

DOI: 10.33270/03243502.34  
УДК 364.62-057.36

## Міжнародний досвід психологічної підтримки поліцейських і військовослужбовців перед звільненням зі служби

### АНДРОСЮК Вячеслав\*

кандидат психологічних наук, професор, провідний науковий співробітник наукової лабораторії з проблем психологічного забезпечення та психофізіологічних досліджень ННІЗДН Національної академії внутрішніх справ

м. Київ, Україна

ORCID <https://orcid.org/0000-0002-9106-2586>;

### ГАЛУСТЯН Олена

кандидат юридичних наук, старший науковий співробітник наукової лабораторії з проблем психологічного забезпечення та психофізіологічних досліджень ННІЗДН Національної академії внутрішніх справ

м. Київ, Україна

ORCID <https://orcid.org/0000-0003-2898-2387>

**Анотація.** У статті здійснено комплексний огляд міжнародного досвіду психологічної підтримки військовослужбовців і правоохоронців під час переходу до цивільного життя та виходу на пенсію. Автори досліджують практики США, Великої Британії, Канади, Ізраїлю, аналізуючи різноманітні програми й методи психологічної підтримки, їх ефективність і можливості адаптації. Дослідження виявляє ключові особливості підходів різних країн. США демонструє комплексність програм, що охоплюють увесь спектр потреб – від психологічної підтримки до працевлаштування та фінансового планування. Акцентовано на інноваційності американських методів, зокрема використанні віртуальної реальності для лікування посттравматичного синдрому. Велика Британія зосереджує увагу на ранньому втручанні та подоланні стигми навколо психічного здоров'я, інтегруючи державні та благодійні ініціативи. Канадський досвід вирізняється міжвідомчою співпрацею та культурною чутливістю програм, з огляду на потреби різних груп населення. Ізраїль пропонує проактивний підхід, що враховує постійну загрозу безпеці, починаючи психологічну підтримку ще під час активної служби та продовжуючи її після завершення. Ізраїльська модель засвідчує ефективність інтеграції досвіду ветеранів у роботу з військовослужбовцями. Розглянуто адаптацію міжнародного досвіду до українських реалій, інтеграцію цивільних спеціалістів і волонтерів у систему психологічної підтримки, а також програми підтримки сімей військовослужбовців. Аргументовано важливість комплексного, науково обґрунтованого підходу до психологічної підтримки, який враховує специфічні потреби цільових груп. Доведено необхідність постійної адаптації програм до нових викликів, таких як пандемія COVID-19 та зміни в характері воєнних конфліктів. Запропоновано цінні практики для вдосконалення систем психологічної підтримки, передусім у країнах, що постають перед такими викликами. Дослідження може бути корисним для психологів, соціальних працівників та інших фахівців, залучених до роботи з військовослужбовцями, правоохоронцями та ветеранами.

**Ключові слова:** психологічна підтримка; правоохоронець; військовослужбовець; звільнення зі служби; адаптація до цивільного життя; підготовка до пенсії; міжнародний досвід.

#### Історія статті:

Отримано: 26.08.2024

Переглянуто: 25.09.2024

Прийнято: 11.10.2024

#### Рекомендоване посилання:

Андросюк В., Галустьян О. Міжнародний досвід психологічної підтримки поліцейських і військовослужбовців перед звільненням зі служби. *Юридична психологія*. 2024. № 2 (35). С. 34–44. doi: 10.33270/03243502.34.

\* Відповідальний автор

## Вступ

Перехід від служби в правоохоронних органах або збройних силах до цивільного життя є складним, небезболісним процесом, який може супроводжуватися значними психологічними складнощами. Ця проблема набуває особливої актуальності не лише в контексті глобальних викликів безпеці та збільшення кількості ветеранів, які повертаються до мирного життя, а й для працівників, які готуються до виходу на пенсію після тривалої служби. Складнощам переходу до цивільного життя притаманний системний характер, зумовлений доволі радикальними змінами в суспільно-політичній, економічній та психологічній сферах подальшої життєдіяльності військових.

Мета дослідження – здійснити комплексний аналіз міжнародного досвіду психологічної підтримки поліцейських і військовослужбовців у двох ключових аспектах: під час звільнення зі служби або переходу до цивільного життя, а також перед виходом на пенсію. Увагу зосереджено на вивченні практик Сполучених Штатів Америки (США), Великої Британії, Канади, Ізраїлю.

У цьому дослідженні розглянуто специфічні підходи до підготовки працівників до звільнення зі служби, проаналізовано різноманітні програми й методи психологічної підтримки, їх ефективність і можливості адаптації до українських реалій. Публікація має на меті не лише узагальнити міжнародний досвід, а й запропонувати конкретні рекомендації з вдосконалення системи психологічної підтримки в Україні, з огляду на потреби як тих, хто переходить до цивільного життя, так і тих, хто готується до виходу на пенсію.

## Матеріали та методи

Проблема психологічної підтримки поліцейських і військовослужбовців під час переходу до цивільного життя та виходу на пенсію привертає увагу дослідників. Науковці J. A. Waters та W. Ussey у своїй праці «Police stress: history, contributing factors, symptoms, and interventions» (2007) досліджували симптоматику стресфакторів, що постають перед правоохоронцями протягом служби та під час виходу на пенсію, встановивши їх роль у порушенні систем життєзабезпечення та алкоголізації. Дослідники засвідчують важливість комплексного підходу до психологічної підтримки. Дослідження S. Kintzle, M. Keeling, E. Xintarianos, K. Williams «Exploring the Economic & Employment Challenges Facing U.S. Veterans: A Qualitative Study of Volunteers of America Service Providers & Veteran Clients» (2015) висвітлює економічні й трудові виклики, що постають перед ветеранами США під час переходу до цивільного життя. У контексті підготовки до пенсії робота J. Ruiz, E. Morrow (2005) «Retiring the Old Centurion: Life after a Career in Policing – An Exploratory Study»

окреслює психологічні аспекти виходу на пенсію військовослужбовців.

Міжнародний досвід реінтеграції військово-службовців проаналізовано в дослідженні канадських фахівців A.-R. Blais, W. Sullivan-Kwantes, D. R. McCreary «Post-deployment reintegration experiences of AF personnel: Implications for scale development» (2006). Науковці розглядають чотири сфери реінтеграції: особистісну, сімейну, професійну та культурну.

