

Педагогічні науки

УДК 377

Четверіков Олександр Феодосійович

Засновник Української Екстремології,

аспірант

Інституту професійної освіти НАПН України

Chetverikov Oleksandr

Founder of Ukrainian Extremology,

Postgraduate of the

Institute of Professional Education of the NAES of Ukraine

ORCID: 0009-0000-5794-9899

**МОДЕЛЬ «AR-SA-PA-AA»: ВІД ТЕОРІЇ ДО ПРАКТИКИ В
УКРАЇНСЬКІЙ ЕКСТРЕМОЛОГІЇ**

**THE “AR-SA-PA-AA” MODEL: FROM THEORY TO PRACTICE IN
UKRAINIAN EXTREMOLOGY**

***Анотація.** Реагування на екстремальні ситуації вимагає швидкої оцінки обставини, ефективного прийняття рішень та аналізу дій. У статті розглядається та пропонується модель «AR-SA-PA-AA» (Attention Reflex – Search Activity – Practical Action – Action Analysis), яка включає чотири етапи: Рефлекс Уваги, Пошукову Активність, Практичні Дії та Аналіз Дій. Запропонована модель навчання сприяє розвитку навичок оперативного мислення, тактичного реагування та адаптації до нестандартних умов. Впровадження цієї моделі в освітні програми допоможе підготуватися до реальних викликів, що можуть виникнути в кризових, нестандартних та екстремальних ситуаціях.*

***Ключові слова:** українська екстремологія, ситуації, навчання, увага, пошук, дії, аналіз.*

Summary. Responding to extreme situations requires a quick assessment of the situation, effective decision-making and action analysis. The article discusses and proposes the model "AR-SA-PA-AA" (Attention Reflex - Search Activity - Practical Action - Action Analysis), which includes four stages: Attention Reflex, Search Activity, Practical Action and Action Analysis. The proposed learning model promotes the development of skills of operational thinking, tactical response and adaptation to non-standard conditions. The introduction of this model into educational programs will help prepare for real challenges that may arise in crisis, non-standard and extreme situations.

Key words: Ukrainian extremology, situations, training, attention, search, action, analysis.

Вступ. У сучасному світі екстремальні ситуації можуть виникати у різних сферах життя, від природних катастроф до техногенних аварій, соціальних криз та воєнних конфліктів. Підготовка до дій у нестандартних та екстремальних умовах є важливим компонентом сучасної освіти. В умовах нестабільності, воєнних конфліктів та зростання техногенних та природних загроз необхідно формувати не лише теоретичні знання, а й практичні навички ефективного реагування.

Традиційні методики підготовки часто базуються на лінійному підході: отримання знань – їх застосування на практиці. Однак у реальних умовах діяти доводиться за обмеженого часу та в умовах невизначеності. Тому необхідна модель, що поєднує рефлексорну реакцію, активний аналіз ситуації, ухвалення швидких рішень та постійне вдосконалення навичок. Запропонована модель «AR-SA-PA-AA» далі як «Увага – Пошук – Дія – Аналіз» є структурованим підходом, що забезпечує підвищення рівня підготовленості до нестандартних та екстремальних ситуацій.

Основна частина. «AR-SA-PA-AA» у контексті української екстремології можна розглядати як модель підготовки та реагування в

екстремальних ситуаціях, яка включає елементи алгоритму, концепції та протоколу дій.

Обґрунтування вибору

- ❖ Модель – найкраще визначення, оскільки структурно описує процес поведінки людини в нестандартних та екстремальних ситуаціях, включаючи всі ключові етапи: від першої реакції (AR) до рефлексії дій (AA). Вона задає загальну систему реагування, яка може бути адаптована для різних сфер.
- ❖ Алгоритм – частково підходить, оскільки «AR-SA-PA-AA» містить послідовність дій. Проте, на відміну від жорсткого алгоритму, ця система гнучка та дозволяє адаптуватися до змінних умов.
- ❖ Концепція – може розглядатися як ширший підхід до навчання екстремології. Однак концепція зазвичай описує загальні принципи без обов'язкового виділення чітких етапів, тоді як «AR-SA-PA-AA» включає структуровані елементи.
- ❖ Протокол дій – не зовсім точне визначення, оскільки протокол зазвичай містить жорстко регламентовані кроки та інструкції для конкретних ситуацій. «AR-SA-PA-AA» більш універсальна та може варіюватися залежно від обставин.

Розробником моделі є Олександр Феодосійович Четверіков. Ця модель створена в рамках Української Екстремології та забезпечує логічну послідовність дій, вона базується на чотирьох ключових етапах:

1. *Attention Reflex (AR)* – **Рефлекс уваги (Увага)**
2. *Search Activity (SA)* – **Пошукова активність (Пошук)**
3. *Practical Action (PA)* – **Практичні дії (Дія)**
4. *Action Analysis (AA)* – **Аналіз дій (Аналіз)**

Ключові причини створення моделі підготовки та реагування в небезпечних ситуаціях:

