

Галина Колесник, викладач кафедри іноземних мов  
Національного університету "Львівська політехніка"

## ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ

*У статті розглядаються психолого-педагогічні чинники ефективності дистанційного навчання. Метою пропонованої розвідки є виявлення шляхів усунення психологічного дискомфорту учасників дистанційного навчання та наближення його до традиційних умов навчання. Автор наголошує, що ефективно організований дистанційний курс, спрямований на досягнення комфортного середовища, значною мірою мотивує студентів на досягнення результату та сприяє поліпшенню когнітивних успіхів. Встановлено, що лише інтерактивний зв'язок забезпечує комфортне спілкування учасників дистанційного навчання, формуючи віртуальну спільноту.*

**Ключові слова:** дистанційне навчання; психологічний комфорт; навчальне середовище; інфографіка; мотивація.

**Літ. 10.**

**Halyna Kolesnyk, Lecturer of the Foreign Languages Department  
Lviv Polytechnic National University**

## INVESTIGATION OF PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL PARTICULARITIES OF DISTANCE LEARNING

*The article deals with psychological and pedagogical factors of distance learning efficiency. The purpose of this study is to identify ways to eliminate the psychological discomfort of distance learning participants and bring it closer to traditional learning conditions. The author emphasizes that an efficiently organized distance course aimed at achieving a comfortable environment, greatly motivates students to achieve results and promotes the improvement of cognitive success. It is established that only interactive relationship provides a comfortable communication of distance learning participants, forming a virtual community. When organizing distance learning, the greatest attention is usually paid to cognitive but not psychological aspects of training.*

*The lack of students communication with teachers and classmates often leads to frustration, caused by a sense of loneliness and not satisfied need to communicate. Any person goes to be part of a large community and a feeling of loneliness can quickly turn frustration to alienation that creates an unfavorable environment for effective education. This emotional problem is one of the main reasons why a significant part of students fails to participate in a distance learning course.*

*The role of a teacher is to create an atmosphere of a social presence in which students would perceive each other as partners and cherished a sense of community. The main instrument in a virtual community formation is a direct participation in collaborative training. Such techniques as interaction in small groups, work in pairs help students to involve each other in the educational process.*

*To summarize, we must admit that the psychological comfort of the educational environment is one of the criteria of successful, effective learning. A comfortable environment creates a positive mindset that increases students' motivation to participate in distance learning course and achieve results. Activity that does not have enough motivation does not give proper results. Psychological comfort, except for the motivation of students to educational activity, facilitates the perception, understanding and assimilation of new knowledge.*

**Keywords:** distance learning; psychological comfort; educational environment; infographics; motivation.

**П**остановка проблеми Дистанційне навчання вже давно увійшло у практику викладачів як українських, так і світових університетів та коледжів. Багато студентів надають перевагу саме цій формі навчання через її доступність, можливість поєднувати навчання з роботою або за різних сімейних обставин. Заклади освіти також намагаються розширювати свої можливості у напрямі забезпечення дистанційної форми навчання, дотримуючись однієї з основних вимог сучасної освіти – акцентування на індивідуальності студента.

Дистанційне навчання обирається студентами свідомо як можливість отримання знань у зручний спосіб, можливість професійного розвитку і самоактуалізації. У такій ситуації викладач орієнтує студента щодо програми, тем, пропонує літературу для вивчення. Суб'єкти освітнього процесу розділені у просторі, можливо, і у часі, а навчання здійснюється шляхом передачі та сприйняття інформації у віртуальному середовищі. Дистанційне навчання забезпечується спеціальною системою організації навчального процесу, особливою методикою розробки

навчальної літератури та стратегії викладання, а також використання електронних або інших комунікативних технологій [1]. В умовах карантину заклади освіти всіх рівнів були змушені невідкладно запровадити дистанційну форму навчання як альтернативне рішення для продовження освітнього процесу. Далеко не всі його учасники були готові до вимушеного переходу на дистанційну форму навчання як психологічно, так і технічно. Дистанційне навчання істотно відрізняється від традиційних форм, оскільки його реалізація цілком залежить від застосування комп'ютерних технологій. Крім того, існують деякі психологічні особливості у порівнянні з традиційними формами навчання. Маються на увазі конкретні навчальні платформи, такі як Moodle, Google Classroom, Zoom, Skype, Microsoft Teams та інші, які забезпечують спілкування суб'єктів навчання, дозволяють надавати і перевіряти завдання будь-якої складності, організувати тематичний і семестровий контроль. Реалізація можливостей таких технологій цілком залежить від ініціативи викладача, психологічної готовності працювати зі студентами в режимі онлайн, налаштування студентів на співпрацю, створення атмосфери довіри і взаємодопомоги. Отже, метою пропонованої статті є вивчення питання подолання психологічного дискомфорту під час навчання дистанційно, а також запобігання феномену емоційного вигорання.