Актуальність теми зумовлена необхідністю вдосконалення наявних механізмів психологічної підтримки в Україні, передусім в умовах широкомасштабної війни, збільшення кількості ветеранів, які потребують допомоги в адаптації до цивільного життя, та значної кількості працівників, які готуються до виходу на пенсію після багаторічної служби.

Методологія дослідження ґрунтується на комплексному підході до аналізу міжнародного досвіду психологічної підтримки правоохоронців і військовослужбовців під час переходу до цивільного життя та виходу на пенсію. Для досягнення мети дослідження використано такі методи: 1) системний огляд літератури: проведено всебічний аналіз наукових публікацій, урядових звітів та офіційних документів з баз даних PubMed, JSTOR, Google Scholar та ResearchGate. Ключові слова для пошуку охоплювали: «psychological support», «police officers», «military personnel», «transition to civilian life», «retirement preparation» та їх відповідники українською мовою; 2) компаративний аналіз: досвід різних країн (США, Велика Британія, Канада, Ізраїль, Україна) системно порівняли для виявлення спільних тенденцій, унікальних підходів і найкращих практик; 3) аналіз кейсів: розглянуто конкретні програми й ініціативи із психологічної підтримки в кожній з досліджуваних країн для глибшого розуміння їх структури, реалізації та ефективності; 4) експертні інтерв'ю: проведено напівструктуровані інтерв'ю з десятьма експертами в галузі психології та соціальної роботи, які мають досвід роботи з правоохоронцями й військовослужбовцями. Це дало змогу отримати інсайдерську інформацію та експертні оцінки наявних практик; 5) аналіз статистичних даних: проаналізовано доступні статистичні дані щодо ефективності різних програм психологічної підтримки, рівня адаптації до цивільного життя та психологічного добробуту після виходу на пенсію; 6) SWOT-аналіз: для оцінювання сильних і слабких аспектів, можливостей і загроз наявних програм психологічної підтримки в Україні проведено SWOT-аналіз.

Обмеження дослідження зумовлено відносною доступністю деяких внутрішніх документів і програм, передусім щодо вітчизняного інформаційного ресурсу, а також можливою неповнотою статистичних даних через специфіку досліджуваної групи.

Етичні аспекти дослідження дотримано шляхом забезпечення анонімності учасників інтерв'ю та використання лише оприлюднених доступних даних.

Аналіз нормативно-правових актів: було здійснено детальне вивчення законодавчої бази й нормативно-правових актів, що регулюють питання психологічної підтримки правоохоронців і військовослужбовців у досліджуваних країнах. Зокрема, проаналізовано:

– США: National Defense Authorization Act for Fiscal Year 2008 (Section 1611), Veterans Access, Choice, and Accountability Act of 2014, Clay Hunt Suicide Prevention for American Veterans Act of 2015;

– Велика Британія: Armed Forces Act 2006, Armed Forces Covenant, Veterans' Mental Health Transition, Intervention and Liaison Service (TILS);

– Канада: Canadian Forces Members and Veterans Re-establishment and Compensation Act (New Veterans Charter), Veterans Well-being Act;

– Ізраїль: Disabled Veterans Law (1959), Families of Fallen Soldiers Law (1950);

– Україна: закони України «Про соціальний і правовий захист військовослужбовців та членів їх сімей» від 20 грудня 1991 року № 2011-XII, «Про статус ветеранів війни, гарантії їх соціального захисту» від 22 жовтня 1993 року № 3551-XII, «Про Національну поліцію» від 2 липня 2015 року № 580-VIII, накази МВС України «Про затвердження Порядку організації системи психологічного забезпечення поліцейських, працівників Національної поліції України та курсантів (слухачів) закладів вищої освіти із спеціфічними умовами навчання, які здійснюють підготовку поліцейських» від 6 лютого 2019 року № 88, «Про затвердження Плану здійснення психологічного супроводу військовослужбовців Національної гвардії України, Державної прикордонної служби України, поліцейських та осіб рядового і начальницького складу служби цивільного захисту, членів їх сімей під час дії воєнного стану та професійного відбору психологів (mental tutor)» від 15 січня 2024 року № 27, наказ Міністерства соціальної політики України «Про затвердження Державного стандарту соціальної послуги консультування» від 2 липня 2015 року № 678.

Крім цього, проаналізовано такі міжнародні документи, як Конвенція Міжнародної організації праці (МОП) про припинення трудових відносин з ініціативи роботодавця № 158 (1982) та Рекомендація МОП щодо літніх працівників № 162 (1980).

Здійснений аналіз дав змогу виявити правові основи та нормативні вимоги до організації психологічної підтримки поліцейських і військовослужбовців у різних країнах, а також порівняти їх з українським законодавством.

## Результати й обговорення

У Сполучених Штатах Америки одна з найрозвиненіших систем психологічної підтримки військовослужбовців і поліцейських. Вона охоплює

як державні, так і приватні ініціативи щодо переходу до цивільного життя та виходу на пенсію.

### **Програми для військовослужбовців.**

*Transition Assistance Program (TAP)* – програма Міністерства оборони США, спрямована на підготовку військовослужбовців до цивільного життя. Вона обов'язкова для всіх військовослужбовців і розпочинається за 12–24 місяці до запланованого звільнення, охоплює семінари з написання резюме, пошуку роботи, фінансового планування та психологічної адаптації; надає інформацію про наявні пільги та послуги для ветеранів. Крім цього, програма передбачає індивідуальні консультації військовослужбовців з питань планування подальшої кар'єри (U.S. Department of Defense...).

*Програма «Soldier for Life» (Army)* передбачає підтримку військових протягом усього життєвого циклу: від вступу на службу до переходу до цивільного життя. Вона пропонує ресурси для освіти, працевлаштування та добробуту, включаючи менторські програми й мережеві можливості.

*Програма реінтеграції «Yellow Ribbon»* призначена для резервістів та особового складу Національної гвардії США. Ця програма передбачає заходи, які проводять протягом усього циклу розгортання. Також передбачено надання інформації щодо ресурсів підтримки, охорони здоров'я, освіти та працевлаштування військовослужбовців (About the Yellow...).

**Програми для правоохоронців.** *Employee Assistance Programs (EAP)* – це програма для правоохоронців, яка пропонує конфіденційні консультації та підтримку для співробітників правоохоронних органів та їх сімей, допомагаючи впоратися зі стресом, емоційними проблемами й підготовкою до виходу на пенсію (Donnelly, Valentine, & Oehme, 2015).

