



Sjećanja koja odgajaju: Učinci ratne traume na majčinstvo

izv. prof. sc. Jelena Ogresta, izv. prof. sc. Linda Rajhvajn Bulat, doc. dr. sc. Nika Sušac

Završna konferencija
20.05.2025., Sisak

Ovaj je rad financirala Hrvatska zaklada za znanost projektom (IP-2020-02-5967)

UVOD

► Različiti nepovoljni učinci traumatskih iskustava na majčinstvo

- Češće poteškoće u odnosima s djecom
- Slabija privrženost → poteškoće u formiranju emocionalnih veza i regulaciji emocija smanjena empatija i dosljednost u odnosu s djecom
- Iskazivanje neorganiziranih, neprijateljskih i emocionalno neosjetljivih roditeljskih obrazaca
- Dva kontrastna obrasca u roditeljskim stilovima:
 1. popustljiviji stil roditeljstva uz otežano postavljanje granica kao posljedica traumatskih iskustava
 2. autoritarniji stil

► **Iskustvo ratne traume** → poteškoće u usklađivanju s potrebama svog djeteta, iskazivanje nepredvidivih emocionalnih reakcija, pretjerana zaštita, strah od odvajanja i parentifikacija

- Rizik za probleme u privrženosti i teškoća mentalnog zdravlja kod djece

► **Doprinos**

- Majke s iskustvom ratne traume za vrijeme odrastanja → Nedostatak spoznaja o učincima odrastanja tijekom Domovinskog rata na majčinstvo
- Istraživanja su usmjerena na druge oblike traumatskih iskustava tijekom odrastanja
- **Ratna trauma** → usmjerenost na populaciju muškaraca (veterani)

CILJ

- ▶ Steći potpunije razumijevanje roditeljstva u kontekstu iskustva ratne traume
- ▶ **Istraživačko pitanje:**
 - Kako majke doživljavaju da su se njihova iskustva ratne traume u djetinjstvu ili mladenaštvu odrazila na njihov odgoj djece?

UZORAK

▶ Namjerni uzorak → **Kriterijski uzorak**

- Rezultat >3 na Revidiranoj skali stresnih životnih događaja → Broj doživljenih traumatskih događaja tijekom razdoblja rata

▶ Veličina uzorka: n= **33** majke

- Dob u vrijeme intervjua:
 - 37 do 60 godina (M=44,03, SD=4,799)
- Dob u vrijeme Domovinskog rata:
 - 6 do 29 godina (M=13,03, SD=4,799)

▶ Uzorak po sociodemografskim obilježjima odgovara ukupnom KVN uzorku majki

▶ Pokazatelji poteškoća mentalnog zdravlja:

- 6 (25%) visoka razina PTSP simptoma
- 2 (6,1%) teška do izrazito teška depresivnost
- 6 (18,2%) teška do izrazito teška anksioznost



REZULTATI

INTERAKTIVNO DJELOVANJE RAZLIČITIH I VIŠESTRUKIH TRAUMATSKIH DOGAĐAJA

- **Razdoblje prije Domovinskog rata** → subuzorak majki s iskustvom obiteljskog nasilja + problemi s alkoholom jednog od roditelja (*kod dijela očeva se pojavili ili intenzivirali za vrijeme ili nakon rata*)
 - Rana trauma → **Trauma rane privrženosti**
- **Razdoblje nakon Domovinskog rata** → pojedinačni traumatski događaji (*npr. smrt roditelja, požar, potres, kronična bolest djeteta, bolest*)
- **Izloženost složenom traumatskom iskustvu**

INTERAKTIVNO DJELOVANJE RAZLIČITIH I VIŠESTRUKIH TRAUMATSKIH DOGAĐAJA

- **Razdoblje prije Domovinskog rata** → subuzorak majki s iskustvom obiteljskog nasilja + problemi s alkoholom jednog od roditelja (*kod dijela očeva se pojavili ili intenzivirali za vrijeme ili nakon rata*)

➤ Rana trauma → **Trauma rane privrženosti**

„Imam osjećaj da je **moj rat puno ranije počeo** prije Domovinskog rata i da sam imala neki svoj, možda rat. ...u tom trenutku za vrijeme rata nas je bilo u kući osmero... a problemi s alkoholom su bili još veći... agresivnost između njih dvoje...” (S40)

