

## ALS HET NIEUWE ERAF IS: EEN VERKENNING VAN DE SEKSUALITEIT IN DUURZAME RELATIES VAN JONG VOLWASSENEN<sup>1</sup>

J. Mouthaan, M. Meeuwisse, A.S. Meerstra en Th.G.M. Sandfort<sup>2</sup>

In deze bijdrage worden de resultaten gepresenteerd van een kwalitatief onderzoek naar veranderingen in het seksuele leven van jong volwassenen in duurzame heteroseksuele relaties. Bij een groep van elf vrouwen en negen mannen is onderzocht in hoeverre men gedurende de relatie veranderingen op seksueel gebied heeft waargenomen en welke veranderingen dit zijn. Verder is besproken wat men als oorzaak van deze veranderingen ziet en hoe men met deze veranderingen is omgegaan. De leeftijd van de geïnterviewde personen liep uiteen van tweeëntwintig tot zevenendertig jaar. De duur van de relaties van de respondenten varieerde van viereneenhalf tot twaalf jaar.

Alle respondenten blijken in de loop van de tijd veranderingen in hun seksuele relatie te hebben ervaren. Deze veranderingen hebben betrekking op de mate waarin men zin heeft in seks, het nemen van initiatief tot seksueel contact, de frequentie waarmee men seksueel contact heeft, de duur van het contact, en de beleving ervan. De belangrijkste oorzaken die men voor de ervaren veranderingen ziet, hebben te maken met gewenning, het veranderen van gevoelens die men voor de partner heeft, toegenomen vertrouwdeheid, hogere werkdruk, en samenwonen en trouwen. Het grootste gedeelte van de respondenten is met deze veranderingen in het seksleven omgegaan door er over te praten met de partner.

In zijn oratie (1999) stelde Van de Wiel zich de vraag: "Wat zoeken mensen in seksuele relaties, en met name in termen van burn-out: wat houdt de vlam brandend?" De assumptie bij deze vraag is dat mensen in duurzame seksuele relaties burn-out ervaren en het voor hen kennelijk een opgave is om seksualiteit samen als plezierig en bevredigend te ervaren.

Het is bekend dat wanneer de liefde verandert, ook de seksualiteit in de relatie verandert. Hatfield en Walster (1985) beschrijven in dit verband het verschil tussen passionele en vriendschappelijke liefde. Passionele liefde, ook wel aangeduid als verliefd zijn, kan volgens hen overgaan in ambivalentie, maar ook in vriendschappelijke liefde, een gevoel van diepe hechting aan de partner of het zogenoemde "houden van". Rabehl, Ridge en Berscheid (1992) vonden in navolging hierop dat koppels die aangaven verliefd te zijn (de passionele vorm) meer seksueel verlangen hadden naar en zich seksueel meer aangetrokken voelden tot de partner. Naarmate de vurige passie overgaat in liefde in vriendschappelijke vorm, is het aanmerkelijk dat de beleving van de seksuele activiteit mee

zal veranderen. Zo noemen Sprechner en McKinney (1993) de afname van seksuele frequentie gedurende het huwelijk een feit dat zo zeker is als "death and taxes" (blz. 71). Zowel longitudinale studies (Udry, 1980; James, 1981) als retrospectieve studies (Greenblat, 1983) hebben de frequentievermindering aangetoond, het zogenoemde "honeymoon effect". Opvallend hierbij was dat de grootste afname plaatsvond in het eerste jaar van het huwelijk. Hierin halveerde de frequentie van seksueel contact maar liefst, waarna een volgende halvering zich uitstrekte over de komende twintig jaar huwelijk (James, 1981). De toedracht van deze drastische verandering was volgens de getrouwde koppels vooral de drukte van het bestaan. Het bekend raken met elkaars lichaam werd mede genoemd, al pakte dit even vaak op positieve, neutrale of negatieve manier uit (Greenblat, 1983).

Frequentievermindering is hiermee een bewezen feit te noemen en is in verschillende studies hoog gecorreleerd aan de factoren leeftijd en relatieduur (Blumstein & Schwartz, 1983; Edwards & Booth, 1976; Greeley, 1991; Hunt, 1974, James, 1983; Kinsey et

<sup>1</sup> Geaccepteerd voor publicatie: 19 november 2002. Dit artikel is gebaseerd op een onderzoek door de eerste drie auteurs uitgevoerd in het kader van de opleiding Sociale Wetenschappen aan de Universiteit Utrecht onder begeleiding van de vierde auteur (Meerstra, Meeuwisse en Mouthaan, 1999).

