

FEB 2018

uit krant

**FLIRTEN
NA #METOO**
VERSIERTIPS VOOR DUMMY'S

I amsterdam.



FLIRTEN KAN NOG WÉL

Je moet er alleen een paar regeltjes bij in acht nemen.
Tien tips van (ervarings) deskundigen, want 'flirten is altijd eng.'



Flirten: het liefst doen we het via een scherm
 en na #MeToo schijnt er zelfs flirtangst te heersen.
 Zonde. Angst is onnodig, leert Emma Curvers
 op flirtcursus; als je maar goed flirt.

tekst Emma Curvers illustraties Agnes Loonstra



LIEFDESLESSEN

Het is vrijdagmiddag en ik zit met zo'n vijftientig man in een kring, met op onze schoot koffie uit een pompkan. 'Eigenlijk een heel leuke groep,' fluister ik tegen flirtcoach Meinou Lambeck van Singlecoaching.nl, waarmee ik per ongeluk verraad dat ik rekening hield met een bende sociaal gehandicapten, stakkers en gebochelden. Dat vermoedt volgens Lambeck zowat iedereen die naar de flirtcursus komt: dat hij of zij de leukste zal zijn. Deze mensen hebben volgens het voorstelrondje maar één ding gemeen: ze zijn bang om te flirten. De gescheiden dame die haar collega niet durft te versieren, een oudere weduwnaar in kabeltrui die klaar is voor een tweede rondje huwelijk en een bevallige den die zegt te kampen met een *resting bitch face* (een gezicht dat altijd op onweer staat): allemaal bang om te beginnen, bang het verkeerde te doen, te weinig (*friendzone!*), of erger, te veel: bang niet te herkennen welke kant de ander op wil. Met name dat laatste

zie je de laatste maanden wel vaker de kop opsteken.

FLIRTEN OP HET WERK

Trendwachter Adjiedj Bakas waarschuwde in december op radiozender WNL voor de 'trend' dat mannen na #MeToo niet meer durven te flirten op de werkvloer, toch vanouds een vruchtbare grond voor de liefde (tussen 2008-2013 ontmoette 14,8 procent van de stellen elkaar daar, volgens het CBS). We lazen 'mogen wij dan niets meer?'-reacties als die van regisseur Woody Allen, die zegt te waken voor een 'sfeer waarin een knipoog op kantoor tot een rechtszaak kan leiden'. Pardon? #MeToo ging over seksueel misbruik, en als je het verschil niet ziet tussen misbruik en flirten, is het misschien inderdaad beter dat je niet te veel knipoogt. Vooral niet op kantoor. Dat mensen door #MeToo hun flirtgedrag eens kritisch tegen het licht houden en zich mogelijk even ongemakkelijk voelen bij het



**'FLIRTEN MOET WEL
 ONGEMAKKELIJK BLIJVEN'**

Een (subtiel!) flirtsignaal uitproberen kan nooit kwaad



'OEPS, #METOO': DOE MAAR NIET

Het is niet alleen onnodig maar ook (een beetje) schadelijk om #MeToo-grapjes te maken als je iemand aanraakt, vindt de hoofdredacteur van Broadly, het vrouwenplatform van Vice, Noor Spanjer: 'Zo van: oeps, #MeToo, haha! Ik vind dat vreselijk. Ik denk dat mensen heel goed weten waar #MeToo over gaat. Flirten is iets totaal anders. Als je bewust flirten en misbruik met elkaar probeert te verwarren, is dat een vorm van verkrachtingscultuur. Je vertroebelt de discussie en je neemt seksueel geweld als probleem niet serieus.'

