Tinder NL Newsroom

Tinder publiceert tips voor introverte daters in samenwerking met relatiewetenschapper dr. Tila Pronk

Dit is waarom je juist als introvert op Tinder moet zijn

De zomer is begonnen: de ideale tijd voor de liefde! Tinder publiceert samen met relatiewetenschapper en psycholoog dr. Tila Pronk de Introvert Dating Guide: tips en tricks voor introverte daters.

Want wist je dat?

- De term "introvert" 33% vaker voorkomt dan "extravert" in Tinder-bio's[1]
- Introverte Tinder-gebruikers 40% vaker aangeven dat ze hun relatie-intenties nog aan het verkennen zijn[2]
- Introverten over het algemeen 15% meer geneigd zijn om vriendschappen te zoeken op Tinder[3]

Tila Pronk: "Introverten hebben meer tijd nodig om nieuwe relaties aan te gaan. Waar extraverten in een korte tijd een intense band kunnen opbouwen, verloopt dit proces bij introverten meestal anders. Zij zijn voorzichtiger en stellen zichzelf niet direct open. Ze nemen rustiger de tijd om een emotionele connectie aan te gaan en hun relaties komen zo langzaam tot bloei.[4] Deze stijl past goed bij online daten en daarom geven introverten hier dan ook vaak de voorkeur aan."[5]

Als er een match is, dan voeren introverten vaker langdurige, diepgaande gesprekken. Ze vinden het prettig om langer na te kunnen denken over de berichten die ze sturen. Niet zo gek dus, dat introverten op Tinder **24%** meer geneigd zijn dan extraverten om grote tekstschrijvers' te zijn.[6]

Volgens Tila is elkaar online leren kennen zeker geen tijdverspilling, maar een geweldige manier voor introverten om eerst even af te tasten voordat er een offline ontmoeting plaatsvindt.

Dit is waarom dr. Tila Pronk Tinder aanbeveelt voor introverten:

"Als je iemand online ontmoet, kun je langer nadenken over wat je gaat zeggen en in alle rust bepalen hoe je op iemand wil reageren of hoe je een gesprek wil openen. Dit maakt het ook een veilige omgeving om een nieuw persoon te leren kennen. Een ander voordeel is dat je via je profiel al veel over jezelf kunt zeggen. Zo zul je makkelijker in gesprek raken met mensen die jou op basis daarvan al interessant vinden en hoef je hier niet onzeker over te zijn in een eerste gesprek. Uit onderzoek blijkt dat introverte mensen online beter hun 'ware zelf' kunnen laten zien dan in het echt.[7] Ook is het zo dat je een beter humeur krijgt van het praten met nieuwe mensen, dit geldt zelfs voor de meest introverte mensen![8] Het is zelfs zo dat introverten hier nog gelukkiger van worden dan extraverten."[9]

Klinkt geweldig, toch? Om het zo makkelijk mogelijk te maken om te genieten van deze voordelen, hebben Tinder en Tila Pronk zes tips samengesteld die introverte mensen zullen helpen bij het overkomen van drempels en twijfels bij online én offline daten.

6 tips om daten nog leuker te maken, ook als je introvert bent:

1. **Blijf jezelf!** Sociale media geven de indruk dat we altijd een actief en 'Instagrammable' leven moeten leiden. Het is daardoor verleidelijk om jezelf anders voor te doen dan je bent. Maar dit is geen goed idee! Uit onderzoek blijkt namelijk dat mensen online op zoek gaan naar iemand die op hen lijkt.[10] Als je je anders voordoet dan je bent, trek je dus mensen aan die eigenlijk niet zo goed bij je passen.
2. **Geef je grenzen aan en investeer niet in elke match** Niet elke ontmoeting online is een succes. Dit is jammer, maar compleet normaal. Als het contact voor jou niet prettig is, dan kun je de match opheffen. Zorg er wel voor dat je dit op een respectvolle manier doet, zodat je match niet met vragen achterblijft. Tips over hoe je een match kunt opheffen vind je hier.
3. **Wees duidelijk over je voorkeuren.** Als je een match hebt die je erg leuk vindt, dan heb je waarschijnlijk de neiging om

jezelf van je beste kant te laten zien. Dat is heel normaal! Maar pas op dat je niet te veel mee gaat in ideeën waar je je niet comfortabel bij voelt. Als je match bijvoorbeeld voorstelt om naar een groot evenement te gaan voor jullie eerste date, maar dit zie je niet zitten, geef dit dan direct aan. Als je een date hebt in een setting waar jij je wel op je gemak voelt, zal je meer ontspannen zijn en is de kans op succes ook een stuk groter.

4. **Zeg je afspraak niet op het laatste moment af,** tenzij er een goede reden is. De zenuwen die je voor een eerste date kunt hebben zijn heel normaal en heeft bijna iedereen! Zelfs als het moeite kost om uit je comfortzone te stappen, is het de moeite waard om je angsten onder ogen te zien. Onthoud ook dat veiligheid voorop staat, zowel online als offline. Kijk eens naar de veiligheidsmaatregelen die beschikbaar zijn op Tinder.
5. Als je een eerste offline date hebt, **denk dan van tevoren na over open vragen** die je kunt stellen. Wat wil je graag weten over degene met wie je op date bent? Tip: kijk goed naar de tekst op het profiel van de match, of kom terug op onderwerpen waar jullie het in de chat over hebben gehad. Zo laat je zien dat je echt hebt geluisterd en vergroot je de kans op een succesvolle date.
6. **Verzamel ervaringen en reflecteer achteraf.** Op welke dates voelde je je goed en waarom? Wat was de reden, wat waren de doorslaggevende factoren voor jou om een date leuk te vinden? Was het de locatie, de activiteit, een bepaald onderwerp dat besproken werd? Hoe kun je deze kennis gebruiken om het meeste uit je komende dates te halen?

En last but not least, een laatste extra tip en opdracht van Tila voor jou:

Als je online date, dan kan het je niet ontgaan: de opties lijken eindeloos! In je zoektocht naar een match krijg je het ene na het andere profiel te zien. Dit is natuurlijk heel fijn, want hierdoor is de kans groot dat je iemand tegenkomt die bij je past. Maar het is wel erg belangrijk om op een goede manier om te gaan met de grote hoeveelheid keuzes.

Uit onderzoek van Tila blijkt namelijk dat de kans dat je iemand naar rechts swipet, en dus accepteert als match, steeds kleiner wordt naarmate je meer profielen hebt bekeken.[11] Je wordt dus steeds kritischer! Dit komt doordat mensen psychologisch moeite hebben met een overdaad aan keuzes. Dit wordt ook wel de ‘keuzeparadox’ genoemd.[12]

Om deze keuzeparadox te voorkomen, raadt Tila je aan om per sessie maar naar een beperkte hoeveelheid profielen te kijken, zo’n 5 of maximaal 10. Neem per profiel wat langer de tijd, en ga op zoek naar pluspunten. Wat spreekt je aan in dit profiel? Hierdoor wordt je ervaring van het daten een stuk leuker, én vergroot je de kans op een match.

Additional assets available online: Foto's (1)

https://nl.tinderpressroom.com/nieuws?item=122614