*Сор2Сор (Нью-Джерсі)* – це перша в країні програма підтримки «Рівний-Рівному» для правоохоронців, яку фінансує держава, її було засновано 2000 року як реагування на поширення випадків самогубств серед правоохоронців у штаті Нью-Джерсі. Програма пропонує цілодобову «гарячу лінію»: 1-866-SOP-2SOP, яка доступна 24/7/365. Персонал складається з колишніх правоохоронців, які пройшли спеціальну підготовку як консультанти, і ліцензованих клінічних професіоналів. Передбачені програмою послуги є цілком конфіденційними та безкоштовними для всіх правоохоронців Нью-Джерсі та їх сімей. Серед послуг цієї програми слід виокремити: кризове втручання – негайну допомогу офіцерам, які перебувають у гострій кризі; оцінювання ризику суїциду – спеціалізовані протоколи для виявлення та підтримки офіцерів із суїцидальними намірами; короткострокове консультування – до шести сесій для розв'язання нагальних проблем; направлення до спеціалістів – зв'язок з додатковими ресурсами для довгострокової підтримки; підтримка після

критичних інцидентів – допомога офіцерам, які пережили травматичні події на службі.

Унікальність моделі «Рівний-Рівному» полягає в тому, що вона дає змогу сформувати довірчі відносини між правоохоронцем і консультантом, адже більшість консультантів розуміють специфіку роботи правоохоронців. Програма передбачає проактивний підхід, оскільки не тільки реагує на кризу, а й має профілактичну складову, проводячи просвітницькі заходи і тренінги. Крім цього, програма пропонує сімейну підтримку, адже послуги доступні не тільки для офіцерів, а й для членів їхніх сімей.

За даними програми, з моменту її впровадження рівень самогубств серед правоохоронців у Нью-Джерсі знизився на 79 %. Модель Cop2Cop була адаптована іншими штатами й навіть країнами. Серед позитивних результатів запровадження цієї програми також слід виокремити подолання стигми навколо психічного здоров'я в правоохоронній спільноті. Крім цього, програма Cop2Cop постійно оновлює свої протоколи та навчання, з огляду на нові виклики сьогодення (наприклад, стрес, пов'язаний з пандемією COVID-19).

Отже, програма Cop2Cop демонструє ефективність спеціалізованого, конфіденційного підходу до психологічної підтримки правоохоронців. Успіх програми засвідчує важливість розуміння унікальних стресорів, що постають перед працівниками правоохоронних органів і надання підтримки з боку людей, які мають схожий досвід. Ця модель може бути цінним прикладом для інших регіонів і країн, які прагнуть посилити психологічну підтримку своїх правоохоронців.

Крім цього, діють інші програми підготовки до виходу на пенсію в деяких поліцейських департаментах. Зокрема, значна кількість департаментів США пропонує спеціалізовані програми для офіцерів, які готуються до виходу на пенсію, зокрема фінансове планування та психологічну підтримку (Kinnaird, 2015).

Слід виокремити **програми для ветеранів**: Управління охорони здоров'я ветеранів (VHA) – найбільш інтегрована система охорони здоров'я в США для ветеранів, яка пропонує широкий спектр послуг із психічного здоров'я, зокрема лікування ПТСР, депресії, інших захворювань. Має спеціалізовані програми для жінок-ветеранів і ветеранів похилого віку; ветцентри (Vet Centers) – надають безкоштовні послуги з реадaptaції для ветеранів бойових дій та їх сімей, зокрема індивідуальні та групові консультації, сімейну терапію, допомогу в працевлаштуванні, допомагають у доступі до інших пільг і послуг для ветеранів (Vet Center Program...).

Навігація в сучасному світі, змінні потреби ветеранів, перехід до цивільного життя, за результатами щорічних звітів Департаменту по справах ветеранів США (DVA) (The Challenges

Facing...), можуть виявитися надзвичайно складними для ветеранів. На конференції з розгляду медичних та правових питань щодо ветеранів та інших осіб, які порушують закон, встановлено, що саме ветерани становлять близько 10 відсотків арештованого, тюремного та громадсько-наглядового населення. Стосовно цих осіб запроваджено реалізацію терапії морального відновлення (MRT) – групову когнітивно-поведінкову програму для людей, які перебувають у системі кримінального правосуддя, мета якої – знизити ризик повторних правопорушень шляхом усунення схильності людини до «криміногенного мислення», яке пов'язане з нездатністю контролювати свої імпульси та звинуваченням інших у своїх проблемах (Richman, 2019).

Також цікавим, на нашу думку, є запровадження в США **інноваційних підходів** до психологічної підтримки, серед яких: а) терапія впливу віртуальної реальності (VRT), яку використовують для лікування ПТСР у військово-службовців і ветеранів, дає змогу пацієнтам заглибитися з травматичними спогадами в контрольованому середовищі; б) Mindfulness-Based Mind Fitness Training (MMFT) – програма підвищення стійкості військовослужбовців перед бойовим розгортанням. Завдяки навчанню техніки усвідомленості й терапії травм вона сприяє кращому функціонуванню та глибшому відновленню після стресових переживань (Le, Ngnoumen, & Langer, 2014).

Отже, слід виокремити такі особливості американського підходу:

1. Комплексність: програми охоплюють весь спектр потреб – від психологічної підтримки до працевлаштування та фінансового планування.

2. Доступність: наявність численних точок доступу до послуг, зокрема онлайн ресурси й мобільні додатки.

3. Спеціалізація: програми адаптовані до специфічних потреб різних груп (активні військово-службовці, поліцейські, ветерани).

4. Інноваційність: активне впровадження нових технологій та методів лікування.

5. Участь громади: залучення громадських організацій та волонтерів до підтримки військово-службовців і ветеранів.

Досвід США демонструє важливість створення багаторівневої системи, яка враховує різноманітні потреби цільових груп і використовує різні канали надання допомоги. Підхід може бути корисним для адаптації в інших країнах, зокрема України, з огляду на місцевий контекст і ресурси.

**Велика Британія** також має доволі розвинену, комплексну систему психологічної підтримки, яка охоплює як військовослужбовців, так і правоохоронців. Розглянемо основні програми цієї системи.

**Програми для військовослужбовців і ветеранів.** Career Transition Partnership (CTP) – це офіційна служба Міністерства оборони

Великої Британії, яка допомагає військовослужбовцям перейти до цивільного життя, пропонуючи кар'єрне консультування, навчання та допомогу в працевлаштуванні (Career Transition Partnership...).

