

LE TSPT CHEZ L'ENFANT ET L'ADOLESCENT

Inceste et psychotraumatismes

L'inceste marque les enfants et les adolescents d'une empreinte très douloureuse. Bien souvent, les enfants et adolescents victimes d'inceste souffrent de traumatismes répétés et face auxquels ils sentent impuissants, ce qui peut causer des troubles post-traumatiques avec de lourdes conséquences sur le développement de l'enfant. On parle de traumatisme développemental lorsque des ruptures s'ajoutent aux traumatismes, parfois répétées, avec des personnes auxquelles l'enfant est attaché. Dans les autres cas, on parle de trouble post-traumatique complexe. Dans les deux cas, ces troubles peuvent être à l'origine de complications et de pathologies à l'âge adulte. Cependant si le plus tôt est le mieux, il n'est jamais trop tard pour soigner un psychotraumatisme.

➤ Comprendre

L'inceste peut se définir comme l'utilisation sexuelle d'un enfant par un ou des membres de sa famille : parents, beaux-parents, grands-parents, oncle et tante, cousins, fratrie, demi-fratrie, etc. Interdit dans de nombreuses sociétés, l'inceste est pourtant fréquent et habituel : un Français sur dix affirme avoir été victime d'inceste. Cela représente trois enfants par classe dans une classe de 30 élèves. La plupart des incestes commencent avant la puberté de l'enfant, fille ou garçon. On estime que sur dix victimes, sept d'entre elles sont des filles.

Comme chaque famille est différente, chaque inceste est différent. Certains subissent des viols, d'autres des attouchements. Les agressions sexuelles peuvent se produire avec régularité et répétition sur une longue période. Pour d'autres, ils ne se produisent qu'une fois ou ponctuellement. Un enfant d'une famille peut être le seul enfant incesté parmi les autres. Dans d'autres situations, plusieurs enfants de la même famille sont incestés par la même personne dans la même période, ou par des incesteurs différents. Il peut être incesté aussi par plusieurs incesteurs qui agissent ensemble. Dans d'autres familles, un enfant sera incesté un temps, puis l'agresseur se tournera vers un autre enfant de la famille. Il peut y avoir des violences physiques

et psychologiques. Même si les agressions sont commises sans violences apparentes, la violence de l'inceste vécue par l'enfant est bien réelle.

Sans qu'il y ait de passage à l'agression sexuelle, certaines familles baignent dans un climat familial où l'enfant est exposé à la sexualité des adultes, à leur activité sexuelle, à une nudité complaisante qui a intention de troubler, à des remarques d'ordre sexuel, à un manque de pudeur et de respect de l'intimité de l'enfant, à des images pornographiques, etc. Ce climat incestuel laisse aussi des marques négatives sur le développement de l'enfant. Qu'il s'agisse d'un acte isolé, quotidien ou répété sur de nombreuses années, les conséquences sur les victimes sont lourdes.

Les profils des agresseurs sont variés¹ : 20% des victimes décrivent un oncle, 17% un autre homme de la parenté, 14% le père. Les frères et les demi-frères sont mentionnés fréquemment. L'agresseur est à 96% de genre masculin. Les femmes et filles (sœurs et cousines) sont minoritaires dans les statistiques mais existent : les agressions commises par des femmes sont souvent plus invisibles que ceux exercés par les hommes.

¹Christelle Hamel, Alice Debauche, Elizabeth Brown, Amandine Lebugle, Tania Lejbowicz, et al.
Viols et agressions sexuelles en France : premiers résultats de l'enquête Virage. Population et sociétés, INED, 2016. Ffhal-03106603

L'inceste touche tous les milieux sociaux sans discriminations. Souvent à l'occasion d'un cas d'inceste médiatisé, l'opinion publique pointe du doigt un groupe social en particulier. Mais cette désignation d'un milieu social particulier est avant tout une façon de repousser le problème loin de soi. C'est un mécanisme de défense qui permet d'éviter d'interroger notre propre entourage et notre propre milieu social. Cette réaction de peur et de

protection contribue cependant à ce que l'inceste reste minimisé ou considéré comme extraordinaire. Dire que l'inceste est monstrueux est encore mettre à distance et donc à isoler les victimes. La réalité est tout autre. L'inceste n'est pas monstrueux dans le sens où il n'est pas hors norme : il est au contraire habituel et fréquent. Les victimes ne sont pas des monstres, leurs agresseurs non plus : incesteurs et incestés sont des personnes ordinaires.

