

# L'inceste & ses effets

## Qu'entendons-nous par «inceste» ?

L'inceste, au sens large et au sens *subi*, est une relation sexuelle entre un enfant et un membre de la famille ou de l'entourage familial de l'enfant. Le membre de la famille peut être : *un ascendant* : parents, grands-parents, beaux-parents, tuteurs, etc. ou *un collatéral* : oncles, tantes, frères, sœurs, cousin(e)s, etc. Le membre de l'entourage familial est *une personne proche ayant une relation de confiance et/ou d'autorité et que l'enfant aura cotoyée un certain temps* : ami de la famille, voisin, autre enfant, prêtre, enseignant, éducateur, etc. L'inceste existe lorsqu'une conduite à caractère sexuel est imposée à l'enfant à son insu, **qu'il soit consentant ou pas, qu'il en ait conscience ou pas, qu'elle ait lieu une ou plusieurs fois, de façon cachée ou pas**. *L'abus sexuel n'implique pas obligatoirement une pénétration*. Il peut s'agir de toute autre contrainte verbale, physique, ou psychologique de nature à trahir la confiance et l'innocence de l'enfant : baisers, attouchements, exhibitionnisme, insinuations sexuelles répétées, usage de matériel pornographique, simulation de rapports sexuels, etc. **toute conduite dont le caractère intrusif est ressentie à plus ou moins long terme par la victime comme une violente atteinte à ses limites et à son intégrité personnelle**, entraînant une durable blessure psychique aux effets dévastateurs.

## Qui est concerné ?

Les recherches indiquent **que plus d'un enfant sur dix** est aujourd'hui victime de maltraitances sexuelles dans la famille ou dans l'entourage proche de la famille.

## Quels sont les effets\* possibles de l'inceste ?

### A court terme :

- Exhibitionnisme ou intimité exacerbée
- Activités auto-érotiques compulsives
- Ruptures scolaires, mîmes d'abus sur autres enfants
- Troubles de l'appétit, du comportement, de l'hygiène, du contrôle sphinctérien, énurésie, cauchemars, etc.
- Dépression, retrait, sentiments de honte/culpabilité
- Actes violents sur soi et/ou sur les autres, fugue(s)

### A plus ou moins long terme :

- Dénî, amnésies, minimisation, flash-back répétés
- Idées et/ou actes suicidaires, dépressions chroniques
- Exposition au danger ou peur de la prise de risque
- Réactions et crises incontrôlées (pleurs/colères), violences sur soi (automutilation) et/ou sur autrui
- Mauvaise estime de soi et de son corps, honte
- Troubles sexuels : impuissance, frigidité, sexualité et/ou masturbation compulsives, désirs ou aversions obsessionnelles, pleurs lors des rapports sexuels, etc.
- Troubles de l'orientation sexuelle
- Confusions entre sexe/amour/affection/pouvoir
- Fantasmes de viol/domination/masochisme
- Episodes de prostitution, métiers pornographiques
- Problèmes liés aux limites du corps et de l'esprit, au contrôle, au pouvoir ; incapacité à dire «non»,
- Perte de la confiance en soi et aux autres, repli
- Exhibitionnisme ou intimité exacerbée
- Alcoolisme, toxicomanie, auto-médication, achats compulsifs, conduites obsessionnelles, phobies, etc.
- Troubles alimentaires : anorexie et/ou boulimie
- Revictimisation par soi-même et/ou par les autres et/ou victimisation des autres ou de ses enfants
- Maux de ventre, de dos, de tête ; cystites, infections gynécologiques récidivantes ; nausées ; malaises ; troubles d'orientation ; arthrite
- Perte des capacités ludiques
- Sentiment répété d'abandon
- Choix de partenaires plus âgés
- Non-désir d'enfant, de mariage
- Désir de changer de nom, etc.

**\*Liste non limitative de symptômes non spécifiques. La présence de plusieurs d'entre eux est très suggestive.**