Програма започатковує роботу з військовим за два роки до звільнення зі служби і триває два роки поспіль після звільнення. Згідно з програмою, служба надає такі послуги: семінари з планування кар'єри, навчання складати резюме та проходити співбесіди, доступ до вакансій та ярмарок вакансій, індивідуальне консультування з питань кар'єри. Особливість цієї програми полягає в тому, що вона адаптується до індивідуальних потреб кожного військовослужбовця.

*Служба з питань психічного здоров'я ветеранів NHS, втручання та зв'язку (TILS)* – спеціалізована служба психічного здоров'я для ветеранів і тих, хто готується до звільнення, яка пропонує оцінювання психічного здоров'я; розроблення індивідуальних планів лікування; терапевтичні втручання; направлення до інших служб за потреби. Особливість цієї програми є застосування інтегрованого підходу, що призводить до медичної та соціальної підтримки.

*Combat stress* – провідна благодійна організація з питань психічного здоров'я ветеранів у Великій Британії, послуги якої передбачають: цілодобову лінію підтримки; громадські команди психічного здоров'я; інтенсивні програми лікування ПТСР; онлайн самопомоги. Особливість цієї програми полягає в спеціалізації на лікуванні складних психічних травм.

*Help the heroes* – благодійна організація, що підтримує поранених ветеранів та їх сім'ю, яка пропонує програми фізичної та психологічної реабілітації; підтримку в працевлаштуванні; фінансове консультування; спортивні та соціальні програми для відновлення. Її особливість полягає в холистичному підході до відновлення, що охоплює фізичний, психічний та соціальний добробут.

**Програми для правоохоронців.** *Police Rehabilitation Centres* – незалежні благодійні центри, що спеціалізуються на реабілітації поліцейських. Ці центри здійснюють фізичну та психологічну реабілітацію для діючих та колишніх співробітників поліції та передбачають цілісний підхід до відновлення здоров'я і добробуту офіцерів (*The Police Rehabilitation...*).

*Blue Light (Mind Charity)* – національна програма, спрямована на підтримання психічного здоров'я працівників екстрених служб, зокрема поліції. Послуги охоплюють: інформаційні ресурси про психічне здоров'я; тренінги з питань психічного здоров'я; підтримку за принципом «Рівний-Рівному»; кампанії з подолання стигми (*Blue Light Programme...*).

*Police Care UK* – благодійна організація, що підтримує діючих і колишніх працівників поліції та їхні сім'ї, яка пропонує: фінансову підтримку;

психологічне консультування; програми підтримують для тих, хто залишає службу; гранти на навчання та розвиток. Особливість цієї програми полягає в здійсненні комплексної підтримки, що охоплює різні аспекти життя поліцейських.

Серед програм для ветеранів у Великій Британії слід назвати NHS Mental Health Services. Це національна служба охорони здоров'я Великої Британії, яка пропонує спеціалізовані послуги у сфері психічного здоров'я для ветеранів, зокрема лікування ПТСР і депресії (*Mental health support...*).

Серед **інноваційних підходів**, запроваджених у практику надання психологічної підтримки у Великій Британії, слід виокремити:

*TRiM (Trauma Risk Management)* – метод управління травмою, розроблений у Королівській морській піхоті. Цей метод використовують як у військових, так і в поліцейських службах, він ґрунтується на підході «Рівний-Рівному», з метою раннього виявлення проблем психічного здоров'я після травматичних подій.

*HeadFIT* – онлайн платформа, розроблена в співпраці з Міністерством оборони та Королівським фондом, яка пропонує інструменти й методики для підтримання психічного здоров'я військовослужбовців, передбачає вправи на релаксацію, управління настроєм і підвищення продуктивності.

Отже, особливості британського підходу передбачають:

1. Інтеграцію державних і благодійних ініціатив (тісна співпраця між урядовими програмами та благодійними організаціями)

2. Акцент на ранньому втручанні (чимало програм спрямовані на профілактику та ранне виявлення проблем психічного здоров'я)

3. Визнання специфічних потреб (розроблення програм, які враховують унікальні виклики військової та поліцейської служби)

4. Підтримка сімей (чимало програм передбачають підтримку членів сімей військовослужбовців і правоохоронців)

5. Використання цифрових технологій (розроблення онлайн ресурсів і мобільних додатків для розширення доступу до підтримки).

Досвід Великої Британії переконує у важливості комплексного підходу до психологічної підтримки, яка поєднує державні ініціативи з роботою благодійних організацій. Увагу зосереджено на ранньому втручанні, подоланні стигми та підтримці використання інноваційних методів. Отже, досвід Великої Британії може бути цінним джерелом ідей для інших країн, зокрема для України, під час розроблення та вдосконалення власних систем підтримки військовослужбовців і поліцейських.

**Канада.** У Канаді діє комплексна система психологічної підтримки для військовослужбовців, ветеранів і правоохоронців, що охоплює як державні, так і приватні ініціативи. Розглянемо основні програми.

**Програми для військовослужбовців і ветеранів.** *Second Career Assistance Network (SCAN)* призначена для військовослужбовців, які готуються до звільнення зі служби. Вона пропонує семінари й індивідуальні консультації для військовослужбовців Канади, які готуються до цивільного життя (*Second Career Assistance...*).

*Operational Stress Injury Social Support (OSISS)* – програма підтримки за принципом «Рівний-Рівному» для військовослужбовців, ветеранів та їх сімей, які постраждали від оперативних стресових травм (OSI) (*Operational Stress Injury...*).

Зазначена програма потребує детальнішого розгляду.

Ключові аспекти програми:

а) структура:

– створена спільнота, що інтегрує зусилля Міністерства національної оборони та Міністерства у справах ветеранів Канади;

– вона працює в усій країні через мережу координаторів підтримки та сімейних координаторів;

б) персонал:

– координатори підтримки – це ветерани або звільнені військовослужбовці, які пережили OSI і пройшли спеціальну підготовку;

– сімейні координатори – це члени сімей тих, хто пережив OSI, також з відповідною підготовкою;

в) послуги:

– індивідуальна підтримка: зустрічі віч-на-віч для обговорення проблем і стратегій подолання;

– групова підтримка: регулярні зустрічі груп підтримки;

– освітні заходи: семінари та презентації про OSI й доступні ресурси;

– направлення до професійних служб: допомога в доступі до медичних і психологічних послуг;

г) принципи роботи:

– конфіденційність: суворе збереження конфіденційності всіх взаємодій;

– добровільність участі в програмі;

– доступність (послуги безкоштовні й доступні для всіх, хто їх потребує).

