

Izjava privatnosti Naslovnica



NASLOVNICA VIJESTI INTERVJU TJEDNA PROMO LIFESTYLE DOMOVINSKI RAT KOLUMNE



Home Domovinski rat Dani ponosa i slave

TIŠINA IZA VRATA Sandra Rapčak Škomrlj: Generacija odgojena u traumi Domovinskog rata

Auto: Draženka Franjić 12/10/2025 u Dani ponosa i slave Domovinski rat Intervju Tjedna Istaknuto

0 0



Izvor: Facebook

0
SHARES VIEWS

Podijeli na Facebooku

Podijeli na X (Twitter)

Pošalji na E-mail

Sandra Rapčak Škomrlj odrasla je u sjeni Domovinskog rata, u obitelji koja je preživjela srpsku okupaciju njenog sela Sotina i tragičan gubitak koji ju je je imala tek dvije i pol godine kada je njezin otac ubijen, dida mučen i zatočen, a majka i baka s njom u naručju prošle užasno iskustvo u zatočeništvu u Negoslavcima, posljedice rata nikada nisu nestale. Tijelo i duh, kaže, pamte i ono čega se svjesno ne sjećamo.

Danas, kao predsjednica Udruge djece poginulih i nestalih hrvatskih branitelja Domovinskog rata, **Sandra Rapčak Škomrlj** otvoreno govori o problemu posttraumatskog stresnog poremećaja (PTSP) unutar obitelji, o šutnji, posljedicama i potrebi da se ta tema napokon razumije i prihvati.

Sandra progovara o transgeneracijskom prijenosu traume — o tome kako rana jednog naraštaja postaje breme sljedećeg. Govori iskreno o tjeskobi zbog koje je neophodna podrška obitelji, posebice supruga, ali i nerazumijevanju društva koje je, kako kaže, "sklono i zaboravljanju i iskrivljavanju činjenica".



**SIGURNI
AUTOMOBILI,
SRETNI
VOZAČI**

autoto 33.700 €

NISSAN X-TRAIL →



**SIGURNI
AUTOMOBILI,
SRETNI
VOZAČI**

autoto 26.900 €

PEUGEOT 308 KARAVAN →



**SIGURNI
AUTOMOBILI,
SRETNI
VOZAČI**

autoto 31.900 €

RENAULT AUSTRAL →

Bude li vam se uspomene i osjećate li se loše prije i nakon što ponovno i ponovno svjedočite? Upravo to pitanje je uvod u razgovor sa **Sandrom Rapčak Škomrlj**, ženom koja ni nakon tri desetljeća od rata ne odustaje od borbe za pronalaskom posmrtnih ostataka svog oca, hrvatskog branitelja koji se još uvijek vodi na popisu nestalih.

"Mi koji tražimo svoje, za nas protek vremena čini to da čovjek gubi nadu da će pronaći svog najmilijeg, da će ta neka pravda i istina pronaći svoj put, a naša dužnost je pričati dokle god smo živi i prenositi to na neke nove buduće generacije da se ne zaboravi. Tako da mi nije teško pričati ni osobnu priču, ni bilo čiju drugu i boriti se. To je nekako obilježilo moj život i gledam na to da je to i naša dužnost.

Dok god postoje živi svjedoci događaja iz Domovinskog rata mislim da je naša dužnost pričati s ciljem da se ne zaboravi, jer živimo u društvu koje je sklono zaboravljanju onoga što se dogodilo. Sklono je čak i izvrtati činjenice, a to može biti dosta pogubno za buduće razdoblje, jer ako mi sami promijenimo povijesne činjenice, onda ćemo imati veliki problem u budućnosti kada se neće točno znati što se dogodilo.

VEZANO: [PTSP ne prestaje na vratima doma: Marijan Gubina o traumi koja ne nestaje, ni kroz generacije](#)

[Zadarska ratnica s mitraljezom, majka u borbi s PTSP-om: Priča o opstanku i ljubavi](#)

U razgovoru s nekim ljudima koji su sudjelovali u agresiji, doznala sam da ti ljudi još uvijek žive na isti način, misle isto i

rado bi ponovili isto zlo koje su napravili u Domovinskom ratu. Mislim da je, osim iskrivljene povijesti, i ovo problem.