➤ flirten, is helemaal niet slecht, vindt freelance vertrouwenspersoon Petra Vervoort: 'Dat ongemak gaat hopelijk leiden tot een grotere sociale veiligheid voor vrouwen. Die verandering moet van binnenuit komen, en dat gebeurt niet alleen door een aantal hooggeplaatste mensen van hun voetstuk te laten vallen.' Ook Vervoort hoort op de werkvloer dat met name mannen zich geen houding meer weten te geven, uit angst voor 'een rechtszaak aan hun broek'. Maar of de 'flirtangst' nou echt voortkomt uit #MeToo, weet psycholoog en flirtcoach Lambeck nog niet zo: 'Ik heb het idee dat het hoogstens bestaande angsten vergroot.' Kortom: mensen die nu onzeker zijn, waren misschien sowieso niet de beste flirters. Want, en dat is gelijk de eerste les van de dag, **flirten is altijd eng**, of tenminste spannend: het is in beginsel een gokje, een stap in het duister, richting die ander. Maar: een goede flirt is óók het lichtpuntje aan de horizon op je grauwe februaridag – juist daarom moeten we deze schone kunst, ja zeg maar gerust dit ambacht, niet laten bezoedelen door toondove heren op leeftijd als Woody Allen. Maar hoe moet het flirten eigenlijk? Van vier flirtexperts

leren we tien onmisbare lessen over de moderne hofmakerij.

De context bepaalt de toon, vindt vertrouwenspersoon Vervoort, en nee, de werkvloer zal echt geen dorre woestijn worden. 'Flirten op de werkvloer kan, maar je moet je wel aan een aantal regels houden. Hiërarchie is daarbij een van de belangrijkste aspecten. Er kunnen natuurlijk toch relaties ontstaan waarbij verschil is in hiërarchische positie, maar daar kleven wel nadelen aan. Het is daarom in de praktijk goed om op te letten dat je flirt met mensen die sociaal gezien op hetzelfde level zitten.'

FLIRTANGST

Noor Spanjer, hoofdredacteur van Broadly, het vrouwenplatform van Vice, vindt ook dat flirten tussen ongelijkwaardige posities geoorloofd is: 'Als je in het flirten maar gelijkwaardig bent; als je professioneel genoeg bent om je werk erbuiten te houden, en je macht niet misbruikt. En: als het wat wordt, kun je voor de duidelijkheid een andere baan zoeken.' Vervoort: 'Je kunt eens een leuke, niet-seksueel getinte opmerking maken, bijvoorbeeld over



DE EXPERTS

Meinou Lambeck is psycholoog en singles-coach bij Singlecoaching.nl
Jan Drost is liefdesfilosoof en auteur van boeken als *Het romantisch misverstand* en *Als de liefde voorbij is*

Noor Spanjer is feminist, hoofdredacteur van *Broadly* (het vrouwenplatform van *Vice*) en schrijver van het boek *30 dates cadeau*

Petra Vervoort is freelance extern vertrouwenspersoon en lid van de Landelijke Klachtencommissie voor het Christelijk onderwijs

iemands kleding of kapsel, en kijken of de reactie van de ander draagvlak geeft om verder te gaan.'

Draagvlak, dat klinkt duidelijk, dat klinkt goed, maar het is in praktijk juist een struikelblok voor veel flirtangstigen. Coach Lambeck vraagt de groep alle non-verbale flirtsignalen die we kennen op te sommen en noteert ze op haar whiteboard. 'Let op,' zegt Lambeck streng, **je moet meerdere signalen opvangen** voor je verder mag flirten. We gaan door tot er zo'n twintig in subtiliteit variërende signalen op het bord staan: van 'knipogen' (tip van de weduwenaar) tot 'met je haar spelen'. Maar de basis van alles, de *big bang* van elke flirt, blijft het oogcontact. We doen een oefening waarbij ik ongeveer zestien keer langer dan mijn persoonlijk record oogcontact moet houden met een andere cursist (zo'n vier seconden in totaal). 'Het voelt alsof ik hem gevangen hou,' zeg ik. 'Ach,' voegt Lambeck toe, 'kijken kan niet gauw kwaad: als je naar iemand kijkt en diegene kijkt niet terug, merkt hij of zij daar niets van.'

Volgens Lambeck kun je, wanneer je steeds kleine stapjes vooruit zet en oplet of de ander dit niveau van intimiteit toestaat, eigenlijk nooit een

9 goede Amsterdamse flirtplaatsen

DE PONT NAAR NOORD

De perfecte gevangenis van twee minuten, die net niet te kort en net niet te lang duurt.

