

РОЛЬ АДАПТОВАНИХ ПСИХОАНАЛІТИЧНИХ ВТРУЧАНЬ У ЗМІЦНЕННІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ ПРАВООХОРОНЦІВ: КЛІНІЧНА ІЛЮСТРАЦІЯ

Наталія Вероніка Бачинська, професор кафедри спеціальної фізичної підготовки,
Дніпровський державний університет внутрішніх справ, магістр психології
м. Дніпро, Україна

Андрій Семенець, приватний психотерапевт, магістр психології
м. Дніпро, Україна

THE ROLE OF ADAPTED PSYCHOANALYTIC INTERVENTIONS IN STRENGTHENING THE PSYCHOLOGICAL RESILIENCE OF LAW ENFORCEMENT OFFICERS: A CLINICAL ILLUSTRATION

Natalia Veronika Bachynska, M. Sc. in Psychology,
Professor of the Special Physical Training Department, Dnipro State University of Internal Affairs
Dnipro, Ukraine
<http://orcid.org/0000-0002-0448-9187>
nat3vero@gmail.com

Andrii Semenets, M. Sc. in Psychology, psychotherapist in private practice
Dnipro, Ukraine
<http://orcid.org/0000-0003-1777-4320>
tireks27@gmail.com

Вступ. Професійна діяльність правоохоронців супроводжується високими психологічними та емоційними навантаженнями у зв'язку з постійною взаємодією зі стресовими, травматичними та агресивними ситуаціями (Богуславський, Булах & Бачинська, 2024: 94). У результаті цього значна кількість працівників правоохоронних структур стикається з травматичними переживаннями, які можуть призвести до емоційного вигорання або посттравматичного стресового розладу (ПТСР) (Becker, Paixão & Quartilho, 2022: 58).

Від рівня психологічної стійкості працівника чи працівниці правоохоронних органів залежить не тільки його чи її здатність на високому рівні виконувати професійні обов'язки, але й ефективність роботи в правоохоронних структурах та загальний рівень безпеки. Адаптований психоаналітичний підхід може стати важливим інструментом у подоланні тяжких

емоційних переживань, вигорання чи ПТСР, тому що він дозволяє досліджувати глибинні несвідомі механізми, що опосередковують реакцію на стрес, а також сприяє розвитку стійкості та емоційної регуляції у професійній діяльності (Дорожкін, 2024; Петренко, 2021: 35).

Психоаналітичні втручання як інструмент глибокого аналізу внутрішніх конфліктів та особистих переживань є важливим засобом формування та підтримки психологічної стійкості правоохоронців, адже вони дозволяють виявляти та працювати зі стресами, різноманітними емоційними реакціями, а також несвідомими конфліктами та травмами, що виникають або загострюються під час складних умов професійної діяльності фахівців (Великодна, 2023).

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Психоаналітичний підхід широко застосову-

ється як для розуміння стресостійкості правоохоронців, так і для практики її підтримки та розвитку (Alayarian, 2018; Young, 2004). Так, І. Петренко у своїй роботі описує успішний досвід використання психоаналітичних методів для роботи зі стресовими ситуаціями в правоохоронних органах, зокрема, через розуміння несвідомих механізмів і захисних механізмів особистості (Петренко, 2021: 35). М. Великодна (2023: 39) наводить дані, що підтверджують ефективність використання психоаналізу та психоаналітичної психотерапії як доказової практики з дорослими, в тому числі із комплексною посттравматичною симптоматикою.

Особливості використання психоаналітичного підходу в підтримці психологічної стійкості працівників правоохоронних органів викладено у роботі В. Ковальчук (2020: 77). Результати успішного використання психоаналітичної терапії як методу профілактики емоційного вигорання в професії правоохоронця наведено М. Романовою (2019: 105). Важливим внеском також є психодинамічне розуміння резильєнтності в цілому розглянуто у публікації Г. Лазос (2023: 35). В іноземних виданнях також відзначене перспективне застосування психоаналітичних підходів у розвитку емоційної стійкості поліцейських та інших правоохоронців, зокрема через техніки, що сприяють усвідомленню й управлінню стресовими ситуаціями (Alexander, 2002).