To sigurno. Ja sam, također, kroz godine razgovarala sa Srbima koji su činili ratne zločine i kod njih nema uopće pokajanja za sve to što su učinili. Kada smo se vratili nakon mirne reintegracije, pojedini Srbi u mom selu su govorili da će se ponoviti isto. Žalosno je da povijest nije naučila ljude da rat i sve ono što se dogodilo nikome nije donijelo ništa dobro i žalosno je da i danas pojedini Srbi svoju djecu odgajaju na način da mrze Hrvate i da su, ako dođe do rata, spremni ponoviti sve što su napravili '90-tih, ako ne čak i gore.

Kada razgovaram s onima koji su prošli srpske logore i mučenja uvijek kažem da ljudi koji to nisu prošli ne mogu razumjeti ono što im se događalo samo kroz opis 'tukli su nas i mučili'. Osobno nekako mislim da je potrebno iznijeti na vidjelo cijelu istinu, ispričati sve što su činili, sve zlo koje su bili u stanju učiniti kako bi se razumjela, između ostalog, i trauma koju nose oni koji su prošli zarobljavanja, okupaciju, logore...

Mi koji svjedočimo o onome što se dogodilo čuvamo jedan dio intime i onoga što se dogodilo. Reći ćemo činjenice, ali da će bilo tko ulaziti u detalje, pogotovo tih strašnih djela koje su ljudi prošli po logorima i zatočeništvu od ispitivanja, od fizičkog nasilja, do silovanja, mislim da će rijetko tko ulaziti u detalje. Na koncu, to je nešto što ljude vrati u to doba prije 34 godine. Mi nakon razgovora svi moramo nastaviti sa svojim životom. A, kada te nešto vrati u ono razdoblje onda je pitanje kako ćeš funkcionirati ne samo taj dan, nego i u ostalim danima koji dolaze. Imamo uglavnom svoje obitelji, a netko ima razumijevanja, netko nema. Ja na sreću imam supruga koji ima razumijevanja. I sam je iz braniteljske obitelji. Ali, imamo i dio njih koji se ne znaju nositi s osobama koje su ratom dotaknute i koje u sebi nose tu traumu.

Do sada se, osim na okruglim stolovima u vašim udrugama, nije pričalo o problemu PTSP-a u obitelji. Često se čak i PTSP kod branitelja teško shvaća, a posebno se u javnosti ne shvaća da je PTSP problem i u ovim obiteljima. Da se on transgeneracijski prenosi, pa već imamo problem PTSP-a i kod unučadi, a ne samo žena i djece branitelja ili braniteljica.

PTSP je velika tema. U društvu se nekako olako kaže 'a, on ima PTSP', a uopće ne razmišljaju što taj PTSP za sobom vuče. Pogotovo to teško shvaćaju osobe koje nisu dotaknute ratom i nisu prošli sve strahote koje smo prošli mi i koje su prošli branitelji na bojištima. Svi smo mi morali nastaviti svoj život, ali ta ratna trauma je nešto što, ja odgovorno tvrdim, je sve nas obilježila za cijeli život. Nismo mi osobe koje stalno živimo u ratu i kojima se život oko toga vrti, ali te obilježi i utječe na razne aspekte života. Mi se u udruzi bavimo posebno onim kako je gubitak roditelja utjecao na naš život, a naravno da smo onda kroz razgovore s psihologinjom poznavali pojam transgeneracijskog prijenosa traume. Tu je sad i pitanje koliko sama osoba sebi i drugima može priznati da to ima unutar svoja četiri zida.

Ljudi koji nisu dotaknuti ratom PTSP smatraju uglavnom kao bolest koja izaziva agresivnost. A, to zapravo nije tako.

