



Since January 2020 Elsevier has created a COVID-19 resource centre with free information in English and Mandarin on the novel coronavirus COVID-19. The COVID-19 resource centre is hosted on Elsevier Connect, the company's public news and information website.

Elsevier hereby grants permission to make all its COVID-19-related research that is available on the COVID-19 resource centre - including this research content - immediately available in PubMed Central and other publicly funded repositories, such as the WHO COVID database with rights for unrestricted research re-use and analyses in any form or by any means with acknowledgement of the original source. These permissions are granted for free by Elsevier for as long as the COVID-19 resource centre remains active.



Disponible en ligne sur

ScienceDirect
www.sciencedirect.com

Elsevier Masson France

EM|consulte
www.em-consulte.com



ARTICLE ORIGINAL

Les impacts du confinement lié au coronavirus sur la sexualité

The impacts of COVID-19 lockdown on sexuality

S. Landry^{a,*}, M. Chartogne^b, A. Landry^c

^a Elsan-Clinique Victor-Hugo, 18, rue Victor-Hugo, 72000 Le Mans, France

^b Le Mans université, Nantes université, Movement – Interactions – Performance (MIP), EA 4334, 72000 Le Mans, France

^c Le Mans université, département STAPS, 47, avenue Olivier-Messiaen, Le Mans, France

Disponible sur Internet le 2 septembre 2020



MOTS CLÉS

Confinement ;
Sexualité ;
Information ;
Qualité de vie
sexuelle

Résumé Durant la crise du coronavirus, le quotidien des français a été bouleversé par ces huit semaines de confinement. Ce chamboulement a demandé une adaptation aussi bien au niveau de la vie professionnelle que de la vie personnelle pour l'ensemble de la population. Mais qu'en est-il au niveau de la vie sexuelle des français pendant cette période de confinement ? La sexualité a-t-elle été à son apogée pour les personnes confinées en couple ? Les pratiques auto-érotique ont-elles été accentuées pour les individus confinés sans partenaire sexuel ? Pour répondre à ces questions, nous avons réalisé une enquête prospective par l'intermédiaire de deux questionnaires anonymes auto-administrés – un pour les personnes confinées en couples et un autre pour les personnes confinées seules, sans partenaire sexuel – via internet. Puis, nous avons analysé les 844 questionnaires – 437 pour les individus confinés en couple et 407 pour les individus confinés seuls – réalisés chez 554 femmes et 291 hommes. Les résultats de cette étude mettent en évidence des modifications des habitudes sexuelles aussi bien chez les individus étant en couple ou que chez les sujets sans partenaire durant cette période. Nous remarquons également un impact du vécu psychologique de la situation sur la sexualité. Que le confinement soit vécu positivement ou négativement par les sujets, les répercussions sur la sexualité sont différentes. Nous aurions pu croire, au début du confinement, que la sexualité des couples allait se décupler, que les personnes confinées seules augmenteraient leurs pratiques masturbatoires mais ce contexte sanitaire si particulier a également des répercussions non prévues sur la sexualité.

© 2020 Sexologies. Publié par Elsevier Masson SAS. Tous droits réservés.

* Auteur correspondant. 66, rue Henri-Champion, 72100 Le Mans, France.
Adresse e-mail : s.landry@cjb72.org (S. Landry).

KEYWORDS

Lockdown;
Sexuality;
Information;
Quality of sexual life

Summary. – During the coronavirus crisis, French people daily life was upset by eight weeks of lockdown. This upheaval required adaptation to both the professional and personal standards of the whole population. What about the level of sexual life during this period of lockdown? Was sexuality at his peak for people confined in couple? Have auto-erotic practices been accentuated for individuals confined without sexual partner? To investigate these issues, we conducted a prospective survey using two online anonymous self-administered questionnaires – one for people living in couples and one for people living alone, without sexual partner. In total, 844 questionnaires were analyzed – 437 for individuals confined in couple and 407 for individuals confined alone – carried out in 554 women and 291 men. Results of this study highlight changes in sexual habits in both couples and those without partners during this period. We also note an impact of the psychological experience link to the situation on sexuality. Whether the confinement is experienced positively or negatively by the subjects, repercussions on sexuality are different. We could have believed, at the beginning of the lockdown, that couples' sexuality would increase tenfold, and that people confined alone would increase their masturbatory practices but this particular health context has unexpected repercussions on sexuality.

© 2020 Sexologies. Published by Elsevier Masson SAS. All rights reserved.

