, методів та форм освітньої взаємодії. На практиці змінюються формати занять (від традиційних лекцій до інтерактивних онлайн-курсів), структура освітнього процесу (поєднання очних та дистанційних елементів) та компетенції здобувачів (потреба в цифровій грамотності й самостійності). У таблиці 2 наведено порівняння основних характеристик традиційного та цифрового навчання в контексті цифрової трансформації освіти.

Таблиця 2

Цифрова трансформація освіти: вплив на структуру, методи та вимоги

Параметр	Традиційне навчання	Цифрове навчання
Організація процесу	Статична аудиторна структура, жорсткі розклади.	Гнучкі кросплатформенні формати, доступ 24/7 через електронні системи.
Методи викладання	Лекції з друкованими матеріалами, очні семінари.	Інтерактивні мультимедіа, онлайн-курси, вебінари, симуляції.
Вимоги до здобувача	Виконання завдань за інструкцією викладача.	Самостійність, цифрова грамотність, саморегуляція процесу навчання.
Роль викладача	Безпосереднє пояснення матеріалу, контроль в аудиторії.	Менторство в онлайн-середовищі, фасилітація дискусій, підтримка EdTech-інструментів.
Оцінювання знань	Письмові іспити, тестування на папері.	Електронне тестування, проєкти в онлайн-середовищі, адаптивне оцінювання.

Джерело: власна розробка авторів





Порівняльний аналіз традиційної та цифрової освітньої моделі дозволяє стверджувати, що цифровізація не лише змінює формати взаємодії, але й трансформує ролі учасників освітнього процесу. Від здобувача очікується більша самостійність, емоційна зрілість і цифрова грамотність, а викладач перетворюється на ментора або фасилітатора. Водночас ця модель передбачає значно вищі психологічні навантаження, пов'язані з постійною саморегуляцією та необхідністю адаптації до нових форматів. Цифрова трансформація освіти спрямована на формування нової освітньої парадигми: навчання стає більш мобільним і адаптивним, а акцент зміщується на результат – формування основних компетентностей. Водночас це породжує підвищені вимоги до зворотного зв'язку і підтримки здобувачів у новому середовищі.

Особливу роль у сучасному освітньому середовищі відіграють соціальні сервіси та платформи, які дають змогу забезпечити гнучку, доступну й персоналізовану взаємодію між здобувачами й викладачами. До найбільш популярних належить екосистема Google for Education, зокрема сервіси Google Classroom, Drive, Docs, Meet, YouTube тощо. Їхнє поєднання дозволяє створити ефективне цифрове середовище для спільного навчання, обміну матеріалами, проведення інтерактивних занять і зворотного зв'язку [11].

Зазначимо, що саме цифрова трансформація освітнього процесу відкриває низку важливих переваг, які стосуються як організаційних, так і особистісних аспектів навчання. Зокрема, створюються умови для розвитку самостійності, критичного мислення, персоналізованого доступу до навчального матеріалу, формування гнучких індивідуальних траєкторій, адаптації до змін та розвитку навичок мобільності й самонавчання. Здобувачі можуть навчатись у зручному для себе темпі, місці та форматі, що сприяє підвищенню залученості, інтерактивності й мотивації до саморозвитку [4].

Водночас глибина цифровізації освітнього середовища варіюється: від часткової (у змішаному або офлайн-навчанні) до повної (в умовах дистанційного навчання). Цифрові технології поступово трансформують як організаційно-управлінські, так і змістові, методичні та психолого-педагогічні аспекти освітнього процесу, вимагаючи переосмислення підходів до підтримки здобувачів, зокрема в емоційному та психологічному вимірі [13, с. 104].

