

Enquête intimiteit & seksualiteit

Oktober 2017



Resultaten enquête intimiteit en seksualiteit

De enquête is verstuurd naar 2378 online respondenten van het Ouderenpanel van het Nationaal Ouderenfonds. In totaal vulden 641 panelleden de enquête in voor de gestelde deadline (N = 641).

Algemeen

Bijna 2 op de 3 respondenten is vrouw (62,9%). 77% van de respondenten heeft een leeftijd tussen de 60 en 79 jaar, 2% is 90 jaar of ouder. Iets meer dan de helft van de respondenten (55,7%) heeft een vaste (bed)partner. 42,4% heeft geen partner en 1,2% geeft aan wisselende partners te hebben. Van de respondenten zonder vaste bed(partner) (N=272), staat bijna een derde (32,4%) open voor een nieuwe relatie. Een derde staat hier niet voor open en nog eens een derde weet het niet. 7,7% van de ouderen zonder partner is actief op zoek naar een nieuwe relatie. In meer dan de helft van de gevallen (60,9%) zoeken zij hiernaar door middel van het internet.

Belang van intimiteit en seksualiteit

86,1% van de ouderen is van mening dat intimiteit en seksualiteit bijdragen aan de kwaliteit van leven. De leeftijd van de ouderen speelt hierbij geen specifieke rol. In 76% van de gevallen vinden de ouderen dat intimiteit en seksualiteit bijdragen aan de kwaliteit van leven omdat je er gelukkiger door wordt. 38,9% zegt er mentaal gezonder door te worden en 29,9% is van mening dat je er fysiek gezonder van wordt.

“Door intimiteit en seksualiteit voel je je geliefd en gewaardeerd. Je doet er toe en bent voor de ander belangrijk” (Vrouw, 60-69 jaar)

Vormen van intimiteit

Er bestaan diverse vormen van intimiteit. De respondenten gaven aan welke vormen zij belangrijk vonden en zetten deze vormen op volgorde van belangrijkheid. Hieruit kwam de volgende top 5:

1. Een goed gesprek voeren, emotie naar de ander kunnen uiten en gehoord worden
2. Verbonden voelen met een ander (op emotioneel/geestelijk vlak)
3. Aanrakingen zoals een omarming, knuffel of elkaars hand vasthouden
4. Seksuele aanrakingen zoals zoenen of strelen
5. Seks

De meeste ouderen vinden de belangrijkste vorm van intimiteit het voeren van een goed gesprek, emotie naar de ander kunnen uiten en gehoord worden. Maar 3,7% van de ouderen vindt seks de belangrijkste vorm van intimiteit. Dit hoeven voor hen niet per definitie bepaalde gebeurtenissen of uitstapjes te zijn, alleen al bij elkaar in de buurt zijn is voor hen een belangrijke vorm van intimiteit.

“Samen luisteren naar klassieke muziek, een interessant programma op televisie, waarover we dan van gedachten wisselen.” (Vrouw, 80-89 jaar)

“Samen stil kunnen zijn en je toch verbonden kunnen voelen” (Vrouw, 50-59)

Daarnaast vinden ouderen het belangrijk om er voor elkaar te zijn en het gevoel te hebben een vriend in iemand te hebben.

“Intimiteit is voor mij het voelen van onvoorwaardelijke liefde en voor elkaar gaan, door dik en dun. Elkaar hoog houden is belangrijk.” (Vrouw, 60-69)

Ook oogcontact wordt meermaals genoemd.

“Ogen zijn de spiegels van de ziel; bij een zielemaatje zie je de liefde in de ogen.” (Man, 70-79)

Tenslotte worden andere intimiteiten genoemd zoals lichamelijke verzorging bij ziekte of invaliditeit, elkaar een lief compliment geven of elkaar teder aanraken.

“Als je oud bent word je minder aangeraaktDat is een gemis.” (Vrouw, 80-89)

Verlangen naar intimiteit

78% van de ouderen verlangt naar meer intimiteit. 22% van de ouderen geeft aan voldoende intimiteit te genieten of hier geen behoefte aan te hebben.