Introduction

La peur d'être contaminé, mais aussi la peur de contaminer les autres ou encore la peur de mourir de façon imminente a été mise en avant par la pandémie à COVID-19. En effet, la peur se répand bien plus vite que le virus (Éditorial. *Isolés*, 2020 ; Sellier-Mesnard, 2020). Le confinement a été mis en place pour protéger les populations, mais paradoxalement, celui-ci a pu renforcer la crainte de contamination au sein du groupe confiné. « L'isolement social fut source de sentiments de solitude, de tensions intrafamiliales, de difficultés à travailler, d'ennui et de perte des routines » (Brooks et al., 2020). La durée du confinement, en France, a été de 8 semaines. Cette durée a engendré un fort impact psychologique mais a également altéré la qualité de vie et provoqué des craintes sur le plan professionnel, avec pour beaucoup de personnes une perte financière.

D'un point de vue psychologique, le confinement a pu engendrer de nombreux symptômes tels que l'angoisse, les troubles du sommeil, la perte d'appétit, la fatigue, l'irritabilité, la colère, les difficultés d'attention, la morosité ou encore la dépression. Brooks et al. (2020) ont mis en évidence que l'impact psychologique du confinement engendre des symptômes de « stress aigu » et d'anxiété. Pendant de très nombreuses années un lien négatif était mis en avant entre anxiété et sexualité, ce n'est plus forcément le cas de nos jours. En effet, comme le souligne Kempeneers et Barbier (2008) il existe « une influence non linéaire de l'anxiété sur l'excitation sexuelle : l'anxiété tantôt inhibe, tantôt facilite l'excitation ».

Qu'en est-il dans le domaine de la sexualité ? Dans cette période si particulière, inédite pour notre société, reste-t-il une place pour une vie affective et sexuelle ? Quels impacts psychosexuels le confinement a-t-il pu avoir sur la sexualité des Français ? Les objectifs de cette étude sont de mettre en avant les répercussions psychosexuelles induites par la crise sanitaire – et notamment le confinement – sur la sexualité des personnes confinées en couple, mais également sur les personnes confinées seules, sans partenaire sexuel. Nous verrons également comment la libido, les pratiques sexuelles (masturbations, rapports sexuels, sexualité virtuelle) ainsi que le recours à la pornographie ont été impactés par cette période de confinement.

Notre étude souhaite mettre en avant les répercussions du confinement sur la sexualité et montrer le rôle

de l'impact psychologique du confinement, comme par exemple l'angoisse, l'anxiété ou encore l'ennui, sur les dimensions de la sexualité comme le désir sexuel ou la libido. Nous souhaitons également rappeler que le désir sexuel et la libido sont différents. En effet, la libido est profonde, instinctive. Elle est le reflet de nos pulsions. Quant au désir sexuel, il est l'expression de la libido, il vient humaniser la libido. Pour simplifier, avoir envie d'un rapport sexuel est induit par la libido alors qu'avoir envie de faire l'amour avec sa ou son partenaire, c'est avoir du désir pour elle ou lui. Concernant l'ennui, la résultante comportementale est double. Elle est caractérisée par une majoration des comportements agressifs (Rupp et Vodanovich, 1997) et des comportements d'hypersexualité (Mengin et al., 2020). De plus, dans cette période de crise sanitaire, Wang et al. (2020) ont observé 29 % de symptômes anxieux modérés à sévères chez 1210 participants issus de la population générale. Il apparaît donc que de nombreux facteurs peuvent majorer l'anxiété et la détresse psychologique globale dans ce contexte de confinement. Il nous apparaît intéressant de voir les répercussions que cette situation peut avoir sur la sexualité.

Matériel et méthode

Enquête prospective réalisée par l'intermédiaire de deux questionnaires anonymes auto-administrés via internet : un pour les personnes confinées en couples et un autre pour les personnes confinées seules, sans partenaire sexuel. Ces questionnaires ont été réalisés sur Google Forms et diffusés via les réseaux sociaux LinkedIn, Facebook et Twitter. Les critères d'inclusions étaient d'être une personne sexuellement active, célibataire ou en couple. Le questionnaire est rempli obligatoirement via internet afin de conserver l'anonymat des participants. Les critères d'exclusions étaient de ne pas respecter l'anonymat (réponse envoyée par mail), de ne pas être sexuellement actif, ou de rendre un questionnaire incomplet.

Les questionnaires ont été construits sous forme de comparaisons avant et pendant le confinement sur les domaines suivants : le désir sexuel, la fréquence des relations sexuelles (pour les individus confinés en couple), la fréquence de la masturbation, la fréquence de la sexualité virtuelle (pour les individus confinés sans partenaire sexuel)

