



CAMILLE JACQUELOT

ET PLUS SI AFFINITÉS ÉPISODE 4/5

Profil Tinder ou drague en ligne, pour le « coach en séduction numérique » il suffit d'« être soi-même en mieux »

Par Célia Laborie

Publié aujourd'hui à 06h00

Lecture 6 min.

Article réservé aux abonnés

ENQUÊTE | « Et plus si affinités » (4/5). Faut-il maîtriser certains codes pour draguer sur les applications de rencontre ? C'est ce qu'assurent ces conseillers, souvent autoproclamés. Des services surtout adressés aux hommes, auxquels on enjoint d'être une version d'eux-mêmes améliorée.

Sur la première photo, Nicolas (le prénom a été modifié) est assis en terrasse, un verre de jus d'orange à la main, et affiche un grand sourire détendu. Quand on fait défiler son profil sur l'application de rencontre, on le voit ensuite de trois quarts, assis sur une falaise, le regard dirigé au loin vers la mer. Sur la troisième, il apparaît de face, en costume bleu, ses cheveux blonds un peu ébouriffés, la main fièrement posée sur sa cuisse. L'ordre des images ne doit rien au hasard : il a été soigneusement orchestré d'après les conseils d'Antoine Boullay, « love coach et photographe en sites de rencontre », installé à Aix-les-Bains (Savoie). Nicolas est tombé sur son site il y a un an, après avoir découvert le développement personnel sur YouTube.

« Je me suis rendu compte que si je continuais comme ça, ma vie allait être assez terne. Je me suis mis à la danse latine, j'ai pris des cours particuliers d'anglais, et puis j'ai cherché à acquérir une compétence bien spécifique : la tchatche par SMS avec les femmes », raconte le juriste de 28 ans, qui a monté son entreprise en région lyonnaise. Jusqu'alors, Nicolas avait *« des relations éparses, et pas tous les ans »* : *« Ça me manquait. Pour moi, la sexualité a toute sa place dans un certain équilibre personnel. Mais j'avais peur du rejet, ça me bloquait un peu »,* se souvient-il. A l'été 2023, il a donc déboursé 1 600 euros pour accéder au « pack coaching » proposé par Antoine Boullay et son entreprise, Boost Your Dates.

Sur son site, ce dernier se présente comme *« diplômé bac + 3 en 2002 d'une école de commerce en gestion des activités du tourisme »* et met en avant son *« amour des femmes »* et son intérêt pour *« la langue française »*. Le quadragénaire, mâchoire carrée et crâne rasé, a commencé son activité de coach en 2022, en parallèle de son travail de serveur. *« J'ai découvert les sites de*

rencontre en 2012, ça marchait bien pour moi. Mon frère m'a dit que j'avais vraiment une aisance et que je devrais aider les autres », explique Antoine Boullay en visio depuis son appartement, vapoteuse à la main. Avec la formule « pack profil », il propose une journée de shooting photo et des conseils pour bien présenter sur une appli.



CAMILLE JACQUELOT

Le coach préconise de décrire ses hobbies avec simplicité « *tout en restant sexy : éviter de dire qu'on aime les jeux vidéo, la bière ou le foot, la fille le saura assez vite* », prévient-il. Avec le « pack coaching », le quadragénaire accompagne aussi ses clients dans leurs discussions sur les sites de rencontre, en analysant des captures d'écran de leurs conversations. « *Il faut garder une attitude de gentleman, tout en restant léger, prendre du plaisir. Et surtout, ne pas s'éterniser à l'écrit : après un ou deux jours d'échanges fluides, ne pas hésiter à proposer de se voir* », suggère-t-il. Depuis deux ans, il a ainsi suivi une vingtaine de clients, âgés de 28 à 45 ans. Ils viennent de toute la France et sont avocats, chefs d'entreprise, banquiers, ingénieurs... D'après Antoine Boullay, ce

sont souvent des hommes « *plutôt timides, qui sortent parfois d'une relation longue et ne savent pas comment s'y prendre* ».

« **Mêmes conseils que dans le coaching en business** »

La drague en ligne requiert-elle des compétences particulières pour se mettre en avant, communiquer, sélectionner les profils à aborder ? C'est ce qu'assurent les coachs spécialisés, apparus au tournant des années 2010. Des services plutôt adressés aux utilisateurs masculins hétérosexuels, qui peinent davantage à obtenir des « matchs » : d'après une enquête du *Monde* menée, en 2019, par la journaliste Judith Duportail avec l'aide du datajournaliste Nicolas Kayser-Bril, le taux de succès moyen d'un profil de femme sur Tinder est de 50 %, contre 2 % pour celui d'un homme.

