



## الآثار النفسية والاجتماعية على الناجيات من الاعتداء الجنسي والاغتصاب

"قد يتحقق الشفاء الحقيقي عندما بدأنا نعتقد بصدق أنني لست المسؤولة عن ما  
حدث لي"

إحدى الناجيات

إعداد د. ألفت علام  
استشارية العلاج النفسي

## يقصد بالاعتداء الجنسي:

هو كل فعل بهدف الإثارة الجنسية أو الحط من جنس المجني عليه، سواء كان ذكراً أو أنثى، يستطيل إلى جسده بغير رضاه، ولا يصل إلى حد الاغتصاب. ويشمل الإعتداء الجنسي أفعال مختلفة مثل الإمساك بالثدي ومناطق جنسية أخرى وعادة يواكب الاعتداء الجنسي عنف جسدي بالغ يلحقه إصابات جسدية بالغة.

## ويقصد بالاعتداء:

الاعتداء هو كل فعل نشأ عنه إيلاج أو إجبار على الإيلاج، سواء كان بالأعضاء الجنسية أو غيرها، أو بأي أداة أخرى، عبر المهبل أو الشرج، أو إيلاج عضو جنسي عبر الفم، مهما كان الإيلاج طفيفاً، ضد المجني عليه سواء كان ذكراً أو أنثى، بغير رضاه وذلك باستخدام القوة، أو التهديد باستخدام القوة أو الإكراه، أو الاستفادة من مناخ يسوده القهر، أو استغلال عدم قدرة الشخص على إعطاء موافقة حقيقية.

فعندما تتعرض الأنثى لاعتداء جنسي أو اغتصاب، تحاول بشتى الطرق والوسائل نسيان هذا الأمر المؤذي أو الانفصال عنه وتغاضيه. إلا أن الضحية/الناجية تفشل في أغلب الأحيان في ذلك، وتدخل في دائرة القلق والخوف والإحساس بالعجز والدونية. فالآثار النفسية والاجتماعية التي تتعرض لها الضحية/الناجية ليست آثار وقتية ترتبط بالحدث فقط، بل تمتد أحيانا لسنوات عديدة قد تعتقد فيها الضحية-الناجية أنها تخلصت من هذه الآثار، ولكنها تبقى راسخة في أغوار نفسها "إن لم تتعافى من هذه الصدمة" وتظهر على معظم جوانب حياتها بشكل مباشر أو غير مباشر.

ومن أهم الآثار التي تتعرض لها الضحية/الناجية هو ما يعرف "بكرب ما بعد الصدمة" وقد تظهر آثار هذا الكرب إما على المدى القريب أو على المدى البعيد.

**ومن الممكن أن تتمثل الآثار النفسية والاجتماعية التي تظهر على الناجية في المدى**

## القريب في:

- صعوبة العودة إلى ممارسة الطقوس الحياتية اليومية المعتادة.
- الأرق والكوابيس أثناء النوم.
- نوبات غضب وعدوان غير مبرر ولأسباب واهية.

- القلق وسرعة الاستثارة.
  - تشوية الجسد بآلات حادة من وقت لآخر.
  - سيطرة أفكار انتحارية على تفكير الضحية، قد يصل إلى إجراء محاولات انتحارية بالفعل، تؤدي أحيانا إلى موتها.
  - الإفراط في استخدام آليات دفاعية نفسية مثل الإنكار أو الطفولية أو انشاقية الوعى للهروب من الألم النفسى التى تعاني منه الضحية.
  - ظهور انحرافات سلوكية ليست موجودة فى سلوك الضحية من قبل، مثل الكذب أو السرقة أو الإهمال فى المظهر قد يصل إلى الإهمال فى النظافة الشخصية .
  - ظهور الأعراض النفس جسدية مثل الإحساس بالغثيان، سوء الهضم، صداع نصفى، وغيره.
  - ظهور اضطرابات نفسية مثل "الوسواس القهرى" أو أعراض ذهانية مثل الإحساس بالإضطهاد أو المراقبة وغيره.
  - نزيف دموى شديد، قد يؤدي للموت.
- أما بالنسبة لآثار النفسية والاجتماعية التي تظهر على الناجية على المدى البعيد فيمكن أن تتمثل في:**

- الإحساس الدائم بالخوف والميل للكآبة والإحباط .
- صعوبة التواصل مع الأصدقاء المقربين والعجز والخوف من إقامة صداقات جديدة، لشعورها الدفين بالدونية.
- ترسيخ معتقدات سلبية عن صورة الذات لدى الضحية مثل إحساسها الغائر بالقلّة والضعف واعتقادها بأن ذلك سبب اختيار المعتدى لها من بين الإناث الأخريات.
- العزلة الاجتماعية والإفتقار للمهارات الإجتماعية المعتادة نتيجة الإحساس بالخزى والعار من كونها أنثى.
- الضعف والخنوع والطاعة والسيطرة من الجنس الآخر.
- اعتقاد الضحية أحيانا في استخدام الجنس كوسيلة لإخضاع وإذلال المعتدي.
- الخوف والفرع من إقامة علاقة جنسية.

- العدوان السلبي على نفسها، وعلى المحيطين بها، ويمتد أحيانا على المجتمع.
- تعرضها للعدوى لأمراض تنقل عن طريق الجنس مثل الإيدز أو فيروس سي.

### كما يعتمد الأثر النفسي والاجتماعي في شدته على عدة عوامل منها:

- درجة قرابة المعتدى (زوج / أخ / ابن /مدرس، إلخ) فكلما كان المعتدى يمثل مصدر من مصادر الأمان والحماية للضحية/ للناجية يكون له بالغ الأثر السيء على الضحية/الناجية.
- تكرار مرات الاعتداء والمكان الذي حدث فيه الاعتداء، فكلما تكرر الاعتداء كلما زادت عمق الصدمة النفسية التي تتعرض لها وكلما كان المكان مكشوف مثل الشارع، شعرت الضحية /الناجية بالتفكك.
- المرحلة العمرية التي حدث فيها الاعتداء، فمرحلة الطفولة والمراهقة تختلف أثارها النفسية والاجتماعية عن مرحلة الشباب والنضج، فالطفلة في هذه المرحلة تبدأ في تكوين منظومة للأمان والحماية وهذه الصدمة تدمر المنظومة في مهدها.
- التركيبة البنائية لشخصية الناجية، فالناجية التي تمتلك متانة نفسية عالية ومساندة أسرية واجتماعية تستطيع التعافي من هذه الصدمة بيسر أكبر من غيرها التي تعاني من الوحدة والرفض .
- خوف الناجية من عواقب تقديم بلاغ ضد المعتدي، وسهولة اتهامها بالمسؤولية فيما جرى.
- رد فعل المجتمع المتعارف عليه ضد الناجية من رفض الاعتراف بالحدث والانشغال بأمور أخرى تبدو أكثر أهمية من الناجية نفسها مثل (الفضيحة).
- الحكم المسبق على الناجية بأنها أحد أهم الأسباب في وقوع هذا الإعتداء (نتيجة لملابسها أو طبيعة عملها أو ديانتها وغيرها من التبريرات التي ترجع إلى ثقافة الاغتصاب).

ومن خلال كل ماسبق نستطيع أن نؤكد على ضرورة تقديم الدعم النفسي والاجتماعي للناجيات من الاعتداءات الجنسية، لتجنب التشوهات النفسية والاجتماعية، التي قد تحدث للمجتمع بشكل مباشر أو غير مباشر من جراء ذلك.