

# Survivre à l'agression sexuelle dans l'enfance : besoins particuliers et enjeux cliniques

---

NDLR - Ce texte n'engage que son auteur et ne représente pas nécessairement les positions officielles de l'Association. Toute reproduction, partielle ou totale, est interdite sans autorisation de l'auteur.

**Gaétan St-Arnaud, M.Sc. (service social), M.Éd.**

Intervenant, Centre de ressources et d'intervention pour hommes abusés sexuellement dans l'enfance (CRIPHASE)

*Le syndrome de « la marchandise avariée » aide à comprendre les difficultés expérientielles et existentielles, les souffrances, les avancées et régressions des survivants d'agressions sexuelles. Cette présentation suggèrera une vision intégrée des multiples conséquences qui perdurent encore à l'âge adulte, découlant de la perte de son enfance et/ou de son adolescence. CRIPHASE préconise l'intervention de groupe, laquelle favorise une synergie propice au continuum du rétablissement, ce long et pénible travail d'empowerment.*

## Le syndrome de la marchandise avariée

Cet article fait état des conséquences des abus sexuels sur les survivants masculins : leurs impacts sur les plans physique, mental, affectif, interpersonnel, en particulier sur l'orientation sexuelle et l'identité masculine et les troubles post-traumatiques ou conduites sexuelles obsessionnelles qu'ils peuvent engendrer.

### Effets sur le plan physique

Les enfants n'ont pas les mots pour raconter aux autres leurs expériences d'abus sexuel ou les conséquences de ces expériences. Ils adoptent des comportements particuliers : souvent, ils font des cauchemars ou ont des troubles du sommeil, de l'énurésie ou d'autres symptômes physiques de souffrance. Des douleurs somatiques chroniques pour lesquelles il n'existe pas de cause organique apparente peuvent être aussi des indicateurs d'abus sexuels.

Les survivants ont souvent du dégoût et de la haine contre leur personne physique. Ce mépris du corps peut se manifester sous différentes formes, notamment par la négligence des besoins physiques ou encore par des comportements autodestructeurs. Les garçons se sentent alors trahis par leur corps ; leur sentiment intérieur de confusion, de peur ou de colère est en conflit avec l'excitation sexuelle qu'ils ont pu ressentir ou les bénéfices secondaires qui ont pu leur être donnés.

Les comportements autodestructeurs peuvent prendre diverses formes : les pratiques sexuelles dangereuses, la conduite automobile imprudente, l'alcoolisme, la toxicomanie, l'idéation suicidaire et les tentatives de suicide sont des comportements fréquemment rencontrés. Lorsque la sexualité a été la façon de répondre à différents besoins non sexuels, le survivant peut voir son corps et sa sexualité comme des marchandises à échanger contre de l'argent ou un logement et ce comportement peut s'intégrer à son style de vie.

Le fait d'être une victime de sexe masculin est une expérience contre-culturelle puisque les hommes ne sont généralement pas considérés comme vulnérables et impuissants. Plusieurs hommes abusés sexuellement dans leur jeunesse craignent que leur vulnérabilité ne transparaisse. Certains s'adonnent parfois à des activités contre-phobiques comme la musculation et l'athlétisme, non par amour du sport, mais parce que cela représente un moyen de devenir plus forts et de cacher leurs faiblesses pour que leur vulnérabilité ne puisse être reconnue.

## **Effets sur le plan mental**

L'une des distorsions cognitives les plus courantes chez les survivants est le sentiment de responsabilité face aux abus qu'ils ont subis. Il en résulte beaucoup de honte et de culpabilité, parce qu'ils comprennent les abus comme étant le résultat d'une insuffisance de leur part plutôt que de la part du ou des agresseurs. Cette tendance à l'auto-condamnation est souvent exacerbée par l'agresseur qui a pu dire par exemple: « Je fais ça parce que je t'aime », « Si tu n'étais pas si séduisant, je n'aurais pas besoin de faire ça » ou « C'est toi qui me fais faire ça. »

Il arrive souvent que des survivants projettent des valeurs et des jugements adultes sur leur propre participation aux événements. Beaucoup de survivants ont besoin d'aide pour comprendre qu'un enfant n'est jamais, dans quelque circonstance que ce soit, responsable du comportement des adultes.

