

# La violence sexuelle chez les hommes

Les statistiques annuelles du FBI sur les agressions sexuelles révèlent qu'un homme sur huit sera victime d'agression sexuelle au cours de sa vie. Cette estimation est passablement modérée, car la plupart des études indiquent que le nombre d'hommes victimes d'agression sexuelle ou de violence sexuelle durant leur enfance ou à l'âge adulte est, en fait, plus élevé. Pourtant, l'agression sexuelle est une réalité que beaucoup de gens associent encore aux femmes, et notre représentation culturelle de l'agression sexuelle fait en sorte que les hommes qui en sont victimes ont beaucoup de difficulté à parler de leur expérience et à demander de l'aide. Afin de comprendre ce que vivent les hommes et les garçons victimes d'agression sexuelle ou de violence sexuelle, il est essentiel de dissiper certaines idées fausses concernant la violence sexuelle chez les hommes.

## La violence sexuelle chez les hommes : mythes et réalités

**Mythe :** Les hommes sont rarement victimes d'agression sexuelle.

**Réalité :** Une étude menée récemment au Canada (*Infractions sexuelles à l'égard des enfants*) révèle qu'environ un garçon sur trois sera victime d'agression sexuelle avant l'âge de 18 ans. En outre, dans une étude menée auprès d'étudiants de niveau collégial âgés de 19 à 24 ans, 30 % ont admis avoir été victimes d'agression sexuelle<sup>1</sup>.

**Mythe :** Les hommes sont moins traumatisés par une agression sexuelle que les femmes ou n'en souffrent pas autant.

**Réalité :** Les hommes victimes d'agression sexuelle ou de violence sexuelle sont tout aussi susceptibles que n'importe quelle survivante de subir les contrecoups de cette expérience. Tout comme les femmes, les hommes peuvent souffrir d'un trouble de stress post-traumatique ou de dépression, avoir des idées suicidaires ou des rappels d'images, et éprouver de la difficulté à faire confiance aux autres. Les survivants d'une agression sexuelle réagissent tous différemment à leur expérience, mais en sont tous touchés d'une façon ou d'une autre.

**Mythe :** Les hommes ne sont agressés que par des homosexuels.

**Réalité :** Dans la grande majorité des cas d'agression sexuelle chez les hommes et les garçons, l'agresseur est hétérosexuel. La motivation derrière la violence sexuelle est d'éprouver un sentiment de contrôle et de pouvoir sur une autre personne, et non d'atteindre la satisfaction sexuelle. Les femmes aussi commettent des agressions sexuelles sur des hommes.

**Mythe :** Les hommes agressés par un autre homme sont homosexuels ou le deviennent à la suite de l'agression.

---

<sup>1</sup> *Volunteer Training Manual*, Sexual Assault Centre de l'Université de l'Alberta

**Réalité :** L'orientation sexuelle d'une personne ne change pas à la suite d'une agression sexuelle. Il peut arriver, en effet, que certaines personnes se sentent désorientées quant à leur orientation sexuelle après une agression, notamment si elles ont éprouvé des sensations physiques pendant l'agression. Par exemple, si un hétérosexuel est victime d'agression sexuelle de la part d'un autre homme et qu'il a une érection pendant l'agression, il pourrait croire que cela signifie qu'il est gai ou qu'il souhaitait que cette agression se produise. Toutefois, beaucoup de personnes ressentent une excitation pendant une agression sexuelle. Cette sensation peut être une réaction de peur ou elle peut être attribuable au fait qu'un corps sain, en général, réagit physiquement aux contacts sexuels, même s'ils ne sont pas désirés.

**Mythe :** Les hommes peuvent éviter d'être victimes d'agression sexuelle.

**Réalité :** Toute personne, peu importe le genre, est vulnérable à une agression sexuelle. Parce que les hommes sont souvent physiquement plus forts que les femmes, certaines personnes croient, à tort, que les hommes devraient être capables de se défendre. Or, les agresseurs usent de nombreux stratagèmes pour commettre une agression sexuelle; le plus souvent, ils utilisent la contrainte. Toute personne, peu importe sa taille ou sa force physique, peut être victime de coercition.

**Mythe :** Un homme ne peut être victime d'agression sexuelle, puisque les hommes sont toujours consentants et disposés à avoir des rapports sexuels.