et la consommation de pornographie. Les réponses se présentent dans la majorité des cas sous la forme d'une réponse à donner sur une échelle allant de : « identique », « moins importante », « plus importante » et en fonction de la thématique : « nous n'avons pas de rapport sexuel ». À cela nous avons ajouté des questions autour des habitudes sexuelles. Par exemple, sur la consommation de pornographie : « Vous regardez plus de pornographie quand ? » : « vous vous sentez bien » ; « vous êtes stressé.e, anxieux.se » ; « vous vous ennuyez » ; « vous en regardez plus car vous vous masturbez plus depuis le début du confinement » ; « vous ne regardez pas plus de pornographie » ; « vous regardez moins de pornographie » ; « vous ne regardez jamais de pornographie » ; « autre : ... ». Ce type de question a pour objectif de comprendre les comportements sexuels des participants et de faire des liens par rapports aux changements des habitudes sexuelles induites par le confinement. Au total, 844 questionnaires ont été analysés dont 437 pour les individus confinés en couple et 407 pour les individus confinés seuls et dont 554 femmes et 291 hommes. Les participants sont des sujets jeunes. Les 15–50 ans représentent 97 % des individus, alors que seulement 3 % sont âgés de 50 à 70 ans. La méthode utilisée est la réalisation d'un unique questionnaire auto-administré évaluant l'impact du confinement au niveau psychologique, le désir sexuel, les relations sexuelles (pour les individus confinés en couple), la masturbation, la sexualité virtuelle (pour les individus confinés sans partenaire sexuel) et la pornographie. Les questionnaires ont été réalisés au cours des deux dernières semaines du confinement, c'est-à-dire durant la 7^e et la 8^e semaine de confinement.

Résultats

Les questionnaires mettent en avant que les participants sont majoritairement des femmes (65,6 %). On retrouve deux groupes assez proches sur les proportions d'individus confinés en couple (51,8 %) par rapport à ceux confinés sans partenaire sexuel (48,2 %) comme nous pouvons le constater dans le [Tableau 1](#).

Le [Tableau 2](#) met en avant le ressenti positif ou négatif qu'ont pu avoir les participants de l'étude au cours du confinement. Par ressenti positif, nous entendons des ressentis de bien-être (compréhension de la situation et confinement bien vécu), d'acceptation de la situation face à la crise sanitaire et au confinement. Par ressenti négatif, nous entendons les ressentis de mal-être, d'anxiété, de stress perçu, d'ennui, d'inquiétude face à l'avenir (santé, professionnelle, etc.).

Le [Tableau 3](#) met en avant les résultats de l'impact du confinement sur les différents aspects de la sexualité des participants.

La libido

Pendant le confinement, une libido identique à celle avant le confinement a été rapportée par 56,7 % des sujets en couple (hommes et femmes confondus) ayant vécu le confinement de façon positive, par 46,0 % de ceux en couple l'ayant vécu de façon négative, par 49,6 % des individus seuls (hommes et femmes confondus) l'ayant vécu de façon positive ainsi que par 35,6 % des individus seuls l'ayant vécu de façon négative.

On retrouve une différence notable – environ 10 points – au niveau de la baisse de la libido en fonction de la façon dont le confinement a été vécu. Ainsi, 19,4 % des individus en couple avec un vécu positif et 20,4 % des individus seuls

avec un vécu positif rapportent une baisse de la libido. Les valeurs augmentent à 35,4 % pour des individus en couple avec un vécu négatif et 29,2 % pour des individus seuls avec un vécu négatif.

L'augmentation de la libido est de 23,8 % pour des individus en couple avec un vécu positif et 18,7 % pour les individus en couple avec un vécu négatif. Ces valeurs augmentent à 29,3 % et 32,8 % pour les individus seuls qu'ils aient respectivement un vécu positif ou négatif.

La masturbation

La pratique de la masturbation a évolué pendant le confinement. Pour les personnes confinées en couple, qui ont vécu de façon positive la situation, 27,0 % ont conservé une fréquence identique, 30,6 % ont vu la fréquence diminuée, 12,3 % ont vu leur pratique s'accroître et 30,1 % ne se masturbent pas. Chez ceux qui ont vécu de façon négative le confinement, nous retrouvons une pratique identique chez 27,9 % des sujets, une pratique diminuée chez 27,4 % des individus, une pratique plus fréquente chez 12,5 % des individus et 31,2 % de ne masturbent pas.

Concernant le groupe des confinés seuls, chez ceux qui ont vécu un confinement positif, nous observons une pratique identique de la masturbation dans 42,6 % des cas, moins importante pour 10,9 % des sujets, une pratique plus fréquente pour 33,2 % des individus. Pour ceux ayant un ressenti négatif de la situation, la pratique de la masturbation a été identique pour 33,2 % des participants, moins importante chez 17,6 % des sujets, plus importante dans 33,2 % des cas et 14,8 % des participants ne se masturbent pas.

Rapports sexuels

Concernant les personnes confinées en couple, la fréquence des rapports sexuels semble avoir été modifiée de façon différente chez les personnes vivant de façon positive la situation par rapport à celles qui la vivent négativement. Les personnes dont la situation apparaît comme un vécu positif présentent une fréquence des rapports sexuels identique dans 46,4 % des cas ou plus élevée dans 29,30 % des cas par rapport aux personnes présentant un vécu négatif pour qui, dans 36,7 % des cas la fréquence des rapports sexuels a diminué.

