DIWA E-Journal, Tomo 10 (2025), 179-190

# Ang Ugnayan ng Di Ninanais na Karanasang Sekswal, Pagtanggap sa Mga Mito Hinggil sa Reyp, Antas ng Traumatikong Stress at Ginhawa

**Claudine Faye M. Tecson**
*Unibersidad ng Pilipinas Diliman*

**Abstrak**

Ang mga *unwanted sexual experiences* o mga di ninanais na karanasang sekswal (DKS) ay hindi gaanong naiuulat. Komplikado ang prosesong pinagdaraanan ng isang *survivor* sa pagkilala sa kanilang di ninanais na karanasang sekswal. Kabilang dito ang pagsusuri sa karanasang nagpapalaganap ng *rape culture*. Sinasabing ang pagkakatugma ng pagkilala sa DKS at ng hindi pagsang-ayon sa mga mito patungkol sa reyp, ay maaaring magresulta sa mas positibong kahahantungan tulad ng pagkakaroon ng mas kaunting simtomas ng traumatikong stress, at mas mataas na antas ng ginhawa o *psychological wellbeing*, gayondin ang kabaligtaran nito. *Multivariate multiple linear regression* at ilan pang mga istatistikang pamamaraan ang ginamit upang maimbestigahan ang mga posibleng ugnayan ng pagkakaroon ng karanasan at pagkilala sa DKS, pagtanggap sa mga mito ng reyp, pagkakaroon ng traumatikong stress, at antas ng ginhawa. Isang daan at dalawampu't pitong babaeng mag-aaral mula sa iba't ibang kolehiyo at unibersidad sa Mega Manila ang pinasagutan ng mga talatanungan online. Bagama't hindi naging makabuluhan ang pangkalahatang ugnayan ng apat na baryabol na nabanggit, ang DKS ay nakitaan ng kapasidad na maimpluwensiyahan ang kalubhaan ng traumatikong stress. Malakas din ang naobserbahang positibong ugnayan ng ginhawa at traumatikong stress na nagpapahiwatig ng kapasidad ng indibidwal na umunlad at makaranas ng ginhawa habang dumadanas ng paghihirap na dulot ng naranasang karahasan. Tungo sa higit na paglilinaw sa DKS bilang isang proseso, nirerekomenda ituring ang DKS bilang isang *continuum* imbes na realidad na mabibigyan ng paliwanag ng mga simpleng sagot na "oo" o "hindi". Ang mga kaalamang nabatid mula sa pag-aaral na ito ay maaaring makatutulong sa mga sikoterapist na naglalayong matulungan ang kanilang mga kliyenteng nakaranas ng DKS na magkaroon ng higit na ginhawa.

Mga susing salita: di ninanais na karanasang sekswal, mito hinggil sa reyp, kultura ng reyp, traumatikong stress, ginhawa

Tecson (Unibersidad ng Pilipinas Diliman): cmtecson@up.edu.ph
Pambansang Samahan sa Sikolohiyang Pilipino ISSN 2350-7624
4-A Alcal Building, 285 Katipunan Ave., Quezon City: https://www.pssp.org.ph/diwa/diwa-10/

**Abstract**

Unwanted sexual experiences (USEs) remain largely underreported. For a survivor to even begin to *acknowledge* it requires a thoroughly complicated process that takes into consideration not only situational information, but also their self-concepts and beliefs, which includes the acceptance or rejection of rape myths that in turn, propagates rape culture. Having no history of USEs as well as the congruence between (non) acknowledgment of USEs and one's stance on rape myth acceptance (RMA), are believed to predict generally positive outcomes of less traumatic stress symptoms (TSS) and greater psychological wellbeing (PWB). 127 female undergraduate students from different universities in Mega Manila were asked to answer a set of online questionnaires. Multivariate multiple linear regression and further comparative analyses were used to check the interrelations between experience of and (non) acknowledgment of USEs, RMA, TSS and PWB. Although the overall relationship between the four variables was *not* significant, a history of and (non) acknowledgment of USEs was found to statistically predict the amount of TSS, while RMA's influence on the acknowledgement process and psychological outcomes remained unclear. The strong positive correlation between PWB and TSS suggests that growth can take place amidst experiencing distress. To further achieve clarity on the intricacies of acknowledging USEs as a process, it is recommended to reframe it as a *continuum*, rather than an either/or phenomena. Some concerns on the methodologies used for complex and sensitive experiences were discussed. Insights from this research may principally be helpful to clinical practitioners whose aims for psychotherapy clients given USE include diminishing harm and enhancing mental health and psychosocial support.

Keywords: unwanted sexual experiences, rape myths, rape culture, traumatic stress, psychological wellbeing

## PANIMULA

Ang *unwanted sexual experiences*, na sa papel na ito ay tatagurian nating mga di ninanais na karanasang sekswal o DKS, ay isa sa mga paksang hindi gaanong naiuulat at napag-uusapan. Tila parang may pag-aalinlangan na pangalanan mismo ang mga karanasang ito, at sa halip, ay sinusubukang hanapan ng mga paliwanag ang karanasan para hindi ito matukoy na DKS. Marahil dahil sa pagpapahalaga sa pagkakaroon ng positibong ugnayan sa kapwa, mas pinipili ng mga biktima—na madalas ay mga kababaihan—na subukang tingnan ang sitwasyon gamit ang iba pang perspektibo na sa tingin nila ay higit na katanggap-tanggap sa kanilang komunidad na ginagalawan. Upang masuportahan ang ganitong mga perspektibo, mapapansin ang tahasang pag-aalinlangan ng biktima sa ikinilos niya na maaaring magbigay-daan sa salarin na magkamali sa kanilang pakahulugan at tuloy kumilos sa paraan na magdadala sa kanila ng DKS (e.g., Adikaram, 2016; Grubb & Turner, 2012).