**Програми для правоохоронців.** Комплексна програма психологічної підтримки в межах *Служби охорони здоров'я Королівської канадської кінної поліції (Royal Canadian Mounted Police (RCMP))* пропонує різноманітні послуги з підтримання психічного здоров'я для своїх співробітників, зокрема консультації та програми підготовки до виходу на пенсію (*Prioritize full implementation...*).

*Програма RCMP Peer Support* – програма підтримки «Рівний-Рівному» для членів RCMP призначена для надання підтримки співробітникам та їх сім'ям.

Ключові аспекти програми:

а) структура:

– програма діє в усіх підрозділах RCMP у всій Канаді;

– координується на національному рівні, але має локальних координаторів у кожному регіоні;

б) персонал:

– волонтери-однолітки – це діючі або колишні співробітники RCMP, які пройшли спеціальну підготовку;

– підтримка надається як діючим, так і колишнім співробітникам та їх сім'ям;

в) послуги:

– індивідуальна підтримка: конфіденційні розмови з колегами, які розуміють специфіку роботи в правоохоронних органах;

– кризове втручання: підтримка після критичних інцидентів;

– інформаційна підтримка: надання інформації про доступні ресурси та послуги;

– направлення до професійних служб: допомога в доступі до професійної психологічної допомоги за потреби;

г) принципи роботи:

– конфіденційність: суворе збереження конфіденційності всіх взаємодій;

– доступність: підтримка доступна 24/7;

– добровільність: як для тих, хто надає підтримку, так і для тих, хто її отримує.

Отже, програми підтримки за принципом «Рівний-Рівному» в Канаді виявляють ефективність цього підходу в наданні психологічної підтримки військовослужбовцям, ветеранам і правоохоронцям. Вони створюють додатковий рівень підтримки, який доповнює професійні послуги з охорони психічного здоров'я та сприяє формуванню культури взаємодопомоги в цих спільнотах.

*Служби допомоги працівникам (EAS)* – доступні для всіх федеральних службовців, зокрема поліцейських. Вони пропонують короткострокове консультування та направлення до спеціалістів і надають підтримку з широкого кола питань: стрес, сімейні проблеми, відносини.

**Програми для ветеранів.** *Служба психічного здоров'я Канади у справах ветеранів* – надає широкий спектр послуг з охорони психічного здоров'я для ветеранів, що охоплює лікування ПТСР, депресії, тривожності й інших розладів. Крім цього, вона пропонує програми реабілітації та професійної перепідготовки.

*Клініки оперативного стресу* – мережа спеціалізованих клінік у всій Канаді, що здійснюють оцінювання та лікування оперативних стресових травм. У своїй діяльності клініки використовують мультидисциплінарний підхід (психіатри, психологи та соціальні працівники).

**Інноваційні підходи.** *Шлях до психічної готовності (R2MR)* – програма психологічної підготовки для військовослужбовців і правоохоронців, яка спрямована на підвищення психологічної стійкості та зменшення стигми навколо психічного здоров'я. Ця програма адаптована для використання в поліцейських службах у всій Канаді.

*Канадський інститут дослідження та лікування громадської безпеки (CIPSRT)*

проводить дослідження з питань психічного здоров'я працівників громадської безпеки з метою розроблення та оцінювання ефективності програм психологічної підтримки.

*Терапію віртуальною реальністю* використовують у деяких клініках оперативного стресу для лікування ПТСР, що дає змогу пацієнтам безпечно зіштовхнутися з травматичними спогадами в контрольованому середовищі.

Особливості канадського підходу:

1. Комплексність: програми охоплюють увесь спектр потреб – від профілактики до лікування та реабілітації.

2. Культурна чутливість: програми враховують потреби різних культурних груп, зокрема корінних народів Канади.

3. Міжвідомча співпраця: тісна співпраця між державними відомствами й організаціями для забезпечення безперервності допомоги.

4. Акцент на дослідження: активне проведення досліджень для вдосконалення програм і розроблення нових підходів.

5. Підтримка сімей: багато програм охоплюють підтримку членів сімей військовослужбовців і правоохоронців.

Канадський досвід демонструє важливість комплексного, науково обґрунтованого підходу до психологічної підтримки військовослужбовців і поліцейських. Увагу зосереджено на профілактиці, ранньому втручанні та подоланні стигми навколо психічного здоров'я. Такий підхід цілком придатний для адаптації в інших країнах, зокрема Україні, з огляду на місцевий контекст і потреби.

**Ізраїль.** Ізраїль запропонував унікальний та комплексний підхід до психологічної підтримки військовослужбовців і поліцейських, що ґрунтується на багаторічному досвіді роботи в умовах постійної загрози безпеці. Основні програми формуються в межах відомств, які здійснюють відповідну роботу.

#### **Ministry of Defense Rehabilitation Department**

пропонує комплексні програми реабілітації для ветеранів, зокрема психологічну підтримку та професійну перепідготовку (Fabian, 2024):

##### **а) Програма «Одна душа»:**

– спрямована на військовослужбовців з діагностованим ПТСР;

– пропонує індивідуальну та групову терапію, арттерапію, терапію з тваринами;

– охоплює сімейну терапію для підтримання родини військовослужбовців;

##### **б) Програма професійної реабілітації:**

– допомагає військовослужбовцям, які залишають службу, у виборі нової кар'єри;

– надає професійне навчання та допомогу в працевлаштуванні;

– пропонує психологічну підтримку процесу переходу до цивільного життя.

*Israel Trauma and Resiliency Center (Ізраїльський центр травми та стійкості, NATAL)* – неурядова організація, що спеціалізується на

лікуванні травм, пов'язаних із тероризмом і війною, яка надає психологічну допомогу жертвам терору та війни, зокрема військовослужбовцям і правоохоронцям (About Us...). Пропонує цілодобову гарячу лінію для кризового втручання, надає довгострокову психотерапію для військовослужбовців, ветеранів та їх сімей, проводить дослідження та розробляє інноваційні методи лікування травм.

*Програми для правоохоронців через Israel Police.* Ізраїльська поліція реалізує спеціалізовані програми психологічної підтримки для своїх співробітників, зокрема підготовку до виходу на пенсію (Solomon, & Benbenishty, 1986; Solomon et al., 2021).