1 op de 4 ouderen (24%) wil meer aanrakingen zoals een omarming, knuffel of elkaars hand vasthouden. Daarnaast verlangt 1 op de 5 ouderen zich verbonden te voelen met een ander, gevolgd door het voeren van een goed gesprek en emotie naar de ander kunnen tonen (19,9%). 8% van de ouderen zou graag meer seks willen, dat is bijna 1 op de 10 ouderen.

Intimiteit, seksualiteit en leeftijd

38% van de ouderen vindt intimiteit belangrijker dan vroeger, 10% vindt seksualiteit belangrijker dan vroeger. Bijna de helft van de ouderen (48%) is andere vormen van intimiteit en seksualiteit belangrijker gaan vinden, naarmate zij ouder zijn geworden. Op de vraag welke vormen van intimiteit en seksualiteit ouderen belangrijker zijn gaan vinden ten opzichte van vroeger, geven de meeste ouderen aan het knuffelen en elkaar aanraken veel belangrijker te vinden dan vroeger. Gevolgd door het verbonden voelen met elkaar en met iemand een goed gesprek te kunnen voeren. Ook het samenzijn met iemand en dingen met iemand ondernemen is voor veel ouderen een belangrijke vorm van intimiteit geworden. Daarnaast halen ouderen hun plezier uit aandacht aan elkaar geven en tegen iemand aan liggen.

“Er valt zoveel om mij heen weg, mijn man en vrienden en daardoor waardeer ik meer en meer dat mijn huidige partner mij vaak even in zijn armen neemt of knuffelt. Zeker omdat ik na de dood van mijn man heel eenzaam was en daardoor inzag hoe belangrijk vooral intimiteit is.” (Vrouw, 60-69)

“Mijn partner is overleden en ik mis de arm om me heen” (Vrouw, 70-79)

“Wat voor mij belangrijk is, is het er voor elkaar willen zijn, ook in moeilijke situaties. Samen de eenzaamheid oplossen.” (Man, 70-79)

“Haar ongemerkt bekijken en me gelukkig voelen” (Man, 70-79)

“Dingen die als je jong bent zo gewoon lijken, zoals die arm om je schouder of een streling. Nu ik alleen ben mis ik dat.” (Vrouw, 60-69)

Bespreken van intimiteit en seksualiteit

71,1% van de ouderen geeft aan dat intimiteit en seksualiteit bespreekbare onderwerpen zijn voor hem/haar. 11,1% van de ouderen kan zijn/haar intimiteit en seksualiteit niet openlijk bespreken met zijn of haar partner. 40,8% kan dit wel en 32,3% geeft aan dat deze stelling niet van toepassing is op hem/haar (bijvoorbeeld bij gebrek aan een partner).

42,9% van de ouderen geeft aan dat zij hun intimiteit en seksualiteit niet openlijk kunnen bespreken met familie, en 36,7% van de ouderen kan hun intimiteit en seksualiteit niet openlijk bespreken met vrienden. 32% van de ouderen geeft aan dat zij hun intimiteit en seksualiteit wel openlijk kunnen bespreken met hun zorgverleners (zoals een huisarts), 18,6% kan dit niet. 36,5% van de ouderen vindt dat zorgverleners zelf moeten beginnen over intimiteit en seksualiteit, als de lichamelijke en/of geestelijke gezondheid van hun cliënt daar invloed op heeft. 16,6% is het hiermee oneens.

19,3% van de ouderen heeft wel eens vragen over hun intimiteit of seksualiteit die zij met een ander willen bespreken. 41% van de ouderen zouden (vragen over) hun intimiteit en seksualiteit willen bespreken met zijn of haar partner. 16,9% bespreekt dit graag met vrienden, 14,1% met zorgverleners en maar 5,1% wil dit met familie bespreken. Daarnaast geeft 8% van de ouderen aan dit met niemand te willen bespreken.