Katulad na lamang sa isang pag-aaral sa isang komunidad sa Pilipinas, kung saan napansin ni Serquina-Ramiro (2005) na ang pamimilit o *sexual coercion* ay ipinapalagay bilang parte ng pakikirelasyon at madalas na nangyayari bago magkaroon ng pisikal na intimasiya. Hindi raw ito awtomatikong tinitingnan na negatibong gawi sapagka't itinuturing itong bahagi ng iba't ibang antas ng pagniniig mula sa paglalambing gamit ang mga matatamis na salita at aksyon, pambobola, at pangungulit, na may malaking pagkakaiba sa *blackmail* o pamimilit sa pamamagitan ng pananakot, at paggamit ng pisikal na pwersa. Ipinahiwatig din ng mga kalahok nito, at pati na rin sa pag-aaral ni Quing (2021), na maaaring katanggap-tanggap ang pamimilit kung hinayaan ng babae na mapunta sila sa isang pribadong lugar nang hindi nililinaw ang kanilang saloobin at pakay. Ang pagnonormalisa at pagtanggap na ang pamimilit ay hindi maiiwasan, at bagkus, ay saklaw ng pakikipagrelasyon, ay may panganib na dinadala. Ang ganitong pagtanaw sa pamimilit ay maaring magpaliwanag sa kakulangan ng pagtutugma ng mga istatistika sa mga kasong kaugnay ng sekswal na karanasan na inilalapit sa mga ahensya. Halimbawa, mas mababa ang bilang ng mga kasong inilalapit sa Pambansang Pulisya ng Pilipinas (PNP) at sa Kagawaran ng Kagalingan at Pagpapaunlad Panlipunan (DSWD), kung ihahambing sa datos mula sa Center for Women's Resources kung saan tinatayang may isang babae o bata ang nabibiktima sa bawa't oras sa Pilipinas.

Ang malaking agwat sa pag-uulat ng mga DKS sa aktwal na pangyayari nito ay maaaring maipaliwanag ng proseso ng pagkilala at pagpangalan nito (Adikaram, 2016), na naiimpluwensyahan ng personal na iskima at paniniwala (Kahn, Mathie & Torgler, 1994). Ang iskima ng pagtanggap sa mga mito ng reyp, kung saan sinasabing makatwiran at nasa biyolohiya ng mga kalalakihan ang pagiging agresibo, ay maaaring magdulot ng paniniwala na ang biktima ay may nagawa o nasabi para magbigay-daan sa pagdarahas na sekswal (Grubb & Turner, 2012). Kaya naman ito ay nagdudulot ng pag-aalinlangan kung ang pangyayari ay kikilalanin nga ba ng biktima bilang DKS (LeMaire, Oswald & Russell, 2016). Kung pakakaisipin, kung hindi mapapangalanan at maiuulat ang karahasan, hindi rin mabibigyan ang biktima ng mga tulong na kanyang kinakailangan. Lalong malaking problema kung ang lipunan mismo ay umaayon sa mga mito ng reyp, dahil malamang ay hindi maipapatupad nito ang mga batas na dapat sana ay nagproprotekta sa mga biktima (Llarinas-Angeles, 2002; Pagaduan-Lopez et al., 2004; Papilota-Diaz, 2012).

## ANG PAG-AARAL

Ang pag-aaral na ito ay naglalayong simulang tingnan kung ano ang maaaring ugnayan ng mga sumusunod na baryabol: ang pagdanas at pagkilala sa mga di ninanais na karanasang sekswal (DKS), pagtanggap sa mga mito tungkol sa reyp, at antas ng traumatikong stress at ng ginhawa o *psychological wellbeing (PWB)*. Inaasahan na ang resulta ng pag-aaral na ito ay magsisilbing dagdag na gabay sa mga

propesyonal na sumusuporta sa mga biktima ng DKS sa kanilang pagbubuo ng plano sa terapi na nagbibigay lunas sa traumatikong stress at nagpapayaman sa ginhawa ng kanilang mga kliyente.

Masasabing kinikilala ang di ninanais na karanasang sekswal kung itinuturing ng mga biktima ang kanilang karanasan bilang *sexual harassment, assault or violence*. Saklaw dito ang reyp, tangkang pangrereyp, pamimilit na sekswal, tangkang pamimilit, at paghipo o *sexual contact* (Koss et al., 2007). Ang mga mito tungkol sa reyp naman ay tumutukoy sa mga paniniwalang tumatanggi, nagbibigay-katwiran, at nagpapalaganap ng karahasan laban sa mga kababaihan. Tinatawag din itong *rape culture*, kung saan ang sisi ay napupunta sa biktima imbes na sa salarin, sa pamamagitan ng paglihis ng pokus sa kasuotan at kilos ng biktima, pagsasabing eksaherada ang mga reklamo ng mga biktima, o kaya na ang mga salarin na madalas ay kalalakihan, ay itinulak lamang ng kanilang *libido* o pangangailangang biyolohikal (Gerger et al., 2007; Grubb & Turner, 2012). Kung ang isang biktima ay umaayon sa rape culture, may posibilidad na hindi niya mabigyang-pansin ang karanasan dahil sa pagtanggap na ito ay karaniwang kinakaharap ng karamihan, katulad ng nabanggit sa pag-aaral ni Serquina-Ramiro (2005), o kaya naman ay isipin na lingid sa kanyang kamalayan, talaga naman niyang ginusto na mangyari ito, tulad ng lumabas sa pag-aaral ni Quing (2021).