**Аналіз основних досліджень та публікацій.** Особливості дистанційного навчання вже давно є об'єктом численних наукових досліджень. Розглядалися різні аспекти дистанційного навчання, такі як: вплив дистанційної форми навчання на зміст навчання, застосування мультимедійних технологій, створення віртуального освітнього середовища, механізм оцінювання тощо, але сьогодні найбільш актуальним питанням є дослідження психолого-педагогічних особливостей дистанційного навчання.

Психологічні проблеми дистанційного навчання вивчали Л. Бабанін, Н. Багдасарова, І. Богданов, І. Васильєва, А. Войскунський, Е. Осипова, Н. Петрова, О. Смілова, Е. Чмихова, акцентували важливість розв'язання цієї проблеми [2; 3; 5–8].

Психологічні аспекти дистанційної освіти, застосування інформаційних технологій та концепція проектування ефективного розвивального середовища дистанційного навчання представлені такими дослідниками, як М. Смульсон, Ю. Машбиць, М. Жалдак, Ю. Ільїна, М. Назар, П. Діпок, О. Комісарова, В. Цап, Н. Бугайова [10].

Психологічні наслідки надлишкової інформатизації та впливу Інтернету на особистість досліджують Ю. Бабаєва, А. Войскунський, О. Смілова [3; 5].

Психолого-педагогічні проблеми спілкування у віртуальному освітньому середовищі аналізували М. Старова, М. Чванова, М. Вислобокова, О. Тихомірова [7; 9].

Про феномен комп'ютерної схвильованості, який впливає на зниження ефективності сприйняття матеріалу, в своїх дослідженнях говорять І. Васильєва, С. Пащенко, Н. Петрова, О. Осипова [4]. Емоційний фактор сприйняття навчального матеріалу під час дистанційного навчання студіює А. Ісаєв [8].

Отже, досягнення інформаційних технологій дало змогу не переривати процес здобування освіти в умовах пандемії. Проте дистанційне навчання вимагає певного психолого-педагогічного супроводу та забезпечення психолого-педагогічного комфорту його учасникам. Ефективність освітнього процесу з використанням інформаційних технологій можлива за умови забезпечення комфортної співпраці. Викладач як організатор і керівник освітнього процесу, відповідає за створення сприятливого психологічного клімату під час онлайн занять. Дистанційне навчання, з одного боку, віддаляє учасників у просторі, позбавляє можливості займати одне приміщення, бачити емоції та реакцію один одного; з іншого боку, відкриває доступ до особистого простору учасників, зменшує офіційність стосунків. Під час заняття викладач просить студентів працювати з включеними камерами, що створює дискомфорт для деяких учасників через небажання демонструвати житлові умови. Тільки довірливі стосунки з викладачем здатні розв'язати подібні питання. Наприклад, можна дійти згоди вмикати камеру лише під час відповіді, якщо студент не має власної кімнати і ділить її з молодшими братами та сестрами.

Таким чином, необхідно вирішити наступні питання психологічної підтримки під час дистанційного навчання: вивчення середовища (комунікативного та індивідуального середовища учасників), вивчення індивідуальних особливостей учасників (для гіперактивних підлітків є справжнім випробовуванням перебування перед монітором протягом довгого часу), вивчення міжособистісних стосунків учасників для уникнення конфлікту під час роботи в парах (групах). Для створення більш сприятливих умов співпраці краще відмовитися від домінуючого авторитарного стилю, характерного для традиційного викладання. Спілкування онлайн вимагає від викладача ще

більшої делікатності, стриманості та компетентності. Емоції, жарти, зауваження, допущенні під час “живого” спілкування сприймаються учасниками інакше під час “машинно-опосередкованого” навчання. Через відчуття безпорадності та неможливості зустрітися з викладачем особисто, студенти починають надзвичайно цінувати ввічливе звернення, повагу, змістовність розмови, справедливість оцінювання та обґрунтування поставлених оцінок. Студент має чітко усвідомлювати, що він має справу з викладачем справедливим, об’єктивним, доброзичливим, готовим підтримати і стати на захист.

Психологічна комфортність не тільки мотивує до спілкування та участі в освітньому процесі, але й позитивно впливає на когнітивні процеси. З огляду на специфіку дистанційного навчання, викладач має організувати роботу таким чином, щоб жоден студент не почувався осторонь, а був активним учасником. Сучасні навчальні платформи типу ZOOM дають можливість організувати роботу студентів в окремих групах, парах для обговорення тем, складання діалогів тощо. Подібна техніка дає змогу залучити всіх учасників до роботи одночасно.