Для подолання зазначених труднощів застосовують різноманітні технологічні та організаційні засоби підтримки. Сучасні цифрові платформи (LMS, мобільні додатки) забезпечують організацію онлайн-психологічних консультацій та доступ до ресурсів самодопомоги. Гібридні моделі навчання (поєднання очної та дистанційної форми) рекомендовано впроваджувати для послаблення почуття ізоляції. Онлайн-консультування та телемедицина надають зручний доступ до психологічної допомоги, оскільки здобувачі вважають такі сервіси гнучкою альтернативою традиційним зустрічам. Чат-боти й системи машинного навчання здатні забезпечити безперервну мотиваційну підтримку та надавати індивідуальні поради [16]. У таблиці 3



систематизовано основні категорії засобів психологічної підтримки в цифровому середовищі.

Таблиця 3

Інструменти психологічної підтримки здобувачів в онлайн-освіті

Інструмент підтримки	Опис можливостей
Цифрові платформи (LMS)	Забезпечують централізований доступ до навчальних матеріалів і сервісів підтримки; містять ресурси з психологічної самодопомоги та форуми взаємодопомоги.
Гібридні моделі	Комбінують очні консультації психолога з онлайн-сесіями; сприяють збереженню соціального контакту в освіті.
Онлайн-консультування	Відеосеанси з психологом через інтернет, що дозволяють обговорювати проблеми в реальному часі без необхідності фізичної присутності.
Телемедицина	Платформи для віддаленої діагностики та терапії (медичні/психологічні сервіси); здобувачі зазначають їхню зручність і доступність порівняно з традиційними візитами.
Peer-support (групи однолітків)	Модеровані онлайн-спільноти, у яких здобувачі діляться досвідом та підтримують одне одного в подоланні навчальних і особистих проблем.
Чат-боти (ШІ)	Автоматизовані помічники, які надають постійну інформаційну підтримку, відповідають на часті запитання, мотивують до навчання.

Джерело: сформовано авторами

Дані таблиці 3 презентують інструментарій підтримки, який може бути впроваджений у цифрове середовище. Мова йде не лише про технологічні рішення (LMS, чат-боти, телемедицину), але й про інституціоналізовані практики, зокрема онлайн-консультування, peer-support та гібридні моделі. Застосування таких засобів дає змогу підвищити рівень психологічного благополуччя здобувачів, знижуючи тривожність, ізоляцію та деструктивні емоційні стани. Застосування цих засобів зазвичай передбачає комплексну роботу психолога: планування інтервенцій, співпрацю з педагогами та технічними фахівцями, а також моніторинг психологічного клімату в студентських спільнотах. Належна інтеграція цифрових інструментів допомагає підвищити доступність підтримки та своєчасно виявляти тих, хто має труднощі.

Водночас у практиці закладів вищої освіти цифровізація часто розглядається лише як модний тренд, що проявляється поверхневим впровадженням, наприклад через використання окремих елементів цифрових платформ для оцінювання або візуалізації навчального матеріалу. Повна реалізація потенціалу цифрових технологій передбачає їх системне використання в усіх аспектах освітньої діяльності – від організації дистанційного навчання до забезпечення автоматизації адміністративних процесів, комунікації, збереження даних, психоемоційного супроводу здобувачів тощо [9, с. 107].



Психологічні характеристики сприйняття цифрового навчання суттєво відрізняються залежно від рівня освіти. У таблиці 4 подано узагальнення характерних особливостей здобувачів освітніх рівнів бакалавра, магістра та фахового молодшого бакалавра.

Таблиця 4

Особливості сприйняття цифрового навчання різними групами
здобувачів

Група здобувачів	Психологічні особливості сприйняття цифрової освіти
Магістри	Магістри часто поєднують навчання з роботою. Мають вищу самодисципліну та мотивацію, але зазнають стресу від значних навчальних навантажень і відповідальності. Шукають гнучкості в графіку навчання, цінують індивідуалізовану підтримку.
Бакалаври	Здобувачі цього освітнього рівня, як правило, впевнені в цифрових навичках, але схильні до фрагментації уваги та труднощів з організацією самостійного навчання. Відчувають недостатність особистої взаємодії з групою, що може погіршувати мотивацію.
Фахові молодші бакалаври	Прагнуть отримувати практичні, прикладні знання, тому відсутність лабораторних занять і майстерень в онлайн-форматі сприймають як недолік. Через обмежений досвід самостійної роботи з освітніми платформами можуть відчувати невпевненість. Потребують більш конкретної та професійно адаптованої підтримки.