**Réalité :** Une agression sexuelle n'est pas une relation sexuelle. Si un homme souhaite avoir des rapports sexuels, il veut choisir avec qui et comment. L'agression sexuelle est un acte de violence qui prive la personne de tout choix ou de tout contrôle. Cette idée préconçue selon laquelle les hommes sont toujours consentants à avoir des rapports sexuels peut causer beaucoup de tort aux hommes victimes d'agression sexuelle, car ils pourraient avoir le sentiment d'avoir voulu ce qui leur est arrivé et, par conséquent, n'avoir aucune raison d'en être perturbés.

**Réactions à la violence sexuelle.** Toutes les victimes réagissent différemment à leur agression. Cependant, beaucoup éprouvent des sentiments et des difficultés semblables.

- **Ambiguïté quant à l'identité sexuelle :** L'identité sexuelle est une question très importante à laquelle les hommes victimes d'agression sexuelle sont couramment confrontés. Beaucoup en viennent à se demander s'ils sont devenus hétérosexuels, homosexuels ou bisexuels, et si l'agression influe sur leur sexualité. Même si personne ne sait avec exactitude quels facteurs déterminent l'identité sexuelle, nous savons pertinemment qu'elle n'est pas déterminée par l'agression sexuelle<sup>2</sup>.

---

<sup>2</sup> *When Males Have Been Sexually Abused: A Guide for Adult Male Survivors*, par John Napier-Hemy, 1994.

Les hommes victimes d'agression sexuelle font souvent face à un certain nombre de problèmes selon que leur agresseur est un homme ou une femme. Si l'agresseur est un homme, il peut devenir plus difficile pour eux de faire confiance aux hommes ou d'entretenir des relations avec d'autres hommes. Il leur arrive parfois aussi de penser qu'ils « doivent » être gais et que c'est pour cette raison que l'agresseur a été « attiré » vers eux. Les hétérosexuels peuvent craindre d'être perçus comme des homosexuels si d'autres personnes apprennent que l'agresseur était un homme. L'homophobie est une réalité bien présente dans notre société; il est donc difficile pour les hommes victimes d'agression sexuelle de parler de leur expérience et d'obtenir de l'aide ou de l'information.

Si l'agresseur est une femme, la victime peut avoir de la difficulté à définir son expérience comme une agression sexuelle. Notre société ne reconnaît pas, en général, qu'une femme puisse commettre une agression sexuelle. Elle enseigne aux hommes qu'ils devraient s'estimer « chanceux » qu'une femme manifeste un intérêt sexuel à leur égard. Par conséquent, beaucoup d'hommes exploités par des femmes ne considèrent pas leur expérience comme une « exploitation sexuelle » ou une « agression sexuelle », et peuvent trouver qu'il est particulièrement pénible d'en parler. Néanmoins, même si la victime ne définit pas son expérience comme une agression sexuelle, elle en subira quand même les conséquences.

Beaucoup d'hommes victimes d'agression sexuelle de la part d'une femme ont honte de parler de leur expérience parce qu'ils craignent qu'on les qualifie de « faibles » ou « d'efféminés », et qu'on dise qu'ils auraient dû être capables de se défendre. Pourtant, une femme peut contraindre un homme d'avoir des rapports sexuels non désirés, tout comme l'inverse est aussi vrai. Nous devons aussi être conscients du fait que la société hésite à reconnaître les femmes comme des agresseurs, ou de penser qu'elles en sont incapables, probablement en raison de la perception socialisée selon laquelle les femmes jouent exclusivement un rôle de protectrices et d'éducatrices, et sont incapables de violence<sup>3</sup>.

Chez les hommes victimes d'agression sexuelle de la part de leur partenaire, ces sentiments de confusion et d'incrédulité peuvent s'intensifier. Il leur arrivera souvent de parler d'une « mauvaise expérience sexuelle » plutôt que d'une agression sexuelle. La victime pourra même aller jusqu'à croire au mythe selon lequel les hommes « veulent toujours faire l'amour » et à se sentir émasculée parce qu'elle ne voulait pas avoir de rapports sexuels à ce moment-là<sup>4</sup>.

- **Baisse des capacités physiques fonctionnelles** : Les dysfonctions sexuelles chez les hommes victimes d'agression sexuelle sont très fréquentes. En effet,

---

<sup>3</sup> *Betrayed as Boys*, par Richard B. Gartner, 2001.