<sup>2</sup> Drs. J. Mouthaan, wetenschappelijk medewerkster bij het Kennis- en onderzoekscentrum van het Veteraneninstituut te Doorn. Drs. M. Meeuwisse, adviseur werk en inkomen bij het Centrum Werk en Inkomen te Dordrecht. Drs. A.S. Meerstra, trainee bij de Gemeente Den Haag. Dr. Th.G.M. Sandfort, docent/ onderzoeker bij Columbia University te New York. Correspondentie via de eerste auteur: J. Mouthaan, Brederodelaan 70, 3353 GG Papendrecht, (tel.) 078 – 6411 634, (e-mail) joannemouthaan@yahoo.com

al., 1948; Kinsey et al., 1953; Trussel & Westoff, 1980; Westoff, 1974; Van Zessen & Sandfort, 1991). Echter, hoewel het plaatshebben van seks vermindert met leeftijd en relatieduur, blijft het vermogen om van seks te genieten levenslang bestaan (Udry, 1980). De frequentie neemt weliswaar af, maar daarmee niet het genoeg dat aan de seks wordt beleefd (Weeda, 1984). Zij vond bij getrouwde koppels dat de relatie door de jaren heen minder geremd werd, dat de partners meer vertrouwd raakten met elkaar en dat geleerd werd wat de ander fijn vond. Evenals Greenblat (1983) vond Weeda dat de drukte van het bestaan één van de voornaamste oorzaken was van de frequentievermindering.

Veranderingen in seksualiteit zijn vooral onderzocht bij getrouwde stellen. Gegevens over samenwonende stellen of koppels met verkering ("dating couples") betreffen in het algemeen de seksuele frequentie in vergelijking met getrouwde stellen. Gevonden is dat samenwonende stellen vaker seksueel contact hebben dan getrouwde stellen (Blumstein & Schwartz, 1983; Perlman & Abramson, 1982; Call et al., 1982), en zelfs meer dan stellen met verkering (Risman et al., 1981). Dit laatste wordt echter tegengesproken door Rubin (1990), die een patroon vond van een piek tijdens de verkering, een daling na samenwonen, nog een daling na trouwen en een dieptepunt na het eerste kind.

Bovengenoemde studies onderzochten verandering in seksualiteit bij voornamelijk getrouwde stellen met nadruk op leeftijd en fysieke oorzaken. Daarbij heeft men zich met name beperkt tot frequentieafname van seksueel contact. Deze pilotstudie verkent welke veranderingen jongvolwassenen met een relatieduur van ongeveer vijf tot tien jaar op seksueel gebied hebben ervaren, welke oorzaken zij hieraan toeschrijven en op welke manier zij met de veranderingen zijn omgegaan. De informatie die het onderzoek oplevert, geeft meer inzicht in de veranderingen in seksualiteit in duurzame relaties van jongvolwassenen. Daarnaast vormt het een aanzet tot het breder verkennen van seksuele relaties in deze specifieke groep.

## Methoden

Het onderzoek was van explorerende aard. Het beperkte zich tot personen in de leeftijd van tweeëntwintig tot en met zevenendertig jaar met heteroseksuele relaties van viereneenhalf tot en met twaalf jaar. Van zeven stellen zijn beide partners geïnterviewd. Van vier vrouwen en twee mannen participeerde de partner niet in het onderzoek. De totale onderzoeksgroep bestond hierdoor uit elf vrouwen en negen mannen. De nadruk lag niet op het vergelijken van de partners

binnen de relatie, maar op de beleving van vrouwen en mannen in het algemeen. De participatie van zeven stellen maakte het desalniettemin mogelijk enige vergelijking tussen antwoorden van de partners te maken.

De respondenten zijn geworven in de directe omgeving van de eerste drie auteurs. De toewijzing van de respondenten aan de interviewers (de eerste drie auteurs) gebeurde op een dusdanige wijze dat de respondent voor de betreffende interviewer een onbekende was. Van de twintig interviews zijn er achttien bij de respondenten thuis afgenomen en twee in een openbare gelegenheid. Per respondent is één interviewer toegewezen. Bij deelname van beide partners is ervoor gezorgd dat de interviews op hetzelfde tijdstip en in gescheiden ruimtes plaatsvonden om zoveel mogelijk te voorkomen dat men elkaar onderling zou beïnvloeden.

