

Corona brengt ons dichterbij elkaar": De ervaren impact van de coronacrisis op het seksleven van mensen met een partner

Hanneke de Graaf & Jenneke van Ditzhuijzen

Rutgers kenniscentrum voor seksualiteit en seksuele gezondheid, Utrecht, Nederland

Samenvatting

Sinds maart 2020 is ons land in de ban van de coronacrisis. Om het aantal besmettingen terug te dringen, gingen vanaf 15 maart een aantal ingrijpende maatregelen in, waardoor het leven van veel mensen er ineens heel anders uit ging zien. Deze veranderingen werken mogelijk door in seksueel gedrag en welzijn. Om dit te onderzoeken, zijn data geanalyseerd met zowel open als gesloten vragen van een Nederlandse steekproef (n=883) die deel uitmaakt van een Europese studie naar seksueel gedrag en welzijn in tijden van corona. Onderzocht is of mensen die samenleven met een partner over het algemeen een toe- of afname in seksueel verlangen en activiteit ervaren gedurende de eerste *lockdown* en welke factoren hiermee samenhangen. Bij de meeste mensen lijkt de coronacrisis geen invloed te hebben op hun seksleven, vooral wanneer dit hun dagelijks leven niet of nauwelijks beïnvloedt of wanneer de relatie sterk is. De mate waarin en manier waarop mensen invloed van de coronacrisis op hun seksleven ervaren, hangt af van de impact die de *lockdown* heeft op vier dimensies in het dagelijkse leven van deze mensen (tijd en ruimte, spanning en stress, fysieke nabijheid en emotionele verbondenheid) en van de manier waarop men met veranderingen in deze dimensies omgaat. Wanneer mensen bijvoorbeeld meer tijd, minder stress en meer intimiteit met hun partner ervaren, kan de *lockdown* een positieve invloed hebben op het seksleven van samenwonende mensen. Wellicht kunnen de ervaringen van mensen voor wie het positief is uitgekapt, een inspiratiebron vormen voor anderen.

Sinds maart 2020 is ons land in de ban van de coronacrisis. Nadat eind februari de eerste besmetting met COVID-19 was vastgesteld en het aantal besmettingen daarna snel toenam, gingen vanaf 15 maart een aantal ingrijpende maatregelen in. Zo werden scholen, kinderdagverblijven, horecagelegenheden en sportclubs gesloten. Ook werd mensen geadviseerd om thuis te werken en sociale contacten tot een minimum te beperken. De sociale en economische gevolgen van deze maatregelen, maar ook de onzekerheid en zorgen over het virus zelf, maakten dat deze pandemie voor veel mensen een negatieve invloed had op de psychische gezondheid (Brooks, 2020; Pfefferbaum & North, 2020; Pedrosa, 2020).

In opiniestukken en literatuuroverzichten hebben verschillende wetenschappers hun zorgen geuit over de vermoedelijke gevolgen van deze stressvolle periode op het relationeel en seksueel welzijn (Dewitte, Otten & Walker, 2020; Ibarra et al., 2020; Pennanen-lire, et al., 2020). In het begin van de crisis was de situatie

echter nog 'ongekend' en was het daardoor ook lastig te voorspellen wat deze gevolgen uiteindelijk zouden zijn. Hier werd wel uitgebreid over gespeculeerd in zowel de media als wetenschappelijke tijdschriften. De hypothesen varieerden daarbij van meer partnerseks en een *baby boom* tot minder partnerseks en een stijging in echtscheidingen (Döring, 2020).

Inmiddels is ook - veelal kwantitatief - empirisch onderzoek gedaan naar de impact van de coronacrisis op seks en relaties. Vanwege het onverwachte karakter van de huidige situatie waren veel van deze studies cross-sectioneel, waarbij respondenten gevraagd werd naar seksueel gedrag en beleving tijdens de *lockdown* en (retrospectief) tijdens de periode ervoor. Drie studies hadden een prospectief design: zij konden gebruik maken van data die (toevalligerwijs) vóór de eerste *lockdown* verzameld waren, en benaderden respondenten tijdens de *lockdown* opnieuw (Fuchs et al., 2020; Schiavi et al., 2020; Yuksel & Ozgor, 2020). Van tenminste één studie is bekend dat er wel longitudinale data beschikbaar zijn, maar hier is nog niet over gepubliceerd (Luetke et al., 2020). De acute behoefte aan wetenschappelijke inzicht in de effecten van deze pandemie zorgde er bovendien voor dat veel onderzoekers gedwongen waren gebruik te maken van een gelegenheidssteekproef, vaak met een scheve verdeling in geslacht (meer vrouwen). Slechts enkele studies hebben bij een meer

Dr. de Graaf is programma manager kennisontwikkeling en senior onderzoeker bij Rutgers.

Dr. van Ditzhuijzen is senior onderzoeker bij Rutgers.

Correspondentie-adres: h.degraaf@rutgers.nl
Ontvangen op 6 januari 2021, geaccepteerd op 25 februari 2021

representatieve steekproef data verzameld, wat de resultaten ervan beter generaliseerbaar maakt naar de populatie (De Graaf, 2020; Luetke et al., 2020).

De beschikbare literatuur over seks in coronatijd laat zien dat de gevolgen van de coronacrisis voor het seksueel gedrag en welzijn verschillen tussen mensen zonder partner, mensen in een LAT-relatie en mensen die (al dan niet getrouwd) samenwonen, omdat deze groepen met verschillende uitdagingen te maken hebben (Lopes, 2020). Bij singles zien we over het algemeen een sterke afname in seksuele activiteit (De Graaf, 2020; Fuchs et al., 2020; Li et al., 2020; Molliaioli et al., 2020). De maatregelen en adviezen die erop gericht zijn om sociale contacten te beperken brengen met zich mee dat zij veelal afzien van daten en seks of minder mogelijkheden hebben om nieuwe partners te ontmoeten. De gevolgen van de pandemie en de *lockdown* voor seksueel gedrag van mensen met een partner zijn minder eenduidig. Onder mensen met een partner wordt zowel een afname in seksfrequentie (Schiavi et al., 2020), weinig verandering (Li et al., 2020) als een toename (Yuksel et al., 2020) gevonden. In een Nederlands onderzoek waarin onderscheid werd gemaakt tussen mensen met een LAT-relatie en mensen die samenwonen met hun partner, werd wel een kleine afname in seksuele activiteit onder mensen met een LAT-relatie gevonden, maar niet onder samenwonenden (De Graaf, 2020). Studies die geen onderscheid maakten naar relatiestatus vonden over het algemeen een afname in seksuele activiteit, wellicht deels door de afname hiervan onder de singles in deze studies (Lehmiller et al., 2020; Ko et al., 2020). Seksuele activiteit tijdens de coronacrisis neemt sterker af bij mensen die in het algemeen wat meer gespannen zijn (Ko et al., 2020), die de coronacrisis negatiever beleven (Landry, Chartogne & Landry, 2020) of die meer conflicten hebben met hun partner vanwege de coronacrisis (Luetke et al., 2020).