Джерело: сформовано авторами

Як бачимо, магістри більше схильні до саморегуляції, але й відчують вищий рівень стресу через академічну навантаженість. Бакалаври мають достатні цифрові навички, але часто втрачають мотивацію через обмежений рівень особистої взаємодії. Здобувачі коледжів, відповідно, потребують більшої практичної підтримки, адаптованої до професійного спрямування. Це дозволяє говорити про необхідність персоналізованого підходу в психологічному супроводі. Безумовно, при цифровому навчанні необхідно враховувати різницю у вікових очікуваннях, досвіді та мотивації здобувачів. Успішна психологічна підтримка має враховувати специфіку кожної групи: бакалаврам варто допомагати розвивати саморегуляцію; магістрам – підтримувати баланс між навчанням і кар'єрою; фаховим молодшим бакалаврам – забезпечувати практичні кейси та наставництво.

Варто зауважити, що в контексті цифрової трансформації освіти психологічна підтримка здобувачів набуває важливого значення, оскільки сучасні моделі навчання часто не враховують повністю когнітивні та емоційні особливості здобувачів вищої освіти. Посилення ролі EdTech, онлайн-платформ та дистанційної взаємодії висуває нові вимоги як до організації освітнього процесу, так і до системи психолого-педагогічного супроводу [15]. З огляду на це, було здійснено багаторівневий аналіз, який дав змогу візуалі-



зувати основні аспекти впливу цифрового середовища на емоційно-вольову сферу здобувачів, а також запропонувати відповідні шляхи підтримки (рис. 1).