Емоційне вигорання є однією з серйозних загроз для працівників правоохоронних структур. Стресові ситуації, які часто повторюються, а також перевантаження на роботі, регулярний контакт з агресією та насильством можуть призвести до втоми, апатії, зниження мотивації, інших фізичних проблем. Психоаналітична терапія допомагає у запобіганні вигоранню й підтримці необхідної емоційної стійкості (Романова, 2019).

Психоаналітично зорієнтований фахівець може допомогти правоохоронцю у виявленні перших ознак емоційного вигорання, наприклад таких, як фізична втома, зниження інтересу до роботи, відчуття безнадійності, що дозволяє розпочати терапію на ранніх етапах, запобігаючи подальшому розвитку вигорання.

Для успішної кар'єри працівників правоохоронних структур емоційна стійкість є надзвичайно важливою. Консультації з психоаналітичним фахівцем допомагають правоохоронцям у підтримці мотивації, у відновленні емоційної стійкості навіть в умовах постійної динаміки стресу. Адаптовані психоаналітичні втручання можуть допомогти у розгляді більш глибоких аспектів професії правоохоронців, у віднайденні сенсу в роботі, що дає змогу підтримувати мотивацію та зберігати внутрішній ресурс на тривалий період. Впровадження адаптованих психоаналітичних втручань може допомогти у зміні ставлення правоохоронця до стресових ситуацій, замінюючи деструктивні стратегії на інші, більш здорові способи подолання труднощів. Усі ці аспекти дозволяють правоохоронцям залишатися емоційно стабільними й не виснажуватись їх внутрішньому ресурсу (Amir & Shefler, 2020: 536).

Якщо постійний стрес у роботі, втома або інші емоції не будуть пропрацьованими, це може призвести до стану апатії або депресії. Тому адаптовані психоаналітичні втручання сприяють профілактиці цих або інших негативних станів, що допомагає фахівцям правоохоронних структур у підтримці психологічного здоров'я.

Таким чином, цей напрям відзначається високим рівнем актуальності та потребує подальшого теоретичного осмислення й емпіричного наповнення новими даними, що й стало метою наших досліджень. Враховуючи, що питання застосування психоаналітичних втручань в особливих умовах уже знайшло певне висвітлення в наукових дослідженнях, актуальним є їхня адаптація та модернізація відповідно до специфіки роботи саме з правоохоронцями. Усе це обґрунтовує доцільність цього наукового пошуку.

Мета цієї статті – проаналізувати роль адаптованих психоаналітичних втручань у зміцненні психологічної стійкості правоохоронців на основі клінічних ілюстрацій.

Завдання дослідження:

1. Окреслити особливості застосування психоаналітичних втручань, адаптованих до умов воєнного часу, у роботі з правоохоронцями.

2. Проаналізувати поєднання психоаналітичних та стабілізаційних технік у підтримці психологічної стійкості правоохоронців.

3. Висвітлити можливості психоаналітичного підходу у подоланні професійних стресів та травматичних переживань.

4. Розглянути роль адаптованих психоаналітичних інтервенцій у формуванні внутрішніх ресурсів та механізмів адаптації правоохоронців.

5. Узагальнити клінічні ілюстрації застосування психоаналітичних втручань як інструменту профілактики емоційного вигорання та підтримки психологічного здоров'я.

Методи дослідження: аналіз спеціальної науково-методичної літератури, що розкриває обрану проблематику; метод аналізу клінічних випадків.

Виклад основного матеріалу з обґрунтуванням отриманих результатів. Ключовим чинником, що забезпечує ефективність роботи правоохоронців в умовах постійного емоційного навантаження та стресу, є їхня психологічна стійкість (Гончарова, 2021: 165). Професія правоохоронця має низку вимог, а саме: високу професійну підготовку, здатність співробітників до емоційної та психологічної регуляції, адже щодня вони стикаються з різноманітними конфліктними та стресовими ситуаціями, насильствами, трагедіями тощо. У цьому контексті психоаналітична парадигма відіграє важливу роль: вона дає змогу глибше зрозуміти внутрішні психологічні механізми, що впливають на психологічний стан та поведінку працівників правоохоронних органів (Петренко, 2021: 35).