Het is echter niet enkel van belang of mensen seks hebben en hoe vaak ze dit doen, maar vooral ook of ze zelf negatieve gevolgen of problemen ervaren, of juist een verbetering beleven. Uit het beschikbare onderzoek naar de invloed van de coronacrisis op deze aspecten van het seksleven komt over het algemeen geen positief beeld naar voren. In een onderzoek van het Kinsey instituut gaf 44% van de respondenten aan dat hun seksleven tijdens de COVID-19 pandemie slechter was geworden, tegenover 14% bij wie het juist verbeterd was (Lehmiller et al., 2020). Verschillende andere studies vinden een afname in seksueel verlangen of tevredenheid (Li et al., 2020; Panzeri et al., 2020). De drie studies die zowel voor als na het begin van de pandemie data hadden verzameld, vinden alle drie een toename van seksuele problemen (met betrekking tot verlangen, opwinding, lubricatie, orgasme, tevredenheid en pijn) onder vrouwen (Fuchs et al., 2020; Schiavi et al., 2020; Yuksel & Ozgor, 2020).

Toch zijn er ook studies die vinden dat de coronacrisis positieve gevolgen kan hebben voor het seksleven,

bijvoorbeeld voor verlangen of tevredenheid. Dat lijkt vaker het geval te zijn bij mensen met een partner. Onder Poolse vrouwen met een partner lijkt bijvoorbeeld nauwelijks sprake te zijn van een toename in seksuele problemen (Fuchs et al., 2020). Turkse getrouwde vrouwen rapporteren tijdens de *lockdown* meer seksueel verlangen dan ervoor (Yuksel & Ozgor, 2020). In een Nederlands onderzoek zien we een toename in seksuele tevredenheid onder jongvolwassenen met een vaste relatie en een lichte toename in relationele tevredenheid onder alle mensen met een partner (De Graaf et al., 2020). Ook in een steekproef van samenwonende Italianen geeft een deel aan dat ze een toename in seksueel verlangen ervaren, door de extra rust en tijd voor elkaar die de coronacrisis met zich meebrengt (Panzeri et al., 2020). Daarnaast zegt 20% van de respondenten in het eerdergenoemde onderzoek van het Kinsey instituut dat ze vanwege de coronacrisis iets nieuws hebben geprobeerd op seksueel gebied. Onder deze mensen is de groep die zegt dat het seksleven is verbeterd drie keer zo groot als onder mensen die niets nieuws hebben uitgeprobeerd (Lehmiller et al., 2020).

Het voorgaande overzicht van beschikbaar onderzoek laat zien dat de coronacrisis een wissel kan trekken op seksuele activiteit en welbevinden. Het laat echter ook zien dat hier veel variatie in zit, vooral onder mensen met een vaste partner. Sommige stellen komen er veel beter doorheen dan anderen of ervaren juist een verbetering in hun seksleven in deze periode. Het is niet duidelijk wat verandering of stabiliteit van het seksleven tijdens de *lockdown* teweegbrengt. Doel van het hier gepresenteerde onderzoek is om verdiepend inzicht in deze vraag te geven. In een Nederlandse steekproef van mensen die samenleven met een partner zal allereerst gekeken worden of deze mensen over het algemeen een toe- of afname in seksueel verlangen en seksuele activiteit met hun partner ervaren. Vervolgens wordt onderzocht welke factoren (sociaal demografische factoren, relatiesatisfactie en coping met COVID-19) de kans op een toe- of afname vergroten. Tenslotte analyseren wij de open antwoorden die mensen zelf geven op de vraag hoe het op seksueel gebied met hen gaat tijdens de *lockdown*, waarbij respondenten vrij waren om dit zelf in te vullen; dit kon over zowel partnerseks als soloseks gaan. Dit biedt inzicht in de kwaliteit van het seksleven tijdens de coronacrisis, eventuele veranderingen met de periode ervoor én redenen die mensen hier zelf voor geven.

Methodologie

Werving en steekproef

Dit onderzoek maakt deel uit van een onderzoek dat werd uitgevoerd in zeven Europese landen (naast Nederland ook Kroatië, Duitsland, Zweden, Frankrijk, Portugal en Tsjechië) en Turkije. De werving liep verschillend in deze landen, maar meestal via (sociale) mediakanalen. In Nederland werden respondenten geworven via een oproep op de website van het Alge-

meen Dagblad met een link naar de digitale vragenlijst. Deze oproep werd voorafgegaan door een artikel over seksueel gedrag. Daarnaast is een oproep om deel te nemen aan dit onderzoek geplaatst op Rutgers' Instagram, Facebook en Twitter. Enkel personen die – al dan niet getrouwd – samenwoonden met hun partner werden gevraagd deel te nemen. Dit waren in principe individuele personen – geen paren – maar er kan niet worden uitgesloten dat beide partners deelnamen. Dataverzameling vond plaats tussen 9 en 27 mei 2020.

Uiteindelijk deden 1184 personen mee (598 mannen, 582 vrouwen en 4 personen met een andere genderidentiteit). Personen die niet samenwoonden met een vaste partner (70) werden niet meegenomen in de analyses. Daarnaast zijn enkel vragenlijsten meegenomen waarvan tenminste de vraag naar veranderingen in seksfrequentie was ingevuld. Dit resulteerde in een steekproef van 883 personen (427 mannen, 455 vrouwen en één persoon met een andere genderidentiteit). Deze personen waren tussen de 18 en 80 jaar oud ($M = 40.6$, $SD = 12.5$). Van de mannen had 94% en van de vrouwen 95% een relatie met één partner van het andere geslacht. De verdeling volgens leeftijd, geslacht, aantal jaren formele opleiding en seksuele oriëntatie kwam goed overeen met de landelijke populatie.

Meetinstrumenten

De volgende constructen werden in dit onderzoek meegenomen:

- *Sociaal-demografische kenmerken*: geslacht (man, vrouw of anders), leeftijd (in jaren), opleidingsniveau (in jaren formele scholing) en relatieduur (het aantal jaren dat iemand samen is met de huidige partner, ongeacht het aantal jaar dat men samenwoont);
- *Thuiswonende kinderen (<12) en pubers*: In de vragenlijst waren twee vragen over kinderen in het huishouden opgenomen. De eerste was of iemand thuiswonende kinderen heeft (van 0 = Nee tot 4 = 4 of meer) en de andere hoeveel van deze kinderen onder de 12 jaar zijn (van 0 = Geen tot 3 = 3 of meer). Op basis hiervan zijn twee verschillende variabelen geconstrueerd: (1) Thuiswonende kinderen onder de 12 jaar en (2) Thuiswonende pubers (12 jaar en ouder). Beide zijn dichotoom (1 = Ja, 2 = Nee).
- *Relatiesatisfactie*: is gemeten met de *Couples Satisfaction Index* (Funk & Rogge, 2007), die met vier items (geluksgevoel, warmte, voldoening en tevredenheid) op een 7-puntenschaal de kwaliteit van de relatie meet (bijvoorbeeld "Hoe gelukkig voelt u zich in uw relatie?"; 1 = Extreem ongelukkig, 7 = Extreem gelukkig). De betrouwbaarheid van deze schaal was hoog (Cronbach's $\alpha = .92$).
- *Coping met COVID*: De mate waarin het iemand lukt om te gaan met de eerste fase van de coronacrisis werd gemeten door de volgende vraag: "Hoe gaat u om met alle veranderingen die de coronacrisis met zich meebrengt?". De antwoorden werden gerapporteerd op een 7-puntschaal, variërend van 1 = heel

erg slecht tot 7 = heel erg goed.