Concernant les participants qui n'ont pas eu plus de rapports sexuels, il ressort que 47,4 % des personnes interrogées ne ressentent pas plus d'envie de relations sexuelles. Dans 18,8 % des cas, la fréquence n'augmente pas parce que le partenaire est moins demandeur qu'eux, et dans 16,7 % des cas, les sujets n'osent pas solliciter plus leur partenaire alors qu'ils ont des envies. Parmi les personnes, 7,6 % mettent en avant des problèmes de santé empêchant les rapports sexuels et pour les 9,5 % restant, les enfants, la fatigue, le fait de la promiscuité avec d'autres proches sont mis en avant comme des freins aux rapports sexuels alors que l'envie est présente.

Impact du confinement sur la sexualité virtuelle

Concernant les personnes confinées sans partenaire sexuel, nous avons investigué la sexualité virtuelle. Par sexualité virtuelle, nous ne désignons pas les nouvelles technologies de réalité virtuelle. Nous entendons, les applications permettant de se masturber en se regardant, les « sextots » (acte d'envoyer électroniquement des textes sexuellement explicites), la sexualité par téléphone, l'envoi de vidéos ou de

Tableau 1 Sujets de l'étude.

	Participants	En couple	Sans partenaire
Femmes	554	294 (67 %)	260
Hommes	290	143 (33 %)	147
Total	844	437	407
Proportion des <20 ans		6,9 %	22,1 %
Proportion des 20–29 ans		64,3 %	66,1 %
Proportion des 30–39 ans		19 %	4,9 %
Proportion des 40–49 ans		6,4 %	4,2 %
Proportion des 50–59 ans		1,8 %	2 %
Proportion des 60 et plus		1,6 %	0,7 %

Tableau 2 Vécu du confinement.

	Sujets en couple (nombre)		Sujets sans partenaire (nombre)	
	Positivement	Négativement	Positivement	Négativement
Femmes	141	153	95	165
Hommes	81	62	62	85
Total	222	215	157	250

photos intimes et suggestives, etc. Sur notre échantillon de participants, nous remarquons que ce ne sont pas des pratiques courantes. En effet, 76,7 % des sujets n'ont jamais eu recours à ces pratiques sexuelles. Pour ceux qui ont recours à la sexualité virtuelle, lorsqu'on les interroge sur l'évolution de la fréquence de ce type de sexualité les résultats sont équivalents pour la réponse « identique » (5,7 % pour le groupe vécu positif du confinement et 5,9 % pour celui présentant un vécu négatif) et pour celle mettant en avant une augmentation (7,0 % pour le groupe vécu positif et 7,8 % pour celui présentant un vécu négatif) de cette pratique pendant le confinement. La seule différence est sur la diminution de cette pratique. En effet, 15,9 % des sujets qui ont vécu de façon négative le confinement ont diminué cette pratique contre 7,8 % des personnes qui ont vécu positivement le confinement.

Impact du confinement sur la consommation de pornographie

Comment la consommation de pornographie a évolué pendant le confinement ?

On retrouve les mêmes tendances chez les individus confinés en couple qu'ils aient vécu le confinement de façon positive ou de façon négative. La consommation est identique pour 16,2 % des personnes avec un vécu positif et 18,6 % des participants avec un vécu négatif. On retrouve une augmentation de la consommation dans 16,2 % en cas de vécu positif et de 5,1 % en cas de vécu négatif. Enfin, on note une diminution importante de la consommation de pornographie pour les personnes lors du confinement, qu'ils aient vécu le confinement de façon positive (38,8 %) ou de façon négative (35,6 %). Pour finir, il apparaît que 43,6 % des individus qui ont vécu le confinement de façon positive ne consomment pas de pornographie ainsi que 32,5 % des participants qui l'ont vécu négativement. Les explications apportées par les participants sont que dans 27,9 % des cas l'envie d'en visionner est identique à la normale mais dans

6,2 % des cas les sujets s'interdisent d'en regarder par peur de devenir « addicts » et dans 7,1 % des cas, les sujets ne peuvent pas en regarder autant que souhaité car la promiscuité les en empêche. Seulement 13,0 % des individus estiment en consommer autant que souhaité.

Concernant le groupe des confinés seuls, on retrouve des tendances identiques que le vécu du confinement ait été positif ou négatif. Ainsi, la consommation est identique pour 27,0 % des personnes avec un vécu positif et 41,1 % des personnes avec un vécu négatif. On note une diminution de 10,7 % et de 9,5 % et une augmentation de 18,7 % et de 16,2 % que le confinement ait été vécu de façon positive ou négative respectivement.