➤ Ce qu'expérimente un enfant victime d'inceste

L'enfant ne souhaite pas partager et vivre la sexualité d'un adulte, notamment d'un adulte de sa famille. Les fantasmes et la jouissance, qui nourrissent la sexualité des adultes, ne font partie de la vie des enfants. L'enfant est trahi dans la sécurité et le respect qu'il est en droit d'attendre d'un membre de sa famille. L'enfant souhaite la sécurité, la douceur, la confiance, la tendresse et l'amour familial et en même temps, il est contraint à la peur, l'injustice, la colère, la tristesse, la honte et la culpabilité.

Un enfant incesté se trouve pris dans des montagnes russes psychiques, affectives et sexuelles : il évolue souvent dans un cadre aimant et protecteur par certains aspects et en même temps, il y côtoie son agresseur ou ses agresseurs et certains proches qui ferment les yeux sur les agressions, qui sait ce que vit l'enfant mais qui pourtant ne le protège pas. Il peut vivre un moment agréable et familial avec son parent, comme jouer au parc, puis dans la même journée, être agressé sexuellement par la même personne. Tout est brouillé. L'inceste se produit généralement par un rapport de domination : l'un impose son désir à l'autre. Mais il y a aussi souvent de l'amour et de l'attachement. Les personnes qui commettent ou sont complices de l'inceste sont leurs parents, leurs très proches. La pression est énorme pour l'enfant pour qui ils restent des parents que l'on aime et que l'on protège. L'amour et la violence co-existent simultanément.

C'est très déstabilisant pour l'enfant : les repères et le cadre familial qui permettent de grandir et de se développer sereinement et en sécurité volent en éclats. L'enfant se retrouve dans une insécurité psychique permanente.

Avant un certain âge, autour de 8 ans, l'inceste n'est pas pensable pour un enfant. Il ne peut pas la concevoir et donc l'exprimer avec des mots. Un enfant ne peut pas dénoncer ce qu'il ne sait pas ce qu'il subit. L'enfant n'a pas de mots pour dire et décrire les actes sexuels et encore moins pour le dénoncer. Souvent aussi, l'enfant ne sait pas aussi que l'inceste est interdit et ne se passe pas dans toutes les familles. Il ne sait pas qu'il a le droit à être respecté et à être protégé. L'enfant victime peut aussi se taire parce qu'il est menacé par son agresseur, parce qu'il a déjà essayé de parler mais n'a pas été écouté. Plus âgé, l'enfant prend aussi conscience que les agressions ne se passent pas dans toutes les familles et être paralysé par la honte. Il est muselé.

Comme le traumatisme se passe dans la famille, l'enfant est confronté à un conflit de loyauté. Il organise son comportement pour survivre à l'intérieur de sa famille. Il essaie comme il peut de reprendre le contrôle pour décider de son corps, de ses émotions et de ses ressentis. L'enfant victime d'inceste fait du mieux qu'il peut pour mettre du sens dans ce qu'il vit. Ces efforts lui demandent une énergie considérable.

Quoi qu'il fasse, il est piégé, il a peur de mal faire: soit il s'oppose à son parent et va déclencher sa colère et son rejet, soit il a l'impression qu'il va détruire sa famille, soit il a l'impression qu'il va mourir de honte. La sentence est la même : il risque de ne plus être aimé. L'enfant est terrorisé face à la perspective de perdre l'amour de ses proches s'il ne cède pas ou s'il révèle l'inceste. Contrairement aux adultes, les enfants n'ont pas l'option de pouvoir dénoncer, de s'échapper ou de se protéger de leur famille. Ils dépendent de leurs proches pour leur survie.

➤ Plaisir subi ou honteux

Beaucoup de victimes culpabilisent de ne pas avoir parlé. Cela ne leur était pourtant pas possible au moment de l'inceste. D'autres culpabilisent d'autant plus pour avoir ressenti du plaisir durant les crimes sexuels. Or un corps stimulé peut réagir même sans consentement. Le cerveau produit alors des

Généralement la moitié des victimes dénoncent les faits dix ans après. Plus d'un quart d'entre-elles, plus de 20 ans après l'inceste. L'inceste est conforté par le silence. Il est intimé par l'agresseur mais aussi par le système familial qui a éduqué les témoins à détourner les yeux et à se boucher les oreilles. C'est un stress immense pour l'enfant. Il fait comme il peut pour garder le secret, gérer son impuissance et s'adapter au mieux pour survivre dans les filets traumatiques où il est captif. Un enfant victime d'inceste est un enfant très courageux qui fait preuve d'une grande détermination pour se garder vivant psychologiquement.

endorphines, une molécule qui apporte du bien-être. Cela n'est pas lié au consentement. Les victimes d'inceste n'ont pas choisi, ni cherché à ressentir ces sensations qui leur sont imposées. Ce plaisir subi entraîne bien souvent des difficultés relationnelles et sexuelles jusque dans l'âge adulte.