- *Seksueel verlangen tijdens de eerste lockdown* werd nagevraagd aan de hand van een enkele vraag: "Denk aan de mate waarin u momenteel zin heeft in seks met uw partner. Is dit vergeleken met de periode vóór de coronacrisis..." Ook deze antwoorden werden gerapporteerd op een 7-puntenschaal, variërend van 1 = veel minder zin dan eerst tot 7 = veel meer zin dan eerst.
- *Seksfrequentie tijdens de eerste lockdown*: werd gemeten met de volgende vraag: "Had u voor de coronacrisis (6 maanden geleden) minder vaak, vaker, of ongeveer even vaak seks met uw partner?" Ook deze antwoorden werden gerapporteerd op een 7-puntenschaal, variërend van 1 = veel minder vaak tot 7 = veel vaker. Omdat deze vraag betrekking had op de periode vóór de coronacrisis, is deze omgecodeerd om inzicht te geven in hoe het tijdens de coronacrisis was, vergeleken met de periode ervoor.
- *Seksueel welbevinden tijdens de eerste lockdown*: Seksueel welbevinden tijdens de eerste lockdown werd bevestigd met een enkele open vraag: "Tenslotte willen we u vragen om in één (of twee) zinnen samen te vatten hoe het op seksueel gebied met u gaat tijdens de coronacrisis". Bij deze vraag werd dus opengelaten over welk aspect van het seksleven de respondent iets wilde zeggen en of hier enkel seks met de (vaste) partner of ook seks met anderen of solo seks mee werd bedoeld.

Statistische analyses

De analyses op de gesloten vragen zijn uitgevoerd met SPSS versie 27. Voor de beschrijvende analyses en het toetsen van verschillen tussen mannen en vrouwen is gebruik gemaakt van de Chi^2 -toets, waarbij gekeken is naar de *adjusted residuals* om te kijken welke percentages bij een significantieniveau van .05 van elkaar verschillen. Om na te gaan welke factoren de kans op een toe- of afname in seksueel verlangen of seksfrequentie vergroten, is gebruik gemaakt van multinomiale logistische regressie, waar de middelste categorie (geen verschil) de referentiecategorie was. De tabellen tonen de *Adjusted Odds Ratio* (AOR). Een AOR laat zien hoeveel groter of kleiner de kans op de uitkomstmaat is in een bepaalde groep of als iemand op een schaal 1 punt omhoog gaat. Een AOR kleiner dan 1 wijst dan op een negatief verband, een AOR groter dan 1 op een positief verband.

De antwoorden op de open vraag varieerden van een enkel woord tot enkele zinnen. Het was niet mogelijk om met deze data zicht te krijgen op diepliggende redenen of processen, omdat er niet doorgevraagd kon worden. Toch boden de data een schat aan informatie waaruit patronen en belangrijke waargenomen effecten konden worden geïdentificeerd. Allereerst zijn de open antwoorden grof gecategoriseerd op basis van informatie over veranderingen in het seksleven en de kwalificatie die hieraan werd gegeven. Vervolgens is

geteld hoeveel antwoorden er onder iedere categorie geschaard konden worden. Daarna is (met behulp van open, axiaal en selectief coderen) binnen iedere categorie nagegaan wat de meest voorkomende patronen in elke categorie waren en welke redenen er werden genoemd voor verandering of stabiliteit in de beleving van het seksleven tijdens de coronacrisis. Van 100 personen (14% van de steekproef) zijn de antwoorden door beide onderzoekers gecodeerd, om na te gaan of de codering betrouwbaar was. In 81% van de gevallen kwam de codering van beide onderzoekers overeen. De rest van de data zijn daarom door één van de onderzoekers gecodeerd.

Resultaten

Tabel 1 laat zien dat de meeste deelnemers aan dit onderzoek geen verschil ervaarden in verlangen of seksfrequentie in de eerste fase van de coronacrisis. Ook laat de tabel zien dat de groep mensen die een toename in verlangen ervaarden, groter is dan de groep mensen die juist ervaarde dat dit minder is geworden. Bij seksfrequentie gold dit alleen voor vrouwen. Vrouwen rapporteerden vaker een afname in verlangen ($\chi^2 = 15.86, p < .001$) en een toename in seksfrequentie ($\chi^2 = 13.01, p = .001$) dan mannen, terwijl bij mannen de groep die geen verandering ervaarde, groter was dan bij de vrouwen.

Naast de verschillen tussen mannen en vrouwen zijn er weinig andere factoren die samenhangen met een

Tabel 1. Veranderingen tijdens de eerste intelligente lockdown naar geslacht (%; n = 882)

	Verlangen		Seksfrequentie	
	Man	Vrouw	Man	Vrouw
Afname	7.7	16.3 ^a	17.3	18.5
Zelfde gebleven	56.4 ^a	48.6	63.7 ^a	53.0
Toename	35.8	35.2	19.0	28.6 ^a

^aHoger dan de andere sekse ($p < .05$)

toe- dan wel afname in verlangen of seksfrequentie in de eerste fase van de coronacrisis (Tabel 2). Het aantal levensjaren verkleinde de kans op een toename in verlangen ($AOR = 0.97, p < .001$) en seksfrequentie ($AOR = 0.97, p = .007$) in de eerste fase van de coronacrisis. Ook hadden hoger opgeleiden een iets grotere kans op een afname in verlangen ($AOR = 1.09, p = .027$). Daarnaast speelden relatiesatisfactie en coping met de pandemie een rol. Mensen die meer tevreden waren over hun relatie hadden een kleinere kans dat hun seksueel verlangen in die eerste periode afnam ($AOR = 0.77, p = .024$), maar opvallend genoeg ook een kleinere kans dat de seksfrequentie toenam ($AOR = 0.73, p = .001$). Mensen die naar eigen zeggen goed konden omgaan met de gevolgen van de pandemie, hadden een kleinere kans dat het seksueel verlangen afnam tijdens de eerste lockdown ($AOR = 0.56, p < .001$).

