

УДК 316.614:[316.4.063.3–057.36:331.54

DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2024.4.4>**Лариса КАЛМИКОВА**

доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології і педагогіки дошкільної освіти, Університет Григорія Сковороди в Переяславі, klo377@ukr.net
ORCID: 0000-0002-7538-2635

Ірина КОБЕЦЬ

аспірантка, Університет Григорія Сковороди в Переяславі, seo@iceainternational.com
ORCID: 0009-0009-3356-1107

ПРОФЕСІЙНА ІНТЕГРАЦІЯ ВІЙСЬКОВИХ ВЕТЕРАНІВ У СОЦІУМ: ПСИХОЛОГІЧНИЙ ДОСВІД ЗАРУБІЖЖЯ

Стаття присвячена висвітленню результатів аналізу зарубіжних програм психологічної підтримки військових ветеранів через їхню професійну інтеграцію у соціум. Аналіз існуючих у вітчизняній психології робіт з означеної проблематики засвідчив, що цей напрям психологічних досліджень є відносно новим і малодослідженим. Є окремі розвідки, суміжні з цією проблематикою, але вони більше сфокусовані на вирішенні інших питань реабілітації, зокрема адаптації, становленні, корекції і компенсації порушених психічних функцій.

Автори програм професійної інтеграції ветеранів у США, Канаді та Великій Британії виявляють глибоке розуміння важливості психологічної підтримки в процесі переходу військовослужбовців до цивільного життя, зокрема використання: когнітивно-поведінкової терапії (КПТ), методів управління стресом, групової підтримки, психоосвіти, терапії прийняття та відданості (АСТ), а також інтеграції психологічного консультування з кар'єрним розвитком. Вони спрямовані на підвищення рівня адаптації, зниження рівня стресу, поліпшення емоційного благополуччя, а також на успішну професійну інтеграцію ветеранів.

Дослідження цих програм засвідчило, що вони можуть бути прикладом для використання в Україні. Впровадження та адаптації подібних програм в Україні має передбачати не лише приклад кращих практик, але й урахування культурних особливостей та специфічних потреб українських ветеранів. Залучення кваліфікованих науковців і психологів та терапевтів, розвиток інфраструктури для надання відповідних послуг, формування комплексних навчальних програм є ключовими для забезпечення успішної реабілітації ветеранів. Врахування міжнародного досвіду та його реалізація в українських реаліях може значно сприяти розробці ефективних стратегій психологічної реабілітації та професійної інтеграції ветеранів.

Ключові слова: військові ветерани, програми працевлаштування, професійна інтеграція, психотехніки і методики підтримки.

Larysa Kalmykova, Iryna Kobets. PROFESSIONAL INTEGRATION OF MILITARY VETERANS INTO SOCIETY: PSYCHOLOGICAL EXPERIENCE OF FOREIGN COUNTRIES

The article is devoted to the results of the analysis of foreign programmes of psychological support for military veterans through their professional integration into society. The analysis of existing works on this issue in domestic psychology has shown that this area of psychological research is relatively new and under-researched. There are some studies related to this issue but they are more focused on addressing other rehabilitation issues, including adaptation, development, correction and compensation of impaired mental functions.

The authors of professional integration programmes for veterans in the United States, Canada and the United Kingdom demonstrate a deep understanding of the importance of psychological support in the transition of military personnel to civilian life, including the use of cognitive behavioural therapy (CBT), stress management techniques, group support, psychoeducation, acceptance and commitment therapy (ACT), and the integration of psychological counselling with career development. These programmes are aimed at increasing the level of adaptation, reducing stress, improving emotional well-being, and facilitating the successful professional integration of veterans.

The study of these programmes has shown that they can serve as a model for use in Ukraine. The implementation and adaptation of similar programmes in Ukraine should not only be based on best practices but also consider the cultural characteristics and specific needs of Ukrainian veterans. Involvement of qualified scientists, psychologists and therapists, development of infrastructure to provide relevant services, and creation of comprehensive training programmes are key to ensuring successful rehabilitation of veterans. Taking into account international experience and implementing it in the Ukrainian context can significantly contribute to the development of effective strategies for psychological rehabilitation and professional integration of veterans.

Key words: military veterans, employment programmes, professional integration, psychological techniques and support methods.

