

Het aantal alleenstaande Nederlanders blijft groeien. Toch kleven aan die groep hardnekkige vooroordelen. 'Laat los, dan komt het vanzelf.'

Tekst: Pam van der Veen Foto's: Joost Hoving

Singles

zijn zielig. Toch?

De deskundigen



Marco van Vulpen (46), sport-schoolinstructeur en manager, sinds 4 jaar gescheiden, vader van 2 kinderen.



Louke Spigt (45), ontwerpster van sieraden, 15 jaar vrijgezel.



Romilde van Dongen (31), tv-producent, blogt op Ikbensingle.com, 2 jaar single.



Suzanne Frenk (33), redacteur, oprichter van SingleSofie.nl, 7 jaar single.



Karin Ramaker (39), auteur van *Gewoon Single*, dat in oktober verscheen bij uitgeverij Scriptum. Was 10 jaar single, nu 5 jaar een relatie.



Hans Gierkink (47), singlecoach (heeft site Singlecoaching.nl). Was tot zijn 25ste vrijgezel, heeft sindsdien een partner.

De komende twaalf jaar zal het aantal alleenwonenden in ons land toenemen van 2,8 naar 3,3 miljoen. In 2060 voorspelt het CBS 3,8 miljoen alleenwonenden. Bijna de helft van de huishoudens (44 procent) bestaat dan uit één persoon, tegen 37 procent nu. En dan zijn de eenouderhuishoudens nog niet eens meegerekend. De groei wordt vooral veroorzaakt door de vergrijzing, want meer ouderen betekent meer weduwen en weduwnaars - *de silver singles*.

Wat betreft de nieuwe generatie: de meeste jongeren wonen eerst een tijd alleen voordat ze gaan samenwonen. Daarbij eindigen meer relaties in een scheiding (*second singles*) en is het steeds gebruikelijker om meerdere partners na elkaar te hebben en tussendoor een tijd alleen te zijn. Kortom, het fenomeen single wordt steeds gewoner

en verdringt misschien zelfs het gezin als hoeksteen van de samenleving.

Toch worden - met name langdurige - singles vaak nog met enig medelijden bekeken. Waarom hebben zij geen partner? Doen ze soms niet genoeg moeite? Elk mens wil toch diep in zijn hart een levensgezel, om het goede en slechte mee te delen? Ten aanzien van singles heersen vooroordelen die allemaal geworteld zijn in dezelfde aanname: het leven begint pas bij twee.

Wat vinden singles en andere deskundigen daar zelf eigenlijk van?

1 Singles willen helemaal niet single zijn.

Louke: „Ik meldde me eens aan op een site met de naam Happy Single. Daar zaten alleen maar mensen die zo snel mogelijk aan een relatie probeerden te komen. Dan ben je dus geen happy single, lijkt mij. Zelf ben ik dat wel. Ik mis niks, ben niet eenzaam, heb genoeg leuke mensen om me heen. Kletsen, lol maken, verdriet, eten, dingen sjouwen: ik kan altijd wel bij iemand terecht. Zelfs seks kan ik hebben met bepaalde single vrienden. Wat ik wel vervelend vind, is dat de wereld is ingericht op koppels: ben je niet met z'n tweeën, dan tel je niet echt mee.”

Marco: „Om me heen zie ik singles etaleren hoe gelukkig ze wel niet zijn. Op Facebook bijvoorbeeld. Daar heb ik zo mijn vraagtekens bij. Ik hou mezelf ook voor dat ik het prima naar mijn

‘Wat ik wel vervelend vind, is dat de wereld is ingericht op koppels: ben je niet met z'n tweeën, dan tel je niet mee’



Romilde
'In de kroeg zie ik
genoeg mannen
die overduidelijk op
zoek zijn. Je ziet de
wanhoop in hun ogen.'