Van de 883 respondenten hadden er 710 (80%) antwoord gegeven op de open vraag. De antwoorden op

Tabel 2. Factoren die samenhangen met een verandering in verlangen of seksfrequentie (n = 860)

	Verlangen				Seksfrequentie			
	Man		Toename		Man		Toename	
	AOR	95% BI	AOR	95% BI	AOR	95% BI	AOR	95% BI
Geslacht (vrouw)	2.26**	1.32-3.85	0.86	0.62-1.20	1.29	0.86-1.95	1.48*	1.02-2.14
Leeftijd	0.99	0.96-1.02	0.97***	0.95-0.99	1.01	0.99-1.03	0.97**	0.95-0.99
Opleiding (aantal jaren)	1.09*	1.01-1.17	1.02	0.97-1.06	1.00	0.95-1.06	1.02	0.97-1.07
Realatieduur	1.00	0.97-1.03	1.02	1.00-1.04	0.99	0.97-1.01	1.01	0.98-1.03
Relatiesatisfactie	0.77**	0.61-0.97	1.17	0.97-1.40	0.90	0.73-1.10	0.73**	0.60-0.87
Coping met COVID	0.56***	0.46-0.69	0.96	0.83-1.10	0.85	0.72-1.01	1.04	0.89-1.21
Thuiswonende kinderen (<12)	0.87	0.54-1.41	1.17	0.86-1.59	0.80	0.54-1.19	1.06	0.75-1.49
Thuiswonende pubers	1.19	0.69-2.08	0.83	0.57-1.20	1.37	0.89-2.10	0.96	0.62-1.47
Totaal (%)		12.2		35.7		18.0		24.3

NB. AOR = Adjusted Odds Ratio. Deze laat zien hoeveel groter ($AOR > 1$) of kleiner ($AOR < 1$) de kans op de uitkomstmaat is in een bepaalde groep of als iemand op een intervalvariabele (zoals leeftijd) 1 punt omhoog gaat; * = $p < .05$, ** = $p < .01$, *** = $p < .001$

deze vraag zijn eerst grof gecategoriseerd op basis van informatie over of het seksleven hetzelfde is gebleven, is verbeterd, verslechterd of anders geworden (zonder kwalificatie beter/slechter) ten opzichte van vóór corona. Wanneer hier niets over werd gerapporteerd, maar wel een algemene kwalificatie werd gegeven over het seksleven tijdens corona, zijn deze apart gecodeerd. Uit deze eerste analyses werd duidelijk dat het overgrote deel van de respondenten bij de term 'seksleven' vooral aan seks met de partner dacht. Slechts enkele personen beschreven ook hoe het op het gebied van soloseks of seks met anderen dan de vaste partner ging.

Tabel 3 laat zien in hoeverre deze categorieën overeenkomen met de antwoorden die mensen eerder gaven op de gesloten vragen naar veranderingen in verlangen en seksfrequentie. Hierin zien we een duidelijke samenhang: mensen die bijvoorbeeld aangaven dat hun seksleven in de eerste fase van de coronacrisis beter is geworden, gaven ook vaak aan dat ze meer verlangen ervaarden en/of vaker seks hadden. De overlap is niet 100% en dat is logisch, want het kan bijvoorbeeld zijn dat het eindoordeel slechts samenhangt met één van deze aspecten of met een ander aspect van het seksleven (zoals intimiteit, creativiteit, opwinding) waar geen gesloten vragen over zijn gesteld.

de mensen in deze categorie (n=83) zei dat het onveranderd goed ging: "Eigenlijk heeft de coronacrisis niets veranderd aan het seksleven van mijn partner en mij. Dat was al goed en is dat nog steeds, ondanks dat we al heel lang samen zijn". Voor een kleine groep (n=17) ging het onveranderd slecht: "Waardeloos, maar dat was het al". Enkele personen rapporteerden dat het seksleven hetzelfde is gebleven, maar wel een beetje anders: "De frequentie van seks is in mijn relatie redelijk gelijk gebleven, [maar] we hebben wel seks op andere momenten, omdat we nu beiden overdag thuis zijn".

2. Seksleven is verbeterd door de coronacrisis (n=162, 23%)

Bijna een kwart van de respondenten (18% van de mannen, 28% van de vrouwen) die de open vraag beantwoordden, gaf aan dat het seksleven door de coronacrisis beter is geworden. Soms werd ook expliciet gemaakt waar deze verbetering in ervaren werd, bijvoorbeeld in het gegeven dat ze meer zijn gaan experimenteren, er meer variatie was, ze vaker zin hadden of vaker seks: "Het gaat goed. Experimenteren gaat goed. Fantasie is heerlijk. Creatiever met tijd van seks hebben, in de ochtend, overdag en/of in de avond." Er werden verschillende redenen gegeven voor deze verbetering, waarin wij de volgende patronen identificeerden.

Tabel 3. Samenhang tussen antwoorden op open en gesloten vragen naar veranderingen in verlangen of seksfrequentie (% in rijen)

Categorieën open vraag	Verlangen			Frequentie		
	Minder	Zelfde	Meer	Minder	Zelfde	Meer
Slechter (n=109)	50	32	18	50	35	16
Hetzelfde (n=257)	5	79	17	10	84	7
Beter (n=162)	1	27	72	11	32	57
Anders (geen kwalificatie) (n=44)	27	30	43	30	48	23
Geen vergelijking met ervoor (n=138)	6	57	38	17	59	25
Totaal (n=710)	12	52	35	19	57	24

Per categorie kwamen diverse patronen naar voren met betrekking tot de ervaren impact van de coronacrisis. We beschrijven hier eerst de meest voorkomende patronen per categorie.

1. Seksleven is hetzelfde gebleven (n=257, 36%)

In overeenstemming met de kwantitatieve data, gaf het grootste deel van de mensen die meededen aan ons onderzoek ook bij de open vraag aan dat hun seksleven onveranderd was. Mannen gaven dit vaker aan (42%) dan vrouwen (30%). Binnen deze groep zeiden de meeste mensen (n=153) alleen dat er geen verandering was, zonder een kwalificatie te geven. Soms gaven ze ook aan dat andere omstandigheden een grotere rol speelden dan corona: "Corona heeft geen invloed, het hebben van jonge kinderen wel". Een ander deel van

A. Meer tijd en ruimte. De meeste mensen noemden als reden voor de verbetering van hun seksleven dat er meer ruimte en tijd is voor elkaar: "Veel meer tijd voor elkaar. De aantrekkingskracht kan nu 's ochtends al beginnen en de hele dag aanhouden". Veel mensen noemden ook het thuiswerken, wat minder energie en reistijd kost: "In de ochtend later naar het werk geeft veel ruimte in avond en ochtend." De vele tijd die men met elkaar doorbrengt, biedt meer gelegenheid voor seks, ook op andere plaatsen of tijdstippen dan men gewend was: "Doordat mijn man meer thuis is en langer slaapt (samen) is er meer gelegenheid om seks te hebben tussen de bedrijven door. De toegenomen spontaniteit bevordert ons seksleven."