Постановка проблеми. Одним із найважливіших напрямів психологічної допомоги в сучасних умовах у багатьох країнах світу

є здійснення професійної інтеграції військових ветеранів. В Україні ця проблематика тільки починає актуалізуватися через оголо-

шений військовий стан і військові дії, що відбуваються протягом кількох останніх років. З огляду на це виникає наукова потреба: вивчити стан дослідженості психологічної проблеми професійної інтеграції військових ветеранів з урахуванням тих психологічних проблем, з якими вони звернулися до психолога, а також проблем, які виникають у реабілітаційний період, пов'язаний з психологічною і професійною інтеграцією.

Аналіз існуючих у вітчизняній психології робіт з означеної проблематики засвідчив, що цей напрям психологічних досліджень в Україні є відносно новим і тому малодослідженим. Є окремі розвідки, суміжні з цією проблематикою, але вони більшою мірою спрямовані на вирішення питань реабілітації, пов'язаної з адаптацією, становленням, корекцією і компенсацією психічних функцій, порушених у наслідок військових дій, та інших психологічних питань психологічної допомоги [6]. Однак проблематика професійної інтеграції ветеранів війни до цього часу залишається майже не вивченою і не вирішеною в практичній підтримці звільнених у запас військових.

Саме тому доцільним є звернення науковців до досвіду психологічної допомоги військовим ветеранам у період їхньої професійної інтеграції, що сформувався в інших країнах, і описаний в зарубіжній науковій літературі (Ахерн, Д., Вортен, М., Мастерс, Д., Ліпшман, С. А., Озер, Е. Дж. та Моос, Р. [3], Бінкс, Е., Кембридж, С. [4], Блек, Т. Г. та Папіле, К. [5], Реншоу, К. Д., Кемпбелл, С. Б. [8] та інші.

Цей досвід сприятиме не тільки вирішенню актуалізованої в психологічній науці проблеми професійної інтеграції ветеранів, а й – реалізації цих найважливіших гуманітарних питань в практиці надання психологічної допомоги.

Мета статті – описати результати психологічного аналізу програм професійної інтеграції військових ветеранів в перехідний період від військової служби до соціуму, які використовуються в зарубіжних країнах.

Виклад основного матеріалу. Загальновідомо, що професійна інтеграція військових ветеранів у цивільне життя є важливим завданням для багатьох країн світу. Особливої уваги серед них заслуговують програми, що враховують психологічні та професійні аспекти реабілітації та підтримки ветеранів. У цьому аналізі ми ґрунтуємося на деяких програмах США, Канади та Британії, безпосередньо зосереджуючись на їх психологічній орієнтації та спрямованості на професію. Для психологічного аналізу стану реалізації питання професійної інтеграції військових

ветеранів в зарубіжних країнах були вибрані чотири програми цього профілю, зокрема:

1) програма професійної реабілітації та працевлаштування (Vocational Rehabilitation and Employment, VR&E) Міністерства справ ветеранів США (Department of Veterans Affairs, VA), що спрямована на підтримку ветеранів з інвалідністю, пов'язаною з військовою службою, у досягненні їхніх професійних цілей та інтеграції у цивільне робоче середовище. Ця програма надає широкий спектр психологічних послуг, включаючи кар'єрне консультування, психосвіту, перекваліфікацію, а також підтримку у пошуку та збереженні роботи [1];

2) програма допомоги у перехідний період (Transition Assistance Program, TAP) є ініціативою Сполучених Штатів Америки, спрямованою на підтримку військовослужбовців у період переходу від військової служби до цивільного життя. TAP надає комплексну підтримку, включаючи кар'єрне консультування, освітні ресурси, допомогу з пошуком роботи та психологічну підтримку, забезпечуючи ветеранам необхідні інструменти для успішної інтеграції у цивільне суспільство. Одним із важливих аспектів програми є психологічна підтримка, яка забезпечує ветеранів необхідними інструментами для ефективного адаптації та інтеграції у нові соціальні та професійні середовища [9];

3) програма послуг з працевлаштування Міністерства справ ветеранів Канади (Veterans Affairs Canada, VAC), що спрямована на підтримку ветеранів та їхніх сімей у процесі інтеграції до цивільного робочого середовища. Особливу увагу програма приділяє психологічним аспектам інтеграції, що сприяють покращенню психічного здоров'я та загального благополуччя ветеранів. Програма надає широкий спектр послуг, включаючи кар'єрне консультування, допомогу у пошуку роботи, навчальні програми та перекваліфікацію. Все це сприяє успішному працевлаштуванню та професійному розвитку ветеранів [2, 10];