Dataverzameling geschiedde in achttien gevallen door middel van geluidsopnamen en het maken van aantekeningen. In twee gevallen waren bandopnamen niet mogelijk. Na letterlijke registratie werden de interviews door twee onderzoekers geanalyseerd op resultaten en conclusies, waarbij onbekendheid en anonimiteit gewaarborgd bleven. De gegevens zijn voor mannen en vrouwen per aspect geordend, waarna bekeken werd welke veranderingen, oorzaken of manieren van omgang door de mannen respectievelijk de vrouwen het meest werden aangedragen. De antwoorden van de respondenten op de vraag naar de tevredenheid met de huidige seksuele relatie zijn ingedeeld in een aantal categorieën: ontevreden, redelijk tevreden, tevreden en zeer tevreden.

Ter beantwoording van de onderzoeksvragen zijn semi-gestructureerde interviews afgenomen waarin de volgorde van de open vragen vaststond. De wijze van het stellen van de vragen kon echter bepaald worden door de betreffende interviewer. Allereerst is nagegaan hoe in het begin van de seksuele relatie (het eerste jaar na het eerste seksuele contact) de frequentie, de duur van het seksuele contact, het initiatief nemen en het verlangen naar seks verliepen. Vervolgens werd besproken in hoeverre de gevoelens die men voor de partner heeft, veranderd zijn. De aspecten van het seksleven die met betrekking tot het begin van de seksuele relatie waren nagegaan, werden eveneens vastgesteld voor het huidige seksleven. Daarnaast werd naar een aantal belevingsaspecten gevraagd: het eigen verlangen naar seks, de algemene beleving van de seks, de spanning en de seksuele opwindings. Hierna werd ongestructureerd gevraagd naar oorzaken van eventuele veranderingen in de seksuele relatie om de respondenten in zo persoonlijk mogelijke termen oorzaken te laten aandragen. Vervol-

gens werd een aantal mogelijke oorzaken voor de veranderingen met de respondent besproken: feitelijke oorzaken, waaronder samenwonen, trouwen, een kind (willen) krijgen, veranderde werkdruk en veranderde woon-/ werkomgeving, en gevoelsmatige oorzaken, waaronder de verandering van gevoelens voor de partner, het verlies van nieuwigheid en het vertrouwd raken met elkaar en de seks. Tenslotte is besproken hoe de respondent met veranderingen in het seksleven is omgegaan en de mate van tevredenheid met het huidige seksleven. De gemiddelde duur van de interviews bedroeg één à anderhalf uur. Door de hier beschreven structuur aan te brengen is ervoor gezorgd dat bij alle respondenten alle punten systematisch aan de orde zijn gesteld. Ondanks dit gestructureerde karakter bleef steeds voldoende ruimte om de beleving van de respondent naar voren te brengen.

## Resultaten

### *Veranderingen in het seksleven*

#### *Eigen verlangen naar seks*

Zes mannen en negen vrouwen geven een verandering aan in hun verlangen naar seks. Van deze mannen geeft het merendeel aan meer zin in seks te hebben in vergelijking met vroeger, terwijl het merendeel van deze vrouwen aangeeft nu minder zin in seks te hebben. Een man brengt het toegenomen verlangen in verband met de frequentieafname van het seksueel contact:

*“Als je veel seks hebt, dan heb je daarnaast zeg maar minder zin. Als je een week geen seks hebt gehad, dan heb je toch sneller zin in seks dan als je het vaak doet zeg maar. Dus ik denk dat het [verlangens] meer is geworden, doordat je het minder vaak doet.”*  
(man, 27 jaar, relatieduur 5 jaar)

#### *Welke partner heeft nu meer zin in seks?*

Vier mannen en zes vrouwen hebben een verandering waargenomen in de onderlinge behoefte aan seks. Sommigen van hen zeggen dat hun partner meer zin heeft gekregen in seks, anderen vertellen dat zij nu zelf meer zin hebben of dat ze allebei evenveel zin hebben in seks.

#### *Initiatief nemen*

Zeven mannen geven aan dat er veranderingen hebben plaatsgevonden in het initiatief nemen tot seksueel contact. Drie hiervan zeggen dat het initiatief

nu meer van hen uitkomt, terwijl dit vroeger meer van beide kanten of van de kant van hun partner kwam. Twee van deze mannen geven aan dat het initiatief nu meer van hun partner uitkomt. Tenslotte zeggen de overige twee mannen dat het initiatief nu van beide kanten komt. Zeven vrouwen geven aan dat het initiatief nu van beide kanten komt, terwijl dit volgens hen in het begin van de relatie meestal van hun partners kwam. Eén vrouw bemerkt dat haar partner nu meer initiatief neemt in vergelijking met het begin van de relatie.