Ang *traumatic stress* ay mga paulit-ulit at hindi mapigilang mga panaginip, pag-alala at pag-flashback, pagkakaroon ng matinding sikolohikal at pisikal na distress nang walang pinipiling oras, at maging ang pag-iwas sa kahit anong bagay o pangyayari na pupwedeng maiugnay sa naging karanasan (Weathers et al., 2013). At ang huling baryabol, ang *ginhawa* bilang katutubong konsepto ng *psychological wellbeing* ay tumutukoy sa personal na karanasan ng pagkakaroon ng kumpiyansa sa sarili (*autonomy*) at kapaligiran (*environmental mastery*), pagpapalago ng sarili (*personal growth*), at ng positibong relasyon sa iba (*positive relations*), pagkakaroon ng makabuluhang tunguhin sa buhay (*purpose of life*), at pagtanggap nang buo sa sarili (*self-acceptance*; Ryff & Keyes, 1995).

Maraming pag-aaral na ang sumubok na tingnan ang ugnayan ng mga DKS at trauma at/o ginhawa, na pawang may magkakaibang ebidensiyang nakalap at mga katwirang nailatag. May nagsasabing awtomatikong nagdudulot ng stress ang pagiging biktima ng sekswal na karahasan (hal. Magley et al., 1999), habang may mga pag-aaral naman na binibigyang importansya ang mismong pagkilala o pagpangalan ng biktima sa kanyang DKS (hal. Harned, 2005; Kahn et al., 2003). Pawang magkakataliwas ang mga konklusyon ukol sa ugnayan ng pagkilala ng biktima sa kanyang DKS sa traumatikong stress at danas ng ginhawa. Ayon kina McFarlane at Yehuda (1996), ang pagkakaroon ng trauma ay hindi agad-agad nangyayari o direktang epekto ng tindi o uri ng abusong natamo, kundi sa kung paano winawari at ipinapakahulugan ng indibidwal ang DKS sa kanyang pagkatao. Sa pag-unawa sa ugnayan ng mga baryabol para sa pag-aaral na ito, ating tingnan ang *Schematic, Propositional, Analogue and Associative Representational Systems model of psychopathology* ni Dalgleish (2004). Ayon sa modelong ito, kapag magkataliwas ang karanasan sa *cognitive schemas* tungkol dito ay magiging mas mahirap ang pagproseso nito, kaya tumataas ang posibilidad na makaranas ng stress at paghihirap ang isang indibidwal. Sa pag-aaral na ito, tinukoy ang pagtanggap o hindi pagtanggap sa mga mito ng reyp bilang nagsisilbing kognitibong iskima kung saan isinusukat at iniaayon ng biktima ang kanyang DKS (Bohner et al., 2009).

Base sa balangkas ni Dalgleish (2004), maaaring madalumat na ang pagkakalapat ng iskima ukol sa rape culture sa DKS ay maaaring makatutulong sa pagsulong ng isang biktima tungo sa mas positibong direksyon ng pagproseso ng kanyang traumatikong karanasan at mapalakas ang kanyang ginhawa. Kaya't kung kinikilala ng isang indibidwal ang kanyang naging karanasang sekswal na karahasan, at hindi niya tinatanggap ang rape culture, ang pag-aayon ng kanyang iskima sa karanasan ay magbibigay daan sa mas ibayong kakayahang harapin ang traumatikong stress at pagtaas ng kanyang tiyansa na makaranas ng kaginhawaan sa buhay. Nagpapakita rin ng pag-aayon ng iskima sa

karanasan kapag ang biktima ay hindi kinikilala ang kanyang DKS habang siya ay sumasang-ayon sa mga mito tungkol sa reyp. Pinapalagay na walang magiging makabuluhang pagbabago sa antas ng trauma at ginhawa sapagka't ang biktimang umaayon sa rape culture ay hindi itinuturing na may karahasang naganap.

Ang kabaligtaran nito naman ay kung magkataliwas ang karanasan at kognitibong iskima. Halimbawa, kung hindi kinikilala ng isang indibidwal ang kanyang naging DKS, at hindi rin ito umaayon sa *rape culture*, ay sinasabing mas mahihirapan siyang iproseso ito dahil sa hindi niya paggamit ng sariling paniniwala sa kanyang DKS. Mahihirapan rin ang biktima na maunawaan ng maayos ang kanyang karanasan kung sumasang-ayon siya sa rape culture at tinatangggap niya na DKS ang kanyang naging karanasan. Malamang na ang ganitong kontradiksyon ay magdudulot sa kanya ng kalituhan. Kung hindi magkaayon ang iskima at karanasan, tinatantiya na ang biktima ay makakaranas ng traumatikong stress at mababang antas ng ginhawa.

## METODOLOHIYA

Ang mga kalahok ay mga kababaihang mag-aaral mula sa mga unibersidad sa Mega Manila. Napili ang populasyong ito dahil sinasabing ang porsyento ng pag-uulat ng sekswal na karahasan mula sa mga estudyante ng kolehiyo ay maihahalintulad at maiaakma sa datos sa kabuuang populasyon (Cook, et al., 2011).

