



Wydział Psychologii  
Uniwersytetu Warszawskiego



UNIwersYTET  
WARSZAWSKI

# Bliskie związki w czasach pandemii

Raport nr 12 z badania przeprowadzonego na Wydziale Psychologii  
Uniwersytetu Warszawskiego podczas epidemii COVID-19 w 2020 r.

## BADANIE

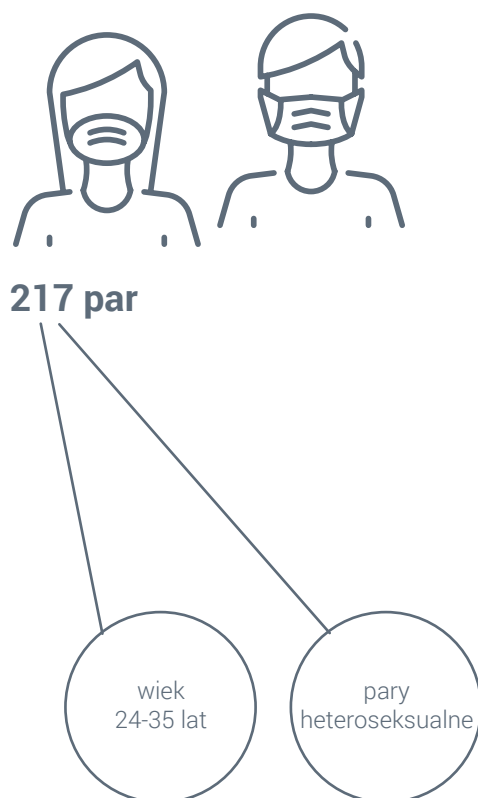
Związki partnerskie w czasie COVID-19

## CEL

Izolacja społeczna związana z pandemią koronawirusa stworzyła nowe warunki i wyzwania dla związków partnerskich (romantycznych). Celem naszego projektu było poznanie, w jaki sposób partnerzy postrzegają zmiany w trakcie lockdownu w poziomie intymności, bliskości, satysfakcji seksualnej i zadowoleniu z własnego wyglądu oraz zbadanie, jakie są uwarunkowania tych subiektywnie odczuwanych zmian.

## METODA

Badanie było przeprowadzone w ramach panelu internetowego Ariadna w sierpniu 2020 roku. Obydwoje partnerzy z 217 heteroseksualnych par w wieku pomiędzy 24 a 35 rokiem życia wypełnili zestaw kwestionariuszy online, dotyczących różnych aspektów jakości ich związku w okresie przed i w trakcie izolacji społecznej, związanej z wiosennym lockdownem w 2020 roku, spowodowanym epidemią COVID-19.



## WYNIKI

Większość osób nie dostrzegą większych zmian w trakcie lockdownu (w porównaniu z czasem przed pandemią) w zakresie: satysfakcji seksualnej, intymności, bliskości, nasilenia konfliktów w relacji z partnerem/partnerką oraz zadowolenia z własnego wyglądu. Dla każdego z tych wymiarów jedynie 10-15% osób doświadczyło pozytywnych zmian, natomiast około 10-15% doświadczyło negatywnych zmian w trakcie lockdownu.

**10-15%**  
negatywne zmiany

**10-15%**  
pozytywne zmiany

**Niepokój kobiet** dotyczący tego, że mogą być niekochane przez partnera wiązał się z **niskim poziomem odczuwanej przez nie intymności** w trakcie trwania pandemii.

**Niepokój kobiet i mężczyzn** dotyczący tego, że mogą być niekochani, przez własnego partnera lub partnerkę, był związany z **wysokim poziomem konfliktów** w relacji z partnerem w trakcie trwania pandemii.



**Unikanie bliskości** z partnerem lub partnerką w związku łączyło się z odczuwanym przez nich **niskim poziomem intymności w relacji** z partnerem/partnerką w trakcie trwania pandemii.

**Niepokój mężczyzn** związany z tym, że mogą być niekochani, wiązał się z odczuwanym tak przez kobiety, jak i samych mężczyzn **wyższym poziomem ich intymności w związku** w czasie wiosennego lockdownu w porównaniu z czasem przed pandemią.

**Praca zdalna partnera** w trakcie lockdownu wiązała się z **większą satysfakcją seksualną oraz większym zadowoleniem z własnego wyglądu** zarówno u mężczyzn, jak i u kobiet w porównaniu z czasem przed pandemią.