Перейдемо до визначення психологічної стійкості та її значення для правоохоронців. Під психологічною стійкістю ми маємо на увазі здатність особистості витримувати стресові ситуації, ефективно долати труднощі та вміти адаптуватись до змін навколишнього середовища без серйозних психологічних наслідків. Стосовно правоохоронців це означає вміння зберігати спокій, не дозволяти стресу й емоціям впливати на професійну діяльність, мати навички приймати важливі зважені рішення в умовах кризових ситуацій. Психоаналітичні методи дозволяють правоохоронцям якісно розвивати ці здатності через

дослідження внутрішніх конфліктів, несвідомих процесів та особистих переживань, що можуть спричинити емоційне вигорання або стрес.

Окремі аспекти психоаналітичної техніки, зокрема вільні асоціації та аналіз сновидінь, дозволяє правоохоронцям зрозуміти свої глибинні несвідомі процеси, які можуть сприяти емоційним реакціям у стресових та складних ситуаціях. Правоохоронцями часто не усвідомлюється той факт, що їхні реакції на травматичні події можуть бути спричинені не тільки зовнішніми обставинами, але й невіршеними психологічними травмами або внутрішніми конфліктами. Таким чином, психоаналітичні втручання дозволяють виявити ці неусвідомлювані внески психіки, що дає можливість розробити стратегії кращого подолання стресу.

Відомо, що правоохоронці часом можуть переносити власні емоційні переживання на інших (підозрюваних або жертв), тому в цьому випадку аналіз механізмів проєкції та перенесення допомагає виявляти такі явища й знижувати їхній вплив на поведінку фахівців правоохоронних структур у критичних ситуаціях. Наступне, що може посилювати психологічний стрес, це внутрішні конфлікти між бажанням допомогти та необхідністю діяти згідно з інструкціями та законами. У цьому випадку психоаналітичні втручання дозволяють розібратися в цих конфліктах і сприяти їх позитивному вирішенню.

У своїй професійній діяльності співробітники правоохоронних органів часто стикаються з травматичними подіями, як-от: насильство, аварії, смерть, що може призвести до вторинної травматизації, травми свідка чи до розвитку ПТСР. У цьому випадку психоаналітичні втручання допомагають в обробці цих травм через усвідомлення своїх емоцій, почуттів, аналіз їх причин та наслідків.

Психоаналітичні втручання сприяють розвитку саморефлексії, тобто можливості усвідомлювання та аналізу власних думок, емоцій та реакцій. Це є важливим для підвищення психологічної стійкості, тому що саморефлексія дозволяє зрозуміти, чому конкретні ситуації викликають сильні емоційні реакції та як з ними працювати (рис. 1).

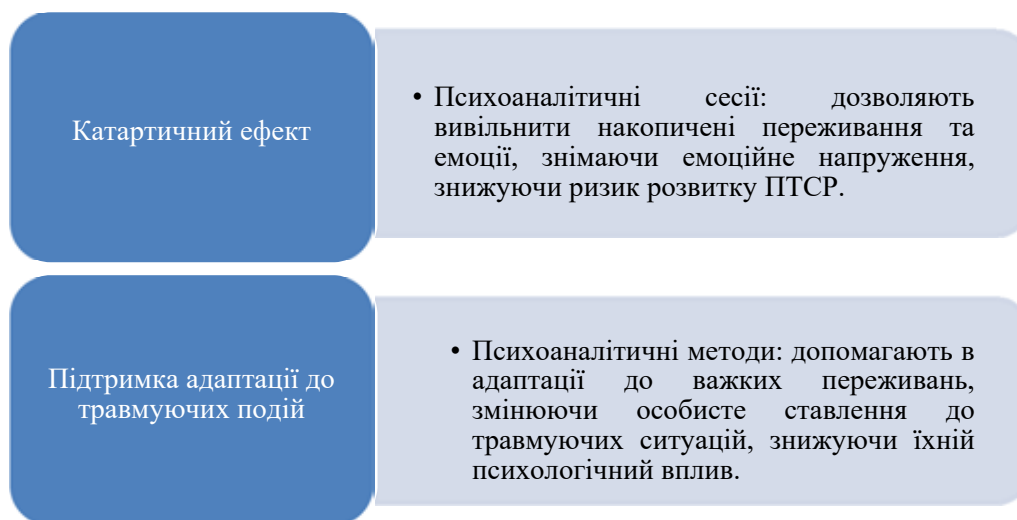


Рис. 1. Психоаналітичні інтервенції у роботі з травматичними переживаннями правоохоронців

Психоаналітичні підходи допомагають працівникам правоохоронних органів з'ясувати, чому вони переживають певні занепокоєння або стрес у конкретних ситуаціях, що, своєю чергою, дозволяє знайти більш конструктивні способи справлятися з ними. Практика саморефлексії дає фахівцям правоохоронних структур можливість змінювати свої реакції, а також своє ставлення на стресовій ситуації, що, своєю чергою, підвищує їхню стійкість до аналогічних ситуацій у майбутньому.