#### *Frequentie*

Zeven mannen en negen vrouwen zeggen nu minder vaak seksueel contact te hebben dan aan het begin van de relatie. Sommigen zeggen dat zij het eigenlijk wel vaker zouden willen doen dan ze het in feite doen. Anderen vinden het goed zoals het nu is. Slechts één man en één vrouw hebben nu vaker seks dan in het begin.

*“Dat is nu wel minder en dat is van mijn kant. Ik zou wel willen dat ik er zelf wat meer voor in de stemming zou zijn.”*

*(vrouw, 24 jaar, relatieduur 8 jaar)*

#### *Duur*

Vijf mannen en twee vrouwen vinden dat de vrijpartijen van nu langer duren dan vroeger terwijl drie mannen en evenveel vrouwen zeggen dat het nu korter is dan vroeger. Twee vrouwen zeggen dat de duur afwisselend is.

*“Meer vloggertjes in vergelijking met vroeger. Die lange vrijpartijen hebben we ook nog wel, maar daar moet je dan ook echt de tijd voor hebben. Lange vrijpartijen zijn echt in het weekend. Als een van ons naar bed gaat om twaalf uur en hij moet de volgende dag om zeven uur op, dan schiet het er toch wel bij in. Dan doe je het liever vlug, dan dat je het heel uitgebreid gaat doen.”*  
(vrouw, 22 jaar, relatieduur 5 jaar)

#### *Beleving*

Alle mannen en acht vrouwen vinden dat de algemene beleving van de seks is veranderd. Door sommige respondenten wordt over beleving in termen van de intensiteit van het seksuele contact gesproken. Zo zegt een aantal respondenten dat de seks vroeger intenser was, terwijl anderen zeggen dat het seksuele contact nu intenser is.

*“Het is veel intenser geworden. Ik denk ook dat hoe meer je iemand leert kennen en waarderen en hoe*

*meer je van iemand houdt, dat de seks ook mooier kan worden. Veel dieper en completer, meer gevoel.”*  
(vrouw, 27 jaar, relatieduur 6 jaar)

### Opwinding

De mate waarin men opgewonden is tijdens het vrijen is voor twaalf van de twintig geïnterviewden veranderd. Vijf mannen en één vrouw zeggen in vergelijking met vroeger nu meer opgewonden te worden, terwijl vier vrouwen en twee mannen vertellen tijdens de seks nu minder opgewonden te worden dan vroeger.

*“Ik weet nu wat de seks met haar kan zijn. In het begin was mijn partner ook heel erg aftastend van hoever kan ik gaan, dat durf ik niet, dat vind ik eng. En we zijn nu in principe op dat gebied niet meer bang voor elkaar. Dus ik weet nu ook wat een goede sekspartij kan inhouden. Ik weet wat er kan gebeuren als we eenmaal beginnen.”*  
(man 27 jaar, relatieduur 5 jaar)

*“Minder. De opwinding vroeger was natuurlijk dat we elkaar moesten leren kennen, dat je experimenteerde. De opwinding was altijd groot. Dat is gewoon zo. Kijk, nu is dat denk ik wel wat minder, ook omdat je precies weet hoe en wat. Maar ik zou niet zeggen dat er helemaal geen opwinding is nou.”*  
(vrouw, 23 jaar, relatieduur 7 jaar)

### Spanning

Alle mannen zeggen dat de spanning die zij beleven aan de seks minder is geworden. Van de vrouwelijke respondenten ervaren acht dit. Er zijn echter twee vrouwen die zeggen dat voor hen seks nu juist spannender is dan vroeger.

*“Nou, op zich was het vroeger ook wel spannend, in zoverre dat je elkaar niet kent. Maar aan de andere kant durf je nou meer. Het is veelzijdiger, het is nou veel uitgebreider en op die manier is het spannend.”*  
(vrouw, 22 jaar, relatieduur 5 jaar)

### Overige veranderingen

Naast bovengenoemde veranderingen zeggen zes mannen in de loop van de relatie overige veranderingen te hebben ervaren. Voorbeelden zijn het uitproberen van nieuwe dingen, seks hebben op andere plaatsen, speciaal voor de ander dingen doen en verandering van voorbehoedmiddel (van pil naar condoom). Hiernaast zeggen zeven vrouwen andere veranderingen opgemerkt te hebben, zoals dat ze nu meer dingen uitproberen, dat ze zelf in bed opener

en vrijer zijn geworden, dat hun partner nu meer open is en dat er meer met elkaar wordt gesproken over wat men wel en niet fijn vindt.

