

Les effets sur les personnes survivantes

L'agression sexuelle peut avoir différents effets sur les personnes survivantes. Les personnes survivantes peuvent utiliser divers mécanismes d'adaptation, dont certains sont néfastes.

Effets possibles de l'agression sexuelle :

- Perte d'estime de soi
- Honte, humiliation, culpabilité ou colère
- Sentiment d'impuissance
- Sentiment d'être laid-e ou honte de son corps
- Symptômes physiques de stress : maux de tête, problèmes digestifs, troubles d'appétit et de sommeil
- Anxiété, dépression, honte, colère, rage ou peur
- Choc ou incrédulité
- Sentiment de déconnexion
- Sentiment d'être figé-e ou engourdi-e
- Perte ou deuil
- Sautes d'humeur
- Hypervigilance
- Désir de s'isoler
- Agressivité
- Rappels d'images (« flashbacks »)
- Peur d'être seul-e
- Peur d'attaques futures
- Cauchemars ou autres perturbations du sommeil
- Difficulté de concentration
- Difficulté à faire confiance aux autres
- Difficulté à être émotionnellement proche des autres
- Aucun désir d'intimité sexuelle