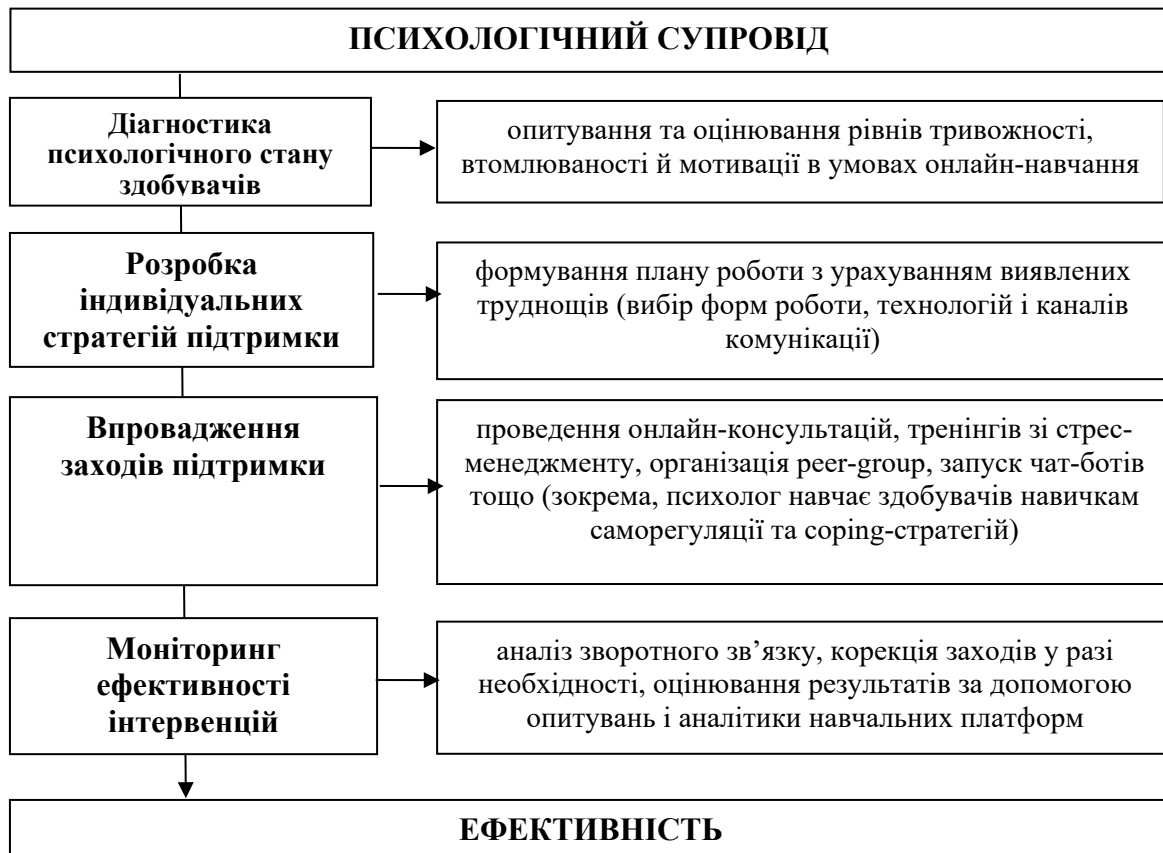


Рис. 1. Модель психологічного супроводу здобувачів у цифровому навчанні

Джерело: власна розробка авторів

Рисунок 1 ілюструє алгоритм побудови ефективної системи психологічної підтримки: від діагностики психоемоційного стану здобувачів – до розробки індивідуальних стратегій і моніторингу ефективності втручань. Такий підхід відповідає концепції «доказової освіти» (evidence-based education) і враховує багаторівневий характер впливу цифрових технологій на психіку здобувачів. Запропонована модель може бути використана як методична основа для реалізації психологічного супроводу в цифровому середовищі закладів вищої освіти. Таким чином, модель побудована за принципом безперервного циклу: від оцінювання проблем до реалізації й перегляду заходів підтримки. Такий підхід дозволяє системно адаптувати психологічні сервіси до динамічного онлайн-середовища і забезпечувати індивідуалізований супровід здобувачів.

Висновки. Результати дослідження підтверджують, що цифрова трансформація освіти суттєво впливає не лише на організаційно-технічні



параметри освітнього процесу, а й на психологічний стан здобувачів. Перехід до цифрового формату супроводжується змінами у формах комунікації, посиленням відчуття ізоляції, інформаційним перевантаженням і зниженням навчальної мотивації, що особливо гостро проявляється в умовах дистанційного та онлайн-навчання. Проаналізовано типові психологічні труднощі, з якими стикаються здобувачі освітніх рівнів бакалавра, магістра та фахового молодшого бакалавра, а також схарактеризовано особливості їхнього сприйняття цифрових змін. Визначено потребу в цілеспрямованій психологічній підтримці, адаптованій до вікових, професійних та освітніх особливостей кожної групи. Систематизовано сучасні цифрові інструменти, що можуть бути інтегровані в освітній процес для покращення психоемоційного стану здобувачів. На основі проведеного аналізу розроблено авторську модель психологічного супроводу в цифровому освітньому середовищі, що поєднує можливості EdTech і принципи індивідуалізації підтримки. Представлені в статті результати створюють підґрунтя для впровадження комплексної цифрової психологічної підтримки на рівні освітньої політики закладів вищої освіти, сприяючи емоційній безпеці та академічній успішності здобувачів.

Водночас потребують подальшої розробки такі напрями, як інституціоналізація цифрової психологічної підтримки в межах нормативних документів ЗВО; підготовка фахівців із цифрової психології; емпіричне дослідження ефективності окремих цифрових інструментів у сфері психологічної допомоги здобувачам.