- B. Minder spanning en stress. Doordat er voor sommige mensen minder werkdruk was of ‘mentale uitputting’, waren ze meer ontspannen en uitgerust en hadden ze meer energie: “Doordat er geen andere verplichtingen zijn, heb je meer tijd voor elkaar en zit mijn hoofd niet vol. Hierdoor ben ik ontspannen en dat zorgt ervoor dat ik mij snel verbonden en aangetrokken voel tot mijn partner”. Mensen die wel meer spanning of stress ervoeren door corona, konden soms toch ervaren dat hun seksleven verbeterd was. Deze mensen zetten seks in als coping mechanisme, omdat ze merkten dat seks kan helpen om te ontspannen in deze stressvolle tijd: “Ik werk meer, mijn partner werkt meer (5 dagen per maand thuis) en toch zijn we vaker intiem. Dit is dan heel intuïtief, een uitlaatklep, erg fijn om op deze manier meer verbonden te zijn”.
- C. Meer fysieke nabijheid: Door de maatregelen die gepaard gaan met de coronacrisis brengen veel mensen fysiek meer tijd met hun partner door, enkelen zijn zelfs versneld gaan samenwonen. Sommige mensen stelden dat er door het vele samenzijn meer gelegenheid was voor seks, maar ook meer aantrekkingskracht: “Het was al goed, maar door het thuiswerken en de blikken die we kunnen delen gaan we veel vaker het bed in.” Ook gaven verschillende mensen aan dat er hierdoor meer aangeraakt en geknuffeld wordt: “Prima. We zijn vaker thuis en genieten daarbij van elkaar, waarbij het niet altijd tot seks hoeft te komen. Ook aanraken en dicht bij elkaar zijn geven veel voldoening.”
- D. Meer verbondenheid en intimiteit: Een andere belangrijke factor waardoor het seksleven in positieve zin was veranderd, is dat mensen meer verbondenheid en intimiteit ervoeren met de partner. Dat komt bijvoorbeeld omdat er meer gepraat werd: “De coronacrisis heeft mijn seksleven erg verbeterd. We zijn dichterbij elkaar gekomen (letterlijk en figuurlijk), doordat we meer praten over belangrijke zaken en meer tijd samen doorbrengen, waardoor ik me meer aangetrokken voel tot mijn partner en meer zin heb in seks”. Daarnaast kan het een gevoel van exclusiviteit geven dat je elkaar nog wel mag aanraken: “Ik voel me meer verbonden met mijn partner door het gevoel dat we alleen elkaar fysiek mogen aanraken en anderen niet vanwege corona.” Sommige mensen geven aan dat ze elkaar herontdekt hebben of dat er een verdieping in de relatie heeft plaatsgevonden: “Beter, we hebben elkaar juist meer gevonden weer.” De toegenomen intimiteit betekent voor veel mensen ook dat seks intenser wordt beleefd: “Heel goed, verrassend genoeg. Wij zijn al 50 jaar samen, met *ups* en *downs*. Maar onze relatie is erg veranderd (verbeterd) laatste vier maanden. Zeker ook de seks, volop genieten voor allebei. Vaker, maar ook beter (intiemer, oprechter, niet ‘plichtmatig’).”
3. *Seksleven verslechterd door de coronacrisis (n=109, 15%)*
- Toch gaf ook 15% van de respondenten (13% van de mannen, 18% van de vrouwen) aan dat het seksleven er op achteruit is gegaan tijdens de coronacrisis. Voor een deel leek dat te maken te hebben met in hoeverre de coronacrisis in hun dagelijks leven ingrijpt in negatieve zin, en voor een deel met hoe men reageert op een stressvolle situatie als deze. Uit de antwoorden destilleerden wij de meest voorkomende patronen. Opvallend was dat de redenen die genoemd worden voor een negatieve impact op het seksleven, op dezelfde dimensies varieerden als de redenen voor een positieve impact:
- A. Minder tijd en ruimte: Waar sommige mensen tijdens de eerste *lockdown* meer tijd en ruimte ervoerden, waren anderen juist ongelooflijk druk met extra taken, waardoor seks er vaker bij inschoot. Een gebrek aan privacy met meer mensen die vaker thuis zijn werd ook genoemd: “Zou wel meer willen vrijen, met pubers in huis zijn de mogelijkheden beperkt.”
- B. Meer spanning en stress: Er was soms meer stress en vermoeidheid, bijvoorbeeld door thuiswerken, een verstoorde routine, het combineren van taken of een beroep waar veel van wordt gevraagd in deze crisis: “Veel te druk. Werken beide in vitaal beroep. Kinderen thuis dus ik ben meester, vader, huisman en ‘s avonds werk ik. Ik ben kapot moe. Vrouw werkt tot een uur of 3. Momenteel briefjesrelatie. Voor mij weinig slaap, 4 á 5 uur is de laatste maanden heel gewoon.” Sommige mensen gaven aan dat het seksleven te lijden had onder psychische klachten: “Emotioneel minder stabiel, dus ook minder aantrekkelijk voor haar. Slaap slecht, dus geen zin in seks.” Een zeer kleine groep gaf aan dat ze seks vermijden uit angst voor besmetting, bijvoorbeeld als de kans hierop groter was door het werk van één van de partners, of omdat ze zelf besmet zijn geweest.
- C. Meer fysieke nabijheid: Waar de meeste mensen door het vele samenzijn meer zin krijgen in seks, werkte dit voor sommigen juist averechts. Dat komt bijvoorbeeld doordat men uitgekeken raakte op elkaar (“Dag en nacht bij elkaar zijn is niet per definitie opwindend”) of omdat er irritaties waren (“Veel minder zin i.v.m. meer kleine irritaties door de hele dag bij elkaar zijn en de zorgen voor een baby die niet naar de opvang kan”). Sommige mensen deden wel hun best om dit te compenseren: “Het is opnieuw uitvinden op een leuke experimentele manier hoe je ook nog sexy voor iemand kan zijn als je 24 uur per dag samen bent en soms in een dipje zit.” Het vele samenzijn kan ook belemmerend werken voor soloseks: “Jammer dat ik minder mogelijkheid heb om solo te masturberen. Mijn partner is nu nooit langere tijd weg.”

D. Verschillen nemen toe: Soms ervaren respondenten dat er tijdens de coronacrisis een verschil in seksueel verlangen is ontstaan, of dat een bestaand verschil hierin groter is geworden, doordat dit bij de ene partner is toegenomen of afgenomen en bij de ander niet: "Ik heb mijn partner meer om me heen dus heb vaker zin. Helaas heeft hij het drukker dan normaal en wat minder zin. Ik kan slecht omgaan met afwijzing." De grotere onvervulde behoefte kon als frustrerend worden ervaren, maar was ook niet voor iedereen een probleem, bijvoorbeeld als dit werd vervangen door masturbatie of knuffelen.