SKATECAFÉ

Kijken en bekeken worden, heerlijk eten, chillen op de skateramp met een moeilijk biertje.

Gedempt Hamerkanaal 42

DE OBA

Er is altijd wel iemand van wie je een pen moet lenen of die je kunt vragen waar de afdeling Poolse volksdans is.

Oosterdokskade 143

DE UB

Idem, alleen in een iets andere leeftijds-klasse (lees: als je 30+ bent wordt het eng).

Singel 425

PACIFIC PARK

We weten niet wat hier in de lucht hangt, maar geflirt wordt er wel.

Polonceaukade 23

DE SUPERMARKT

Al ongeveer vanaf de Griekse Oudheid dé plek waar je even snel vrijblijvend naar elkaar kan lonken.

CLUB NYX

De flirtplek voor de gayscene, met name een snoepwinkel qua mooie mannen, dansen tot in de vroege uurtjes.

Reguliersdwarstraat 42

DE BUURVROUW

Als alle cafés sluiten is er nog de Buurvrouw, waar ieders jachtinstincten door de alcohol en het late uur optimaal (of minimaal?) werken.

Sint Pieterspoortsteeg 29

DE BLOEMENBAR & DISCO DOLLY

Gemoedelijk, hip en zelfbewust – en open tot het holst van de nacht, dus onofficiële verzamelpaats voor alle feestneuzen die echt nog niet (alleen) naar huis willen.

Handboogstraat 15 / Handboogstraat 11

'IK MOET ONGEVEER ZESTIEN KEER LANGER DAN NORMAAL OOGCONTACT HOUDEN MET EEN ANDERE CURSIST'

VOORSPEL NIEUWE STIJL

Nu Zweden een omgekeerde bewijslast in wil gaan voeren bij verkrachtingszaken (zonder nadrukkelijke toestemming voor seks wordt een veroordeling eenvoudiger) is een app-ontwikkelaar in de markt gesprongen met LegalFling. Door het uitwisselen van een berichtje met deze app voorafgaand aan de seks, en een eenvoudige bevestiging per vingerafdruk, is de juridische kant van het seksen dan in iedere geval afgedekt. De app biedt zelfs de mogelijkheid om 'de do's en dont's van de voorgestelde seksuele activiteit' tevoren vast te leggen. Anders gezegd: het hele seksmenu kan al worden doorgenomen voordat je begint. Over voorspel gesproken.



GOED GEFLIRT? CONSENTFORMPJE ERBIJ

Na #MeToo worden in de V.S. op sommige universiteiten *consent forms* uitgedeeld: formulieren waarop je vóór de daad ondertekent dat je instemt met seks. Ook kun je gebruikmaken van een app als Sasie of WeConsent. De formulieren zijn bedoeld om onduidelijkheid te voorkomen, wat volgens critici niet alleen onsexy is, maar ook onmogelijk: je kunt immers ook na het ondertekenen nog van gedachten veranderen. Daarom raden wij, bij twijfel over toestemming, het filmpje *Consent Tea* aan. Bied je iemand thee aan en zegt diegene nee, verandert hij of zij van gedachten over de thee terwijl je die al aan het zetten was, of lijkt diegene bewusteloos: serveer dan geen thee. Serveer alleen thee als iemand thee wil.



➤ grote fout maken bij het flirten: **alleen je laatste stapje kan afgewezen worden.** Maar goed, dan moet je die signalen wel durven geven. Zo vindt de vrouw met de vermeende *resting bitch face* dat ze zich ontzettend aanstelt als ze moet flirten met een guitige man van in de vijftig. De groep complimenteert haar juist met haar techniek. Ook de ontvangers van de flirtsignalen blijken niet zo streng over de flirters als zijzelf. Zij zijn te druk met zich gevleid voelen. Eens een (subtiel!) flirtsignaal uitproberen kan geen kwaad, zo snel ga je niet over de schreef.

