

Anderhalve meter: ook in de slaapkamer?





Inhoud

Samenvatting	4
Aanbevelingen	5
2. Onderzoeksopzet	6
2.1 Hoe pakten we het onderzoek aan?	6
2.2 Hoe vonden we deelnemers?	7
2.3 Hoe analyseerden we de interviews?	7
2.4. Beperkingen van onze aanpak	9
3. Uitkomsten van de interviews	10
3.1 Wat deden de maatregelen met het dagelijks leven van jongeren?	10
3.2 Liefdeslijn	15
3.2.1 Wat waren hoogte- en dieptepunten tijdens de coronaperiode?	16
3.2.3 Relaties	26
3.2.4 Seks	32
3.2.5 Seksuele grensoverschrijding	39
3.3 Wat deden jongeren online?	42
Datingapps	43
Sexting	44
3.4 Mentaal welzijn	46
3.5 Sociale steun	50
3.6 Informatiebehoefte, hulp en ondersteuning	54
3.7 Blik op de toekomst	59
4. Conclusies	64
Vervolg vragen voor toekomstig onderzoek	66
5. Referenties	67
6. Bijlagen	68

Samenvatting

De coronacrisis is sinds maart 2020 van grote invloed op de Nederlandse samenleving en dus ook op jongeren. Uit eerder onderzoek van Rutgers en Soa Aids Nederland weten we dat coronamaatregelen het liefdes- en seksleven van jongeren belemmerden: ze hadden veel minder dates en minder seks dan voor de coronacrisis. Dit onderzoek geeft een verdiepend inzicht in hoe jongeren deze veranderingen, en de gevolgen ervan, hebben ervaren.

In de zomer en in het najaar van 2021 interviewden onderzoekers via een online video verbinding 44 jongeren van 16-24 jaar. Jongeren vertelden in chronologische volgorde aan de hand van een tijdslijn over hun ervaringen met liefde, seks, (online) daten en flirten in de periode van de coronacrisis.

Een groot deel vond het vervelend dat de coronacrisis hun liefdes- en seksleven belemmerde. Er waren beperkte mogelijkheden om een nieuwe liefde te ontmoeten en jongeren waren voorzichtig met daten en seks door de kans op verspreiding van corona. Jongeren in een relatie vonden meer diepgang binnen de relatie, terwijl anderen juist te veel op elkaars lip zaten. De versoepelingen in de zomer van 2021 zorgden voor zowel hoogte- als dieptepunten. Jongeren konden weer uitgaan waardoor ze weer nieuwe mensen ontmoetten, meer gingen daten en leukere dingen met hun partner konden doen. Er kwamen nieuwe verleidingen en afleidingen, voor single jongeren en jongeren in relaties. Er ontstonden soms twijfels over de relatie als partners te dicht op elkaars lip hadden gezeten. In de toekomst willen veel jongeren een inhaalslag maken op liefdesgebied, anderen willen experimenteren met seks en sommigen willen hun relatie versterken. Met deze inzichten kunnen hulpverleners jongeren op het gebied van relaties en seks beter ondersteunen.

Summary

Since March 2020, the corona crisis has had a major impact on Dutch society and thus on young people. Previous research by Rutgers and STI AIDS Netherlands has shown that corona measures hindered young people's love and sex lives: they had fewer dates and less sex than before the corona crisis. This study provides a deeper understanding of how young people experienced these changes in their love and sex life, and how it impacted them.

In the summer and fall of 2021, 44 in-depth interviews were conducted among 16-24 year olds via an online video connection. Young people shared their experiences regarding love, sex, (online) dating and flirting during the corona crisis through a timeline.

The results revealed that many young people perceived the hindering of their love and sex life as a burden. There were limited opportunities to meet a new loved one and young people were cautious in regards to dating and sex due to the risk of a corona infection. Those in relationships found more depth within the relationship, while others were just too involved with each other. The summer of 2021 brought highs and lows for young people in terms of meeting new people and enjoying life. New temptations and distractions came up, for single as well as partnered young people. In the future, many young people want to catch up on their love life, experiment with sex, and some want to strengthen their relationships. Through these insights, the support of young people regarding relationships and sex can be further improved.



Aanbevelingen

Vijf aanbevelingen voor voorlichting, preventie en hulpverlening op basis van dit onderzoek:

1. Benader seksuele gezondheid en mentaal welbevinden in samenhang

De coronacrisis was niet alleen belemmerend voor het seksuele leven van jongeren, maar heeft ook geleid tot een slechtere mentale gezondheid. Volgens jongeren is er een sterke samenhang tussen deze twee elementen. Denk in gesprekken over liefde en seks ook aan mentale gezondheid, en omgekeerd.

2. Weeg het belang van persoonlijke ontmoetingen voor jongeren

Nieuwe mensen leren kennen en persoonlijk contact zijn cruciale basisbehoeftes voor jongeren. Als contactbeperkende maatregelen weer noodzakelijk worden, is het heel belangrijk om de behoeftes van jongeren aan menselijk contact mee te wegen. Online contact blijkt geen goede vervanging voor offline persoonlijk contact.

3. Bied meer informatie en advies over relaties via diverse kanalen

Jongeren hebben behoefte aan informatie en advies over relaties. Bijvoorbeeld over het omgaan met spanningen binnen de relatie, of over verschillende relatievormen. Jongeren noemen ervaringsverhalen, rolmodellen, peer educators, schoolvoorlichting, gesprekken met professionals, een aparte applicatie, websites, of relatietelefoon als ondersteuningsmogelijkheden.

4. Laat online en offline hulpverlening aansluiten op de behoeftes van jongeren

Bied zowel offline als online hulpverlening op het gebied van seksualiteit aan, die beide aansluiten op de ervaringen en wensen van jongeren. Door de coronacrisis moesten veel contacten online. Ook voor hulpverlening waarderen jongeren online als een laagdrempelige en efficiënte manier. Wel hangt het af van het type vraag of probleem. Voor de één is een online consult ideaal voor lichte klachten, terwijl het voor de ander juist prettig is om heftigere onderwerpen te bespreken. Andere jongeren geven de voorkeur aan offline hulp.

5. Ondersteun jongeren die een soa-thuistesten willen doen

Jongeren zijn positief over de mogelijkheid om zelf een soa-thuistest af te nemen. Maar ze twijfelen over de betrouwbaarheid van de test, ook omdat ze zelf de test moeten afnemen. Bied daarom heldere gebruiksinstructies en goede informatie aan over de betrouwbaarheid van de test. Stuur de test op in een discrete verpakking en houd rekening met hun behoefte aan privacy.

2. Onderzoeksofzet

De coronacrisis heeft sinds maart 2020 een grote invloed op de Nederlandse samenleving en op de leefwereld van jongeren. Uit voorgaande online vragenlijstonderzoeken van Rutgers en Soa Aids Nederland leerden we dat coronamaatregelen het liefdes- en seksleven van jongeren belemmerden.. Dit onderzoek geeft een verdiepend inzicht in hoe jongeren deze veranderingen en de gevolgen ervan hebben ervaren.

De gevolgen van de coronamaatregelen op hun liefdesleven. gevoelens rond flirten, (online) daten en seks, maar ook over hun eigen mentale gezondheid, de invloed van ouders en vrienden op hun gedrag en de behoefte aan professionele ondersteuning. Door de vier maanden tijd tussen de twee gesprekken kregen we een beeld van de ontwikkeling die jongeren doormaakten.



Liefdeslijn

Deelnemers tekenden in het eerste interview hun ‘liefdeslijn’. We vroegen jongeren naar hun liefdes- en seksleven tijdens de coronaperiode. Pieken staan voor positieve ervaringen en dalen voor negatieve ervaringen. Ook zetten de jongeren op de lijn wanneer ze een date, seks, relatiebegin of relatiebreuk hadden. De deelnemers stuurden een foto van hun tekening naar de interviewer. De interviewer deelde de foto op het scherm en besprak de liefdeslijn met de jongere. Bijlage 2 bevat twee voorbeelden van de liefdeslijn.

Onze methode is geïnspireerd op de veelgebruikte narratieve lifeline techniek^{2,3}. Hierin vraagt de onderzoeker de deelnemer een lijn te tekenen die belangrijke gebeurtenissen in de levensloop verbeeldt, met positieve of negatieve lading. Zo’n lifeline gebruiken heeft verschillende voordelen, juist bij interviews rond een gevoelig onderwerp zoals seksualiteit en relatie-ervaringen. Dit stelt deelnemers op hun gemak en geeft een overzicht van belangrijke gebeurtenissen en herinneringen.

2.1. Hoe pakten we het onderzoek aan?

Voor dit onderzoek spraken we jongeren op twee verschillende momenten. We interviewden jongeren in juni/ juli 2021 en in september/oktober 2021. Het eerste interview ging over de ervaringen van jongeren in de periode van maart 2020 tot en met moment van gesprek. In het tweede interview vroegen we jongeren over hun ervaringen in de (na-)zomer van 2021. In beide interviews stond de invloed van de coronamaatregelen op het liefdesleven van jongeren centraal. Bijlage 1 bevat de topiclijst die gebruikt is voor de semi-structureerde interviews. Deze onderwerpen komen voort uit de onderzoeksvragen en de resultaten van ons kwantitatieve onderzoek in 2020 en 2021. Vanwege de coronacrisis namen we de interviews online af. Vooraf ondertekenden en mailden de deelnemers een toestemmingsformulier. De interviews duurden elk maximaal één uur. De interviews zijn opgenomen en woord voor woord uitgetypt.

Periodes

Bij het bespreken van de liefdeslijn maakten we onderscheid tussen de ervaringen van jongeren tijdens strenge maatregelen zoals de lockdownperiodes en de avondklok en de versoepelingen in de zomers van 2020 en 2021. Hiervoor richtten we ons op de volgende periodes:

1e lockdown	Zomer 2020	2e lockdown	Avondklok	Zomer 2021
15 maart – 15 juni 2020	juni – september 2020	14 oktober – 24 januari 2021	Avondklok / 23 januari – 28 april 2021	juni – september 2021

2.2 Hoe vonden we deelnemers?

We plaatsten advertenties op sociale media als Instagram en Snapchat. We riepen jongeren op om zich aan te melden voor de twee interviews. Onder de eerste aanmeldingen waren te weinig praktisch opgeleide jongens. We gingen deze groep gericht werven door te adverteren onder jongens die wonen in een postcodegebied met meer praktisch opgeleiden). Verder zochten we via de netwerken van de onderzoekers en hun collega’s. Uit alle aanmeldingen selecteerden we kandidaten op basis van leeftijd, gender en opleidingsniveau. We vroegen jongeren om mee te doen aan beide interviews,

maar hielden rekening met uitval. Daarom selecteerden we meer deelnemers dan nodig. Tussen de twee rondes vielen slechts vier jongeren uit. De interviews van de eerste ronde met deze jongeren zijn wel meegenomen in de analyse. De deelnemers kregen na elk interview een digitale cadeaubon als bedankje. Om het interview goed te doorlopen, zowel op inhoud, als op tijd, concentratie en techniek, testten we de vragenlijst met drie deelnemers. Deze deelnemers vonden we via het netwerk van de onderzoekers. Omdat we de interviewvragen niet hoefden aan te passen, namen we deze gesprekken ook mee in het onderzoek.

2.3 Hoe analyseerden we de interviews?

Door de werving via sociale media hebben we een diverse groep jongeren uit heel Nederland bereikt. Door de tijdsinvestering van twee interviews van elk één uur hebben waarschijnlijk alleen hoog gemotiveerde jongeren meegewerkt, met affiniteit met het onderwerp seks en relaties. Jonge hoogopgeleide vrouwen meldden zich veel vaker aan dan praktisch opgeleide jongens en jongeren van kleur.

1. **Deductief coderen:** Opstellen van codeboom met hoofd- en subcodes op basis van de interviewvragenlijsten
2. **Inductief coderen:** Toekennen van codes aan delen van interviews met een bepaalde betekenis en toevoegen van nieuwe subcodes.
3. **Axiaal coderen:** Groeperen van codes in categorieën.
4. **Selectief coderen:** Verbanden leggen tussen categorieën.

We maakten gebruik van MaxQDA, een softwareprogramma voor kwalitatief onderzoek. Na het uitvoeren van stap 1, herhaalden we de stappen 2-3 meerdere keren. Na het coderen voerden we ook een intercoder reliability uit. Hiermee brachten we in kaart in hoeverre de codes van onderzoekers overeenkomen in één interview. De onderzoekers kwamen regelmatig bij elkaar om elk van hun codes toe te lichten, te schrappen of te herzien. De stap van axiaal coderen is in overleg tussen de onderzoekers uitgevoerd. Zo stelden we een codeboom samen.

tabel 1

Kenmerken van de deelnemers

	Jongen (n = 19)	Meisje (n = 22)	Non-binair (n = 3)
16-20 jaar	10	10	2
21-24 jaar	9	12	1
Opleidingsniveau*			
Theoretisch	13	12	3
Praktisch	6	10	-
Seksuele voorkeur			
Heteroseksueel	12	13	-
Homoseksueel	6	-	1
Lesbisch	-	1	-
Biseksueel	1	8	2
Etnische achtergrond**			
Westers17	18	3	37
Niet-westers	2	5	-
Provincie			
Flevoland	1	-	-
Friesland	-	1	-
Gelderland	2	3	-
Groningen	1	1	-
Limburg	1	-	-
Noord-Brabant	1	2	-
Noord-Holland	4	4	2
Utrecht 1	4	-	5
Zeeland 1	1	-	2
Zuid-Holland	5	6	1
Onbekend	2	-	-

Deze aantallen horen bij de eerste interviewronde.

*Opleidingsniveau is onderverdeeld in theoretisch (havo, vwo, hbo en wo) en praktisch (mbo, vmbo)

**Etnische achtergrond is volgens de CBS-indeling uit 2021 gecategoriseerd als: i) Westers: personen die zelf en waarvan de ouders afkomstig zijn uit landen in Europa (exclusief Turkije), Noord-Amerika en Oceanië, en Indonesië en Japan) en ii) Niet-westers: personen die zelf of waarvan één van de ouders afkomstig is uit landen in Afrika, Latijns-Amerika en Azië (exclusief Indonesië en Japan) of Turkije). In 2022 wordt deze indeling aangepast.

Wie deden mee aan het onderzoek?

Er deden 44 deelnemers mee, waarvan 19 jongens, 22 meiden en 3 non-binaire personen. Hiervan zijn er 28 theoretisch opgeleid en 16 praktisch opgeleid. De verdeling tussen de jongere leeftijdsgroep (16-20 jaar) en oudere leeftijdsgroep (21-24 jaar) was ongeveer even groot: 22 om 21 deelnemers. In Bijlage 3 staat per deelnemer hun leeftijd, opleidingsniveau en gender.

2.4. Beperkingen van onze aanpak

Bij deze aanpak horen beperkingen, die de uitkomsten mogelijk hebben beïnvloed:

Selectieve deelname van jongeren door wervingsmethode

Door de werving via sociale media hebben we een diverse groep jongeren uit heel Nederland bereikt. Door de tijdsinvestering van twee interviews van elk één uur hebben waarschijnlijk alleen hoog gemotiveerde jongeren meegewerkt, met affiniteit met het onderwerp seks en relaties. Jonge hoogopgeleide vrouwen meldden zich veel vaker aan dan praktisch opgeleide jongens en jongeren van kleur.

Scheve verdeling van tijdsperiodes per interview

We deelden de ervaringen van jongeren in met vooraf opgestelde periodes. In het eerste interview stonden vier periodes centraal, namelijk de twee lockdowns, periode van de avondklok en de zomer van 2020. In het tweede interview bespraken we vooral de zomer van 2021. Door de afwisseling van periodes en de tijd die er overheen ging, konden jongeren in het eerste interview zich niet altijd precies herinneren wanneer en hoe een bepaalde gebeurtenis plaatsvond.

Uitval van deelnemers

Ondanks dat de meesten wel meededen aan beide interviews, is er een kleine groep jongeren na het eerste interview uitgevallen. De uitval betreft vooral praktische opgeleide jongens die al ondervertegenwoordigd waren in de eerste interviewronde. Hierdoor missen we in de analyses de ervaringen van deze jongeren in de zomer van 2022. Ervaringen uit het eerste interview namen we wel mee in de analyses.

Uitspraken in algemene zin

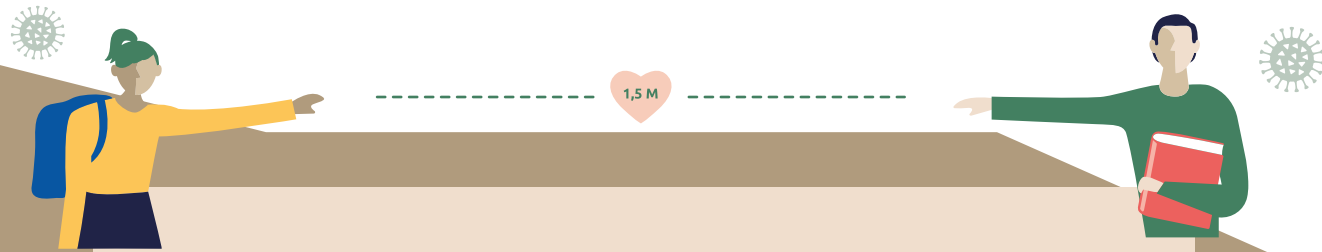
Door de gerichte werving via sociale media, de kwalitatieve onderzoeksmethode en het aantal deelnemers in dit onderzoek kunnen de verhoudingen in de populatie jongeren in Nederland anders liggen. We bespreken daarom de uitkomsten voor groepen jongeren in algemene zin en plaatsen geen percentages of aantallen, hoe vaak bepaalde situaties of ervaringen voorkomen.

3. Uitkomsten van de interviews

De uitkomsten uit de interviews met 44 jongeren vatten we per thema samen. Deze lichten we steeds toe met citaten uit de beide interviewrondes.

3.1 Wat deden de maatregelen met het dagelijks leven van jongeren?

We beschrijven hoe de coronamaatregelen het dagelijks leven en de vrijheid van jongeren beïnvloedden. Daarna gaan we in op de meest ingrijpende maatregelen en ook welke positieve gevolgen de regels hadden. Ook wilden we weten of de jongeren de RIVM-adviezen kenden, wat ze ervan vonden en wat ze ermee deden.



Welke dagelijkse dingen vielen stil / verdwenen?

- Jongeren hadden veel last van het wegvallen van de dagelijkse dingen door corona, met name op het gebied van studie, werk en sociale activiteiten.
- Als gevolg hiervan voelden jongeren zich geïsoleerd en dat hun vrijheid werd afgepakt.

Voor- en nadelen van maatregelen

- De meest ingrijpende maatregelen waren de invoering van de avondklok, het online onderwijs en het samenscholingsverbod.
- Een kleine groep jongeren ondervond ook positieve gevolgen van de maatregelen, bijvoorbeeld dat ze meer tot rust, bewustwording en persoonlijke reflectie kwamen.

Opvolging van maatregelen

- De meeste jongeren hielden zich aan de regels. Slechts een klein deel nam de maatregelen niet serieus, bijvoorbeeld door alsnog te feesten.
- Anderen gingen eerst voorzichtig om met de maatregelen, maar daarna losjes omdat ze het niet meer volhielden vanwege onder andere hun mentale gezondheid, of omdat ze gevaccineerd waren.

RIVM-advies over seks en corona

- Ongeveer de helft van de jongeren kende het advies van het RIVM over seks. De andere helft wist er niet van, had het verkeerd onthouden, of kon het zich niet herinneren.
- Anderen gingen eerst voorzichtig om met de maatregelen, maar daarna losjes omdat ze het niet meer volhielden vanwege onder andere hun mentale gezondheid, of omdat ze gevaccineerd waren.

Wat veranderde er in het dagelijks leven?

i) **Studie:** Voor de meeste jongeren waren het de lessen op school die in eerste instantie stopten en online gebeurden. Veel van hen vonden dit ‘vervelend’ of ‘warrig’. Ze konden minder goed leren vanuit huis, omdat ze eerder afgeleid werden. Een aantal jongeren noemde het thuiszitten een dieptepunt. Zie hoofdstuk 3.2.1 voor de dieptepunten in de coronaperiode.

“Ik heb wel gemerkt dat bijvoorbeeld school werd drama op een gegeven moment. Want je leert natuurlijk niet goed meer vanuit thuis”

(Bo, 16, non-binair)

ii) **Werk:** Veel jongeren verloren door de coronacrisis hun (bij)baan, of konden tijdelijk niet meer werken. Een aantal jongeren in de horeca, gaf aan ‘opeens geen baan meer te hebben’. Dit leidde niet alleen tot geldproblemen, maar ook tot meer stress, zoals bij Lucas:

“Ja toen ging alles weer dicht en ja toen kwam er wel echt veel meer stress met geld... Dus dat was wel even extra lastig, omdat ja rond die tijd was ik alleen maar bezig met oké ga ik het redden, ga ik het redden, ga ik het redden”

(Lucas, 21, jongen)

iii) **Sociale activiteiten:** Ook het sociale leven viel stil, vooral in de periode van de avondklok. Zo konden jongeren niet meer naar feestjes, of met vrienden afspreken in het weekend. Ze misten dit niet alleen, maar het verslechterde ook hun mentale gezondheid. Zo vertelde Simon die zich somber voelde:



Simon, 20, non-binair

iv) **Sport/Hobby:** Veel jongeren konden hun sport en/of hobby niet meer uitoefenen, door de sluiting van sportscholen of bijvoorbeeld het stoppen van dansles. Ze vonden dit niet alleen lastig, maar het verstoorde ook hun dagelijkse structuur:

“Dat [red. Sporten], gaf me nog een beetje structuur aan de dag, zeg maar... dan keek ik terug op de week, en dacht ik van, o ik heb in ieder geval, ik ben nog naar de sportschool geweest, maar dat kon dus, kon niet meer”

(Lars, 20, jongen)

Vrijheid ontnomen?

De meerderheid van de jongeren had moeite met van de maatregelen. Zo gaven jongeren aan dat ze zich geïsoleerd voelden en omschreven ze de coronaperiode als ‘saai’. Voor veel jongeren voelde deze periode als een vrijheidsbeperking, door het wegvallen van dagelijkse activiteiten en een beperkter sociaal leven.

“Het was gewoon een extra stresselement nog voor mij,
dat ik niet naar buiten kon...het gaf me nog minder gevoel van vrijheid”

(Ron, 23, jongen)

Een hele kleine groep gaf aan weinig last van de maatregelen te hebben, omdat ze uitgaan toch al niks vonden. Zij misten het uitgaansleven niet en vermaakten zich thuis goed, door bijvoorbeeld films te kijken of spelletjesavonden te organiseren.

