



Of er
echte chemie is,
weet je pas
wanneer je elkaar
ontmoet

online dating

Wil je een relatie?

Via online dating vergroot je je kansen aanzienlijk.

Daarom breidt Zij aan Zij haar datingsite nu uit.

Waarom vinden we daten eigenlijk zo spannend?

En wat zijn de gouden tips?

Vonden we het vroeger nog een beetje gênant om de liefde via internet te zoeken, tegenwoordig is het de normaalste zaak van de wereld. Vertel, ken jij geen enkel vrouwenstel dat virtueel is ontstaan? (Ik wel negen, inclusief mezelf!) Volgens cijfers van het CBS bezoeken twee miljoen Nederlanders weleens een datingsite, zes miljoen in heel Europa. Het uitgaansle en en vakanties zijn de afgelopen tien jaar minder belangrijk geworden voor het ontmoeten van een partner. Speelde vóór 2000 het internet nog geen rol, in de jaren erna heeft acht procent elkaar via een datingsite of sociaal online-netwerk leren kennen. Het CBS maakt geen onderscheid tussen hetero en gay. Vermoedelijk is het percentage onder lesbische en biseksuele vrouwen (en homo's) vele malen hoger. Als minderheid ga je sneller online op zoek omdat je nou eenmaal niet zoveel potentiële partners ontmoet op je werk of in de supermarkt. Online dating is super de luxe! Je kunt vierentwintig uur per dag vanaf je luie stoel op zoek naar leuke contacten die echt bij jou passen. En die misschien wel gewoon om de hoek wonen, alleen heb je ze nog niet ontmoet. De drempel om even een berichtje te sturen is lager dan op een feestje na uren oogcontact een gesprekje te beginnen, toch?

Bloedgroep daten

Wat in de toekomst zal toenemen is het daten via Apps op je smartphone. Doordat de algemene datingsites steeds groter en onoverzichtelijker worden, zie je dat er meer sites ontstaan die zich richten op één speciale groep, een 'niche datingsite'. Bijvoorbeeld singles van een bepaalde afkomst en religie, mensen met interesse in spiritualiteit, merken, bdsm, polygamie, vreemdgaan, een bepaald opleidingsniveau, vegetariërs, senioren of

mensen die specifiek zoeken naar mooie dates of miljonnairs. In Japan nemen ze als criterium de bloedgroep, omdat dat veel zou zeggen over iemands karakter en temperament.

Zij aan Zij is in 1992 begonnen als eerste en enige contactenkrant voor vrouwen die vrouwen zoeken, dus het is geen wonder dat het magazine die expertise al lang geleden heeft voortgezet op internet. Vele lesbische liefdes en vriendschappen zijn de afgelopen jaren ontstaan op www.zijaanzij.nl. Momenteel wordt er hard gewerkt aan een nog uitgebreidere datingsite zodat je nog beter kunt zoeken, vinden en ontmoeten! Waarom wil nou eigenlijk negentig procent van de mensen een fijne relatie? Omdat het verbinden met anderen hetgeen is dat ons werkelijk gelukkig maakt. (Dat mooie huis en die leuke baan genereren ook een prettig gevoel, maar niet die intense blijdschap van het samenzijn.) Volgens psycholoog en therapeut Marcelino Lopez, schrijver van Liefde in tijden van Facebook, willen alle mensen zo snel mogelijk bij hun doel arriveren. Een Brits onderzoek heeft uitgewezen dat we na gemiddeld tweeëntwintig dates, drie one night stands en drie vaste relaties de ware vinden. Ook dat zijn weer heterocijfers. Als ik om me heen kijk, zie ik al vrouwen-huwelijken ontstaan na de eerste date. Volgens Lopez daten de meeste mensen het liefst helemaal niet. Waarom niet? 'Het liefdespad is verwarrend, je kan gekwetst worden, besmettelijke ziekten oplopen en schrikken van iemands dvd-collectie. Om deze reden zullen we zelfs in een slechte relatie blijven hangen totdat het echt niet meer gaat', schrijft hij op zijn website Psychologisch.nu. Toch ken ik vrouwen die daten met andere vrouwen juist leuk vinden. Je hebt de voorpret, je ontmoet een nieuw, interessant persoon, het is spannend, je leert ervan en je houdt er misschien wel een partner, vriendschap of stapmaatje aan over. Mocht het niks worden, heb je altijd nog een leuke ervaring gehad. Er gebeurt tenminste wat in jouw leven! Als je een partner wilt, moet je jezelf wel laten zien zodat zij jou kan vinden.

