

FLIRTEN MET EEN ANDER

Hoe ver kun je gaan?

EEN SNELLE AANRAKING HIER OF EEN KNIPOOGJE
DAAR... FLIRTEN ALS JE AL EEN RELATIE HEBT,
KAN DAT EIGENLIJK WEL? WE VROEGEN HET
AAN LEZERESSEN ÉN DESKUNDIGEN.

ZOEY (31) HEEFT 9 JAAR EEN RELATIE

"Vroeger dacht ik dat flirten tijdens een relatie altijd iets onschuldig was. Mijn vriend en ik hebben elkaar vanaf het begin van onze relatie veel vrijgelaten. Daarmee bedoel ik niet dat we een open relatie hadden, maar meer dat we er nooit een probleem van maakten als een van ons ging stappen met vrienden. Natuurlijk wist ik wel dat mijn vriend wat losser werd als hij wat gedronken had en dat hij ook sneller iemand aansprak, maar dat hij ook echt een telefoonnummer van een andere vrouw zou opslaan, had ik nooit verwacht.

Toch was dat wat er twee jaar geleden gebeurde en het was echt een bom in onze relatie. Ik zat in die periode al niet lekker in mijn vel en toen hij een keer heel laat thuiskwam, checkte ik stiekem zijn telefoon toen hij sliep. En ja hoor, hij kreeg direct een berichtje van een nummer dat hij onder de naam 'Test' had opgeslagen. Ik besloot haar te bellen om te vragen wat er was gebeurd. Ze klonk nog aardig en oprecht ook. Volgens haar had hij alleen haar nummer gevraagd en dat was het. Ze wist niet dat hij al bezet was. Toen ik mijn vriend ermee confronteerde, leidde het tot een enorme ruzie. Ook hij zei dat er verder niks gebeurd was, maar ik vertrouwde hem niet meer. Het heeft toen heel wat gekost om onze relatie te redden, maar gelukkig is het wel gelukt. Ik geloof echt dat het een stomme, dronken actie was, maar ik vind flirten tijdens een relatie nu dus wel een no-go. Ik doe het zelf ook niet, juist omdat je er meer mee kapot kunt maken dan je lief is..."

"VROEGER DACHT
IK DAT FLIRTEN
ONSCHULDIG WAS"

PRISCILLA (32) HEEFT 3 JAAR EEN RELATIE

"Flirten, daar doe ik niet aan. Ik heb er gewoon geen behoefte aan. Ik ben heel blij met mijn eigen vriend en ik kom absoluut geen aandacht van hem tekort. Misschien dat ik me er, sinds ik een relatie heb, ook een beetje voor afsluit, maar ik heb het nooit door als iemand met mij probeert te flirten. Meestal denk ik dan pas veel later: ah, dus dat bedoelde hij daar en daar mee!

"IK HEB GEWOON
GEEN BEHOEFTE
AAN FLIRTEN"

We hebben er niet echt afspraken over gemaakt, maar ik weet dat mijn vriend ook niet zo'n flirt is.

We hebben het gewoon heel erg gezellig met elkaar. Een kennis van mij is juist het tegenovergestelde. Als we met z'n allen uitgaan, vindt ze het heerlijk om belangstelling te krijgen van andere mannen en ze danst dan ook geregeld met iemand. Haar vriend zit dan gewoon thuis en ik voel me er dan altijd een beetje ongemakkelijk bij. Stel dat mijn vriend dat zou doen als hij op stap is. Dat zou ik echt niet leuk vinden."

DIT VIJDT DE DESKUNDIGE



Liefdespsycholoog Mirella Brok:

"Als je een sterke relatie hebt, kun je daarin gewoon jezelf zijn. En als je jezelf kunt zijn, dan is er tussen jou en je partner genoeg vertrouwen als een van jullie buiten de relatie flirt. Het is volgens mij heel logisch dat we verlangen naar flirten. Het is een manier van 'volwassen spelen'. Het kan fijn zijn om hier afspraken over te maken met je partner. Het is belangrijk om het gesprek erover aan te gaan. Dat kan gewoon tijdens een avondje uit. Dat je bijvoorbeeld luchtig zegt: 'Goh, schat, wat vind jij van flirten online?' Maar het kan ook tussen de bedrijven door. Zoiets als: 'Gisteren in de trein werd ik zomaar om mijn nummer gevraagd en ik voelde me heel goed, dus zonder erbij na te denken gaf ik het. Nu bedenk ik me dat ik die persoon toch beter kan blokkeren.' Vaak merk ik dat wanneer het flirten 'stiekem' gebeurt, het lastig is voor mensen om daarna het gesprek aan te gaan, terwijl dat gesprek juist de oplossing kan zijn. Het is geen overbodige luxe om in situaties waarin flirten voor problemen zorgt naar een professional te gaan. Dat hoeft ook geen lang traject te worden. Een paar gesprekken kan jou en je partner al de kans geven om hier van te leren en er sterker uit te komen."