Welke maatregelen waren het meest ingrijpend?

Zoals hierboven omschreven, ondervonden de meeste jongeren last van de maatregelen en pakte het slecht voor ze uit. Hieronder een overzicht van de meest ingrijpende maatregelen op jongeren:

i) **Avondklok:** Jongeren vonden de avondklok veruit als één van de meest ingrijpende maatregelen. Hun dagelijks leven zag er anders uit: er moest opeens veel meer gepland worden en alles moest gehaast om weer op tijd ergens binnen te zijn. Bovendien besteedden jongeren ook veel minder tijd met elkaar, door de beperkte mogelijkheden aan activiteiten:



ii) **Online onderwijs:** de overstap naar online lessen was voor veel jongeren ook zwaar. Jongeren konden zich thuis minder goed concentreren, wat ten koste ging van de kwaliteit van de lessen. Ook het sociale aspect woog mee, namelijk: nieuwe klasgenoten leerden elkaar minder persoonlijk kennen. Toen jongeren op een gegeven moment weer naar school konden, voelde het ‘eng’ en ‘onwennig’.

“Dus er was ook heel veel frustratie binnen de groepsopdrachten, want ja, je hebt ook niet het gevoel van “we doen dit samen”, je ziet elkaar niet. Je hebt geen loyaliteitsgevoel als je nog nooit een goed gesprek met iemand hebt gehad.

En, dus ik vond het wel echt een rot jaar wat dat betreft”

(Vera, 21, meisje).

iii) **Samenscholingsverbod:** ook het verbod om met meerdere personen samen te zijn, zorgde voor veel frustratie. Zo waren er jongeren die in angst of paniek leefden, omdat ze bang waren een boete te krijgen. Anderen, zoals Elif, vonden het jammer dat ze niet meer met vrienden af konden spreken:

“Vond het wel jammer dat, als het lekker weer was, dat ik dan niet in het park kon zitten met meerdere vrienden. Dus dat, ja, het was echt heel jammer, ja”

(Elif, 21, meisje)

Zagen jongeren ook voordelen?

Slechts een kleine groep jongeren ervoer positieve gevolgen van de maatregelen. Het wegvallen van activiteiten gaf namelijk meer tijd voor rust, bewustwording en persoonlijke reflectie. Hierdoor ontstond er ruimte om zichzelf beter te leren kennen, te reflecteren op fouten en je bewust te zijn van privileges, zoals Sterre:

“Ik denk wel dat ik door corona, door de maatregelen, wel iets meer ben stil gaan staan bij wat ik heb. Dus ik ben iets dankbaarder geworden voor hoeveel privileges ik eigenlijk heb”

(Sterre, 23, meisje)

Verder noemden jongeren ook sociale voordelen, bijvoorbeeld het ontstaan van (nieuwe) vriendengroepen online, of hechtere banden met huisgenoten door meer tijdsbesteding thuis. Tot slot noemden ze thuis kunnen werken of het besparen van reistijd als praktische voordelen. En thuishobby's zoals muziek maken, schilderen en film kijken werden genoemd als voordeel.

Volgden jongeren de maatregelen op?

De grootste groep jongeren volgden de maatregelen grotendeels op. Ze deden dit vaak uit bezorgdheid om een kwetsbare naaste, bijvoorbeeld een familielid met onderliggende aandoening(en):

“Mijn moeder is ex-kankerpatiënt. Dus die is gewoon kwetsbaar en ik woonde nog thuis. Dus als ik dan met een meisje ging afspreken dan moest het wel anderhalve meter, hè”

(Ron, 23, jongen)

Slechts een klein deel ging losjes om met de maatregelen, door bijvoorbeeld naar feestjes te gaan en het samenscholingsverbod te negeren. In dit onderzoek is er ook een relatief grote groep jongeren die zich eerst streng hield aan de maatregelen en daarna minder streng. De belangrijkste reden die ze hiervoor noemden, is hun mentale gezondheid:



Voor anderen duurde het allemaal veel te lang en wilden ze elkaar weer zien na een periode van stilte. Een grote groep jongeren hield zich minder aan de enkele maatregelen (zoals afstand houden en maximale groepsgrootte), nadat ze gevaccineerd waren.

RIVM-advies over seks

Het RIVM kwam in mei 2020 met adviezen over corona en seks. De aanbeveling was om alleen seks te hebben als je allebei klachtenvrij bent en zoveel mogelijk met dezelfde partner. We vroegen jongeren of ze het RIVM-advies kenden, wat het volgens hen was en naar hun mening hierover.

Ongeveer de helft van de jongeren was wel bekend met dit advies. De andere helft was er (volledig) mee onbekend, of had het verkeerd onthouden maar herkende het advies wel. Jongeren vonden het over het algemeen een slimme en logische aanpak om de verspreiding van corona tegen te gaan:

“Het moedigt toch wel aan om niet snel aan een onenightstand of iets dergelijks te beginnen”

(Anouk, 21, meisje).

Voor anderen gaf het erkenning dat het RIVM nadacht over het belang van seks. Tot slot was er een relatief grote groep jongeren die het advies grappig of onzinnig vond en twijfelden of mensen zich daadwerkelijk aan het advies hielden:

“Het raakte mij hoe bezorgd wetenschappers waren over de seksuele ontwikkeling van jongeren”

(Ron, 23, jongen)



3.2. Liefdeslijn

Door de liefdeslijn kregen we meer inzicht in de hoogte- en dieptepunten van het liefdes- en seksleven van jongeren. We vroegen met wie ze romantisch en seksueel contact hadden, hoe ze die hadden ervaren en hoe coronamaatregelen die ervaringen beïnvloedden. We vroegen de jongeren hoe de coronamaatregelen hun liefdes- en seksleven beïnvloedden en in welke mate. Een derde van de jongeren zei ‘veel invloed’, een derde gaf aan ‘een beetje’ en een derde ‘weinig invloed’.

Veel invloed:

Jongeren in deze groep beschreven onder meer dat relaties verslechterden en dat ze weinig tot geen mogelijkheden hadden om nieuwe liefdes of dates te leren kennen. Ze ervoeren de geldende beperkingen als ingrijpender dan jongeren in de andere twee groepen.

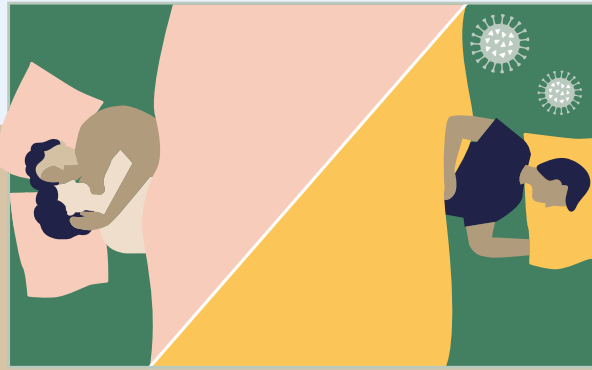
Beetje invloed:

Jongeren in deze groep gaven meerdere redenen. Een aantal vond de eerste lockdown lastig, maar vond daarna beter hun weg met de geldende maatregelen. Anderen spraken over het gemis aan leuke afspraakjes, een eentonigheid die in de relatie sloep of het gebrek aan experimenteren. Jongeren in deze groep hadden ook positieve ervaringen in hun liefdesleven, waardoor ze de invloed minder hevig vonden.

Weinig invloed:

Het ervaren van weinig tot geen invloed had onder meer te maken met de mate waarin deze jongeren zich aan de maatregelen hielden. Ze gingen er vaker losjes mee om, zo spraken sommigen van ‘gewoon doorgaan met mijn leven’. Ze spraken nog regelmatig met anderen af en hielden zich minder aan het samenscholingsverbod of de anderhalve meter.

3.2.1 Wat waren hoogte- en dieptepunten tijdens de coronaperiode?



Hoogtepunten

- Tijdens de versoepelingen in de zomer van 2021 beleefden jongeren de meeste hoogtepunten op het gebied van liefde en seks.
- Een opleving in het liefdes- en seksleven hing samen met de versoepelingen, vooral met het heropenen van de horeca en uitgaansgelegenheden.
- Jongeren in een relatie kregen een hechtere band doordat ze meer tijd voor elkaar hadden, doordat andere activiteiten wegvielen. Het samen weer dingen kunnen doen, deed hun relatie ook goed.

Dieptepunten

- Een aanzienlijk deel van jongeren verbrak een relatie toen de coronacrisis begon. Dit had te maken met een lange afstand tussen beiden, vreemdgaan van de partner, leeftijdsverschil of het elkaar weinig kunnen zien. Er waren ook relatieproblemen doordat jongeren hun partner weinig zagen of juist te veel op elkaars lip zaten.
- De meeste relatieperikelen werden ervaren tijdens de versoepelingen in de zomer van 2021.
- Een stiller date- en/of seksleven kwam volgens jongeren doordat ze het rustiger aan wilden doen, door drukte met werk of studie. Ze hadden het niet zoveel over de directe invloed van de maatregelen.

Wat waren de hoogtepunten?

Hoogtepunten in de liefdeslijnen hadden te maken met bijvoorbeeld positieve ervaringen met een relatiepartner, date, flirt of een sekspartner. Jongeren noemden het thema relatie het vaakst een hoogtepunt.

Ongeveer de helft van de jongeren kreeg sinds de start van de coronacrisis een nieuwe relatie. Voor jongeren binnen een relatie had het hoogtepunt te maken met elkaar vaker kunnen zien en het hechter worden van de relatie. Door het wegvallen van andere activiteiten, zoals sport of hobby, bleef er meer tijd over voor elkaar. Paragraaf 3.2.2 gaat uitgebreider in op relaties.



“Het hoogtepunt van de zomer... ja wel nu, nu dat ik een vriendinnetje heb”

(Frank, 17, jongen)

“In december heb je de feestdagen, dus ook vakantie waarin je elkaar dus weer meer kan zien. En ik merk hoe meer we elkaar zien, hoe beter dat is voor onze relatie”

(Ilse, 21, meisje)

Een deel van de jongeren vond het daten een hoogtepunt. Ze beschrijven dat ze spontaan iemand ontmoetten of eindelijk weer gingen daten na een relatiebreuk. Voor velen kwam het dateleven kwam weer op gang toen er meer kon in de zomer van 2021:

“Ja, veel verschillende contacten. Veel feestjes ook waar je dan ook weer nieuwe mensen ontmoet.”

(Milan, 20, jongen)



Hoogtepunten door versoepelingen

De meeste hoogtepunten vonden plaats ten tijde van de versoepelingen in de zomer van 2021, toen de horeca weer opende en jongeren weer mochten uitgaan. Hierdoor konden ze weer nieuwe mensen leren kennen, wat ook meer mogelijkheden gaf tot nieuwe contacten, leuke dates en seks. Door het weer ontmoeten van andere mensen, kreeg de een meer zelfvertrouwen, terwijl de ander die in een relatie zat juist voor nieuwe verleidingen kwam te staan. Dit laatste kon leiden tot spanningen in de relatie.

Jongeren in een relatie konden weer leuke dingen doen, zoals samen op vakantie gaan. Dit had een positief effect op hun relatie en daarmee ook op hun mentale welzijn (zie hoofdstuk 3.4). Ook singles merkten de voordelen van de versoepelingen op hun seks- en dateleven. Ze gingen vaker op date en hadden vaker seks (zie hoofdstuk 3.2.2 en 3.2.4).

“Sinds dat het weer kon, dan leer je weer nieuwe meisjes kennen en daar ben ik wel, ja, bewust mee gaan flirten, zeg maar.”

(Lars, 20, jongen)

“Ja, ik denk dat, na zo’n dag [samen op pad, red.], dat je elkaar leuker vindt dan dat je de hele dag in de bank naast elkaar zit, denk ik.”

(Zoë, 19, meisje)

Een handjevol jongeren wist geen hoogtepunt. Zij gaven aan dat hun liefdesleven ‘gewoon steady’ was gebleven.

Wat waren de dieptepunten?

Jongeren omschreven naast hoogtepunten ook dieptepunten in hun liefdeslijnen, waarin het thema relatie een uit-schieter was. Voor een groot deel van de jongeren had een dieptepunt te maken met relatieperikelen en –problemen, zoals een relatiebreuk.

Dieptepunten in relaties

Een aanzienlijk deel van de jongeren verbrak een relatie tijdens of aan het begin van de coronacrisis. Dit had bijvoorbeeld te maken met een lange afstand tussen de partners, vreemdgaan van de partner of leeftijdsverschil. Een veelgenoemde reden is het minder kunnen zien van de partner, bijvoorbeeld door reisbeperkingen. Ook angst en voorzichtigheid met corona speelden een rol:

“Nou, toen wisten we nog niet precies wat corona was. [...] Dus ja, het was meer een beetje angst uit niet weten wat, dus voor de zekerheid dat we dan even afstand namen. En ja, natuurlijk wel gewoon via bellen en appen en zo. Maar. elkaar echt zien duurde wel echt dik een maand bijna dat we elkaar echt zagen”

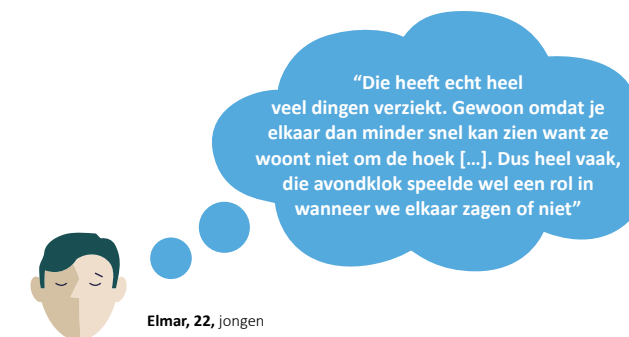
(Rafael, 19, jongen)

Vooralsnog brachten veel jongeren in dit onderzoek hun relatiebreuk niet direct in verband met de coronamaatregelen, alhoewel er daar soms twijfels over waren. Zoals in het geval van Ron:

“Dat je ook wel denkt van “goh, hoe zou het zijn geweest als corona er niet was? Was het dan wel gelukt?”, weet je wel.”

(Ron, 23, jongen)

Als het gaat om relatieperikelen, dan noemen jongeren naast het feit dat ze elkaar minder zagen, ook het ‘te veel op elkaars lip’ zitten als aanleiding voor spanningen. Spanningen in een relatie worden vaker een gevolg van de maatregelen genoemd dan een daadwerkelijke relatiebreuk. Zo waren jongeren met name in de eerste lockdown voorzichtig en beperkt in het afspreken met anderen, inclusief de eigen partner. Voor bijvoorbeeld Elmar had de avondklok een negatieve impact op zijn relatie:



Het valt op dat ook veel relatieperikelen als dieptepunt genoemd werden in de zomer van 2021. Zo gingen sommige partners meermaals of voor lange tijd alleen op vakantie, waardoor de jongeren in een relatie elkaar in die periode weinig zagen.

Invloed van versoepelingen

De meeste relatieperikelen lijken echter voor te komen in de periode na de zomer, als de jongeren weer druk zijn met werk en studie. Soms kwamen die door studiestress, twijfels over de relatie of lichamelijke problemen. Ook noemden een paar jongeren als reden dat één of beiden niet lekker in zijn/haar/hun vel zat. De directe invloed van coronamaatregelen zagen jongeren niet altijd duidelijk. Wel ontstonden er binnen relaties ruzie of discussies over de naleving van de maatregelen (zie paragraaf 3.2.2).

“Ja, ik denk dat ik veel moest werken, natuurlijk, veel tijd daarmee bezig was. Voor de rest, ja, alweer gewoon druk bezig met school en werk en dat soort dingen.”

(Alyssa, 21, meisje)

“Ik denk tijdens de herkansingsperiode, als in: dat we een herkansing moesten maken. Dat was echt... toen waren we allebei heel erg gestrest. Uiteindelijk eindig ik dan met niets doen, en een beetje op de bank hangen. En dan wordt mijn vriendin daar weer gestrest van. Ja, dan het beste even niet in dezelfde kamer zitten.”

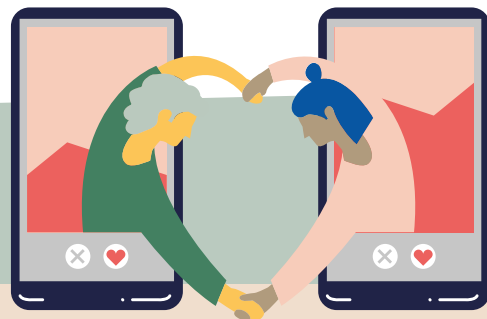
(Ruben, 19, jongen)

Dieptepunten in date- en seksleven

Niet kunnen daten, was voor een deel van de jongeren een dieptepunt. Een kleinere groep zei dat het ontbreken van een seksleven een dieptepunt was. Sommige jongeren wijten dit aan de coronamaatregelen. Maar als het gaat om het stilvallen van het liefdesleven, dan worden andere punten genoemd: behoefte aan rust, het verwerken van een verbroken relatie of focus op werk of studie. In de volgende paragraaf gaan we dieper in op het daten. In paragraaf 3.2.1 wordt dieper ingegaan op het dateleven van de jongeren uit dit onderzoek.

3.2.2 Daten

De meeste jongeren in het onderzoek gingen daten tijdens de coronacrisis. Ze vertelden hoe ze hun dates ontmoetten, welke belemmeringen er waren door de coronamaatregelen en hoe ze daarmee omgingen. Voor veel jongeren nam het daten af tijdens periodes van lockdown en de avondklok. Ze zagen een opleving in het daten tijdens de versoepelingen, met name in de zomer van 2021. Een enkeling bleef ook tijdens de lockdown daten. Vaak waren dit jongeren die hun dates online vonden, en ook al vóór de coronacrisis actief waren in het online daten.



Minder afspraakjes door lockdown en avondklok

- Tijdens de lockdowns en de avondklok hadden jongeren minder dates en tijdens versoepelingen in de zomer juist meer. Sommigen wachtten op versoepelingen om weer te beginnen met daten. Tijdens versoepelingen merkten jongeren dat anderen ook behoefte hadden aan contact en intimiteit, wat het daten makkelijker maakte.
- Met name jongeren die hun dates vroeger ook al online ontmoetten, bleven tijdens de coronacrisis daten.
- Door de beperkingen vielen veel activiteiten voor het daten weg. Als jongeren gingen daten tijdens de coronacrisis, dan gingen ze vaak wandelen of ze spraken thuis af.

Daten werd intensiever en persoonlijker

- Jongeren benoemen dat het daten intensief en persoonlijk was tijdens de coronacrisis. Zo spraken ze vaker af met dezelfde persoon en vonden de dates al snel thuis plaats.

Ontmoeten van dates

- Jongeren vonden het door de coronamaatregelen moeilijk om iemand te ontmoeten en daardoor viel het dateleven bij sommigen (tijdelijk) stil.
- Jongeren ontmoetten hun date vooral online of 'via-via' en minder via het uitgaan.

Behoeftes in het daten

- De meeste jongeren hadden vooral behoefte aan intimiteit en commitment in het daten en waren op zoek naar een persoonlijke connectie. Behoeftes aan seks stond niet altijd op de voorgrond.

Is corona een gespreksthema in het daten?

Bij veel jongeren was corona een gespreksonderwerp bij het daten. Eerst gingen die gesprekken over het naleven van de maatregelen. In de zomer van 2021 ging het steeds vaker over vaccinatie. Sommige jongeren vonden het fijn te weten of hun date gevaccineerd is. Maar niet iedereen, want het 'is toch een eigen keuze'. Of omdat ze zelf geprikt zijn. Andere jongeren hadden het over 'vertrouwen' en 'verantwoordelijkheid nemen'. Hiermee bedoelden ze: niet afspreken als je ziek bent en/of testen bij klachten en erop vertrouwen dat anderen hetzelfde doen. Binnen relaties hadden jongeren het ook vaak over het volgen van de regels en vaccineren (zie paragraaf 3.2.3).

“Ik denk dat dat ook wel een gesprek moet zijn als je aan het daten bent tegenwoordig. Wat normaal eigenlijk niet was.”

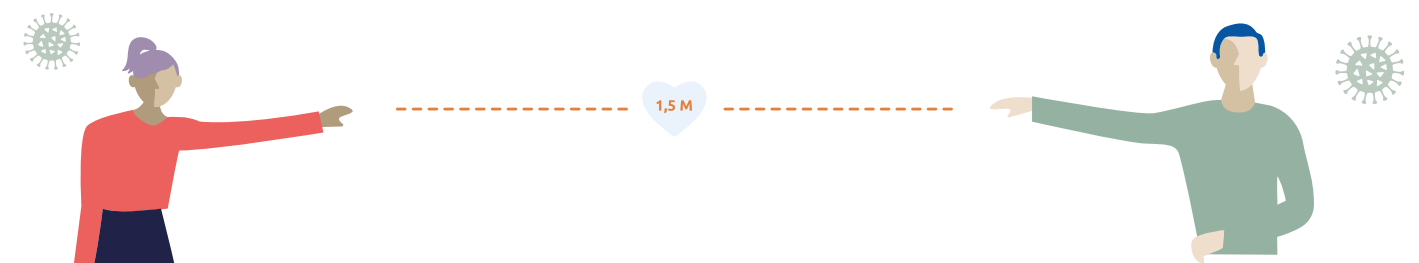
(Tamara, 20, meisje)

“Nou, je weet van elkaar wel of jij gevaccineerd bent of niet. Ja, dat vond ik wel fijn. Ja. Zeker ook met mijn werk, ja.”

(Sarah, 22, meisje)

“Ik vind het gewoon heel raar om te vragen: ‘oh, maar geen klachten? Ben je niet ziek, of zo?’ Want tenminste, als je ziek bent, dan ga je niet met andere mensen naar bed.”

(Lucas, 21, jongen).



Wat stond daten in de weg?

De meeste jongeren die voor corona een actief dateleven hadden, liepen door de maatregelen tegen van alles aan. Zo was er bijna niks meer te doen en voor velen was het lastiger om iemand te ontmoeten. Waar jongeren vóór de coronacrisis vaak ergens een drankje deden met hun date, werd het nu een wandeling of spraken ze thuis af.

Voor sommigen werd de ‘wandeldate’ een begrip:

“De Lawa, lange wandeling en de Kowa,
de korte wandeling.”

(Jill, 19, meisje)



Als jongeren thuis afspraken met hun date, dan gingen ze vooral een film kijken. Een klein groepje probeerde leuke activiteiten of spelletjes te verzinnen, zoals samen schilderen of de ander gitaar leren spelen. Niet iedereen vond dat thuis afspreken fijn. Sommigen vertelden dat ze dan misschien verkeerde verwachtingen zouden scheppen. Een enkeling vond daten in de huiskamer juist wel ‘intiem’.