Il est également intéressant de savoir pourquoi les individus consomment de la pornographie. Il ressort, chez les 844 participants de l'enquête, que la consommation de pornographie est plus importante en cas d'ennui (20,9 %), quand un état de bien-être prédomine (17,4 %), en cas de stress et d'angoisse (4,2 %), ou enfin, dans 11,6 % des cas, quand les masturbations sont plus importantes (car pour certains la masturbation est inenvisageable sans support pornographique). Notons que 45,9 % des participants mettent en avant le fait qu'ils ne regardent pas de pornographie.

Discussion

Impact du confinement sur le désir sexuel

Le désir sexuel peut être défini comme « l'envie d'avoir un contact intime et sexuel pour répondre à un besoin et en retirer du plaisir sexuel » (Landry, 2020). Il est considéré comme un élément essentiel, voire fondamental, pour le bon déroulement d'une relation sexuelle (Bitzer et al., 2013). Et pourtant nous retrouvons moins d'études empiriques sur cette phase de l'activité sexuelle comparativement aux autres, comme l'excitation sexuelle ou encore l'orgasme (Trudel, 2008). L'anxiété, le stress et la perte de liberté peuvent affecter la sexualité

Tableau 3 Impact du confinement sur différents aspects de la sexualité.

Impact positif du confinement – Sujet en couple								
	Libido		Masturbation		Rapports sexuels		Pornographie	
	Femmes (%)	Hommes (%)	Femmes (%)	Hommes (%)	Femmes (%)	Hommes (%)	Femmes (%)	Hommes (%)
Moins important.e	10,4	9,0	15,3	15,3	11,7	8,1	28,4	10,4
Identique	36,0	20,7	14,4	12,6	28,4	18,0	10,8	5,4
Plus important.e	17,1	6,75	7,2	5,1	21,6	7,7	10,8	5,4
Pas de pratique	—	—	24,7	5,4	1,4	2,7	28,4	10,4
Totaux	100,0	100,0	100,0	100,0				
Impact négatif du confinement – Sujet en couple								
	Libido		Masturbation		Rapports sexuels		Pornographie	
	Femmes (%)	Hommes (%)	Femmes (%)	Hommes (%)	Femmes (%)	Hommes (%)	Femmes (%)	Hommes (%)
Moins important.e	25,1	10,3	16,7	10,7	26,0	10,7	10,2	15,4
Identique	32,5	13,5	20,0	7,9	24,6	10,2	9,3	9,3
Plus important.e	13,5	5,2	7,9	4,6	17,7	7,0	2,3	2,8
Pas de pratique	—	—	25,6	5,6	2,3	0,9	44,2	6,5
Totaux	100,0	100,0	100,0	100,0				
Impact positif du confinement – Sujet sans partenaire								
	Libido		Masturbation		Sexe virtuel		Pornographie	
	Femmes (%)	Hommes (%)	Femmes (%)	Hommes (%)	Femmes (%)	Hommes (%)	Femmes (%)	Hommes (%)
Moins important.e	13,4	7,0	4,5	6,4	2,5	3,9	8,2	2,5
Identique	29,9	19,7	26,7	15,9	1,9	3,8	9,0	18,0
Plus important.e	16,6	12,7	17,2	16	1,9	5,1	8,2	10,5
Pas de pratique	—	—	10,2	1,3	44,6	37,0	41,8	1,8
Totaux	100,0	100,0	100,0	100,0				
Impact négatif du confinement – Sujet sans partenaire								
	Libido		Masturbation		Sexe virtuel		Pornographie	
	Femmes (%)	Hommes (%)	Femmes (%)	Hommes (%)	Femmes (%)	Hommes (%)	Femmes (%)	Hommes (%)
Moins important.e	19,2	10,0	12,8	4,8	8,6	7,3	1,9	7,6
Identique	24,4	11,2	19,2	14,0	2,3	3,6	23,6	17,8
Plus important.e	21,2	11,6	19,6	13,6	5,5	2,3	6,4	10,2
Pas de pratique	—	—	13,6	1,2	48,6	21,8	28,7	3,8
Totaux	100,0	100,0	100,0	100,0				

(Bianchi-Demicheli et al., 2010 ; Laurent et Simons, 2009). Par exemple, l'anxiété affecte les différentes étapes de la réponse sexuelle, dont le désir sexuel (Kaplan, 1995). L'anxiété peut occasionner différentes réactions physiologiques désagréables nuisant aux relations sexuelles et

notamment au désir sexuel (Vuille, 2014). L'anxiété, le stress, l'inquiétude sont susceptibles de modifier les niveaux hormonaux sanguins ainsi que l'activité cérébrale, et d'engendrer différentes réactions, notamment des maux de tête ou encore des tensions musculaires (McCabe, 2000). De

plus, l'anxiété engendre une activation du système orthosympathique, alors que l'excitation sexuelle a besoin, au contraire, d'une activation du système parasympathique. En effet, lors de la phase d'excitation et de plateau, le système parasympathique se met en action pour permettre au corps d'atteindre la phase d'orgasme.

