

# VRIJ DAG

ACADEMIE VOOR WARE LIEFDE

E-BOOK

## Waarom dating apps niet werken

EN HOE JE WÉL DE WARE LIEFDE KUNT VINDEN



# De psychologie achter de dating app ...

*'Ja. Nee. Ja. Nee.*

*Haast alsof je duim gehoorzaam het ritme van het leger volgt:*

*Rechts. Links. Rechts. Links.*

*Nog even volhouden.*

*Vegen. Vlam. Vleeskeuring.*

*Het is de keuze die kieskeurig maakt: te dik, te klein, te kaal, te naakt.*

*'Morgen nog eens', denk je dan, terwijl je je grote boodschap in het toilet dropt en je broek weer optrekt.'\**

Herkenbaar?? Dan deze waarschijnlijk ook:

*'Hé, zal ik even voor je swipen?' De vraag die elke single wel eens heeft gekregen...*

Maar dat is allemaal ok, toch? Want uiteindelijk zal dat toch wel leiden tot die grote liefde en dat gelukkige leven. Toch? ..... Toch....?

Maar stel je nu eens voor dat elke gebruiker van een dating app meteen de perfecte match vindt. Dan ondermijnt dat het bestaansrecht van de app; ze raken al hun gebruikers kwijt. En daarom zijn deze apps verslavend gemaakt....

Heb je daar wel eens bij stil gestaan? Laat het volgende even tot je doordringen\*:

**“Een dating app heeft er voordeel van als gebruikers korte relaties aangaan, zodat ze altijd weer terugkomen naar de app.”**

BOEM, ja, daar is ie dan... de harde waarheid. Gebruikers mogen niet té succesvol zijn. De commerciële dating wereld heeft er baat bij als de gebruikers korte (seksuele) relaties aangaan, zodat ze altijd weer terugkeren naar de app.

## De klantreis door de dating app

Je keuzes worden gereduceerd tot hele primaire beslissingen: Nee, nee, nee, ja, nee, ja, ja, nee, nee, nee, nee.... Oh shit, te snel, die was eigenlijk best leuk... maar probeer dat profiel maar eens terug te vinden. Geen probleem, betaal voor de premium versie en daar is jouw favoriet weer!

Maar ja, zo'n knapperd zal toch van iedereen wel likes krijgen? Misschien toch maar die (betaalde) Super like proberen dan? En gelukkig krijg je in het premium pakket, wat je nu toch al hebt aangeschaft, ook nog eens korting op allerlei andere super boosters. Joehoe, daar ga je dan! Je ruikt het succes en het hek is van de dam. En verrek zeg.... Ineens heb je veel meer matches dan voorheen, dus het werkt echt!

Euhh... oh ja? Zou het misschien ook kunnen komen doordat de dating app een urgentie heeft om jou tevreden te houden, nu je betaalde opties hebt aangeschaft? Dat het geen toeval of doorslaand succes is dat je nu ineens meer matches krijgt? Dat het misschien de commerciële werking is die leidt tot de verslaving? Want die ego-boost is nou juist wat we nodig hebben, het succes, de overwinnaars-flow. Het is een psychologisch spel dat conditionering heet. Of in lekentaal: je krijgt een vinger en verlangt daarna naar de hele hand. En daarmee is een dating app net zo verslavend als een gokautomaat of videogame...

Helaas lieve mensen; In meerdere wetenschappelijke onderzoeken is aangetoond dat er echt maar heel weinig oprecht succes te halen valt in een dating app.

## Hoe serieus nemen we de ware liefde eigenlijk?

En bovenstaande staat dan nog los van wie en wat je allemaal tegenkomt in de gemiddelde dating app. En, het belangrijkste: hoe je je daarbij voelt.

Ester Perel (psychotherapeut/relatietherapeut) zegt daar het volgende over:

*'Een datingapp zorgt voor een oneindige stroom aan potentiële partners in je zak. Er is een te grote keuze aan kandidaten. Vroeger in het dorp kon je uit twee potentiële partners kiezen, in de stad uit tien, nu uit duizenden in een app. Die oneindigheid leidt tot voortdurende onrust. De keuzevrijheid brengt onzekerheid, zelftwijfel en eenzaamheid.'*

Het idee dat er altijd een betere zou kunnen zijn versterkt het gevoel van verlangen, maar ook van Fear of missing out (FOMO). Dat zorgt ervoor dat je je niet openstelt voor verbinding. Je wilt je vrijheid beschermen en krijgt op die manier veel te hoge verwachtingen van een toekomstige partner. Dat leidt tot frustratie en uiteindelijk tot eenzaamheid.