"Het is heel logisch dat we verlangen naar flirten"

DANIELLE (28) HEEFT EEN RELATIE VAN 1,5 JAAR

"Ik flirt zo vaak, soms zelfs samen met mijn vriendin. Misschien dat het bij ons wat makkelijker gaat omdat we lesbisch zijn, maar we kijken geregeld naar andere mooie vrouwen. Zolang je elkaar met respect behandelt, moet flirten tijdens een relatie gewoon kunnen. Wij hebben hier verder geen afspraken over gemaakt. Als je mensen begrenst, worden ze ongelukkig. Daarom laten we elkaar geheel vrij. Als je er echt een naam aan wilt geven, kun je het een open relatie noemen. Flirten is voor mij een spelletje. Negentig procent gebeurt

"MIJN VRIENDIN EN IK ZIJN HEEL OPEN EN EERLIJK NAAR ELKAAR"

naar elkaar. Ik ben dan ook niet bang dat een van ons misschien verliefd wordt op een ander. Natuurlijk kan het gebeuren, maar zelfs dan is er wel een oplossing te vinden. Een driehoeksrelatie bijvoorbeeld. Ik zie mensen echt als een kunstwerk. Iedereen heeft iets moois en ik geef daarom graag complimentjes. Het is mijn manier van communiceren en veel mensen vinden dat ook leuk."

met woorden, tien procent lichamen. En ja, dan kan het weleens gebeuren dat het verdergaat dan flirten. Geen probleem. Mijn vriendin en ik zijn daar open en eerlijk over

Flirten op de werkvloer: 1 OP DE 5 DOET HET

Volgens een onderzoek van datingsite Parship wordt er tussen collega's geregeld geflirt. Ruim duizend mensen werden ondervraagd en twintig procent gaf aan weleens meer met een collega te hebben gedaan dan alleen een goed gesprek voeren. Zeven procent zei zelfs dat het leidde tot seks op de werkvloer...

JULIA (52) HEEFT 21 JAAR EEN RELATIE

"Ik hou enorm van flirten. Ik doe het ook op zakelijk gebied. Je kunt bepaalde opmerkingen zo maken, dat je dingen net iets sneller voor elkaar krijgt. Flirten uit zich bij mij vooral in het maken van veel oogcontact en lichaams taal, even vluchtig iemand aanraken bijvoorbeeld. Sinds twee jaar is mijn flirtgedrag wel een beetje uit de hand gelopen. Mijn libido was opeens zo hoog, onschuldig flirten was niet meer genoeg. En dus werd ik ook actief op een app waar je met allerlei mannen in contact kunt komen. Het begon met gezellig flirten, maar al snel stuurde ik ook naaktfoto's naar jongere mannen. De response die ik kreeg,

"ONSCHULDIG FLIRTEN WAS VOOR MIJ NIET MEER GENOEG"

was erg positief. Dit vergrootte de verleiding en voordat ik het wist, maakte ik seksafspraken. Dat heb ik een hele tijd gedaan. Ik besefte: ik ben officieel de grens voorbij. Het is zelfs zo ver uit de hand gelopen dat ik nu in therapie ben. Mijn man weet nog steeds van niks. Als ik met hem ergens samen ben, flirt ik nooit met andere mannen. Dat vind ik echt respectloos naar hem toe. Ik zou het vreselijk vinden als hij erachter komt wat ik allemaal doe en bij me weggaat. Ik hou enorm veel van hem, maar het liefst zou ik wel een open relatie willen. Flirten is wat mij betreft leuk, maar je moet oppassen dat je niet de grens over gaat. Kijk maar naar mij. Het kan grote gevolgen hebben..."

DILEMMA

DIT VIJDT DE DESKUNDIGE



Relatietherapeut Sylvia van der Spek:

"In mijn praktijk is flirten tijdens een relatie een veelbesproken probleem. Iedereen flirt wel een beetje, vooral via social media en WhatsApp is het heel makkelijk om te doen. Het ligt natuurlijk aan je persoonlijkheid hoe je ermee omgaat, maar het is wel belangrijk te beseffen dat er consequenties aan zitten. Flirten kan leuk zijn, maar als je echt op de avances in gaat, wordt het toch meer dan een onschuldige knipoog en ga je vaak te ver. Waar ligt namelijk de grens? Er zijn bepaalde vrouwen en mannen die van nature al meer een flirt zijn. Zij houden nou eenmaal van aandacht en flirten ook rustig met iemand als hun partner erbij zit. Als je partner dat al weet van jou, is het voor hem misschien wat makkelijker om mee om te gaan. Jou veranderen kan hij namelijk niet. Zolang je partner weet dat het bij jou alleen bij onschuldig flirten blijft, kan het geen kwaad. Wanneer hij zich er onzeker door voelt, geef ik altijd het advies om zowel naar jezelf als naar jullie relatie te kijken. Misschien passen jullie niet goed bij elkaar of heeft het voor een groot deel met onzekerheid te maken. Die onzekerheid is eigenlijk vooral de angst van je partner dat jij hem gaat verlaten, want door jouw flirtgedrag vraag je aandacht bij iemand anders. Je kunt je daarom ook afvragen waarom je dat eigenlijk doet. Als het stiekem

"Als je partner weet dat het alleen onschuldig flirten is, kan het geen kwaad"

gebeurt en je partner daar op een of andere manier achter komt, kan het voor een grote deuk in jullie relatie zorgen. Kort gezegd heb je dan drie opties: of jij stopt met flirten, of je partner staat zo sterk in zijn schoenen dat hij ermee kan omgaan, of jullie stoppen met de relatie. Maar zo eenvoudig is dat natuurlijk niet altijd..."