“Het was qua afspreken wel lastiger. Want je wilde zeg maar ook niet buiten afspreken. Omdat iedereen dat dan kan zien. Maar je wilde ook niet zozeer thuis afspreken. Want dan werd het al snel gezien als te serieus en alles.”

(Myrthe, 17, meisje)

Jongeren maken bij het daten coronaspecifieke afwegingen. Wel of geen 1,5 meter aanhouden, wel of niet wachten met zoenen of seks en twijfels of de ander wel of niet voorzichtig is. Het lijkt erop dat veel jongeren losjes omgingen met de 1,5 meter, maar dat de andere twee afwegingen wel degelijk speelden. Niet weten of de date zich aan de maatregelen hield, leidde er soms toe dat jongeren minder snel gingen afspreken en terughoudender waren met zoenen of seks:

“Door corona had ik dat wel een beetje dat ik dacht van: oké ik ken deze persoon verder helemaal niet. Voor hetzelfde geld gaat hij naar allerlei illegale feestjes waar heel veel mensen rondlopen die corona zouden kunnen hebben. Dus wat dat betreft, dat was wel voor het eerst dat ik zoiets had van: oké, ik ga nu misschien maar niet meteen met iemand zoenen en meer”

(Daan, 21, jongen)

Als jongeren een andere naleving hanteerden dan hun date, kon dit leiden tot discussie of tot het stoppen met daten.

“En zij wilde toen op een gegeven moment wel afspreken. Maar toen dacht ik ja, oké, maar wel buiten en ik wil wel een beetje afstand van je houden. Nou, en dat respecteerte zij niet echt. Dus toen op een gegeven moment is dat een beetje daarom voorbijgegaan.”

(Sander, 24, jongen)

Avondklok als belemmering

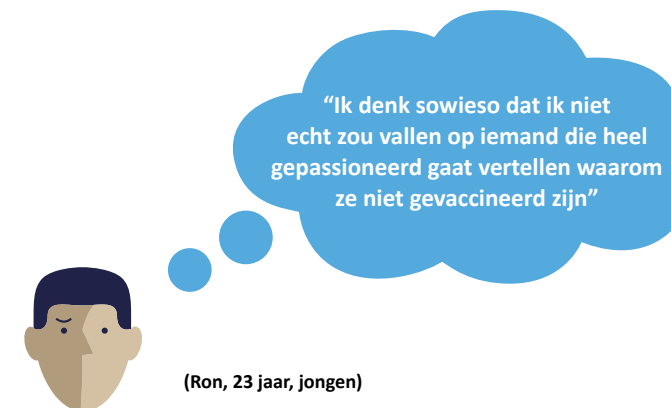
Een andere hevige beperking in het daten die jongeren vaak noemen, is de avondklok. Het maakte afspreken lastiger, omdat veel jongeren het liefst 's avonds afspreken. Soms werd het afspreken zelfs onmogelijk vanwege de lange reisafstand. Sommige jongeren legden tijdens de avondklok het daten dan ook tijdelijk stil en wachtten op versoepelingen.

“Dat ik dan niet iets wil hebben van: oké dan ben ik een soort van verplicht om te blijven slapen want ik mag na 21.00 of later na 22.00 uur de deur niet meer uit. [...] oké dan ga ik wachten tot de avondklok voorbij is en de horeca weer opengaat en dan vond ik dat wel een ja een vrij geschikt moment om Tinder weer te downloaden en weer op date te gaan. ”

(Daan, 21, jongen)

Coronapas als belemmering

Een andere belemmering in het daten is de coronapas. Vooral jongeren zonder vaccinatie hadden hier last van. Voor hen verdween de spontaniteit uit het daten. Meningsverschillen over de coronapas of over wel of niet vaccineren, was voor een aantal jongeren wel een ‘afknapper’. Sommigen gingen wel de discussie met hun date aan, maar andere vermeden deze gesprekken liever.



(Ron, 23 jaar, jongen)

“Elke keer als ik ergens heen ga, moet ik wel testen. Het wordt niet meer zo spontaan. Je moet het allemaal een beetje plannen. Dat is een heel groot deel, denk ik.”

(Daan, 21, jongen)

Invloed van versoepelingen

Door de maatregelen vielen veel vrijetijdsactiviteiten van de jongeren weg, waardoor jongeren meer tijd hadden voor het daten. De date vond al snel thuis plaats en afspraakjes met dezelfde persoon volgden elkaar snel op. Jongeren vertelden dat ze het positief vonden dat het daten daardoor persoonlijker en intensiever werd. Ze benoemden dat je elkaar snel leert kennen en op een diepere manier. Ook leidde het soms sneller tot seks:

“Ook als je elkaar bijvoorbeeld op Tinder, dat is meestal echt gewoon binnen een paar dagen al. En normaal was echt van, ja, we tinderen voor drie weken en dan kijken we wel even [...], maar nu is het echt heel snel een paar keer van, match op maandag en we zien elkaar woensdag”

(Elmar, 22, jongen)

Niet iedereen merkte een ervaring in het dateleven door de versoepelingen. Soms hadden ze zelf een rustperiode genomen omdat er net een relatie of ander romantisch contact was verbroken. In een enkel geval kon de jongere er geen duidelijke reden voor geven.

Kwaliteit van het daten

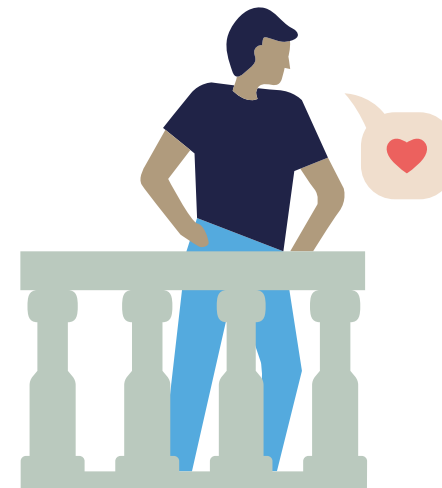
Door de maatregelen vielen veel vrijetijdsactiviteiten van de jongeren weg, waardoor jongeren meer tijd hadden voor het daten. De date vond al snel thuis plaats en afspraakjes met dezelfde persoon volgden elkaar snel op. Jongeren vertelden dat ze het positief vonden dat het daten daardoor persoonlijker en intensiever werd. Ze benoemden dat je elkaar snel leert kennen en op een diepere manier. Ook leidde het soms sneller tot seks:



De jongeren die minder positief waren over hun dates, omschreven vooral spanningen en onzekerheden tijdens het daten. Deze redenen waren overigens niet meteen gelinkt aan corona. Er was slechts één deelnemer die aangaf dat zij minder snel een vertrouwensband met een date kon opbouwen, omdat er veel minder geknuffeld werd.

Hoe ontmoetten jongeren hun date?

We hoorden vaak dat jongeren het lastig vonden om nieuwe mensen te leren kennen en bijvoorbeeld een potentiële date te ontmoeten. Toch lukte het veel jongeren, voornamelijk online en ‘via-via’. In het laatste geval waren het contacten via hun vriendenkring, iemand van vroeger of een huisgenoot. Ook tijdens feestjes bij vrienden thuis en in mindere mate tijdens het uitgaan in de zomers in een bar of café ontmoetten jongeren hun date. Andere manieren om een date te ontmoeten, waren via hun opleiding of vereniging, via werk en op vakantie. In paragraaf 3.3 gaan we dieper in op het online daten.



Wat willen jongeren in het daten?

Jongeren zeggen behoefte te hebben aan intimiteit en commitment in het daten. Jongeren geven aan dat dit ook opvalt bij andere jongeren:

“Iedereen snakt naar aandacht en geborgenheid.”

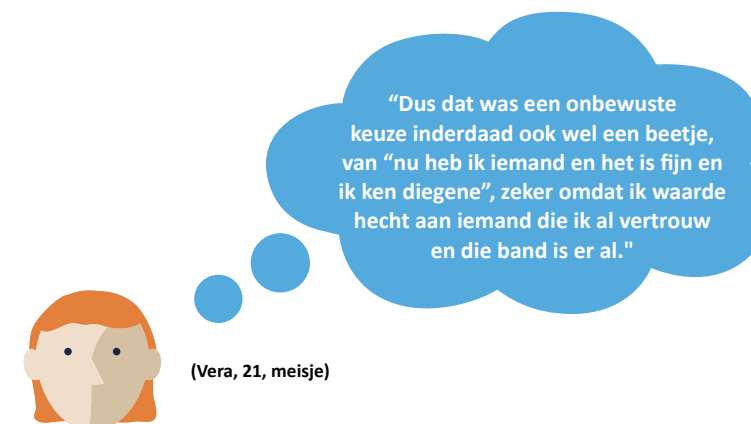
(Ron, 23 jaar, jongen)

“Iedereen is toch een beetje hopeloziger geworden. Dus het is heel makkelijk om een soort van te krijgen wat je wilt.”

(Jill, 19, meisje)

Een klein deel van de jongeren koos ervoor te focussen op zichzelf en het daten op een laag pitje te zetten en te houden. Anderen zeggen er ‘niet mee bezig te zijn’ of ‘niet op zoek te zijn’.

Sommige jongeren vertelden dat ze langer met dezelfde persoon gingen daten, vooral tijdens de lockdowns en avondklok. Waar ze voorheen nog weleens met meerdere personen tegelijkertijd daten, kwam dit tijdens de periodes met de meeste beperkingen bijna niet voor. Het lijkt er op dat jongeren bewust het aantal contacten op een minimum hield. Aan de andere kant was het ook lastig een nieuw iemand te vinden. Het langer daten met dezelfde persoon leidde in sommige gevallen tot een relatie. Sommigen noemden die een ‘coronarelatie’. Meer hierover in paragraaf 3.3.



3.2.3 Relaties

Een groot, terugkerend thema in dit onderzoek is relaties. In dit deel omschrijven we in hoeverre corona een thema is binnen relaties, wat de invloed van corona was op de kwaliteit van de relatie en welke behoeften jongeren hebben binnen en rondom relaties.



Corona als gespreksonderwerp

- In de lockdown periodes was corona een stevig gespreksonderwerp binnen relaties, met name over het (wel of niet) naleven van de maatregelen en over het vaccineren. Dit leidde soms tot heftige discussies.

Beëindigen of starten van een relatie

- Ongeveer de helft van de jongeren heeft hun relatie verbroken tijdens de coronacrisis, maar geeft vooral aan dat het kwam om niet-corona gerelateerde redenen.
- Andersom waren er wel jongeren die aangaven zonder corona hun partner anders nooit hadden ontmoet.
- Coronarelatie is een populair begrip waarvan er gesteld wordt dat jongeren in de coronaperiode langer bij elkaar bleven (dan als er geen corona was).

Relatiekwaliteit

- Bij een groot deel van de jongeren in een relatie is de relatiekwaliteit verslechterd in de coronaperiode, o.a. doordat ze in een sleur terechtkwamen, uit elkaar groeiden of elkaar juist te veel zagen.
- Bij de anderen is de relatie verbeterd door juist meer tijd met elkaar te besteden; ook in de zomer van 2021 toen (sociale) activiteiten weer mogelijk werden.

Relatiebehoeften

- Jongeren hebben vooral behoefte aan het verder versterken en definiëren van hun relatie.
- Anderen hebben behoefte om (meer) te experimenteren met seks of aan meer intimiteit. Een kleine groep weet niet wat hun behoeften zijn.

Relaties kennen vele vormen en worden op verschillende manieren beleefd. De meeste jongeren in ons onderzoek hebben een heteroseksuele, monogame relatie. In hoeverre is corona een thema? Dit is geëxperimenteerd wordt. Veel jongeren waren tijdens de coronaperiode zowel single als in een relatie. Daarom kunnen we niet spreken van één vaste groep singles en één vaste groep jongeren met een relatie.

In hoeverre is corona een thema?

Corona is een belangrijk thema binnen relaties. Geliefden kunnen van mening verschillen over het naleven van de maatregelen of discussies hebben over vaccinatie.

“Omdat hij dan naar andere illegale feestjes ging, dan had ik wel zoiets van, ik vind het spannend. En daar hebben we ook wel wat discussies over gehad, omdat ik dan wat voorzichtiger was dan hij. Dat ik zoiets had van, weet je, ik heb last van mijn keel, ik laat me even testen. Dat hij zoiets heeft van, maar je hebt gewoon gefeest, het komt daarvan.”

(Alyssa, 21, meisje)

“Alleen, m’n vriendin is daar wat stelliger in, van: mensen moeten zich gewoon laten vaccineren. En ik heb wat meer: ja, het is wel je eigen keus”.

(Sander, 24, jongen)

In de zomer van 2021 verandert dit. Voor sommige jongeren is corona niet langer een onderwerp en bestaat in hun beleving niet meer (zie paragraaf 3.1 algemene beschrijving). Jongeren zeggen dat ze gevaccineerd zijn, of een herstelbewijs hebben. Ze kunnen daardoor in de zomer van 2021 meer leuke dingen doen, variërend van terrasjes pakken, zwemmen en weer op (buiten) dates gaan, met hun relatiepartner of met een date.

“Nee, eigenlijk niet, want ik heb gewoon een vriendin en ik zie haar gewoon elke dag. En ik heb echt, ik merk sowieso echt bijna niks meer van corona. Ook omdat ik gewoon een herstelbewijs heb, dus..”

(Bo, 16, non-binair)

Verbroken relaties

Veel jongeren stopten tijdens de coronaperiode met hun relatie. De meesten vertelden dat het niet corona-gerelateerd was, maar eerder te maken had met andere factoren zoals vreemdgaan, willen experimenteren of simpelweg ‘geen match’. Toch had corona in enkele gevallen wel invloed op het makkelijker beëindigen van de relatie.



“Nee, dat is voor mij makkelijker geweest, omdat inderdaad heel makkelijk een excuus had gevonden om afstand te houden. Om minder contact te hebben...Met dat mindere contact is het ook heel makkelijk geweest om voor mezelf de knoop door te hakken van ik ga weg daar”.

(Anouk, 21, meisje)

Invloed van mentaal welzijn op relatie

Verder komt naar voren dat mentale klachten ertoe leidden dat relaties slechter of verbroken werden.

“Want ik zat gewoon, zoals ik zei, ik zat echt binnen. En toen was hij er en toen voelde ik me ook gewoon niet meer prettig. Want dat is toen die paniek begon, dat ik gewoon zo erg binnen zat de hele tijd en niks en niemand kon komen... en toen ging het gewoon niet meer goed. En toen heb ik gewoon dingen gezegd en gedaan waardoor het gewoon uit is gegaan...”

(Layla, 20, meisje)

Meerdere jongeren voelden zich door coronamaatregelen mentaal slechter (zie hoofdstuk 3.4). Een enkeling vond het moeilijk om dit binnen de relatie te bespreken. Deze voorbeelden wekken de indruk dat de negatieve gevolgen van corona op mentale gezondheid de liefdesrelaties ook beïnvloedden.

Nieuwe relatie

Een klein deel van de jongeren kreeg juist een nieuwe relatie tijdens de coronaperiode. Voor velen was dit met een bekende, maar anderen ontmoetten hun partner via vrienden, (illegale) huisfeesten of datingapps. Sommige deelnemers vertelden dat dit zonder corona nooit zou zijn gebeurd:

“Die vriendengroep die toen ontstaan is, is eigenlijk heel hecht geworden door de hele lockdown en de hele Coronaperiode heen. Ondanks dat de horeca dicht was, konden we toch bij elkaar thuis, op het dakterras of een BBQ...Voor de relatie was het zeker een voordeel. Anders waren we nooit bij elkaar gekomen.”

(Maud, 22, meisje)

Kwaliteit van relaties

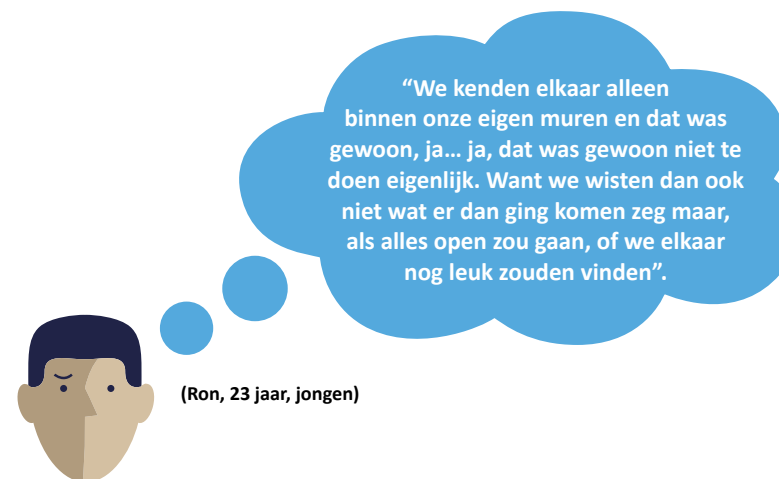
De kwaliteit van de relatie is ook veel besproken in dit onderzoek. Met name in de eerste en tweede lockdown zien we dat relaties slechter werden. Zo kregen we van veel jongeren te horen dat hun relatie, met name door de maatregelen, in een sleur terechtkwam waardoor ze uit elkaar groeiden. Daarnaast was er ook een gebrek aan perspectief.

“Dus voorheen gingen we nog wel vaak gewoon ergens naartoe maar nu ging dat niet echt. Dus je deed een beetje dezelfde dingen; je ging een film kijken of een serie, of je ging wandelen buiten...ondanks dat we het wel gezellig hadden... is dat natuurlijk op den duur ook wel wat saai.”

(Ilse, 21, meisje)

“Die vriendengroep die toen ontstaan is, is eigenlijk heel hecht geworden door de hele lockdown en de hele Coronaperiode heen. Ondanks dat de horeca dicht was, konden we toch bij elkaar thuis, op het dakterras of een BBQ...Voor de relatie was het zeker een voordeel. Anders waren we nooit bij elkaar gekomen.”

(Maud, 22, meisje)



(Ron, 23 jaar, jongen)



Coronarelatie

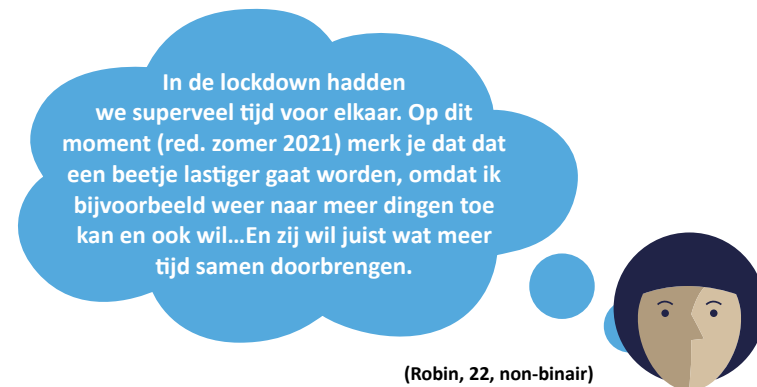
Een nieuw begrip is de coronarelatie. We stellen dat mensen in de coronaperiode uit verveling en behoefte aan intimiteit langer een relatie zijn aangegaan, die anders waarschijnlijk niet was ontstaan. De jongeren bevestigen dit, niet alleen over zichzelf, maar ook over vrienden.

““Nou, het was wel dat er mensen die bij elkaar waren die een relatie kregen en dan ging het bij ons wel rond van: dat is alleen maar voor corona omdat ze niets te doen hebben. Dat noemden we dan een coronarelatie.”

(Zoë, 19, meisje)

Relatie alsnog verbeterd

Zorgden de lockdowns bij veel jongeren voor een slechtere relatie; bij anderen pakten ze juist goed uit. Een deel van de jongeren besteedde door corona meer tijd met elkaar, dan onder normale omstandigheden. Hierdoor ontstond er meer ruimte om elkaar te leren kennen en diepzinnige gesprekken aan te gaan. Het samenzijn bracht meer intimiteit. Als keerzijde leerden sommige jongeren hun partner ook op een andere manier kennen. Tijdens de versoepelingen vroeg dat om aanpassingsvermogen:



De meeste jongeren vertelden dat hun relatie beter werd in de zomer van 2021, met name doordat ze weer samen dingen konden doen:

“Dat je gewoon iets actiefs aan het doen bent en gewoon een leuke dag hebt gehad”

(Zoë, 19, meisje)

Jongeren noemden: terrasjes pakken, feestjes bezoeken of samen op vakantie gaan. Tot slot geeft Alex aan dat hij specifiek door de versoepelingen minder discussies had en daardoor een betere relatie kreeg:

“En nu gaat het, zeg maar, ja, steeds minder maatregelen, dus dan zijn we het er ook steeds minder over gaan hebben... Dus nu gaat het ook een stuk beter”.

(Alex, 23, jongen)

Relatiebehoeften

Jongeren hebben verschillende behoeften in relaties en gaan vooral over het versterken van de kwaliteit en/of verdere stappen nemen. Sommigen willen op korte termijn trouwen, meer experimenteren, maar er is ook meer behoefte aan intimiteit. Het is onduidelijk of deze behoeften ontstaan zijn vanuit de belemmeringen van de coronamaatregelen, maar het valt niet uit te sluiten gezien de mate van invloed die ze op relaties in het algemeen hadden.

Tot slot is er ook een kleine groep jongeren die zegt niet goed te weten welke behoeften ze precies hebben of simpelweg zijn gestopt met een relatie zoeken. In het laatste geval kiezen ze ervoor om de focus ergens anders te leggen, zoals meer tijd voor zichzelf en voor hobby's.

“Ja, dat ik niet weet wat ik nou eigenlijk wil, omdat ik dat niet echt aan kan voelen.”

(Simon, 20, non-binair)

“Ik was een beetje bang eigenlijk....dat ik een relatie nodig had en dat ik die intimiteit nodig had om me veilig te voelen. En ik denk ook wel dat dat zo is, en dat ik eigenlijk niet weet hoe ik me veilig kan voelen, of kwetsbaar zonder dat ik dat met iemand deel.”

(Ron, 23, jongen)

3.2.4 Seks

Een groot deel van dit onderzoek gaat over het seksleven van jongeren. Niet alleen de hoeveelheid seks komt aan bod, maar ook de kwaliteit, seksuele behoeften en sekspartners. De meeste jongeren waren voor corona al seksueel actief. Voor sommigen was seks vrij nieuw. Jongeren vertellen over verschillende ervaringen, zoals het aantal en type sekspartners, maar ook over nieuwe dingen uitproberen.



