

Majčinstvo u sjeni rata: roditeljstvo nakon traumatskih iskustava

**izv.prof.dr.sc. Linda Rajhvajn Bulat, izv.prof.dr.sc. Jelena Ogresta, doc.dr.sc. Nika Sušac,
dr.sc. Ines Rezo Bagarić**

Studijski centar socijalnog rada, Pravni fakultet Sveučilišta u Zagrebu

**XIV. Konferencija socijalnih radnika: Socijalni rad i mentalno zdravlje
15. - 17. rujna 2025., Vodice**

Uvod

► Različiti nepovoljni učinci traumatskih iskustava na majčinstvo

- 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

► **Doprinos**

- 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 i istraživačko pitanje

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



- ▶ Namjerni, kriterijski uzorak
 - Rezultat >3 na Revidiranoj skali stresnih životnih događaja → Broj doživljenih traumatskih događaja tijekom razdoblja rata

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 ($M=13,03$, $SD=4,799$)

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** (*Moj rat puno ranije počeo prije Domovinskog rata*)
- **Razdoblje nakon Domovinskog rata** → pojedinačni traumatski događaji (*npr. smrt roditelja, požar, potres, kronična bolest djeteta, bolest*)
- **Izloženost složenom traumatskom iskustvu**

Doživljaj osobnih učinaka iskustava tijekom rata

Promjene uvjerenja

Svijest o nepredvidivosti života

(Danas, nešto je i sutra nešto nije)



Spremnost na neočekivane okolnosti

(Ja znam šta meni treba u slučaju da se nešto dogodi)

Promjene vrijednosti

Prosocijalne vrijednosti

Važnost materijalne sigurnosti

Obiteljske vrijednosti

Važnost mira

Veće cijenjenje života

Otpornost

Prepoznavanje osobne snage i resursa

(Naučila sam ustvari koliko sam jaka i da sve mogu preživjeti)

Doživljaj osobnih učinaka iskustava tijekom rata

Razvojni gubitak

Prerano odrastanje

(Moje je djetinjstvo s 9 završilo.)

Promjene uvjerenja

Gubitak povjerenja u ljude

(Nije sve šta vidite, takvo kako vidite...da postoji pozadina priče, zakulisne igre. Možda nekome kome ste mislili da možete vjerovati, niste mogli vjerovati.)

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

I. Vrijednosne orijentacije

► Prenošnje i usmjeravanje djece na:

- **Obrazovno postignuće** (*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.*)
- **Nematerijalne vrijednosti** (*skromnost, cijenjenje onog što se ima, poštenje*) (*Nemoj biti proklet za ničim. Ono malo je jako puno u stvari... u svemu, budite skromni. Jer sve imamo.*)
- **Uvažavanje različitosti** (*Učimo svoju djecu da smo mi svi isti i da nema razlike jel Hrvat, Srbin, Musliman, Katolik, Pravoslavac*)
- **Razvijanje solidarnosti** (*uslijed npr. iskustva prognaništva*)
- **Razvijanje osjećaja zajedništva** (*Jedino što valjda 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*)
- **Pojačan oprez** (*Vjerujem da to nije sam karakter moj takav, da je rat taj koji je doveo da ja ne vjerujem ljudima i da to nekako svojoj djeci prenosim, što nije dobro, ali...*)

2. Roditeljski ciljevi

▶ Roditeljstvo usmjereno na:

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

3. Roditeljska ponašanja (I)

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



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

„**Uvijek se bojim te glupe vode.** Baš se bojim Save. ... **Mora mi se javljati, mora...** Nije se dogodilo da ja ne znam gdje je on jer **onda mu zovem prijatelje pa mu je neugodno. Svakih sat vremena mi šalje poruku. 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 i muž kaže.” (S48)

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 je 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 se danas sa mnom zezali, pričali, ... Sutra ih nije bilo jer su se preko noći objesili 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)

3. Roditeljska ponašanja (2)

- ▶ **Povećana uključenost u vidu pružanja emocionalne podrške** → Pružanje djeci emocionalne podrške i usmjeravanje u prepoznavanju, izražavanju i upravljanju vlastitim emocijama (*Držale smo se za ruke, pričale smo puno o tome kak' se ona osjeća, kak' se ne osjeća*)
- ▶ **Stvaranje odnosa povjerenja i otvorene komunikacije** → Važnost stvaranja odnosa u kojem djeca osjećaju sigurnost razgovarati o bilo kojem problemu ili osjećaju (*Znaju da ću ja ono biti ta osoba koja kad zaštekta, ja dolazim ono kao 1 / 2*) – posebno ističu majke koje nisu takav odnos imale sa svojim roditeljima (ponekad upravo zbog okolnosti rata)
- ▶ **Balans između potpore autonomije i sigurnosti** (*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.*)
- ▶ **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.*)

Zaključak

- ▶ Strah i pretjerana zaštita djece
 - Ratna trauma ostavlja naslijeđe stalne zabrinutosti, straha od separacije i kontrole
- ▶ Vrijednosti i otpornost
 - Uz traumu se razvija i snaga: prenošenje skromnosti, zajedništva, solidarnosti, važnosti obrazovanja
- ▶ Roditeljstvo u sjeni i svjetlu trauma
 - Naslijeđe straha i boli, ali i mogućnost prekida transgeneracijskog lanca traume kroz toplinu i otvorenu komunikaciju
 - Kontrast: roditelji koji nisu razgovarali ↔ majke koje danas grade odnos povjerenja i bliskosti sa svojom djecom

Praktične implikacije

- ▶ Rano prepoznavanje majki s traumom
 - U inicijalnim procjenama u HZSR koristiti kratke *screening* alate
 - Obratiti pažnju na obrasce pretjeranog zaštićivanja, straha od separacije i poteškoće u regulaciji emocija
- ▶ Integracija pristupa utemeljenom na znanjima o traumi
 - Edukacija stručnjaka u zdravstvu, obrazovanju i socijalnoj skrbi o *trauma-informed care*
 - Standardizacija protokola i koraka djelovanja
- ▶ Umrežavanje sustava kroz multidisciplinarne timove i jačanje lokalnih mreža podrške
- ▶ Psihoedukacija i savjetovanje roditelja kroz radionice i grupe podrške u zajednici (fokus na temama posljedica traume, roditeljskih vještina, regulacije emocija)
- ▶ Specifični programi za majke s višestrukim i ratnim traumama
 - Zagovaranje financiranja dugoročnih i kulturološki prilagođenih programa u zajednicama pogođenim ratom
- ▶ Nacionalne strategije
 - Aktivno zagovarati uključivanje ratne i kompleksne traume u strategije mentalnog zdravlja i obiteljskih politika

MEĐUGENERACIJSKI PRIJENOS RIZIKA
ZA MENTALNO ZDRAVLJE ADOLESCENATA



HVALA NA PAŽNJI!