Література:

1. Бурназова В., Юдіна А. Психологічна підтримка ментального здоров'я учасників освітнього процесу в Україні в умовах війни. *Наукові записки. Серія «Психолого-педагогічні науки» (Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя)*. 2024. №1. С. 136–143. DOI: <https://doi.org/10.31654/2663-4902-2024-PP-1-136-143>
2. Максименко С. Д. Психологічні детермінанти цифровізації освіти в Україні. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*. 2022. № 4(2). С. 1–7. DOI: <https://doi.org/10.37472/v.naes.2022.4228>
3. Burlaka V., Serdiuk O., Sung Hong J., O'Donnell L. A., Maksymenko S., Panok V., Danylenko H., Linskiy I., Sokurenko V., Churakova I., Ilchyshyn N. Child internalizing problems in Ukraine: The role of Prosocial and antisocial friends and generalized self-efficacy. *Societies*. 2022. Vol. 12. №144. P. 1–14. DOI: <https://doi.org/10.3390/soc12050144>
4. Сачанюк-Кавецька Н. В. Маятіна Н. В., Новак О. М. Цифрова педагогіка у контексті підвищення якості освітніх послуг. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 5: Педагогічні науки: реалії та перспективи*. 2021. №80(2). С. 131–135. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu_5_2021_80\(2\)__29](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu_5_2021_80(2)__29) (дата звернення: 11.05.2025).
5. Павлиш Т., Басараб В., Терещенко О., Рогів М. Цифровізація освітнього процесу в закладах вищої освіти в умовах воєнного стану. *Освітні обрії*. 2023. № 1(56). С. 106–109. DOI: <https://doi.org/10.15330/obrii.56.1.106-109>



6. Маноїленко Н. В., Кононенко С. О., Крамаренко Н. М. Цифровізація освітнього процесу в умовах дистанційного навчання в закладах вищої освіти. *Наукові записки. Серія: Педагогічні науки*. 2021. № 201. С. 108–112. DOI: <https://doi.org/10.36550/2415-7988-2021-1-201-108-112>

7. Іщенко А. Ю. Національна платформа цифрової освіти як пріоритетний інструмент оновлення вітчизняної освітньої системи. Національний інститут стратегічних досліджень. 2020. URL: <https://niss.gov.ua/sites/default/files/2020-05/cyfrova-osvita.pdf> (дата звернення: 11.05.2025).

8. Яворська Т. Цифрова трансформація освітнього процесу в умовах воєнного стану в Україні. *Вища освіта України у контексті інтеграції до європейського освітнього простору*. 2023. № 91(1). С. 217–226. DOI: <https://doi.org/10.38014/osvita.2023.91.19>

9. Кучерак І. В. Цифровізація та її вплив на освітній простір у контексті формування ключових компетентностей. *Інноваційна педагогіка*. 2020. № 22(2). С. 91–94. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/innped_2020_22\(2\)_22](http://nbuv.gov.ua/UJRN/innped_2020_22(2)_22) (дата звернення: 11.05.2025).

10. Трубачева С., Мушка О., Замаскіна П. Трансформаційні процеси в освітньому середовищі закладів загальної середньої освіти в умовах цифровізації суспільства. *Український Педагогічний журнал*. 2024. № 4. С. 103–111. DOI: <https://doi.org/10.32405/2411-1317-2024-4-103-111>

11. Du R., Grigorescu A., Aivaz K.-A. Higher Educational Institutions' Digital Transformation and the Roles of Digital Platform Capability and Psychology in Innovation Performance after COVID-19. *Sustainability*. 2023. Vol. 15. № 16. P. 1–14. DOI: <https://doi.org/10.3390/su151612646>

12. Сікора Я., Іванова С., Кільченко А. Розвиток цифрової компетентності наукових і науково-педагогічних працівників засобами відкритих освітньо-наукових інформаційних систем: вітчизняний досвід. *Освіта. Інноватика. Практика*. 2024. № 12(5). С. 73–79. DOI: <https://doi.org/10.31110/2616-650X-vol12i5-011>