Suzanne
'Ik zie er wel wat tegenop om 's ochtends met m'n gebakken ei tegenover een man te zitten'

zinnen heb, maar als ik diep vanbinnen kijk, is het lang niet altijd prima. Want hoewel ik een gezelschapsmens ben, ben ik vaak alleen. Als ik eerlijk ben, heb ik liever iemand om oud mee te worden. Dat zou me meer rust geven. Anderzijds: ook mensen met een relatie doen zich vaak veel gelukkiger voor dan ze in werkelijkheid zijn."

Romilde: „Op een druilerige zondagmiddag mis ik soms een arm om me heen. Maar mensen met een relatie voelen zich toch ook wel eens alleen? Je kunt je geluk niet van een ander laten afhangen. Toch, in alle eerlijkheid: samen is het leven leuker.”

Suzanne: „Huisje-boompje-beestje is de norm. Niet iedereen kan zich voorstellen dat het in je eentje ook leuk kan zijn. Of dat je geen kindwens hebt, zoals ik. Het leven als single is zeker anders, maar niet minder dan met een partner of gezin. *In the end* hoop ik ook te eindigen met een leuke vent, maar liefde laat zich niet dwingen, dus zorg ik dat ik het in de tussentijd zo leuk mogelijk heb.”

Karin: „Het gros van de singles die ik geïnterviewd heb voor mijn boek hebben het prima voor elkaar, maar verlangen er toch naar hun leven te delen. Dat zit kennelijk in de mens. In mijzelf ook. Ik ben wel een einzelgänger, maar toen ik single was, sloeg het soms in m'n gezicht: ik ben alleen. Vooral als ik werd uitgenodigd voor een feestje, met de boodschap: 'Neem je aanhang mee.'”

Hans: „Mensen zijn niet gebouwd op

'Ik hoop ook te eindigen met een leuke vent, maar tot het zo ver is, zorg ik dat ik het zo leuk mogelijk heb'

alleen zijn. Uit onderzoek blijkt dat singles behoorlijk gelukkig kunnen zijn, maar dat een relatie ze nog net iets gelukkiger maakt. Dat neemt niet weg dat je beter single kunt zijn dan een slechte relatie hebben.”

2 Singles zijn te kritisch.

Karin: „Geen witte sokken, wel een baard: ik ken singles die dat soort uiterlijke eisen stellen. Terwijl het natuurlijk om karaktereigenschappen gaat. Ik had vriendinnen die het al na één date opgaven omdat 'het niet goed voelde'. Zelf was ik ook zo, de vonken moesten er

meteen vanaf spatten, maar dat is niet realistisch. Het moet ook kunnen groeien.”

Marco: „Ik ben vijftien jaar getrouwd geweest en weet nu in elk geval hoe ik het niet wil. Wat dat betreft ben ik kritischer, ja. De variabelen waar ik toen op viel – leuk, lekker, aardig – heb ik bijgesteld. Wat me nu aantrekt, is een krachtige persoonlijkheid met een eigen mening. Als ze te liefjes is, krijg ik er zo'n EO-gevoel bij. En het is handig als ze van sport houdt, maar het belangrijkste is dat we kunnen communiceren. Ik wil begrijpen en begrepen worden. O ja, en ze moet los zijn van problemen uit het verleden. Als ik iets van boosheid merk op een eventuele ex, ben ik weg.”

Louke: „Ik heb geen irreële verwachtingen. De partner die ik zoek, moet hetzelfde zijn als ik, maar dan een mannelijke versie. Wat uiterlijk betreft heb ik het liefst iemand die er prachtig uitziet, maar ja, ik zie er zelf ook niet prachtig uit. Als een man een dikke buik heeft, mag ik daar niks van zeggen, vind ik. En als hij intensief sport, prima, maar niet bij mij in de buurt.”