Natomiast **brak ciągłości wynagrodzenia** partnera w trakcie lockdownu wiązał się z **większą satysfakcją seksualną mężczyzn (ale nie kobiet)**.

Połączenie **pracy zdalnej lub utraty wynagrodzenia** u mężczyzn z ich **wyższym poziomem niepokoju** o to, że mogą być niekochani przez partnerkę, wiązało się ze wzrostem satysfakcji seksualnej i zadowolenia z własnego wyglądu zarówno u mężczyzn, jak i u kobiet w trakcie lockdownu.



**Obniżenie zadowolenia z własnego ciała** w trakcie lockdownu u **kobiet wiązało się z pogorszeniem ich satysfakcji seksualnej oraz zmniejszeniem poczucia intymności** w relacji z partnerem.

**Obniżenie zadowolenia mężczyzn z własnego wyglądu** w trakcie lockdownu wiązało się z **pogorszeniem satysfakcji seksualnej oraz intymności w związku** ocenianymi zarówno przez mężczyzn, jak i kobiety oraz z obniżeniem u mężczyzn poczucia bliskości z partnerką.



Zarówno u **kobiet, jak i u mężczyzn zmiany w obrazie własnego wyglądu** były **silniej związane ze zmianami w satysfakcji seksualnej** niż ze zmianami w bliskości emocjonalnej i intymności, co pokazuje, że zadowolenie z własnego ciała jest ściśle związane z bliskością fizyczną w relacji z partnerem/partnerką.



Wydaje się, że wysoki poziom niepokoju dotyczącego bycia niekochaną/niekochanym i odrzuconą/odrzuconym w relacji z partnerem/partnerką, jak i zmiany związane z epidemią (praca zdalna, utrata wynagrodzenia) w połączeniu ze spędzaniem dużej ilości czasu wspólnie z partnerem lub partnerką, sprzyjały temu, żeby oboje partnerzy deklarowali poprawę w satysfakcji seksualnej, zadowoleniu z własnego ciała lub poczuciu bliskości i intymności partnerów w trakcie wiosennego lockdownu. Możemy przypuszczać, że poprzez bliskość fizyczną i emocjonalną partnerzy radzili sobie z wysokim poziomem napięcia i trudnymi przeżyciami.

## ZESPÓŁ

**Kierownik projektu:** dr hab. Katarzyna Lubiewska<sup>a</sup>

dr hab. Anna Cierpka<sup>a</sup>, mgr Joanna Boruszak-Kiziukiewicz<sup>a</sup>,  
dr hab. Małgorzata Gambin<sup>a</sup>, mgr Karolina Kubicka<sup>a</sup>,  
dr Tomasz Oleksy<sup>a</sup>, mgr Agnieszka Ewa Łyś<sup>a</sup>, dr Anna Wnuk<sup>b</sup>,  
dr Małgorzata Woźniak-Prus<sup>c</sup>

a – Wydział Psychologii, Uniwersytet Warszawski

b – Instytut Studiów Społecznych im. Profesora Roberta Zajonca, Uniwersytet Warszawski

c – Instytut Psychologii, Akademia Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej

## KONTAKT



**dr hab. Katarzyna Lubiewska**

✉ [katarzyna.lubiewska@psych.uw.edu.pl](mailto:katarzyna.lubiewska@psych.uw.edu.pl)

**WYDZIAŁ PSYCHOLOGII  
UNIwersYTETU WARSZAWSKIEGO**

✉ [promocja@psych.uw.edu.pl](mailto:promocja@psych.uw.edu.pl)

f [WydzialPsychologiiUW](https://www.facebook.com/WydzialPsychologiiUW)

🏠 [psych.uw.edu.pl](http://psych.uw.edu.pl)

**BIURO PRASOWE  
UNIwersYTETU WARSZAWSKIEGO**

✉ [media@uw.edu.pl](mailto:media@uw.edu.pl)

f [fanpageUW](https://www.facebook.com/fanpageUW)

🏠 [uw.edu.pl](http://uw.edu.pl)

Więcej informacji na: [covid.psych.uw.edu.pl](http://covid.psych.uw.edu.pl)



Wydział Psychologii  
Uniwersytetu Warszawskiego



UNIwersYTET  
WARSZAWSKI