“Взаємодія з комп’ютером у навчальній програмі має бути організована у такий спосіб щоб мінімізувати зусилля, яких докладає учень для сприйняття змісту навчального матеріалу. Можна сказати, що форма (спосіб) презентування інформації має максимально полегшувати сприйняття змісту. Оскільки просторова інформація сприймається, головним чином, у візуальній формі, вона має бути подана за допомогою фізичного розташування, кольору, форми і т. ін.” [9, 152]. Отже, на зміну монотонному гортанню сторінок на екрані може прийти більш привабливий спосіб викладення матеріалу у форми презентації, перевірка лексичного матеріалу у формі гри, відгадування кросвордів, складання пазлів, тощо. Види діяльності мають бути різноманітними для утримання уваги студентів та запобігання втомлюваності, викликаній зосередженням на монотонній діяльності. Таким чином, навіть рутинний теоретичний матеріал сприймається легше й ефективніше, при цьому у студентів завдяки візуалізації формуються причинно-наслідкові зв’язки, що веде до більш глибокого розуміння та усвідомлення інформації. Для досягнення перелічених результатів пропонується застосовувати принципи інфографіки – візуалізації складної інформації. Зазвичай інфографіка допомагає викласти матеріал у цікавій, доступній

формі, що сприяє усуненню психологічного бар’єру під час роботи з новою інформацією. Але створення якісної інфографіки вимагає від викладача певних навичок роботи з такими онлайн ресурсами як Piktochart.com, Easel.ly, Infogr.am, Creately.com, тощо. Неякісно організована інфографіка сформує лише поверхове сприйняття матеріалу. Також доведено, що людина краще сприймає динамічну інформацію, тобто через рух. Не становить проблеми подавати інформацію у формі презентації з елементами руху, спливаючих правил, динамічних фігур тощо.

Таким чином, ми бачимо, що всі зусилля організатора дистанційного навчання зводяться до максимізації психологічного комфорту та наближення до звичних умов спілкування. Без сумніву, єдиним засобом, який забезпечує максимальне наближення до традиційного процесу навчання є відеозв’язок, який надає можливість передавати інформацію як вербально, так і невербально, уможливаючи встановлення емоційного зв’язку між учасниками. Крім того, відеозв’язок виключає ситуацію, коли студент залишається сам на сам з труднощами під час оволодіння навчальним матеріалом, зникає почуття ізолюваності, безпорадності. Соціальна взаємодія значним чином стимулює студентів до участі в освітньому процесі та досягненні результатів. Інтерактивний зв’язок не лише дозволяє студентам отримувати вчасну допомогу від викладача, але також надає можливість контактувати один з одним. Відеозв’язок також забезпечує чітко визначений для навчання час та об’єктивний, безперервний контроль знань. Усі ці фактори сприяють встановленню комфортної психологічної взаємодії учасників освітнього процесу, де комп’ютерне навчання може використовуватися як допоміжне. Варто зауважити, що навчальні матеріали та завдання, які пропонуються студентам у форматі віртуального навчального середовища, мають бути доступні через максимально просту навігацію. Технічна підтримка таких сайтів повинна відбуватися на належному рівні, щоб не утворювати додаткових перешкод під час виконання завдань. Мультимедійні засоби, навчальні платформи, засоби віртуальної реальності, віртуальне навчальне середовище, безперечно, надзвичайно урізноманітнюють способи подання та сприйняття інформації, але мають бути грамотно організовані, враховувати особливості сприйняття та мотивувати учнів до навчання.

Під час дистанційного навчання необхідно відразу встановити правила і вимоги щодо

організації роботи. Учасники мають чітко дотримуватися встановлених норм взаємодії, знати, що від них вимагається та очікується. Успішність або неуспішність дистанційного навчання цілком залежить від ефективності його організації, від усвідомлення студентами релевантності курсу, готовності всіх учасників співпрацювати, відчувати задоволення від результатів, бачити практичну значимість отриманої інформації.

Таким чином, з'ясовано, що психологічна комфортність дистанційного освітнього середовища для учасників процесу є однією з передумов успішного навчання. Показано, що комфортний психологічний клімат забезпечує позитивне світосприйняття, яке підвищує мотивацію студентів, спрямовує на співпрацю та досягнення успіху. Також було встановлено, що онлайн спілкування виявилось найбільш ефективним і сприятливим способом організації занять, який максимально наближений до реального.