13. Трубачева С., Мушка О., Люлькова Ю. Дидактичні особливості формування навчальної компетентності учнів в умовах цифровізації освітнього середовища закладу загальної середньої освіти під час воєнного стану. *Проблеми сучасного підручника*. 2022. № 29. С. 202–207. DOI: <https://doi.org/10.32405/2411-1309-2022-29-202-207>

14. Алексєєва С., Арістова Н., Малихін О., Топузов О. Методологічні та дидактичні засади компенсації освітніх втрат здобувачів повної загальної середньої освіти. *Діагностика та компенсація освітніх втрат у загальній середній освіті України*. Київ: Педагогічна думка, 2023. С. 19–25. DOI: <https://doi.org/10.32405/978-966-644-736-7-2023-190>.

15. Maurya S. K., Yadav A. Dark side of digital transformation in online teaching-learning process considering COVID-19. *Environmental and Social Psychology*. 2024. Vol. 9. № 4. DOI:10.54517/esp.v9i4.2115

16. Биков В. Ю., Буров О. Ю. Цифрове навчальне середовище: нові технології та вимоги до здобувачів знань. *Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання в підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми*. 2020. № 55. С. 11–22. DOI: [10.31652/2412-1142-2020-55-11-22](https://doi.org/10.31652/2412-1142-2020-55-11-22)

17. Про забезпечення психологічного супроводу учасників освітнього процесу в умовах воєнного стану в Україні: Лист МОН № 1/3737-22 від 29.03.2022. *Міністерства освіти і науки України: офіційний сайт*. URL: <https://mon.gov.ua/npa/pro-zabezpechennya-psihologichnogo-suprovodu-uchasnikiv-osvitnogo-procesu-v-umovah-voyennogo-stanu-v-ukrayini> (дата звернення: 11.05.2025).

18. Стратегія забезпечення психічного здоров'я у сфері освіти на всіх рівнях: пріоритетний проект Міністерства освіти і науки України в сфері психологічної допомоги та психосоціальної підтримки всім учасникам освітнього процесу. URL: <https://drive.google.com/file/d/1u2uEfWouvjjpEJ7GkI-ZtDyTd0U4yv5x/view> (дата звернення: 10.05.2025).





References:

