

5 vragen die elke man moet kunnen beantwoorden

Gebruik deze vragen op je eerste date om te ontdekken wat je echt moet weten

Veel vrouwen stellen op een eerste date beleefde vragen: "Wat doe je voor werk?" "Heb je hobby's?" "Waar woon je?" Maar deze vragen vertellen je niets over wat er echt toe doet: is deze man emotioneel volwassen, kan hij relaties aan, en wil hij hetzelfde als jij?

Hieronder vind je 5 vragen die je wel antwoorden geven. Let niet alleen op wát hij zegt, maar ook op hóé hij reageert. Wordt hij defensief? Ontwijkt hij? Of geeft hij een eerlijk antwoord?

Wat heb je geleerd van je vorige relatie(s)?

Deze vraag onthult of iemand zelfreflectie heeft. Kan hij verantwoordelijkheid nemen voor zijn eigen aandeel in wat er misging? Of gooit hij alles op zijn ex? Volwassen mensen weten dat relaties eindigen door dynamieken waar beide partners aan bijdragen. Als iemand alleen maar vertelt hoe "gek" of "moeilijk" zijn ex was, zonder ooit te benoemen wat hij zelf anders had kunnen doen, is dat een rode vlag. Hij heeft geen inzicht in zijn eigen patronen (en die ga jij dus ook tegenkomen).

Waar je op let:

- ✓ Goed teken: "Ik had beter moeten communiceren" of "Ik ben te veel in mijn werk opgegaan."
- ✗ Rode vlag: "Ze was onredelijk jaloers" (zonder te benoemen waarom dat misschien zo was).

Hoe ziet jouw ideale weekend eruit?"

Dit lijkt een luchtige vraag, maar het onthult zijn waarden, energie en levensstijl. Wil hij avontuur of rust? Heeft hij een sociaal leven of is hij een kluizenaar? Hoe belangrijk is intimiteit en samen tijd doorbrengen voor hem? Relaties mislukken vaak niet door grote drama's, maar door onverenigbare dagelijkse patronen. Als jij elke zaterdag wilt wandelen en bijpraten, en hij het liefst de hele dag klust, dan is dat geen match. M

Waar je op let:

- ✓ Goed teken: Zijn antwoord past bij jouw energie. Als hij zegt "Ik hou van rustige ochtenden en dan 's middags iets actiefs" en jij denkt "Ja, precies!", dan klopt het.
- ✗ Rode vlag: Hij heeft geen idee of zegt "Maakt me niet uit". Dit wijst op weinig zelfinzicht of op iemand die zich aanpast om te pleasen (en daar later boos over wordt).

Wanneer voelde je je voor het laatst echt kwetsbaar?

Deze vraag test of hij emotioneel bereikbaar is. Kan hij over gevoelens praten? Of verschuilt hij zich achter stoerheid of humor? Intimiteit vereist kwetsbaarheid. Als een man niet kan toegeven dat hij twijfelt, bang is of verdrietig was, dan kun je geen echte verbinding met hem opbouwen. Hij zal zich altijd achter een masker verstoppen. En jij zult je eenzaam voelen, zelfs als jullie samen zijn.

Waar je op let:

- ✓ Goed teken: Hij deelt iets oprechts: een verlies, een twijfel over zijn werk, een moment van falen. Hij is niet bang om menselijk te zijn.
- ✗ Rode vlag: "Ik ben niet zo'n gevoelsmens" of hij maakt er een grap van.

Wat verwacht je van een partner in een relatie?"

Hier ontdek je of zijn verwachtingen matchen met wat jij kunt en wilt geven. Zoekt hij een moeder, een maatje, een muze? En hoe realistisch zijn zijn verwachtingen? Veel relaties mislukken omdat mensen onuitgesproken verwachtingen hebben. Hij denkt: "Een goede partner regelt het huishouden." Jij denkt: "Een goede partner deelt alle taken." Deze vraag dwingt hem om expliciet te maken wat hij (misschien onbewust) verwacht.

Waar je op let:

- ✓ Goed teken: "Iemand die haar eigen leven heeft, maar ook tijd voor ons maakt" of "Eerlijkheid en humor."
- ✗ Rode vlag: "Iemand die me begrijpt zonder dat ik het hoeft uit te leggen" (onrealistisch) of "Iemand die mij prioriteit nummer 1 maakt" (afhankelijkheid).

Hoe ga je om met conflict?

Conflict is onvermijdelijk. De vraag is niet óf jullie ruzie krijgen, maar hóe je daar doorheen komen. Deze vraag laat zien of hij constructief kan zijn in moeilijke momenten, of dat hij wegloopt, escaleert of de schuld bij jou legt.

Uit onderzoek van John Gottman (relatietherapeut) blijkt dat de manier waarop stellen conflicten hanteren de beste voorspeller is voor of een relatie standhoudt. Iemand die zich terugtrekt (stonewalling), de ander aanvalt (contempt), of alles afweert (defensiveness) is psychologisch nog niet klaar voor een gezonde relatie.

Waar je op let:

- ✓ Goed teken: "Ik probeer even af te koelen en dan het gesprek aan te gaan" of "Ik vind het moeilijk, maar ik blijf praten tot we eruit zijn."
- ✗ Rode vlag: "Ik word boos en dan heb ik ruimte nodig" (zonder te benoemen dat hij terugkomt) of "Ik heb nooit echt ruzie" (dit is ontkenning – iedereen heeft conflict).

Wat doe je met deze antwoorden?

Luister niet alleen naar de woorden, maar ook naar de energie. Is hij open? Denkt hij na? Of geeft hij sociale wenselijke antwoorden zonder diepgang?

Een eerste date is niet het moment om verliefd te worden op potentieel. Het is het moment om te observeren: wie is deze man echt, en past dat bij wat ik zoek?

Als je merkt dat je na deze vragen twijfelt, luister dan naar die twijfel. Je intuïtie weet vaak al wat je hoofd nog niet wil toegeven.