*“Ik ben zelf in de loop van de tijd wel wat vrijer geworden. In het begin was ik altijd een beetje.., nou, netjes liggen enzo, dat hij niet mijn verkeerde kant ziet, maar daar maak ik me nu niet meer druk om. Je kent mekaar zo lang. Dus dat is wel veranderd, ja. En dat vindt hij ook wel fijn. Dat ik losser ben geworden in bed. Ik denk dat, omdat je wel onzeker bent enzo, ja, het is nu wat ongedwongener. Ja, en je gaat toch wel dingen uitproberen. Niet constant hetzelfde doen.”*  
(vrouw, 24 jaar, relatieduur 8 jaar)

### Oorzaken

#### Het nieuwe eraf

Een veel genoemde oorzaak voor veranderingen in het seksleven is voor zowel mannen als vrouwen dat het nieuwe ervan af is. Zowel de mannen als de vrouwen zeggen dat de seks hierdoor minder spannend is. Naast een afname in spanning verandert ook de beleving van de seks volgens sommige respondenten. Daarnaast signaleren een aantal respondenten dat het nieuwe ervan af is maar zien zij daarvan geen specifieke gevolgen.

#### Verandering van gevoelens voor de partner

Alle vrouwen en zeven mannen zeggen dat hun gevoelens voor hun partner in de loop der jaren veranderd zijn. Zij zeggen dat de verliefdheid in de loop van de jaren toch wel verdwenen is en dit gevoel over is gegaan in “houden van.” Opmerkelijk hierbij is dat alle vrouwen (op één na) deze verandering van gevoelens zien als een oorzaak voor de verandering van hun seksleven, terwijl slechts vier van de zeven mannen zeggen dat hun seksleven daardoor is veranderd.

*“Mijn gevoelens zijn veranderd van verliefd naar houden van. Deze verandering is niet bevorderlijk voor het seksleven. Verliefd zijn is voor mij gekoppeld aan seksueel aantrekkelijk zijn. Houden van is gekoppeld aan op je gemak zijn bij elkaar, zonder seks.”*  
(man, 27 jaar, relatieduur 5 jaar)

Door de verandering van hun gevoelens zegt een aantal mannen en vrouwen dat specifieke aspecten zoals de duur, de beleving van de seks, de spanning van de seks en de zin erin veranderd zijn.

*“De seks duurt nu iets korter. Lang aan elkaar zitten hoort bij verliefdheid. En die is minder geworden.”*  
(vrouw, 22 jaar, relatieduur 5 jaar)

### Vertrouwdheid

Opvallend is dat tien vrouwen zeggen dat hun seksleven is veranderd doordat zij en hun partner met elkaar vertrouwd zijn geraakt. Slechts vijf mannen zien dit als oorzaak voor veranderingen.

Zo geven de vrouwen aan dat ze de seks anders beleven door de vertrouwdheid met de partner. Eén vrouw geeft aan dat als gevolg van de vertrouwdheid het initiatief tot seksueel contact nu door hen beiden wordt genomen en niet alleen uitsluitend door haar partner zoals in het begin. Er is één vrouw die zegt dat vertrouwdheid leidt tot minder lange vrijpartijen. Eén man en één vrouw zeggen dat de zin in seks veranderd is; de man heeft hierdoor meer zin in seks gekregen, de vrouw juist minder.

### Samenwonen

Vier mannen en zeven vrouwen geven het samenwonen aan als oorzaak voor veranderingen in hun seksueel contact. Dit heeft volgens hen onder andere gevolgen voor de frequentie waarmee men seksueel contact heeft.

*“Als je samenwoont, ben je in de gelegenheid het altijd te doen, ik bedoel als je zin hebt. De eerste tijd dat je samenwoont, neuk je je helemaal suf, bij wijze van spreken. Als je gaat samenwonen heb je ineens zeeën van tijd om het met elkaar te doen. Maar op een gegeven moment is dat er ook wel weer af.”*  
(man, 28 jaar, relatieduur 9 jaar)

Volgens een aantal vrouwen wordt door het samenwonen ook de beleving van de seks anders.

*“Nu kan je er meer van genieten, doordat je alleen bent en een eigen huisje hebt.”*  
(vrouw, 23 jaar, relatieduur 7 jaar)

Samenwonen heeft volgens sommige respondenten ook gevolgen gehad voor de duur van het seksueel contact, wie van de partners nu meer zin heeft in seks en de spanning tijdens de seks.

### Hogere werkdruk

Voor zowel zeven mannen als zeven vrouwen is toegenomen werkdruk (van zichzelf of van hun partner) vaak een oorzaak voor veranderingen in hun seksleven. Door toegenomen werkdruk vermindert vooral de frequentie van het seksueel contact. Zowel mannen als vrouwen geven dit aan.