Загалом психоаналітичні втручання можуть стати важливою частиною у загальній системі психологічної підтримки правоохоронців. Їх можна інтегрувати в спеціальні тренінги для

поліпшення стресостійкості, а також використовувати у якості індивідуальних консультацій із психотерапевтами для подолання стресових ситуацій (рис. 2).

У роботі з працівниками правоохоронних органів можуть бути ефективно застосовані методи психоаналітичної роботи для зниження стресу та підвищення емоційної стійкості (Bastos, Guimaraes & Trentini, 2015: 612). Вони є потужним інструментом для дослідження й розуміння несвідомих процесів, які впливають на емоційний стан людини (Ковальчук, 2020: 77). У табл. 1 наведено декілька основних таких технік, які можуть бути ефективними в роботі правоохоронців.

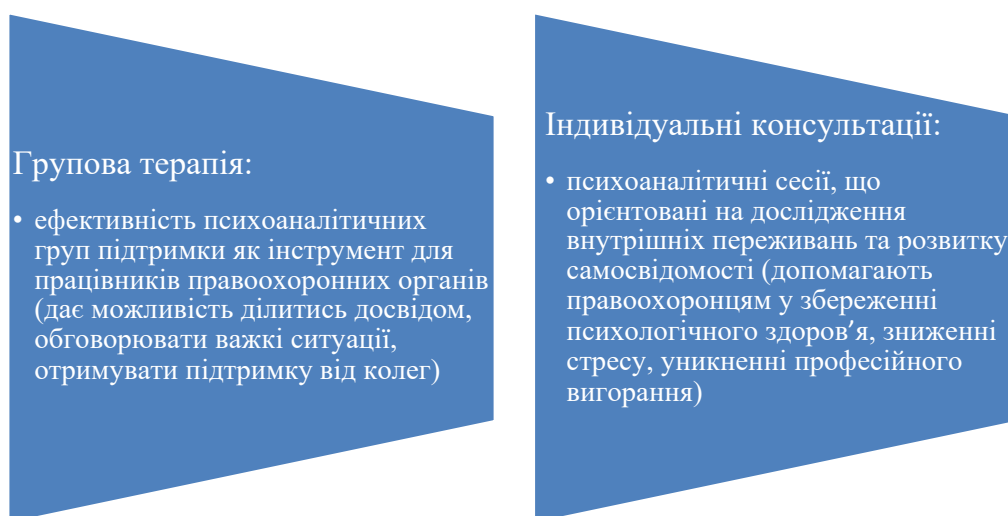


Рис. 2. Психоаналітичні втручання як частина системи психологічної підтримки

Таблиця 1

Основні техніки психоаналітичної роботи для підтримки психологічної стійкості та зниження стресу у правоохоронців