Les survivants répriment, refoulent ou occultent même les souvenirs des abus sexuels ou encore nient l'impact qu'ils ont eu dans leur vie. Ils érigent habituellement ces défenses mentales au moment des abus dans un effort pour faire face aux événements dissonants de leur vie. L'enfant a pu juger qu'en niant ou réprimant inconsciemment le souvenir qu'il avait, il pouvait tolérer sa situation.

Plusieurs survivants présentent souvent des tendances à l'impuissance et à la passivité apprises. L'abus semblait un élément normal de leur enfance face auquel personne ne réagissait; ils ont pu ainsi considérer que c'était une partie normale et acceptable de la vie. Ils pensent faussement que ce que des adultes leur ont fait vivre était ce qu'ils méritaient et que le monde n'a rien de mieux à leur offrir. Ce désespoir et cette impuissance peuvent se concrétiser dans l'existence si le survivant ne trouve pas le moyen de changer cette fausse croyance de sa responsabilité des abus sexuels dont il a été victime.

## **Effets sur le plan affectif**

Jusqu'à récemment, dans notre culture, les hommes n'étaient guère encouragés à exprimer leurs émotions et leurs sentiments. Ainsi, beaucoup de survivants ne sont pas capables d'identifier, de reconnaître ou de montrer leurs émotions. Ils souffrent d'engourdissement affectif. Certains survivants adoptent même des comportements obsessionnels pour veiller à ce que leurs émotions restent réprimées, et ils se créent un personnage stoïque pour confirmer leur masculinité. Le caractère compulsif du comportement obsessionnel est satisfaisant temporairement puisqu'il masque la réalité émotionnelle très profonde qui le sous-tend.

Beaucoup de survivants deviennent des toxicomanes et leurs rapports avec l'alcool, la drogue ou la nourriture peuvent mobiliser une grande partie de leur énergie mentale et affective. D'autres se réfugient dans des conduites

obsessionnelles et leurs rapports avec le travail, le sport, le sexe ou d'autres activités sont marqués par la compulsion et la dépendance. Ainsi, ils n'ont pas à prendre conscience de leurs émotions; ils ne se rendent pas compte que ces activités bloquent l'émergence de leurs émotions et de leurs sentiments.

Lorsqu'un survivant est en contact avec ses émotions, il ressent généralement de la colère, de la peur, de l'anxiété, de la culpabilité et de la honte. La colère et la rage peuvent devenir l'émotion «fourre-tout» pour les victimes de sexe masculin. La colère est ressentie comme plus acceptable que l'expression d'émotions davantage liées à la vulnérabilité. Plusieurs survivants ont du mal à éprouver et à exprimer leur colère parce qu'ils l'associent à la violence. D'autres survivants adoptent une attitude de victime dans leur vie et réagissent au fait d'avoir été utilisés et exploités par la passivité et le retrait.

## **Troubles post-traumatiques**

Le syndrome de stress post-traumatique donne lieu à des stratégies de défense très variées auxquelles la victime a recours pour tenter de préserver son intégrité. Les symptômes les plus courants comprennent les flash-backs et la répétition de l'expérience traumatisante, un engourdissement général des réactions intellectuelles et affectives, l'hypervigilance et toute une variété de réactions de dissociation.

Plus le traumatisme a été répété et plus l'intrusion a été grande, plus le souvenir neurologique du survivant est profond et puissant. La répétition de l'expérience s'accompagne d'une sorte de brouillage entre le passé et le présent. Des souvenirs peuvent aussi émerger sous forme de cauchemars.

Des survivants donnent parfois des détails explicites sur les abus dont ils ont été victimes sans ressentir d'émotions, comme s'ils avaient été vécus par quelqu'un d'autre.

Cet étouffement de l'émotivité se produit parce que les survivants ont souvent peur d'identifier ou d'exprimer leurs émotions de crainte que leurs réactions soient si intenses qu'ils ne pourront pas les maîtriser. Le syndrome de stress post-traumatique est souvent caractérisé par une tension musculaire chronique, des troubles du sommeil, de l'agitation et des sursauts exagérés.