Hans: „Veel singles die ik tegenkom in mijn praktijk hebben de neiging hun kansen op de relatiemarkt te overschatten. Vooral vrouwen stellen talloze eisen aan een eventuele partner. Hij moet van reizen, van de stad en de natuur houden, hij moet intelligent, open en stoer zijn, maar zich ook kwetsbaar op durven stellen, hij mag niet *De Telegraaf* lezen en geen bier drinken, maar wel



wijn. Alles wordt afgevinkt tijdens de date, waardoor die meer weg heeft van een sollicitatiegesprek. De perfecte manier om zo'n avond te laten mislukken."

Romilde: „Via een datingsite kwam ik in contact met een piloot. 'Dat is vet!' dacht ik. Met zo'n stoere baan moest het wel een leuke man zijn. Maar toen kreeg ik zijn eerste mail: een boekwerk met zijn hele levensverhaal. Veel te *desperate*. Daar knap ik meteen op af."

Suzanne: „Ik ben helemaal niet zo kieskeurig. Wel vind ik het belangrijk dat een relatie een aanvulling is op mijn leven. Dat is toch niet te veel gevraagd? Dat ik op een dag zeg: 'Nou oké, doe dan die maar', dat is uitgesloten."

3 Singles beoordelen iedereen op 'relatiefähigkeit'.

Hans: „Dat zouden sommige singles juist meer moeten doen! Zich openstellen voor contact, kansen zoeken. Maar het moet er niet te dik bovenop liggen, want dan stoot het juist weer af."

Karin: „Ze zijn er: singles die op feestjes bij elke man of vrouw De Check doen. Daarmee loop je wel het risico dat je mensen op voorhand uitschakelt. Zelf had ik altijd een zwak voor mannen met een kind."

Marco: „Ik heb mijn ogen niet in mijn zak zitten, maar ik ben niet zo'n snelle. Wil ik warmlopen voor een vrouw, dan

moet ik haar echt eerst beter leren kennen."

Romilde: „Alleen tijdens het uitgaan speelt dat wel eens door mijn hoofd. 'O, hij is arts! Interessant!' In het dagelijks leven ben ik daar niet mee bezig."

Suzanne: „Lijkt me erg vermoeiend, de hele dag door potentieeltjes spotten. Mij niet gezien. Al heb ik wel een zwak voor mannen met een gitaar."

4 Singles hebben bindingsangst.

Suzanne: „Na al die tijd zie ik er wel een beetje tegenop om fysiek iemand om me heen te hebben. Om 's ochtends met m'n gebakken ei tegenover een man te zitten. Nogal wennen. En stiekem heb ik ook de angst dat die man wél een gezin, een koophuis en een Volvo stationear wil."

Marco: „Ik sta open voor de ware, maar ik heb het eigenlijk te druk om haar tegen te komen. Op zoek naar afleiding en gezelligheid timmer ik mijn leven dicht met werk en de sportschool, waardoor ik weinig mogelijkheid bied voor een nieuwe relatie. Dat is wel wat paradoxaal. Maar als ik de juiste vrouw ontmoet, doe ik concessies!"

Louke: „Verliefd zijn vind ik vervelend. Alsof je dronken bent, je verliest de controle. Maar als ik een man leuk vind, ga ik er meteen vol voor. Ik ben alleen de

juiste nog niet tegengekomen."

Hans: „Het beeld dat je de ware vanzelf tegenkomt, klopt bijna nooit. Je moet er wel zelf moeite voor doen. Statistisch gezien zou je het goed moeten kunnen vinden met één op de tweehonderd mensen in jouw leeftijdscategorie, dus er zijn heel wat kansen op 'een ware'. Sta je daar niet voor open, dan kan dat duiden op bindingsangst. Ik zie het veel in mijn werk: mensen die in hun jeugd onveilig gehecht zijn, daardoor bang voor afwijzing en dus geneigd om anderen op afstand te houden. Ze verzinnen excuses waarom iemand 'het' niet is: 'Ze woont te ver weg' of 'ik heb het te druk'. Maar in feite durven ze geen relatie aan te gaan."