Техніка	Призначення, дія, результат
Вільні асоціації як частина індивідуальної або групової терапії	1. Розкриття несвідомих переживань (можуть бути виявлені приховані емоції, страхи, переживання, що спричиняють тривожність або стрес у роботі правоохоронців). 2. Зменшення напруги (висловлення неусвідомлених думок для зниження емоційного напруження, що накопичується через регулярні стресові робочі ситуації).
Робота з механізмами захисту	1. Аналіз механізмів захисту (може допомогти у виявленні неусвідомлених емоційних реакцій і зниженні їхнього негативного впливу). 2. Корекція неефективних стратегій (допомога психоаналітичними методами замінити неадекватні стратегії захисту, що призводять до агресивної поведінки, емоційної ізоляції, на більш конструктивні способи реагування на стрес).
Психоаналітична інтерпретація емоційних реакцій	1. Розуміння причин емоційних реакцій (допомога правоохоронцю у розумінні, чому певні ситуації викликають надмірні емоційні реакції, дослідження несвідомих факторів, що спричиняють ці емоції). 2. Регуляція емоцій (з'ясування причин емоційних реакцій для розвитку більш здорових механізмів емоційної регуляції, зниження рівня стресу).
Техніка «контейнування»	1. Утримання стресових емоцій поза службовою діяльністю (допомога у створенні уявного контейнера, в який можна «покласти» важкі переживання, емоції, щоб вони не впили на прийняття рішень та / або взаємодію з іншими людьми). 2. Стимулювання емоційної стабільності (регулярна практика техніки дозволяє більш ефективно правоохоронцям справлятися з важкими емоціями та зберігати спокій у стресових ситуаціях).
Інтерпретація перенесення	1. Виявлення несвідомих патернів поведінки (допомагає правоохоронцям виявити та усвідомити емоційні реакції, що пов'язані з минулими переживаннями або незавершеними психологічними конфліктами). 2. Полегшення взаємодії (через усвідомлення та корекцію перенесених реакцій правоохоронці можуть краще управляти своїми емоціями, взаємодією з іншими людьми у стресових ситуаціях).
Катарсис (емоційне вираження)	Вивільнення накопичених емоцій, що не були виражені або опрацьовані, у вигляді: 1) емоційного розвантаження (працівники правоохоронних органів можуть накопичувати емоційне навантаження – катарсис допомагає відновити психологічний баланс); 2) зменшення внутрішнього конфлікту (процес катарсису дозволяє зменшити конфлікти між свідомими та несвідомими потягами, що часто призводить до переживання стресу чи тривоги, і дає можливість працювати з травматичними переживаннями)

Правило вільних асоціацій є ключовим для психоаналітичної роботи, що дозволяє клієнту висловлювати у вільній формі свої думки, уявлення, почуття, не обмежуючи себе соціальними та емоційними бар'єрами. Сам процес такого вільного мовлення у присутності приязно налаштованого психоаналітика є терапевтичним, однак ще більш важливим є зміст асоціацій, здобутих у такий спосіб. Вони самі та зв'язок між ними потребують аналізу та інтерпретації для правоохоронця. До прикладу, у психоаналітичній теорії механізми захисту є такою стратегією, яку використовує психіка для захисту свідомості від неприємних емоцій або переживань. У правоохоронців у професійній діяльності часто спостеріга-

ється надмірне використання деяких захисних механізмів, наприклад проєкції або перенесення (перенесення негативних рис чи емоцій на інших), інтелектуалізації (абстрагування від емоцій), раціоналізації (пояснення власної поведінки сторонніми впливами) тощо. Обговорення цих процесів сприяє тому, що правоохоронець здатен відстежувати їх надалі.

Втім, правоохоронці у роботі часто мають справу з насильством, агресією та іншими екстремальними емоціями, які можуть викликати серйозні емоційні реакції, і в таких випадках психоаналітична інтерпретація часом не допомагає. Натомість більш важливим є контейнування клієнта фахівцем, а також навчання техніки самоконтейнування, що ґрунтується на

використанні уявного «контейнера» з метою символічного перетворення неприємних переживань та / або емоцій для зниження їхнього впливу на повсякденну діяльність.

Не менш важливою є робота із перенесенням. Перенесення та проєкція, які виникають у правоохоронця в процесі психоаналітичної роботи щодо терапевта, можуть проливати світло на особливості взаємодії з підозрюваними, жертвами або колегами. Проілюстровано наведені техніки випадками з практики, описаними на умовах конфіденційності.

Клінічна ілюстрація

Клінічний випадок: психоаналітична консультація правоохоронця в екстремальних ситуаціях.

Пацієнт: О., 35 років, працівник поліції, досвід роботи 11 років.

Причина звернення: О. звернувся за допомогою через постійний стрес, який виникає в процесі виконання ним службових обов'язків, а також через труднощі в адаптації до екстремальних ситуацій. На консультації він повідомив, що в нього почали виникати тривожні думки та безсоння після участі в декількох напружених операціях за фахом, які пов'язані з ризиком для життя. О. також згадав про труднощі у взаємодії з колегами, коли обговорюються його емоційні реакції під час кризових ситуацій.