Pendant les abus, le corps de l'enfant peut rester présent mais son esprit peut s'en séparer pour se protéger psychologiquement. Certains symptômes de dissociation se traduisent par la fuite mentale dans un espace apparemment neutre, la déréalisation, la dépersonnalisation qui altère le moi habituel, les expériences extra-corporelles et la présence de trous de mémoire dans les souvenirs.

Beaucoup de survivants ont dissocié leurs affects de leurs souvenirs intellectuels. D'autres ont le sentiment vague et inconfortable qu'ils ont été abusés mais ne peuvent pas se souvenir d'incidents spécifiques d'abus. Le survivant peut avoir ainsi l'impression qu'il est fou et que son moi est partialisé ou même éclaté. C'est ainsi que des survivants peuvent présenter un trouble de personnalité multiple où la psyché s'efforce paradoxalement de protéger sa cohérence en partialisant ses diverses composantes.

## **Difficultés avec l'identité masculine**

Notre culture a créé un mythe social voulant que les hommes aient le contrôle de leur vie, qu'ils soient autonomes et forts. Pour les survivants, le stéréotype de la virilité réussie est en conflit direct avec leur expérience. Ainsi, ils transposent leur maturité d'hommes mûrs sur les souvenirs des abus en oubliant qu'ils étaient à l'époque des enfants et se considèrent coupables de ne pas avoir empêché l'agresseur d'agir.

Par rapport à leur identité masculine, certains survivants ont un pénible sentiment d'imperfection et d'impuissance. Les idées rigides sur les rôles et les stéréotypes sexuels basés sur des impressions inexacts sont responsables d'une partie de la souffrance existentielle des survivants d'abus sexuels. Heureusement, aujourd'hui, une redéfinition de la masculinité favorise l'expression des émotions et du sentiment de vulnérabilité ressenti par les hommes.

## **Confusion quant à l'orientation sexuelle**

Beaucoup de survivants ont été abusés par un homme et cela les amène inévitablement à se poser des questions sur leur orientation sexuelle et leur masculinité. Ils se demandent s'ils sont hétérosexuels, homosexuels ou bisexuels, entraînant, chez certains, une confusion quant à l'affirmation de leur préférence sexuelle.

Ne comprenant pas l'impact des abus, beaucoup de survivants ont tendance à se référer à l'excitation physique et à l'orgasme plutôt qu'à leur désarroi affectif et à leur confusion dans leurs efforts pour identifier leur orientation et leur préférences sexuelles. Les enfants n'analysent pas leur expérience en termes de contrôle et de pouvoir. Ils identifient les abus sexuels dont ils ont été victimes comme des épisodes homosexuels plutôt que comme des agressions à caractère sexuel.

Tous les survivants posent des questions comme: « Pourquoi est-ce que cela m'est arrivé à moi et pas à quelqu'un d'autre? » Les survivants homosexuels ont tendance à se demander: « Est-ce que je suis gai parce que j'ai été abusé? » ou « Est-ce que j'ai été abusé parce que je suis gai? » Lorsque les survivants sont des hommes gais, le processus d'acceptation de leur homosexualité peut-être plus difficile à cause de leur propre incertitude quant aux impacts des abus sexuels sur leur orientation sexuelle.

## **Conduites sexuelles obsessionnelles**

Par définition, l'abus sexuel crée un conditionnement dysfonctionnel. Comme les enfants n'ont pas la maturité émotionnelle, intellectuelle et sociale nécessaire pour comprendre l'expérience sexuelle adulte, les abus sexuels peuvent créer des tendances à l'excitation et des comportements de défense érotisés qui peuvent s'avérer dysfonctionnels aux étapes ultérieures de leur développement.

