



Info



Digitaal



Print



Media

Stuur e-mail

+ Foto toevoegen

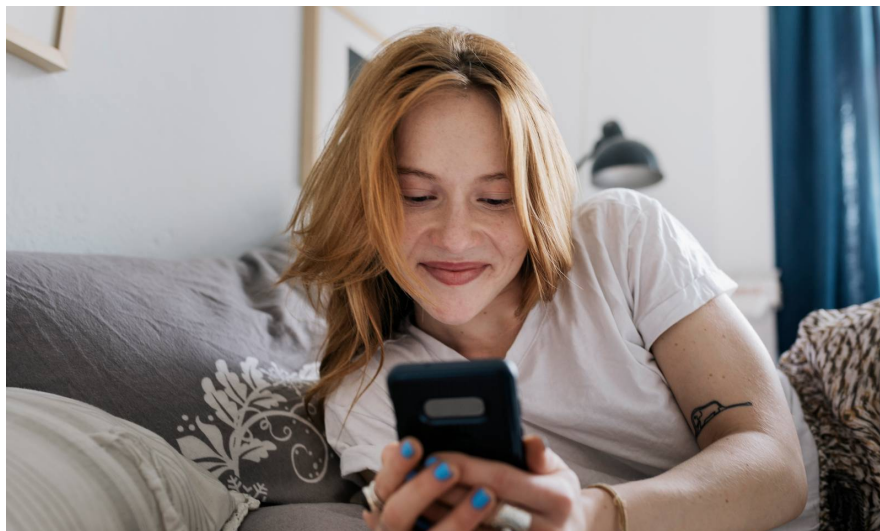
+ Infographic toevoegen

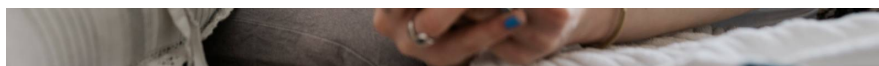
# Digitaal

 Klaar voor publicatie

Label

## Wat wel én niet werkt op Tinder, volgens lezers en experts. “Meer dan 5 foto’s? Dan lijk je een ijdeltuit”





Bron: Getty Images

Bijschrift



Info



Digitaal



Print



Media

**Vandaag is het tien jaar geleden dat datingapp Tinder werd gelanceerd. Sindsdien ‘swipen’ we erop los, hopen op een *match made in Tinder-heaven*. Maar je profiel, foto’s en hoe je omgaat met je matches maken of kraken je kans daarop, en veel Belgen tasten in het duister. Wij vroegen vier liefdesexperts en tientallen lezers om hun concrete do’s-and-don’ts: van welke beelden afschrikken tot welke bio’s scoren. “Gebruik geen foto’s met vrienden! Of met vissen.”**

### Hier begint de paywall

Tien jaar Tinder, dat moet gevierd worden met een ode aan de app van de liefde. Want hoe je het ook draait of keert, vele Vlamingen vonden hun perfecte match al dankzij het platform. Of hun liefde lang stand hield? Daar spreken we ons niet over uit. Waarover we ons wél uitspreken, is het perfecte Tinderprofiel en hoe je ook na een match de (Tinder)vlam stevig laat branden.

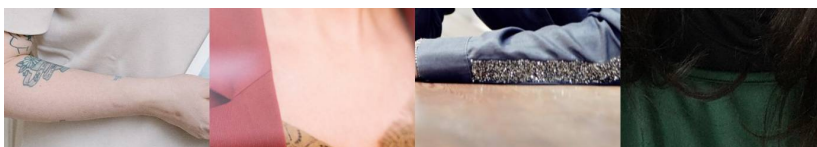
### Wat er wel en niet op je foto’s te zien mag zijn

Een eerste indruk is enorm belangrijk en die krijg je op Tinder via foto’s. Je kiest dus maar beter de juiste pareltjes uit, maar aan welke criteria moeten zij voldoen? “Gebruik waarheidsgetrouwe, duidelijke en recente foto’s die ook een stukje van jouw persoonlijkheid weergeven”, zegt relatietherapeute en ‘Blind Getrouwd’-experte [Sarah Hertens](https://www.instagram.com/sarahhertens/) (<https://www.instagram.com/sarahhertens/>).

“Ben je een sportief persoon? Toon dat dan. Je trekt dan automatisch iemand aan die ook van sporten houdt. Geef dus weer wie je bent, maar ook welke raakvlakken je wil met je potentiële partner”, vult relatietherapeute [Vanessa Muyldermans](https://www.instagram.com/vanessamuyldermans/) (<https://www.instagram.com/vanessamuyldermans/>), aan.

(Lees verder onder de foto.)





Bron: rv/VTM



**Info**

Bijschrift

(V.l.n.r.) Auteur Uwe Porters en relatietherapeuten Sarah Hertens, Chloé De Bie en Vanessa Muyldermans.