Buiten de frequentie zorgt toegenomen werkdruk ook voor veranderingen in de duur van het seksuele

contact en de zin in seks. Niet voor iedereen betekent dat hierdoor het vrijen korter duurde. Zo vertelt een man:

*“Toen ik ben gaan werken, werden de vrijpartijen langer. Want als je niet in de stemming bent, duurt het even voordat je zin hebt.”*  
(man, 27 jaar, relatieduur 5 jaar)

### Kinderen willen, krijgen of hebben

Volgens één man heeft het willen krijgen van kinderen gezorgd voor verandering in het seksleven:

*“Tijdens vruchtbare periodes is er meer spanning, omdat je weet dat emotioneel veel kan gaan veranderen. Daardoor is het contact anders. Tijdens de vruchtbare periodes is de seks intiem. Tijdens andere tijden is het genot.”*  
(man, 36 jaar, relatieduur 12 jaar)

Volgens twee mannen verandert door het krijgen van kinderen de frequentie van het seksueel contact, de duur ervan (minder lange vrijpartijen), de zin die hun partner heeft in seks (minder) en de beleving van de seks (bedachtzamer, minder spontaan). Hoewel ook twee vrouwen zeggen dat het seksleven verandert door het krijgen van kinderen, geven zij geen specifieke veranderingen aan.

### Andere oorzaken

Naast het bovengenoemde geven de respondenten nog een aantal andere oorzaken aan. Enkele voorbeelden die zowel mannen als vrouwen genoemd hebben zijn: zelf moe zijn, moeheid van de partner, stress, het onderhouden van sociale contacten en drukte in het leven van de partner en zichzelf. Vrouwen hebben verder nog dingen gezegd als: “Nu durf je te zeggen wat je wel en niet wilt, en in het begin was je onzeker over je uiterlijk.” Oorzaken die mannen nog noemden zijn: “We gaan op andere tijden naar bed” en “Door de lange tijd dat we al bij elkaar zijn, is vooral de frequentie veranderd”.

### Omgang met veranderingen en tevredenheid

In de interviews is gevraagd hoe de mannen en vrouwen omgegaan zijn met de veranderingen in het seksleven. Zowel de mannen als de vrouwen vertelden dat ze met hun partner hadden gepraat over de veranderingen in het seksleven. In de meeste gevallen hadden de partners van de respondenten ook veranderingen opgemerkt. Een enkeling gaf aan een besloten weekend te houden met de partner of meer te

experimenteren. De meeste respondenten hebben verder weinig ondernomen. Ze gaven aan dat ze de veranderingen accepteerden. Alle mannen en vrouwen gaven aan tevreden te zijn met hun seksleven.

### Conclusie en discussie

Beoogd werd met dit onderzoek te inventariseren of de respondenten gedurende hun relatie veranderingen in hun seksleven hebben ondervonden, welke veranderingen dit zijn, welke oorzaken zij hieraan toeschrijven en hoe zij hiermee zijn omgegaan. Ook gaf de studie een aanzet tot het verbreden van de kennis over seksuele relaties in deze specifieke groep.

Voordat overgegaan wordt tot de conclusies van het onderzoek is het belangrijk de grootte van de onderzoeksgroep in ogenschouw te nemen, welke het lastig maakt de gevonden resultaten te veralgemeniseren. Door het verschil in leeftijd en relatieduur tussen de respondenten in deze studie en de onderzoeksgroepen in eerdere studies naar seksualiteit in relaties, is het vergelijken van resultaten niet geheel mogelijk. Echter, op de gerapporteerde aspecten van het seksleven geeft deze studie enkele belangrijke indicaties die in vervolgonderzoek nader bestudeerd kunnen worden.

In navolging van eerdere studies naar veranderingen in seksualiteit bij getrouwde stellen (o.a. Udry, 1980; James, 1981; Greenblat, 1983; Sprechner & McKinney, 1993) is ook hier gevonden dat de frequentie van seksueel contact afneemt naarmate de relatieduur vordert. Hierbij worden even vaak positieve als negatieve belevingen aangegeven door de respondenten. Doordat de frequentie afneemt, neemt dus niet logischerwijs het plezier of genoeg af, zoals Weeda (1984) reeds vond.