Pour les hommes de notre culture, le premier orgasme est un rite de passage qui marque l'entrée dans l'adolescence. Lorsque cet orgasme se produit dans le contexte d'un rapport abusif, il entraîne des associations problématiques: usage du pouvoir, non-consentement mutuel et parfois violence. Certains survivants ont élaboré des

fantasmes et des rituels masturbatoires autour de leur expérience d'abus sexuel et sont excités par des activités sexuelles qui font intervenir l'agression, la violence ou l'exploitation.

Le mélange du secret et de l'excitation sexuelle laisse souvent à la victime un sentiment de grande honte à l'égard de sa sexualité, particulièrement si elle se rend compte que la façon dont elle l'exprime est déviante. Plusieurs survivants ne sont pas conscients du fait que leur comportement sexuel a été façonné par des processus d'abus et ils pensent qu'ils sont inadaptés, bizarres ou anormaux à cause de la nature de leurs désirs sexuels et de la façon dont ils vivent leur sexualité. À cause de la honte qui entoure ses comportements, un survivant hésitera à parler aux autres de sa sexualité.

Beaucoup de survivants adoptent des comportements sexuels obsessionnels: activités sexuelles compulsives sans développement de relation avec l'autre ou masturbation fréquente. Ils ressentent de la honte et du remords après s'y être adonnés. Pour eux, les comportements sexuels obsessionnels permettent de bloquer certains troubles psychologiques comme l'anxiété. Pour certains survivants, l'obsession sexuelle remplace l'intimité sexuelle.

D'autres survivants s'efforcent de répondre à leur inconfort devant la sexualité en prohibant tout contact sexuel avec les autres.

## **Difficultés interpersonnelles**

L'abus sexuel est un traumatisme induit par des êtres humains qui a des répercussions durables sur les rapports subséquents avec les êtres humains. Plusieurs survivants ont des sentiments ambivalents vis-à-vis de la personne qui les a agressés. Même s'ils n'ont pas aimé l'aspect non partagé du rapport sexuel, ils ont pu apprécier l'attention et l'intérêt que leur a montrés l'agresseur. Cette ambiguïté peut se traduire plus tard par une incapacité à distinguer sexualité et affection, confiance et exploitation, rapport égalitaire et abusif.

Les adultes victimes d'abus sexuel dans leur enfance et/ou leur adolescence peuvent avoir de la difficulté à amorcer, développer et entretenir des relations interpersonnelles intimes. L'abus de confiance qui est inhérent à l'abus sexuel amène souvent la victime à éviter les rapports interpersonnels. Certains survivants ont tendance à être victimisés à nouveau dans leurs relations avec les autres. Souvent, ils ne savent pas reconnaître les signaux de danger qui indiquent la présence d'un risque d'abus, parce qu'ils ont du mal à discerner les frontières de leur moi et qu'ils ne sont pas en mesure d'identifier les moments où leurs besoins de sécurité ne sont pas satisfaits.

Une des façons de réagir à la victimisation consiste à adopter une attitude d'hypervigilance face aux humeurs et comportements des personnes significatives dans l'entourage des survivants. Ce comportement qui visait initialement la sécurité devient dysfonctionnel dans les rapports adultes lorsqu'un survivant ne peut pas identifier son vécu intérieur et qu'il se concentre sur l'état d'âme des personnes qui ont de l'importance dans sa vie. Son amour propre ne se développe pas comme il se doit et il façonne sa conduite en réaction aux autres plutôt qu'en réponse à ses propres besoins.

En général, les abus sexuels retardent ou compliquent tant le développement psychosocial que le développement psychosexuel. Dans les rapports adultes, les partenaires sexuels ou sociaux sont parfois l'objet de projections

inconscientes des survivants, ce qui peut être une source de confusion et de souffrance tant pour les uns que pour les autres.

L'abus sexuel est un crime souvent perpétré grâce à la loi du silence. Les agresseurs sont dans une position de pouvoir par rapport à leurs victimes. Elles se soumettent à l'autorité des agresseurs, contraintes par la manipulation, la menace, la séduction ou autrement. Les enfants sont incapables, de par leur maturité affective et intellectuelle, de se rendre compte des conséquences inhérentes aux comportements reliés à l'agression sexuelle. C'est toujours, et encore toujours, l'enfant la victime.