

[Izjava privatnosti](#) [Naslovnica](#)[NASLOVNICA](#) [VIJESTI](#) [INTERVJU TJEDNA](#) [PROMO](#) [LIFESTYLE](#) [DOMOVINSKI RAT](#) [KOLUMNE](#)[Home](#) [Domovinski rat](#) [Dani ponosa i slave](#)

# Tišina iza vrata: PTSP u obitelji – transgeneracijski okovi hrvatske slobode

 Auto **Draženka Franjić** — 02/11/2025 u [Dani ponosa i slave](#) [Domovinski rat](#) [Istaknuto](#) [Psihološki pogled](#)

 0  0

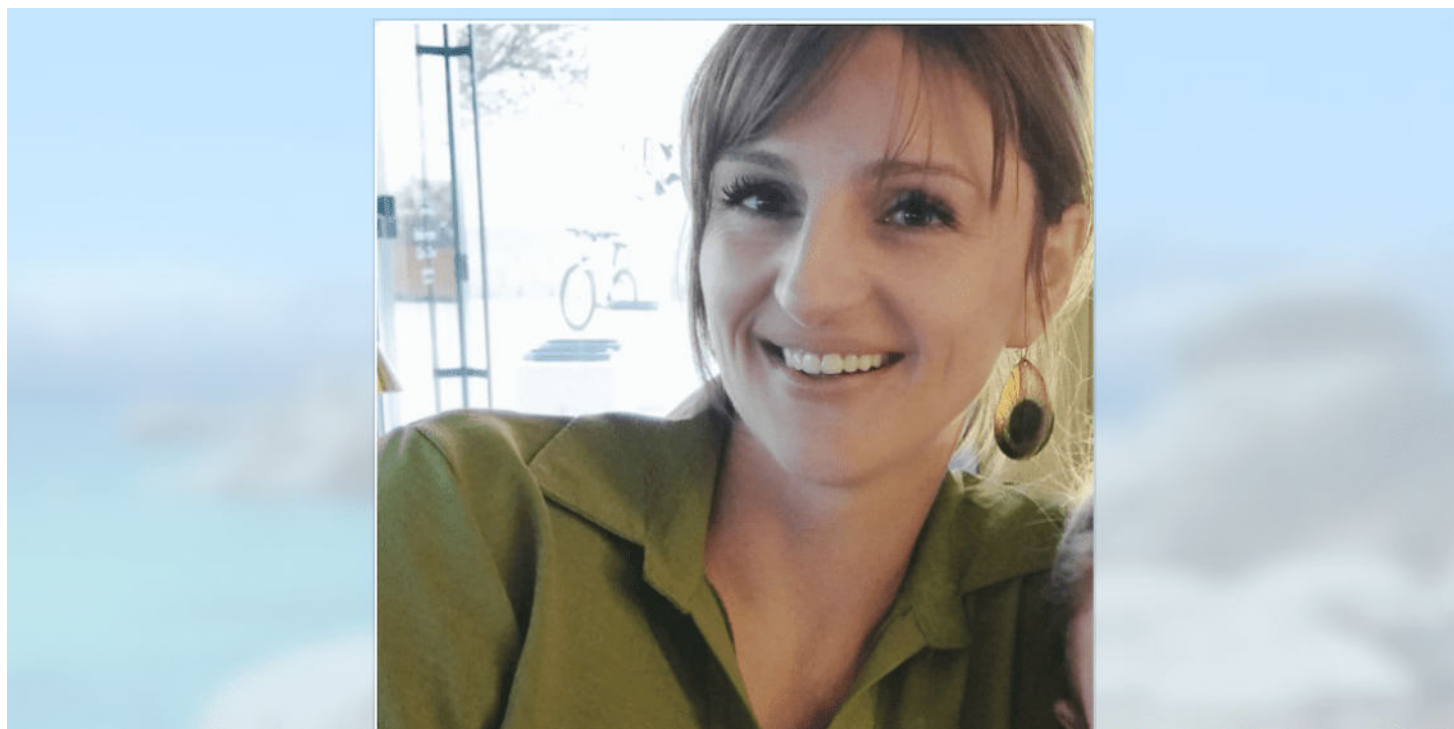


Foto: Privatna arhiva

**0** **0**  
SHARES VIEWS

 [Podijeli na Facebooku](#)