- ❖ Необхідність чіткої структури прийняття рішень в екстремальних ситуаціях, О. Четверіков досліджував, як люди реагують на несподівані, небезпечні або критичні ситуації. Отриманий результат, хаотичні чи інтуїтивні рішення часто призводять до помилок, тому виникла потреба у логічній послідовності дій для підвищення ефективності поведінки.
- ❖ Аналіз поведінкових моделей у стресових умовах, вивчаючи реакції людей під впливом страху, невизначеності та тиску, що характерні для екстремальних умов. Було важливим знайти спосіб мінімізувати паніку та забезпечити контрольовану поведінку, яка дозволяла б ухвалювати оптимальні рішення.
- ❖ Поєднання наукових підходів, використання досягнення когнітивної психології, нейрофізіології, військової тактики, педагогіці та екстремології, щоб створити модель, яка враховує як біологічні реакції, так і свідомі аналітичні процеси.
- ❖ Практична потреба у навчанні екстремальним вмінням, модель AR – SA – PA – AA стала основою для підготовки тих хто мають діяти в умовах високого ризику. Вона дозволяє не лише реагувати на загрозу, а й навчатися на власному досвіді через аналіз наслідків.
- ❖ Інноваційність підходу, на відміну від класичних моделей стрес-реакцій («бий, біжи або замри»), модель враховує не лише миттєву реакцію, а й процес навчання, тобто можливість адаптувати стратегії поведінки на основі минулого досвіду.

Таким чином, О. Четверіков розробив «AR – SA – PA – AA» (рис.1) як універсальний алгоритм, що дозволяє людині ефективно діяти в будь-яких екстремальних умовах, аналізувати свої помилки та вдосконалювати навички.



Рис. 1. Модель підготовки та реагування в екстремальних ситуаціях

Джерело: розроблено автором, малюнок зроблений програмою <https://ideogram.ai>

Етапи:

1. Рефлекс уваги (*Attention Reflex, AR*)

Перший етап моделі передбачає швидку оцінку ситуації та ідентифікацію потенційних загроз. Важливими складовими цього етапу є:

- Концентрація на ключових елементах ситуації;
- Визначення потенційних загроз;
- Формування установки на подальші дії.

Методи розвитку рефлексу уваги включають тренування периферійного зору, сенсорного сприйняття, миттєвої реакції на подразники, а також вправи з підвищення концентрації та ситуаційної обізнаності.

2. Пошукова активність (*Search Activity, SA*)

На цьому етапі відбувається аналіз наявної інформації та пошук можливих варіантів розв'язування проблеми:

- Аналіз оточення та оцінка загроз;
- Виявлення доступних ресурсів;
- Визначення потенційних варіантів дій;

- Використання когнітивних стратегій для ухвалення обґрунтованих рішень.
- Створення установки на подальші дії.

3. Практична дія (*Practical Action, PA*)

Цей етап передбачає безпосереднє виконання ухвалених рішень.

Основні принципи:

- Використання набутих навичок у реальних умовах;
- Гнучкість та адаптація до змінних обставин;
- Прийняття відповідальності за власні дії.

Методи тренування включають відпрацювання алгоритмів дій у критичних ситуаціях, симуляції, моделювання екстремальних сценаріїв, а також тренування психологічної та фізичної стійкості.

4. Аналіз дій (*Action Analysis, AA*)

Останній етап спрямований на порівняння та оцінку дій, виявлення помилок та вдосконалення навичок для покращення майбутньої підготовки.

Основні аспекти аналізу:

- Порівняння запланованих та фактичних дій;
- Визначення ефективних стратегій та помилок;
- Коригування підходів до майбутніх подібних ситуацій.

Висновки. Модель «AR-SA-PA-AA» (**Увага – Пошук – Дія – Аналіз**) є ефективним підходом для навчання діям у нестандартних та екстремальних ситуаціях. Вона забезпечує системність підготовки, починаючи від розвитку уваги та пошуку інформації та закінчуючи практичними діями та аналізом власного досвіду. Впровадження цієї моделі у навчальні програми дозволяє підвищити рівень готовності до реальних викликів, сприяє формуванню фізичної та психологічної стійкості та ефективності у прийнятті рішень в умовах невизначеності.

Запропонований підхід може бути використаний у військовій, рятувальній, медичній та освітній сферах як основа для розвитку практичних навичок реагування на надзвичайні ситуації.

Література

1. Васечко О. О., Четверіков О. Ф. Екстремологія: поведінковий та кількісний аспекти. *Статистика України*. 2020. № 1. С. 24–34.

2. Четверіков О.Ф., Мотузка О. М. Огляд теоретичних і практичних підходів до екстремології. *Міжнародний науковий журнал «Інтернаука»*. 2020. № 9(89). С. 55-62.

3. Четверіков О.Ф., Щоб у разі небезпеки діяти раціонально, потрібно мати відповідні знання і навички. *Урядовий кур'єр*. 27.05.2020. URL: <http://www.ukurier.gov.ua> (дата звернення: 12.01.2025).

4. Четверіков О.Ф. Українська екстремологія. URL: <https://extremology.org/#articles> (дата звернення: 20.01.2025).

Четверіков О.Ф., Методичні основи практичної підготовки охоронців до професійної діяльності в екстремальних ситуаціях. *Матеріали XVIII Всеукраїнської науково-практичної конференції (звітної) Інституту професійної освіти НАПН України*. 2024. Вип. 1(14). С. 384-288.

5. Четверіков О. Ф. Українська екстремологія: інноваційні підходи та соціокультурний контекст. *Міжнародний науковий журнал "Інтернаука"*. 2025. № 1. <https://doi.org/10.25313/2520-2057-2025-1-10670>.