Ang pagkilala sa di ninanais na karanasang sekswal ay itinala sa pagsagot ng "Yes", "No" at "Maybe" sa katanungang, "*Have you ever been sexually assaulted or harassed?*", pagkatapos ng pagsagot sa *Sexual Experiences Survey* (SES; Koss et al., 2007). Sinasabing ang isang kalahok ay kinikilala ang kanilang karanasan kung sila ay sumagot ng "Yes" sa tanong na ito. Ang sagot na "Maybe" ay dinagdag na opsyon upang matukoy din ang mga indibidwal na maaaring may alinlangan pa o kaya hindi pa gaanong komportable na kilalanin ang kanilang DKS. Ang SES ay may mga aytem na naglalarawan ng panghihipo, tangkang pamimilit, pamimilit o koersyon, tangkang pangrereyp at reyp. Dahil sa masasabing ito ay isang panimulang pag-aaral sa pagsisiyasat sa ugnayan ng mga baryabol na nabanggit, isinama sa pagsusuri ang mga datos mula sa mga kalahok na walang DKS.

Ang pagtanggap sa mga mito tungkol sa reyp ay sinukat sa pamamagitan ng *Acceptance of Modern Myths about Sexual Aggression scale* (AMMSA; Gerger et al., 2007). Nilalayon ng iskalang ito na masukat hindi lamang iyong kitang-kita o obyus na pagsang-ayon sa rape culture, ngunit pati na iyong mga hindi halatang pag-ayon tulad ng pagkakaila sa pangyayari ng DKS, pagkutya sa biktima, at pati na rin ang pagnonormalisa nito sa konteksto ng pakikirelasyon.

Ang *Posttraumatic Stress Disorder Checklist for DSM-5* (PCL-5; Weathers et al., 2013) ang ginamit bilang panukat ng presensiya at kalubhaan ng traumatikong stress; samantalang ang *Psychological Wellbeing Scale-Short Form* (PWB-SF; Ryff & Keyes, 1995) naman ang ginamit bilang panukat ng ginhawa na may anim na dimensyon: (a) *autonomy*, (b) *environmental mastery*, (c) *personal growth*, (d) *positive relations*, (e) *purpose of life*, and (f) *self-acceptance*.

Ang pinagsamang talatanungan ay ipinasagot gamit ang Google Form. *Multivariate multiple linear regression* at *one-way ANOVA* ang ginamit sa pagsusuri ng mga posibleng asosasyon sa pagitang ng apat na baryabol, habang *MANOVA* naman ang ginamit sa pagkumpara ng mga sagot sa apat na grupo ng mga kalahok: a) kinikilala ang kanilang DKS; b) di siguradong kinikilala ang kanilang DKS; c) hindi kinikilala ang kanilang DKS; d) walang naging karanasan ng DKS bilang control group. Gumamit din

ng *independent sample t-tests* at ilang mga *post hoc tests* para tingnan ang mga pagkakaiba sa pagitan ng mga kategoryang nabanggit sa ugnayan nila sa bawat baryabol.

Ang pag-aaral na ito ay sumailalim sa pagtatasa ng *Philippine Social Science Council-Social Science Ethics Review Board* at nabigyan ng sertipiko ng etika at pahintulot na magpatuloy. Mayroong mga aytem sa huli na naglayong tulungan ang mga kalahok na bumalik sa mas neutral o positibong estado sa pamamagitan ng paggunita sa kanilang pinakamasayang alaala. Lahat ay nakatanggap ng piling mga istratehiya at rekurso para sa pag-aalaga ng kanilang kaisipan, kasabay ng imbitasyon na magpatala para sa *debriefing* upang mas mapag-usapan ang kanilang karanasan sa paglahok sa pag-aaral na ito.

## RESULTA

Isang daan at dalawampu't pitong mga babaeng mag-aaral sa iba't ibang unibersidad sa Mega Manila ang lumahok sa pag-aaral na ito. Sila ay may edad mula 18 hanggang 24 na taong gulang. Anim na pu't anim na porsyento (66%) o walumpu't apat (n=84) sa kanila ay nagtala ng DKS, habang apatnapu't tatlo o 44% ay walang naiulat na ganitong karanasan. Sa mga nag-ulat ng DKS, 62% o limampu't dalawa sa kanila ay buong kinikilala ito, habang 33.33% o dalawampu't walo naman sa kanila ay di sigurado sa pagkilala o sumagot ng "maybe". Apat lamang o 4.76% ang nagdeklara ng hindi pagkilala kahit na may naiulat silang mga di ninanais na karanasang sekswal. Ipinapakita sa mga datos na halos lahat ng may naging karanasang sekswal na di ninanais ay kinikilala ito nang buo o may pag-aalinlangan.

Talahanayan 1. Grupo ng mga Kalahok Base sa Danas at Pagkilala sa Kanilang DKS

| | Kinikilala | Di sigurado | Hindi kinikilala |
|---|---|---|---|
| May di ninanais na karanasang sekswal (84) | 52 | 28 | 4 |
| Walang naging karanasan | 43 | | |

Sa iilan na hindi kinikilala ang kanilang DKS, dalawa sa kanila ay nagpahayag ng karanasan ng reyp habang ang natirang dalawa ay nagpahiwatig na sila ay nakaranas ng paghipo o *sexual contact*. Kapansin-pansin din na may ikatlong bahagi o 34.5% ang walang naitala na di kanais-nais na karanasang sekswal ayon sa kanilang sagot sa Sexual Experiences Survery (Koss et al., 2007), ngunit sumagot ng "Yes" sa katanungang, "*Have you ever been sexually assaulted or harassed?*" na nagpapahiwatig na may kinikilala silang DKS.