➤ Grandir avec un traumatisme

Les enfants victimes d'inceste souffrent souvent de traumatisme complexe qui, lorsqu'il n'est pas traité, s'intensifie à l'âge adulte. Les enfants victimes d'inceste ont plus de risques de faire des tentatives de suicide, de développer des troubles du comportements alimentaires, des troubles physiques mais aussi d'abuser d'alcool et de drogue. Ce n'est pas une fatalité. Les risques diminuent avec force dès lors que la victime parle, est entendue et surtout dès qu'elle reçoit du soutien en réponse à

sa prise de parole. L'inceste marque l'enfant et son développement. Elle a eu lieu. Rien ne peut l'effacer. Elle fait partie de l'histoire mais ne détermine pas son avenir. L'enfant se construit avec ce traumatisme. Malgré le traumatisme et les cicatrices, il lui est pourtant possible de prendre goût à la vie et d'y trouver beaucoup de bonheur. Le plus tôt est le mieux mais il n'est jamais trop tard pour entamer des soins car il est possible d'améliorer sa qualité de vie.

➤ Les conséquences sur les autres membres de la famille

Le parent qui n'est pas agresseur parfois ferme les yeux sur l'inceste pour plusieurs causes, par exemple, parce que cela réveille son propre trauma, par peur des conséquences, parce que la réalité est trop insoutenable ou encore par

sentiment d'impuissance. Le parent non agresseur a pu aussi grandir dans une famille où il y avait de l'inceste et a été éduqué à ne pas la voir. L'inceste peut s'être poursuivi sur plusieurs générations. D'autres parents ne repèrent pas l'inceste

notamment parce qu'ils sont sous emprise ou manipulés par l'agresseur. Beaucoup de familles s'accommodent mieux de l'inceste que de sa révélation. Pourtant il est important que les parents ne fuient pas même si c'est très douloureux, très difficile. Les enfants victimes n'ont pas à se sentir trahis et rejetés. Ce ne sont pas eux qui brisent la famille, c'est l'inceste. Il est important que les parents répondent présents et soutiennent leur enfant. Pour cela, il est

nécessaire de demander de l'aide et de se faire accompagner.

Les enfants non-incestés de la famille peuvent être témoins de l'inceste ou être réduits au silence. Ils sont aussi en souffrance et ont besoin d'aide et de soutien d'un professionnel de santé car ils peuvent aussi être souffrir d'un trouble du stress post-traumatique.

➤ Inceste entre deux enfants

Parfois la famille est confrontée à l'inceste parmi les enfants et adolescent, entre fratrie, demi-fratrie ou cousins. L'un des enfants, souvent plus âgé mais il peut aussi s'agir d'un plus jeune, impose des actes sexuels à un autre. Ce ne sont pas des jeux sexuels, ils ne « jouent pas au docteur ». Ce sont des agressions sexuelles.

solution : il y a des risques importants de répétition de l'inceste. Les deux enfants ont besoin d'être accompagnés et pris en charge par un professionnel de santé. Impactée par le trauma, toute la famille a besoin d'un accompagnement pour dénouer les dysfonctionnements qui ont permis l'inceste et progresser vers un mieux vivre ensemble.

Il est important pour le développement des deux enfants de ne pas minimiser ou de ne pas nier ce qui s'est passé. Le problème de l'inceste dans la famille ne disparaît pas par enchantement. Les parents peuvent penser que minimiser ou taire ce qui s'est passé permet de protéger la famille. Mais on ne peut pas protéger sa famille au détriment de deux de ses enfants. En parler une seule fois, puis imposer que le problème est réglé, n'est pas une

C'est un moment très difficile pour les parents mais encore plus pour leurs enfants et il est important de ne pas l'oublier. L'enfant agresseur a généralement été exposé à des scènes inappropriées : il a peut-être été témoin d'actes sexuels, exposé à de la pornographie ou victime de crimes sexuels. Les deux enfants peuvent développer un traumatisme complexe et ils ont besoin de soins. Aucun des deux ne doit être mis à part ou ignoré.