Un lien négatif a été prouvé entre l'anxiété et le désir sexuel (Beek et Bozman, 1995). En effet, angoisse et sexualité restent profondément antagonistes (Brenot, 2008). De plus, la promiscuité de cette période n'a pas toujours favorisé l'excitation et les rapprochements intimes car le manque d'intimité est un facteur fréquent d'abandon de la sexualité (Colson, 2007). Les couples confinés ensemble, sans enfant, n'ont probablement pas passé leur temps à avoir des rapports sexuels. Or, s'il n'y a pas de normes en matière de sexualité, les niveaux de maturation et d'exigences personnelles qui sont parfois proches au sein des membres d'un couple, peuvent aussi parfois être incompatibles. Notre étude met en avant que la libido a été affectée de façon différente, que les individus soient seuls ou en couples, le temps du confinement, et que celui-ci ait été perçu comme positif ou négatif.

Nous remarquons des changements « négatifs » (baisse de la libido) deux fois plus importants chez les sujets dont le confinement est vécu comme négatif (19,4 % de baisse de libido chez les personnes ayant vécu le confinement de façon positive contre 35,4 % pour les personnes l'ayant vécu de façon négative). Comme nous avons pu le voir, chez certaines personnes le confinement a engendré des symptômes de « stress aigu ». Or, ce « stress aigu » impactent négativement la libido (Piché-Villeneuve et al., 2014). De plus, un état dépressif va avoir tendance à diminuer la libido (Porto, 2014). Notre enquête a également questionné la baisse de libido. Il ressort, chez les 844 participants, que 62,4 % des individus témoignent d'une baisse de libido quand ils sont fatigués, 50,6 % voient également leur désir sexuel plus faible en cas d'anxiété et 57,2 % ont une baisse de la libido en cas de stress. Notre intérêt s'est également porté sur les conditions qui, selon les sujets, augmentent leur libido. Ce qui apparaît en premier lieu c'est la sensation d'être en forme. En effet, pour 70,0 % des individus, leur libido est plus élevée quand ils sont en pleine forme. Pour 68,7 % des individus, leur libido est plus élevée quand tout va bien pour eux et dans 29,2 % des cas elle est plus élevée en période d'ennui.

Impact du confinement sur la fréquence des masturbations

La masturbation peut être accentuée en cas de stress, d'angoisse, d'incertitude, etc. En effet, les habitudes masturbatoires peuvent changer selon la situation et s'apparenter à « une suractivité sexuelle intense et compulsive à valeur antidépressive, sous forme de masturbation » (Bouchet-Kervella, 2016). C'est ce que notre étude met en avant. On retrouve ainsi une augmentation des fréquences masturbatoires plus importante chez les individus qui vivent négativement le confinement. En effet, chez les couples on note une augmentation de la fréquence masturbatoire pour 12,5 % des sujets vivant la situation négativement, alors que pour ceux qui vivent positivement le confinement, l'augmentation n'est que de 9,9 %. L'augmentation n'est pas flagrante et cela peut s'expliquer par la présence du partenaire. En effet, si nous regardons du côté des sujets confinés seuls, nous retrouvons une augmentation de la fréquence masturbatoire de 33,2 % des sujets quel que soit leur ressenti par rapport à la situation (positif

ou négatif). Il ressort également des réponses que la pratique de la masturbation est plus importante en cas de stress, d'angoisse et d'ennui. En effet, 13,6 % des sujets se masturbent plus en cas de stress ou d'angoisse et 37,8 % en cas d'ennui. D'autres chiffres intéressants nous montrent que 10,1 % des participants essaient de limiter leur nombre de masturbations et que 10,7 % des individus ne peuvent pas assouvir toutes leurs envies de masturbation pendant cette période de confinement à cause de la promiscuité.

Impact du confinement sur la fréquence des rapports sexuels

Nous avons vu que la variation de la fréquence des rapports sexuels était en lien avec la façon dont la personne a vécu le confinement (de façon positive ou de façon négative). Les personnes ayant un vécu négatif ont vu, pour plus d'un tiers des cas (36,7 %) la fréquence de leurs rapports sexuels diminuer.