Предметом подальшого дослідження може стати встановлення ризиків залежності від інформаційно-комунікаційних технологій та прагнення відходу від реального спілкування, виникнення комунікативних проблем та соціальної дезадаптації.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Андреев А.А. Дидактические основы дистанционного обучения: монография. Москва, 1999. 120 с.
2. Багдасарова Н.А., Чмыхова Е.В., Богданов И.В. Психологические аспекты дистанционного образования. *Инновации в образовании*. 2003. № 5. С. 78–90.
3. Балашова Ю.В. Когнитивные и личностные особенности студентов очного и дистанционного обучения: дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01. Москва, 2001. 180 с.
4. Васильева И.А., Пашенко Е.И., Петрова Н.Н., Осипова Е.М. Психологические факторы компьютерной тревожности. *Вопросы психологии*. 2004. №5. С.56–62.
5. Войскунский, А.Е. Гуманитарные исследования в Интернете / под ред. А. Е. Войскунского. Москва : Терра-Можайск, 2000. 431 с.
6. Войскунский, А.Е. Киберпсихология в прошлом, настоящем и будущем. *Журнал практического психолога*. 2010. №4. С 7–16.
7. Дистанционное обучение – образовательная среда XXI века: материалы IX международной научно-методической конференции, 3–4 декабря 2015 г. Минск: БГУИР, 2015. 324 с.
8. Исаев, А.В. Психология дистанционного обучения: эмоциональный фактор восприятия учебного материала. *Среднее профессиональное образование*. 2008. №7. С. 51–54.
9. Найдьонова, Л.А. Кибер-буллинг або агресія в інтернеті: способи розпізнання і захист дитини. *Методичні рекомендації. Серія: На допомогу вчителю*. Вип. 4. Київ, 2011. 34 с.
10. Смульсон М.Л., Машбиць Ю.І., Жалдак М.І. та ін. ; за ред. М.Л. Смульсон Дистанційне навчання: психологічні засади : монографія. Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2012. 240 с.

#### REFERENCES

1. Andreev, A.A. (1999). *Didakticheskie osnovy distantsionnogo obucheniya* [Didactic basics of distance learning]. Monograph. Moscow, 120 p. [in Russian].
2. Bagdasarova, N.A., Chmykhova, Ye.V. & Bogdanov, I.V. (2003). *Psikhologicheskie aspekty distantsionnogo obrazovaniya* [Psychological aspects of distance education]. *Innovation in education*. No. 5. pp. 78–90. [in Russian].
3. Balashova, Yu.V. (2001). *Kognitivnye i lichnostnye osobennosti studentov ochного i distantsionnogo obucheniya* [Cognitive and personal particularities of contact and distance students]. *Candidate's thesis*. Moscow, 180 p. [in Russian].
4. Vasileva, I.A., Pashchenko, Ye.I., Petrova, N.N. & Osipova, Ye.M. (2004). *Psikhologicheskie faktory kompyuternoy trevozhnosti* [Psychological factors of computer anxiety]. *Psychology issues*. No. 5. pp. 56–62. [in Russian].
5. Voyskunskiy, A.Ye. (2000). *Gumanitarnye issledovaniya v internete* [Humanistic research in the internet]. (Ed.). A.Ye. Voyskunskiy. Moscow, 431 p. [in Russian].
6. Voyskunskiy, A.Ye. (2010). *Kiberpsikhologiya v proshlom, nastoyashchem i budushchem i budushchem* [Cyberpsychology in the past, present and future]. *Practical Psychologist's Journal*. No. 4. pp. 7–16. [in Russian].
7. *Distantsionnoe obuchenie – obrazovatel'naya sreda XXI veka: materialy IX mezhdunarodnoy nauchno-metodicheskoy konferentsii* [Distance learning is an educational environment of the 21st century], 3–4 December 2015. Minsk, 2015. 324 p. [in Russian].
8. Isaev, A.V. (2008). *Psikhologiya distantsionnogo obucheniya: emotsionalnyy faktor vospriyatiya uchebnogo materiala* [Psychology of distance learning: emotional factors of academic information perception]. *Secondary vocational education*. No 7. pp. 51–54. [in Russian].
9. Naidonova, L.A. (2011). *Kiber-bulinh abo ahresiaa v interneti: sposoby rozpiznannia i zakhyst dytyny* [Cyber bullying or aggression in the Internet: the ways of recognition and child safety]. *Guidelines. Series: to help the teacher*. Vol. 4. Kyiv, 34 p. [in Ukrainian].
10. Smulson, M.L., Mashbyts, Yu.I. & Zhaldak, M.I. (2012). *Dystantsiine navchannia: psykhoholichni zasady* [Distance learning: psychological fundamentals]. Monograph. Kirovohrad, 240 p. [in Ukrainian].

Стаття надійшла до редакції 15.02.2020