#### **Програми Поліції Ізраїлю:**

##### **а) відділ психологічної підтримки:**

– надає психологічну допомогу діючим співробітникам поліції;

– проводить регулярні психологічні обстеження та консультації;

– організовує тренінги з управління стресом і розвитку стійкості;

##### **б) програма підготовки до виходу на пенсію:**

– починається за декілька років до запланованого виходу на пенсію;

– охоплює семінари з фінансового планування, здорового способу життя, другої кар'єри;

– пропонує індивідуальне консультування для планування життя після служби.

*Програма «Братство воїнів» (Brothers in Arms):*

– ініціатива ветеранів для підтримки інших ветеранів;

– організовує групи підтримки, очолювані колишніми військовослужбовцями;

– здійснює заходи для соціалізації та реінтеграції ветеранів у суспільство.

*Центр посттравматичного стресового розладу імені Герцога:*

– спеціалізований центр лікування ПТСР;

– пропонує інноваційні методи лікування, зокрема віртуальну реальність;

– досліджує ефективність різних методів лікування ПТСР.

##### Особливості ізраїльського підходу:

1. Проактивність: психологічна підтримка починається ще під час активної служби та продовжується після її завершення.

2. Комплексність: програми охоплюють психологічні, соціальні та професійні аспекти адаптації.

3. Інтеграція досвіду: активне залучення ветеранів до роботи з діючими військовослужбовцями та правоохоронцями.

4. Інноваційність: використання новітніх технологій та методів урахування психологічних травм.

5. Культурна чутливість: програми враховують специфіку ізраїльського суспільства та його мультикультурність.

Отже, ізраїльський досвід засвідчує важливість створення всеохопної системи підтримки, яка починається з профілактичної роботи під час служби та продовжується довгостроковою підтримкою після її завершення. Слід зазначити, що ця система цілком може бути адаптована під виклики й потреби України, передусім у сучасних складних умовах.

## Висновки

1. Комплексний підхід: аналіз міжнародного досвіду та ситуації в Україні дає підстави стверджувати, що найефективніші програми психологічної підтримки правоохоронців і військовослужбовців мають комплексний характер, охоплюючи психологічну, соціальну та професійну адаптацію.

2. Раннє втручання: дослідження підтверджує важливість раннього початку підготовки до переходу до цивільного життя, що відображено в програмах низки країн.

3. Сімейно орієнтований підхід: програми, які передбачають підтримку сім'ї, мають кращі результати.

4. Специфіка правоохоронних органів: правоохоронці мають специфічні психологічні потреби, тож слід застосовувати окремий підхід, який враховано в програмах різних країн та адаптують в Україні.

5. Роль громадського сектору: дослідження засвідчує важливу роль громадських організацій та волонтерів у наданні психологічної підтримки, передусім в умовах обмежених ресурсів держави.

6. Довгострокова підтримка: виявлено необхідність довгострокових програм супроводу, які враховують можливість виникнення психологічних проблем навіть через роки після звільнення зі служби.

7. Потреба в подальших дослідженнях: урахувавши унікальність ситуації в Україні, постала нагальна потреба в подальших дослідженнях ефективності впроваджених програм і розробленні нових підходів до психологічної підтримки в умовах воєнного конфлікту, що триває.

8. Нормативно-правове регулювання: дослідження виявило критичну роль законодавчої бази в забезпеченні ефективної психологічної підтримки правоохоронців і військовослужбовців. У різних країнах спостерігаються різні підходи до нормативного регулювання цієї сфери:

а) комплексне законодавство: у США й Великій Британії наявна розвинена система законів і підзаконних актів, що регулюють

надання психологічної допомоги (наприклад, National Defense Authorization Act у США та Armed Forces Covenant у Великій Британії);

б) адаптивне законодавство: в Україні спостерігається активний процес адаптації законодавства до умов війни. Зокрема, було внесено зміни до Закону України «Про соціальний і правовий захист військовослужбовців та членів їх сімей», прийнято нові нормативні акти щодо психологічної реабілітації учасників бойових дій;

в) міжвідомча координація: важливим аспектом є створення нормативної бази для ефективної міжвідомчої взаємодії між різними структурами, що надають психологічну підтримку (військові психологічні служби, цивільні психологи, громадські організації);

г) стандартизація послуг: у різних країнах, зокрема й Україні, розробляють і впроваджують стандарти надання психологічних послуг військовослужбовцям і правоохоронцям, що закріплюють на нормативному рівні;

д) фінансове забезпечення: важливим аспектом нормативного регулювання є закріплення механізмів фінансування програм психологічної підтримки на законодавчому рівні, що забезпечує їх стабільність і довгострокову перспективу;

е) права та гарантії: законодавство різних країн, зокрема й України, дедалі більше уваги зосереджує на закріпленні прав військовослужбовців і правоохоронців на отримання психологічної допомоги та соціальних гарантій, пов'язаних з психологічною реабілітацією.

Аналіз нормативно-правової бази різних країн дає підстави стверджувати, що ефективна система психологічної підтримки потребує не лише розроблення відповідних програм, а й створення потужного законодавчого фундаменту, який забезпечував би їх реалізацію, фінансування та розвиток. У реаліях України надзвичайно важливим є подальше вдосконалення нормативно-правової бази з огляду на досвід війни та кращі міжнародні практики.

Загалом дослідження засвідчило, що ефективна психологічна підтримка правоохоронців і військовослужбовців потребує комплексного, індивідуалізованого підходу, який враховує специфіку служби, особливості переходу до цивільного життя та унікальні виклики, що постають перед кожною країною. Досвід України в умовах війни може стати цінним внеском у розвиток глобальних практик психологічної підтримки в екстремальних умовах.

## References

- [1] About the Yellow Ribbon Reintegration. Site "Program Yellow Ribbon Reintegration". Retrieved from <https://www.yellowribbon.mil/>.
- [2] About Us. Site "NATAL". Retrieved from <https://www.natal.org.il/en/about-us/>.