4) Програма з переходу до цивільного життя (Transition to Civilian Life Programs) Міністерства Оборони Великої Британії (MOD), що спрямована на соціально-психологічну підтримку військовослужбовців у їхньому переході від військової служби до цивільного життя. Програма надає комплексну підтримку, включаючи кар'єрне консультування, навчальні можливості, психологічну підтримку та соціальну адаптацію, забезпечуючи ветеранів необхідними інструментами для успішної інтеграції у цивільне суспільство [7].

Для унаочнення змісту цих програм наведемо приклад детального аналізу програми,

що діє в США. Програма VR&E була започаткована Міністерством справ ветеранів США (Department of Veterans Affairs, VA). Вона реалізується через спеціалізовані відділи та фахівців VA, які мають досвід у сфері професійної реабілітації, працевлаштування та психологічної підтримки ветеранів. Дана програма VR&E діє по всій території США через мережу офісів Міністерства справ ветеранів. Ветерани можуть отримати доступ до послуг програми як онлайн, так і в місцевих офісах VA, що забезпечує широке охоплення та доступність ресурсів [1].

Основною метою програми VR&E є сприяння успішній професійній інтеграції ветеранів з інвалідністю, шляхом надання їм комплексної підтримки, ресурсів і можливостей для розвитку кар'єри та досягнення фінансової незалежності.

Цілі означеної програми полягають у: 1) підтримці професійної інтеграції: допомога ветеранам з інвалідністю знайти та зберегти бажану роботу, що відповідає їхнім навичкам та здібностям; 2) покращенні якості життя: забезпеченні ветеранів інструментами та ресурсами для досягнення фінансової незалежності та покращення загального добробуту; 3) розвитку навичок та компетенцій: надання можливості для професійного розвитку через навчання, перекваліфікацію та інші освітні програми; 4) зменшенні безробіття серед ветеранів: сприянні зниженню рівня безробіття серед ветеранів шляхом надання цілеспрямованої соціально-психологічної підтримки та ресурсів.

Завдання цієї програми пов'язані з кількома організаційними заходами, зокрема:

- оцінкою потреб ветеранів – проведення детального аналізу індивідуальних потреб та можливостей кожного ветерана;

- кар'єрним консультуванням – надання професійних консультацій щодо вибору кар'єрного шляху, планування професійного розвитку та пошуку роботи;

- освітніми програмами та перекваліфікацією – організація навчальних курсів, програм перекваліфікації та інших освітніх ініціатив для підвищення кваліфікації ветеранів;

- пошуком та збереженням роботи – допомога у пошуку вакансій, підготовці резюме, проведенні співбесід та підтримка на роботі для забезпечення стабільного працевлаштування;

- терапевтичною підтримкою – надання психологічної підтримки для подолання бар'єрів, пов'язаних зі стресом, травмами та іншими психологічними викликами.

Програма передбачає використання різноманітних психологічних методик та технік

для підтримки ветеранів у їхньому переході до цивільного життя та професійній інтеграції. Ці методики спрямовані на покращення психічного стану, розвиток сталого ментального здоров'я та ефективне управління стресом, що є критично важливим для успішної адаптації ветеранів.

В психологічних методиках та техніках програми VR&E передбачені як *психологічно-організаційні компоненти*: а) консультування з психологами для оцінки психічного здоров'я ветерана; б) розробка індивідуальних планів кар'єрного розвитку з урахуванням психологічного стану; в) підтримка в подоланні посттравматичних стресових розладів (ПТСР) – так і *методи*: інтегровані способи, що поєднують кар'єрне консультування з терапевтичними сесіями, групові терапії та тренінги з управління стресом.

На що спрямовуються методи і який вплив вони забезпечують в межах цієї програми?

Когнітивно-поведінкова терапія (КПТ) допомагає ветеранам ідентифікувати та змінювати негативні мисленнєві патерни та поведінкові реакції, що впливають на їхню здатність адаптуватися до цивільного життя. КПТ використовується для подолання посттравматичних стресових розладів (ПТСР), тривожності та депресії, що часто зустрічаються серед ветеранів.