[Podijeli na X \(Twitter\)](#)

 [Pošalji na E-mail](#)

U društvu koje još uvijek šuti o nevidljivim traumama rata, tema PTSP-a i posebno transgeneracijskog prijenosa traume u obiteljima hrvatskih branitelja, ostaje na marginama. I dok se javnost nerijetko bavi predrasudama – od optužbi da je PTSP “izgovor za mirovinu” do stigmatizacije žrtava – prava drama nije vidljiva oku. Trauma ima lice djece, supruga, majki i očeva, ponosnih i ranjenih generacija obitelji koje su slobodu Hrvatske platili psihološkim zdravljem.

... najveći nepričačeni problem danas nije terapija za žrtve rata, već šutnja o prijenosu traume kroz generacije, što za obitelji hrvatskih branitelja...  
... razmjere i ostaviti duboke tragove.

**N** Psihologinja i psihoterapeutkinja **Emina Baldasari**, koja već godinama surađuje s Udrugom djece poginulih i nestalih hrvatskih branitelja Domovinskog rata, ali i ženama silovanim u Domovinskom ratu duboko je ušla u temu transgeneracijskog prijenosa traume, odnosno PTSP-a u obiteljima dotaknutih ratom.



TURISTIČKA ZAJEDNICA GRADA IVANIĆ-GRADA  
TOURIST BOARD CITY OF IVANIĆ-GRAD



### Posjeti Ivanić-Grad

#### DEGUSTACIJE

Uživaj gutljaj po gutljaj

[Više o kušaonicama](#)



### Posjeti Ivanić-Grad

#### SMJEŠTAJ

Odmori se, zaslužio si

[Više o smještaju](#)

**Baldasari** nije samo stručna osoba kada je u pitanju ratna trauma, ona duboko razumije one kojima pokušava pomoći jer i sama poznaje iskustvo prognaništva. Iz njezina stručnog iskustva proizlazi, kako kaže, da "su djeca dotaknuta Domovinskim ratom dvostruko istraumatizirana – direktnim sudjelovanjem, ali i kroz psihofizičko stanje roditelja što je za posljedicu imalo sekundarnu traumatizaciju.

"Prenatalni utjecaj, doživljeni šok i roditeljska nesposobnost da se nose sa sobom, sve to na djecu ostavlja trag sekundarne, transgeneracijske traumatizacije," kaže **Baldasari** i pojašnjava kako još nerođeno dijete može "naslijediti" traumu. Cijelo psihofizičko stanje majke utječe na dijete koje ona nosi.

"Nakon traumatskog događaja kada se dogode određena ugrožavajuća iskustva, promijeni se slika o sebi, svijetu i drugima. Nakon traumskog događaja više ne znate tko ste. Sve što ste dotad znali postaje upitno. Dok ste u stresnom razdoblju imate određena uporišta suočavanja u prijašnjim znanjima i vještinama. No, trauma sve to razara. Sudionici rata koji nose iskustvo traume ne znaju se nositi sa sobom i pružaju neadekvatan emocionalni odgovor svojoj djeci. I onda se primarna trauma prenosi na ostale članove obitelji, odnosno na supružnike i djecu i tada govorimo o sekundarnoj traumatizaciji u kojoj se psihofizičko stanje prenosi na potomke," kaže **Baldasari** dodajući kako "djeca često uranjaju u traumu roditelja i preuzimaju ulogu emocionalnih spasitelja, što nerijetko vodi do otuđenosti i izokretanja obiteljskih uloga."