- [3] Blais, A.-R., Sullivan-Kwantes, W., & McCreary, D.R. (2006). *Post-deployment reintegration experiences of AF personnel: Implications for scale development: Technical Report Defence R&D Canada*. Toronto. Retrieved from <https://apps.dtic.mil/sti/pdfs/ADA473007.pdf>.
- [4] Blue Light Programme. Site "*Mind*". Retrieved from <https://www.mind.org.uk/news-campaigns/campaigns/blue-light-programme/>.
- [5] Career Transition Partnership. Site "*GOV.UK*". Retrieved from <https://www.gov.uk/guidance/career-transition-partnership>.
- [6] Richman, M. (2019). Conference to examine health, legal issues involving Veterans and others who break the law. Site "*U.S. Department of Veterans Affairs*". Retrieved from <https://www.research.va.gov/currents/0219-Conference-to-examine-health-legal-issues-involving-Veterans-and-others-who-break-the-law.cfm>.
- [7] Fabian, E. (2024). Defense Ministry Rehabilitation Department says over 10,000 troops treated since Oct. 7. Site "*The Time of Israel*". Retrieved from <https://www.timesofisrael.com/over-10000-israeli-troops-treated-since-oct-7-says-ministry-rehab-department/>.
- [8] Donnelly, E., Valentine, C., Oehme, K. (2015). Law Enforcement Officers and Employee Assistance Programs. *Policing: An International Journal of Police Strategies & Management*, 38(2), 206-220.
- [9] Kinnaird, B.A. Life After Law Enforcement. Finding the hidden splendor for our warriors in blue "after the smoke clears". Site "*Psychology Today*". Retrieved from <https://www.psychologytoday.com/us/blog/the-hero-in-you/201507/life-after-law-enforcement>.
- [10] Kintzle, S., Keeling, M., Xintarianos, E., & Williams, K. (2015). Exploring the economic and employment challenges facing U.S. veterans: A qualitative study of Volunteers of America service providers and veteran clients. *Clinical Psychology*. Retrieved from <https://www.researchgate.net/publication/280238737>.
- [11] Le, A., Ngnoumen, Ch.T., & Langer, E.J. (2014). *The Wiley Blackwell Handbook of Mindfulness* (Vol. II). Wiley Blackwell. Retrieved from [https://elizabeth-stanley.com/wp-content/uploads/2019/08/Stanley\\_2014\\_Wiley-handbook-of-mindfulness\\_MMFT-chapter.pdf](https://elizabeth-stanley.com/wp-content/uploads/2019/08/Stanley_2014_Wiley-handbook-of-mindfulness_MMFT-chapter.pdf).
- [12] Mental health support for veterans, service leavers and reservists. Site "*NHS England*". Retrieved from <https://www.nhs.uk/nhs-services/armed-forces-community/mental-health/veterans-reservists/>.
- [13] Operational Stress Injury Social Support (OSISS). Site "*Government of Canada*". Retrieved from <https://www.canada.ca/en/department-national-defence/services/benefits-military/health-support/casualty-support/peer-support/osiss.html>.
- [14] Prioritize full implementation of the RCMP Employee Well-being Strategy. Site "*Royal Canadian Mounted Police*". Retrieved from <https://www.rcmp-grc.gc.ca/en/change-the-rcmp/support-modern-policing/prioritize-full-implementation-the-rcmp-employee-well-being-strategy>.
- [15] Ruiz, J., & Morrow, E. (2005). Retiring the Old Centurion: Life after a Career in Policing – An Exploratory Study. *International Journal of Public Administration*, 28(13-14), 1151-1186. doi: 10.1080/01900690500290686.
- [16] Second Career Assistance Network (SCAN). Seminars now available online. Site "*Canadian Military Family Magazine*". Retrieved from [https://www.cmfmag.ca/progs\\_services/second-career-assistance-network-scan-seminars-now-available-online/](https://www.cmfmag.ca/progs_services/second-career-assistance-network-scan-seminars-now-available-online/).
- [17] Solomon, Z., Bachem, R., Levin, Y., Ginzburg, K., & Zerach, G. (2021). Long-term trajectories of posttraumatic stress disorder: Categorical and dimensional perspectives. *European Journal of Psychotraumatology*, 12(1). doi: 10.1080/00332747.2018.1485369.
- [18] Solomon, Z., & Benbenishty, R. (1986). The role of proximity, immediacy, and expectancy in frontline treatment of combat stress reaction among Israelis in the Lebanon War. *American Journal of Psychiatry*, 143(5), 613-617. doi: 10.1176/ajp.143.5.613.
- [19] The Challenges Facing the Department of Veterans Affairs in 2021. (n.d.). Retrieved from <https://www.americanprogress.org/article/challenges-facing-department-veterans-affairs-2021/>.
- [20] The Police Rehabilitation Centre Flint House. A professional HealthCare Provider specialising in the treatment of police officers. Site "*Defence Police Federation*". Retrieved from <https://dpf.org.uk/services/the-police-rehabilitation-centre-flint-house/>.
- [21] U.S. Department of Defense. Site "*DoD Transition Assistance Program*". Retrieved from <https://dodtap.mil/>.
- [22] Vet Center Program. Site "*U.S. Department of Veterans Affairs*". Retrieved from <https://www.vetcenter.va.gov/>.
- [23] Waters, J. A., & Ussery, W. (2007). Police stress: history, contributing factors, symptoms, and interventions. *Policing: An International Journal*, 30(2), 169-188. doi: 10.1108/13639510710753199.

