

## Waarom vallen we voor bad boys en bad girls? "Iedereen is vatbaar voor hun charmes, maar sommigen meer dan anderen", zegt relatietherapeut



Bron: Getty Images

Bijschrift

**Dat vrouwen niet kunnen weerstaan aan bad boys, is een wijdverspreid cliché. Maar omgekeerd bestaan er ook femmes fatales. Het meest extreme voorbeeld is momenteel de Belgische helikopterbruid, die twee mannen op het slechte pad bracht. Waarom hebben foute types zo'n enorme aantrekkingskracht? Relatietherapeut Sarah Hertens probeert het te ontleden en vertelt hoe je eraan kunt weerstaan. "Ze zijn mysterieus en spannend. Je kan hen niet vatten en ze lijken compleet onbereikbaar. Wanneer zo iemand toch voor je valt, geeft dat een enorme kick."**

De 'helikopterbruid' (<https://www.hln.be/binnenland/assisen-helikopterbruid-en-vader-van-haar-drie-kinderen-staan-terecht-voor-moord-op-andy-ik-ben-in-staat-die-leugenaar-een-kopje-kleiner-te-maken~a2de3716/>), haalt momenteel de internationale media. Het verhaal van Kristel Appelt spreekt dan ook tot de verbeelding. Ze staat terecht omdat ze de vader van haar kinderen overtuigde om haar minnaar te vermoorden. In de gevangenis leerde ze intussen Mike kennen. De vonk sloeg over, en na tientallen liefdesbrieven trouwde het duo. Zot van de liefde kaapte Mike een helikopter om zijn vlam uit de gevangenis te bevrijden, maar dat liep faliekant mis en hij belandde weer achter de tralies.

## Tegenpolen

Appelt is een zéér extreem geval, maar het is een feit dat bad boys en girls goed in de markt liggen. Ze zijn fout, soms crimineel, en toch hebben ze vaak veel geluk in de liefde. Daar zijn een paar redenen voor, zegt relatietherapeut Sarah Hertens. "In elke relatie is het zoeken naar een balans tussen enerzijds stabiliteit, zekerheid en geborgenheid, en anderzijds prikkeling en avontuur. Bad boys en girls zetten volledig in op dat laatste. Ze zijn mysterieus en spannend. Je kan hen niet vatten en ze lijken compleet onbereikbaar. Wanneer zo iemand toch voor je valt, geeft dat een enorme kick. Je zelfvertrouwen krijgt een giga boost."

⋮ We koesteren de ijdele hoop dat we onze bad boy of girl op het rechte pad kunnen krijgen

Relatietherapeut Sarah Hertens

Organisatie van de geciteerde

Je partnerkeuze zegt veel over jezelf. Hertens: "Tegenpolen trekken elkaar aan. Meestal zijn het eerder onzekere, brave mensen die smoorverliefd zijn op mensen met een duister kantje. Die foute types helpen hen uit hun comfortzone te komen. Dat geeft hen vleugels. Bovendien koesteren ze vaak de ijdele hoop dat ze hem of haar op het rechte pad kunnen houden, dat ze hun gebroken ziel kunnen veranderen. Tevergeefs, natuurlijk. Dat is zelden het geval."

## Geen gelukkig einde

Daarmee slaat Hertens de nagel op de kop: deze romances kennen zelden een *happy ending*. "Het is typisch voor criminele macho's en femmes fatales om verbinding uit de weg te gaan. Een echte connectie maken, dat kunnen ze niet. Dat is problematisch op lange termijn. Deze relaties dreigen dan destructief te worden. Vaak is hun partner tot over hun oren verliefd, en gaat 'ie er alles aan doen om het foute type niet te verliezen. Ze laten er alles voor vallen, veranderen compleet van karakter en gaan zelfs (criminele) grenzen overschrijden. Ja, liefde doet rare dingen met een mens."

## Fout gehecht

"Iedereen is vatbaar voor de charmes van een bad boy of girl, maar bepaalde mensen meer dan anderen", vertelt Hertens. We worden namelijk niet toevallig verliefd. We leren wat liefde is van de mensen die voor ons zorgden toen we klein waren. "Tijdens je kindertijd wordt de basis gelegd voor je hechtingspatroon. Zeg maar: een diepgewortelde blauwdruk van de manier waarop je als volwassene relaties aangaat."

"Wie op een man of vrouw met een duister kantje valt, is vaak 'angstig gehecht'. Zij kregen als kind weinig bevestiging of vertrouwen van hun ouders en moesten hemel en aarde verzetten voor een schouderklopje. Ze hadden amper ruimte voor zelfontplooiing. Door die achtergrond hebben ze een negatiever zelfbeeld en denken ze dat ze de aandacht en goedkeuring van iemand anders nodig hebben om gelukkig te zijn. Foute mannen en vrouwen zijn eerder vermijdend gehecht. Het zijn plantrekkers, opgegroeid in een gezin waar ze emotioneel niet werden opgevangen. Conflicten werden uit de weg gegaan, over moeilijke onderwerpen werd niet gepraat. Ze hebben geleerd: ik sta er alleen voor, ben zelfstandig in de liefde en heb eigenlijk niemand nodig om gelukkig te zijn."