A, prema njezinim riječima najgore je što ta trauma došla od dojučerašnjih susjeda koji su preko noći postali agresori i silovatelji.

VEZANO: [IZ SJENE RATA Priča iznutra – PTSP i obiteljske rane rata](#)

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

## Breme koje nose žene u ratom pogođenim obiteljima

Mnogi zaboravljaju na supruge branitelja koji su sudjelovali u ratu. „One preuzimaju sav emocionalni teret," kaže psihologinja. "Uloga žene postaje ključna jer često ona mora odigrati i ulogu oba roditelja i onu partnersku, a pritom nosi vlastiti PTSP. Zamjena uloga narušava obiteljsku dinamiku jer majka i otac

*imaju svoje specifične uloge koje nisu zamjenjive. Otac ima svoju ulogu, a majka svoju. I onda, naravno žena opterećena takvim teretom umanjuje svoj kapacitet za puninu partnerstva i roditeljstva, ali i postaje svojesvrсна brana da se ta ista trauma ne prelije na djecu.”*

**Baldasari** podsjeća i na one koji su ostajali u ratnom području zbog radne obaveze.

*“Mi imamo veliku skupinu civila o kojima se ne priča. To su zdravstveni radnici iz bolnica, vozači Hitne pomoći, novinari koji su bili i na svim mogućim ratištima, električari, vodoinstalateri, ljudi koji su pekli kruh... tako da su to sve bile civilne žrtve rata. I oni imaju svoje partnere, svoje obitelji, pa se i tu događala sekundarna traumatizacija.”*

## Trauma nema rok trajanja

**Baldasari** naglašava da „za one koji su direktno ili indirektno sudjelovali u ratu, rat nikad „ne prestaje, na način na koji se misli da treba prestati, u smislu „zaboravite i krenite dalje sa životom“. Ne radi se tu o jednostavnom zaboravljanju već o adekvatnoj integraciji traumatskih događaja u životnu priču svake pojedine osobe. Često čujemo da se događa da trauma ‘stari’ i da je prošlost, no **Baldasari** upozorava: „Traumatsko iskustvo se čuva u tijelu. Prošlost, sadašnjost i budućnost neverbalno su isprepletene kroz slike, emocije, senzacije pa simptomi osobe pričaju o tome što se dogodilo. Traumatski događaj je određena točka u vremenu i prostoru, jedno ili više „tamo i tada., ali ono s čim se ljudi kasnije bore jeste traumatsko sjećanje koje stalno izbija u njihovo „ovdje i sada““.

Kada krene proces rada na traumi, prema njenim riječima, krenu i riječi. A, trauma svaku osobu pogađa drugačije. Važno je napomenuti da nije isto radi li se jednostrukim traumatizacijama, ili višestrukim koje su se događale uzastopno kroz određeni vremenski period.

Psihologinja **Baldasari** dodaje kako je važan trenutak kada je osoba spremna na proces obrade traume, a do tada “psiha odvaja taj ranjeni dio kako bi preživjeli.”

*“Osnovni postulat je da se s traumom radi kad se ona pojavi. Nema čupanja na silu, jer je jako opasno raditi s traumom i evocirati određena sjećanja jer ne možete biti sigurni hoće li se osoba poslije “posložiti”. Često znaju doći ljudi u svojim 40-tima koji kažu “ja ne znam što se meni događa, meni sad odjednom naviru određena sjećanja”. Nerijetko tada ustanovimo da su kao djeca prolazili kroz rat. Ima jedan paradoks u radu s traumatskim iskustvom, nerijetko kada se sve u životu stabilizira i kada se ponovno pojavi onaj osjećaj sigurnosti, traumatsko sjećanje može izaći van. Traumatizirana osoba ga je tada spremna početi obrađivati. Do tada je bila premlada, nespremna, psihička struktura nije bila spremna za takvo traumatsko sjećanje i psiha ga je udaljila od svjesnog dijela. Unutar naše psihe napravi se određena podjela na funkcionalni dio koji se bori sa svakodnevicom i suočava se vrlo uspješno s aktualnom stvarnošću i onaj ranjeni dio koji je odlijepljen od ostatka, ali je samo pitanje vremena, i to obično tako bude kada će ga neki okidači iz okoline podsjetiti na traumatski događaj i pojaviti će se određeni simptomi, koji kod osobe mogu izazvati doživljaj preplavljenosti, bespomoćnosti ili pak agresije.”*