Talahanayan 2. Bilang Base sa Uri ng at Pagkilala sa Kanilang DKS

| May di ninanais na karanasang sekswal | Kinikilala | Di sigurado | Hindi kinikilala | n=84 |
|---|---|---|---|---|
| Reyp | 17 | 4 | 2 | 23 |
| Tangkang pangrereyp | 6 | 2 | - | 8 |
| Pamimilit | 3 | 1 | - | 4 |
| Tangkang pamimilit | 3 | 1 | - | 4 |
| Panghihipo | 10 | 4 | 2 | 16 |
| Walang naitalang DKS | 13 | 16 | - | 29 |

Ang mga kalahok ay nagpakita ng kabuuang iskor na 2.88 $\pm$ .87 sa AMMSA, kung saan 1 ang pinakasumasalungat at 7 ang pinakasumasang-ayon, na katumbas sa hindi pagtanggap sa mga mito

ng reyp. Ipinakita ng datos na ang mga sumagot na walang naging karanasan ng DKS ay nagtala ng mas *significant* na matataas na iskor—ibig sabihin ay mas umaayon sa rape culture—kumpara sa mga may danas ng DKS. Walang naging makabuluhang pagkakaiba sa mga grupo base sa karanasan at pagkilala sa DKS. Sa mas malalim na pagsuri, wala ring nakitang pagkakaiba maging sa mga uri ng di ninanais na karanasang sekswal mula sa panghihipo hanggang reyp.

Sa pagsukat ng traumatikong stress, ang mga kasali sa pag-aaral na ito ay nagtamo ng iskor na 36.60 $\pm$ 20.807 sa PCL-5 kung saan ang iskor na 33 at pataas ay nagpapahiwatig ng *posttraumatic stress disorder (PTSD)*. Habang hindi naging makatuturan ang ugnayan sa pagitan ng PCL-5 sa apat na grupo ayon sa pagkilala sa DKS, nagpakita ng makahulugang ugnayan ang danas ng DKS sa posibilidad ng pagkakaroon ng PTSD. Ibig sabihin, mas nagpahiwatig ng traumatikong stress ang mga may naiulat na sekswal na karahasan kumpara sa walang naging karanasan nito.

Gaya ng sa traumatikong stress, wala ring naging makabuluhang ugnayan ang antas ng ginhawa base sa kabuuang iskor sa PWB-SF sa apat na grupo ayon sa danas at pagkilala sa DKS. Ngunit kung titingnan ang mga iskala nito, lumabas na may makahulugang ugnayan ang mga iskor sa iskala ng *self-acceptance* o pagtanggap sa sarili, kung saan mas mataas ang iskor ng mga di siguradong kinikilala ang kanilang DKS kumpara sa mga walang karanasan nito.

Sa pamamagitan ng multivariate multiple linear regression para sa apat na baryabol, nakitang hindi naging makabuluhan ang resulta sa pangkalahatan sa pagitan ng apat na grupo ng danas at pagkilala sa DKS. Ibig sabihin, hindi basta-bastang masasabi na ang pagkakaroon at pagkilala sa sekswal na karahasan ay magkasabay na makakaimpluwensiya sa antas ng ginhawa at traumatikong stress. Sa pagitan ng mga baryabol, nagpakita ng makabuluhang positibong ugnayan ang mga iskor ng PCL-5 at PWB-SF, lalo na sa mga iskala nito ng personal growth, postive relations, at self-acceptance. Ang resultang ito ay taliwas sa hipotesis ng pag-aaral na ito na magiging magkasalungat ang ugnayan sa pagitan ng trauma at ginhawa.

## PAGTALAKAY

Bagama't hindi nakitaan ng pangkalahatang ugnayan ng mga baryabol, mahihinuha mula sa pag-aaral ang kahalagahan ng mas malalim na pagsusuri sa proseso ng pagkilala ng biktima sa kanyang DKS. Mahigit tatlumpu't porsyento (33.33%) ang hindi siguradong kinikilala ang kanilang DKS. Kasama rito ang reyp at tangkang pangrereyp na tinuturing ng SES na pinakamatinding uri ng DKS. Nakakabahala lalo na may apat na kalahok na hindi kumikilala sa kanilang karanasan ng reyp at at paghipo. Ito ay nagpapatunay na hindi simple ang pagproseso ng DKS, at hindi lamang ito nakasalalay sa uri at tindi ng karahasang naranasan.

Kapansin-pansin din na may dalawampu't siyam na kalahok na walang naitalang DKS sa Sexual Experiences Survey (Koss et al., 2007), ngunit may sagot sa tanong ukol sa pagkilala sa DKS. Marahil ito ay pahiwatig na ang survey ay hindi naging epektibo sa paglista at paglarawan ng mga klase ng DKS, lalo na sa panahon na mas patago at/o hindi tahasan ang pamamaraan ng pag-abuso, kasabay ng pagsidhi ng ugnayan online. Maaari ring dahil masyadong partikular at komplikado ang karanasan ay nahirapan ang kalahok na maiugnay ang sarili sa mga aytem sa survey.

