

الناجون والمشاكل الثانوية - علامات الاعتداء الجنسي على الذكور

ليست هناك علامات مميزة تظهر على جميع الناجين - فلا توجد قائمة مرجعية تشخيصية واحدة تدلّكم على ما إن كان أحدٌ ما يتعرّض، أو قد تعرّض، إلى اعتداءٍ جنسي.

يؤثر الاعتداء الجنسي على كلّ شخصٍ بطريقةٍ مختلفة. وتكون علامات الاعتداء الجنسي على الذكور داخليةً وشخصيةً للغاية - وتؤثر على علاقة الرجل مع نفسه وبالأخرين.

وهناك وسائل دفاعية نفسية، مثل الكبت والإنكار، التي تجعل الأمر أكثر صعوبةً على الناجين في فهم ما جرى لهم، أو في استيعابه، أو حتى في الاعتراف به.

يجب عدم دفع الناجين للتحدّث عن تجاربهم. فالضغط عليهم لفعل شيءٍ ما قد يُعدّ تكراراً للاعتداء.

ومن المهمّ أن نتحدّث عن تجاربنا الأليمة الماضية، أيّاً كانت، في الأوان المناسب لنا.

مشاكل ثانوية

هناك أنماط شائعة من السلوكيات بين الناجين مثل الإدمان وإيذاء النفس، إلى جانب وجود مشاكل في مشاعر الألفة العاطفية والعلاقات؛ غير أنّ هذه الأنماط غير ناتجة تحديداً عن اعتداء جنسي وقد تظهر لأسباب كثيرة.

قد يفصل الرجال الذين تعرّضوا إلى اعتداء جنسي بين الجنس والعلاقات الحميمة - بحيث يجدون أنّ إقامة علاقة ارتباطٍ عاطفيّ خطيرة جداً عليهم.

وقبل التمكن من الإقرار بحقيقة وقوع الاعتداء الجنسي والبدء بعملية التعافي، قد يتعيّن على الناجي التعامل مع السلوكيات الهدامة وآليات التكيف أولاً.

ومن بين المشاكل الثانوية التي تظهر على الناجين:

- مسائل حول تعاطي الكحول و/أو المخدرات.
- الإدمان الجنسي أو القسري.
- صراعات أو صعوبات في العلاقات.
- مشاكل في احتدام الغيظ أو الغضب.
- سلوكيات تشبه الاكتئاب التالي للصّدمة.

ليست هذه القائمة شاملة بأيّ حال. ومثلما ذكرنا أعلاه، فالاعتداء الجنسي يؤثّر على كلّ شخصٍ بطريقةٍ مختلفة.

لقراءة معلومات أكثر

من المفيد تقنين بعض الأفكار الخاطئة الشائعة التي يمرّ بها الناجون. ويمكنكم الاطلاع عليها في صفحة [الخرافات والحقائق حول الاعتداء الجنسي على الذكور](#).

إنّ شعرتم بالاستعداد للتحدّث إلى أحدٍ ما عن تجاربكم فقد ترغبون في تجربة [المحادثة عبر الويب](#) أو [المحادثة \(بالرسائل\)](#) [النصية](#) كخطوة أولى.