Hoe vaak seks

- Veel jongeren waren in de coronaperiode voorzichtiger met seks, vooral om besmetting te voorkomen, maar ook door gebrek aan vertrouwen bij hun potentiële sekspartners.
- Enkele jongeren hadden juist sneller seks doordat ze eerder thuis afspraken vanwege de beperkingen. Dit was vooral toen er een avondklok was.
- In de zomer van 2021 hadden de meeste jongeren weer seks, wat voor sommigen een opluchting was, maar voor anderen ook weer spannend of onwennig.

Experimenteren met seks

- Vooral jongeren met een relatie experimenteerden met seks. Dit kwam ook uit verveling.
- Singles hadden verschillende seksuele ervaringen in de zomer van 2020 en 2021, bijvoorbeeld seks met meerderen tegelijk.

Kwaliteit seks

- De meeste seksuele ervaringen vonden ze fijn, plezierig of bevrijdend. Slechts een kleine groep jongeren was ontevreden, omdat er bijvoorbeeld geen connectie was.

Seksuele behoeften

- Jongeren willen verschillende dingen op seksgebied.
- Bij de groep met een relatie nam de seksuele behoefte niet toe. Dit had te maken met bijvoorbeeld afleiding in de zomer.
- Een andere groep zei geen wisselende of oppervlakkige seksuele contacten te willen, maar juist meer vastigheid.
- Een kleine groep vertelde dat ze meer of minder seks willen dan hun partner of dan wat ze hadden.

Invloed op seks

Het coronavirus en de maatregelen spelen een grote rol in het seksleven van jongeren. Niet alleen als gespreks-onderwerp, maar ook op seksueel gebied. Jongeren vertellen door corona voorzichtiger te zijn geworden als het gaat om bijvoorbeeld aanraking, zoenen of andere seksuele handelingen. Daarbij doen jongeren zoveel mogelijk hun best om een eventuele coronabesmetting te voorkomen en zijn ze dus voorzichtig in het seksuele contact met anderen. Zij vertrouwen hun losse sekspartners minder snel, omdat ze niet altijd goed op de hoogte zijn met wie diegene seks heeft. Die persoon kan sneller corona kan verspreiden.

Enkele jongeren hadden juist sneller seks, met name in de tweede lockdown en tijdens de avondklok. Dit kwam doordat ze sneller thuis afspraken, omdat er door de beperkingen weinig anders kon. Volgens sommigen creëerde de thuissetting een veilige sfeer:



(Ron, 23 jaar, jongen)

“Ja, het is veel laagdrempeliger dan ook om je veilig te voelen bij die persoon, als die persoon ook je grenzen respecteert binnen je huis. En dan, dan voel je je veel sneller zo intiem dat je ook gelijk seks hebt”.

Door de combinatie van avondklok en thuis afspreken, was er een grotere kans om te blijven slapen. En dat zou de kans op seks ook kunnen vergroten.



Meer of minder seks in de zomer van 2021?

Degenen bij wie het seksleven belemmerd werd in de coronaperiode, gaven aan weer seks te kunnen hebben in de zomer van 2021 door de versoepelingen:

“Ja, nou, dus dat ik seks heb gehad, was totaal niet gebeurd, als er zeg maar restricties waren op uitgaan.”

(Willem, 19, jongen)

Voor de ene was het een opluchting, maar anderen vonden het ‘spannend’ of ‘onwennig’ om weer seks te hebben na een periode waarin ze dat minder deden. Niet voor elke jongere in dit onderzoek verliepen de versoepelingen soepel. Het werd wel makkelijker als hun sekspartner er ook toe bereid was:

“In het begin waren mensen nog wel een beetje bang en zo, en dan wilden ze (red. seks) niet want er was corona. En nu merk je wel dat heel veel mensen het eigenlijk niet meer interesseert. Dus die doen het gewoon allemaal weer en die maakt het eigenlijk allemaal niet zo veel meer uit.”

(Milan, 20, jongen)

Jongeren gaven aan dat het weer hebben van seks meer zelfvertrouwen gaf, ook om bevestiging te krijgen van hun sekspartner. Anderen werden er heel blij en opgewekt van, zoals Vera die aangeeft:

“ernaar te snakken en het fijn was om de (seksuele) behoefte weer te kunnen vervullen.”

(Vera, 21, meisje)

Niet elke jongere had meer seks in de zomer van 2021. Met name een aantal jongeren in een relatie gaf juist aan minder vaak seks te hebben. De meest genoemde redenen waren echter niet corona-gerelateerd, zoals relatief lang in een relatie zijn, omstandigheden van de partner (seksuele problemen, ziek of zwanger) en het ‘warme en plakkerige weer’ in de zomer.

Bij een kleinere groep hadden de versoepelingen wel invloed op het verminderde seksleven. Zo waren er jongeren, met name degenen in een relatie, druk met verschillende activiteiten en uitstapjes, waardoor zij minder toekwamen aan seks. De jongeren hadden hier geen problemen mee:

“En nu is het dat we allebei echt minder tijd hebben voor elkaar, dus nu is het oké”.

(Maud, 22, meisje).

Voor velen maakte de lagere seksfrequentie weinig uit, ook omdat het niet ten koste ging van de kwaliteit:



Seks met wie?

De jongeren in dit onderzoek hadden seks met verschillende type partners. We onderscheiden vijf types:

i) vaste partner, ii) seksmaatjes, iii) friends with benefits iv) seks met dates en v) one-night stands.

i) De meeste jongeren in dit onderzoek hadden seks met een vaste partner. Dit was binnen een vaste relatie meestal met de huidige partner, maar soms ook met een ex-partner:

“Ik denk dat we ongeveer gemiddeld drie keer per week seks hebben. Verliefdheid, gewoon, echt, het is gewoon mijn vrouwtje. Het is mijn meissie.”

(Bo, 16, non-binair)

ii) Veel single jongeren hadden seks met een seksmaatje: iemand die de jongere al langer kende en vaker mee seks had, bijvoorbeeld een huisgenoot of een andere bekende:

“toen kreeg ik wel weer... niet een relatie, maar wel iemand waarmee ik regelmatig seks had”

(Finn, 18, jongen)

iii) De zogeheten friends with benefits. Het belangrijkste verschil met een seksmaatje is dat de nadruk hier ligt op een vriendschappelijke band:



iv) De vierde vorm is seks met een date, (nog) niet binnen een relatie. Dit gaat om seks op de eerste date, of na een paar dates:

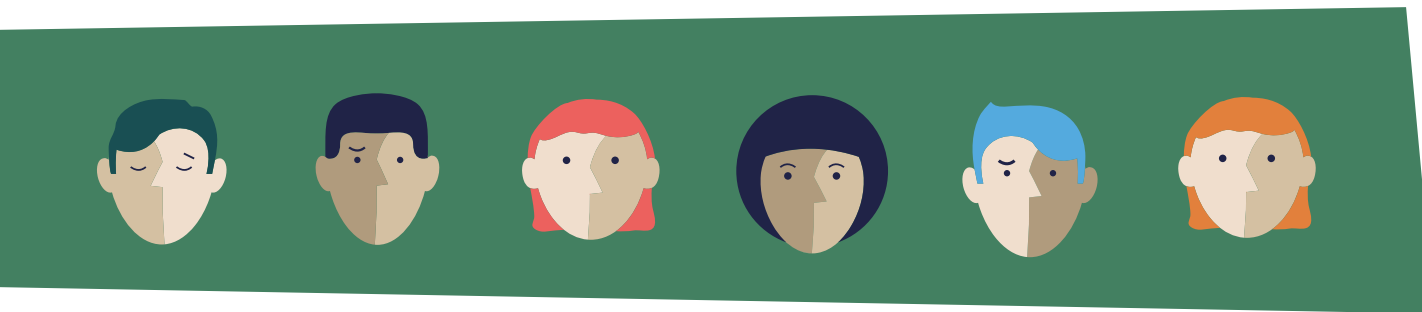
“het kon en we wilden het beide wel, dus het kwam gewoon goed uit. Maar ik zou het geen relatie noemen, nee.”

(Lars, 20, jongen)

v) Enkele jongeren hadden (ook) one-night stands: eenmalige seks, zonder te daten of niet uit te zijn op een relatie met die persoon. Dit gebeurde met name in de zomer van 2020 en 2021.

“En nou, hier had ik gewoon, ik ontmoette iemand. Dat was niet perfect, maar dat was gewoon eenmalig”

(Roos, 16, meisje)



Verskillende ervaringen met seks

Sommige jongeren probeerden tijdens de coronacrisis verschillende dingen uit met seks:

“We hebben nu ook gewoon gezegd van: ‘we gaan iets meer buiten onze comfortzone, gewoon iets meer experimenteren, uitproberen.’

(Myrthe, 17, meisje)

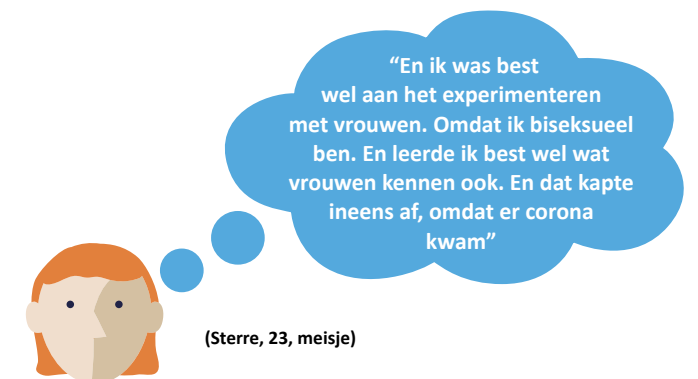
Voor jongeren in een relatie kwam dit experimenteren regelmatig voort uit verveling, of omdat ze meer vrije tijd hadden in de lockdown periodes. Internet was een goed middel om dit te onderzoeken en ontdekken:

“Ja. Dat soort dingen. Gewoon als we een beetje dachten van nou, we hebben vandaag niks te doen, laten we een keertje kijken of er op internet iets te beleven valt.”

((Rafael, 19, jongen)



Voor sommigen werd een seksuele behoefte beperkt door de coronamaatregelen. Zo lukte het een geïnterviewde niet om haar seksuele oriëntatie verder te ontdekken:



Bij single jongeren zien we een ander patroon: vooral in de zomer van 2020 en 2021 hadden zij een nieuw of ander type seksueel contact. Dit uitte zich onder andere in seks met meerdere personen tegelijk, zoals een trio of kwartet, of het bezoeken van homo-ontmoetingsplekken

Kwaliteit van seksleven

De meeste jongeren vonden hun seksleven plezierig doordat ze het fijn vonden dichtbij de partner te kunnen zijn en fysiek contact te hebben. En ook omdat ze zich ontspannen en veilig voelden na de seks. Willem beschreef het als ‘bevrijdend’ om na heel lang weer seks te hebben gehad in de zomer van 2021. Over het algemeen zorgde een gevoel van vertrouwen, goede communicatie en wederzijdse toestemming (consent) voor een betere kwaliteit van de seks.

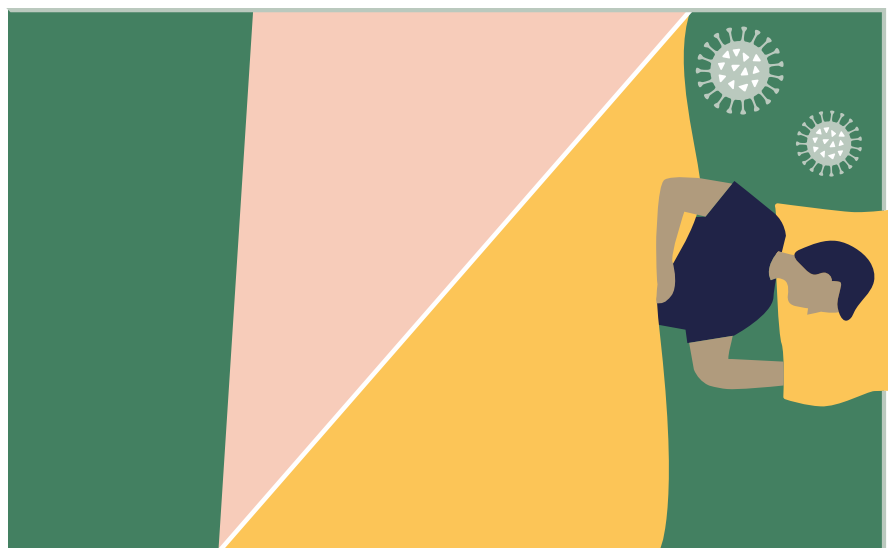
“Ja, we leren elkaar steeds beter kennen en we zijn best wel in gesprek met elkaar en we durven elkaar ook gewoon vragen te stellen van: wat vind jij fijn en wat vind ik fijn? En zo zijn we wel steeds meer gewoon van elkaar aan het leren, wat we fijn vinden en ook wat we interessant vinden.”

(Benjamin, 23, jongen)

Een kleine groep jongeren was ontevreden over hun seksleven. Zij vonden de seks onprettig, omdat er geen 'match' of 'connectie' was, of omdat er een gebrek aan emotie was tijdens de seks.

“En toen in coronatijd werd het heel erg een soort van uitvlucht. Ook omdat er dus verder in het leven helemaal niks meer gebeurde was er ook veel minder om over te praten. Of veel minder aansluiting. En dan werd het echt een soort van emotieloos, doelloos. Was het echt gewoon een soort van nou ja, je bent geil en dan ga je daar maar heen.”

(Simon, 20, non-binair)



Seksuele behoeften

Een relatief groot deel van de jongeren, en dan met name jongeren in een relatie, vertelden dat hun seksuele behoeften niet zijn toegenomen in de zomer van 2021. Bij de meesten van hen kwam dit door allerlei omstandigheden, zoals drukte, vermoeidheid en/of stress:



(Alyssa, 21, meisje)

Een ander deel van de jongeren gaf vrij nadrukkelijk aan dat zij geen behoefte hadden aan oppervlakkige en/of wisselende seksuele contacten. Hiermee bedoelden ze ook seks zonder emotie, of ‘betekenisloze seks’ in de woorden van Bo (16, non-binair). Vooral jongeren in de oudere leeftijdsgroep (21-24 jaar) wilden meer vastigheid dan bijvoorbeeld een one-night stand. Dit geeft een gevoel van veiligheid, vertrouwen en openheid; belangrijke voorwaarden om seks te hebben met een ander.

Er zijn ook jongeren bij wie de seksuele behoefte verschilde met die van de (seks)partner, of bij wie de behoeften uiteenlopen. Anderen vertelden moeite te hebben hun emoties te uiten (bijvoorbeeld vanwege jeugdtrauma), of het moeilijk te vinden om grenzen aan te geven in de seks:

“En omdat ik dus zelf niet echt weet wat ik leuk vind en waar mijn grenzen liggen, dat ik er dus heel vaak ook geen (red. seksueel) plezier uit haal.”

(Simon, 20, non-binair)

3.2.5 Seksuele grensoverschrijding

Een klein deel van de jongeren kreeg in de coronaperiode te maken met seksuele grensoverschrijding. Hieronder verstaan we ‘seksuele handelingen tegen de wil’. Dit varieert van zoenen tegen de wil tot aan orale seks, of penetratie tegen de wil. Ook seksuele intimidatie valt hieronder.

In de volgende onderdelen beschrijven we welke vormen van seksuele grensoverschrijding voorkwam onder jongeren, in welke mate, wie erbij betrokken waren, en in hoeverre jongeren te maken kregen met online seksuele grensoverschrijding.

Seksuele grensoverschrijding

- De meest genoemde vorm van seksuele grensoverschrijding in dit onderzoek is straatintimidatie, met name in de zomer van 2021.
- Voornamelijk meiden en homoseksuele jongens kregen te maken met straatintimidatie. Zij vonden het voornamelijk onprettig of werden er boos van.
- Jongeren verschilden van mening of straatintimidatie toe- of juist afnam in de coronaperiode.

Online seksuele grensoverschrijding

- De meest voorkomende vorm van online seksuele grensoverschrijding is het ongevraagd ontvangen van seksueel getinte beelden.
- Jongeren denken dat dit komt doordat plegers zich verveelden in de coronaperiode, of dat ze een gebrek hadden aan sociale contacten, waardoor zij zich seksueel gefrustreerd voelden.

Ervaringen met seksuele grensoverschrijding in de coronacrisis

Seksuele intimidatie, meer specifiek straatintimidatie, is de meest genoemde vorm van seksuele grensoverschrijding. Jongeren die hier ervaring mee hebben, geven aan veelal nageroepen te zijn op straat en hoorden seksueel getinte opmerkingen ‘zo en jij bent lekker’, of opmerkingen over lichaamsdelen zoals borsten en kont:

“Maar op een gegeven moment begon ze me lekkertje te noemen en te zeggen dat ik grote borsten had”

(Sterre, 23, meisje)

Ook hebben meerdere jongeren ervaringen met ongewenste aanrakingen (aanranding), bijvoorbeeld op een feestje of in een club. Het overkwam hen op kwetsbare momenten, bijvoorbeeld wanneer ze alleen waren. De meningen waren verdeeld of er meer of minder seksuele grensoverschrijding was in coronatijd. Sommigen dachten dat straatintimidatie is afgenomen als gevolg van minder personen op straat. Anderen vonden dat het gaat om de plek waar je bent.



“Is niet dat ik met corona of zonder corona meer of minder ervan (red. straatintimidatie) heb gehad. Het ligt er gewoon echt aan waar ik ben.”

De ervaringen van seksuele straatintimidatie waren vooral in de zomer van 2021. Maar de overgrote meerderheid van de jongeren had helemaal geen ervaring met seksuele grensoverschrijding.

Wie krijgt met grensoverschrijding te maken?

Voornamelijk meiden en homoseksuele jongens vertelden te maken hebben gehad met seksuele grensoverschrijding:

"Overschrijdend gedrag heb ik in grotere mate ervaren, waardoor ik nu gewoon daar iets minder van aantrek denk ik. Dus ik laat het ze makkelijker gewoon doen...Dat is eigenlijk heel erg. Want het moet helemaal niet kunnen vind ik"

(Sterre, 23, meisje)

Grensoverschrijding gebeurde veel binnen de relatie. Maar het gebeurde ook weleens door klanten op het werk of door onbekenden op een feestje of festival. Volgens sommigen is de locatie niet belangrijk.

“Maar weet je, het is gewoon een ding. Het maakt niet uit waar je woont... je komt er nooit vanaf”.

(Layla, 20, meisje)

Online seksuele grensoverschrijding

Ook online kreeg een kleine groep jongeren te maken met seksuele grensoverschrijding. Dit varieerde van seksueel getinte grappen, opdringerige opmerkingen, tot aan (online) dwang om seks te hebben. De meest voorkomende vorm in dit onderzoek is het ongevraagd ontvangen van seksueel getinte beelden. Dit gebeurde vooral via sociale media. Jongeren zaten hier niet op te wachten en vonden het ‘vervelend’ of ‘ongemakkelijk’. Zelf dachten ze dat het kwam doordat anderen zich meer verveelden in de coronaperiode en/of een gebrek hadden aan sociale contacten, waardoor ze seksueel gefrustreerd waren.

“Laatst kreeg ik echt een halve pornovideo opgestuurd waar ik echt totaal niet op zat te wachten”

(Hanna, 22, meisje)

3.3 Wat deden jongeren online?

Een groot deel van het leven verplaatste zich van real life naar een beeldscherm, vooral tijdens de lockdowns en avondklok. Scholieren en studenten kregen online onderwijs, veel (bij)banen stopten of jongeren gingen thuiswerken. Ook sociale contacten en evenementen gebeurden via zoom. Omdat er minder mogelijkheden waren tot nieuwe offline ontmoetingen, vroegen we jongeren hoe hun online gebruik was ten aanzien van liefde, relaties en seks en of dat door corona veranderde. In dit hoofdstuk gaan we in op het online gedrag van jongeren en dan vooral over online daten, flirten en sexting.



Dating app en sociale media

- Jongeren die een datingapp gebruikten, deden dit uit verveling, afleiding of zagen het als enige manier om personen te ontmoeten in de coronaperiode.
- Een deel van de jongeren gebruikte het niet of stopte er vroegtijdig mee omdat ze zich er niet prettig bij voelden, of het te oppervlakkig vonden.
- Het gebruik van sociale media was niet nieuw, maar werd soms wel gezien als de enige manier om anderen te ontmoeten: enerzijds voor romantische contacten en anderzijds voor nieuwe vrienden.

Flirten en sexting

- Online flirten kwam vooral voor onder single jongeren in de vorm van versturen en ontvangen van berichten.
- Een kleine groep jongeren nam online flirten niet serieus en deed het vooral voor de spanning en aandacht.
- Een grote groep van de jongeren verstuurde weleens een sexy foto van zichzelf naar de ander, meestal de partner. Meestal gebeurde dit zo voorzichtig mogelijk, bijvoorbeeld zonder het gezicht erop.

Datingapps

Ongeveer de helft van de jongeren gaf aan weleens een datingapp gebruikt te hebben. Ze noemden vooral Tinder, Grindr en Bumble. Bij veel van hen nam het gebruik toe tijdens de coronacrisis. Ze gaven hier verschillende verklaringen voor. De ene persoon gebruikte datingapps naar aanleiding van een relatiebreuk, terwijl de ander er uit verveling op zat. Jongeren gebruikten ook datingapps omdat ze het leuk vonden, voor afleiding, of om erkenning te krijgen. Sommige jongeren zaten er al vaker op. Terwijl datingapps voor anderen de enige manier werden om mensen te ontmoeten:

“Toen was ik meer gaan schuiven naar weer opnieuw gaan daten, [en ben ik] op datingsites geweest want er was niet echt een andere manier om mensen te gaan ontmoeten en ik kon niet echt lekker op een terras gaan zitten of uitgaan en dan denken van oh, ik spreek wel iemand aan”

(Elif, 21 jaar, meisje)

Als jongeren een match hadden en er klaar voor waren om met iemand een date te plannen, lukte dit tijdens de lockdowns minder makkelijk. Niet alleen waren er minder mogelijkheden om af te spreken,. Ook waren veel personen op datingapps bang om corona te krijgen of te verspreiden. Een deel van de jongeren gaf desondanks aan dat ze dates hadden via een datingapp. Een enkeling kreeg er zelfs een relatie door of hield er vrienden aan over. Iets minder dan de helft van de jongeren gebruikte geen datingapp of stopte daar tijdens de coronacrisis mee. Veelgenoemde redenen waren dat ze ‘zich niet prettig voelden bij het kiezen van mensen op basis van een online profiel’ en dat ze niet graag chatten met onbekenden. Ook waren er jongeren die een datingapp te veel moeite vonden om te reageren, te oppervlakkig vonden, of dat er weinig kans was op een date of een match.