Техніки управління стресом містять методи релаксації, глибокого дихання, медитації та майндфулнес для зменшення рівня стресу та покращення емоційного благополуччя. Вони допомагають ветеранам справлятися зі стресовими ситуаціями на роботі та в повсякденному житті.

Групова терапія та підтримка однолітків забезпечує безпечне середовище для обміну досвідом, емоціями та стратегіями подолання труднощів між ветеранами, сприяючи соціальній адаптації, зниженню відчуття ізольованості та розвитку почуття спільності.

Психоосвіта сприяє наданню інформації про психічне здоров'я, методи самопомогі та доступні ресурси підтримки. Вона підвищує обізнаність ветеранів щодо їхнього психічного стану та доступних способів його покращення.

Терапія прийняття та відданості (Acceptance and Commitment Therapy, АСТ) фокусується на не прийнятті негативних думок та емоцій, одночасно сприяючи визначенню та досягненню особистих цілей. Ця терапія допомагає ветеранам розвивати гнучкість у мисленні та поведінці, що сприяє кращій адаптації до змін.

Кар'єрне консультування та планування допомагає інтегрувати психологічне консуль-

тування із заходами професійного розвитку, активізуючи ветеранів визначити кар'єрні цілі та розробити плани їх досягнення. Застосування цієї психотехніки забезпечує цілісний підхід до професійної інтеграції, враховуючи психологічні потреби ветеранів.

Результати аналізу, присвяченого вивченню психологічних аспектів чотирьох провідних зарубіжних програм професійної інтеграції ветеранів, а саме: а) *Department of Veterans Affairs (VA) Vocational Rehabilitation and Employment (VR&E)* та б) *Transition Assistance Program (TAP)* (Сполучених Штатах Америки); в) *Veterans Affairs Canada (VAC) Employment Services* (Канади); а також г) *UK Ministry of Defence (MOD) Transition to Civilian Life Programs* (Великої Британії) засвідчили потребу у їх порівнянні. Метою цього порівняння було виявлення спільних рис та відмінностей у психологічній підтримці, наданій ветеранам, а також визначення найкращих практик, які можуть бути впроваджені в Україні для підтримки українських ветеранів.

Загальний огляд психологічної реабілітації, описаний в цих програмах, дав змогу виявити, що в усіх чотирьох програмах приділяється значна увага психологічній підтримці ветеранів, визнаючи її критичну роль у процесі їхньої професійної інтеграції та загального благополуччя. Психологічна підтримка включає різноманітні методики та техніки, спрямовані на подолання психічних травм, розвиток резильєнтності та покращення емоційного стану ветеранів. Результати аналізу основних методик та технік, що передбачені в межах цих чотирьох програм, продемонстрували єдність науковців означених країн у виборі психотехнік для використання з військовими ветеранами, що відображено в таблиці 1.

Порівняння психологічних аспектів аналізованих програм засвідчило їх спільні риси. По-перше, це наявність в них індивідуального підходу. Розглянуті програми передбачають індивідуальне психологічне консультування, що дозволяє враховувати виниклі потреби кожного військовослужбовця. По-друге застосування терапевтичних методів: використання когнітивно-поведінкової терапії, управління стресом та ін.. Розвиток навичок саморегуляції також є спільними елементами усіх програм. По-третє, це групова підтримка. Більшість програм містять групові терапії та підтримку однолітків, що сприяє соціальній адаптації та обміну досвідом.

В аналізованих програмах також є й відмінності. Серед того, що відрізняє програми, слід назвати їхнє фокусування на культурних особливостях країн. Наприклад, канадська програма більшою мірою акцентує увагу на культурній адаптації та підтримці різноманітності, тоді як американська програма більше зосереджується на медичній підтримці ПТСР. Відмінності також спостерігаються в інтеграції з іншими службами. У США програма інтегрована з медичними та соціальними службами, тоді як в інших країнах інтеграція може бути менш розвиненою або відбуватися через окремі ініціативи. Ефективність порівнюваних програм доводяться певними аргументами, зокрема позитивними результатами, які демонструються зменшенням симптомів ПТСР, підвищенням рівня психологічної стійкості та поліпшенням професійної інтеграції цієї категорії осіб. Ефективність аргументується також передбаченою можливістю її постійного вдосконалення.