Cela s'explique par le fait que ceux qui vivent cette situation de façon négative présentent du stress et de l'anxiété (Mengin et al., 2020). Or, l'anxiété va impacter la réponse sexuelle en diminuant la libido mais aussi en altérant la phase d'excitation (Kempeneers et Barbier, 2008). Cette hypothèse permet d'expliquer également pourquoi presque la moitié des personnes (47,4 %), qui n'ont pas eu plus de rapports sexuels pendant le confinement, n'en ont pas ressenti l'envie. Notre étude a également mis en avant que, pour 7,6 % des personnes, ce sont les problèmes de santé qui empêchent la réalisation de rapports sexuels. Par problèmes de santé nous entendons ici les répercussions de pathologies chroniques sur la sexualité. En effet, les pathologies chroniques, ainsi que les traitements qui sont prescrits en fonction de la pathologie, présentent souvent des effets secondaires néfastes pour la sexualité (Colson, 2016). Pour finir, pour 92,9 % des sujets en couple, ce n'est qu'au cours de périodes où tout va bien pour eux qu'ils ont plus de rapports sexuels. La situation de confinement n'étant pas une situation particulièrement agréable, voir même désagréable et pouvant engendrer des conséquences psychologiques délétères (Auxéméry et Tarquinio, 2020), cela explique pourquoi les personnes confinées en couple n'ont pas eu une augmentation importante du nombre de rapports sexuels.

Impact du confinement sur la sexualité virtuelle

Comme nous avons pu le voir, en ce qui concerne notre échantillon d'individus, il apparaît que c'est une pratique peu courante. La différence qui apparaît est sur la diminution de cette pratique. En effet, 15,9 % des sujets qui ont vécu de façon négative le confinement ont diminué cette pratique contre 7,8 % des personnes qui ont vécu positivement le confinement. L'hypothèse que nous mettons en avant est que l'angoisse et l'anxiété de la situation ont tendance à inhiber la sexualité, comme nous avons pu le voir chez les personnes confinées en couple, et que la sexualité virtuelle est affectée, pour ceux qui la pratique, comme les rapports sexuels pour les individus confinés en couple.

Impact du confinement sur la consommation de pornographie

L'exposition à la pornographie concerne pratiquement tous les hommes et 80,0 % des femmes. L'âge moyen de la première exposition est de 15,2 ans (Bulot et al., 2015). Une étude plus récente met en avant que 15 % des enfants européens de 9 à 11 ans ont vu des images à caractère sexuelle dans l'année, ainsi que 39 % des 12–14 ans et 61 % des 15–16 ans (Smahel et al., 2020). Le confinement a modifié les fréquences de consommations de pornographie en fonction des situations personnelles. Chez les personnes confinées en couple ou alors avec d'autres personnes, celles-ci ont pu rencontrer des difficultés à visionner des vidéos pornographiques à cause de la promiscuité. Pour les individus confinés seuls, la pratique a pu être accentuée en réponse au stress, à l'ennui ou à l'augmentation des masturbations comme nous avons pu le voir précédemment. Nous pouvons également mettre en avant l'hypothèse que le fait que plusieurs sites à caractère pornographique aient proposé pendant le confinement des accès gratuits à la haute qualité (comptes premium par exemple) de vidéos peut justifier un intérêt plus important pour la consommation de pornographie.

Conclusion

« Quatre-vingt-huit pour cent des personnes en couple se reconfirmeront avec le même partenaire », selon un sondage IFOP (2020) consacré aux pratiques sexuelles des Français. On est loin de la révolution imaginée par les médias et la société en générale au début du confinement. Ce sondage met également en avant une comparaison intéressante de la satisfaction à l'égard de sa vie sexuelle avant et pendant le confinement. Il en ressort que 70 % des individus questionnés étaient satisfaits de leur sexualité avant le confinement et 63 % pendant le confinement. Comme nous avons pu le mettre en avant au travers de notre étude, le confinement a modifié différentes dimensions de la sexualité. En effet, il apparaît, chez les sujets de notre étude, qu'il y ait une modification de leur libido chez plus d'une personne sur deux, une modification des pratiques masturbatoires, une modification de la consommation de pornographie et une modification de la fréquence des rapports sexuels chez les personnes confinées en couple. Dans certains cas les fréquences ont diminué et d'en d'autres cas ont augmenté. Ces différences proviennent sûrement, mais ce ne sont là que des suppositions au regard de nos résultats, de la façon dont les personnes ont vécu, géré, cette situation de crise sanitaire et de deconfinement. La capacité à faire face, les représentations de la crise, ont impacté les individus différemment et cela a forcément eu des répercussions sur leurs sexualités. Notre étude permet de montrer les différents changements mais pas d'en apporter les origines précises. Nous avons vu que l'impact du confinement sur l'état psychologique influence la sexualité des individus. Une étude clinique serait pertinente pour mettre en avant les origines de ces changements d'habitudes sexuelles.

Déclaration de liens d'intérêts

Les auteurs déclarent ne pas avoir de liens d'intérêts.