Nije. Mislim da kod većine ne izaziva agresivnost, nego te jednostavno vrati u ono razdoblje i izvuče sasvim drugačije emocije. Prije svega mislim na tugu, osjećaj nemoći, straha, panične napade. Sve je to povezano. Ja sam, recimo, kada je bio rat imala dvije i pol godine i ne sjećam se samih događaja iz Sotina i Vukovara, odnosno Negoslavaca i tog zarobljeništva koje smo prošli, ali tijelo pamti. I psiha je negdje upamtila, bez obzira što ja nisam svjesna tih događaja. Bez obzira na protok vremena, ja danas kada čujem zvuk aviona ili helikoptera imam panične napade. Jednostavno tada ne mogu pričati, tresem se i nekontrolirano mi idu suze. Imam baš jak panični napad.

Zadnji je bio u Kninu na obljetnici ove godine, gdje sam bila sa članovima Udruge. Srećom da je s nama bio i moj suprug. Dio protokola obilježavanja je i prelet Rafala. Dok su se ljudi divili, ja sam stajala sa strane i imala panični napad, i to mogu reći najjači do sada. Muž je morao biti uz mene i smirivati me, smirivati moje disanje da ne bih pala u nesvjest, jer mi tada srce jako tuče i gubim dah.

Drugim riječima tu je potrebno veliko razumijevanje i podrška u obitelji, posebno muža ili partnera.

Zapravo, najvažnija u cijelom tom životu kasnije koji mi živimo je podrška i razumijevanje obitelji. Važno je da možemo razgovarati i međusobno podijeliti ono što osjećamo. Da onaj koji živi s tobom prepozna po tebi, po tvom ponašanju, po govoru tijela što ti je, a da mu ne moraš ni reći. I da zna neke okidače koji će dovesti do paničnog napada ili drugih reakcija.

Kada Vam se to počelo manifestirati?

Od malena. S tim sam živjela. Prije sam doživljavala panične napade i prilikom sprovađivanja hrvatskih branitelja kada bi pucali, ali sada sam to nekako iskontrolirala. Ovo s avionima ne uspijevam. Sjećam se, kada sam se prije par godina udala i došla u Split, bila je vojna vježba na moru u Lori u čijoj blizini stanujemo. Čuli su se helikopteri i pucanje i ja sam imala panični napad. Pobjegla sam u kupaonicu i čučnula u kut i suprug je došao smiriti me. Tu se on prvi puta susreo s tim. Ispočetka mu nije bilo jasno što se događa, a kasnije smo razgovarali tako da sad već on zna i te moje okidače i zna da ne smijem biti sama u takvim trenucima.

Ako se ipak dogodi da ste sami u trenutku kada okidač pokrene panični napad kako ga sami iskontrolirate?

Ako unaprijed znam da će se dogoditi tako nešto, onda stavim slušalice i pustim si glazbu ili slušam podcast da smanjim te vanjske zvukove koji utječu

na mene i izazivaju mi tu paniku..

Što mislite zašto su četnici imali potrebu ne samo silovati žene, već i prisiljavati obitelj da to gleda?

To je dodatno poniženje. Pokazivali su svoju nadmoć u tim trenutcima. Ali, prije svega dodatno poniziti žrtvu.

Koliko ste s mamom i bakom razgovarali o tim događajima?

Razgovarale smo mama, baka i ja o svemu tome. Majka mi je rekla, ali nikada nije htjela ulaziti u detalje. Jednostavno ne može. Ona ne može o tome pričati. Baka je loše nakon što joj je drugi sin, moj stric, preminuo ove godine od karcinoma. Nažalost, od ljetos je u jako lošem stanju, dementna je i ima halucinacije. Na trenutke zna sve, a na trenutke misli da su i moj tata, dida i stric živi. To je bolest koja ju je uhvatila nakon svih tih trauma koje je doživjela. Smrt njezinog drugog sina prelila je čašu i nije više mogla izdržati.

Je li i Vaš stric imao PTSP?

Imao je PTSP i brojne druge poteškoće s kojima se borio. Nikako se nije mogao pomiriti s činjenicom da je moja mama silovana i da je njegov brat, moj tata, ubijen i da ga ne možemo pronaći. To ga je proganjalo do smrti. Bilo je svakako – i jedno vrijeme problema s alkoholom i promišljanjem o životu i suicidu. Mislim da smo svi to prošli. Prošla sam i ja u određenim godinama svog života.