„Bilo je sve isto, samo što u tom trenutku za vrijeme rata nas je bilo u kući sedmero. Znači tata, mama, ja, seka, osmero zapravo, baka jedna, baka druga, od tate brat, znači stric i pokojni djed isto je bio s nama.... Ja mislim da je to bilo još, još nekako za to vrijeme teže zato jer je to pogoršavalo tu situaciju i njezinu s alkoholom. ... i ta agresivnost između njih dvoje je bila još i veća, ajmo reć, jer mi smo bili svi zajedno i onda su to svi vidjeli, svi su znali, svi pričaju... Mislim da je u tim trenucima bilo baš isto još teže za vrijeme rata jer si bio prisiljen biti zajedno kod kuće. Ne možeš otić... Nemaš svoj auto, nemaš svoju sobu, pa mi smo svi spavali u jednom boravku... Sve si morao vidjeti, nisi se mogao zavući u svoju sobu i biti u miru tak da je bilo baš... još teže. „, (S40)

INTERAKTIVNO DJELOVANJE RAZLIČITIH I VIŠESTRUKIH TRAUMATSKIH DOGAĐAJA

- **Razdoblje prije Domovinskog rata** → subuzorak majki s iskustvom obiteljskog nasilja + problemi s alkoholom jednog od roditelja (*kod dijela očeva se pojavili ili intenzivirali za vrijeme ili nakon rata*)
 - Rana trauma → **Trauma rane privrženosti**
- **Razdoblje nakon Domovinskog rata** → pojedinačni traumatski događaji (*npr. smrt roditelja, požar, potres, kronična bolest djeteta, bolest*)
- **Izloženost složenom traumatskom**

„Mi smo od rata pobjegli. Mi smo pobjegli prije, a ovo je bilo ono, ne vidiš. A strah neopisiv. Ono, nisam imala strah od rata jer nisam bila na tom području gdje, gdje se ratovalo. Znači, **mislim da me potres dotukao.**” (S28)

Doživljaj osobnih učinaka iskustava tijekom rata

Promjene uvjerenja

Svijest o nepredvidivosti života



Spremnost na neočekivane okolnosti

Promjene vrijednosti

Prosocijalne vrijednosti

Važnost materijalne sigurnosti

Obiteljske vrijednosti

Važnost mira

Veće cijenjenje života

Otpornost

Prepoznavanje osobne snage i resursa

Doživljaj osobnih učinaka iskustava tijekom rata

„Mislim da sam naučila cijeniti ono što imam definitivno puno više zato što u tom ratu definitivno nikad, danas jeste sutra niste. **Danas, nešto je i sutra nešto nije.** Znači definitivno te materijalne stvari su totalno nebitne. „ (S28)

**Svijest o
nepredvidivosti
života**



**Spremnost na
neočekivane okolnosti**

„Kad je bilo, ne znam poplave, ne znam koje godine kao izliti će se Sava. I sad mi smo došli tu prošetati. Stvarno na rubu, počeo pucat nasip. Ne znam ni ja. Ja sam brzo došla kući. Ja sam sve dokumente podigla na tavan, znači sve naše putovnice sve se sve. Kaže meni muž što ti radiš. **Ja znam šta meni treba u slučaju da se nešto dogodi.** I ja uvijek u kući imam fascikle jer ja znam moja mama. Kad smo bježali, mi ona nije donijela ni jedan naš dokument, nego daljinski od televizora je donijela” (S30)

Veće cijenjenje života

**mjene
dnosti**

Otpornost

**epoznavanje
obne snage i
resursa**

Doživljaj osobnih učinaka iskustava tijekom rata

Promjene uvjerenja

Svijest o nepredvidivosti života

„Meni je uvijek **ta neka egzistencija, uvijek mi je bitno**, ne sad da ja samo materijalno gledam, ali mi je vrlo bitno da, da imam nekakvu sigurnost u životu, posao, plaću. „ (S6)

Spremnost na neočekivane okolnosti

„Doza tog svega što je bilo prvobitno se smanjuje i **nakon toga život ide dalje. Ja se ne smijem zaustaviti** i moj život ne smije stat na slici mrtvog tijela na cesti, jer ako tu samo moj mozak stane i moje misli, ja se neću pomaknuti nikud s mrtve točke. Idem dalje. „ (S10)

Važnost materijalne sigurnosti

ljske vrijednosti

ažn

Veće cijene

Paa naučila sam ustvari koliko sam jaka i da **sve mogu preživjeti**. Znači, nema straha kojeg bi se ja sad uplašila i rekla: Ja se povlačim, neću. Ustvari **otkriješ svoje granice**, otkriješ, koliko se ustvari granice pomiču kad misliš da više ne možeš. **Još jedna ljestvica se digne i onda ideš još**. (S48)