Frequentieafname bleek niet de enige verandering op seksueel gebied te zijn. De mannelijke respondenten blijken vooral meer verlangen te hebben naar seks in vergelijking met het begin van de relatie, terwijl de vrouwelijke respondenten over het algemeen aangeven minder zin te hebben. Wat betreft initiatief nemen blijken verscheidene veranderingen te hebben plaatsgevonden. De duur van de seks is volgens de meeste mannelijke respondenten langer dan voorheen, terwijl dit volgens de vrouwelijke respondenten wisselt. In opwindning verschillen mannen en vrouwen opnieuw: mannen ervaren meer opwindning en vrouwen minder in vergelijking met vroeger. Bijna alle mannen en vrouwen zeggen echter dat de spanning verminderd is. Een oorzaak voor het verlies van spanning is dat het nieuwe eraf is. Samenwonen zorgt volgens de respondenten voor een toename in frequentie, genot en duur. Verder beïnvloedt het de spanning en wie meer

behoefte heeft aan seks. Zoals reeds is gevonden in studies van Greenblat (1983) en Weeda (1984) treedt bekendheid of vertrouwdheid op na een bepaalde periode. Evenals in deze studies wordt vertrouwdheid als een oorzaak gezien voor een veranderd seksleven, maar dit wordt even vaak positief, negatief of neutraal bevonden. Veranderingen in het sociale leven, waardoor moeheid, stress en drukte optreden, worden door de respondenten als oorzaken genoemd voor veranderingen in hun seksleven. Hogere werkdruk zorgt vooral voor een frequentieafname van de seks. Een belangrijke bevinding is de verandering van de gevoelens voor de partner. Mannen en vrouwen hebben de verschuiving van verliefdheid naar "houden van" opgemerkt, wat voornamelijk de vrouwen zien als van invloed zijnde op het seksleven in het algemeen. Praten over de opgemerkte veranderingen met de partner blijkt de belangrijkste omgangsvorm te zijn. Hieruit volgden in sommige gevallen besluiten tot meer experimenteren of besloten weekends. Acceptatie van het veranderd seksleven bleek naast praten een belangrijke vorm van omgang. Er heerste bij alle respondenten tevredenheid met het huidige seksleven.

Hoewel het onderzoek zich hier niet specifiek op richtte, bleken er binnen stellen uiteenlopende verschillen te zijn in de veranderingen die men heeft waargenomen, de oorzaken van eventuele veranderingen en de wijze waarop men hiermee is omgegaan. Zo geeft binnen een koppel de man bijvoorbeeld aan dat hij en zijn partner nu langere vrijpartijen hebben dan vroeger. Zijn partner daarentegen zegt dat de seks nu korter duurt dan vroeger. Daarnaast zijn er twee stellen waarin de vrouw aangeeft dat het nieuwe ervan af is, terwijl de man nadrukkelijk zegt dat dit niet het geval is. Bij de meeste koppels zeggen de man en de vrouw ook op een andere manier met de veranderingen in hun seksleven te zijn omgegaan. Zo zegt een man bijvoorbeeld dat zij niks gedaan hebben aan de veranderingen in hun seksleven, terwijl zijn partner zegt wel iets gedaan te hebben. De verschillen in perceptie van diverse aspecten van het seksleven tussen beide partners is enerzijds logisch te noemen, aangezien niet alleen de seksen maar ook individuen over het algemeen van opvatting verschillen. Echter, het feit dat zij allen aangaven te communiceren over het seksleven doet de vraag rijzen over welke aspecten in dit geval wel en niet gepraat wordt. Nadere studie naar perceptieverschillen tussen partners zou dit kunnen onderzoeken.

Naast de betrekkelijk kleine onderzoeksgroep kunnen nog enkele andere kanttekeningen bij het onderzoek geplaatst worden. Twee interviews werden in openbare gelegenheden afgenomen. Hoewel de respondenten dit niet als last hebben ervaren, kan dit in

het nadeel van het onderzoek hebben gewerkt. De veelheid aan aspecten van het seksleven die in de interviews aan de orde kwamen heeft de mogelijkheid tot het verdiepen van de resultaten enigszins beïnvloed. In vervolgonderzoek verdient het omwille van volledigheid de voorkeur de verschillende aspecten apart te onderzoeken. Tenslotte werd de respondenten gevraagd terug te denken aan het eerste jaar van hun relatie. Een longitudinale aanpak in plaats van een retrospectieve zou in dit opzicht meer op zijn plaats zijn om de problemen met het menselijk geheugen zoveel mogelijk te omzeilen.

De resultaten uit de studie bevestigen eerder onderzoek onder getrouwde stellen als van Udry (1980), James (1981), Greenblat (1983) en Weeda (1984) die allen vonden dat er een afname optrad in de frequentie van het seksuele contact. In navolging van Weeda (1984) neemt volgens de respondenten hiermee niet het genoegen af, dat de seks verschaft. In tegenstelling tot wat Van de Wiel (1999) beweert, blijken veranderingen in het seksleven bij jongvolwassenen met een relatief korte relatieduur niet tot gevoelens van burn-out te leiden. Communicatie, acceptatie, meer aandacht aan elkaar schenken en in sommige gevallen meer experimenteren leiden bij de respondenten tot een tevreden gevoel over het seksleven.

