



Karina De Ruyck © edm

huwelijk. Zelfs al heb je dat stuk verleden mooi afgerond, bij een nieuwe relatie word je er onvermijdelijk aan herinnerd en dat zorgt soms voor een pijnlijke confrontatie. Ex-partners wringen zich soms ook heel gewiekst tussen de nieuwe geliefden, zodat er schuldgevoelens ontstaan. 'Die hele emotionele erfenis kan leiden tot een grote angst om opnieuw te mislukken of verlaten te worden', zegt De Ruyck. 'Sommigen gaan het onmogelijke verwachten van hun nieuwe partner, die dan bijna niet anders kan dan tekortschieten.'

Ook de footprint van opvoeding en ervaringen weegt op relaties. Oud is niet noodzakelijk wijs. Mensen leren niet altijd uit ervaring en een nieuwe relatie kan binnen de kortste keren weer hetzelfde patroon vertonen als de vorige mislukte relatie. 'Dan merken ze dat ook hun nieuwe partner veel te dominant is of met een verslavingsprobleem kampt. Ze zien de rode draad pas als het al te laat is.'

## Overspannen verwachtingen

Veel oudere singles zijn te overhaast om een nieuw leven te beginnen. Op hun leeftijd hebben ze het gevoel dat ze geen tijd meer mogen verliezen. Vooral spontane types die vanuit de buik en het hart leven, laten er geen gras over groeien. Met alle gevolgen vandien: na de eerste opwinding volgt al snel een pijnlijke ontzuivering. 'Vrijen schept een band bij mannen én vrouwen. Daarom raad ik aan daarmee te wachten, hoe veelbelovend de nieuwe relatie ook lijkt. Het is niet zo eenvoudig om op je stappen terug te keren als blijkt dat de relatie een vergissing was. Hormonen en feromonen spelen natuurlijk ook bij oudere singles een rol, maar toch kan je beter enige afstand houden tot je je nieuwe partner beter hebt leren kennen. Hoe staat hij of zij emotioneel in het leven? Met welke praktische problemen worstelt hij? Passie kan in het begin grote persoonlijke verschillen overbruggen, maar op termijn komen er onvermijdelijk moeilijkheden van.' Singles kunnen zich beter niet te veel illusies maken, meent Karina De Ruyck: 'Het is bijna een wonder als twee mensen elkaar op latere leeftijd spontaan vinden en er op de koop toe in slagen een harmonieuze relatie te hebben.' Eigenlijk is het zoeken naar een naald in een hooiberg. Overspannen verwachtingen zijn nog een ander struikelblok. Oudere mensen stellen vaak hoge eisen aan het leven en dus leggen ze ook de lat hoog voor een nieuwe partner. Vooral de mannen, want vraag en aanbod zijn niet in evenwicht. De oudere generatie telt meer vrouwen dan mannen. En het gebeurt zelden dat een man op zoek is naar een vrouw die ouder is dan hijzelf. 'Misschien komt er ooit een trend dat een man een relatie met twee vrouwen heeft: wat hij bij de ene niet vindt, kan de andere misschien bieden. Kunnen we in dit tijdperk van hoge eisen immers alles van één partner blijven verwachten? Evident zal het hoe dan ook niet zijn. De meeste vrouwen zullen zich verzetten, omdat zij zelf die keuze niet hebben.'

Mannen sluiten zich in relaties sneller af om te vermijden dat ze opnieuw worden gekwetst, heeft De Ruyck vastgesteld. 'Ze hebben vaak een klein hartje, maar ze vallen nog



