



[Hrvatska](#) [Vijesti](#)

MRAČNE STRANE ŽIVOTA: Biserka Tomljenović – Društvena klima u Hrvatskoj je sklona tolerirati nasilje

[7. listopada 2024.](#), [biserka tomljenović](#), [mračne strane života](#), [nasilje nad ženama](#)

Žene, dok su u nasilnom odnosu, zbog izolacije i straha rijetko traže psihološku pomoć, što doprinosi nastanku trajnih posljedica za njihovo psihičko zdravlje, kaže u razgovoru naša sugovornica Biserka Tomljenović, magistra socijalnog rada i geštalt psihoterapeutkinja Savjetovalište Žiraha, s bogatim iskustvom u savjetovanju žena.

Razgovarala: Sandra P. Petrž

Podaci kažu kako je svaka treća žena u Hrvatskoj doživjela neki oblik nasilja, a na jedno prijavljeno nasilje dolazi 10 neprijavljenih. U prosjeku je potrebno šest godina da žena napusti nasilan odnos i odlazi tek iz sedmog pokušaja. Kakvu ti podaci šalju poruku?

Najnovija svjetska znanstvena istraživanja ukazuju na to da razloge za ostanak u nasilnom odnosu možemo pronaći u osobnim i društvenim čimbenicima. Na osobnoj razini, zbog stalnog emocionalnog zlostavljanja dolazi do erozije samopoštovanja što otežava odlazak jer se žrtve osjećaju bezvrijednima, nesposobnima, da su nedostojne boljeg života i zaslužuju nasilje. Osim toga, zlostavljači često izoliraju svoje žrtve od obitelji i prijatelja, čime im onemogućuju pristup mrežama podrške, otežavajući napuštanje veze. Ova izolacija može biti ekonomska, fizička i/ili emocionalna, uzrokujući ovisnost žrtve o nasilniku. Strah od fizičke ozljede ili osvete protiv voljenih osoba je još jedna velika prepreka za odlazak jer zlostavljači često koriste prijetnje kako bi zadržali kontrolu nad žrtvom. Neke žene vjeruju da mogu “spasiti” nasilnog partnera ostanom. Na njihov ostanak utječe nada za promjenom, nadajući se da će njihova ljubav, skrb i posvećenost zaustaviti zlostavljanje. Majke često ostaju u nasilnom odnosu kako bi zaštitile svoju djecu bilo od izravnog zlostavljanja ili traumatske rastave. Osim toga, nije rijetkost da i zlostavljač i žrtva potječu iz nasilnih obitelji te da su već kao djeca bili prisiljeni na neki način normalizirati nasilje kako bi ga učinili lakše podnošljivim. To može poremetiti orijentir oko toga što je prihvatljivo i neprihvatljivo trpjeti u odnosima s bliskim ljudima pa se na neki način “nasilna obiteljska kultura” prenosi dalje.

Na društvenoj razini, uzroci mogu ležati u kulturnim i religijskim pritiscima. Primjerice, jedan je od najuvriježenijih zahtjeva onaj za očuvanjem „svetosti“ braka i obitelji usprkos prisutnosti zlostavljanja. Ekonomska ovisnost je čest razlog zbog kojeg žene ostaju u nasilnom odnosu, strahujući da neće moći preživjeti ili uzdržavati djecu bez ekonomske podrške zlostavljača. Olakšavanje izlaska žena na tržište rada, sustav financijskih potpora za obitelji u riziku i omogućavanje socijalnog stanovanja neke su od mjera koje doprinose smanjivanju ekonomske ovisnosti. Nedostatak podrške u okviru sustava socijalne, fizičke i pravne zaštite žrtava obiteljskog nasilja također doprinosi zadržavanju statusa quo.

Kako ćemo prepoznati da smo u nevolji?

Najjednostavniji način na koji možete prepoznati jeste li zlostavljani, bilo da se radi o partneru, šefu na poslu ili drugim članovima obitelji su vaši osjećaji straha, nelagode i neopuštenosti u njihovom društvu. Ako se bojite njihovih reakcija, ako ste često izloženi uvredama i ponižavanju, ako počinjete vjerovati da zaslužujete da se prema vama osobe odnose nasilno – vi ste zlostavljana osoba. Nitko ne zaslužuje nasilje. Ne moramo se uvijek slagati, ne moramo biti uvijek zadovoljni jedni drugima, možemo se sukobljavati, ali ono što razlikuje zdrav sukob od nasilnog i zlostavljačkog je pozicija poštovanja i uvažavanja prema sugovorniku, uvažavanje različitosti perspektiva, izražavanje emocija na nenasilni način. U takvom okruženju osjećamo se sigurno, opušteno, bez nelagode i straha komuniciramo sebe. Ključna je razlika između zdravog i nezdravog odnosa – osjećaj da ima prostora da postojimo i djelujemo bez osjećaja srama, straha i krivnje.



Može li se žena žrtva nakon dugotrajnog nasilja vratiti i kako u normalan život?

Trajne posljedice dugotrajnog fizičkog i/ili emocionalnog zlostavljanja su duboke i zahtijevaju sveobuhvatne, multidisciplinarne intervencije za potpuni oporavak. Javljaju se kod svih osoba koje su takvom zlostavljanju dugotrajno izložene, bez obzira na spol. Osobe izložene dugotrajnom zlostavljanju imaju znatno veći rizik od mentalnih poremećaja, posebice depresije, anksioznosti, posttraumatskog stresnog poremećaja (PTSP) i zloupotrebe psihoaktivnih tvari.