<sup>4 5 6</sup> *When Males Have Been Sexually Abused: A Guide for Adult Male Survivors*, par John Napier-Hemy, 1994.

divers problèmes peuvent survenir à la suite de l'agression sexuelle : érection douloureuse, difficulté à maintenir l'érection, éjaculation précoce, absence de désir sexuel ou obsession sexuelle<sup>5</sup>. Même les sentiments et contacts sexuels sains peuvent parfois devenir des éléments déclencheurs. C'est en apprenant à surmonter son agression que la victime pourra régler ces problèmes.

Outre les dysfonctions sexuelles, il est très probable que les hommes victimes d'agression sexuelle éprouvent certains symptômes physiques, tels que les suivants : perturbation des habitudes alimentaires et du sommeil, maux de tête fréquents, nausées, vision trouble, sensations d'étouffement ou douleurs aux parties génitales, aux fesses ou au dos<sup>6</sup>. Bien entendu, ces symptômes peuvent ne pas être attribuables uniquement à l'agression sexuelle, mais ils peuvent y être reliés.

- **Inconfort face aux situations d'intimité** : Il est tout à fait normal que les hommes ayant été victimes d'une agression sexuelle aient du mal à faire confiance aux autres par la suite. Ils pourraient éprouver de la méfiance à l'égard de leurs collègues de travail, de leurs amis, des membres de leur famille, des personnes en position d'autorité et, de façon plus générale, de toute relation intime. L'agression sexuelle est une violation de la confiance, surtout si l'agresseur est connu de la victime.

Il convient de souligner que chaque personne réagit différemment à l'agression et que certaines émotions peuvent être ressenties et se manifester de nombreuses façons et à divers degrés. Il est tout à fait possible aussi que la victime manifeste tous les symptômes mentionnés précédemment ou aucun d'entre eux. Encore une fois, on doit se rappeler que chaque victime réagit selon sa propre expérience et, de ce fait, ne doit pas être jugée ni critiquée.

- **Colère et honte** : Certaines idées fausses et croyances véhiculées dans notre société veulent que les hommes soient « limités » à une certaine gamme d'émotions. Aux yeux de la société, il est tout à fait acceptable que les hommes expriment et même extériorisent leur colère. Il est même « sain » qu'un homme victime d'agression sexuelle manifeste sa colère. Cependant, si les réactions émotives ne se limitent qu'à la colère, il peut en résulter un refoulement d'autres sentiments pertinents et valides. Généralement, la colère cache d'autres émotions plus profondes, comme la douleur, la honte ou la peur. Il est important d'être capable de reconnaître et d'exprimer ces émotions sous-jacentes. Malheureusement, la société reproche souvent aux hommes d'être incapables d'exprimer ou de partager leurs émotions, et s'ils le font, ils sont parfois la cible de railleries et de critiques. Il est extrêmement important que les victimes puissent se confier à une personne qui comprend leurs sentiments et qui ne juge pas les réactions émotives qu'elles pourraient avoir.

La honte est aussi une émotion sous-jacente souvent ressentie par les hommes victimes d'agression sexuelle. Dans notre société, les hommes sont reconnus pour leur force, leur endurance et leur courage; il est donc possible qu'ils

éprouvent de la honte s'ils ont le sentiment de ne pas avoir été à la hauteur de cette « virilité » que leur attribue la société. Il en sera de même s'ils se sentent responsables de leur agression ou s'ils croient qu'ils auraient pu l'éviter. Les réactions physiologiques provoquées chez la victime par la stimulation et l'activité sexuelles suscitent souvent un sentiment de honte. Comme nous l'avons mentionné précédemment, il est normal d'avoir des réactions physiques à une stimulation sexuelle. Pour beaucoup d'hommes, toutefois, ces réactions peuvent donner l'impression qu'ils ont éprouvé du plaisir lors de l'agression au lieu de l'éviter.

**Rétablissement.** Se rétablir d'une agression sexuelle est une expérience personnelle et intime. C'est un processus qui demande du temps et de l'énergie, et qui peut parfois être difficile, voire éprouvant. Sur le chemin de la guérison, il arrivera un moment où la victime comprendra que l'agression sexuelle n'était pas de sa faute et n'aura plus le sentiment d'être sous l'emprise ou l'influence des émotions ou des souvenirs qui l'habitent depuis l'agression.