Обговорення клінічного випадку. Під час першої консультації психоаналітичний терапевт звернув увагу на особливості роботи О., на стресові фактори, з якими він стикається. Пацієнт описав ситуації, в яких він брав участь,

як такі, що напружені та травмують. Також він розповів про моменти, коли йому доводилось приймати швидкі рішення в критичних ситуаціях із ризиком не тільки для свого життя, але й для життя колег та громадян. Він поділився, що часто переживає з того приводу, як його рішення впливають на результат професійних операцій, та що через це в нього виникають почуття провини та тривоги.

На консультації розпочалось дослідження внутрішнього конфлікту О. між його службовими обов'язками, що вимагають швидких та рішучих дій, та його особистими переживаннями (на рис. 3 представлено психоаналітичний підхід до клінічного випадку пацієнта). О. пояснив, що не може завжди правильно розрізнити, де закінчуються його професійні дії, а де починаються особисті переживання, що пов'язані зі стресом, моральними питаннями тощо.

Під час низки консультацій було виявлено, що О. має в собі приховані почуття провини, які виникли після професійного випадку, коли він був змушений застосувати силу під час затримання правопорушника. Він зізнався, що відчував страх та гнів, але не міг собі дозволити проявляти ці емоції у зв'язку з думкою, що в такому разі він слабкий професіонал. Фахові консультації допомогли О. в усвідомленні цих емоційних блоків та у навчанні приймати свої посадові обов'язки та вимушені дії, яких вони вимагають, більш стерпними і без надмірного почуття провини.

Також у процесі консультацій було виявлено, що О. найчастіше використовуються такі



Рис. 3. Адаптований психоаналітичний підхід у клінічному випадку пацієнта

захисні механізми, як проєкції, тобто перенесення власних страхів на інших, щоб мати змогу впоратися з емоційним навантаженням, а також репресія – пригнічення неприємних емоцій. У процесі роботи з фахівцем йому було надано допомогу в розпізнаванні цих механізмів та у розробленні способів більш здорового реагування на стресові ситуації – через вираження емоцій у безпечному контексті, зокрема у психологічних тренінгах, під час бесід із колегами.

Для покращення адаптації О. до стресових ситуацій додатково було запропоновано декілька технік, таких як: 1) робота із диханням і релаксація для зниження рівня стресу в момент напруження; 2) рефлексія та ведення щоденника (для можливості відобразити свої почуття після складних ситуацій та виявити закономірності у своїх емоційних реакціях); 3) моделювання ситуацій для підготовки до критичних моментів, що дозволяє зменшити почуття неспокою та підвищити впевненість у собі.

Результати консультування: після кількох сеансів О. став відчувати полегшення, він зміг краще справлятися з негативними емоціями та тривогою. Він став більш відкритим в обговоренні своїх переживань із колегами, звернув увагу на важливість емоційної підтримки в робочому колективі. Також у О. покращилась здатність приймати рішення в екстремальних ситуаціях у зв'язку з тим, що він почав краще розуміти свої внутрішні конфлікти та став більш гнучким у реагуванні на стрес.

Таким чином, консультації з психоаналітичним терапевтом для пацієнта О. допомогли не тільки знизити рівень стресу, а й адаптуватись до складних робочих умов, забезпечили йому інструменти для більш ефективного управління емоціями в екстремальних ситуаціях. Психоаналітичний підхід виявився корисним для вирішення як професійних, так і особистих проблем у контексті роботи в секторі безпеки та оборони.

Висновки і перспективи подальших розробок. Працівники поліції, Служби безпеки України, прикордонники та фахівці інших правоохоронних органів постійно мають справу з небезпечними та емоційно складними ситуаціями, такими як агресія, насильство, різноманітні травматичні події. У таких умовах важливо не тільки мати хорошу фізичну підготовку та спеціальну витривалість, але й розвивати психологічну стійкість.

Психоаналітично орієнтовані втручання є важливими інструментами для збереження психологічного здоров'я правоохоронців та профілактики емоційного вигорання. Вони допомагають у розпізнаванні та опрацюванні несвідомих конфліктів і травматичних переживань, у розвитку емоційної саморегуляції, підтримці внутрішньої мотивації й стійкості до стресу. Це дає змогу правоохоронцям зберігати професійну продуктивність, більш ефективно справлятися з важкими ситуаціями, уникати негативних психологічних наслідків (наприклад, депресії або вигорання).