Voor een zeer kleine groep bestond het seksleven voor de coronacrisis enkel uit buitenrelationele seksuele contacten. Door de coronamaatregelen vielen deze weg, wat sterk wordt gemist: "Ik ga regelmatig de baan op voor seks met andere mannen, met mijn vrouw heb ik al dertig jaar geen seks meer. De baan is een stuk rustiger en moeilijk een tijdelijke seks date te vinden. De gay sauna's of gay bioscopen zijn dicht. Terwijl mijn behoefte aan seks eigenlijk groter is geworden in coronatijd". Omdat dit maar heel weinig genoemd wordt, vallen dergelijke ervaringen buiten de eerdergenoemde patronen. Vanwege de sterk negatieve impact van de coronacrisis op deze kleine groep mensen wilden we het hier toch niet onvermeld laten.

4. Seksleven niet beter of slechter, maar anders geworden door de coronacrisis (n=44, 6%)

Deze personen gaven aan dat er iets veranderd was door corona, maar beschreven dit niet in termen van 'beter' of 'slechter'. Soms noemden ze zowel dingen die verbeterd waren als dingen die minder goed waren, waardoor er geen eendoordeel geveld kon worden. Sommigen zeiden bijvoorbeeld dat de seks minder frequent, maar wel intiemer was: "Nemen meer de tijd om samen te genieten. Misschien minder vaak, maar wel langer." Anderen noemden juist dat er meer lust was en minder romantiek: "Meer lust dan romantische seks". Er zijn mensen die de seksuele contacten buiten hun vaste relatie misten, maar wel *closer* zijn geworden met hun vaste partner: "Met mijn man iets nader tot elkaar gekomen. Maar mis ook mijn vriend/minnaar." Ook zijn er mensen bij wie de seks met de partner verslechterd is, maar die erg genieten van soloseks: "Mijn man heeft weinig behoefte. Ik veel meer. Ik masturbeer minimaal 3x p/w intensief en uitgebreid. Bevalt mij zeer goed."

5. Geen vergelijking met periode vóór de coronacrisis (n=138, 19%)

Ongeveer een vijfde van de respondenten gaf enkel aan hoe het met hun seksleven ging tijdens de coronacrisis, zonder dit te vergelijken met hoe dit was in de periode ervoor. De meesten van hen (n=108, 15%) beoordeelden hun huidige seksleven positief: "Ik wens iedereen zo'n fijn seksleven als dat ik heb. Het gaat op dat gebied heel goed met mij". Een kleine groep (n=30, 4%) gaf aan dat het seksleven slecht was, maar relateer-

den dit niet aan corona: "Onze (seksuele) relatie bevindt zich in een crisissituatie met een rampscenario".

Samenvattend kan op basis van de kwantitatieve vragen gesteld worden dat iets meer dan de helft van de mensen geen effect van de coronacrisis op seksueel verlangen of seksfrequentie ervaart. Wanneer mensen wel duidelijk een verbetering of verslechtering ervaren, hangt dit samen met variatie op vier dimensies en de manier waarop mensen hiermee omgaan. In tabel 4 is een overzicht gegeven van deze vier dimensies, waarbij duidelijk wordt hoe een dimensie een positief effect kan hebben, een negatief effect, maar ook hoe mensen een negatief effect weten om te buigen.

Discussie

Dit onderzoek laat zien dat de coronacrisis heel verschillend kan uitwerken op het seksleven van mensen die samenwonen met hun vaste partner. Het zorgelijke beeld over de negatieve impact van de coronacrisis op het seksuele en relationele welzijn dat in de allereerste literatuur rond dit thema naar voren komt, dient te worden genuanceerd. De meeste deelnemers aan dit onderzoek gaven aan dat hun seksleven in de eerste fase van de coronacrisis niet veranderd was. Daarnaast was er ook een aanzienlijk deel dat een positieve verandering bemerkte en een wat kleiner deel dat ervaarde dat hun seksleven erop achteruit was gegaan tijdens de eerste *lockdown*.

De mate waarin en manier waarop mensen invloed van de coronacrisis op hun seksleven ervaren, lijkt af te hangen van de impact die de *lockdown* heeft op vier dimensies in het dagelijkse leven van deze mensen: tijd en ruimte, spanning en stress, fysieke nabijheid en emotionele verbondenheid. Daarnaast hangt de ervaren invloed samen met de manier waarop men met veranderingen in deze dimensies omgaat. Binnen elke dimensie werden redenen genoemd voor een positieve verandering of juist voor een negatieve verandering, of beschreven mensen hoe ze met een negatieve verandering om wisten te gaan. Deze resultaten laten zien dat de coronacrisis wel degelijk impact heeft, maar dat de meeste relaties weerbaar genoeg zijn om hier goed en creatief mee om te kunnen gaan.

De grote variatie in de impact van de coronacrisis op deze dimensies verklaart ook dat de resultaten van dit onderzoek de eerder geuite zorgen in de literatuur niet volledig onderschrijven. Deze verwachtingen waren immers vooral gebaseerd op de aanname dat mensen meer stress en spanning ervaren tijdens de coronacrisis. In het huidige onderzoek gaven veel respondenten echter aan dat ze door de coronamaatregelen *minder* stress ervaren en *meer* ontspannen waren, bijvoorbeeld door minder reistijd of sociale verplichtingen. Hierdoor bleef er tijd en aandacht over voor elkaar en dit kwam het seksleven ten goede. Verder viel op dat veel mensen tijdens de coronacrisis meer verbondenheid en intimiteit ervaren, wat een eventuele toename in stress kan compenseren.

Tabel 4. Effecten van vier dimensies van de coronacrisis op seksleven

Dimensie	Positieve impact	Negatieve impact	Coping
A. Tijd en ruimte	Meer tijd en ruimte door geen reistijd, minder werk, minder sociale activiteiten, meer slaap	Minder tijd en ruimte door meer werkdruk, thuisonderwijs, combineren werk/zorg, minder privacy	Creatieve oplossingen vinden: andere momenten, andere plekken, beter plannen
B. Spanning en stress	Minder spanning en stress doordat bepaalde verplichtingen wegvallen	Meer stress en psychische klachten door zorgen over werk of inkomen, gezin en familie, gezondheid of sociale contacten	Seks inzetten als uitlaatklep om spanning en stress te verminderen
C. Fysieke nabijheid	Door meer fysieke nabijheid meer seksuele prikkels, spontaniteit, experimenteren	Door meer fysieke nabijheid uitgekoken raken op elkaar, minder spannend seksleven, toegenomen irritaties	Nieuwe manieren uitproberen en vinden om sexy voor elkaar te blijven
D. Emotionele nabijheid	Meer verbondenheid en intimiteit: meer praten, meer exclusiviteit, elkaar terugvinden, meer knuffelen.	Meer afstand: uit elkaar groeien in seksueel verlangen, verschillen ontstaan of worden groter	Accepteren dat er verschil is in seksueel verlangen, meer ruimte voor masturberen of knuffelen.