Otpornost

Prepoznavanje osobne snage i resursa

Doživljaj osobnih učinaka iskustava tijekom rata

Razvojni gubitak

Prerano odrastanje

„Zapravo situacije su tada bile da ono što vidite zapravo je možda priča sasvim drugačija. Da nije sve šta vidite, takvo kako vidite nego da postoji pozadina priče, zakulisne igre. Možda je **nekome kome ste mislili da možete vjerovati, niste mogli vjerovati**. Tako da sam možda u neku ruku i oprezna.” (S49)

Promjene uvjerenja

Gubitak povjerenja u ljude

Doživljaj učinaka iskustava tijekom rata na roditeljstvo



I. Vrijednosne orijentacije

► Prenošnje i usmjeravanje djece na:

- Obrazovno postignuće
- Nematerijalne vrijednosti (*skromnost, cijenjenje onog što se ima, poštenje*)
- Uvažavanje različitosti (*npr. nacionalnost*)
- Razvijanje solidarnosti (*uslijed npr. iskustva prognaništva*)
- Razvijanje osjećaja zajedništva

„Sad gledajući to dvoje djece koje sam odgojila, gimnazijalci znači. **Jedno planira na medicinu, drugi na matematičku statistiku**, tako da vjerovatno znači nešto što sam ja radila, očito to sve dobro u odgoju ... **idu nekim dobrim putem**. Znači gledajući njih **vidim sebe kao**, ajmo reć, **dobru majku**.” (S40)

- **Obrazovno postignuće**
- **Nematerijalne vrijednosti (poštenje)**

„I uvijek im kažem isto ... nemoj biti proklet za ničim. Ono malo je jako puno u stvari... **u svemu, budite skromni. Jer sve imamo**. Šta nam vrijedi deset kuća, i deset stanova, i deset automobila i ne znam ni ja čega ako mi ne znamo kao ljudi, kao obitelj funkcionirati.” (S2)

„Što se tiče škole, ne dozvoljavam da mrljaju brljaju. To baš **očekujem da maksimalno koliko mogu iskoriste svoj potencijal** da. Znam da je nekad lošiji rezultat nekad, bolji, ali tu baš **ne volim da kiksaju**. Ne tražim da budu najbolje, ali maksimalno svoj potencijal da iskoriste da.” (S13)

... islijeđ npr. iskustva programistva)
ništva

„Učimo svoju djecu da smo mi svi isti i da nema razlike jel Hrvat, Srbin, Musliman, Katolik, Pravoslavac. Učimo svoju djecu da su svi jednaki i da ovoga, nećemo mrziti nikoga. Jer to mi je ono nešto najbitnije jer evo samo primjer. Danas naši mladi slušaju pjesme koje su to pjesme i iz naše regije cijele. Ne pada mi na pamet reći djeci ne smijete to slušati, to su njihove pjesme... I zaista je moje mišljenje da **ne želim raditi razlike između nas** i da ... nema razlike između ljudi, da **mi moramo poštivati jedni druge** i tako učim svoju djecu. „ (S40)

- Često pos...
- Materijalne v...
- (prijenjenje)
- Uvažavanje različitosti
- Razvijanje solidarnosti (uslijed
- Razvijanje osjećaja zajedništva
- Pojačan oprez

„Ono što im ja sad pokušavam održati među njima jest to zajedništvo. Ja sad ... **jedino** što valja mogu kroz život prenijeti i **što će im** danas sutra **pomoći da prebrode sve životne nedaće ako se uspiju održati zajedno, pomagati jedni drugima, biti tu jedni za druge**. Mislim da više od toga nema. „ (S52)

„Znači nekako ne znam **da se ne otvaraju baš svima** i tako u nekakvim neformalnim razgovorima i tako, možda im to nesvjesno, ne nesvjesno, nego i svjesno vjerojatno prenosim da možda nisu svi za slušati neke naše osobne stvariTo je nešto što možda nije dobro. Mislim trebamo vjerovati ljudima, ali nekako taj rat je meni možda, vjerujem da je da to nije sam karakter moj takav, da je rat taj koji je doveo da, da **ja ne vjerujem ljudima i da to nekako svojoj djeci prenosim**, što nije dobro, ali...” (S15)

2. Roditeljski ciljevi

▶ Roditeljstvo usmjereno na:

- ▶ Veću sigurnost i zaštitu djece
- ▶ Razvijanje samostalnosti
- ▶ Preuzimanje osobne odgovornosti
- ▶ Jačanje osobnih snaga i resursa

*„**Moja djeca si znaju** napraviti' jelo sama, znaju si, ne znam **pobrinuti se za sebe** kad trebaju nešto, ne moram se bojati da će se, ne znam danas sutra i da ja nestanem na neko vrijeme, odem negdje ili to, da će oni biti izgubljeni i da da neće znati.” (S52)*

3. Roditeljska ponašanja (I)

- ▶ Izražena zabrinutost po pitanju sigurnosti za djecu
- ▶ Zabrinutost u vezi daljnje budućnosti djece
- ▶ Povećana potreba za zaštitom djece



"Ja te neću sama pustiti... Zapravo, ne želim sama preuzimati tu odgovornost, nego smatram da trebam zaštititi, ali ne znam jesam li dovoljno brza – ima li nekih prevara za koje još ni ne znam."(S27)

- **Roditeljska kontrola**
- **Prezaštitničko roditeljstvo**

„Zaštitnički. Ne dam djeci, ono skačem na svaku sitnicu...Ja sam bila toliko u strahu da im se nešto ne dogodi, a on onako mrtav hladan gleda, ‘aj pusti ih’ „(S4)

„Kad je u Zagrebu, ne razmišljam ono okej je. No kad je kod kuće, jao i on ne dođe do pet ujutro... i ja zovem njega. Gdje si, šta je bilo? Jer sjedne u auto. ... **Uvijek se bojim te glupe vode.** Baš se bojim Save. ... **kad mi se ne javi onda ja sve njegove prijatelje oko zovem.** Možete mislit kad ja pošaljem njegovom prijatelju poruku: jel on s tobom? On momentalno odgovara: mama, ja sam... ispraznio mi se mobitel. Zna da je to moja poruka. Da, **jako se brinem. Jako se brinem.** Ono noć, ne znam. Voda, da netko nestane. ... Tog me **najveći strah da netko nestane.** Previše se brinem i to mi muž kaže. Previše se brineš. A i to je vjerojatno posljedica toga što se svašta može dogoditi, a može se svašta dogoditi.” (S48)

Mislim, i ja sam strepila kad se nešto dogodi pa se zatvori u sobu ljut. **Ja sam znala pred vratima stajati i osluškivati. Ja sam se bojala** da u jednom trenutku bi bilo jako puno **samoubojstava.** Ja sam se toga bojala. Ja znam da oni nisu takvi, ali nikad ti ne znaš jer su mi se **prijatelji koji su danas sa mnom zezali,** pričali, mislim bili na kavi. **Sutra ih nije bilo jer su se preko noći objesila i ja sam pred vratima provela sate i sate.** Oslušajući zvukove, ali nisam im nikad to dala do znanja da ne bi oni mislili da ja stvarno mislim da bi oni to napravili, da im ne bi uopće dala tu ideju. (S48)

Mora mi se javljati, mora. Svaki sat vremena mi šalje poruku. “Prst gore” i kad zovem, ako se ne javlja, on zna dobro da ću doći i njega naći onda. To si ne može dopustiti. ... Nije se dogodilo da ja ne znam gdje je on jer **onda mu zovem prijatelje pa mu je neugodno.** Ovako mi kaže gdje je i to je to. (S48)

3. Roditeljska ponašanja (2)

- ▶ **Povećana uključenost u vidu pružanja emocionalne podrške**
prepozn

“...Nema laganja. Što god da ti se dogodi, uvijek možeš doći kod mene... Sve možeš, ali ne zatajiti... Nemoj nikad lagat pa ćemo sve riješiti.” (S41)

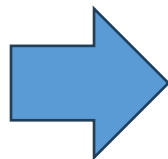
- ▶ **Stvaranje odnosa povjerenja**
→ Važnost stvaranja odnosa
razgovarati o bilo kojem problemu

„Ne mogu taj strah prenositi na njih jer onda na kraju nikad neće nikud ići u svijet. ...Moram ih pustiti i ne mogu zbog svog straha ograničiti njih.” (S23)

- ▶ **Balans između potpore autonomije i sigurnosti**
- ▶ **Usmjeravanje djece i postavljanje granica**

“Uvijek postoji jasna granica – ja sam roditelj... Ja sam ta koja će i odrezati i grubo reći ‘to ne valja’. Ja nisam prijatelj... Mi možemo biti super i nema teme o kojoj se ne razgovara, ali ja sam roditelj, nisam prijatelj.” (S18)