Medyo nakakalungkot ngunit kainti-intindi na ang mga kalahok na walang karanasan ng DKS ay mas umaayon sa rape culture kumpara sa mayroong itinalang DKS. Marahil na ang pagdanas ng karahasang sekswal ay lalong nagbigay-linaw na hindi katanggap-tanggap ang mga mito ng reyp. Tila palaisipan kung bakit ang inaasahang ugnayan ng pag-ayon ng iskima ng rape culture at pagkilala sa

DKS at ang epekto nito sa traumatikong stress at danas ng ginhawa ay hindi lumabas sa pag-aaral na ito. Isang maaaring dahilan ay ang haba ng panahon sa pagitan ng karanasan at paglahok sa pag-aaral na ito. Posibleng sila ay nakatanggap na ng kanilang kinakailangang suporta at rekurso para maka-angkop sa epekto ng DKS at mapalalim ang kanilang pagdanas ng ginhawa. Ang makabuluhang positibong ugnayan ng traumatikong stress at danas ng ginhawa ay maaaring makatulong na magbigay ng direksyon at pag-asa sa mga biktima, pati na sa mga taong sumusuporta sa kanila.

**Mga Limitasyon ng Pag-aaral**

Kasali sa mga limitasyon ng pagsusuring ito ang obserbasyon na may mangilan-ngilang kalahok na nagdeklara na sila ay kumikilala o di siguradong kumikilala sa kanilang DKS, gayong wala silang naitalang karanasan ng DKS sa survey. Mula dito, maaaring mawari na ang mga aytem sa Sexual Experiences Survey (Koss et al., 2007) ay hindi lubos na sumasakop sa lawak at lalim ng mga DKS dahil ang mga ito ay sensitibo, personal at partikular na mga karanasan (Cook et al., 2011; Fisher, Cullen & Turner, 2000). Hindi rin kataka-taka na maliit na porsyento lamang ng mga kalahok ang nagsaad ng hindi pagkilala sa kanilang DKS dahil ang mismong pagkilala dito ang sinasabi ng mga pag-aaral (Anderson, et al., 2019; Osman, 2016) na naglilinang ng simpatiya at pakikiramay sa mga paksaing tulad nito at tuloy nagsisilbing udyok para sila'y lumahok sa ganitong mga pag-aaral.

Hindi rin naisali sa saklaw ng pag-aaral na ito ang ilang mga katangian ng sitwasyon na nagbibigay karagdagang konteksto sa karanasan tulad ng relasyon sa salarin at kung ang survivor ay ipinaalam sa iba ang kanilang karanasan (Botta & Pingree, 1997; Magley et al., 1999; Wilson et al., 2016). Bilang isang *cross-sectional quantitative method*, hindi rin natin matutukoy kung nasaang punto ang ating kalahok sa kanilang pagproseso ng pinagdaanang DKS (Boyle, 2017), lalo na kung pagbubulayan na ang proseso ng pagkilala nito ay hindi laging naka-base kung kailan o gaano katagal mula ito nangyari. Ang mga pagkakaiba sa pamamaraan ng pag-angkop sa mga hinaharap na suliraning dulot ng DKS ay makaapekto proseso ng pagkilala sa karanasan at pati na rin sa pagbabago ng kognitibong iskima (Littleton, et al., 2006).

**Ilang Makabuluhang Implikasyon**

Sa kabila ng hindi pagkakaroon ng makabuluhang pangkalahatang ugnayan sa ng mga baryabol sa pag-aaral na ito, may ilang makabuluhang implikasyong mababanaagan sa pag-aaral na ito. Una ay ang *linear association* sa pagitan ng traumatikong stress at ginhawa na tila nagpapahiwatig ng *posttraumatic growth* (Tedeschi & Calhoun, 2004). Ito ay tumutukoy sa positibong pagbabagong sikolohikal sa kabila ng karanasan ng trauma sa pamamagitan ng pag-angkop ng biktima sa epekto ng kanyang DKS habang pinoproseso sa kanyang iskima ang traumatikong karanasan.

Nililinaw na hindi ibig sabihin nito na ang karahasan ang direktang nagbibigay-daan sa pagsibol ng ginhawa. Ang pag-unlad na nakamit ay dahil mismo sa kapasidad ng indibidwal na harapin ang hamon at mapalago ang sarili sa tulong ng kanyang pagkatao, mga personal na katangian, kalidad ng suportang natatanggap, akses sa mga rekursong kinakailangan, na sama-samang nakakapagbigay ng lakas, galing at espasyo para mapagtagumpayan ang pagproseso ng kanyang karanasan (Tedeschi & Calhoun, 2004). Mababanaagan ang katotohanang ito sa datos ng pag-aaral na ito kung saan nakita ang pinaka-makabuluhang ugnayan ng traumatikong stress sa mga iskala ng PWB na personal growth, positive relations, at self-acceptance.

Sa kabilang banda, ang mga kasagutang nakalap ay tila nagpapatunay na hindi isang dikotomiya ang pagkilala at pagproseso sa karanasan ng DKS. Maaaring mas mainam na mailarawan ito bilang *continuum* kung saan ang isang survivor ay pupwedeng gumalaw nang hindi linyar, habang kanyang

sinusubukang kalmahin at protektahan ang sarili, at himayin ang mga pagdududa sa naging karanasan at maging sa sarili (Peterson & Muehlenhard, 2004). Dahil dito, hindi masasabing madali at simple ang pagkilala sa DKS na nakakaapekto sa pang-araw-araw na pamumuhay. Kasabay din nito ang pagiging alerto sa mga pananaw at aksyon ukol sa rape culture. Maaaring obyus at madali na kumontra sa mga mito ng reyp kapag ibang tao ang nakaranas ng DKS, ngunit mas komplikado ang proseso kapag tayo mismo ang biktima ng karahasan.