1. Burnazova, V., & Yudina, A. (2024). Psykholohichna pidtrymka mentalnoho zdorovia uchasnykiv osvitnoho protsesu v Ukraini v umovakh viiny [Psychological support for the mental health of participants in the educational process in Ukraine during the war]. *Naukovi zapysky. Seriya «Psykhologo-pedahohichni nauky» (Nizhynskyi derzhavnyi universytet imeni Mykoly Hoholia) – Series “Psychological and pedagogical sciences” (Nizhyn State University named after Mykola Gogol)*, 1, 136–143 <https://doi.org/10.31654/2663-4902-2024-PP-1-136-143> [in Ukrainian].
2. Maksymenko, S. D. (2022). Psykholohichni determinanty tsyfrovizatsii osvity v Ukraini [Psychological determinants of the digitalization of education in Ukraine]. *Visnyk Natsionalnoi akademii pedahohichnykh nauk Ukrainy – Bulletin of the National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine*, 4(2), 1–7. <https://doi.org/10.37472/v.naes.2022.4228> [in Ukrainian].
3. Burlaka, V., Serdiuk, O., Sung Hong, J., O'Donnell, L. A., Maksymenko, S., Panok, V., Danylenko, H., Linskiy, I., Sokurenko, V., Churakova, I., & Ilchyshyn, N. (2022). Child internalizing problems in Ukraine: The role of Prosocial and antisocial friends and generalized self-efficacy. *Societies*, 12(144), 1–14. <https://doi.org/10.3390/soc12050144>
4. Sachanyuk-Kavetska, N. V., Mayatina, N. V., & Novak, O. M. Tsyfrova pedahohika u konteksti pidvyshchennia yakosti osvitnikh posluh [Digital pedagogy in the context of improving the quality of educational services]. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova. Seriya 5: Pedahohichni nauky: realii ta perspektyvy – Scientific Journal of the National Pedagogical University named after M. P. Dragomanov. Series 5: Pedagogical Sciences: Realities and Prospects*, 80(2), 131–135. Retrieved from [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu_5_2021_80\(2\)_29](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu_5_2021_80(2)_29) [in Ukrainian].
5. Pavlysh, T., Basarab V., Tereshchenko, O., & Rohiv, M. (2023). Tsyfrovizatsiia osvitnoho protsesu v zakladakh vyshchoi osvity v umovakh voiennoho stanu [Digitalization of the educational process in higher education institutions under martial law]. *Osvitni obrii – Educational Horizons*, 1(56), 106–109. <https://doi.org/10.15330/obrii.56.1.106-109> [in Ukrainian].
6. Manoylenko, N. V., Kononenko, S. O., & Kramarenko N. M. (2021). Tsyfrovizatsiia osvitnoho protsesu v umovakh dystantsiinoho navchannia v zakladakh vyshchoi osvity [Digitalization of the educational process in conditions of distance learning in higher education institutions]. *Naukovi zapysky. Seriya: Pedahohichni nauky – Scientific notes. Series: Pedagogical sciences*, 201, 108–112. <https://doi.org/10.36550/2415-7988-2021-1-201-108-112> [in Ukrainian].
7. Ishchenko, A. Yu. (2020). Natsionalna platforma tsyfrovoy osvity yak priorytetnyi instrument onovlennia vitchyznianoї osvitnoi systemy [National Platform for Digital Education as a Priority Tool for Updating the National Education System]. *Natsionalnyi instytut stratehichnykh doslidzhen – National Institute for Strategic Studies*. Retrieved from <https://niss.gov.ua/sites/default/files/2020-05/cyfrova-osvita.pdf> [in Ukrainian].
8. Yavorska, T. (2023). Tsyfrova transformatsiia osvitnoho protsesu v umovakh voiennoho stanu v Ukraini [Digital transformation of the educational process under martial law in Ukraine]. *Vyshcha osvita Ukrainy u konteksti intehratsii do yevropeiskoho osvitnoho prostoru – Higher education of Ukraine in the context of integration into the European educational space*. 2023, 91(1), 217–226. <https://doi.org/10.38014/osvita.2023.91.19> [in Ukrainian].
9. Kucherak, I. V. (2020). Tsyfrovizatsiia ta yii vplyv na osvitnii prostir u konteksti formuvannia kliuchovykh kompetentnostei [Digitalization and its impact on the educational space in the context of the formation of key competencies]. *Innovatsiina pedahohika – Innovative pedagogy*, 22(2), 91–94. Retrieved from [http://nbuv.gov.ua/UJRN/innped_2020_22\(2\)_22](http://nbuv.gov.ua/UJRN/innped_2020_22(2)_22) [in Ukrainian].
10. Trubacheva, S., Mushka, O., & Zamaskina, P. (2024). Transformatsiini protsesy v osvitnomu seredovyshchi zakladiv zahalnoi serednoi osvity v umovakh tsyfrovizatsii suspilstva [Transformational processes in the educational environment of general secondary education institutions in the context of digitalization of society]. *Ukrainskyi Pedahohichnyi zhurnal – Ukrainian Pedagogical Journal*, 4, 103–111. <https://doi.org/10.32405/2411-1317-2024-4-103-111> [in Ukrainian].