**Digitaal**

“Stel dat je al ouder bent, gebruik dan **geen foto's met je kinderen**. Ondanks dat ze voor jou heel belangrijk zijn, zou ik die informatie pas later delen. Je kan natuurlijk wel in je bio zetten dat je kindjes hebt”, zegt auteur Uwe Porters, [die Vlamingen over seks doet praten](https://www.hln.be/dossier/breek-de-week-en-maak-me-week~d2d3866ad-f4e0-4d88-88d6-0f54286fb042/) (https://www.hln.be/dossier/breek-de-week-en-maak-me-week~d2d3866ad-f4e0-4d88-88d6-0f54286fb042/). “Ik hou ook van foto's die een positieve vibe uitstralen, zoals vakantiefoto's. Maar let er dan wel op dat je geen zonnebril of hoed draagt die je gezicht verstoopt.”



**Print**



**Media**

“Vakantiefoto's zijn inderdaad een goed idee, net zoals foto's waarop je lacht met je tanden bloot”, vertelt relatietherapeute [Chloé De Bie](https://www.instagram.com/chloe_de_bie/) (https://www.instagram.com/chloe\_de\_bie/). “Uit onderzoek blijkt dat die profielen meer matches krijgen. Gebruik geen foto's waarop je in bikini of zwembroek poseert of kiekjes na een stevig avondje uit. Een Australisch onderzoek toonde ook aan dat je beter niet zelf jouw foto's kiest, maar jouw omgeving dat moet laten doen. Zij nemen er vaak de mooiste uit. En een laatste tip: een **zwart-witfoto** blijkt bijzonder goed te werken.”

Via je foto's kan je dus al veel informatie delen, maar ga niet in overdrive. “Post een portretfoto, een foto waarop je volledig te zien bent en enkele beelden die jouw interesses tonen. **Een stuk of vier à vijf beelden is ideaal**”, zegt Hertens. “Stel dat je een dierenvriend bent, gebruik dan gewoon één foto die dat weergeeft, geen drie of vier”, aldus Muyldermans.

## Dít moet er in je bio

Of iemand je naar rechts swipet, hangt natuurlijk ook af van wat je in je bio zet. “Bedenk vooral welke informatie jij wil dat jouw match al meteen van je weet. Vraag ook eens aan je vrienden om jouw bio te beoordelen”, zegt Hertens. “Zet er al zeker geen openingszin in. Dan gaat de helft van jouw potentiële matches lopen”, lacht Porters.

“Soort zoekt soort, dat is heel simpel”, vult Muyldermans aan. “**Schrijf je bio vooral met de gedachte: ‘Wat wil ik op een ander profiel lezen? Vind jij lichaamslengte bijvoorbeeld belangrijk, zet dan ook jouw lengte in je bio.**” De Bie: “Wees origineel door bijvoorbeeld te vertellen waar jij 's nachts graag voor gewekt wordt. Wees ook positief. Schrijf niet ‘ik ben niét op zoek naar valsspellers’, maar eerder ‘ik ben op zoek naar een loyaal persoon.’”

Hoe kort of lang van stof je mag zijn in je bio? “Tja, te is altijd te”, zegt Hertens. “Te weinig is niet goed, maar te veel ook niet. Als je Tinder gebruikt om een lange relatie te vinden, kan je wel wat meer informatie delen en eventueel ook linken naar jouw Instagramprofiel of Spotify-account.”

## De gepaste swipe-etiquette



Eens je profiel op punt staat, kan je beginnen te swipen. Al bevinden zich ook daarin enkele valkuilen. “Voor je het weet, lig je in de zetel aan een groteske vleeskeuring te doen. Dat kan natuurlijk, als je Tinder puur gebruikt als tijdverdrijf. Maar als je de app opent om een relatie te vinden, dan moet je stoppen op het punt dat je niet meer gefocust bent”, vertelt Muyldermans. “Een swipesessie van vijf minuten is dan al lang.”



Info



Digitaal



Print



Media

“Ik zou net zeggen: swipe erop los, maar **stop nadat je zo’n twee à drie matches hebt** en focus je op die profielen om eventueel een gesprek te starten”, aldus De Bie.

(Lees verder onder de foto.)



Bron: Getty Images

Bijschrift

Maar wat als je matches uitblijven? Ten eerste: daar zit Tinder soms zelf voor iets tussen. De Bie: “Tinder heeft een bijzonder algoritme: hoe meer tijd je spendeert op de app, hoe minder interessant de profielen worden. Men noemt dat het ‘Lotto-principe’. Heel af en toe krijg je dan nog een persoon die wél jouw aandacht trekt. Wanneer je dat merkt, laat de app dan eens een aantal weken links liggen. Daarna krijg je misschien opnieuw een resem interessante profielen op je scherm.”