Адаптовані психоаналітичні втручання можуть стати ефективним інструментом у подоланні травматичних переживань, що виникають через професійні стреси у працівників правоохоронних структур. Психоаналітично орієнтований підхід використовує такі техніки, як вільні асоціації, робота з механізмами захисту та перенесенням тощо, що дає змогу розвивати більш здорові способи реагування на стрес та краще адаптуватись до складних професійних викликів. Ці та інші методи сприяють підтриманню психологічної стійкості, що є важливим для ефективної роботи в умовах високого емоційного навантаження та стресу й допомагає зберігати психологічне здоров'я та ефективно виконувати свої професійні обов'язки.

Подальші дослідження плануються у напрямі вивчення та адаптації майбутніх правоохоронців віком 17–20 років (курсантів закладів вищої освіти) до екстремальних умов.

Список літератури:

Богуславський, В. В., Булах, С. М., & Бачинська, Н. В. (2024). Актуальні дослідження спеціальної фізичної та психологічної підготовки сил охорони правопорядку в екстремальних умовах. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова*, 3K(176), 94–98. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3K\(176\).21](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3K(176).21)

Великодна, М. (2023). Психоаналіз і психоаналітична психотерапія як доказова практика: огляд емпіричних даних про ефективність роботи з дорослими. *Український психоаналітичний журнал*, 1(2), 39–47. <https://doi.org/10.32782/upj/2023-2-5>

- Гончарова, Н. О. (2021). Особливості професійно-психологічної підготовки працівників правоохоронної діяльності. *Психологія і особистість*, 2(20), 165–175. ISSN 2226-4078 (print), ISSN 2410-3527 (online).
- Дорожкін, В. (2024). Проект «Психологи на війні» та психодинамічні спостереження: етапи допомоги дорослим і дітям з травматичним досвідом повномасштабної війни. *Український психоаналітичний журнал*. Т. 2, № 3, 51–62. DOI: 10.32782/upj/2024-2-3-6. Режим доступу: <https://journals.npa.org.ua/index.php/psy/article/view/63> (дата звернення: 28.08.2025)
- Ковальчук, В. (2020). Психоаналітичні методи в підтримці психологічної стійкості працівників правоохоронних органів. *Вісник психології*, 12, 77–90.
- Петренко, І. (2021). Психоаналітичний підхід до аналізу стресу у правоохоронців: теоретичний аспект. *Психологія і право*, 4(1), 35–50.
- Романова, М. (2019). Психоаналітична терапія як метод профілактики емоційного вигорання в професії правоохоронця. *Наукові записки*, 23(3), 105–119.
- Лазос Г. (2023). Психодинамічний погляд на проблему резильєнтності. *Український психоаналітичний журнал*. Т. 1, № 3, 35–44. DOI: 10.32782/upj/2023-3-6. Режим доступу: <https://journals.npa.org.ua/index.php/psy/article/view/35> (дата звернення: 28.08.2025).
- Alayarian, A. (2018). *Handbook of working with children, trauma, and resilience: An intercultural psychoanalytic view*. Routledge.
- Alexander, D. G. (2002). *Psychological Resilience: The Role of Unconscious and Conscious Coping Strategies in the Mediation of Stress in High Risk Occupational Contexts* (Doctoral dissertation, Rhodes University).
- Amir, I., & Shefler, G. (2020). The “Lechol Nefesh” Project: Intensive and Long Term Psychoanalytic Psychotherapy in Public Mental Health Centers. *Psychoanalytic Inquiry*, 40(7), 536–549. <https://doi.org/10.1080/07351690.2020.1810528>
- Bastos, A. G., Guimaraes, L. S. P., & Trentini, C. M. (2015). The efficacy of long-term psychodynamic psychotherapy, fluoxetine and their combination in the outpatient treatment of depression. *Psychotherapy Research*, 25(5), 612–624. <https://doi.org/10.1080/10503307.2014.935519>
- Becker, J. P., Paixão, R., & Quartilho, M. J. (2022). Controversies on Psychoanalytic Psychotherapies: Is Psychodynamic Psychotherapy Effective for the Treatment of PTSD? *Revista Portuguesa de Psicanálise*, 42(1), 58–64. <https://doi.org/10.51356/rpp.421a5>
- Young, M. (2004). *Exploring the meaning of trauma in the South African Police Service* (Doctoral dissertation, University of Pretoria).