Kako se Vaša mama nosi sa svim traumama koje je proživjela?

Jako teško. Izbjegava o tome pričati. Pogotovo joj je bilo teško kada se to tek dogodilo i kada smo bili u progonstvu. Baka je bila dosta posvećena mom odgoju dok se mama oporavljala. Na nju je sve to ostavilo jako velike posljedice. Baka je ta koja se godinama borila i pričala i onda sam tu borbu preuzela ja. Poštujem to da se ne nosimo svi isto s traumom i da neki ljudi o tome ne mogu pričati, iako bi svima bilo lakše kada bi traumom mogli proraditi s kvalitetnom stručnom osobom. Ako se ne radi na toj traumi mi samo mislimo da funkcioniramo normalno. Potisnemo to, ali samo je pitanje trenutka kada će sve to isplivati van. Ako nismo radili na tome i ako nismo naučili kako se nositi i reagirati u pojedinim trenutcima kada to ispliva van, onda se nađemo u velikom problemu na koji se onda gomilaju novi problemi.

Ja sam aktivna u našoj Udruzi od kada je osnovana 2007. godine, a zadnjih deset godina sam predsjednica Udruge, tako da mogu reći da sam upoznata s jako puno priča i iskustava iz naše populacije i ono što naglasim kada god mogu, to je da u našoj populaciji postoje osobe koje su počinile suicid. To nije nešto što je samo kod branitelja prisutno, nego također i kod članova obitelji poginulih i nestalih osoba iz Domovinskog rata. A, kada osoba digne ruku sama na sebe, to samo po sebi govori koliko veliku traumu je ta osoba nosila u sebi, a koja nije bila liječena na adekvatan način.

Mislim da je teško pronaći kvalitetnog stručnjaka koji zna ovakvu traumu liječiti na adekvatan način, a ne samo otvoriti je bez znanja o tome kako je zatvoriti.

Slažem se. Teško je pronaći stručnjake, pogotovo one koji su svjesni šire slike. Puno njih se fokusiralo isključivo na hrvatske branitelje koji nesumnjivo nose traumu i imaju PTSP i jako puno drugih poteškoća i s njima treba raditi, međutim mislim da obitelji poginulih i nestalih branitelja i obitelji hrvatskih branitelja su u svemu tome ostali zanemareni od Domovinskog rata do danas. Mi danas imamo situaciju da se spominje i transgeneracijski prijenos traume i PTSP koji imaju članovi obitelji hrvatskih branitelja, ali to je nekako ostalo samo na spominjanju.

Nama i dalje kronično nedostaje stručnjaka koji će se kvalitetno posvetiti članovima obitelji. Mi smo srećom pronašli stručnu osobu s kojom na kvalitetan način surađujemo od 2015. godine. Prolazimo dubinski s njom sve aspekte života, jer nema aspekta na koji nije utjecala ta trauma. I na partnerske odnose i na našu djecu, pa čak na radno okruženje, na društveni život. To je jednostavno nešto što obilježi svaki aspekt tvog života. Onaj tko kaže da to nije tako laže prije svega sam sebe.

Ovaj je članak objavljen uz financijsku potporu Agencije za elektroničke medije iz Programa poticanja novinske izvrsnosti.



Projekt "Tišina iza vrata: Suživot s PTSP-om u obiteljima hrvatskih branitelja". *Dozvoljeno je prenošenje sadržaja uz objavu izvora i imena autora.*

Oznake: Domovinski rat PTSP u obitelji Ratna trauma Sandra Rapčak Škomrlj

Prethodna vijest

KROVOVI SU GORJELI, CRJEPOVI PUCALI...Prekrili su ga travom da ga četnici ne nađu: 'Tad sam prvi put doživio rat u punom užasu'

Sljedeća vijest

Otkrivamo duhovnu baštinu prof. emeritusa Tomislava Ivančića: Predstavljanje knjige o počecima i razvoju hagioterapije



Draženka Franjić

Cronika.hr

IMPRESSUM: Kontakt: urednistvo@cronika.hr / Glavni urednik: Draženka Franjić