

## Tinder toont aan: Gesprekken over liefde en daten veroorzaken spanning aan de eettafel



Amsterdam, 30 oktober 2025 – Bijna één op de drie jongvolwassenen krijgt ruzie met hun familie als het gaat over liefde, daten of genderrollen. Dit blijkt uit een recent onderzoek van Tinder in Duitsland. Jongeren weten meestal precies waar ze naar zoeken op romantisch gebied, maar vinden het vaak moeilijk om daar thuis openlijk over te praten.

- 31% geeft aan dat gesprekken met ouders over daten, gender of relaties regelmatig leiden tot spanning
- 29% heeft hun datinggedrag minstens één keer aangepast uit angst voor afwijzing of veroordeling
- 42% ervaart dat hun familie van hen verwacht dat ze een traditioneel levenspad volgen, inclusief huwelijk en kinderen

### Alledaagse situaties vol onuitgesproken verwachtingen

Vooraf wanneer jongeren het ouderlijk huis verlaten en steeds meer hun eigen leven inrichten, worden de verwachtingen van de familie extra merkbaar, bijvoorbeeld tijdens bezoeken op feestdagen of aan de telefoon. Opgesloten vragen als "Heb je al iemand ontmoet?" of "Wanneer krijg ik kleinkinderen?" kunnen leiden tot druk.

Psycholoog Pia Kabitzsch deelt haar visie op dit conflict: "De oudere generatie heeft vaak een heel duidelijk beeld van wat een 'goed leven' inhoudt, zoals huwelijk, kinderen en een stabiel thuis. Dit idee wordt vaak uit zorgzaamheid en liefde overgedragen aan de kinderen, wat vaak druk veroorzaakt wanneer de volgende generatie een ander pad wil inslaan. Als levensplannen niet overeenkomen, zijn spanningen bijna onvermijdelijk en dan zijn openheid, respect en de bereidheid om te praten noodzakelijk."

Het is precies deze cultuur van praten over emoties en het liefdesleven die de jongere generatie heeft veranderd: onderwerpen als queerness, alternatieve relatievormen en een open benadering van emoties, die vroeger zelden werden besproken, worden nu veel opener besproken en als vanzelfsprekend beschouwd. Voor oudere generaties voelt dit echter vaak als een compleet nieuwe wereld en taal.

De cijfers en het gebruikersgedrag van Tinder laten duidelijk zien dat Gen Z zich online vrijer voelt om hun identiteit te verkennen, te experimenteren met relaties en te laten zien wie ze werkelijk zijn. Voor veel jongeren is Tinder vaak de eerste plek waar ze écht zichzelf kunnen zijn. Tinder-data toont aan dat 74% van Gen Z dating-apps ziet als een manier om hun seksuele of genderidentiteit authentiek uit

te drukken, en 59% van de LGBTQIA+-singles komt zelfs als eerste uit de kast op een dating-app, nog voordat ze met vrienden of familie praten.

Tinder en psycholoog Pia Kabitzsch hebben hun krachten gebundeld om het gesprek thuis makkelijker te maken. Met deze praktische gespreksgids haal je de kou uit de lucht en kun je open het gesprek aangaan

#### Gespreksgids voor ouders

Pia Kabitzsch: "Het gaat niet om alles meteen begrijpen. Vaak is het genoeg om er gewoon te zijn en te luisteren zonder vooroordelen. Close met elkaar zijn en openheid komen niet voort uit perfectie, maar uit het gevoel dat het oké is om te zijn wie je bent."

##### 1. Stel vragen op een passende manier

✗ 'Heb je al een vriend of vriendin?'

✓ 'Is er iemand die momenteel belangrijk voor je is?' (Open voor alle identiteiten).

##### 2. Laat verwachtingen los

✗ 'Wanneer krijg ik eindelijk kleinkinderen?'

✓ 'Ik ben benieuwd naar je toekomstplannen, wat zijn je wensen?' (Toon interesse in de eigen ideeën van het kind, niet in sociale normen).

##### 3. Luister in plaats van te interpreteren

✗ 'Ik weet zeker dat het maar een fase is.'

✓ 'Dank je wel dat je dit met me deelt. Wil je me er meer over vertellen?' (Toon serieuze interesse i.p.v. iets te bagatelliseren).

##### 4. Geef onzekerheden toe

✗ Doen alsof je alles weet en snapt.

✓ 'Ik ben niet erg bekend met dit onderwerp, maar ik wil je graag begrijpen. Kun je me uitleggen wat het voor jou betekent?'

##### 5. Toon empathie

✗ 'Dat moet je zelf maar uitzoeken.'

✓ 'Je bent belangrijk voor me en ik steun je, ongeacht welk pad je kiest.' (Laat zien dat liefde en verbondenheid niet voorwaardelijk zijn).

##### 6. Houd het gesprek open

✗ Een onderwerp afvinken na één gesprek.

✓ 'Bedankt voor je openheid. We kunnen het er vaker over hebben als je dat fijn vindt.' (Laat zien dat er meer ruimte is voor dialoog).

#### Gespreksgids voor jongeren

##### 1. Kies het juiste moment

Zoek een rustig moment, zoals tijdens een wandeling of na een maaltijd, in plaats van een belangrijk onderwerp ineens random aan te snijden.

##### 2. Praat over gevoelens in plaats van labels

✗ 'Ik moet je uitleggen wat ik ben.'

✓ 'Het is belangrijk voor me dat je weet hoe ik me voel en wat me gelukkig maakt.' (minder druk op 'definities', meer focus op emoties).

##### 3. Maak je eigen wensen duidelijk

Voorbeeld: 'Ik wil graag dat je naar me luistert, ook al begrijp je misschien niet alles meteen.'

Help ouders te beseffen dat empathie belangrijker is dan perfecte antwoorden.

##### 4. Wees bereid dingen uit te leggen

Voorbeeld: 'Het is oké als je vragen hebt. Ik zal proberen ze zo goed mogelijk te beantwoorden.'

Neem de angst bij ouders weg om iets 'fout' te doen.

##### 5. Stel grenzen

Voorbeeld: 'Er zijn sommige onderwerpen waar ik nu niet over wil praten, maar dat betekent niet dat ik je niet vertrouw.'

Laat openheid, maar ook zelfbescherming zien.

---

<https://nl.tinderpressroom.com/nieuws?item=122652>