11. Du, R., Grigorescu, A., & Aivaz K.-A. (2023). Higher Educational Institutions' Digital Transformation and the Roles of Digital Platform Capability and Psychology in Innovation Performance after COVID-19. *Sustainability*, 15(16), 1–14. <https://doi.org/10.3390/su151612646>
12. Sikora, Ya., Ivanova, S., & Kilchenko, A. (2024). Rozvytok tsyfrovoy kompetentnosti naukovykh i naukovy-pedahohichnykh pratsivnykiv zasobamy vidkrytykh osvitho-naukovykh informatsiinykh system: vitchyznianyi dosvid [Development of digital competence of scientific and scientific-pedagogical workers by means of open educational-scientific information systems: domestic experience]. *Osvita. Innovatyka. Praktyka – Education. Innovation. Practice*, 12(5), 73–79. <https://doi.org/10.31110/2616-650X-vol12i5-011> [in Ukrainian].
13. Trubacheva, S., Mushka ,O., & Lyulkova Yu. (2022). Dydaktychni osoblyvosti formuvannia navchalnoi kompetentnosti uchniv v umovakh tsyfrovizatsii osvithoho seredovyscha zakladu zahalnoi serednoi osvity pid chas voiennoho stanu [Didactic features of the formation of students' educational competence in the conditions of digitalization of the educational environment of a general secondary education institution during martial law]. *Problemy suchasnoho pidruchnyka – Problems of a modern textbook*, 29, 202–207. <https://doi.org/10.32405/2411-1309-2022-29-202-207> [in Ukrainian].
14. Alekseeva, S., Aristova, N., Malikhin, O., & Topuzov, O. (2023). Metodolohichni ta dydaktychni zasady kompensatsii osvithnykh vtrat zdobuvachiv povnoi zahalnoi serednoi osvity [Methodological and didactic principles of compensation for educational losses of applicants for complete general secondary education]. *Diahnostyka ta kompensatsiia osvithnykh vtrat u zahalnoi serednii osviti Ukrainy – Diagnostics and compensation for educational losses in general secondary education of Ukraine* (pp. 19–25). Kyiv. <https://doi.org/10.32405/978-966-644-736-7-2023-190> [in Ukrainian].
15. Maurya, S. K., & Yadav, A. (2024). Dark side of digital transformation in online teaching-learning process considering COVID-19. *Environmental and Social Psychology*, 9(4). DOI:10.54517/esp.v9i4.2115
16. Bykov, V. Yu., & Burov, O. Yu. (2020). Tsyfrove navchalne seredovyshe: novi tekhnolohii ta vymohy do zdobuvachiv znan [Digital learning environment: new technologies and requirements for knowledge seekers]. *Suchasni informatsiini tekhnolohii ta innovatsiini metodyky navchannia v pidhotovtsi fakhivtsiv: metodolohiia, teoriia, dosvid, problemy – Modern information technologies and innovative teaching methods in the training of specialists: methodology, theory, experience, problems*, 55, 11–22. DOI: 10.31652/2412-1142-2020-55-11-22 [in Ukrainian].
17. On providing psychological support for participants in the educational process under martial law in Ukraine: Letter of the Ministry of Education and Science #1/3737-22 dated March 29, 2022. *Ministry of Education and Science of Ukraine: official website*. Retrieved from <https://mon.gov.ua/npa/pro-zabezpechennya-psiologichnogo-suprovodu-uchasnykiv-osvithogo-procesu-v-umovah-voyennogo-stanu-v-ukrayini> [in Ukrainian].
18. *Stratehiia zabezpechennia psykhychnoho zdorovia u sferi osvity na vsikh rivniakh: priorytetnyi proiekt Ministerstva osvity i nauky Ukrainy v sferi psykholohichnoi dopomohy ta psykhosotsialnoi pidtrymky vsim uchasnykam osvithoho protsesu [Strategy for ensuring mental health in education at all levels: a priority project of the Ministry of Education and Science of Ukraine in the field of psychological assistance and psychosocial support to all participants in the educational process]*. Retrieved from <https://drive.google.com/file/d/1u2uEfWouvjjpEJ7GkI-ZtDyTd0U4yv5x/view> [in Ukrainian].