Незважаючи на загальні успіхи реалізації цих програм, залишається необхідність постійного удосконалення окремих психологічних компонентів програм, враховуючи

Таблиця 1

Спільні техніки і методи професійної інтеграції в межах впровадження міжнародних програм підтримки військових ветеранів

Програма	Когнітивно-поведінкова терапія (КПТ)	Техніки управління стресом	Групова терапія та підтримка однолітків	Терапія прийняття та відданості (АСТ)	Психосвіта	Кар'єрне консультування з психологічною підтримкою
VA VR&E (США)	Так	Так	Так	Так	Так	Так
TAP (США)	Так	Так	Так	Так	Так	Так
VAC Employment Services (Канада)	Так	Так	Так	Так	Так	Так
UK MOD Transition Programs (Великобританія)	Так	Так	Так	Так	Так	Так

змінні потреби ветеранів та розвиток нових терапевтичних методів.

Детальний аналіз психологічних аспектів означених програм показав, що когнітивно-поведінкова терапія (КПТ) застосовується в: а) VA VR&E та TAP (США) для подолання ПТСР, тривожності та депресії. Програми передбачають надання індивідуальних та групових сесій КПТ, спрямованих на зміну негативних мисленнєвих патернів; б) VAC Employment Services (Канада) як частина комплексної психологічної підтримки, спрямованої на покращення емоційного благополуччя ветеранів; в) UK MOD Transition Programs (Великобританія) для підтримки ветеранів при подоланні психологічних травм та адаптації до цивільного життя. Щодо техніки управління стресом, то всі програми включають методи релаксації, глибокого дихання, медитації та майндфулнеса. Ці техніки сприяють зниженню рівня стресу та покращенню здатності справлятися зі стресовими ситуаціями. Групова терапія та підтримка однолітків у всіх програмах забезпечує безпечне середовище для обміну досвідом та емоціями між ветеранами, сприяючи соціальній адаптації та зниженню відчуття ізоляції. Терапія прийняття та відданості (АСТ) у всіх програмах спрямована на не прийняття негативних думок та емоцій, одночасно сприяючи визначенню та досягненню особистих цілей. Психоосвіта всіма програмами спрямована на надання інформації про психічне здоров'я, а також на оволодіння методами самопомоги та отримання доступних ресурсів підтримки. Техніка кар'єрного консультування з психологічною підтримкою у всіх програмах інтегрує психологічне консультування із заходами професійного розвитку, допомагаючи ветеранам визначити кар'єрні цілі та розробити плани їх досягнення.

Моніторинг питань інтеграції психологічної підтримки з іншими послугами засвідчив, що у програмі VA VR&E та TAP (США) висока інтеграція психологічних послуг з кар'єрним консультуванням та навчальними програмами, що забезпечує цілісний підхід до підтримки ветеранів. Програма VAC Employment Services (Канада) поєднує психологічну підтримку з професійним розвитком, сприяючи більш ефективній адаптації ветеранів. А в програмі UK MOD Transition Programs (Великобританія) забезпечується комплексна підтримка через інтеграцію психологічних методик з освітніми та кар'єрними послугами.

Обсервація програм щодо співвідношення індивідуальних та групових форм підтримки

військових ветеранів показала, що всі програми поєднують індивідуальні та групові підходи, що дозволяє враховувати різні потреби ветеранів та забезпечувати багатогранну підтримку. Баланс між індивідуальними консультаціями та груповими сесіями для максимізації ефективності психологічної підтримки – необхідна умова реалізації цих програм. Оцінка освітніх та тренінгових компонентів програм з їх психологічною орієнтацією на військових ветеранів дає підстави стверджувати, що всі програми передбачають навчальні семінари та тренінги, спрямовані на розвиток таких психологічних навичок, як управління стресом, розвиток резильєнтності та саморегуляції. Включення психологічних аспектів у навчальні програми та тренінги для ветеранів, демонструє позитивні результати у психологічних станах та поведінці цієї категорії осіб при зосередженості на розвитку емоційного інтелекту та навичок самопомоги.

