

Les effets de l'inceste sur l'enfant devenu adulte

Tous les contacts sexuels (flirts ou relations complètes) cachés ou pas, entre un enfant et un adulte avec lequel l'enfant a une relation de confiance devraient impérativement donner lieu à un traitement.

Les blessures seront présentes dans toutes les facettes de la vie des personnes qui en ont été victimes et affecteront voire anéantiront chez elles l'estime de soi.

Au moins un garçon sur 5 et une fille sur 4 seront abusés avant d'avoir atteint l'âge de 18 ans.

Ceci provoquera un blocage émotionnel à l'âge de la première agression et la personne ne pourra commencer à se rétablir qu'à l'âge adulte, si cela est possible un jour.

Les garçons, aussi bien que les filles, peuvent être victimes d'abus sexuels et n'importe qui peut être un abuseur, spécialement s'il fait figure d'autorité auprès de l'enfant comme par exemple, un frère, un oncle, un ami de la famille, une tante, un professeur, etc.

Voici quelques dysfonctionnements sociaux provoqués par l'inceste :

L'alcoolisme, la dépendance aux drogues, la prostitution et/ou le proxénétisme.

Les troubles alimentaires ou du sommeil, migraines, douleurs au ventre ou au dos sont quelques-unes des conséquences physiques que ceux ou celles qui ont été victimes peuvent vivre.

La nourriture, le sexe et l'alcool sont des moyens utilisés pour engourdir des souvenirs douloureux et sortir temporairement de la réalité.

Si la personne qui a été victime perçoit l'obésité comme étant repoussante et si elle croit qu'elle a été abusée parce qu'elle était attirante, elle peut réagir en mangeant à l'excès dans un désir de protection de futures agressions à caractère sexuel.

L'anorexie est une autre forme d'autopunition menant éventuellement à l'ultime auto-victimisation, le suicide.

Plusieurs problèmes émotionnels découlent de l'abus dont l'incapacité à faire confiance, le perfectionnisme, les phobies ou l'évitement de tout lien affectif et intime.

Le système de déni qui a assuré la survie de l'enfant empêche le survivant d'avoir

une vie adulte heureuse et libre.

Ceux ou celles qui ont été victimes peuvent avoir des problèmes dans leur rôle parental, conséquence du manque de confiance en leurs propres perceptions, et remettre souvent leurs décisions en question.

Ces personnes peuvent éviter de devenir parent, chercher à être un parent « parfait » ou reproduire l'abus.

La pire conséquence possible est quand une ancienne victime devient elle-même perpétrateur d'abus sur la génération suivante.

Une autre répercussion de l'inceste consiste à regarder l'autorité de façon menaçante et avec anxiété. La passivité est confortable parce qu'elle est familière. Celui ou celle qui en a été victime peut accepter une situation misérable familière plutôt que de risquer un changement non familial.

L'incapacité à faire confiance peut entacher les relations sentimentales avec les membres du sexe opposé.

Certaines des personnes qui ont été victimes confondent sexualité avec affection ou amour.

Quand l'abus était physiquement violent, et même parfois douloureux, elles peuvent confondre sexualité avec contrôle et puissance.

Un commentaire typique : « Quand j'ai des relations sexuelles avec quelqu'un, je sens qu'il contrôle mon corps. J'ai l'impression qu'au moment où je réponds, il me manipule et que je redeviens encore un jouet. »

Changer les comportements autodestructeurs est un processus lent,

Chez SIA celui ou celle qui a été victime d'inceste peut apprendre que c'est possible.

Une phrase à la fin de nos réunions nous rappelle que la douleur peut n'être que temporaire, tandis que rester dans le déni de l'inceste, c'est continuer d'en subir les conséquences.

Il n'est pas facile pour une ancienne victime d'inceste de se mettre en position d'éprouver sa douleur et elle a alors besoin de courage, mais aussi d'une aide fiable et d'une écoute sans jugement.

C'est pour cela que nous, Survivants de l'Inceste Anonymes, existons.

Nous sommes une ressource disponible pour les adultes survivants

En sortant du déni nous progressons vers le rétablissement par un travail de dimension spirituelle et d'identification des conséquences de l'inceste sur nos vies.