“Ik zou dit willen bespreken met de chirurgen die mij opereerden in het perineum, wat van invloed was op mijn toekomstige seksualiteit. Ik heb destijds initiatief genomen door er vragen over te stellen, maar kreeg er nauwelijks antwoord op.” (Vrouw, 60-69)

30,6% van de ouderen geeft aan dat anderen het moeilijker vinden om met ouderen over intimiteit en seksualiteit te praten door hun leeftijd. 16,4% is het hier niet mee eens. 27,6% van de ouderen vindt het moeilijker om zelf met anderen over hun intimiteit en seksualiteit te praten door hun leeftijd. 30,8% is het hier niet mee eens. 31,9% van de ouderen voelt zich comfortabel om affectie te tonen in publieke ruimten. 21% van de ouderen voelt zich hier niet comfortabel bij.

Seksualiteit op latere leeftijd

30,4% van de ouderen geeft aan zichzelf seksueel aantrekkelijk te vinden. 19,1% van de ouderen is het hier niet mee eens. 40,6% van de ouderen staat hier neutraal tegenover. 59,2% van de ouderen met een relatie vindt zijn of haar partner seksueel aantrekkelijk. 23,1% van de ouderen geeft aan graag te sjansen/flirten. 37% van de

ouderen is het hier niet mee eens. 43,8% van de ouderen (bijna de helft) voelt zichzelf minder aantrekkelijk dan vroeger. 23,6% is het hier niet mee eens.

31,4% van de ouderen is tevreden over zijn of haar seksleven. 22,3% geeft aan ontevreden te zijn en 41,5% van de ouderen is niet tevreden/niet ontevreden. 43,8% van de ouderen met een vaste of wisselende (bed)partner(s) is tevreden over zijn of haar seksleven. Van de ouderen zonder partner is maar 15,1% van de ouderen. 21,2% van de ouderen zou iets veranderd willen zien in hun seksleven. 37,1% van de ouderen is tevreden met hun seksleven. Voor 38,8% van de respondenten is deze vraag niet van toepassing.

20,6% van de ouderen die iets veranderd wil zien, zou graag een (vaste) partner willen waarmee zij seks kunnen hebben. 16,9% van de ouderen die hun seksleven veranderd willen zien, ervaren zelf lichamelijke ongemakken of problemen (bijvoorbeeld door medicijnen). Nog eens 14% vertelt dat de partner minder zin hebben of dat de partner (lichamelijke) problemen ervaart waardoor zij geen seks kunnen hebben. 13,6% van de ouderen die hun seksleven veranderd willen zien, zouden vaker seks willen en 9,6% van de ouderen wil meer zin hebben in seks.

32% van alle ouderen geeft aan problemen of ongemakken te ervaren in hun seksleven, dat is bijna 1 op de 3 ouderen. 12,2% van de ouderen gebruikt medicijnen die hun seksleven op een negatieve wijze kunnen beïnvloeden. 13,7% weet niet of zijn of haar medicijnen hun seksleven beïnvloedt. 2,7% van de ouderen gebruikt medicijnen die hun seksleven op een positieve manier beïnvloeden.

Voorbehoedsmiddelen en SOA's

88,1% van de ouderen gebruikt nooit voorbehoedsmiddelen. 3,4% gebruikt deze altijd.

5,8% van de ouderen heeft ooit een SOA gehad. 1,1% weet niet of hij of zij ooit een SOA heeft gehad. Bijna de helft (48,6%) van de ouderen die ooit een SOA had liep de laatste SOA op in de leeftijd tussen de 30 en 50 jaar. 32,4% had een laatste SOA toen hij/zij jonger was dan 30 jaar. 18,9% was tussen de 50 en 70 jaar. 90,5% van de ouderen zou, bij vermoeden van een SOA, een test laten doen bij de huisarts of GGD. 4,8% van de ouderen zou dit niet doen.