Leren flirten

Waarom vinden we daten soms niet alleen leuk-spannend maar ook eng-spannend? Dat heeft te maken met onze aangeboren angst voor afwijzing. Afwijzing doet pijn en dat is omdat het ons waarschuwt dat we uitsluiting moeten voorkomen. Om te kunnen overleven in de oertijd moest je deel uitmaken van een groep die veiligheid, eten en warmte bood. Viel je buiten de groep, werd dat je dood. Beetje jammer dat we hier anno 2014 tijdens het daten (of solliciteren) nog steeds last van hebben!

Juist mensen die het bangst zijn voor afwijzing, maken dit het minst vaak mee. Hierdoor leren ze er niet mee omgaan. Maak je afwijzing wel mee, dan leer je ermee dealen en word je er juist sterker en zekerder van. Uit angst niks doen? Dan blijf je zeker alleen!

Naast het feit dat je misschien bang bent voor afwijzing, kun je van mening zijn dat online daten het nadeel heeft dat je informatie mist. Je ziet niet hoe de vrouw beweegt, lacht of praat. Een videoboodschap op de datingsite zou dat kunnen ondervangen. Je kunt ook niet beoordelen of ze lekker ruikt. Tja, of er echte chemie is, weet je pas wanneer je elkaar ontmoet. Zorg dat je geen last krijgt van keuzestress, want er zijn zoveel leuke vrouwen op zijaanzij.nl! Je hoeft niet overdreven voorzichtig te zijn, iedereen is op de versiertoe. Je leert er ook van. Je leert hoe je jezelf ziet, wat je graag in een partner wilt. Je leert je eigen wensen en verlangens kennen. En misschien was je het flirten wel verleerd, hier word je er automatisch handiger in.

Zij aan Zij is in 1992 begonnen als eerste en enige contactenkrant voor vrouwen die op zoek zijn naar vrouwen

Zij gingen jou voor...



Meer dan een jaar geleden begon Zij aan Zij met een daterubriek in het magazine waar dames zichzelf iets uitgebreider konden voorstellen. Leonie van Oost vroeg een aantal van de deelnemers naar hun ervaringen sindsdien.

Daphne 'Op feestjes werd ik herkend van de foto's uit de Zij aan Zij'

Onze eerste kennismaking begon met de legendarische zin: 'Ik ga nooit daten, daar ben ik niet van.' Daphne heeft woord gehouden. Ook al kreeg deze dame genoeg reacties, er zat niet iemand tussen waar deze nuchtere dame het warm van kreeg. Dat had ze ook niet echt verwacht. 'Ik vond het grappig om mee te werken aan de daterubriek. Onder mijn vrienden is er best wat reuring ontstaan toen ze ontdekten dat ik hier aan meegedaan had. Ik kreeg zeker reacties naar aanleiding van het artikel. Een relatie of vriendschappen zijn er niet uit ontstaan. Tijdens feestjes leverde het me regelmatig contacten op. Ik werd dan herkend van de foto's die in Zij aan Zij stonden.'

Laura 'De Zij aan Zij is een mooie opstap naar de liefde'

Ik sprak Laura toen ze net terug was van een lang verblijf in het buitenland. 'Het meedoen aan de daterubriek was een soort statement voor me dat ik mag zijn wie ik ben. Ik vond het fijn om mijn verhaal te kunnen

doen.' Dat statement neerzetten in Zij aan Zij, daar kijkt Laura met een goed gevoel op terug. Ook kreeg zij de nodige reacties! 'Ik kreeg heel veel complimenten van bekenden over het artikel en de foto. Het leuke vind ik dan ook dat de daterubriek geen wanhopige datingoproep is, maar echt een mooi artikel over wie je bent! Ook kreeg ik mooie reacties via Zij aan Zij lezeressen. Ze waren serieus en oprecht geïnteresseerd. Niet alleen maar uit op seks, zoals je op sommige fora ziet. Ik kreeg ook een reactie van een dame die ik twee keer was tegengekomen op een feestje. Erg leuk dat ze nu reageerde op het artikel in Zij aan Zij. Het artikel is duidelijk niet onopgemerkt gebleven.' En? Is Laura inmiddels aan de vrouw? 'Ik heb inmiddels een vriendin van wie ik veel hou. Ik zou haar voor niets of niemand in willen ruilen. Ik gun iedere vrouw deze liefde en de Zij aan Zij is een mooie opstap voor vrouwen om deze te vinden!'