**Mga Mungkahi**

Para sa mga darating na pag-aaral, maaaring mas bigyang-diin o kaya isama bilang baryabol kung kailan nangyari ang DKS at ang haba ng panahon mula sa karanasan hanggang sa paglahok. Ang pagkakaroon ng talatanungan ukol sa rape culture na may personal na perspektibo ay posibleng makatulong na mas maintindihan ang pagproseso ng sariling DKS. Pwede ring mas pagtuunan ng pansin ang iba pang mga kontekstwal na katangian ng DKS, tulad ng mga *pre-existing mental health conditions*, *psychosocial factors*, at mga *coping strategies* upang mas maklaro ang ugnayan ng di ninanais na karanasang sekswal at ng mga sikososyal na kinahihitnatnan (hal. Krahe, Temkin & Bieneck, 2007). Pwede ring tukuyin na baryabol ang posttraumatic growth mismo upang mabigyang linaw ang komplikadong ugnayan ng traumatikong stress at ginhawa (Tedeschi & Calhoun, 2004).

Sa lokal na konteksto, magandang bigyang-pansin ang ilang *culture-specific values* tulad ng "hiya" na nagbibigay-halaga sa iniisip at dinaramdam ng ibang tao bago tayo umakto at kumilos (Clemente, Galang & Arpon, 2017). Ang relihiyon ay maaari ring makaimpluwensiya hindi lamang sa ating mga perpekstibo at paniniwala, pero pati na rin sa ating pamamaraan ng pag-angkop at tendensiya sa pagiging bukas sa iba. Sa Pilipinas, kung saan hindi gaanong naiuulat ang mga sekswal na karahasan (hal. Papilota-Diaz, 2012; Serquina-Ramiro, 2005; Quing, 2021), lalo na sa konteksto ng kasal (Llarinas-Angeles, 2002; Pagaduan-Lopez et al., 2004). Maaaring himayin pa lalo ang mga intrikasiya sa ating mga ugnayan na tinuturing na normal, pero kung tutuusin ay nababahiran ng pamimilit tulad ng paglalambing, pambobola at pangungulit.

Pagdating sa propesyunal na suporta sa mga indibidwal na may danas ng DKS, importanteng alalahanin na masalimuot ang prosesong tinatahak ng biktima sa pag-intindi at pagbalanse ng kanyang karanasan sa kanyang iskima at pagkatao. Naging malinaw sa pag-aaral na ito na hindi awtomatikong walang ginhawang matatamasa sa gitna ng pighati at pagdurusa. Kaya't importante rin na maisama sa adbokasiya ng komunidad at maisulong ng pamahalaan ang pagpapayabong ng kaalaman patungkol sa rape culture at halaga ng *consent*, pati na rin ng pagkakaroon ng sapat na rekurso para matulungan ang mga may danas ng DKS.

Kahuli-hulihan, hinihingi ng pag-aaral ang pangangailangang palawakin ang metodolohiya pagdating sa mga phenomena na sensitibo, kumplikado at lubhang subhektibo tulad ng mga di ninanais na karanasang sekswal. Ang *mixed method* ay maaaring mas akma upang magkaroon ng pagkakataong iklaro ang mga kasagutan at mapalalim ang pagkakaintindi sa naging karanansan (Cook et al., 2011; Fisher, Cullen & Turner, 2000). Pupwede ring siyasatin ang paggamit ng iskala, sa halip ng tatlong opsyon ng "Yes", "Maybe" at "No, para ang pagsuri ng antas ng pagkilala sa di ninanais na karanasang sekswal ay mas makatutulong para sa mga kalahok na hindi pa gaanong sigurado at sa mga mananaliksik upang mas maintindihan ang proseso nito (Peterson & Muehlenhard, 2011).

**Pagtatapos**

Naikumpirma ng pag-aaral na ito na ang proseso ng pagkilala sa ating di ninanais na karanasang sekswal ay masalimuot at komplikado. Hindi ito awtomatiko at mabilis na makilala at maunawaaan. Ito ay mga katotohanang dapat nating ipinapaalala sa sarili bilang mga katuwang ng ating mga sinusuportahang kliyente, estudyante, at komunidad.

Importanteng alalahanin na ang trauma ay hindi nakakahadlang sa pagdanas ng ginhawa, at ang pagsibol at paglago ay kayang makamtan sa kabila at kasabay ng pagdanas nito.

## Mga Sanggunian

Adikaram, A. S. (2016). "Unwanted" and "bad," but not "sexual": Non-labelling of sexual harassment by Sri Lankan working women. *Personnel Review, 45*(5), 806-826.

American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Washington, DC: Author.

Anderson, R. A. E., Tarasoff, L. A., VanKim, N., & Flanders, C. (2019). Differences in rape acknowledgment and mental health outcomes across transgender, nonbinary, and cisgender bisexual youth. *Journal of Interpersonal Violence*, *36*(13-14).

Botta, R. A., & Pingree, S. (1997). Interpersonal communication and rape: Women acknowledge their assaults. *Journal of Health Communication,2*(3), 197-212.

Boyle, K. M. (2017). Sexual assault and identity disruption: A sociological approach to posttraumatic stress. *Society and Mental Health, 7*(2), 69-84.

Clemente, J. A. R., Galang, A. J. R., & Arpon, A. T. (2017). Sino ang may hiya at sino naman ang wala? Paunang pagtitibay sa panukat ng hiya bilang isang pagpapahalaga. Diwa E-Journal, 5.