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

[TIŠINA IZA VRATA Sandra Rapčak Škomrlj: Generacija odgojena u traumi Domovinskog rata](#)

## Vjera i smisao kao sedativi duše

Kao logoterapeut svoj rad i vlastita iskustva psihologinja **Baldasari** povezuje s logoterapijom Viktora Frankla koji je sam prošao iskustvo logora za vrijeme Drugog svjetskog rata i njegovim -Imago hominis-, prema čemu svaki čovjek objedinjuje tijelo, psihi i duh. Svi koji su pronašli smisao u patnji nisu samo preživjeli – nego su nastavili živjeti.

*“S obzirom da sam i sama proživjela rat na području istočne Slavonije tek sada u zrelim godinama mogu posvjedočiti, da čovjek nije ni u tijelu, ni psihi toliko jak, koliko je jak u duhu. Sada se ne izražavam kao stručnjak, već kao osoba koja je privatno proživjela iskustva straha, strepnje, jasne blizine smrti. Iz duha ide naša snaga. Još jaču potvrdu istog uvjerenja doživjela sam u radu s duboko traumatiziranim osobama (žrtvama logora, silovanja, ratne torture, kućnog zarobljeništva) kada je, zapravo, njihovo tijelo bilo gotovo pa potpuno uništeno. Psiha se u tim uvjetima vrlo brzo poljulja i svi psihološki obrasci vrlo brzo postaju upitni. Stoga, logično se nameće da ono što u tim trenucima drži čovjeka je duhovna dimenzija njegove egzistencije. Ja bih rekla Božji duh u nama,” kaže **Baldasari**.*

Nažalost, nisu svi pronašli smisao u patnji koju su proživjeli. U takvim obiteljima PTSP je prisutan kod svih članova, primarno ili sekundarno.

*“U obiteljima u kojima je jedan ili više članova pogođen ratnom traumom, možemo govoriti o traumatskoj atmosferi. Stvara se tzv. traumatizirajući dijadni odnos, gdje je jedna osoba primarno traumatizirana, a ostali uranjaju u stanje te osobe. I onda upijaju određenu dozu straha ili bilo kojeg neugodnog stanja kojeg ta osoba nosi u sebi. Točno onako kako, primjerice, hrvatski branitelj u logoru nije znao što ga čeka, tako i njegova supruga ne zna što je čeka s njim (pri tome ne mislim na stanja mučenja i torture, nego moguće ispade agresije, bijesa, pretjerane impulsivnosti koja dolaze neočekivano i ne možete se na njih „naviknuti bez posljedica“). To je fenomen uranjanja”, pojašnjava psihologinja i psihoterapeutkinja **Baldasari**.*

## Obitelj kao mjesto trajnog boravišta traume

PTSP se, kaže **Baldasari**, očituje kroz svakodnevne noćne more, "emocionalne flashbackove", sve one tihe patnje koje utječu na cijelu obitelj. San osobe oboljele od PTSP-a postaje nemiran, a razorni događaji tijekom noći ostavljaju tragove, udaljavaju parove, stvaraju začarani krug boli.