Karin: „Ik viel in elk geval altijd op mannen met bindingsangst. Het type dat na een tijdje zei: 'Liever even geen contact, ik bel jou wel weer'. Dat was mijn rode draad. De vriend die ik nu heb, is het tegenovergestelde."

5 Een single houdt van (ongevraagd) advies.

Romilde: „Mensen willen weten waarom het niet lukt. Waarom je niet bent zoals zij: met z'n tweeën. Ik ken een vrouw die óók de boot gemist heeft! zei laatst iemand. Hallo, ik ben 31! Mijn moeder is soms bang dat ze me te onafhankelijk en zelfstan-

Louke
‘ik ben een piraat, graag op stap met mijn single mannevrienden. One of the guys.’

'Mijn zoon geeft geen advies, maar als hij een leuke vrouw ziet, trekt hij wel zijn wenkbrauwen naar me op. Om te checken of het iets voor mij is'

heeft opgevoed. Of ze verzucht: 'Ik word nooit oma!' Dan denk ik: 'Als jij er al geen vertrouwen in hebt, mam, wat moet ik dan nog?' Mijn vader overziet het nog het best: 'Misschien moet je eens stilstaan als mannen op je jagen,' zei hij. Daar heeft hij wel een punt."

Hans: „Mensen met een relatie zijn geneigd om singles tips te geven, uit medeleven of bezorgdheid. Maar al zijn de bedoelingen nog zo goed, het is de manier om een single op de kast te krijgen. Niet doen dus."

Karin: „De adviezen zijn tegenstrijdig. Van 'je moet wel actief op zoek hoor!' tot 'je moet het loslaten, dan komt het vanzelf'. Maar ze komen allemaal op hetzelfde neer: je moet een stelletje zijn."

Marco: „Mijn zoon geeft geen advies, maar als er een leuke vrouw langsloopt op straat, trekt hij wel zijn wenkbrauwen naar me op. Om te checken of het iets voor mij is."

6 Een single kun je schaamteloos naar zijn/haar liefdes- en seksleven vragen.

Louke: „Het is altijd de eerste vraag: 'Heb je een vriend?' En als ik nee zeg: 'Aha, dan kun je dus met iedereen in bed drinken!' Single en seks schijnen hand in hand te gaan. Erger nog: single

schijnt synoniem te zijn aan geil en beschikbaar."

Romilde: „Op familieweekenden zit ik er ineengedoken op te wachten: 'En? Is er al iemand? Je mag wel eens opschieten!' En vrienden vragen wel eens of ik op een date anders doe dan anders. Dat moet wel, want ik ben normaal toch zo'n superleuke meid?"

Karin: „Mensen vragen: waarom ben jij single? Hoezo, ik vraag toch ook niet waarom jij samen bent? Waarom ben ik degene die verantwoording moet afleggen? Anderzijds wordt van singles verwacht dat ze wilde verhalen hebben over wat ze allemaal meemaken op hun dates. Alsof je een wandelende soap bent."

Suzanne: „Singles worden vaak geassocieerd met *Sex & the City*. Met Carrie Bradshaw die spannende mannen oppikt in hippe clubs. Heb je die verhalen niet, dan ben je waarschijnlijk een Bridget Jones, die sip thuis op de bank wijn zit te drinken. Maar singles zijn niet of glamorous of saai. We zijn net gewone mensen."

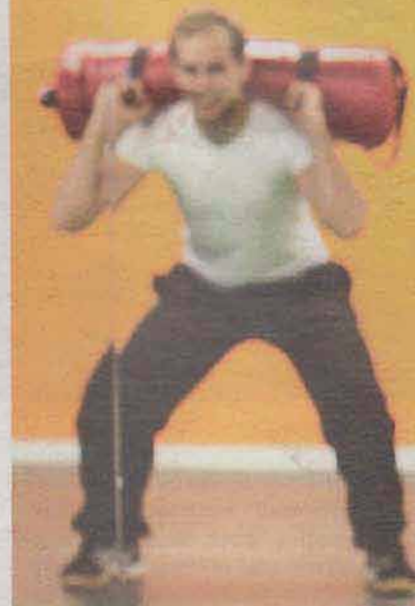
Marco: „Mensen die mij niet goed kennen, denken dat ik een losbandig leven leidt. 'Jij leeft in het walhalla. Een kind in een snoepwinkel!' En: 'Als ik single was wist ik het wel!' Ik laat ze maar in die waan."