Jennifer 'Ik kreeg veel meer reacties dan ik had verwacht'

En hoe gaat het nu met de uitgesproken Jennifer uit Rotterdam? 'Ik vond het erg grappig om mee te doen aan de daterubriek. Ik kreeg eigenlijk veel meer reacties dan ik had verwacht! Wat me opviel, was dat er erg veel jonge meiden reageerden op me. En één dame vond ik eigenlijk net wat te oud.' Het klinkt alsof deze dame het voor het uitkiezen heeft. Is er iets moois ontstaan vanuit de daterubriek? 'Met één van de meiden die reageerde, heb ik heel leuk contact. Dat is echt een vriendin geworden. Ik ging er niet van uit dat ik mijn droomvrouw tegen zou komen, maar dit is toch ook wel erg leuk. Ik ben zelf nogal recht voor zijn raap en vond het erg leuk dat er meiden durfden te reageren.' Haar deelname aan de

daterubriek is ook haar directe omgeving niet ontgaan, vertelt ze. 'Een aantal dames met wie ik mee omga die wisten van niks. En die zagen mij opeens in de Zij aan Zij staan. Wel erg leuk, zij herkenden mij zoals ik ben, ook echt in het artikel. Het was al met al een hele leuke ervaring. Ik zou het zo nog eens doen!'

Leander 'De Zij aan Zij was door mijn deelname in heel Coevorden uitverkocht'

Leander kijkt met een grote glimlach terug op haar deelname aan de daterubriek. Die grote glimlach zie ik via de webcam, want wanneer ik Leander weer spreek zit deze dame in Australië! 'De Zij aan Zij was door mijn deelname in heel Coevorden uitverkocht. Familie, ouders en vrienden hadden het blad allemaal gekocht. Ik vond het meedoen echt een confidence boost en ik heb er ook geen moment spijt van gehad! Kort na de publicatie was ik jarig. In verband met mijn reis was er een wat groter feest voor me georganiseerd. Het blad is de hele tijd rondgegaan.' En hoe zit het met de reacties van lezeressen van Zij aan Zij? 'Ik kreeg een reactie van een leuke meid. We hebben een tijd ge-sms't en toen heb ik toch de stoute schoenen aangetrokken en heb met haar afgesproken. Dat was gezelliger dan ik me had voorgesteld. Neeee, geen juicy details, we hebben ons allebei keurig gedragen. We hebben elkaar daarna niet meer gezien, want niet zo lang daarna vertrok ik voor mijn reis naar Australië. Maar... ik heb nog wel steeds contact met haar...' Een open einde dus, wie weet. Voorlopig geniet Leander nog verder van haar droomreis in Australië waar ze ook de Gay Pride van Australië zal bezoeken. Eerst nog maar eens 4000 kilometer rijden van Perth naar Melbourne in de auto die ze daar kocht. Stoere chick hoor, die Leander! ■



Wees een leuke partner! Wil je een leuke partner? Wees dan ook een leuke partner! Als jij goed in je vel zit, geen financiële sores hebt en tevreden bent met je leven, heb je veel te bieden.

Laat je zien! Plaats een foto bij je profiel. Aan een foto zie je het uiterlijk, maar kun je ook karaktertrekken inschatten. Plaats je geen foto, dan scrollen anderen meestal door naar het volgende profiel dat wel een foto heeft. Een vrolijke foto buiten in de zon doet het vaak goed. (En doe die zonnebril af!)

Plaats een originele tekst Schrijf op wat jij te bieden hebt, vertel wat over je karakter en levensstijl. Welke van jouw eigenschappen maken jou bijzonder? Stel geen lijst op met eisen en maak het niet te algemeen. Een tekst

als 'Zijn hier nog vrouwen die wél monogaam en te vertrouwen zijn?!', is dodelijk. Je houdt van lekker eten? Tja, wie niet! Wees origineler. En pas op spelfouten!