Cook, S. L., Gidycz, C. A., Koss, M. P., & Murphy, M. (2011). Emerging issues in the measurement of rape victimization. *Violence Against Women*, 17(2), 201–218.

Dalgleish, T. (2004). Cognitive Approaches to posttraumatic stress disorder: The evolution of multirepresentational theorizing. *Psychological Bulletin, 130*(2), 228-260.

Fisher, B., Cullen, F. T., & Turner, M. G. (2000). *The sexual victimization of college women*. U.S. Dept. of Justice, Office of Justice Programs, National Institute of Justice.

Gerger, H., Kley, H., Bohner, G., & Siebler, F. (2007). The Acceptance of Modern Myths about Sexual Aggression (AMMSA) scale: Development and validation in German and English. *Aggressive Behavior*, *33*, 422-440.

Grubb, A., & Turner, E. (2012). Attribution of blame in rape cases: A review of the impact of rape myth acceptance, gender role conformity and substance use on victim blaming. *Aggression and Violent Behavior,*17(5), 443-452.

Harned, M. S. (2005). Understanding women's labeling of unwanted sexual experiences with dating partners. *Violence Against Women*, *11*(3), 374-413.

Ho, I. K., Dinh, K. T., Bellefontaine, S. A., & Irving, A. L. (2012). Sexual harassment and posttraumatic stress symptoms among Asian and White women. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma,21*(1), 95-113.

Kahn, A. S., Mathie, V. A., & Torgler, C. (1994). Rape scripts and rape acknowledgment. *Psychology of Women Quarterly*, *18*(1), 53-66.

Kahn, A. S., Jackson, J., Kully, C., Badger, K., & Halvorsen, J. (2003). Calling it rape: Differences in experiences of women who do or do not label their sexual assault as rape. *Psychology of Women Quarterly,27*(3), 233-242.

Koss, M.P., Abbey, A., Campbell, R., Cook, S; Norris, J., Testa, C., Ullman, S., West, C., & White, J. (2007). Revising the SES: A collaborative process to improve assessment of sexual aggression and victimization. *Psychology of Women Quarterly*, *31*, 357-370.

Krahé, B., Temkin, J., & Bieneck, S. (2007). Schema-driven information processing in judgements about rape. *Applied Cognitive Psychology*, *21*(5), 601–619.

LeMaire, K. L., Oswald, D. L., & Russell, B. L. (2016). Labeling sexual victimization experiences: The role of sexism, rape myth acceptance, and tolerance for sexual harassment. *Violence and Victims, 31*(2), 332–346.

Littleton, H. L., Axsom, D., Breitkopf, C. R., & Berenson, A. (2006). Rape acknowledgment and postassault experiences: How acknowledgment status relates to disclosure, coping, worldview, and reactions received from others. *Violence and Victims, 21*(6), 761-778.

Llarinas-Angeles, M. (2002). Two laws on rape: Twin imperatives on justice and healing. *Review of Women's Studies by the University of the Philippines Center for Women's and Gender Studies (UPCWGS)*, *12*(Nos. 1 & 2), 97–121.

Magley, V. J., Hulin, C. L., Fitzgerald, L. F., & Denardo, M. (1999). Outcomes of self-labeling sexual harassment. *Journal of Applied Psychology*,*84*(3), 390-402.

McFarlane, A.C., & Yehuda, R. (1996). Resilience, vulnerability and the course of post-traumatic reactions. In B. van der Kolk, A.C. McFarlane, & L. Weisketh (Eds), *Traumatic stress: The effects of overwhelming stress on mind, body and society* (Ch. 8, pp. 155–181). New York: Guilford.

Osman, S. L. (2016). Predicting Rape Victim Empathy Based on Rape Victimization and Acknowledgment Labeling. Violence Against Women, 22(7), 767–779.

Pagaduan-Lopez, J., Chua, A. G., & de Guzman, M. R. (2004). Surviving rape: Profile and coping reactions of Filipino rape survivors as seen at the UP-PGH women's desk from January 1999 to December 2000. *Review of Women's Studies by the University of the Philippines Center for Women's and Gender Studies (UPCWGS)*, *14*(No. 2), 15–45. 76

Papilota-Diaz, V. (2012). Discourse and rape: An analysis of a trial proceeding. *Review of Women's Studies by the University of the Philippines Center for Women's and Gender Studies (UPCWGS)*, *21*(No. 1), 51–71.

Peterson, Z. D., & Muehlenhard, C. L. (2004). Was it rape? The function of womens rape myth acceptance and definitions of sex in labeling their own experiences. *Sex Roles*, *51*(3/4), 129–144.

Quing, K. A. (2021). I am A survivor: Experiences, impacts and coping mechanisms of Filipino victims of sexual violence. *Journal of Education, Management and Development Studies*, *1*(1), 50–65.

Ryff, C. D., & Keyes, C. L. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, *69*(4), 719-727.

Serquina-Ramiro, L. (2005). Physical intimacy and sexual coercion among adolescent intimate partners in the Philippines. *Journal of Adolescent Research*, *20*(4), 476–496.

Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15,1-18.

Wilson, L. C., Miller, K. E., Leheney, E. K., Ballman, A. D., & Scarpa, A. (2016). Examining the psychological effect of rape acknowledgment: The interaction of acknowledgment status and ambivalent sexism. *Journal of Clinical Psychology*, *73*(7), 864-878.