*„Neadekvatno suočavanje s traumom, alkohol, lijekovi često su dio paketa – a supruge sekundarno traumatizirane obolijevaju od ozbiljnih tjelesnih bolesti – razvijaju karcinome, kardiovaskularne ili neurološke bolesti. U jednom trenutku dolazimo do situacije da djeca, potomci, žive s ocem ili majkom koji su ‘tu, a kao da ih nema’. Imamo dva roditelja koja su prisutna, ali ne mogu adekvatno obavljati svoju roditeljsku ulogu. I tako to dijete, kada odraste i dobije vlastito dijete, prenosi tu traumu dalje. Laičkim rječnikom, događa se transgeneracijski prijenos traume“*, objašnjava psihologinja i psihoterapeutkinja **Baldasari**.

Kod PTSP-a stvari su doslovno komplicirane i ponekad teško shvatljive i onima koji prižaljavaju simptome.

*“Osoba se može probuditi ujutro normalno, dani prije su bili u redu, tekuća aktualna sadašnjost je u redu, međutim može se osjećati bespomoćno, ranjivo, na rubu, prisutna je neka unutrašnja gorčina, stanje krivnje, osjećaj straha. Bez obzira što, primjerice, ima 55 godina i može biti vrlo utjecajna ili moćna osoba, i dalje se osjeća bespomoćno, ranjivo i ispunjena osjećajem straha, kao malo dijete. To je emocionalni flashback,”* pojašnjava **Baldasari**.

Neke osobe dotaknute ratnim traumama nauče kontrolirati emocije. No, kontrola u vrijeme sna nestaje, a onda najviše trpi brak.

*“Logično, fiziološki se san stalno prekida. Jasno je da to ne može ostaviti dobre posljedice na zdravlje. Osoba koja živi s nekim tko noću viče, jauče, plače ili ima noćne more, ne može, a da ne osjeti posljedice svega toga. Vremenom se događa da netko jednostavno izađe iz spavaće sobe. I što se događa s vremenom? Ljudi se otuđuju. I onda, ulaze u začarani krug. Imala sam svjedočanstvo jedne žene koja mi je ispričala kako je, dok je spavala sa svojim suprugom, on u jednom trenutku počeo vikati i uhvatio ju za vrat. Imao je noćnu moru, a ona ga je pokušavala probuditi. Stisnuo ju je za vrat, a ona ga je jedva probudila, šokirana cijelom situacijom. Kada se suprug probudio, nije mogao vjerovati što je napravio. To su izmijenjena stanja svijesti. Je li čudno što nakon takve noći iduću noć odlazite na spavanje sa strepnjom?”*

**Baldasari** dodaje: *“Posebno je važno spomenuti i nedostatak adekvatne podrške u tim trenucima, zbog čega ljudi često posežu za nezdravim načinima nošenja s traumom. U to spadaju alkohol, samoinicijativna farmakoterapija, često u kombinaciji, i razne druge ovisnosti.”*

Ipak psihologinja i psihoterapeutkinja **Emina Baldasari** s ljubavlju poručuje potomcima hrvatskih branitelja i civilima pogođenim ratom kako nije sramota prepoznati i nositi traumu, niti tražiti pomoć. *“Upravo ste vi djeca onih koji su stvorili slobodnu Hrvatsku i ta vas žrtva obavezuje da brinete o sebi. To je ponos, ne teret. Neovisno jesu li vaši roditelji živi, nestali, poginuli ili stradali.”*

*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 Hrvatski branitelji Psihološko zdravlje ptsp PTSP u obitelji hrvatskih branitelja Transgeneracijski prijenos traume

Prethodna vijest

Započelo rušenje mauzoleja Vukašina Šoškočanina, vođe napada na 12 hrvatskih redarstvenika

Sljedeća vijest

Škabrnja kroz oči svog zapovjednika: "Branili smo svoje, ali tko će braniti istinu?"



**Draženka Franjić**



IMPRESSUM: Kontakt: [urednistvo@cronika.hr](mailto:urednistvo@cronika.hr) / Glavni urednik: Dora Benka Frančić