“Wanneer je te lang swipet en geen matches krijgt, kan je erg moedeloos worden”, zegt Hertens. “Focus dan op jezelf en ga leuke dingen doen. Het mag geen obsessie worden om een partner te vinden. Kijk ook eens naar je bio: wat kan er beter? En verander je foto’s ook eens om de zoveel tijd.”

“Ik denk dat je vooral ook realistisch moet blijven. Je gaat niet op stap met het idee: ‘In dat café ga ik mijn partner vinden’. Denk dan ook niet zo bij elke swipesessie”, zegt Muyldermans. Porters gaat akkoord: “Laat de app nooit jouw zelfvertrouwen bepalen. Op elk potje past een dekseltje.”

## Open alsjeblieft niet met ‘hey’

“Eens je een fiene match hebt: wacht niet met sturen. Dat geldt óók voor vrouwen” zegt



Info



Digitaal



Print



Media

LEES JE EEN NIJJE MATCH NEDT. WACH NIET NIET STUREN. DAT GEIJD OOK VOOR VROUWEN , ZEGT Chloé De Bie. “Maar denk wel even na over hoe je het gesprek start”, zegt Porters. “Gebruik liefst nooit een vulgaire zin, zoals ‘jij ziet er geil uit, met jou weet ik mijn weg wel’. Of zo’n cliché openingszin, zoals ‘ben jij niet moe, want je wandelt al de hele dag door mijn hoofd’. Wees wél oprecht en durf een compliment te sturen. Spreek dan vanuit jezelf. Bijvoorbeeld: ‘Amai, ik vind jou echt een prachtige vrouw.’ Dat is een compliment dat elke vrouw wil krijgen. En nee, dat wekt niét de indruk dat je meteen in bed wil duiken.”

“Met een GIF zou ik ook nooit beginnen, omdat je niet weet hoe de ander dat interpreteert”, zegt Muyltermans. **“Humor is dan weer wel een voltreffer, net zoals herkenbaarheid.** Stel dat je match grote fan is van een artiest, dan kan je sturen: ‘Je krijgt een week de tijd om mij te overtuigen om met jou naar zijn of haar concert te gaan.’ Dan toon je dat je hun profiel grondig hebt bekeken en daag je meteen ook een beetje uit.”

“Gebruik ook geen standaardzin die je naar al je matches stuurt. Dat heeft de ander vaak meteen door en het maakt je erg onsuccesvol”, aldus De Bie.

## Hoe check je of iemand niet te mooi is om waar te zijn?

Het gebeurt weleens dat iemand zich anders voordoet op Tinder dan hij of zij echt is. Een ‘catfish’ heet dat. Het doel? Misschien wel je geld aftroggelen, of gewoon met je voeten spelen. Hoe controleer je of je wel met een ‘echt’ en eerlijk persoon aan het praten bent? Hertens: “Vage foto’s of foto’s die eruit zien als ‘too good to be true’ zijn vaak gevaarlijke signalen.”

Muyltermans vult aan. “Je kan dat ook merken aan de taal- en zinsconstructies, als die raar geformuleerd zijn bijvoorbeeld. **Vraag na een tijdje om te praten via een ander medium.** Of als je al verder staat, videocall eens. Als je match die dingen tegenhoudt, weet je dat er iets niet klopt.”

De Bie: “Zoek je match ook eens op sociale media. Heeft hij of zij wel erg weinig vrienden of volgers, dan kan dat een teken zijn. Let ook op tijdens het gesprek. Een ‘catfish’ deelt weinig persoonlijke informatie en moet veel liegen, waardoor hij of zij op den duur toch gevangen raakt in z’n eigen net. En als ze om geld vragen, weet je al meteen dat het fout zit.”

### Lees ook:

[‘Beige vlaggen’ gaan viraal op TikTok: dit zijn de tekenen dat jij saai overkomt op jouw sociale media \(https://www.hln.be/seks-en-liefde/beige-vlaggen-gaan-viraal-op-tiktok-dit-zijn-de-tekenen-dat-jij-saai-overkomt-op-jouw-sociale-media~ae67acec/\).](https://www.hln.be/seks-en-liefde/beige-vlaggen-gaan-viraal-op-tiktok-dit-zijn-de-tekenen-dat-jij-saai-overkomt-op-jouw-sociale-media~ae67acec/)

[“Hey, ’t is uit tussen ons. Groetjes.” Uitmaken via WhatsApp of e-mail zit in de lift, maar zo doe je het beter \(https://www.hln.be/seks-en-liefde/hey-t-is-uit-tussen-ons-groetjes-uitmaken-via-whatsapp-of-e-mail-zit-in-de-lift-maar-zo-doe-je-het-beter~ad2c5533/\).](https://www.hln.be/seks-en-liefde/hey-t-is-uit-tussen-ons-groetjes-uitmaken-via-whatsapp-of-e-mail-zit-in-de-lift-maar-zo-doe-je-het-beter~ad2c5533/)