“Ik houd heel erg van gewoon met iemand kunnen praten en voelen of daar een spark zit of niet. En ja... Dat werkte gewoon niet”

(Myrthe, 17, meisje)

Sociale media

Een andere manier om online mensen te ontmoeten was via sociale media. Een klein aantal jongeren had afspraakjes via Instagram of Snapchat. Sociale media waren meestal geen nieuwe manier om mensen te ontmoeten. Maar sociale media werden tijdens de coronacrisis voor veel jongeren wel één van de weinige mogelijkheden. Sociale media hadden vaak een dubbele functie: voor het ontmoeten van romantische contacten en om nieuwe vrienden te maken.

“Maar ik merkte wel dat ik het sociale contact miste. En mijn vrienden in de buurt waren gewoon zo druk. Dat ik zo iets had van oké, dan zoek ik het wel daarbuiten verder op. Ja. Ja, allemaal wel via social media.”

(Bram, 23 jaar, jongen)

Online flirten

Een belangrijk aandeel in online contact vond plaats via het versturen en ontvangen van berichten op datingapps en/of sociale media. Vooral single jongeren flirtten online door bijvoorbeeld een foto te liken, of persoonlijke berichten naar anderen te sturen en te ontvangen. Slechts een klein aantal van deze gesprekken liep uit op een date. De meesten namen het online flirten niet zo serieus. Dit kwam ook omdat ze het alleen deden voor de spanning en aandacht. Er waren ook een paar jongeren die online gingen daten of afspreken uit angst om corona op te lopen.



Sexting

Een grote groep jongeren stuurde weleens een sexy foto van zichzelf naar een ander, omdat ze het spannend vonden. Er waren verschillende manieren waarop jongeren sexy beeldmateriaal uitwisselden, bijvoorbeeld via Snapchat (waar de foto's na enkele seconden weer verdwenen). Enkele meiden stuurden een foto naar hun partner of naar een flirt om bijvoorbeeld nieuwe lingerie te laten zien:

“We zien elkaar via Snapchat, sturen we elkaar weleens foto's en dan nou als je iets nieuws hebt gekocht of als je even iets hebt gedaan of gewoon even random een selfie en dan sturen we gewoon een paar foto's naar elkaar toe...via Snapchat..zodat ze wel weer ook weggaan.”

(Ilse, 21, meisje)

Sommige jongeren gingen liever niet met hun gezicht op een sexy foto, maar lieten hooguit wat van hun billen of decolleté zien. Een enkeling had weleens seks via beeldbellen met hun partner.

Sexting met wie?

De meeste jongeren die aan sexting deden, beleefden dit met hun partner. Anderen wisselden dit uit met een date, een scharrel, friends-with-benefits, een flirt of een andere bekende. Enkele jongeren deden dit met vreemden die ze ontmoetten via het internet.

Nam sexting toe of af?

Een groot deel van de jongeren gaf aan dat ze minder aan sexting deden tijdens de coronaperiode. Als sexting wel was toegenomen, kwam dit bij deze jongeren omdat ze steeds meer toegroeiden naar hun nieuwe partner. Voor anderen had het te maken met hun partner minder te kunnen zien door de lockdowns of avondklok. Wanneer sexting afnam, was dit omdat jongeren hun partner tijdens corona vaker zagen, waardoor ze liever met elkaar afspraken dan dat ze seksueel getinte beelden uitwisselden.



3.4 Mentaal welzijn

We spraken veel over hun mentale gezondheid met de jongeren. De coronacrisis was duidelijk van invloed op het mentale welbevinden, Vooral door negatieve emoties die naar boven kwamen, maar soms ook in positieve zin. Daarnaast reflecteerden jongeren op de invloed van hun mentale welzijn op het liefdes- en seksleven, en vice versa. In deze paragraaf beschrijven we welke (positieve en negatieve) mentale gevoelens naar boven kwamen en hoe deze van invloed waren op het liefdes- en seksleven.

Negatieve gevoelens

- Het mentale welzijn van vele jongeren werd in negatieve zin beïnvloed door de coronacrisis, onder andere omdat ze veel binnen zaten en weinig vooruitzicht hadden.
- De meeste jongeren hadden last van depressieve gevoelens, en daarnaast waren een aantal ook angstig.

Positieve gevoelens

- Een kleine groep jongeren zei tot rust te zijn gekomen in met name de eerste lockdownperiode, vooral door het wegvallen van dagelijkse activiteiten.
- In de zomer van 2021 ging het een stuk beter met de meeste jongeren door de versoepelingen, waardoor zij zich ontspannen en zorgeloos voelden.

Mentaal welzijn in relatie tot liefdes- en seksleven

- Volgens de meeste jongeren is er een duidelijk wederkerig verband tussen hun mentale welzijn en hun liefdes- en seksleven.
- Als jongeren zich minder lekker in hun vel voelen, dan gaat het minder goed met de liefde en seks.
- Andersom: als het liefdes- en seksleven minder goed verloopt, dan gaat dit ten koste van de jongeren hun mentale gezondheid.

Negatieve gevoelens

Zoals eerder genoemd kwamen er veel negatieve gevoelens naar boven die de jongeren vooral verbonden aan de coronaperiode. In enkele gevallen kwam de dip door andere omstandigheden, bijvoorbeeld door pech met de liefde of moeite met studeren. Als het corona-gerelateerd was, kwam dat door de strenge maatregelen tijdens de lockdowns. Er was weinig ruimte om nieuwe vrienden te maken of nieuwe romantische contacten te ontmoeten, maar jongeren konden ook amper hun vrienden zien en zaten veel binnen. Ook voelden jongeren uitzichtloosheid door de lange duur en terugkerende aanscherpingen van de maatregelen.

Wat het sterkst naar voren kwam bij ongeveer een derde van de jongeren is dat ze zich depressief voelden of in een dip zaten. Voor een belangrijk deel van deze jongeren waren de lockdowns en de periode van de avondklok de directe aanleiding voor hun depressieve gevoelens. Omdat bijna hun hele leven zich thuis afspeelde en jongeren weinig mensen konden zien. Voor anderen werden hun al aanwezige depressieve gevoelens versterkt door de coronamaatregelen. Verder ontstonden sterke sombere gevoelens als hun relatie eindigde, of bij jongeren die al langer chronisch depressief waren.

“Ook überhaupt gewoon dat ik heel vaak mensen niet kon zien...ik was toen ook best wel depressief tijdens die avondklok. En dan dacht ik oké, dan wil ik mensen zien, dan wil ik mijn vriendinnen zien... en dan elke keer zit je tegen die avondklok aan te hikken..Dus dat ik toen echt een periode heb gehad dat ik basically helemaal geïsoleerd zat.”

Simon, 20, non-binair,



Veel jongeren voelden zich angstig tijdens de coronaperiode. Dit kwam door angst voor het virus, maar er was ook sociale angst. In de eerste lockdown speelde de angst voor het virus voor meerdere jongeren een grote rol. Omdat er toen nog weinig bekend was over het virus, maar wel duidelijk werd dat het virus ernstige gevolgen kon hebben. In deze periode waren veel jongeren voorzichtig(er) met ontmoetingen en naar buiten gaan. Er waren ook jongeren die veel last hadden van angst of paniek tijdens de coronaperiode. Enkelen ontwikkelden deze angst door de lockdowns, of die verergerden hun bestaande klachten. Zo ontwikkelde Layla angst- en paniekgevoelens na de eerste maand van de eerste lockdown, waarin ze vier weken lang thuis was zonder iemand te mogen zien behalve haar vader en haar broertje:

“Buiten liefde en seks om heb ik nog nooit in mijn leven angst gehad of heel erg gestresst geweest. En sinds nu een half jaar begon het. Toen kreeg ik heel erg stress en paniek. En nu zelfs best wel paniekaanvallen... En na die 4 weken, ja, weet je, ik was ook echt alleen maar alleen. En sindsdien is het voor mij mentaal alleen maar omlaag gegaan.”

(Layla, 20, meisje).

Daarnaast verloren jongeren motivatie tijdens de lockdown, voelden ze zich minder zelfverzekerd, meer somber, raakten ze sneller geïrriteerd of werden ze boos. Dit laatste kwam door de maatregelen en het idee dat er in het coronabeleid weinig rekening werd gehouden met het welzijn van jongeren. Ook hadden jongeren stress, vooral door hun studie.

Hoe verliep de zomer van 2021?

Het overgrote deel van de jongeren voelde zich in de zomer van 2021 een stuk beter dan voor de zomer door de versoepelingen. Veel jongeren gingen in de zomer op vakantie, wat zorgde voor ontspanning, vernieuwing en zorgeloosheid. Andere jongeren vonden het fijn dat ze weer offline onderwijs konden volgen. Daarnaast gingen veel jongeren weer leuke dingen doen en meer plezier hebben toen de horeca, bioscopen, sportscholen, concertzalen en pretparken weer open waren. Door de opening van de horeca konden ze ook weer makkelijker met vrienden en kennissen afspreken.

Er was ook een klein aantal jongeren met wie het minder goed ging in de zomer van 2021. Voor sommigen waren de maatregelen nog onvoldoende versoepeld om hun sociale leven weer op het oude niveau te krijgen. Andere jongeren ervoeren door het contrast tussen lockdown en versoepelingen een onwennig gevoel en stress omdat hun leven weer drukker werd. Ze hadden weer te maken met afspraken buiten de deur doordat er weer sociale afspraken mogelijk werden, kreeg een enkeling de angst om dingen mis te lopen (fear of missing out, 'FOMO').



Positieve gevoelens

De coronacrisis had niet alleen een negatieve invloed, maar zorgde ook voor een aantal positieve (mentale) gevoelens. Een kleine groep jongeren kwam tijdens de eerste lockdown tot rust, door het wegvallen van verschillende activiteiten, zoals school. Deze gevoelens hadden ze vooral aan het begin van de coronacrisis, met name tijdens de eerste lockdown:.

"Ik was oprecht wel even blij dat ook wel die eerste lockdown er was omdat ik, mijn vrienden en mijn klasgenoten allemaal op een breekpunt waren. Heel raar, maar we hadden het met z'n allen even nodig om thuis te zijn en niet alleen maar op school, want we vonden het allemaal best wel zwaar dus, de opleiding. Dus toen we allemaal thuis waren en we dat beseften, begon, ja, wij vonden het heerlijk, we vonden het eventjes van, oh heerlijk, even thuis, heerlijk, even niet elke dag naar school."

(Lucas, 21, jongen)

Ook waren er jongeren die leerden om zich meer op zichzelf te richten tijdens de lockdowns, waardoor ze zich beter gingen voelen. Deze reactie kwam vooral naar boven na vervelende ervaringen in hun liefdesleven.

Invloed mentale welzijn op liefdes- en seksleven en omgekeerd

We vroegen de jongeren of hun mentale welzijn van invloed was op hun liefdesleven, en vice versa. Een groot deel gaf aan dat dit zo was. Voornamelijk jongeren met vaste partners vertelden dat hun verbeterde mentale welzijn een positieve invloed had op hun relatie. Dit had voornamelijk te maken met dat ze minder snel geïrriteerd raakten door hun partner, of dat er in het algemeen een betere sfeer was wanneer ze samen waren. Als jongeren niet goed in hun vel zaten, raakten ze juist sneller geïrriteerd en kregen ze sneller onenigheid binnen de relatie:

"Als je beiden geïrriteerd bent, of niet goed in je vel zit, dan merk je dat wel snel"

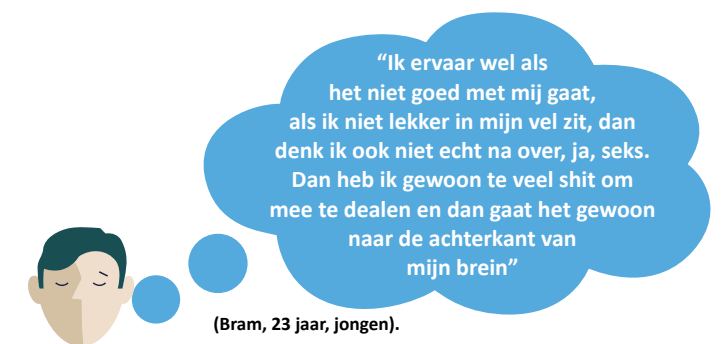
(Alex, 23 jaar, jongen)

Andersom gold ook: als het liefdesleven een stuk beter (of slechter) ging, dan was het ook van invloed op het mentale welzijn van jongeren.

"Nou, ik voel me slecht, omdat ik dan issues heb in mijn relatie of met the guy I'm dating"

(Soraya, 24 jaar, meisje)

Dit verband is niet alleen terug te zien bij het liefdesleven, maar het seksleven van jongeren werd tegelijk beïnvloed door de mentale gezondheid. Jongeren hadden meer zin in seks, als ze beter in hun vel zaten, of juist andersom.



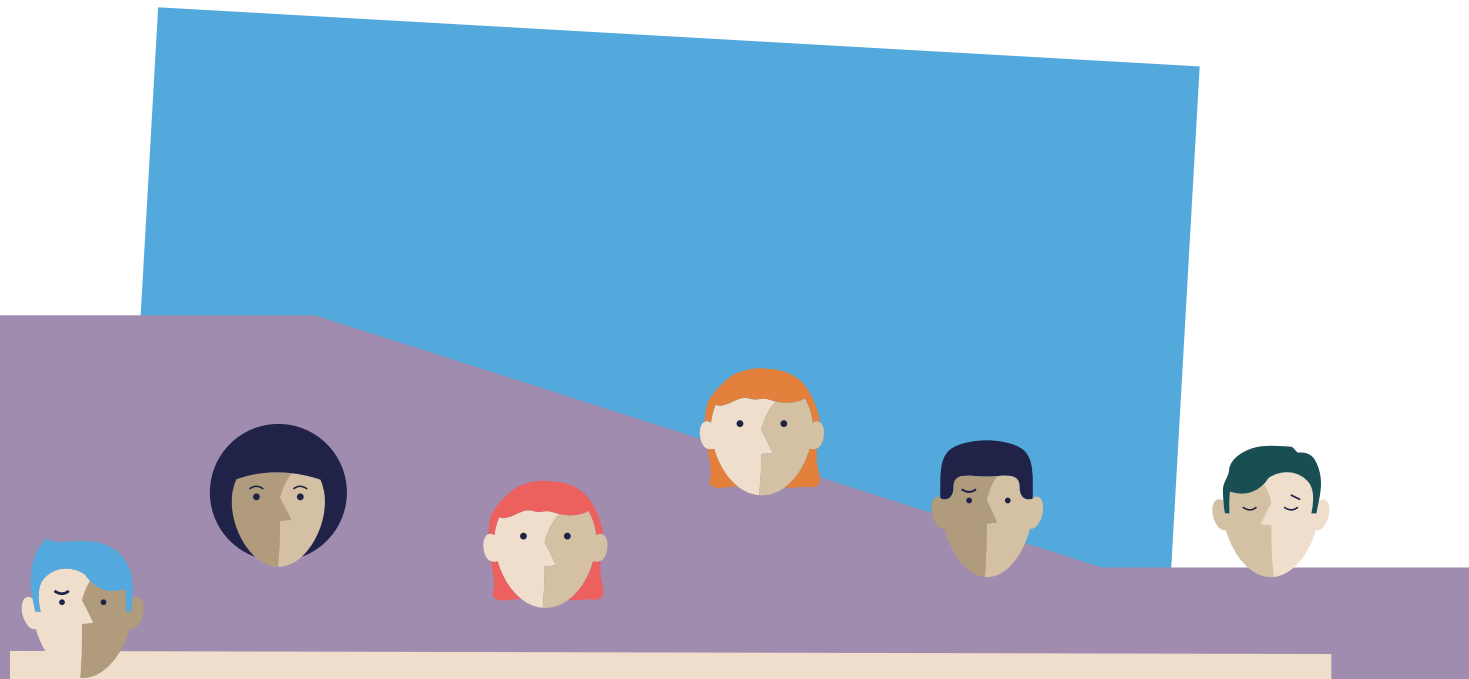
"Ik ervaar wel als het niet goed met mij gaat, als ik niet lekker in mijn vel zit, dan denk ik ook niet echt na over, ja, seks. Dan heb ik gewoon te veel shit om mee te dealen en dan gaat het gewoon naar de achterkant van mijn brein"

(Bram, 23 jaar, jongen).

Volgens de jongeren uit dit onderzoek is er een duidelijk tweerichtingsverkeer tussen liefdes- en seksleven en mentale gezondheid. De coronacrisis versterkte dit verband.

3.5 Sociale steun

Voor veel jongeren was corona in relatie tot daten en seks een belangrijk gespreksonderwerp met vrienden. Vrienden en familie hadden een cruciale rol, zowel ondersteunend als invloedrijk, maar soms ook kritisch en voorzichtig. In dit hoofdstuk beschrijven we in hoeverre en op welke manieren vrienden en familie van invloed waren op de jongeren en hun gedrag tijdens de coronacrisis.



Invloed van vrienden

- De meeste jongeren vonden hun vrienden tijdens de coronacrisis vooral ondersteunend. Ze kregen emotionele steun, gezelschap en waren er voor elkaar.
- Slechts bij een kleine groep jongeren was er onenigheid binnen vriendengroepen, bijvoorbeeld over het naleven van de maatregelen.
- Een groot aantal jongeren ervoer weinig tot geen invloed van hun vrienden tijdens de coronacrisis op het gebied van hun liefdes- en seksleven. Doordat ze op één lijn zaten of soms juist doordat zij hun eigen weg kozen.

Invloed van ouders/familie

- Ook familieleden en met name ouders toonden een soepele en ondersteunende houding tijdens de coronacrisis.
- Er waren ook jongeren die hun ouders te streng vonden, omdat ze regels oplegden.
- Tot slot waren er jongeren die geen invloed ervoeren van hun ouders, bijvoorbeeld omdat er thuis amper gepraat werd over liefde en/of seks.

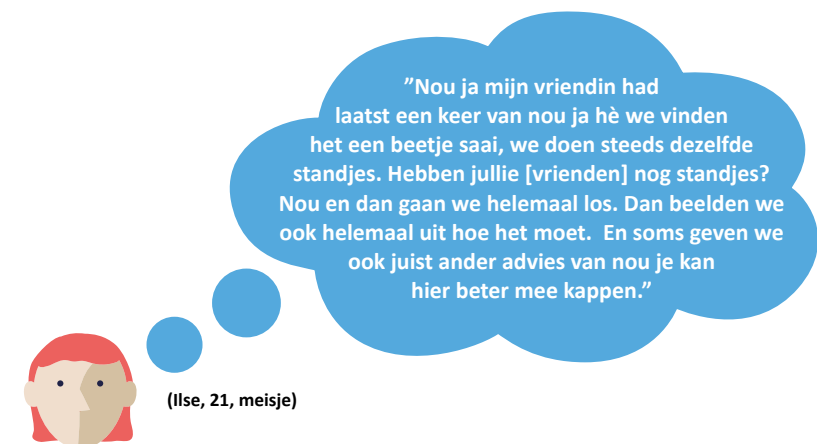
Invloed van vrienden

De meeste jongeren kregen op enig moment steun van hun vrienden. Er waren weleens onderlinge discussies, bijvoorbeeld over de coronamaatregelen en vaccins, maar aan het einde van de dag lieten vrienden elkaar in hun waarde en voelden zij zich niet beperkt door elkaar:

“Al mijn vrienden zijn allemaal een beetje met me eens. Ja. Natuurlijk iedereen heeft de afgelopen tijd vooral hele verschillende meningen gehad maar iedereen heeft wel altijd allemaal zoiets gehad van, ja, gewoon lekker doen wat je wilt. Als je iemand wilt ontmoeten en je wilt ermee daten dan moet je dat gewoon doen. Niemand heeft echt zoiets gehad van, je moet afstand houden, corona dit en dat.”

(Elmar, 22, jongen)

Vrienden ondersteunden elkaar in allerlei manieren. Ze gaven elkaar gezelschap, boden een luisterend oor of waren er simpelweg voor elkaar. Zo konden jongeren op emotionele steun rekenen als het bijvoorbeeld niet zo goed ging binnen de relatie, of als de lockdownperiode zwaar viel. Ze wisselden ook adviezen uit op het gebied van daten, relaties en seks, bijvoorbeeld om te stoppen met een relatie of date, of conflicten met partners te relativiseren. Een aantal jongeren praatte heel expliciet over seks met hun vrienden en wisselde tips uit voor betere seks:



“Nou ja mijn vriendin had laatst een keer van nou ja hè we vinden het een beetje saai, we doen steeds dezelfde standjes. Hebben jullie [vrienden] nog standjes? Nou en dan gaan we helemaal los. Dan beelden we ook helemaal uit hoe het moet. En soms geven we ook juist ander advies van nou je kan hier beter mee knippen.”

(Ilse, 21, meisje)

Kritische en voorzichtige vrienden

Een kwart van de jongeren sprak over voorzichtigheid, een kritische houding of onenigheid met hun vrienden. Die onenigheid had weinig te maken met liefde en/of daten, maar meer met de maatregelen en naleven van de coronaregels. Zo wilden sommige vrienden elkaar een tijdje niet zien uit angst voor corona.

Voorzichtige huisgenoten

Ook huisgenoten waren vaak voorzichtig met corona. In een aantal huizen maakten de bewoners onderling afspraken om een beperkt aantal gasten te ontvangen en om het aantal bezoeken buitenshuis te beperken. Hierdoor konden jongeren een tijdje hun vrienden niet of nauwelijks zien of geen losse sekspartners hebben:

“Een vaste scharrel, als je die dan hebt dan ligt het maar net aan de afspraken die je hebt gemaakt met je huis van hoeveel mensen jou mogen zien en of dat deel is van die mensen die je zou mogen zien. Dan kan het zijn dat je die persoon nog wel ziet maar een los persoon, dat gebeurde eigenlijk bijna nooit meer.”

(Benjamin, 23 jaar, jongen)

Deze beperkende of kritische rol van vrienden en huisgenoten was er minder vaak dan een ondersteunende en open houding.

Vrienden- weinig tot geen invloed

Een groot aantal jongeren gaf ook aan dat hun vrienden geen invloed hadden op het gebied van keuzes rondom liefde en seks doordat ze vaak op één lijn zaten.