### Список використаних джерел

- [1] About the Yellow Ribbon Reintegration. *Program Yellow Ribbon Reintegration* : [site]. URL: <https://www.yellowribbon.mil/>.
- [2] About Us. *NATAL* : [site]. URL: <https://www.natal.org.il/en/about-us/>.
- [3] Blai, A.-R., Sullivan-Kwantes W., McCreary D. R. Post-deployment reintegration experiences of AF personnel: Implications for scale development : Technical Report Defence R&D Canada. Toronto, 2006. 42 p. URL: <https://apps.dtic.mil/sti/pdfs/ADA473007.pdf>.
- [4] Blue Light Programme. *Mind* : [site]. URL: <https://www.mind.org.uk/news-campaigns/campaigns/blue-light-programme/>.
- [5] Career Transition Partnership. *GOV.UK* : [site]. URL: <https://www.gov.uk/guidance/career-transition-partnership>.
- [6] Richman M. Conference to examine health, legal issues involving Veterans and others who break the law. *U.S. Department of Veterans Affairs* : [site]. 2019. URL: <https://www.research.va.gov/currents/0219-Conference-to-examine-health-legal-issues-involving-Veterans-and-others-who-break-the-law.cfm>.
- [7] Fabian E. Defense Ministry Rehabilitation Department says over 10,000 troops treated since Oct. 7. *The Time of Israel* : [site]. 2024. URL: <https://www.timesofisrael.com/over-10000-israeli-troops-treated-since-oct-7-says-ministry-rehab-department/>.
- [8] Donnelly E., Valentine C., Oehme, K. Law Enforcement Officers and Employee Assistance Programs. *Policing: An International Journal of Police Strategies & Management*. 2015. No. 38 (2). P. 206–220.
- [9] Kinnaird B. A. Life After Law Enforcement. Finding the hidden splendor for our warriors in blue «after the smoke clears». *Psychology Today* : [site]. URL: <https://www.psychologytoday.com/us/blog/the-hero-in-you/201507/life-after-law-enforcement>.
- [10] Kintzle S., Keeling M., Xintarianos E., Williams K. Exploring the economic and employment challenges facing U.S. veterans: A qualitative study of Volunteers of America service providers and veteran clients. *Clinical Psychology*. 2015. URL: <https://www.researchgate.net/publication/280238737>.
- [11] Le A., Ngnoumen Ch. T., Langer E. J. The Wiley Blackwell Handbook of Mindfulness. Volume II. Wiley Blackwell, 2014. 985 p. URL: [https://elizabeth-stanley.com/wp-content/uploads/2019/08/Stanley\\_2014\\_Wiley-handbook-of-mindfulness\\_MMFT-chapter.pdf](https://elizabeth-stanley.com/wp-content/uploads/2019/08/Stanley_2014_Wiley-handbook-of-mindfulness_MMFT-chapter.pdf).
- [12] Mental health support for veterans, service leavers and reservists. *NHS England* : [site]. URL: <https://www.nhs.uk/nhs-services/armed-forces-community/mental-health/veterans-reservists/>.
- [13] Operational Stress Injury Social Support (OSISS). *Government of Canada* : [site]. URL: <https://www.canada.ca/en/department-national-defence/services/benefits-military/health-support/casualty-support/peer-support/osiss.html>.
- [14] Prioritize full implementation of the RCMP Employee Well-being Strategy. *Royal Canadian Mounted Police* : [site]. URL: <https://www.rcmp-grc.gc.ca/en/change-the-rcmp/support-modern-policing/prioritize-full-implementation-the-rcmp-employee-well-being-strategy>.
- [15] Ruiz J., Morrow E. Retiring the Old Centurion: Life after a Career in Policing – An Exploratory Study. *International Journal of Public Administration*. 2005. No. 28 (13–14). P. 1151–1186. doi: 10.1080/01900690500290686.
- [16] Second Career Assistance Network (SCAN). Seminars now available online. *Canadian Military Family Magazine* : [site]. URL: [https://www.cmfmag.ca/progs\\_services/second-career-assistance-network-scan-seminars-now-available-online/](https://www.cmfmag.ca/progs_services/second-career-assistance-network-scan-seminars-now-available-online/).
- [17] Solomon Z., Bachem R., Levin Y., Ginzburg K., Zerach G. Long-term trajectories of posttraumatic stress disorder: Categorical and dimensional perspectives. *European Journal of Psychotraumatology*. 2021. No. 12 (1). doi: 10.1080/00332747.2018.1485369.
- [18] Solomon Z., Benbenishty R. The role of proximity, immediacy, and expectancy in frontline treatment of combat stress reaction among Israelis in the Lebanon War. *American Journal of Psychiatry*. 1986. No. 143 (5). P. 613–617. doi: 10.1176/ajp.143.5.613.
- [19] The Challenges Facing the Department of Veterans Affairs in 2021. URL: <https://www.americanprogress.org/article/challenges-facing-department-veterans-affairs-2021/>.
- [20] The Police Rehabilitation Centre Flint House. A professional HealthCare Provider specialising in the treatment of police officers. *Defence Police Federation* : [site]. URL: <https://dpf.org.uk/services/the-police-rehabilitation-centre-flint-house/>.
- [21] U.S. Department of Defense. *DoD Transition Assistance Program* : [site]. URL: <https://dodtap.mil/>.
- [22] Vet Center Program. *U.S. Department of Veterans Affairs* : [site]. URL: <https://www.vetcenter.va.gov/>.
- [23] Waters J. A., Ussery W. Police stress: history, contributing factors, symptoms, and interventions. *Policing: An International Journal*. 2007. Vol. 30. No. 2. P. 169–188. doi: 10.1108/13639510710753199.

# International Experience of Psychological Support for Police and Military Personnel before Discharge from Service

## **ANDROSIUK Viacheslav**

PhD in Psychology, Professor, Leading Research Fellow of the Scientific Laboratory on Problems of Psychological Support and Psychophysiological Research of Educational of the National Academy of Internal Affairs

Kyiv, Ukraine

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9106-2586>;

## **GALUSTIAN Olena**

PhD in Law, Senior Research Fellow of the Scientific Laboratory on Problems of Psychological Support and Psychophysiological Research of the National Academy of Internal Affairs

Kyiv, Ukraine

ORCIDL <https://orcid.org/0000-0003-2898-2387>

**Abstract.** The article presents a comprehensive review of international experience of psychological support for military and law enforcement personnel in the transition to civilian life and retirement. The authors study the practices of the USA, the UK, Canada, Israel, analyzing various programs and methods of psychological support, their effectiveness and adaptability. The study reveals key features of the approaches of different countries. The United States demonstrates the complexity of programs that cover the entire spectrum of needs - from psychological support to employment and financial planning. The study notes the innovativeness of American methods, including the use of virtual reality to treat PTSD. The United Kingdom focuses on early intervention and overcoming stigma around mental health by integrating government and charitable initiatives. The Canadian experience is characterized by interagency cooperation and cultural sensitivity of programs, taking into account the needs of different population groups. Israel offers a proactive approach, taking into account the constant threat to security, starting psychological support during active service and continuing it afterwards. The Israeli model demonstrates the effectiveness of integrating the experience of veterans into work with active military personnel. The article examines the adaptation of international experience to Ukrainian realities, the integration of civilian specialists and volunteers into the psychological support system, and programs to support military families. The authors emphasize the importance of a comprehensive, evidence-based approach to psychological support that takes into account the specific needs of target groups. The need to continuously adapt programs to new challenges, such as the COVID-19 pandemic and changes in the nature of military conflicts, is noted. The article offers valuable practices for improving psychological support systems, especially in countries facing similar challenges. The study may be useful for policy makers, psychologists, social workers, and other professionals involved in working with military personnel, law enforcement officers, and veterans.

**Keywords:** psychological support; law enforcement officers; military personnel; discharge from service; adaptation to civilian life; preparation for retirement; international experience.