Références

- Auxéméry Y, Tarquinio C. Le confinement généralisé pendant l'épidémie de Coronavirus : conséquences médico-psychologiques en populations générales, soignantes, et de sujets souffrant antérieurement de troubles psychiques. *Ann Med Psychol* 2020., <http://dx.doi.org/10.1016/j.amp.2020.06.001>.
- Beek JG, Boznan AW. Gender differences in sexual desire: the effects of anger and anxiety. *Arch Sex Behav* 1995;24:595–612.
- Bianchi-Demicheli F, Ortigue S, Meyer P. Désir sexuel hypoactif chez l'homme : prise en charge en médecine sexuelle. *Rev Med Suisse* 2010;6:614–9.
- Bitzer J, Giraldi A, Pfaus J. Sexual desire and hypoactive sexual desire disorder in women. Introduction and overview. *Standard Operating Procedure (SOP Part 1)*. *J Sex Med* 2013;10(1):36–49.
- Bouchet-Kervella D. Pluralité des organisations mentales dites « per-verses ». *Rev Fr Psychanal* 2016;80(3):700–21.
- Brenot P. Le sexe et l'angoisse. *Imaginaire Inconscient* 2008;22(2):145–57.
- Brooks SK, Webster RK, et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review. *Lancet* 2020;395(10227):912–20.
- Bulot C, Laurent V, Collier F. Pornography sexual behavior and risk behavior at university. *Sexologies* 2015;24(4):e78–83.
- Colson MH. Âge et intimité sexuelle. *Gerontol Soc* 2007;30(122):63–83.
- Colson MH. Dysfonctions sexuelles de la maladie chronique, l'état des lieux. Première partie : fréquence, impact et gravité. *Sexologies* 2016;25(1):16–23.
- Éditorial. Isolés. L'économie contre l'écologie ? *Esprit* 2020;3:5–7.
- IFOP. Étude Ifop pour Charles.co réalisée par questionnaire auto-administré en ligne du 24 au 27 avril 2020 auprès d'un échantillon de 3045 personnes, représentatif de la population âgée de 18 ans et plus résidant en France métropolitaine, Paris; Charles.co; 2020.
- Kaplan HS. *The sexual desire disorders: dysfunctional regulation of sexual motivation*. New York: Brunner-Mazel; 1995.
- Kempeneers P, Barbier V. L'influence de l'anxiété sur l'excitation sexuelle : vers une théorie cognitive. *Sexologies* 2008;17(2):66–75.
- Landry S. *Le désir sexuel, le stimuler, le retrouver, alimenter la flamme !*. Éditions In Press, Coll Et si on allait mieux !, Paris; 2020.
- Laurent SM, Simons AD. Sexual dysfunction in depression and anxiety: conceptualizing sexual dysfunction as part of an internalizing dimension. *Clin Psychol Rev* 2009;29:573–85.
- McCabe MP. Stress and sexual function. In: Kenny DT, Carlson JG, McGuigan FJ, Sheppard JL, editors. *Stress and health: research and clinical applications*. Amsterdam: Harwood Academic Publishers; 2000. p. 139–49.
- Mengin A, Allé MC, Rolling J, et al. Conséquences psychopathologiques du confinement. *Encephale* 2020;46(3):543–52.
- Piché-Villeneuve M, Labarre JS, Chalifour F. Problème d'insomnie et d'intimité dans le cas d'un trouble de stress post-traumatique. papyrus.bib.umontreal.ca, Montréal; Papyrus; 2014.
- Porto R. Dépression et sexualité. *Presse Med* 2014;43(10, pt 1):1111–5.
- Rupp DE, Vodanovich SJ. The role of boredom proneness in self-reported anger and aggression. *J Soc Behav Pers* 1997;12(4):925.
- Sellier-Mesnard E. Considérations sur la peur. *J Psychol* 2020;378(6):70–3, <http://dx.doi.org/10.3917/jdp.378.0070>.
- Smahel D, Machackova H, Mascheroni G, Dedkova L, Staksrud E, Ólafsson K, et al. EU Kids Online 2020: survey results from 19 countries. *EU Kids Online* 2020., <http://dx.doi.org/10.21953/lse.47fdeqj010fo>.

- Trudel G. *Les dysfonctions sexuelles : évaluation et traitement par des méthodes psychologique, interpersonnelle et biologique*. 2 ed. Québec: Presses de l'Université du Québec; 2008.
- Vuille M. Le désir sexuel des femmes, du DSM à la nouvelle médecine sexuelle. *Genre Sex Soc* 2014;12., <http://dx.doi.org/10.4000/gss.3240>.
- Wang C, Pan R, Wan X, et al. Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) Epidemic among the General Population in China. *Int J Environ Res Public Health* 2020;17(5):1729, <http://dx.doi.org/10.3390/ijerph17051729>.