"Nou, eigenlijk zitten we allemaal wel op een lijn. Iedereen heeft zoiets van je moet gewoon doen waar je zin in hebt"

(Willem, 19, jongen)

Ook kozen sommige jongeren hun eigen weg, bijvoorbeeld door alsnog te daten of seks te hebben, ongeacht de mening van hun vrienden:

"Gewoon doen wat je wil. Je bent jong, dus je wordt toch niet heel ziek"

(Bo, 16, non-binair)

Tot slot gaven sommige jongeren aan dat ze weinig of helemaal niet met hun vrienden over liefde en/of seks praatten, bijvoorbeeld doordat ze hun vrienden weinig zagen.

Invloed van ouders en familie

Als we de invloed van familie bespraken, ging het vooral over de ouders. Ook bij ouders voerde hun ondersteunende en soepele houding de boventoon. Veel ouders boden een luisterend oor en reageerden begripvol als jongeren hun liefdesleven bespraken. Ook stonden ze klaar als het niet goed ging met hun kind. Andere jongeren bespraken hun liefdes- en seksleven weinig, of vaak helemaal niet met hun ouders. Ze bewaarden dit gespreksonderwerp voor hun vrienden of partner, of ze hielden het voor zichzelf. Verschillende jongeren gaven aan dat hun ouders erop vertrouwden dat ze zich verantwoordelijk konden gedragen en veilig zouden daten in tijden van corona. Andere ouders waren er niet zoveel mee bezig:

" Nee, nee. Mijn ouders zijn daar niet echt heel erg, ja... Ze spreken er gewoon niet echt over. Ze vertrouwen erop dat ikzelf weet waar ik mee bezig ben."

(Isabel, 17, meisje).



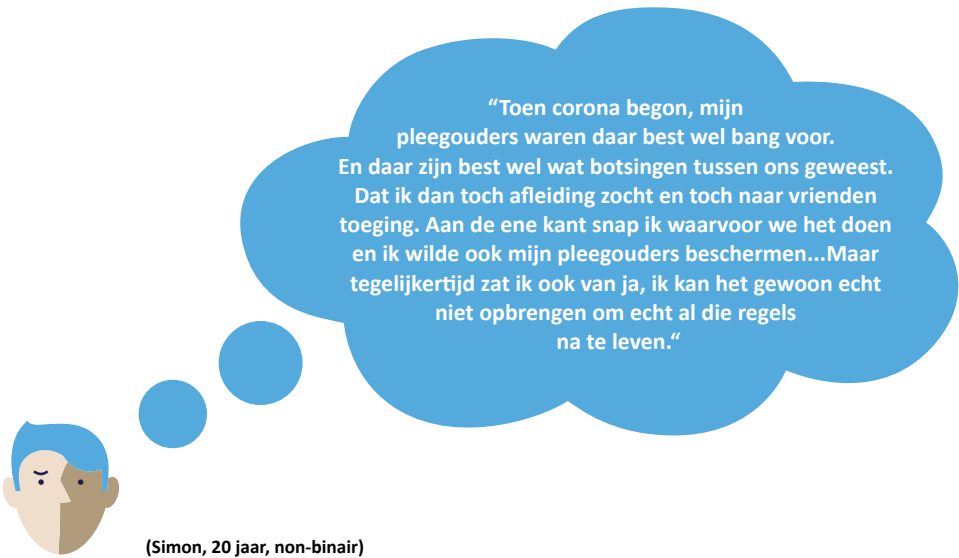
Rekening houden met ouders

Er waren ook jongeren die zelf rekening hielden met hun ouders en ervoor kozen om hun vrienden minder te ontmoeten. Voor de meesten speelde de leeftijd van de ouders een grote rol. Voor een kleiner aantal hoorde één of beide ouders tot een risicogroep met onderliggende aandoening(en). Er waren ook ouders die zelf angstig waren om corona te krijgen:

"Ze zegt wel altijd dat ze bang is. Dat ze er toch wel voor [red. corona] wil oppassen"

(Sabra, 20, meisje)

Daarnaast waren er ook jongeren die hun ouders te ‘voorzichtig’ of ‘streng’ vonden. Sommige ouders waarvan de kinderen nog thuis woonden, legden hun kinderen regels op over hoeveel mensen ze mochten zien. Dit zorgde weleens voor botsingen:



3.6 Informatiebehoefte, hulp en ondersteuning

Het liefdesleven van jongeren veranderde nogal. Daardoor hadden ze meer vragen over liefde, relaties en seks kunnen krijgen, of meer behoefte aan ondersteuning. In deze paragraaf beschrijven we in hoeverre jongeren behoefte hadden aan informatie, waar ze deze informatie zochten en of ze antwoord kregen op hun vragen. Ook vroegen we naar hun ideeën en voorkeuren op het gebied van online hulpverlening en soa-thuistesten.



Informatiebehoefte

- Een aanzienlijk deel van de jongeren had behoefte aan informatie..
- Jongeren met een informatiebehoefte wilden vooral meer weten over anticonceptie, seksueel plezier en relaties.
- De meeste jongeren zochten online naar informatie, waarbij ze meestal de informatie vonden. Sommige jongeren vonden tegenstrijdige informatie en konden lastig duiden welke informatie klopte.

Hulp en toegang tot zorg

- De meeste jongeren die hulp zochten en kregen, waren hier positief over.
- Voor een enkeling was het onduidelijk hoe de toegang tot zorg in de coronacrisis was geregeld. Zo hadden sommige jongeren moeite bij het maken van een afspraak voor een soa-test.

Online of offline consult

- Als voordelen van een online consult noemden jongeren laagdrempeligheid en tijd efficiënt.
- Het gemis van persoonlijk contact vonden ze een nadeel.
- Jongeren vonden het fijn om te kunnen kiezen voor een online of offline consult.

Soa-thuistest

- Als voordelen noemden jongeren dat het makkelijk en anoniem is en dat ze het op hun eigen moment kunnen doen.
- Als grootste nadeel noemden jongeren de betrouwbaarheid van de test zelf en van hun eigen afname.

Informatiebehoefte

Jongeren die behoefte aan informatie of hulp hadden, noemden vooral de thema's anticonceptie, seksueel plezier en relaties. Meiden hadden op alle thema's vaker behoefte aan informatie of hulp dan jongens, maar vooral over anticonceptie. Vragen over seksueel plezier gingen over seksstandjes en lekkere seks. Binnen het thema relaties waren er met name vragen over het omgaan met spanningen of conflicten en over relatievormen:



(Maud, 22 jaar, meisje).

"Ja, dan met name hoe je ermee omgaat als je echt totaal tegenover elkaar komt te staan. Hoe je dat dus het beste aan kunt pakken. Ook wel hoe je intimiteit kan creëren als je minder tijd hebt voor elkaar en hoe je dat het best kan behouden."

Enkele jongeren wilden ook iets weten over de thema's soa, grenzen aangeven en grensoverschrijding, seksuele- en genderdiversiteit, zwangerschap, erectieproblemen en pijn bij het vrijen. Ongeveer een derde had geen behoefte aan informatie, hulp of ondersteuning. Een aantal jongeren die geen informatiebehoefte had of niks opzocht, vertelde dat ze het liefst hun vragen met vrienden bespreken. Anderen vonden het niet zo noodzakelijk en lieten het er bij.

Waar zochten jongeren naar informatie?

De meeste jongeren zochten online naar antwoorden via Google, en daarna kwamen Sense en de GGD als zoekmanier. Sommige jongeren hadden contact met hun huisarts. Bijna iedereen vond of kreeg de informatie. Voor een kleine groep jongeren gold dit niet. Zij vertelden onder andere over onverwachtse bijwerkingen na het wisselen van anticonceptie, behoefte aan meer duidelijkheid of diepgang en tegenstrijdige informatie tussen websites.

"Over dat stuk van chlamydia was wel niet helemaal helder na hoeveel weken je nou precies moest bellen. Op meerdere plekken stond er dan weer een ander aantal dagen, en ook symptomen konden weleens afwijken. Maar goed, ik was ook niet op maar één specifieke betrouwbare site gaan kijken. Ik heb meerdere linkjes geprobeerd."

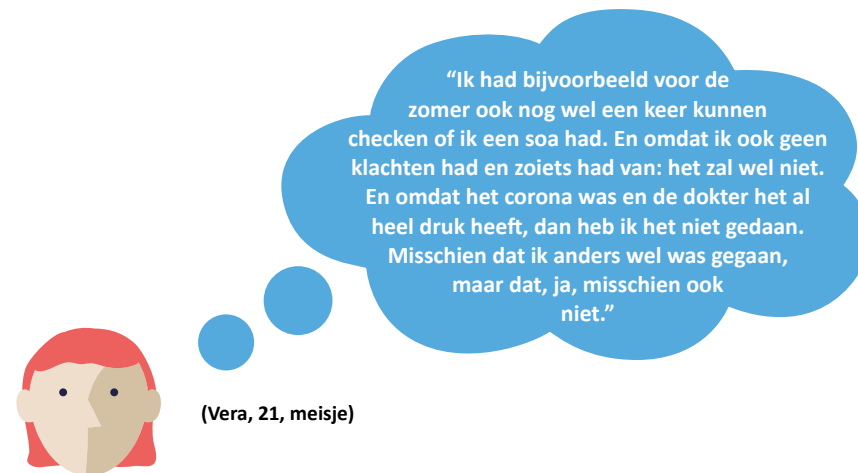
(Vera, 21, meisje)

"Ik ben nu dus overgestapt op een spiraaltje, maar ik had niet verwacht dat het zo zou gaan met mijn lichaam. Je leest sowieso overal dat er wel hormonen in een spiraal zitten, maar dat je er niet echt heel erg veel van voelt. Maar ik heb nu wel het gevoel dat ik een bepaalde bijwerking heb en alles, terwijl dat op internet een beetje wordt verdoezeld. De gynaecoloog heeft mij wel informatie gegeven over hoe het zetten gaat, maar ook niet echt over de werking in je lichaam."

(Tamara, 20, meisje).

Ontvangen van hulp

Jongeren die op zoek waren naar hulp, vonden dit meestal ook. Een enkeling niet. Zo was het voor sommigen niet duidelijk of ze wel of niet terecht konden voor een soa-test bij de GDG of huisarts. Of het was lastiger om een afspraak te maken.



(Vera, 21, meisje)

“Ik had bijvoorbeeld voor de zomer ook nog wel een keer kunnen checken of ik een soa had. En omdat ik ook geen klachten had en zo iets had van: het zal wel niet. En omdat het corona was en de dokter het al heel druk heeft, dan heb ik het niet gedaan. Misschien dat ik anders wel was gegaan, maar dat, ja, misschien ook niet.”

“En dan wil je een afspraak maken bij de GGD, ik dacht: ik zit in het PrEP-programma. Dus dan doe ik het gewoon via het PrEP-emailadres vraag ik gewoon om een afspraak. Zij zegt: ja dat moet je online doen via de normale website. En dan doe je het online, vul je dat hele formulier in, alle vragen die ze stellen... en dan aan het eind zeggen ze: we hebben geen plekken, probeer het later nog een keer. En de volgende dag heb ik het nog maar een keer geprobeerd en dan opeens staat er wel een hele agenda open. Heel vaag.”

(Simon, 20, non-binair)

Als de jongeren eenmaal hulp kregen, dan waren de meesten hier positief over. Maar ook hier waren uitzonderingen:

“Toen heb ik eigenlijk ook niet echt naar wens advies gekregen zoals ik wilde. Dus ik heb nu nog steeds het probleem wat ik heb, want ik heb heel erg last van mijn menstruatie en alles daaromheen. Dat is gewoon nog steeds niet opgelost dus dat is jammer.”

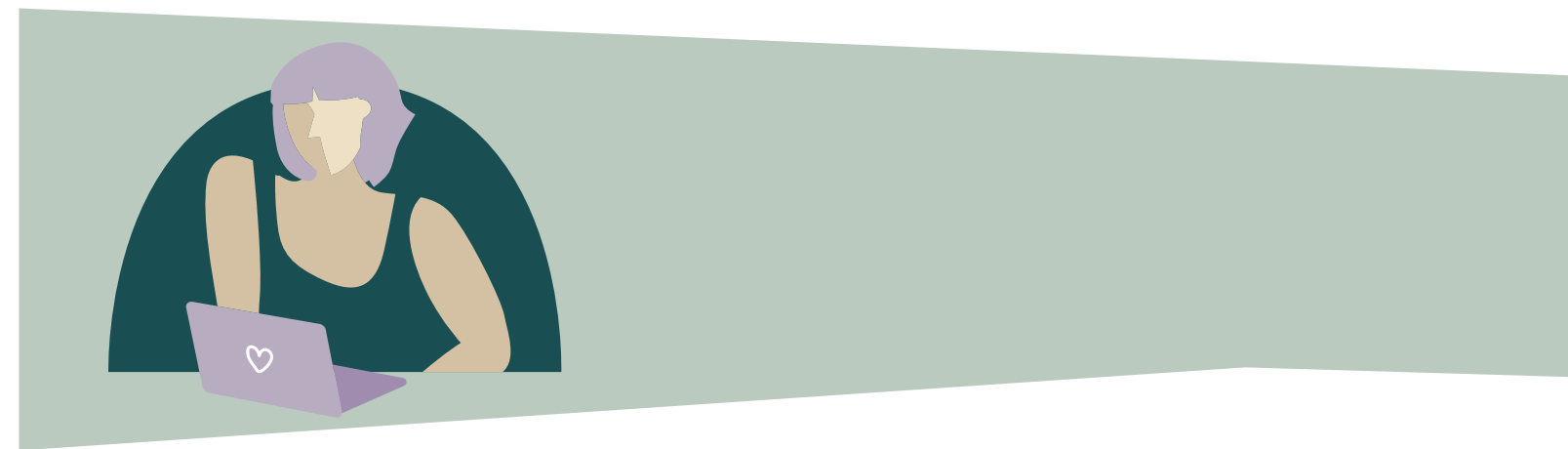
(Hanna, 22, meisje)

Online consult, of liever toch offline?

We vroegen jongeren hoe ze dachten over online consulten met zorgverleners zoals de huisarts of de GGD. De meningen waren verdeeld. Jongeren noemden een aantal voordelen van online consulten. Ze benoemden dat het niet locatie afhankelijk is, ‘je kan gewoon op je bed zitten’ en dat het laagdrempelig is: het kan makkelijker zijn om via beeld te praten over een schaamtevol onderwerp. Een ander voordeel is dat het minder tijd kost: doordat er geen reistijd is, is het ook makkelijk inplannen. Nadelen waren dat het minder persoonlijk is en een enkeling was bang dat huisgenoten het gesprek zouden horen. Een deel van de jongeren gaf toch wel de voorkeur aan offline consulten:

“Ja, ik weet niet, dan zie je toch iemand beter. Ik heb dan meer een idee van iemands lichaamshouding denk ik of zo. [...] Je loopt dan weer echt zo’n gezondheidscentrum binnen en dan ga je even in de wachtkamer zitten. [...] En dit gebeurt vanuit, ja, mijn huiskamer. En straks ga ik hier ook weer wat voor m’n werk doen en voor m’n studie doen. En dat (bezoek arts, red.), ja, is dan meer één soort geheel, zeg maar.”

(Sander, 24, jongen)



Vooraf het persoonlijke contact vonden deze jongeren fijn. Dit zou helpen bij het openstellen en praten over heftige onderwerpen. Andere jongeren gaven aan dat hun voorkeur voor een online of offline consult afhangt van het type klacht. Voor de een zou een online consult vooral handig zijn voor lichte klachten. Voor de ander gold dat de afstand bij een online consult juist ook kon helpen bij het praten over meer heftige onderwerpen, zoals seksuele grensoverschrijding.

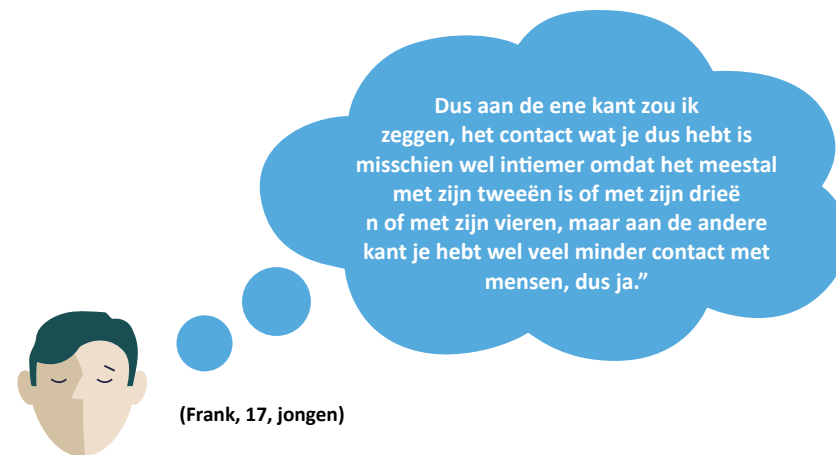
Sommige jongeren dachten dat bij klachten waar lichamelijk onderzoek nodig is en bij mentale problemen een offline consult beter werkt. Hulpverleners zouden volgens de jongeren zowel online of offline consulten moeten aanbieden en hen moeten laten kiezen:

“Dat dat een beetje wordt afgestemd op wat een persoon zelf prettig vindt.”

(Daan, 21, jongen)

Soa-thuistesten

Naast de online consulten, werkten de GGD'en tijdens de coronacrisis meer met soa- thuistesten. Een aantal jongeren uit dit onderzoek heeft dit ook zelf gedaan. We vroegen iedereen, ook aan jongeren die geen soa-test hadden gedaan, naar de voor- en nadelen van een thuistest. Als voordelen noemden ze dat je de test zelf kan afnemen op een eigen locatie, dat het makkelijk uit te voeren is en in je eigen tijd kan: *'gewoon even op de wc doen'* en *'je hoeft niet ergens heen'*. Ook benoemden ze dat er geen ongemak of schaamte is en dat je de test anoniem kan doen:



Dus aan de ene kant zou ik zeggen, het contact wat je dus hebt is misschien wel intiemer omdat het meestal met zijn tweeën is of met zijn drieën of met zijn vieren, maar aan de andere kant je hebt wel veel minder contact met mensen, dus ja."

(Frank, 17, jongen)

Als belangrijk nadeel noemde ongeveer de helft van de jongeren de betrouwbaarheid van de thuistest:

“Dat je het eventueel verkeerd zou kunnen doen of dat het niet helemaal gaat zoals het hoort”

(Alyssa, 21, meisje)

Jongeren twijfelden ook of deze test net zo betrouwbaar zou zijn als die bij de GGD. Een ander nadeel was dat niet iedereen het prettig zou vinden de test zelf thuis af te nemen en dat ze niet zouden willen dat hun ouders erachter zouden komen. Als oplossing gaven ze om de test dan buitenshuis te doen, bijvoorbeeld bij vrienden. Daarnaast zou het opsturen als meer moeite worden ervaren dan even langsgaan bij de GGD, en was één jongere het bijna vergeten de test op tijd op te sturen. Een ander nadeel noemden een paar jongeren de relatief hoge kosten voor de test als die online wordt gekocht, vergeleken met een gratis test bij de GGD.

De groep jongeren die uitgesproken voorstander is van een soa-test via de GGD is even groot als de groep jongeren die voorstander is van een thuistest. Ook hier adviseren jongeren om beide vormen aan te bieden en de jongere te laten kiezen.

3.7 Blik op de toekomst

In het tweede interview wierpen we met de jongeren een blik op de toekomst. Denken ze dat corona een blijvende invloed zal hebben op hun liefdes- en seksleven? Zijn er dingen veranderd die ze graag zo zouden willen houden, of willen ze terug naar 'normaal'? Ook vroegen we naar wensen en ideeën voor hulp of ondersteuning. Als laatste spraken de jongeren hun wens voor het komende liefdesjaar uit.



Veranderingen

- Jongeren willen met name hun relatie en dieptegang in de omgang met anderen behouden.
- Ook willen jongeren meer tijd voor zichzelf houden.
- Veel jongeren zijn klaar met corona en willen af van de maatregelen zodat hun sociale leven weer makkelijker wordt.

Ideeën en wensen voor ondersteuning

- Jongeren hebben behoefte aan advies rondom langdurige relaties, tips voor goede relaties in de lockdown periode en informatie over relatievormen.
- Jongeren willen online toegankelijke informatie op plekken waar geen inlog of registratie nodig is. Anonimiteit en informaliteit zijn belangrijke voorwaarden in de hulpverlening.

Wensen voor de komende 12 maanden

- Jongeren willen graag een inhaalslag maken op liefdesgebied. Meer uitgaan en zoenen en flirten tijdens het uitgaan en meer (experimenteren met) seks.
- Jongeren willen meer seks,, meer experimenteren en vaker spontaan seks hebben.
- Jongeren in een relatie wensen dat ze samenblijven met dezelfde partner en dat de relatie groeit.

Is corona van blijvende invloed?

We vroegen jongeren of ze denken dat corona nog van invloed zal zijn op hun liefdes- en seksleven in de toekomst. De opvattingen hierover zijn verdeeld. Ongeveer een derde gaf aan dat er wel invloed zal zijn, bijvoorbeeld omdat het contact met anderen intiemmer en diepgaander is geworden. Verder hadden enkele jongeren hun partner tijdens corona ontmoet, waarbij ze aangaven dat het daardoor van invloed zal blijven. Ook in negatieve zin benoemden sommige jongeren een blijvende invloed. Zo zijn ze (sociaal) angstig geworden, voorzichtig of terughoudend in de omgang met anderen.



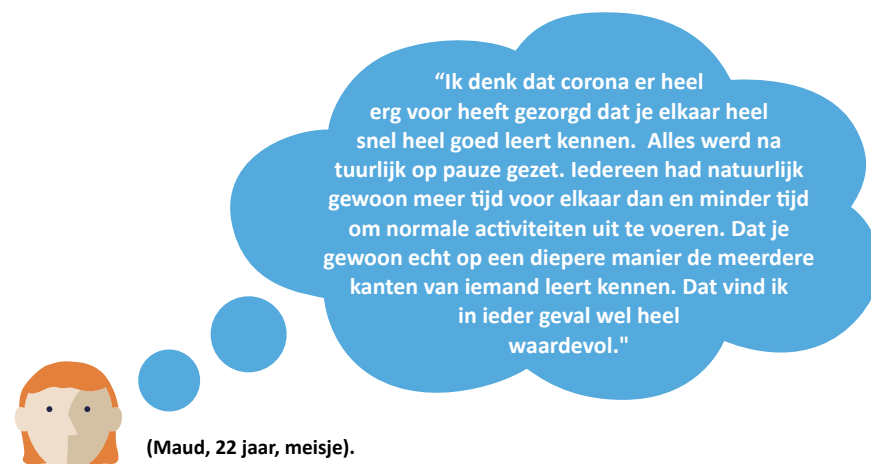
"De 'je-geeft-een-knuffel-als-je-binnenkomt-cultuur' een beetje weggetrokken is."