Opvallend is dat mannen minder vaak een verandering opmerkten dan vrouwen en dat vrouwen zowel negatieve als positieve veranderingen vaker rapporteerden. Dit sekseverschil werd ook gevonden in een Italiaanse studie, waar 77% van de mannen en 43% van de vrouwen geen verandering bemerkte in seksfrequentie (Panzeri et al., 2020). Juist voor seksfrequentie kunnen we dit verschil maar lastig verklaren, omdat veruit de meeste respondenten een partner hebben van het andere geslacht en daarom naar alle waarschijnlijkheid seks hebben met personen die vergelijkbaar zijn met de groep van het andere geslacht in de steekproef. De beleving hiervan lijkt dus (deels) subjectief te zijn: vrouwen bemerken of rapporteren een verandering wellicht eerder dan mannen. Naast geslacht speelt ook leeftijd een rol: met het ouder worden is de toename in verlangen of seksuele activiteit tijdens de coronacrisis kleiner. Mogelijk is een deel van deze mensen al met pensioen, waardoor de coronacrisis voor hen minder impact heeft op het dagelijks leven en daarmee het seksleven.

In de kwantitatieve analyses blijken maar weinig factoren samen te hangen met een toe- of afname in verlangen of seksfrequentie. Relatiesatisfactie verkleint de kans op een afname van seksueel verlangen, maar ook van een toename in seksfrequentie in de eerste fase van de coronacrisis. Dit komt niet overeen met eerder onderzoek waarin een verband werd gevonden tussen het hebben van seks tijdens de coronacrisis en relatiesatisfactie (Molliaioli et al., 2020) en tussen seksfrequentie en minder conflicten met de partner (Luetke et al., 2020). Wellicht ervaren mensen met een goede relatie geen toe- of afname van seksueel verlangen en seksfrequentie, maar wel een stabiel goede kwaliteit van het seksleven. Mogelijk is hier ook sprake van een 'plafondeffect': deze mensen zijn al zo tevreden over hun seksleven, dat hier nog maar weinig aan te verbe-

teren valt. Dit lijkt wel naar voren te komen in de antwoorden op de open vraag, waarin veel mensen hun seksleven stabiel positief waarden en daarbij vaak ook refereren aan de intieme en warme band met hun partner.

Daarnaast is de kans op een afname in seksueel verlangen kleiner als iemand naar eigen zeggen beter met de coronacrisis om kan gaan. Dit wordt ook bevestigd door de antwoorden op de open vraag. In de groep die aangeeft dat het slechter met hen gaat op seksueel gebied sinds het begin van de coronacrisis wordt stress als gevolg van de COVID-19 maatregelen vaak als reden genoemd. Mensen die weinig stress ervaren geven vaker aan dat het beter met hen gaat op seksueel gebied of dat de coronacrisis hier weinig invloed op heeft. Toch lijkt stress voor sommige mensen juist een reden om vaker seks te hebben, omdat seks ook troost, ontspanning of uitlaatklep kan bieden. In ons onderzoek gaven maar weinig mensen dit uit zichzelf aan, terwijl in een Britse studie werd gevonden dat 22% van de respondenten tijdens de *lockdown* seks gebruikte als coping mechanisme (Gillespie et al., 2020).

Hoewel in de open antwoorden kinderen regelmatig terugkomen als reden voor een minder florissant seksleven tijdens corona, vanwege de zorg die zij vragen of omdat er door meer mensen in huis minder privacy is, komt uit de analyses op de gesloten vragen niet naar voren dat mensen met en zonder kleine kinderen of pubers verschillend door de crisis heen komen. Sommige mensen geven aan dat het hebben van kinderen een belangrijkere factor is in hun seksleven dan corona, maar ook dat dit stabiel is. Met andere woorden, het hebben van kleine kinderen is een beperkende factor, maar niet meer beperkend tijdens de coronacrisis dan ervoor.

Dat er weinig factoren zijn die heel duidelijk samenhangen met seksueel verlangen of seksfrequentie

heeft er wellicht mee te maken dat dezelfde factoren voor sommige mensen positief en voor andere mensen negatief kunnen uitwerken. Zo noemen heel veel mensen de toename in fysieke nabijheid met de partner als belangrijke factor, maar geven sommigen aan dat ze hierdoor meer verlangen voelen en vaker seks hebben, terwijl dit voor anderen leidt tot minder seksuele aantrekkingskracht of ruzie en irritatie. Eerder gaven we ook aan dat stress voor sommigen een reden is voor minder seks en voor anderen voor meer seks.

Ook is een afname in verlangen of frequentie niet hetzelfde als een afname van de kwaliteit van het seksleven tijdens corona. Veel mensen geven aan dat het er maar van afhangt hoe je hier mee omgaat en dat ze veelal creatieve oplossingen bedenken om hier een voor beide partners bevredigende oplossing voor te vinden. Ten eerste maakt het uit of verlangen bij beide partners op dezelfde manier verandert, of dat er tijdens de coronacrisis juist een verschil in verlangen ontstaat, omdat zij beide op een andere manier met de coronacrisis omgaan. Maar ook als er een verschil in verlangen is ontstaan, geven veel mensen aan dat dit niet erg is of dat ze dit goed met hun partner hebben kunnen oplossen.

Dit onderzoek kent een aantal beperkingen. Ten eerste hebben we gebruik gemaakt van een gelegenheidssteekproef en kunnen de resultaten ervan dan ook niet gegeneraliseerd worden naar de Nederlandse bevolking. Het grootste deel van deze mensen heeft gereageerd op een oproep in het Algemeen Dagblad. Naast het feit dat dit al een specifieke groep is (lezers van het Algemeen Dagblad) werd de oproep ook voorafgegaan door een artikel over seksualiteit in Nederland. Het kan niet worden uitgesloten dat bepaalde mensen zich na het lezen van dit artikel meer geroepen voelden om mee te doen dan anderen of zelfs dat dit artikel hun antwoorden heeft beïnvloed. Sommige mensen refereerden in hun antwoord ook aan het artikel, door bijvoorbeeld aan te geven dat ze qua seksfrequentie boven het landelijk gemiddelde zaten. Ook hebben we geen inzicht in de sociaaleconomische situatie van deze mensen. Mogelijk hebben mensen die het meest onder druk staan niet aan het onderzoek deelgenomen, omdat ze andere prioriteiten hebben. Ook hebben we in onze vraagstelling 'seksleven' niet gedefinieerd, waardoor we niet altijd weten of mensen het over soloseks of partnerseks hebben. Daarnaast geeft dit onderzoek slechts inzicht in een korte periode van de coronacrisis, die inmiddels al bijna een jaar duurt. Los van het feit dat er binnen deze periode veel fluctuatie is in de impact van de coronacrisis op het dagelijks leven, weten we ook niet wat het doet met seksueel welzijn en gedrag als mensen veel langer in deze situatie moeten zitten. Op dit moment wordt er wereldwijd nog steeds data verzameld, geanalyseerd en gepubliceerd, soms ook op basis van longitudinale studies. We wachten met smart op de resultaten van deze studies,

die ons nog meer inzicht zullen geven in het effect van deze pandemie op seksualiteit en relaties.