➤ Que faire si mon enfant est victime d'inceste ?

- ➔ Le croire. Il est très difficile pour un enfant de parler des crimes sexuels. 97% des enfants n'accusent pas à tort.
- ➔ Ne pas le confronter à son agresseur mais lui donner l'opportunité de parler à son pédiatre ou à son pédopsychiatre hors de la présence de son agresseur.
- ➔ Appeler le **119** pour être écouté et orienté.

➤ A savoir : le suivi psychologique est soumis à l'autorité parentale conjointe

- Si l'un des parents s'y oppose, son désaccord doit être explicite. En cas de conflit entre les parents, c'est au juge aux affaires familiales de trancher.
- L'accord des deux parents n'est pas nécessaire pour l'évaluation psychologique de l'enfant.
- En revanche, cet accord n'est pas nécessaire pour trouver de l'aide à la **Maison des adolescents** près chez soi ni pour appeler le **119**.

➤ A savoir : la prise en charge de l'affectation de longue durée (ALD)

Pour les soins consécutifs aux sévices subis par les mineurs victimes, il existe une prise en charge sans participation financière de l'assuré(e) prévue à l'article L 160-14-15° du code de la sécurité sociale.

En revanche, les remboursements ne concernent que les actes remboursables par l'Assurance Maladie, et non pas les consultations chez un psychologue libéral qui ne sont pas prises en charge par l'Assurance Maladie. Cependant, il existe une possibilité de remboursement lorsque les séances sont effectuées dans un établissement public comme dans un hôpital, ou dans un CMP (centre médico-psychologique).

De plus, les consultations chez un médecin psychiatre font l'objet d'une prise en charge au taux habituel si la personne est orientée par son médecin traitant dans le cadre du parcours de soins.

Afin de bénéficier de la prise en charge à 100%, un protocole de soins est rédigé par le médecin traitant. Néanmoins c'est le médecin conseil de l'Assurance Maladie qui, après concertation avec le médecin traitant, validera les différentes modalités de cette exonération.

Lorsque la victime n'a pas bénéficié de cette ALD lors de sa minorité, et a besoin de soins une fois adulte, c'est le droit commun qui s'applique. Dans ce sens, la personne doit se rapprocher de son médecin traitant qui pourra éventuellement faire une demande de prise en charge au titre d'une affection longue durée.

Il n'est pas nécessaire d'avoir porté plainte ou d'avoir un jugement pour en bénéficier, cette démarche concernant exclusivement une prise en charge médico-administrative dans laquelle l'autorité judiciaire n'a aucun rôle.

Memo : que dit le code pénal ?

Article 222-22-3, création loi n°2021-478 du 21 avril 2021, article 1 :

Les viols et les agressions sexuelles sont qualifiés d'incestueux lorsqu'ils sont commis par :

1. Un ascendant ;
2. Un frère, une sœur, un oncle, une tante, un grand-oncle, une grand-tante, un neveu, une nièce ;
3. Le conjoint, le concubin d'une des personnes mentionnées aux 1° et 2° ou le partenaire lié par un pacte civil de solidarité à l'une des personnes mentionnées aux 1° et 2° ; s'il a sur la victime une autorité de droit ou de fait.

➤ Que faire si désormais adulte, j'ai été victime d'inceste enfant ?

Les victimes de violences sexuelles pendant l'enfance peuvent témoigner auprès de la Commission Indépendante sur l'Inceste et les Violences Sexuelles faites aux Enfants ([CIIVISE](#)) :

- **Par téléphone : le 0 805 802 804 en métropole et le 0 800 100 811 depuis l'Outre Mer**

Permanence ouverte du lundi au vendredi de 10h à 19h. Les appels sont anonymes et gratuits. Les victimes sont entendues par des écoutants formés et expérimentés. Si les victimes en ont besoin, les écoutants peuvent les orienter vers un service d'aide psychologique, sociale ou juridique.

- **Par courriel : temoignages@ciivise.fr**

➤ D'autres ressources

- Le site [Face à l'inceste](#)
- Le site de la [Fondation pour l'Enfance](#)
- [Inceste : Comment en parler à ses enfants et réagir en cas de soupçons ?](#)
20minutes.fr, Oihana Gabriel, 11/02/21
- Groupes de pairs : [SIA France](#), [AREVI](#), [LAMEVIT](#), [SOS KRIZ](#)