Žrtve se često bore s niskim samopouzdanjem i poteškoćama u reguliranju emocija i povjerenja. Kronični stres zbog zlostavljanja značajno korelira s pojavom kardiovaskularnih bolesti, poput srčanih bolesti, moždanog udara i dijabetesa tipa 2. Istraživanja pokazuju da preživjele žene

često pate od dugotrajnih fizičkih ozljeda, kronične boli i reproduktivnih problema, uključujući spontane pobačaje i probleme s plodnošću. Osim toga, preživjele zlostavljanja suočavaju se s društvenom izolacijom, poteškoćama u održavanju odnosa i izazovima u roditeljstvu, što produžuje ciklus traume.

Žene, dok su u nasilnom odnosu, zbog izolacije i straha rijetko traže psihološku pomoć, što doprinosi nastanku trajnih posljedica za njihovo psihičko zdravlje. Oporavak je moguć i dugotrajan. No, ne možemo se zavaravati idejom da je dovoljno samo otići od nasilnika i da će sve biti u redu. Ponekad će biti potrebne godine rada i uključenost različitih stručnjaka u pružanje različitih vrsta podrške kako bi se sanirale posljedice.

Nužno je podržati izlazak iz izolacije i prije svega fizičku zaštitu i sigurnost žrtve (udaljšavanje nasilnika), zapošljavanje, socijalizaciju, stvaranje mreže podrške i osigurati dugotrajnu i priuštivu podršku stručnjaka. Nažalost, u Hrvatskoj institucije koje bi trebale brinuti o osiguranju protočnosti tog lanca zaštite i podrške ne djeluju dovoljno brzo i koordinirano, a sudska praksa ukazuje na to da češće, nego rjeđe umanjuje opasnosti za žrtvu nakon prekida veze s nasilnikom.

U razdoblju kad je nasilnik ostavljen, on je i najopasniji – jer više nema što izgubiti. Tu izostaje brza i interventna zaštita od strane sudova koji ne samo da ne koriste postojeće mogućnosti važećeg zakonodavstva, već im samo zakonodavstvo ne nudi dovoljno efikasne mjere. Tome nažalost svjedoči i broj ubijenih žena od strane nasilnih partnera.



Može li se nasilna osoba promijeniti i kako?

Nasilne osobe su često i same bile žrtve zlostavljanja i osobe su s ozbiljnim psihičkim i/ili neurološkim poremećajima i/ili poremećajima ponašanja. Njihov tretman je često nedobrovoljan i neučinkovit. Ključ za njihovu promjenu je prihvaćanje da je promjena potrebna. Bez toga, promjene nema. Društvo je ovdje najodgovornije za osiguranje zaštite žrtvama i osiguranje trajnog i upornog tretmana nasilnicima. Osobe, koje odbijaju mijenjati svoje nasilno ponašanje, odgovorne su za tu svoju odluku, bez obzira na svoje potencijalne psihičke poteškoće i potrebno ih je strogo sankcionirati, no istovremeno, nikada im ne prestajati nuditi tretman i šansu za promjenu. Nažalost, u našem društvu za to često nema dovoljno resursa.

Što mislite tko je najviše zakazao u borbi protiv nasilja nad ženama u Hrvatskoj i kako to promijeniti?

Društvena klima u Hrvatskoj, općenito je sklona tolerirati nasilje, ne samo prema ženama. Svi oblici nasilja, primjerice nasilni ispadi i tučnjave navijačkih skupina, huliganska premlaćivanja slučajnih prolaznika na ulici, migranata i pripadnika manjina, nasilništvo u prometu, nasilje na radnom mjestu, nasilništvo u međususjedskim odnosima i brojna druga ne sankcioniraju se ponekad uopće, a često ne dovoljno strogo. U Hrvatskoj, postoji određeno prihvaćanje i normalizacija nasilja kao prihvatljivog načina ljudske interakcije. Kulturološki, mi smo tradicionalno i patrijarhalno društvo u kojem se sposobnost za agresivno ponašanje i nošenje s tuđim agresivnim ponašanjem povezuje s obilježjima čvrstine i snage, svojevrsan dokaz „muškosti“, a kod žena se podržava izdržljivost u trpljenju nevolja, žena koja nosi teret tri kuta kuće, dobra je i poštena ako “nosi svoj križ” tiho i ponosom.

Također, Hrvatska je zemlja u kojoj katolička crkva ima značajan utjecaj na kreiranje i provedbu raznih politika pa i onih vezanih uz zaštitu prava žena. To posredno svakako utječe i na djelovanje svih nadležnih institucija u Hrvatskoj. Kao i kod nasilnika – da bi do promjene došlo, prvo je potrebna volja za promjenom. Jednom kad ona postoji, sve ide lako – sve su tehnike i intervencije, politike i strategije već poznate, samo ih treba odlučiti primjenjivati.

**Serijal MRAČNE STRANE ŽIVOTA – Svjedočanstva očaja u nasilju nad ženama, objavljen je uz financijsku potporu Agencije za elektroničke medije iz programa poticanja novinarske izvrsnosti.*