



Een op de vijf mannen wil meer advies over relaties.

*Tien jaar geleden werd online hulpverlening nog afgedaan als een dwaas idee. Niets zou het fysieke face-to-facecontact tussen therapeut en hulpbehoefte kunnen vervangen. Maar: elkaar niet zien heeft ook zo z'n voordelen.*

# Flirtcoach

Mirella Brok

*Helpt: singles zich open te stellen voor leukerds en probeert schipbreuk te voorkomen voor stellen die bang zijn dat hun relatie op de klippen loopt.*

'De belangrijkste reden dat ik besloot om mijn diensten via internet aan te bieden, is bereik. Er zijn in Nederland nog niet zo veel psychologen die zich expliciet richten op problemen bij het aangaan van relaties. Maar de doelgroep bevindt zich overal. Dan is dit wel een prettige manier om mensen op afstand toch van dienst te kunnen zijn. Ik richt me specifiek op hen die worstelen met hun liefdesleven. De bekende problemen; sommigen hebben moeite zich te hechten, anderen vinden intimiteit een probleem of zijn al heel lang niet meer actief op het liefdespad. Die denken dat ze de kunst verlerd zijn.

De voordelen van het adviseren via internet zijn heel groot. Vooral als het om de liefde draait, lopen veel mensen tegen allerlei drempels aan. Hoewel dat natuurlijk niet hoeft, schamen sommige mensen zich en de verlegenheid weerhoudt hen er soms van om hulp te zoeken. Niemand wil bekend staan als iemand die hulp nodig heeft op het gebied van relaties. Maar waarom eigenlijk niet? Een op de vijf mannen wil meer advies over relaties. Professionals onderhouden je auto met een grote beurt en je gebit met een halfjaarlijkse controle. Dankzij internet is er een professional toegankelijk die je helpt je liefdesleven te onderhouden.

Wat opvalt in het type mensen dat van

mijn diensten gebruikt maakt, is dat het tot nu toe vooral mannen zijn. Ik geef ook 'live' relatieadvies maar daar zijn de vrouwen juist in de meerderheid. Kennelijk vinden mannen het fijner om dit soort hulp veilig vanachter de computer te ontvangen.

Wat ik ze vooral leer is goed naar zichzelf en hun wensenlijstje te kijken. Mensen hebben vaak een ander beeld van zichzelf. Als psycholoog leer in hen hun bewustzijn veranderen. Ik hou ze een spiegel voor. Daarnaast wil ik dat ze kritisch naar hun wensenlijstje kijken. Bij sommigen is dat zo lang dat vrijwel niemand daar aan kan voldoen. Anderen zijn zo wanhopig dat ze nauwelijks een lijstje hebben. Die knopen met iedereen een relatie aan die een beetje interesse toont. Dat geeft ook problemen.

De intake met mijn cliënten verloopt ook online. Wat daar uit rolt, gebruik ik als basis om door te vragen. Soms merk ik wel dat ik tegen de grenzen van de techniek aanloop. Zwarte lettertjes op een scherm zijn toch wat moeilijker te interpreteren dan de betekenisvolle stiltes die er soms vallen tijdens een gesprek in een kamer. Ook humor en empathie werken live anders dan virtueel. Toch zijn er ook grote voordelen.

Naast het overbruggen van afstand merk ik dat mensen het ook fijn vinden om aan zichzelf te werken in hun eigen vertrouwde omgeving. Ik verwacht dat dit een grote vlucht gaat nemen, dat weet ik zeker. Of ik zelf een relatie heb? Nee, maar daarvoor kan ik me extra goed inleven in andermans situatie.'