7 Je kunt een single beter niet te dicht in je buurt van je vriend of vriendin laten.

Karin: „Ik had een vriendin bij wie ik vaak at. Tot zij ging samenwonen. Toen belde ze opeens op: 'Kun je een uurtje later komen, want ik ben nog niet thuis.' Het was namelijk niet de bedoeling dat ik even alleen met die jongen zou zijn. Door haar wantrouwen is de vriendschap wel geklapt, ja."

Suzanne: „Op een feestje knoopte ik eens een gesprekje aan met de man naast mij. Meteen kwam er een vrouw aangesnelde die hem kirrend om de hals vloog en overlaadde met kusjes. Even haar territorium afbakenen. Die man schrok er zelf van. Dat ik gezien werd als een bedreiging vond ik wel een compliment."

Marco: „Het kan nog zo goed klikken



met een vrouw, maar als ze niet over die ene variabele beschikt – ongebonden zijn – dan houdt het voor mij meteen op."

Louke: „Ik doe inderdaad niet al te ingewikkeld over seks, maar wel over seks met de man van iemand anders."

8 Single vrouwen zijn wanhopige ouwe vrijsters, single mannen zijn flie-refluitende vrijgezellen.

Karin: „Uit de anonieme enquête die ik hield voor mijn boek kwam naar voren dat ook veel mannen het echt niet leuk vinden om alleen te zijn. Ze praten er alleen minder makkelijk over dan vrouwen."



Marco

'Op zoek naar afleiding en gezelligheid, timmer ik mijn leven dicht met werk en sportschool.'

Louke: „Ik ben zelf ook een fliefluittende vrijgezel. Een piraat, graag op stap met mijn single mannavrienden. *One of the guys.*”

Hans: „Je bent zo wanhopig als je je voelt. Voor vrouwen telt vooral het probleem van de leeftijd: hoe ouder ze worden, hoe moeilijker ze het krijgen op de relatiemarkt. Daar hebben mannen veel minder last van, omdat ze achter jongere vrouwen aan gaan.”

Marco: „Op een vrijgezellenvakantie heb ik ook heel wat mannen gezien die hun wanhoop niet onder stoelen of banken staken. Hoe die zich onderling uitten... 'Ik ga pakken wat ik pakken kan, hoor!' Het maakte ze niet uit, als ze maar snel onder de pannen waren.”

Romilde: „In de kroeg zie ik genoeg mannen die overduidelijk op zoek zijn naar een vrouw. Je ziet de wanhoop in hun ogen. Die mannen sla ik even over.” ■

S!ngle

Samen met Peter de Wit maakte Hanco Kolk recent de 4000ste S!ngle, de dagelijkse strip in het AD.

De hoofdrollen in S!ngle zijn voor Nienke, Fatima en Stella, die alle drie een bepaald type vrijgezel vertegenwoordigen. Kolk: „Stereotiepe singles.

Nienke, die oordelend, superkritisch en gefrustreerd is en bij vliegen de happy single uithangt, terwijl ze dat niet is. Fatima, die op foute types valt en intussen fantaseert over de ideale man. En Stella, die zich emotioneel niet kan binden en daarom mannen oppikt in een bar. Ze zijn vriendinnen, maar vooral ook

lotgenoten, omdat ze alle drie single zijn.

In de loop der jaren hebben Fatima, Stella en Nienke meer diepgang gekregen. Soms verrassen ze ons zelfs, want ondanks alle mislukte dates, hangen ze hun levensgeluk niet op aan het hebben van een man. Ik heb dan ook geen medelijden met ze!”