Dankbetuiging

Wij danken onze collega's van het COST *European Sexual Medicine Network* (Peer Briken, Ana Carvalheira, Marie Chollier, Eva Elmerstieg, Charlotta Löfgren-Martenson, Jasmina Mehulić, Pedro Nobre, Katerina Klapičlová, Özlem Köse, Christophe Lançon, Leona Plášilová, Johanna Schroeder, en Aleksandar Stulhofer) voor de samenwerking bij het tot stand komen van deze studie.

Literatuur

- Brooks, S.K., Webster, R.K., Smith, L.E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G.J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *Lancet*, *395*, 912–20.
- Dewitte, M., Otten, C. & Walker, L. (2020). Making love in the time of corona - considering relationships in lockdown. *Nature Reviews Urology*, *17*, 547–553.
- Döring, N. (2020). How is the COVID-19 pandemic affecting our sexualities? An overview of the current media narratives and research hypotheses. *Archives of Sexual Behavior*, *49*, 2765–2778
- Fuchs, A., Matonóg, A., Pilarska, J., Sieradzka, P., Szul, M., Czuba, B., & Droszdol-Cop, A. (2020). The impact of COVID-19 on female sexual health. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *17*, 7152.
- Graaf, H. de (2020). Seksuele gezondheid in Nederland in corona tijd. Utrecht: Rutgers.
- Gillespie, S.M., Jones, A., Uzieblo, K., Garofalo, C., & Robinson, E. (2020). Coping using sex during the coronavirus disease 2019 (COVID-19) outbreak in the United Kingdom. *The Journal of Sexual Medicine*.
- Ibarra, F.P., Mehrad, M., Mauro, M.D., Godoy, M.F.P., Cruz, E.G., Nilforoush-zadeh, M.A., & Russo, G.I. (2020). Impact of the COVID-19 pandemic on the sexual behavior of the population. The vision of the east and the west. *International Brazilian Journal of Urology*, *46*, 104-112.
- Ko, N.-Y., Lu, W.-H., Chen, Y.-L., Li, D.-J., Chang, Y.-P., Wu, C.-F., Wang, P.-W., & Yen, C.-F. (2020). Changes in sex life among people in Taiwan during the COVID-19 Pandemic: The roles of risk perception, general anxiety, and demographic characteristics. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *17*, 5822.
- Landry, S., Chartogne M., & Landry, A. (2020). Les impacts du confinement lié au coronavirus sur la sexualité. *Sexologies*, *29*, 173-180.
- Lehmiller, J.J., Garcia, J.R., Gesselman, A.N. & Mark, K.P. (2020). Less sex, but more sexual diversity: Changes in sexual behavior during the COVID-19 Coronavirus pandemic. *Leisure Sciences*
- Li, G., Tang, D., Song, B., Wang, C., Qunshan, S., Xu, C., Geng, H., Wu, H., He, X., & Cao, Y. (2020). Impact of the COVID-19 pandemic on partner relationships and sexual and reproductive health: Cross-Sectional, Online Survey Study. *Journal of Medical Internet Research*, *22*, e20961.
- Lopes, G.P. Vale, F.B.C., Vieira, I. Da Silva Filho, A.L. Abuhid, C. & Geber, S. (2020). COVID-19 and sexuality: Reinventing intimacy. *Archives of Sexual Behavior*, *49*, 2735-2738.
- Luetke, M., Hensel, D., Herbenick, D., & Rosenberg, M. (2020). Romantic relationship conflict due to the COVID-19 pandemic and changes in intimate and sexual behaviors in a nationally representative sample of American adults. *Journal of Sex & Marital Therapy*, *46*, 747-762.
- Mollaioli, D., Sansone, A., Ciocca, G., Limoncin, E., Colonnello, E., Di Lorenzo, G., & Jannini, E.A. (2020). Benefits of sexual activity on psycho-

- logical, relational, and sexual health during the COVID-19 breakout. *The Journal of Sexual Medicine*.
- Panzeri, M., Ferrucci, R., Cozza, A., & Fontanesi, L. (2020). Changes in sexuality and quality of couple relationship during the COVID-19 lockdown. *Frontiers in Psychology, 11*, 565823.
- Pedrosa, A.L., Bitencourt, L., Fróes, A.C.F., Cazumbá, M.L.B., Campos, R.G.B. De Brito, S.B.C.S., & Simões e Silva, A.C. (2020). Emotional, behavioral, and psychological impact of the COVID-19 pandemic. *Frontiers in Psychology*.
- Pennanen-Iire, C., PreiraLourenço, M., Padoa, A., Ribeirinho, A., Samico, A., Gressler, M., Jatoi, N.-A., Mehrad, M., & Girard, A. (2020) Sexual health implications of COVID-19 pandemic. *Sexual Medicine Review*.
- Pfefferbaum, B., & North, C. S. (2020). Mental health and the Covid-19 pandemic. *New England Journal of Medicine*.
- Schiavi, M.C., Spina, V., Zullo, M.A., Colagiovanni, V., Luffarelli, P., Rago, R., & Palazzetti, P. (2020). Love in the time of COVID-19: Sexual function and quality of life analysis during the social distancing measures in a group of Italian reproductive-age women. *The Journal of Sexual Medicine, 17*, 1407e1413.
- Yuksel, B., & Ozgor, F. (2020), Effect of the COVID-19 pandemic on female sexual behavior. *International Journal of Gynecology and Obstetrics, 150*, 98-102.

Summary

“Corona brings us closer together”: The perceived impact of the corona crisis on the sex life of partnered people

Since March 2020, our country has been in the grip of the coronacrisis. In order to reduce the number of infections, several drastic measures were implemented from 15 March onwards, which suddenly changed the lives of many people. These changes may have an impact on sexual behavior and well-being. To investigate this, we used data from a Dutch sample (n=883) which are part of a European study on sexual behavior and well-being in times of corona. Open and closed questions were analyzed to determine whether cohabiting people generally experience an increase or decrease in sexual desire and activity during the first lockdown, and what factors are associated with this. For most people, the coronacrisis does not seem to affect their sex life, especially when it does not negatively affect their daily life or when the relationship is strong. The extent to which and how people experience the impact of the coronacrisis on their sex life depends on the impact the lockdown has on four dimensions of their daily lives (time and space, tension and stress, physical proximity and emotional proximity), but also on the way people cope with changes in these dimensions. For example, when people experience more time, less stress and more physical and emotional proximity with their partner, the lockdown can have a positive impact on their sex life. Possibly, the experiences of people for whom it has worked out positively can be a source of inspiration for others.

Keywords: COVID-19, partner relationship, sexual behavior, sexual well-being, sexual desire

Trefwoorden: COVID-19, partnerrelatie, seksueel gedrag, seksueel welzijn, seksueel verlangen