Zo geeft Meinou mannen de tip om bijvoorbeeld eens wat breder te gaan staan: dat straalt zelfvertrouwen uit. 'Wat als je helemaal niet zelfverzekerd voelt?' vraagt een lange jongen van eind twintig. Ik snap zijn vraag: je wil niet het gevoel hebben een truc uit te voeren. 'Ook dan kan het goed zijn,' zegt Lambeck later, om bepaald zelfverzekerd gedrag eerst te spelen: 'Het mooist is als wat je uitstraalt van binnen komt. Maar je lichaam werkt ook zo, dat als je een bepaalde houding aanneemt, je het zelf ook gaat geloven: van buiten naar binnen dus. Je hebt dus op twee manieren voordeel: doordat je brein onbewust denkt dat je meer zelfvertrouwen hebt, en doordat je positievere feedback krijgt van je

omgeving, waardoor je het gedrag stimuleert.' **Neem dus soms alvast de pose aan van wie je wil zijn.**

LICHAAMSTAAL

Voor de zekerheid: **vergeet die alfaman-flirt-coaches** die beloven dat je met hun techniek vanavond nog drie vrouwen je bed in beukt. Liefdesfilosoof en auteur van boeken als *Als de liefde voorbij is* Jan Drost vindt hun blik op hofmakerij 'de ultieme eenzaamheid': 'De ander is bij dit soort methodes een obstakel dat overwonnen moet worden, die in jouw fuik moet lopen, zodat jij kunt doen wat je wil. Ze beroepen zich op achterhaalde theorieën van jagers en verzamelaars. Zelfs als je op zoek bent naar iets kortstondigs, dan hoop je toch dat je dat mét iemand beleeft. Als je van het spel van de dominante man en de onderdanige vrouw houdt; dat kan. Maar ook dan moet daaronder de consensus zitten van twee gelijkwaardige individuen die het spel van alfaman en vrouw spelen. Dat kan alleen met instemming, niet met minachting.'

Lambeck: 'Onbewust voelen veel vrouwen zich aangetrokken tot zelfverzekerde alfamannen, en mannen tot een vrouw met goeie maten. Dus ja, je hebt een grotere kans om te scoren als je wat zelfverzekerder bent. Veel mannen



EEN GOEDE FLIRT IS HET LICHPUNTJE AAN DE HORIZON OP JE GRAUWE FEBRUARIDAG



➤ stoeien daar ook mee: hoe moet ik me nou opstellen? Je kunt aan je zelfvertrouwen werken en dat uit gaan stralen. Maar je kunt het intussen dus ook al uitproberen: maak jezelf aanwezig.'

Lichaamstaal is kortom onmetelijk belangrijk. Reden, zo zegt Drost, om een potentiële flirt zo snel mogelijk in het echt te ontmoeten.

Drost: 'Als je op een platform als Tinder zit, laat je het lichaam achterwege; niet alleen de stofjes die we uitwisselen, ook je non-verbale communicatie, waarmee je zoveel uitdrukt.

We voelen ons toch vaak aangetrokken tot mensen met eenzelfde achtergrond als wijzelf, en in de kleinste nuances van een oogopslag, een houding, sijpelt ons karakter en onze geschiedenis door. We kunnen ontzettend goed mensen lezen. Maar dan moet je wel fysiek aanwezig zijn; via een foto kan dat niet.'

Daarnaast grossiert Tinder in de romantische illusies waarvoor Drost al sinds zijn boek *Het romantisch misverstand* waarschuwt: 'Als je lang online contact hebt, heb je een plaatje in je hoofd, een ideaalbeeld. Bij een echte ontmoeting begin je elkaar onmiddellijk in te schatten en te peilen. Zo kun je dat fantasiebeeld bijstellen. Op een spannende date voel je dat bijna alles wordt geïnterpreteerd. Het luis-

ZAKELIJK FLIRTEN

The New York Times constateerde in oktober 2017 dat mannen in onder andere Silicon Valley na #MeToo een-op-eencontact met vrouwen op het werk mijden. Dat kan volgens TNYT ook voor vrouwen nadelig zijn voor hun carrières: daarvoor zijn persoonlijke relaties onontbeerlijk. 'Zakelijk flirten' is volgens vertrouwenspersoon Petra Vervoort goed voor de sfeer en productiviteit op de zaak. Stop daar dus niet mee. Let wel: zakelijk. Als voorbeeld noemt Vervoort het spiegelen van gedrag van de ander of een complimentje over iemands kleding. 'Als je seksueel gedrag gaat inzetten om iets zakelijks te bereiken zit je over de grens.'

tert allemaal erg nauw en dat is ook iets heel moois. Maar je moet wel echt openstaan voor die ander, en toestaan dat je ideaalbeeld eventueel uit je handen valt. Want de helft van wat er gebeurt, is die ander.'