De dynamiek tussen een angstig en vermijdend hechtingstype zorgt voor chemie, een ongelofelijke klik zoals in de films

⋮

## ❖ Relatietherapeut Sarah Hertens Organisatie van de geciteerde

"De dynamiek tussen deze twee hechtingstypes zorgt in eerste instantie voor chemie. Een ongelofelijke klik, zoals in de films. Bij elk verliefd koppel komt in het begin van een relatie een hormonencocktail vrij, maar door de magnetische aantrekkingskracht tussen deze twee types, voelt die fenomenaal. Het gaat vooral om endorfine, adrenaline en dopamine, liefdeshormonen die intens aanvoelen. Op korte termijn is dat fijn, op lange termijn slopend, want de twee partners willen elk iets anders. De ene wil echte connectie, de andere gaat dat net uit de weg. Het gevolg: ze donderen alle twee van de roze wolk af."

## Verlaving

Een ezel stoot zich geen twee keer aan dezelfde steen. Maar het cliché wil dat mensen keer op keer voor zo'n bad boy of girl vallen. "Dat komt omdat die hormonencocktail een enorme kick geeft die mensen opnieuw gaan opzoeken, en vooral door de bijzondere chemie tussen deze twee uitersten. De ene blijft snakken naar bevestiging en zal dus opnieuw in de val trappen van de charmes van de vermijder. Die geniet op zijn of haar beurt van alle attentie en toewijding, maar verliest snel z'n aandacht. Deze dynamiek is intens, toxisch en werkt verslavend."

"Het helpt niet dat films, sprookjes en series ons aanmoedigen om op zoek te gaan naar een relatie die ons omverblaast. Enorme chemie zou net een rode vlag moeten zijn. Een signaal dat je even moet stilstaan en denken: past deze persoon écht bij mij of laat ik me meeslepen door pure passie? Dat is ook meteen mijn ultieme tip: hou af en toe jezelf een spiegel voor. Kan je nog nuchter nadenken? Ben je nog jezelf? En vraag eens hoe je omgeving naar je relatie kijkt. Als ze aangeven dat je volledig veranderd bent, moeten er alarmbellen afgaan. Enkel op die manier kan je je partnerkeuze bijstellen, en wie weet, je oog laten vallen op iemand die meer gebalanceerd is. Die lijkt in eerste instantie misschien saaier, eenvoudiger en minder prikkelend. De vonken vliegen er niet af, maar zo'n persoon biedt meer bevestiging, zekerheid en stabiliteit. Dat vergroot de kans om een lange relatie te doen slagen."

## Lees ook:

[Waarom zou een jonge man een oudere vrouw willen daten? "Wat zo'n relatie moeilijker maakt, maakt haar ook prikkelend", zegt relatietherapeute](https://www.hln.be/seks-en-relaties/ waarom-zou- een-jonge-man- een-oudere-vrouw-willen-daten-wat-zo-n-relatie-moeilijker-maakt-maakt-haar-ook-prikkelend-zegt-relatietherapeute~ab7f608f/) (<https://www.hln.be/seks-en-relaties/ waarom-zou- een-jonge-man- een-oudere-vrouw-willen-daten-wat-zo-n-relatie-moeilijker-maakt-maakt-haar-ook-prikkelend-zegt-relatietherapeute~ab7f608f/>). (+)

[Hoe mannen taal gebruiken om vrouwen te verleiden. "Eens de buit binnen is, steken mannen minder energie in berichtjes"](https://www.hln.be/psycho/ hoe-mannen-taal-gebruiken-om-vrouwen-te-verleiden- eens-de-buit-binnen-is-steken-mannen-minder-energie-in-berichtjes~ac95f2be/) (<https://www.hln.be/psycho/ hoe-mannen-taal-gebruiken-om-vrouwen-te-verleiden- eens-de-buit-binnen-is-steken-mannen-minder-energie-in-berichtjes~ac95f2be/>). (+)

[Microcheating is het nieuwe vreemdgaan, waarschuwt relatietherapeut Chloé De Bie: "Digitalisering maakt overspel makkelijker"](https://www.hln.be/seks-en-relaties/ microcheating-is-nieuw-vreemdgaan-waarschuwt-relatietherapeut-chloe-de-bie- digitalisering-maakt-overspel-makkelijker~a24dc09e/) (<https://www.hln.be/seks-en-relaties/ microcheating-is-nieuw-vreemdgaan-waarschuwt-relatietherapeut-chloe-de-bie- digitalisering-maakt-overspel-makkelijker~a24dc09e/>). (+)