## Literatuur

- Blumstein, P., & Schwartz, P. (1983). *American couples*. New York: William Morrow.
- Call, V.R.A., Sprechner, S., & Schwartz, P. (1992). *The frequency of sexual intercourse in American couples: A national sample*. Paper gepresenteerd tijdens de Annual Meeting of the National Council on Family Relations, Orlando, Florida, U.S.A.
- Edwards, L.L., & Booth, A. (1976). Sexual behavior in and out of marriage: An assessment of correlates. *Journal of Marriage and the Family*, 38, 73-81.
- Greeley, A.M. (1991). *Faithful attraction: Discovering intimacy, love, and fidelity in American marriage*. New York: Doherty.
- Greenblat, C.S. (1983). The salience of sexuality in the early years of marriage. *Journal of Marriage and the Family*, 45, 289-299.
- Hatfield, E., & Walster, G.W. (1985). *A New Look at Love*. Lanham: University Press of America.
- Hunt, M. (1974). *Sexual behavior in the 1970's*. Chicago: Playboy Press.
- James, W.H. (1981). The honeymoon effect on marital coitus. *Journal of Sex Research*, 17, 114-123.
- James, W.H. (1983). Decline in coital rates with spouses' ages and duration of marriage. *Journal of Biosocial Science*, 15, 83-87.
- Kinsey, A.C., Pomeroy, W.B., & Martin, C.E. (1948). *Sexual behavior in the human male*. Philadelphia: W.B. Saunders.
- Kinsey, A.C., Pomeroy, W.B., Martin, C.E., & Gephard, P.H. (1953). *Sexual behavior in the human female*. Philadelphia: W.B. Saunders.
- Meerstra, A.S., Meeuwisse M., & Mouthaan, J. (1999). *Seksualiteit in langere relaties*. Utrecht: Universiteit Utrecht.
- Perlman, S.D., & Abramson, P.R. (1982). Sexual satisfaction among married and cohabiting individuals. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 50, 458-460.
- Rabehl, S.M., Ridge, R.D., & Berscheid, E. (1992). "Love" vs. "In love". Manuscript aangeboden voor publicatie.
- Risman, B.J., Hill, C., Rubin, Z., & Perplau, L.A. (1981). Living together in college: Implications for Courtship. *Journal of Marriage and the Family*, 43, 77-83.
- Rubin, L.B. (1990). *Erotic wars: What happened to the sexual revolution?* New York: Harper Collins.
- Sprechner, S., & McKinney, K. (1993). *Sexuality*. California: Sage Publications Inc.
- Trussell, J., & Westoff, C.F. (1980). Contraceptive practice and trends in coital frequency. *Family Planning Perspectives*, 12, 246-249.
- Udry, J.R. (1980). Changes in the frequency of marital intercourse from panel data. *Archives of Sexual Behavior*, 9, 319-325.
- Weeda, I. (1984). *Huwelijksleven: ideaal en praktijk*. Utrecht/ Antwerpen: Uitgeverij Het Spectrum.
- Westoff, C.F. (1974). Coital frequency and contraception. *Family Planning Perspectives*, 6, 136-141.
- Wiel, H.B.M. van de (1999). *Geluk is ook niet alles; naar een gedifferentieerde seksuologie*. Groningen: Rijksuniversiteit.
- Zessen, G. van, & Sandfort, Th.G.M. (red.) (1991). *Seksualiteit in Nederland. Seksueel gedrag, risico en preventie van Aids*. Amsterdam: Lisse, Swets & Zeitlinger.

## English summary

### When it's no longer new: An exploration of the sexuality in ongoing sexual relationship of young adults

A qualitative study among nine men and eleven women involved in ongoing sexual relationships of young adults shows that sexuality changes during the course of this relationship. These changes relate to the strength of one's sexual desire, the party who initiates sexual contact, the frequency with which sexual contact occurs and the duration of sexual contacts, and the way in which sexuality is being experienced. The changes are attributed to various causes. The same cause seems to have various consequences depending on the individual situation. Observed causes have to do with: habituation, changes in feelings towards the partner, increased familiarity, stronger pressures from work, getting married or starting to live together, and wanting to have or having children. Most respondents dealt with these differences by talking about them with their partners. Members of couples do not always see the same changes and also attribute changes to various causes.