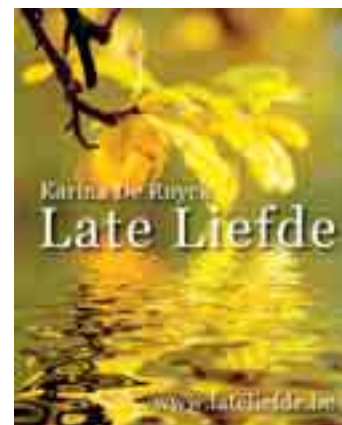
liever dood dan dat te laten zien. Vrouwen zijn innerlijk sterker en moediger. Ook na een ontgoocheling blijven ze het proberen en stellen zich gemakkelijker voor nieuwe dingen open. Ontgoochelingen horen hoe dan ook bij een relatie. Je kan jezelf ertegen beschermen door niet te snel een nieuwe relatie in te duiken. Verder moet je de kracht opbrengen om een slechtlopende relatie tijdig stop te zetten, in plaats van eisen te blijven stellen waaraan je partner onmogelijk kan voldoen. Want anders kom je in een neerwaartse spiraal terecht.'

Mannen en vrouwen zijn fundamenteel verschillend, iets waar we ook in deze verlichte tijden nog altijd te weinig bij stilstaan. Mannen plegen vrouwen in het begin met aandacht te overladen, maar zodra vrouwen zich gewonnen geven, neemt die aandacht snel af. En beginnen mannen opnieuw rond te kijken, al hoeft dat niet te betekenen dat ze ook ontrouw worden. Het is een cliché, maar de meeste relaties ontsnappen er niet aan. Late liefdes evenmin. Vrouwen lijden onder de verminderde aandacht van hun partner en betrekken die maar al te vaak op zichzelf. Ze vragen zich af wat ze fout hebben gedaan. Mannen stellen zich die vraag veel minder.

'Tegen die relatiepatronen valt weinig te beginnen: het is de aard van het beestje', meent Karina De Ruyck. 'Mannen

blijven ook nog altijd een stukje macho. Hoe vaak zie je niet dat ze toch een partner kiezen waar ze zich boven kunnen stellen. Omgekeerd is het ook zo: veel vrouwen kijken nog altijd graag naar hun partner op. Toch mogen we de natuur niet onderschatten. Die heeft zo haar eigen wetten. In MissingLink maken we geregeld mee dat twee mensen die ogenschijnlijk niet bij elkaar passen, toch samen in zee gaan. We hebben hun relatiehistoriek in kaart gebracht, aandachtig geluisterd naar hun verwachtingen, naar wat ze wel en niet meer willen. En dan vallen al die eisen plots weg omdat ze verliefd worden op een partner die helemaal niet in dat plaatje past. Dat is de natuur. Door onze feromonen worden we soms op onverklaarbare wijze tot iemand aangehouden. En daar moet dan alles voor wijken. Jammer genoeg is het niet altijd wederzijds. Zoiets is pijnlijk. Hoe dan ook, zeg nooit te vlug dat iemand niet je type is.'

Karina De Ruyck, 'Late liefde'. Het boek wordt digitaal en gratis verspreid, in feuilletonvorm. Je kan je rechtstreeks aanmelden via de website [www.lateliefde.be](http://www.lateliefde.be) of via [www.the-missing-link.be](http://www.the-missing-link.be)



## Tips voor late liefde

- Probeer geduldig, begrijpend en dus emotioneel volwassen te zijn. Beperk jaloezie, achterdocht en bezitterigheid. Al blijkt bedroevend vaak dat die achterdocht terecht is.
- Gun elkaar de nodige vrijheid. Partners op leeftijd hebben elk een gevuld leven, een eigen ritme en structuur. Het vergt tijd om gewoontes bij te schaven en op elkaar af te stemmen. Om te beginnen is een latrelatie zeker aan te raden. Misschien zelfs als blijvende relatievorm.
- Probeer een stuk van je eigen leven zinvol in te vullen, los van je partner. Concentreer niet alle hoop, verwachtingen en energie op die ene persoon.
- Blijf stil in moeilijke tijden. Probeer te praten, neem tijd om wat gebeurd is een plaats te geven.
- Anders staat niet altijd voor beter.
- Blijf, indien mogelijk, financieel onafhankelijk.