Анотація. Сучасна професійна діяльність правоохоронців супроводжується високими психологічними та емоційними навантаженнями у зв’язку з постійними стресовими, травматичними та агресивними ситуаціями.

Мета статті – проаналізувати роль адаптованих психоаналітичних втручань у зміцненні психологічної стійкості правоохоронців на основі клінічних ілюстрацій.

Методи дослідження: аналіз спеціальної науково-методичної літератури, що розкриває обрану проблематику; метод психоаналітичного інтерв’ю; спостереження та аналіз практичної діяльності; моделювання; експеримент. Адаптовані психоаналітичні втручання є потужним інструментом у розвитку внутрішньої стійкості та адаптаційних здібностей правоохоронців у стресових ситуаціях (наприклад, метод вільних асоціацій, робота з механізмами захисту, психоаналітична інтерпретація емоційних реакцій, техніка «контейнера»). Вони сприяють глибокому розумінню підсвідомих механізмів стресу, допомагають у розвитку емоційної саморегуляції, зміцнюють самосвідомість та дозволяють створити здорові механізми адаптації до екстремальних умов. Через адаптовані психоаналітичні техніки правоохоронці можуть покращити свої психологічні ресурси, що є необхідним для збереження психічного здоров’я та ефективного виконання професійних обов’язків. У роботі з працівниками правоохоронних органів доцільно використовувати психоаналітичні інтервенції для зниження стресу та підвищення емоційної стійкості. Адаптовані психоаналітичні методи є потужним інструментом для дослідження й розуміння підсвідомих процесів, які впливають на емоційний стан людини. Представлено експеримент та опис клінічного випадку: пацієнт О. (професія – поліцейський), отримавши низку консультацій із фахівцем із психоаналітично орієнтованих втручань, зміг знизити рівень стресу, адаптуватись до складних робочих умов, що забезпечило йому інструменти для більш ефективного управління емоціями в екстремальних ситуаціях. Адаптований

психоаналітичний підхід виявився корисним для вирішення як професійних, так і особистих проблем у контексті роботи в секторі безпеки та оборони.

Ключові слова: правоохоронці, психоаналітично орієнтовані втручання, стресові ситуації, травматичний досвід, психологічна адаптація, емоційна стійкість.

Abstract. Contemporary professional activities of law enforcement officers are accompanied by high psychological and emotional demands due to constant exposure to stressful, traumatic, and aggressive situations. The aim of the article is to analyze the role of adapted psychoanalytic interventions in strengthening the psychological resilience of law enforcement officers based on clinical illustrations. Research methods: analysis of specialized scientific and methodological literature addressing the selected topic; psychoanalytic interview method; observation and analysis of practical activities; modeling; experiment. Adapted psychoanalytic interventions are a powerful tool for developing internal resilience and adaptive capacities of law enforcement officers in stressful situations (e.g., free association method, work with defense mechanisms, psychoanalytic interpretation of emotional reactions, “container” technique). They facilitate a deep understanding of subconscious stress mechanisms, help develop emotional self-regulation, strengthen self-awareness, and enable the creation of healthy adaptation strategies in extreme conditions. Through adapted psychoanalytic techniques, law enforcement officers can enhance their psychological resources, which is essential for maintaining mental health and effectively performing professional duties. In working with law enforcement personnel, the use of psychoanalytic interventions is advisable to reduce stress and enhance emotional resilience. Adapted psychoanalytic methods serve as a powerful tool for exploring and understanding subconscious processes that affect an individual’s emotional state.

Within the framework of the presented experiment and clinical case description, Patient O. (profession – police officer), having received a series of consultations with a specialist in psychoanalytically oriented interventions, was able to reduce stress levels and adapt to challenging working conditions, thereby gaining tools for more effective emotional management in extreme situations. The adapted psychoanalytic approach proved useful in addressing both professional and personal issues within the context of work in the security and defense sector.

Key words: law enforcement officers, psychoanalytically oriented interventions, stressful situations, traumatic experiences, psychological adaptation, emotional resilience.

Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0