Teleurstellingen zijn niet erg Daten leer je met vallen en opstaan. Als zij niet op jou valt, betekent dat niet dat jij stom bent. Het betekent dat je toevallig haar type niet bent. Mensen onthouden een slechte ervaring helaas beter dan een goede ervaring. Laat je niet kisten en noteer alle goede ervaringen in een dagboek.

Wees jezelf Praat jouw leuke date niet naar de mond en ga niet pleasen en over je grenzen. Uiteindelijk houd je het niet vol en moet je alles terugdraaien, als dat nog kan. Je bent het leukst

als je zo ontspannen mogelijk jezelf bent en jezelf laat zien, inclusief je eigen mening. Ze wil JOU leren kennen, niet een onderdanige, volgzaam versie van jou. Wees je sprankelende zelf!

Volg je intuïtie Als je je niet helemaal prettig voelt bij een vrouw, ook al kun je niet verklaren waarom, stop dan. Gevoelsmatige beslissingen blijken vaak de beste. Laat je niet overhaast verleiden om je huissleutel te geven. En laat je vooral niet manipuleren door opmerkingen als: 'Beetje raar zeg, dat je eerst gezellig met me mailt en me laat vallen als een baksteen. Doe je dat altijd?'. Vaak wil je jezelf dan rechtvaardigen en kom je in de verleiding alsnog opnieuw af te spreken! Onterecht wordt er altijd van uitgegaan dat je moet oppassen voor mannen en nooit voor vrouwen.

Wees realistisch Van te hoge verwachtingen ('Zal zij de ware zijn?') krijg je stress en groeit de kans op teleurstelling. Laat je doel zijn een leuke tijd hebben tijdens de date. Geniet van het moment. Dan ben je vrolijk, enthousiast en aantrekkelijk.

Wacht met een delicate kwestie Zelfs in een lange relatie heb je het recht om geheimen te hebben. Vaak denken vrouwen dat ze al snel alles moeten prijsgeven. Wacht totdat jij je veilig voelt en de ander genoeg vertrouwt, voor je vertelt over een intieme zaak (zoals bijvoorbeeld een ziekte, handicap, onvruchtbaarheid, transseksualiteit, bepaalde seksuele wensen). Het gevaar is dat het tegen je wordt gebruikt of wordt doorverteld als de vrouw in kwestie toch niet zo leuk en betrouwbaar blijkt te zijn als ze aanvankelijk leek.

Neem initiatief Wacht niet af, maar verstuur berichten. Maak het persoonlijk, leg uit waarom de ander jou leuk lijkt en pols of zij ook interesse heeft. Houd het kort.

Spreek af! Stel je een ontmoeting lang uit, dan gaat het plaatje in jouw hoofd steeds minder lijken op wie zij in werkelijkheid is. Ga lekker koffie drinken of lunchen in een café. Dan weet je of het potentie heeft.

Lieg slim Mannen liegen vaker over opleiding en werk, vrouwen meer over uiterlijk en gewicht. Als jij vertelt dat je zeven kilo lichter bent, kom je daar nog wel mee weg. Maar met vijftien kilo niet!

Neem de tijd Lesbische en biseksuele vrouwen kunnen al snel denken dat hun date hun

soulmate is. (Je kent vast de mop: 'Wat brengt een lesbo mee naar haar tweede date? De verhuiswagen!') Misschien omdat het vertrouwd en bekend voelt aangezien je allebei vrouw bent, aldus psycholoog en therapeut Ronete Cohen die werkt met LHBT's uit de hele wereld. Je ziet jezelf gespiegeld in haar en gaat er van uit dat er meer overeenkomsten zijn tussen jullie dan verschillen (in tegenstelling tot een date met mannen). Maar eigenlijk ken je elkaar nog niet. Een echte band bouw je op door gedeelde ervaringen. Wacht even met samenwonen en ringen. Vraag niet om garanties, bevestiging en beloften. Misschien heeft zij gewoon een lager tempo dan jij als het gaat om (terug)bellen of sms'en. Afhankelijkheid is onaantrekkelijk. En als je de ander onder druk zet, jaag je haar weg.