„Pa moji roditelji su zapravo u tom trenutku došli do svoje točke pucanja, tako da mislim da nije bilo ermm tog nekakvog razmišljanja. Zaista, **ja se ne sjećam niti jednog razgovora sa mnom** na tu temu, on se jednostavno nije vodio. ... ja njih ne krivim jer znam da su radili druge stvari ono ideš osigurati, radiš kao osigurač mimo tog emocionalnog... **oni su tak' funkcionirali ono baš kao roboti** jel',... ono trebaš kruh, ručak, nemam pojma, sigurnu zonu, sjedneš tu ak' će bit' uzbuna, znaš kak se ponašaš ak' je opća opasnost, ak' je zračna opasnost, jel' gdje trebaš sjedit', u kojem ćošku i to je to.” (S45)



„... kćer kad je prekinula sa dečkom ermm ona je bila toliko dramatična u tom iskustvu, mi smo bili na nekakvoj fešti... u =Zagrebu= dakle, ja sam tog časa kad je ova mene nazvala, u ponoć me nazvala taman su se ona i dečko tad rastali jel', prekinuli su. Ona je jecala, imala je 17 godina ermm ja sam tog časa se ustala i rekla “Ja idem za =Sisak=” i još mi kaže muž, ono “Pa daj kao evo, sad ćemo završiti”, ja sam njemu rekla “Ne, ti ostani, ti dođi za dva sata, baš me briga, ja idem sad” ne, ja ne mogu ostati ni sekunde duže... Olga je spavala tu noć na meni kao da je mala mala jer je bila nasikirana i idućih tjedan dana je hodala sa mnom, išla sa mnom na posao. ... **držali smo se za ruke, pričale smo puno o tome kak' se ona osjeća, kak' se ne osjeća** i onda je prošlo, k'o da se nikad zapravo nije mislim niti dogodilo, evo takav je odnos. (S45)

„Pa mislim s time što sam im ermm ostavila **dojam sebe kao osobe apsolutnog povjerenja i vidim da mi vjeruju**, stvarno.. Sa, sa tim nekim najgorim stvarima će mi doći, ispričati tu nekakvu svoju intimu. I, i što **znaju da ću ja ono biti ta osoba koja kad zaštekla, ja dolazim** ono kao 112.,, (S45)

ZAKLJUČAK

- ▶ Rezultati istraživanja idu u prilog dosadašnjim spoznajama o **negativnim učincima doživljene ratne traume u djetinjstvu na roditeljstvo** (npr. pretjeran oprez i kontrola)
- ▶ Zamjetne **promjene na osobnoj razini** (promijenjena bazična vjerovanja, vrijednosti, razvoj otpornosti kroz posttraumatski rast), **koje se prelijevaju i na roditeljstvo**
- ▶ **Kumulativan učinak** različitih traumatskih događaja prije, za vrijeme i nakon rata
- ▶ **Poveznica sadašnjeg roditeljstva s roditeljstvom** koje su majke imale **u djetinjstvu** (prijenos istih obrazaca ponašanja vs. razvijanje novih, kvalitetnijih obrazaca komunikacije s vlastitom djecom kao suprotnost ponašanjima svojih roditelja)

PROMIŠLJANJA O PRAKTIČNIM IMPLIKACIJAMA

- ▶ Kako na vrijeme prepoznati majke s iskustvom traume? Tko to treba?
- ▶ Kako u sustave obrazovanja, zdravstva i socijalne skrbi razvijati i integrirati pristup stručnjaka utemeljen na znanjima o traumi?
- ▶ Kako umrežiti sustave po tom pitanju?
- ▶ Kako i u koje (sve) sustave implementirati psihoedukacije i savjetovanja za roditelje u svrhu integracija znanja o posljedicama rane traume?
- ▶ Što je potrebno za razvoj specifičnih programa podrške za majke s višestrukim i ratnim traumatskim iskustvima?
- ▶ Što je potrebno za implementaciju takvih programa u zajednice pogođene ratom iako je od rata prošlo 30 godina?
- ▶ Koliko su u nacionalnim strategijama usmjerenim ka očuvanju mentalnog zdravlja prepoznate teme (ratne) traume?

MEĐUGENERACIJSKI PRIJENOS RIZIKA
ZA MENTALNO ZDRAVLJE ADOLESCENATA



HVALA NA PAŽNJI!