En het ellenlang blijven zoeken naar de nog betere kandidaat zorgt er ook voor dat je tegen van alles aanloopt wat je dan eigenlijk weer niet had willen zien.

Een paar willekeurige voorbeelden:



*Als je een vrouw bent die een korte spijkerbroek draagt en met één hand kan inparkeren hoef je niet te reageren.*

De dating app gebruiker vermeldde hierbij: *'Vanmorgen de app weer eens aangezet en meteen weer afgehaakt na deze teksten...'*

Over het algemeen wordt er hard gelachen om dit soort teksten, maar eigenlijk is het natuurlijk diep triest dat mensen in deze contreien op zoek zijn naar de ware liefde. Hoe serieus nemen we onszelf dan? En hoe serieus nemen we ons eigen geluk? Denken we serieus dat ware liefde, de magie

*Vrouwen zeggen regelmatig na één berichtje "ik voel de vibe niet" en dat na één bericht...*

van liefde, de prachtige kant van liefde te vinden is op basis van een opgeleukt profiel, een niet waarheidsgetrouwe foto en een paar willekeurig opgesomde goede eigenschappen? En dat dan

gemixt met de draak die commercie heet en tadaaaa.... Daar is mister of misses right!

De eerste date is leuk, de tweede ook, de seks is super (was ook lang geleden...) en dan: we passen toch niet bij elkaar. Een paar tranen en doooooorr; op naar de volgende. Nieuwe ronde, nieuwe kansen!

## Hoe het anders kan

Wij geloven dat dit anders kan. Dat dit anders moet. We moeten terug naar de beginselen van de liefde. Wij geloven namelijk in de magie van de liefde. Liefde is chemie, liefde is iets dat zich afspeelt tussen twee mensen die een klik of een vonk voelen. En dat is niet te arrangeren door een algoritme met commerciële insteek dat al of niet willekeurig de door jou zelf verzonden goede eigenschappen aan een ander koppelt.

Ware liefde is alleen te bereiken door ervoor open te staan, door er ruimte voor te maken en vanuit jouw eerlijke oprechte zelf op zoek te gaan naar die chemie met een ander. Geloven dat het zo werkt en dit zelf willen ervaren is een eerste belangrijke stap.

En bij de vervolgstappen kunnen wij jou helpen. Wij kunnen jou helpen om uit die passiviteit te komen, om je los te weken van de frustrerende dating apps, matching bureaus en andere hulpmiddelen die jou niet helpen.

Wij helpen jou namelijk om vanuit jouw eigen kracht op zoek te gaan naar de ware liefde. Je ontdekt welke (onbewuste) belemmeringen een rol spelen en welke positieve danwel negatieve ervaringen uit het verleden jou hebben gevormd en jou beïnvloeden in hoe je nu in het leven staat.

En daarmee ook in hoe je nu de zoektocht naar de ware liefde vormgeeft.

## Wie wij zijn?

Wij zijn José en Anne Marieke en wij maken de wereld een beetje mooier, want wij laten de liefde groeien.

Ons streven is om iedereen die met kerst ongewenst alleen op de bank zat, het passieve wachten en swipen zat is én bereid is aan zichzelf te werken met passie en betrokkenheid te begeleiden naar het vinden van de ware liefde.



Dat doen wij door jou te begeleiden in jouw zoektocht naar een succesvolle liefdesrelatie, want ware liefde vind je pas als je er ruimte voor maakt.

Welkom bij:



Durf jij het aan om zelf actief aan de slag te gaan? Om kritisch naar jouw eigen gedrag en gevoel te kijken? Om jouw inzichten in je eigen gedrag en gevoel te vergroten en zo ruimte te creëren voor een liefdevolle en duurzame relatie? Dan ben je bij ons van harte welkom en brengen wij jou de inspiratie en motivatie die jij nodig hebt om de ware liefde te vinden én te behouden.



## Onze belofte:

- ∞ Jij staat aan het roer
- ∞ Begeleiding door een ervaren klinisch psycholoog
- ∞ Persoonlijke aandacht
- ∞ Wij brengen inspiratie en motivatie
- ∞ Samen vergroten we de kans op het vinden van de ware liefde aanzienlijk

Ben jij er klaar voor? We komen graag met jou in contact!

**JA, DIT WIL IK!**

En wil je weten hoe wij hier gekomen zijn en waarom wij geloven in het concept van zelf aan de slag gaan en ruimte creëren voor de ware liefde?

Neem dan even een kijkje op onze website [www.vrij-dag.nl](http://www.vrij-dag.nl), volg onze Academie zodat jij zelf de ware liefde kunt vinden.

*\* In dit artikel zijn citaten gebruikt van Elisabeth Timmermans uit:*

<https://charliemag.be/wereld/dating-apps/#0>