(Robin, 22, non-binair)

Een derde verwachtte geen blijvende invloed. Voor hen veranderde er door de coronacrisis niet veel. Het andere derde deel gaf aan dat het afhangt van eventuele nieuwe maatregelen: als er weer een nieuwe lockdown komt, dan beïnvloedt dit hun liefdes- en seksleven vooral negatief: minder mensen kunnen ontmoeten en misschien spanningen in de relatie.

Veranderingen behouden

Corona veranderde veel in het leven van jongeren. We vroegen welke van deze veranderingen ze willen houden. Een kleine groep jongeren antwoordde: niets. Veel jongeren wilden hun huidige partner niet kwijt en de diepgang en intimiteit bij het daten en in relaties houden.



Ook noemen jongeren dat ze tijd voor zichzelf willen houden: niet altijd sociaal hoeven zijn en afspraken mogen afzeggen:

"Dat wordt nu veel meer geaccepteerd."

(Sterre, 23, meisje)

Veranderingen kwijt willen

De meeste jongeren zijn 'klaar' met corona. Ze willen af van de maatregelen, zoals de avondklok, mondkapjes en testen voor toegang. Ze verlangen naar hun oude levensstijl waarin ze makkelijker mensen kunnen ontmoeten. Anderen willen het liefst dat corona 'geen thema meer is': dat het geen ruimte meer speelt bij het daten of in de relatie. Verder geeft een deel aan dat er door corona nieuwe sociale normen ontstaan zijn, zoals 'niet knuffelen' of 'geen handen schudden' en dat ze het liefst ook daarvan af willen. Ze hebben behoefte aan fysiek contact:

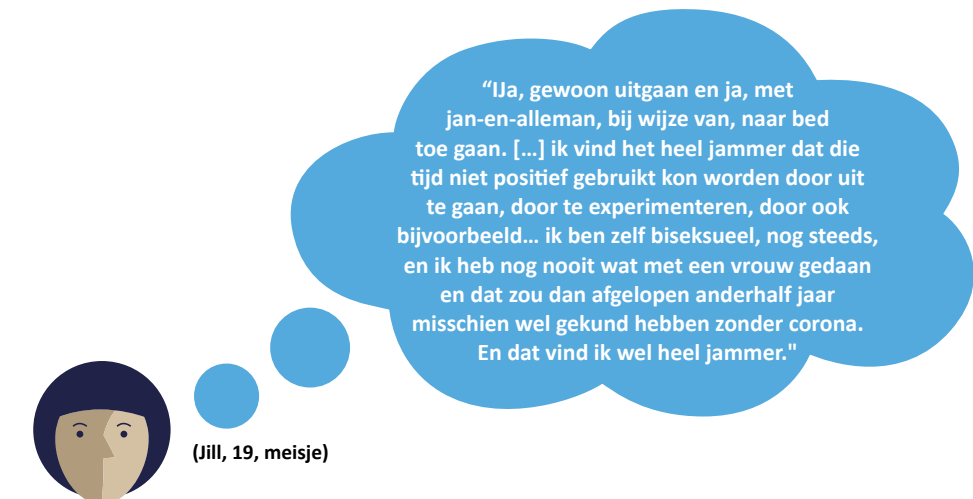
"Zeg maar het hele nadenken voordat je iemand aanraakt vind ik zo jammer en dat vind ik ook zo niet hoe het leven hoort te zijn. En dat gaat van vriendschappen tot seks tot... Ja, dat je gewoon op een feestje... Gewoon iemand kan zoenen als die ander dat dan ook wil en dat er allemaal geen gedachten aan vooraf hoeven te gaan wat corona betreft."

(Vera, 21, meisje)

Een paar jongeren vertellen dat ze graag van sombere gevoelens en gevoelens van eenzaamheid af willen. Deze gevoelens zijn begonnen, of versterkt door de coronacrisis.

Inhaalslag

Het liefdes- en seksleven heeft voor veel jongeren even stil of op een lager pitje gestaan. We wilden weten of jongeren bepaalde dingen zouden willen inhalen als er meer versoepelingen komen. Jongeren willen vooral op sociaal gebied ervaringen inhalen en dan met name het uitgaan: tot laat stappen, zorgeloos genieten en weer zoenen/flirten tijdens het uitgaan. En ze willen meer seks en meer spontaan. Anderen willen dingen uitproberen: een willekeurig persoon zoenen op een feestje, met meerdere mensen tegelijkertijd daten, een trio of de eigen seksuele voorkeur verder ontdekken.



We vroegen jongeren wat ze zelf kunnen doen om die inhaalslag te maken. Ze noemden expliciet (maar respectvol) zijn in de communicatie, met vrienden afspreken om uit te gaan en 'gewoon doen'.

Wensen in informatie of ondersteuning

We vroegen jongeren waar ze in de toekomst nog meer informatie of ondersteuning in zouden willen. Veel jongeren hebben behoefte aan advies over langdurige relaties, tips voor goede relaties in de lockdown periode en informatie over relatievormen. Ze zouden hierover willen lezen en één jongere gaf als suggesties een ‘relatietelefoon’. Sommige jongeren zouden over hun relatie willen praten met een professional:

“Zolang het maar wel betrouwbaar is. Zolang het maar niet willekeurige mensen op internet zijn die mij gaan vertellen wat ik moet doen, maar iemand die er wel een beetje verstand van heeft. Of in ieder geval verstand van hoe relaties in elkaar zouden moeten zitten. Of in ieder geval met een gegronde basis. Of in ieder geval een beetje gegronde kennis.”

(Alyssa, 21, meisje)

Een paar jongeren geven aan dat ze meer informatie zouden willen krijgen over consent. Dit gaat over consent voor seks, en specifiek in de kleine stappen naar seks toe, zoals toestemming vragen voor het uittrekken van het shirt van de ander.

Ideeën voor ondersteuning, hulp of zorg

Jongeren noemden meerdere manieren hoe ze ondersteund kunnen worden. Voor jongeren is het belangrijk dat de informatie beschikbaar en toegankelijk is. Ze noemden internet als voornaamste bron om jongeren aan te spreken en sociale media zoals TikTok, SnapChat, Instagram. Ook laagdrempelige chatfuncties (chatapp, klantenservice), forums en blogs zijn belangrijk. Jongeren stelden hierbij als voorwaarden anonimiteit en laagdrempeligheid, bijvoorbeeld door niet te hoeven inloggen of registreren voor hulp. Ook noemde een kleiner deel ervaringsverhalen, vertrouwenspunten of fysieke ontmoetingsplekken:



Daarnaast noemden jongeren de belangrijke rol van scholen. Zo raadden ze aan om het onderwerp liefde, relaties en seks niet alleen bij biologie te behandelen, maar breder. Ook vonden ze voorlichting, zowel binnen als buiten de school een belangrijke manier om informatie te verspreiden. Thema's die ze specifiek aan bod willen laten komen zijn corona en seks, hiv/soa en lhbt+.

Jongeren vonden dat hulpverleners moeten zorgen dat ze zich op hun gemak voelen. Dit kan door een luisterend oor te bieden, advies te geven of goed door te vragen. Maar ook door een open houding, niet te oordelen en het gesprek ontspannen te houden.

Wensen komende twaalf maanden

Jongeren hebben meerdere wensen voor de komende twaalf maanden en dan vooral op seks- en relatiegebied. Zo gaf een groot deel van de jongeren aan vaker seks te willen hebben. Ook willen ze experimenteren met seks, zoals nieuwe dingen uitproberen of spontane seks hebben.



Jongeren in een relatie willen samenblijven met dezelfde partner. Ook wensen ze dat de relatie blijft groeien en de band nog hechter wordt. Sommigen geven aan dat ze hopen dat de relatie stabiel blijft en dat ze doorgaan zoals het nu is. Verder geeft een kleiner deel aan dat ze weer willen daten, flirten, zoenen en verliefd worden en dat corona geen invloed meer zal hebben op hun liefdesleven.

Daarnaast geven jongeren ook aan (meer) persoonlijke groei te willen doormaken in de komende twaalf maanden. Ze willen meer tijd voor zichzelf vrijmaken, meer rust en dicht bij hun gevoel staan. Een ander deel van de jongeren geeft aan niks aan hun huidige situatie wil veranderen, omdat ze er tevreden mee zijn.

“Nou, dat het gewoon allemaal hetzelfde blijft. Dat het gewoon altijd gewoon nog een stijgende lijn blijft. Als het maar gewoon over het algemeen gewoon goed is.”

(Benjamin, 23 jaar, jongen)

4. Conclusies

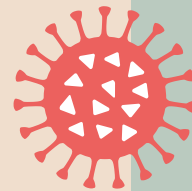


1. Avondklok en (eerste) lockdown meest ingrijpende periodes

Opeens niet meer kunnen feesten, stappen en geen nieuwe mensen leren kennen. Vooral de eerste lockdown beperkte het liefdes- en seksleven van jongeren enorm. Ze moesten zoeken naar een manier om met de regels om te gaan. Vooral de avondklok was een extra belemmering voor het daten. Afspraakjes moesten gehaast en er was bijna geen ruimte om elkaar in een rustig tempo goed te leren kennen waardoor jongeren bijvoorbeeld sneller bij elkaar bleven slapen en daardoor ook sneller seks hadden.

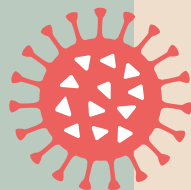
2. Corona legt verschillen bloot binnen relaties

Tijdens dates en binnen relaties hoorde praten en discussiëren over het naleven van de coronamaatregelen en het vaccineren er de laatste twee jaar bij. Jongeren kwamen er door dit soort gesprekken al in een vroege fase achter in hoeverre ze verschilden van hun seks- of liefdespartner. Aan de ene kant was dit confronterend, aan de andere kant leidde het tot diepgang en intimiteit die jongeren niet meer kwijt zouden willen.



3. Dateleven stil door minder mogelijkheden om anderen te ontmoeten en angst voor corona

Jongeren konden door de lockdowns en de avondklok moeilijk mensen ontmoeten. Sommigen waren ook voorzichtig uit angst voor corona. Voor een deel viel het dateleven compleet stil en dat vonden ze jammer omdat ze graag ook nieuwe mensen leren kennen en een liefdesleven willen. Aan de andere kant verschoof hun focus naar dingen als persoonlijke groei, studie of werk. Jongeren die hun dates voor corona al online ontmoetten, bleven tijdens deze periodes wel vaak daten. Voor anderen was online daten geen oplossing: het sprak ze niet aan of ze vonden het te oppervlakkig.



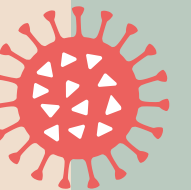
4. Seksleven stil door gebroken relaties, minder ontmoetingen en risico op corona

Relatieproblemen en relatiebreuken waren de belangrijkste dieptepunten. Die zorgden namelijk naast liefdesverdriet ook voor minder seks. Want in tijden van corona geven jongeren de voorkeur aan seks binnen een relatie. Er waren veel minder losse contacten, zoals one-night-stands. Dat komt door voorzichtigheid van jongeren zelf en anderen in verband met besmetting en verspreiding. Nieuwe relaties ontstaan minder snel omdat het moeilijker is nieuwe mensen te ontmoeten.



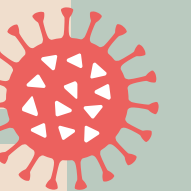
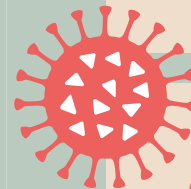
5. Zomer 2021: meer mogelijkheden, maar tegelijkertijd ook overweldigend en onwennig

Voor vele jongeren was de zomer van 2021 een opluchting. Samen op vakantie, terrasjes pakken of op een date gaan. Toch vonden niet alle jongeren dit even simpel. Het voelde soms onwennig en simpele dingen zoals offline afspraken en dates konden overweldigend of spannend zijn. Ondanks dat de zomer een periode was waar veel jongeren naar uitkeken, was er tijd en ruimte nodig om hun draai te vinden.



6. Liefdes- en seksleven hand-in-hand met mentale gezondheid

Voor bijna elke jongere gaan hun liefdes- en seksleven hand in hand met hoe ze in hun vel zitten. In tijden van corona voelden de meesten zich mentaal slechter en daardoor hadden ze minder behoefte aan seks en haalden ze er ook minder plezier en voldoening uit. Tegelijkertijd hadden jongeren minder seks en stond hun dateleven vaak op een lager pitje. Daardoor zaten ze ook minder goed in hun vel. Corona en alle maatregelen versterkten deze wisselwerking.

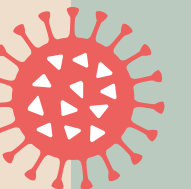


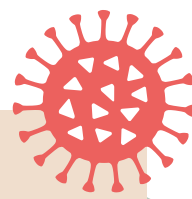
7. Corona droeg ook bij aan zelfreflectie, bewustwording en rust

Een klein deel van de jongeren vond het fijn dat er door de coronamaatregelen meer tijd was om tot rust te komen en stil te staan bij het dagelijks leven. Zo werden sommigen zich bewust van hun privileges en namen anderen de tijd om aan zichzelf te werken en minder te focussen op daten, seks en/of relaties. Deze periode van rust was voor enkelen noodzakelijk voor reflectie en nieuwe, verdiepende inzichten.

8. Vrienden en familie een belangrijk steunpilaar, vooral tijdens corona

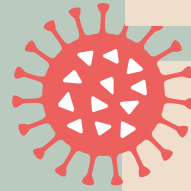
De relatie met familie en vooral vrienden was cruciaal in de laatste twee jaar. Jongeren hielden rekening met hun (kwetsbare) ouders of andere familieleden en beperkten daarom hun contacten buitenshuis. Thuis en ook binnen vriendengroepen waren er af en toe stevige gesprekken over het naleven van de maatregelen of over vaccineren. Maar de meeste jongeren hadden steun aan hun vrienden en familie en konden bij hen terecht voor gesprekken en adviezen. Als die gingen over liefde, relaties of seks, dan spraken jongeren vooral met vrienden.





9. Jongeren willen kunnen kiezen tussen een online of offline consult

Er zijn wisselende ervaringen en meningen over een online consult met een zorg- of hulpverlener. Voordelen voor jongeren zijn dat het laagdrempelig en tijd efficiënt is. Belangrijkste nadeel: minder persoonlijk. Het verschilt per jongere wanneer ze wel of niet zouden kiezen voor een online consult, en een deel heeft nog altijd liever offline afspraken.

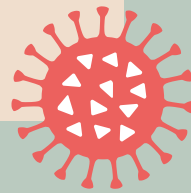


10. Jongeren zijn positief over soa-thuistesten maar twijfelen over de betrouwbaarheid

Laagdrempelig en snel. Dat zien jongeren als de belangrijkste voordelen van een soa-thuistest. Wel twijfelen jongeren over de betrouwbaarheid vergeleken met een test bij de GGD en zijn ze bang dat ze de test niet goed uitvoeren en zo de uitkomst beïnvloeden. Deze twijfel kan jongeren weerhouden om zelf een soa-thuistest te doen.

11. Jongeren hebben behoefte aan intimiteit en commitment, maar ook aan experimenteren en inhalen op liefdes- en seksgebied

Nadat het maanden niet makkelijk kon, hebben veel jongeren zin om nieuwe mensen te leren kennen. Een aantal heeft sterk het gevoel iets te willen inhalen: meer uitgaan, daten, seks en experimenteren. Maar jongeren hebben vooral behoefte aan persoonlijke dates en langer met dezelfde persoon, in plaats van oppervlakkige afspraken met verschillende mensen. Dit nemen ze mee van de coronacrisis waarin sommige jongeren een 'coronarelatie' kregen. Zo'n relatie ontwikkelde zich vaak sneller uit een verlangen naar intimiteit en weinig mogelijkheden om anderen te ontmoeten.



Vervolg vragen voor toekomstig onderzoek

Dit onderzoek heeft goed in kaart gebracht hoe jongeren de coronaperiode beleefden en welke tekortkomingen zij ervaren hebben in hun liefdes- en seksleven. Toekomstig onderzoek zal moeten uitwijzen of de lockdownperiodes een blijvend effect zullen hebben, of dat jongeren snel weer in hun 'oude' patroon terugkomen. Daarnaast mist er nog relevante informatie over specifieke subgroepen, zoals praktisch opgeleide jongens en jongeren van kleur. Vervolgonderzoek moet uitwijzen hoe de ervaringen van praktisch opgeleide jongeren en jongeren van kleur betekenisvol verschillen van de theoretisch opgeleide en witte groep jongeren voor wat betreft de invloed van corona op het liefdes- en seksleven.

5. Referenties

1. Joemmanbaks, F., Graaf, H. de, Vermey, K., & Kuipers, L. (2021). Seksuele gezondheid van jongeren in Nederland tijdens de coronacrisis. Utrecht/Amsterdam: Rutgers/Soa Aids Nederland.
2. Berney, L. R., & Blane, D. B. (1997). Collecting retrospective data: accuracy of recall after 50 years judged against historical records. *Social science & medicine*, 45(10), 1519-1525.
3. Wilson, S., S. Cunningham-Burley, A. Bancroft, K. Backett-Milburn & Masters, H. (2007). "Young People, Biographical Narratives and the Life Grid: Young People's Accounts of Parental Substance Use." *Qualitative Research* 7(1): 135–151.

Leeswijzer

Dit onderzoek is uitgevoerd in opdracht van het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM) om meer inzicht te krijgen in de impact van de coronacrisis op de seksuele gezondheid van jongeren. Het onderzoek geeft een intieme inkijk in de leefwereld van jongeren en hun ervaringen met liefde, relaties en seksualiteit.

In dit onderzoeksrapport citeren we de jongeren, rapporteren we hun beleving en doen we aanbevelingen voor professionals die met jongeren werken. De gebruikte namen zijn om privacy-redenen gefingeerd. Overeenkomsten tussen personen, hun leeftijden en verhalen en onze geïnterviewden zijn toeval.

Colofon

Auteurs Fayaaz Joemmanbaks², Els Weerstra¹, Karin Wesselink², Simone Tijdink², Hanneke de Graaf², Koenraad Vermey¹

1. Aidsfonds- Soa Aids Nederland
2. Rutgers

Contact onderzoek@soaids.nl

Publicatiedatum maart 2022

Illustraties Sabine van Vessum

Vormgeving Alice Verleun

Fotografie Pexels

Referentie: Joemmanbaks, F., Weerstra, E., Wesselink, K., Tijdink, S., De Graaf, H. & Vermey, K. (2022). Anderhalve meter: ook in de slaapkamer? Interviews met jongeren over de invloed van de coronacrisis op hun seksuele gezondheid. Soa Aids Nederland & Rutgers.

6. Bijlagen

Bijlage 1. Topiclijst

Topiclijst interview 1

Introductie

Welkom. Wat fijn dat je mee wilt doen aan dit interview!

Voorstellen

Ik ben XX. Ik doe dit interview voor Rutgers en Soa Aids Nederland. Dat zijn organisaties die o.a. jongeren ondersteunen in hun gezondheid, bijvoorbeeld met lesmateriaal, onderzoek of campagnes.

Wat gaan we doen

We gaan twee keer een interview houden, beide van maximaal 1 uur. Dit is het eerste interview, en in oktober houden we het tweede interview. Het is belangrijk dat je aan beide interviews meedoet. We interviewen ongeveer 40 personen van 16 tot en met 24 jaar.

Geïnformeerde toestemming

In de informatie die we je vooraf hebben gestuurd heb je kunnen lezen dat dit interview vrijwillig is en anoniem, en dat jij bepaalt wat je wilt zeggen en of je door wilt gaan. Heb je dit formulier gelezen? Heb je er nog vragen over?

Waar gaat het interview over?

Ik begin straks met wat praktische vragen en vragen over de corona periode in het algemeen. Daarna wil ik weten hoe het met jouw liefdesleven is gegaan in deze periode en hoe je de ondersteuning hebt ervaren. Ik ga je dan ook vragen iets te tekenen. Heb je pen en papier bij de hand?

Opname starten

- Heb je voordat we starten nog vragen?
- Zullen we beginnen?
- Zoals je weet neem ik dit interview op. Ik start nu de opname.

Demografische vragen

Eerst een paar praktische vragen:

- [Check of leeftijd en gender] Ik zie op het formulier dat je een [gender] bent en dat je jaar [leeftijd] bent. Klopt dat?
- Hoe omschrijf je je seksuele voorkeur? Hetero, homo, bi, iets anders?
- Zit je op school of studeer je? Wat voor school/studie? [We willen het niveau weten, dus als de jongere alleen een naam noemt, doorvragen wat voor soort school dat is]
- Werk je? [Zo ja] Wat voor werk doe je?
- Woon je nog thuis, of ergens anders? Met wie woon je?
- Wat is je woonplaats?
- Wat is je etnische achtergrond? [Als iemand dit niet begrijpt, toelichten dat het over het geboorteland van respondent en van vader en moeder gaat]

Coronamaatregelen

Tijdslijn coronaperiode

Dit interview gaat over jouw leven tijdens de corona periode. Die periode is half maart vorig jaar begonnen. Toen kwam het virus Nederland binnen en gingen bijvoorbeeld de scholen en de kroegen voor het eerst dicht. Daarna kwamen er soms maatregelen bij en werden deze ook weer opgeheven. Om je te helpen herinneren wanneer dat was, hebben we de belangrijkste mijlpalen even voor je in een plaatje gezet. Ik deel nu mijn scherm met je, zodat je deze kunt zien.



Deel de dia met de corona tijdslijn met de kandidaat via scherm delen. Laat deze openstaan terwijl de kandidaat zijn corona-levenslijn tekent.

Algemene beleving corona periode

- Hoe was deze periode voor jou?
- Hadden deze maatregelen gevolgen voor jouw persoonlijk? Heb je bijvoorbeeld last gehad van de sluiting van scholen, horeca en sportclubs? En van het samenscholingsverbod? En van de avondklok? Hoe ben je hiermee omgegaan? Hadden bepaalde maatregelen ook voordelen?
- Weet je toevallig wat het advies van het RIVM was op het gebied van relaties en seks? [Zo ja] Wat vind je van dit advies? Heb je er zelf iets mee gedaan? Waarom wel, waarom niet?

Tekenen van de corona-levenslijn

Levenslijn tekenen

Ik wil je vragen een lijn te tekenen die jouw liefdes en/of seksleven tijdens de corona-periode voorstelt. De lijn begint vlak vóór het begin van de corona periode en loopt tot aan vandaag. Teken de lijn omhoog als het goed ging met je liefdes- en seksleven en omlaag als het slecht ging. Neem een paar minuten de tijd om over deze periode na te denken en de lijn te tekenen.