Розгляд програм в аспекті доступності та охоплення послугами засвідчив, що VA VR&E та TAP (США) пропонує послуги як онлайн, так і через місцеві офіси, забезпечуючи широкий доступ для ветеранів по всій території США. VAC Employment Services (Канада) пропонує доступ до послуг через місцеві офіси та онлайн-платформи, що дозволяє ветеранам з різних регіонів отримувати необхідну підтримку. Програмою UK MOD Transition Programs (Великобританія) пропонуються послуги через місцеві офіси, партнерські організації та онлайн-ресурси, забезпечуючи доступність для ветеранів по всій Великій Британії. Впровадження мультиканальних підходів до надання психологічної підтримки, включаючи онлайн-платформи, місцеві центри підтримки та мобільні служби для ветеранів у віддалених регіонах, ефективно допомагає ветеранам у зручній для них спосіб і швидко знайти необхідну для себе інформацію та підтримку.

Висновки. В Програмах професійної інтеграції ветеранів у Сполучених Штатах, Канаді та Великій Британії виявляється глибоке розуміння важливості психологічної підтримки в процесі переходу військовослужбовців до цивільного життя. Зокрема, когнітивно-поведінкова терапія (КПТ), методи управління стресом, групова підтримка, психоосвіта, терапія прийняття та відданості (АСТ), а також інтеграція психологічного консультування з кар'єрним розвитком формують основу цих програм. Вони спрямовані на підвищення рівня адаптації, зниження рівня стресу, поліпшення емоційного благополуччя,

а також на успішну соціальну та професійну інтеграцію ветеранів. Дослідження цих програм засвідчило, що вони можуть бути прикладом для використання в Україні. Проте впровадження та адаптації подібних програм в Україні має передбачати не лише переклад кращих практик, але й урахування культурних особливостей та специфічних потреб українських ветеранів. Залучення кваліфікованих науковців і психологів та терапевтів, розвиток інфраструктури для надання відповідних послуг, а також формування комплексних навчальних програм, які б інтегрували психологічну підтримку з професійним

навчанням та консультуванням, є ключовими для забезпечення успішної реабілітації ветеранів. Врахування міжнародного досвіду та його реалізація в українських реаліях може значно сприяти розробці ефективних стратегій психологічної реабілітації та професійної інтеграції ветеранів, що є важливим для зміцнення соціальної згуртованості та економічного розвитку країни.

Перспективами подальших досліджень є надання психологічних рекомендацій з упровадження цих програм в практику соціально-психологічної підтримки військових ветеранів.

Література:

1. Офіційний сайт уряду США. Програма професійної реабілітації та працевлаштування (Vocational Rehabilitation and Employment, VR&E) Міністерства справ ветеранів США (Department of Veterans Affairs, VA). URL: <https://www.va.gov/careers-employment/>
2. Програма послуг з працевлаштування Міністерства справ Ветеранів Канади (Veterans Affairs Canada, VAC). URL: <https://www.veterans.gc.ca/en>
3. Ahern J., Worthen M., Masters J., Lippman S. A., Ozer E. J., Moos R. The challenges of Afghanistan and Iraq veterans' transition from military to civilian life and approaches to reconnection. *PLOS ONE*, № 10(7), 2015. Article e0128599. URL: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0128599>
4. Binks E., Cambridge S. The transition experiences of British military veterans. *Political Psychology*, № 39 (1). 2018. 125–142. <https://doi.org/10.1111/pops.12399>
5. Black T. G., Papile C. Making it on Civvy Street: An online survey of Canadian veterans in transition. *Canadian Journal of Counselling and Psychotherapy*, № 44(4). 2010. 383–401. URL: <http://surl.li/rtdbxh>
6. Koval O. V., Ivanenko M. P. Інтеграція психологічних методик у програми реабілітації ветеранів України. *Психологія та суспільство*, № 10 (1). 2023. 33–50. URL: <http://surl.li/vlykjb>
7. Ministry of Defence UK (MOD). (2023). Transition to Civilian Life Programs: Support and Resources. London: MOD. URL: <http://surl.li/zvjfjr>
8. Renshaw K. D., Campbell S. B. Deployment-related benefit finding and postdeployment marital satisfaction in military couples. *Family Process*, № 56(4). 2017. 915–925. DOI: 10.1111/famp.12249
9. Transition Assistance Program (TAP). URL: <https://www.dodtap.mil/dodtap/app/home>
10. Veterans Affairs Canada (VAC). Employment Services for Veterans. 2023. URL: <https://www.veterans.gc.ca/en>