O ja, die ander. **Bedenk altijd dat je een persoon tegenover je hebt**, met zijn eigen intenties, wensen en achtergrond. En laat diegene ongeveer de helft van de koers bepalen. Of eigenlijk: méér. Volgens Lambeck is je gesprekspartner het gelukkigst wanneer hij of zij zo'n zestig procent van de tijd aan het woord is.

NIET ZO LEKKER

Een goede flirt stelt dus eigenlijk helemaal vanzelf en op een aangename wijze de vraag of de ander erop zit te wachten – en stopt als het antwoord nee is. En toch is **afwijzen geen verantwoordelijkheid van de ontvanger**, wil Vervoort benadrukken: 'Als iemand op je werk zegt: wat staat dat truitje leuk bij je borsten, kun je zeggen: voel jij je wel helemaal lekker? Maar niet iedereen durft zich uit te spreken. Daarnaast is het niet lastig voor de ander om te bedenken dat zo'n opmerking niet gepast is. Je kunt zorgen dat de situatie niet escaleert, door niet te oordelen. Door te zeggen: ik er-vaar het als ongewenst.'



AFWIJZEN

Het is tijd voor het meest brute deel van de cursus, afwijzen en afgewezen worden. 'Nee, ik zie niks in je,' zegt de jongen die ik net nog getraakteerd heb op het meeste oogcontact ooit, op de vraag of hij zin heeft in een date. Recht in mijn gezicht. IJskoud. Vreemde ontdekking van deze oefening: een afwijzing, ook al is die gespeeld, voelt naar, niet-gespeeld naar, maar na tien keer al minder. Volgens coach Lambeck is het een belangrijke oefening: **je gaat heus niet dood als iemand niet op je flirts zit te wachten.**

Ik heb in één middag meer ongemakkelijke momenten beleefd dan op al mijn netwerkbordels, Tinderdates en bezoeken aan de gynaecoloog bij elkaar. En toch is er troost: ongemak betekent doorgaans dat je iets bijleert. Op een vreemde manier verlicht loop ik naar buiten, nog steeds enigszins in de veronderstelling dat ik mijn flirts speel. En met succes, blijkt op een borrel de dag na de cursus. Ik kende er niemand. Waar ik in zo'n geval normaalgesproken nog liever was gestikt in een kaasstengel, sloot ik nu blijmoedig aan in een groepje volslagen onbekenden. Ze keken me aan alsof ik zojuist een vuilniszak in hun midden had leeggekiperd. Niet doodgegaan. ■

KLAAR VOOR? FLIRTEN MAAR

- 1 februari – speeddatesessie van Flitsdate voor hoger opgeleiden voor mensen tussen de 35-40 jaar.
- 7 februari – speeddatesessie van Flitsdate voor hoger opgeleiden voor de categorie 20-30 jaar.
- 8 februari – speeddatesessie van AboutLove voor singles tussen 20 en 32 jaar, ook op 20 (25-38 jaar) en 27 februari (20-32 jaar).
- 9 februari – voor wie de stad wel even uit wil: yogaweekend voor singles van drie dagen in de Loonse en Drunense duinen.
- 10 februari – organiseert Speeddaten.nl een Valentijnsfeest in iDock, voor 20-49 jaar. Je kunt op die dag ook speeddaten bij iDock.
- 16 februari – is de volgende flirtcursus van Singlecoaching.nl (in Utrecht). Op 24 maart vindt de aansluitende workshop Succesvol Daten plaats.

**'LET OP, JE MOET MEERDERE
SIGNALEN OPVANGEN VOOR JE
VERDER MAG FLIRTEN'**