Personen in levenslijn

Zou je nu ook in de levenslijn willen zetten met wie je een date, relatie of seks hebt gehad? Als je langere tijd met iemand om bent gegaan, zet die persoon er dan in bij de eerste belangrijke gebeurtenis. Je hoeft geen namen te gebruiken, je kunt ze ook een nummer geven.



Wil je een foto van deze tekening maken en die naar mij mailen? Dan kunnen we hem bespreken.

Levenslijn bespreken *[open de foto op een ander scherm]*

- Kun je me vertellen wat je getekend hebt en waarom je hem zo getekend hebt? *[Vraag alleen door als iets onduidelijk is, vermijd onderbrekingen.]*
- Vertel me eens over de hoogtepunten in deze periode? Wat heb je als dieptepunten ervaren? Waarom waren dit hoogte- en dieptepunten? Waren er belangrijke veranderingen? Kun je daar meer over vertellen?
- Denk even terug aan de corona maatregelen die we hierboven hebben besproken: 1,5 meter afstand moeten houden, het sluiten van de scholen, horeca en sportclubs, het samenscholingsverbod en de avondklok. Denk je dat dit invloed heeft gehad op jouw liefdes- en seksleven? Bijvoorbeeld omdat het hierdoor lastiger was om leuke mensen te ontmoeten of om met iemand af te spreken? Of omdat de relatie juist hechter werd met degene die je nog wel kon zien? Hoe ben je hiermee omgegaan? Waren er dingen die je zelf anders bent gaan doen? Wat was hiervoor de reden?
- [Bij afwezigheid van verandering] Als ik je goed begrijp is er weinig veranderd in jouw liefdes- en seksleven in deze periode. Hoe komt dat denk je? En hoe heb je dit ervaren?
- Is er weleens iets vervelends gebeurd? Had dit iets met corona te maken?
- Kun je wat vertellen over de personen in je levenslijn?
Bijvoorbeeld: was je verliefd, hadden jullie een relatie, hadden jullie seks, hoe lang duurde het contact?
[Als het veel verschillende partners zijn, algemene beschrijving vragen, bijvoorbeeld “was je meestal verliefd op deze personen”]
Heb je op dit moment een relatie?

Online, ouders en vrienden

- Hoe was je online gebruik als het gaat om liefde en seks in de coronaperiode (denk aan flirten en daten via social media of datingapps of het versturen van sexy foto's)? Is hierin iets veranderd?
- Hoe denken je ouders over daten en seks in deze periode? Heeft dit invloed gehad op de keuzes die je kon maken of gemaakt hebt? Zo ja, wat voor invloed dan, op welke manier? Wat vond je hiervan?
- Hoe denken je vrienden over daten en seks in deze periode? Hebben de corona maatregelen invloed gehad op hun liefdes- en seksleven, denk je? Kun je hier voorbeelden van geven? En hebben jouw vrienden invloed gehad op de keuzes die je kon maken of gemaakt hebt? Zo ja, wat voor invloed dan, op welke manier? Wat vond je hiervan?

(Behoeftte aan) ondersteuning

- Als ik het goed begrepen heb heeft corona over het algemeen weinig/een positieve/een negatieve invloed gehad op jouw liefdes- en seksleven. [Indien weinig of positieve invloed] Ik wil je toch nog wat vragen over je behoefte aan informatie, advies of zorg.
- Heb je in de coronaperiode behoefte gehad aan informatie over seks en relaties? [Zo ja] Waarover? Heb je deze informatie ook gezocht? Hoe heb je dat gedaan? Kon je alles vinden, of heb je iets gemist? [Indien iets gemist] Hoe kwam het dat je niet de juiste informatie kon vinden?
- Heb je in de corona periode behoefte gehad aan een soa-test? [Zo nee] Zou je je kunnen voorstellen dat je thuis een soa-test zou doen? Waarom wel/niet? Wat zou je daar de voordelen van vinden en wat de nadelen? [Zo ja] Heb je ook een soa-test laten doen? [Zo ja] Waar heb je dit laten doen? Bij je huisarts, GGD of thuistest? [Zo nee] Wat is de reden dat dit niet is gelukt? Ben je van plan om die nog te laten doen? Bij huisarts, GGD of thuistest?
- Heb je in de coronaperiode behoefte gehad aan andere zorg of advies, bijvoorbeeld over soa, anticonceptie, seksuele problemen of seksueel geweld? [Zo nee] Stel dat je hier wel behoefte aan had gehad, had je dan ook online met je huisarts of een andere zorgverlener willen praten? Waarom wel/niet? Wat zou je daar de voordelen van vinden en wat de nadelen?
- [Indien wel behoefte aan hulp/advies] Waarvoor wilde je zorg of advies? Van je huisarts, GGD of een andere zorgverlener? Heb je toen ook contact gehad met deze zorgverlener? [Zo ja] Was dat online, of ben je er fysiek naartoe gegaan? Wat vond je van de hulp die je kreeg? Waren er dingen die je goed vond? Kun je voorbeelden geven? Heb je dingen gemist? Kun je voorbeelden geven?

Afsluiting

- Zijn we nog dingen vergeten? Iets waarvan je denkt; dat heb ik nog niet kunnen zeggen, maar is wel belangrijk voor dit interview?
- Wat vond je van dit interview? Heb je naar aanleiding hiervan behoefte aan informatie, of om met iemand te praten? [Zo ja] Je kunt hiervoor terecht bij Sense (via sense.info)
- Welke bon van 15 euro wil je ontvangen? Die sturen we naar je toe.
- Dank voor het interview! En we spreken elkaar nog een keer in oktober. Dan hoor ik graag van je hoe je zomer is geweest. Tot dan!

Topiclist interview 2

Introductie

Welkom. Wat fijn dat je meedoet aan het tweede interview!

Waar gaat het interview over?

Dit tweede interview lijkt op het eerste interview, veel vragen zullen hetzelfde zijn, maar dit keer zullen we het alleen over de afgelopen zomer tot en met nu hebben. Aan het einde zal ik ook met je een blik op de toekomst werpen.

Geïnformeerde toestemming

In de informatie die we je vooraf hebben gestuurd heb je kunnen lezen dat dit interview vrijwillig is en anoniem, en dat jij bepaalt wat je wilt zeggen en of je door wilt gaan. Heb je dit formulier gelezen? Heb je er nog vragen over?

Opname starten

- Heb je voordat we starten nog vragen?
- Zullen we beginnen?
- Zoals je weet neem ik dit interview op. Ik start nu de opname.

Demografische vragen

Eerst wil ik even checken of de praktische gegevens nog kloppen. Is er in de afgelopen maanden iets veranderd voor wat betreft je leeftijd, seksuele voorkeur, gender, opleiding, werk, woonsituatie of je woonplaats?

Coronamaatregelen

We hebben elkaar voor het laatst op ... gesproken. Ik wil het nu met je hebben over je liefdes- en seksleven sindsdien.

- Wat kan je me vertellen over je liefdesleven en seksleven van de afgelopen zomer?
- Vertel, wat waren de hoogtepunten in de zomer?
 - Wat heb je als dieptepunten ervaren?
 - Waarom waren dit hoogte- en dieptepunten?
- Kun je wat vertellen over de personen met wie je samen was, afgelopen zomer?
Bijvoorbeeld: was je verliefd, hadden jullie een relatie, hadden jullie seks, hoe lang duurde het contact? [Als het veel verschillende partners zijn, algemene beschrijving vragen, bijvoorbeeld “wat voelde je voor deze personen”]
- Ben je op vakantie geweest? Ben je daar iemand tegengekomen?
 - Hoe was dat in coronatijd? [Vraag door naar invloed corona op liefde, daten en seks]
- Is er tijdens de zomer iets veranderd in je liefdes- en seksleven, vergeleken met de periode daarvoor? Kun je daar meer over vertellen?
 - Hoe is dat veranderd (toen versus nu)? Ben je dingen anders gaan doen?
 - Om welke reden? Had het iets met corona(maatregelen of versoepelingen) te maken?

- Hebben de coronamaatregelen en versoepelingen de afgelopen zomer invloed gehad op je liefdesleven? Kun je daar meer over vertellen?
- Zijn er dingen die je doet om te voorkomen dat je corona krijgt of verspreidt? Bijvoorbeeld, bespreek je dit van tevoren met de ander, zoals wil je weten of de ander naar (illegale) feestjes gaat, of je afstand wilt houden, of de ander gevaccineerd is, of dat je allebei een sneltest doet voordat je afsprekt, of iets anders?
 - Hoe vind je dat? / Welk effect heeft dit op het daten?
 - En doe je dit bij bepaalde partners wel of niet, of anders?
- Als je terugkijkt, heb je tijdens de zomer meer of minder of evenveel dates/seks gehad vergeleken met de periode vóór de afgelopen zomer?
 - Hoe komt dat denk je? Wat vind je ervan?
 - Als minder: is die behoefte meer/minder/evenveel dan vóór de zomer? Waar had je behoefte aan?
- Is er weleens iets vervelends gebeurd op seksueel gebied in de zomermaanden? Bijvoorbeeld dat er iets tegen je wil gebeurde. Dat kan fysiek zijn zoals in bed, of verbaal zoals op straat of online [ook beelden].
 - Wanneer is dit gebeurd? Wil je er iets over vertellen? [Vraag ook naar pleger]
 - Had dit iets met corona te maken?

Mentaal welzijn

Ik ben ook nog benieuwd om te horen hoe het met je gaat en of dit invloed heeft op je liefdesleven.

- Hoe gaat het nu met je? Voel je je beter, slechter of hetzelfde als in de periode vóór de zomer? Hoe komt dat denk je?
- Wat voor invloed heeft dit op je liefdesleven? Kan je daar iets meer over vertellen?
[Bijvoorbeeld, minder behoefte aan daten, seks, liefde als mentaal slechter gaat, of vice versa: stil liefdesleven en daardoor mentaal slechter / beter]

Online

Net als de vorige keer, wil ik het ook hebben over je online gebruik.

- Hoe was je online gebruik als het gaat om liefde en seks in de afgelopen zomermaanden (denk aan flirten via social media, gebruik datingapps, online seks)?
 - Is hierin iets veranderd in vergelijking met de periode vóór de zomer? Waarom denk je?
- Heb je de afgelopen zomer weleens een sexy foto of video met iemand uitgewisseld?
 - *[Zo ja]* Heb je zelf iets verstuurd of alleen iets ontvangen, of allebei?
 - Met wie heb je dat gedaan?
 - Is er ook weleens iets tegen je wil gebeurd?
 - Hoe vond je dat? Was dit vaker, evenveel of minder vaak dan vóór de zomer?
 - *[Indien veranderd]* Hoe komt dat denk je?

Ouders en vrienden

In het eerste interview hebben we ook gesproken over hoe je ouders en je vrienden dachten over corona en seks en of dit invloed heeft gehad op de keuzes die je hebt gemaakt.

- Heb je nog met je ouders gesproken over liefde en daten de afgelopen zomer? [Zo ja] Waar gingen die gesprekken over? [Zo nee] Waarom niet?
 - Heb je daar iets mee gedaan? Heb je hun adviezen opgevolgd, of juist niet?
 - Hebben je ouders invloed gehad op de keuzes die je kon maken of gemaakt hebt in je liefdesleven? Welke invloed, op welke manier?
 - Wat vond je hiervan?
- Heb je het nog met je vrienden gehad over daten, liefde, seks de afgelopen zomer? [Zo ja] Waarover? [Zo nee] Waarom niet?
 - Heb je daar iets mee gedaan?
 - Hebben jouw vrienden invloed gehad op de keuzes die je kon maken of gemaakt hebt? Welke invloed, op welke manier?
 - Wat vond je hiervan?

(Behoeftte aan) ondersteuning

Ik wil je ook nog wat vragen over je behoefte aan informatie, advies of zorg in de afgelopen zomer.

- Heb je sinds het eerste interview nog behoefte gehad aan informatie over seks en relaties?
[Zo ja] Waarover? Heb je deze informatie ook gezocht? Hoe heb je dat gedaan? Waar heb je dat gezocht?
 - Kon je alles vinden, of heb je iets gemist (en wat dan)?
 - [Indien iets gemist] Hoe kwam het dat je niet de juiste informatie kon vinden?
 - Hoe zou dat beter kunnen volgens jou?
- Heb je sinds het eerste interview een soa-test willen doen?
Heb je ook een soa-test laten doen?
 - [Zo ja] Waar heb je dit laten doen? Bij je huisarts, GGD of thuistest?
 - [Zo nee] Wat is de reden dat dit niet is gelukt?
 - Ben je van plan om die nog te laten doen? Bij huisarts, GGD of thuistest?
 - [Indien niet gevraagd in 1e interview] Zou je je kunnen voorstellen dat je thuis een soa-test zou doen? Waarom wel/niet? Wat zou je daar de voor- en nadelen van vinden?

- Heb je in de zomer behoefte gehad aan andere zorg of advies, bijvoorbeeld over soa, anticonceptie, seksuele problemen of seksueel geweld?
 - [Check] Had je misschien een bezoek aan de huisarts of GGD uitgesteld, omdat het niet lukte in de coronatijd en het in de zomer wel lukte?
 - [Indien niet gevraagd in 1e interview] Stel dat je hier wel behoefte aan had gehad, had je dan ook online met je huisarts of een andere zorgverlener willen praten? Waarom wel/niet? Wat zou je daar de voordelen van vinden en wat de nadelen?
 - [Indien wel behoefte aan hulp/advies] Waarvoor wilde je zorg of advies? Van je huisarts, GGD of een andere zorgverlener? Heb je toen ook contact gehad met deze zorgverlener?
 - [Zo ja] Was dat online, of ben je er fysiek naartoe gegaan? Wat vond je van de hulp die je kreeg? Waren er dingen die je goed vond? Kun je voorbeelden geven? Heb je dingen gemist? Kun je voorbeelden geven?

Blik op toekomst

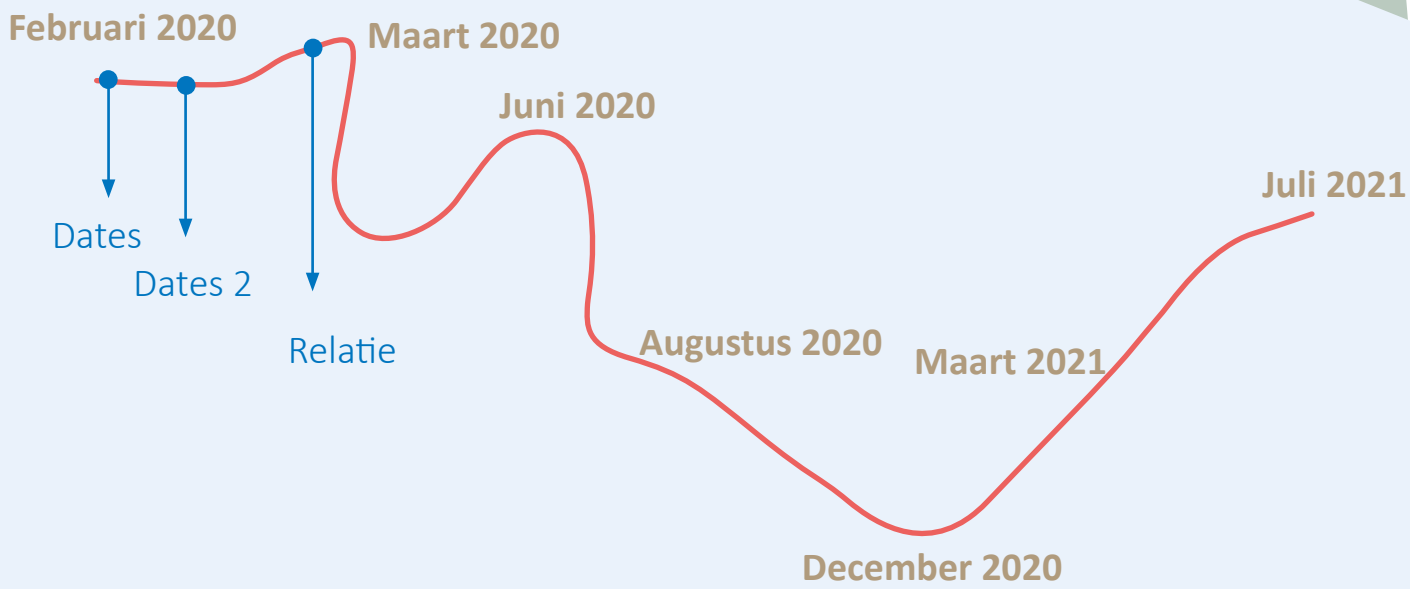
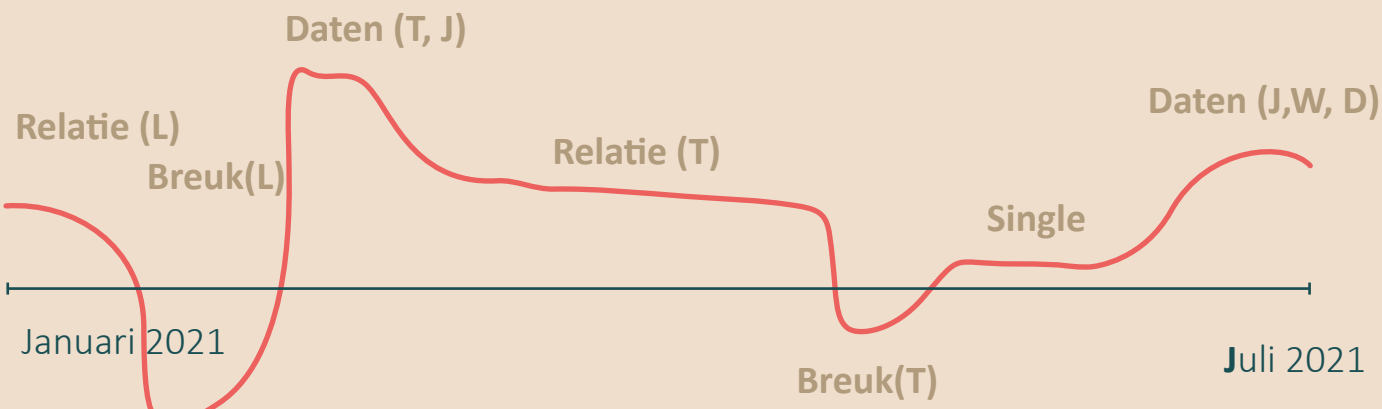
Voor veel jongeren heeft de coronatijd een stempel gedrukt op hun liefdes- en seksleven. We zijn daarom benieuwd wat jouw wensen zijn en of je ideeën hebt over hoe we jou en andere jongeren het beste kunnen ondersteunen.

- Denk je dat corona jouw liefdesleven blijft beïnvloeden? Welke invloed is dat dan?
- Zijn er door corona dingen in je liefdes- en seksleven veranderd die je niet meer kwijt wil? En welke gevolgen wil je juist wel kwijt?
- Zijn er dingen die de afgelopen maanden niet gelukt zijn, maar die je graag wil uitproberen of inhalen? Wat wil of kan je daar zelf in doen?
- Wat zou je fijn vinden aan ondersteuning of informatie voor liefde, relatie en seks?
 - Op welke manier / vorm?
 - Wat zouden hulpverleners moeten doen om jou zo goed mogelijk te ondersteunen in je liefdes- en seksleven?
- In coronatijd is veel hulpverlening online gegaan en zijn veel soa-testen zelf thuis afgenomen. Zijn er hiervan dingen die je graag zou willen behouden? Waarom wel/niet?
- Wat wens je voor de nabije toekomst (komende jaar) op het gebied van je liefdes- en seksleven?

Afsluiting

- Zijn we nog dingen vergeten? Iets waarvan je denkt; dat heb ik nog niet kunnen zeggen, maar is wel belangrijk voor dit interview?
- Wat vond je van dit interview?
Heb je naar aanleiding hiervan behoefte aan informatie, of om met iemand te praten? [Zo ja] Je kunt hiervoor terecht bij Sense via sense.info.
- Welke bon van 25 euro wil je ontvangen, bijvoorbeeld Bol.com of VVV? Die sturen we per mail naar je toe.
- Dank voor het interview!

Bijlage 2. Voorbeeld van liefdeslijn



Bijlage 3. Tabel met respondentenkenmerken

	(Fictieve naam)	Gender	Leeftijd	Opleidingsniveau
1	Finn	Jongen	18	Theoretisch
2	Lizzy	Meisje	20	Praktisch
3	Lars	Jongen	20	Theoretisch
4	Isabel	Meisje	17	Theoretisch
5	Stan	Jongen	19	Praktisch
6	Leon	Jongen	20	Theoretisch
7	Zoë	Meisje	19	Theoretisch
8	Layla	Meisje	20	Praktisch
9	Yara	Meisje	18	Theoretisch
10	Myrthe	Meisje	17	Praktisch
11	Rafaël	Jongen	19	Theoretisch
12	Frank	Jongen	17	Theoretisch
13	Simon	Non-binair	20	Theoretisch
14	Ruben	Jongen	19	Theoretisch
15	Tamara	Meisje	20	Praktisch
16	Milan	Jongen	20	Praktisch
17	Jill	Meisje	19	Theoretisch
18	Willem	Jongen	19	Theoretisch
19	Sabra	Meisje	20	Praktisch
20	Bo	Non-binair	16	Theoretisch
21	Roos	Meisje	16	Theoretisch
22	Jules	Jongen	17	Praktisch
23	Elif	Meisje	21	Praktisch
24	Hanna	Meisje	22	Theoretisch
25	Maud	Meisje	22	Theoretisch
26	Vera	Meisje	21	Theoretisch
27	Benjamin	Jongen	23	Theoretisch
28	Tess	Meisje	23	Theoretisch
29	Bram	Jongen	23	Praktisch
30	Alex	Jongen	23	Theoretisch
31	Elmar	Jongen	22	Praktisch
32	Sander	Jongen	24	Theoretisch
33	Anouk	Meisje	21	Praktisch
34	Oscar	Jongen	21	Praktisch
35	Ilse	Meisje	21	Theoretisch
36	Sarah	Meisje	22	Praktisch
37	Alyssa	Meisje	21	Theoretisch
38	Ron	Jongen	23	Theoretisch
39	Daan	Jongen	21	Theoretisch
40	Lucas	Jongen	21	Theoretisch
41	Marijke	Meisje	24	Theoretisch
42	Sterre	Meisje	23	Theoretisch
43	Soraya	Meisje	24	Praktisch
44	Robin	Non-binair	22	Theoretisch