Lire l'enquête (2019) |

[Sur Tinder, les hommes et les femmes évoluent dans des mondes parallèles](#)

Dans la Californie des années 1990, Ross Jeffries, auteur de l'essai *How to Get the Women You Desire into Bed* (« comment mettre les femmes que vous désirez dans votre lit », 1992, non traduit), est l'un des premiers à appliquer les codes du coaching à la séduction masculine. « *A cette époque, le développement des forums en ligne permet une démocratisation de l'expertise. Des internautes lambda mettent en vente leurs services* », relève Mélanie Gourarier, anthropologue au CNRS. Pour l'autrice d'*Alpha mâle. Séduire les femmes pour s'apprécier entre hommes* (Seuil, 2017), cette tendance bénéficie de « *l'essor du développement personnel, qui se diffuse alors dans les entreprises, dans la parentalité, dans le sport et, plus largement, dans ce qu'on appelle le "lifestyle", avec cette idée que les individus ont la responsabilité de s'améliorer eux-mêmes. La séduction devient alors l'une des compétences à développer pour devenir un homme "comme il faut".* »

Selon la spécialiste des questions de genre et de sexualité, les conseils des coachs en séduction « *sont d'ailleurs les mêmes que ceux qu'on peut donner dans le coaching en business : il s'agit de bien savoir gérer son temps, d'avoir une haute conscience de sa valeur intrinsèque, d'être capable de contrôler ses émotions...* ».

« Quelqu'un pour me motiver »

Rien qu'en France, des dizaines de coachs proposent des e-books, des formations en ligne, des séances en présentiel pour apprendre à « *devenir un bon coup* », « *séduire avec confiance* » ou « *renforcer son charme* ». Sur le site de cours particuliers Superprof.fr, Jérôme_ (qui se présente par son seul prénom, comme la plupart des coachs de ce site) propose ses services d'« *assistance amoureuse* » à 70 euros de l'heure, avec un suivi « *pour éviter les bêtises qui peuvent nuire à votre bonheur ou votre réussite* ». Jad se vante d'avoir « *abordé plus de 13 000 femmes* » et propose d'apprendre « *la maîtrise de la drague et de la séduction* ». Aldo, lui, propose pour 45 euros des sessions pour apprendre « *à interpréter les signaux, à cultiver un charisme irrésistible et à exprimer une assurance qui attire spontanément les regards* ». Difficile de faire le tri parmi toutes ces expertises autoproclamées, dont beaucoup puisent dans des visions stéréotypées des rapports hommes-femmes.

Après une rupture, Olivier (qui préfère taire son nom), 34 ans, a choisi de faire appel à Antoine Boullay pour son côté « *humain* », parce qu'il ne lui semblait pas verser « *dans des stratégies toutes faites, façon requin* ». Le trentenaire originaire de Saint-Ouen-l'Aumône (Val-d'Oise), en reconversion après une carrière dans la banque, cherche alors à se « *remettre le pied à l'étrier rapidement, pour ne pas connaître de période de disette* ». Pour draguer, être à l'aise à un rendez-vous, il estime qu'il parvient à s'en sortir. « *J'avais surtout besoin de quelqu'un pour me motiver, sinon je peux vite me lasser des discussions sur les sites de rencontre. J'ai eu un coach en athlétisme quand j'étais adolescent, c'est un peu pareil* », suppose-t-il.

Lire l'enquête (2022) | [« Je préfère ne pas faire de rencontre que de passer par ces applis » : ils ont la vingtaine et ont quitté Tinder](#)

Dans sa présentation sur AdopteUnMec, Olivier, grands yeux noirs et crâne rasé, avait déjà mis en avant son intérêt pour la danse, le théâtre, les sorties entre amis. « *Antoine m'a conseillé d'être plus fun, j'ai ajouté une blague en disant que je suis mannequin cheveux. Il m'a dit que c'était plus drôle et plus avenant comme ça* », rapporte-t-il. En suivant les suggestions du coach, Olivier a rencontré plusieurs femmes et noué une relation qui a duré quatre mois.

« J'espérais trouver la bonne, sinon je n'aurais pas avancé les fonds. Antoine m'avait prévenu qu'il pourrait augmenter mon pourcentage de rencontres, mais que, sur les premiers mois, ce serait difficile d'établir une relation sérieuse : c'est quelque chose qu'on ne peut pas maîtriser comme ça », admet le célibataire, qui a décidé récemment de se mettre « moins de pression » à être en couple.

« Ne pas attendre des merveilles »

Nicolas, lui, pense aussi avoir acquis « une certaine pratique de la drague par SMS : il faut être simple, aller droit au but, s'adapter à la façon d'écrire de son interlocutrice. Pas trop de ponctuation et pas plus de deux émojis par message, sinon ça peut faire enfantin », déroule-t-il. Suivant les conseils d'Antoine Boullay, le juriste aux yeux bleus s'est ajouté trois centimètres de hauteur dans son profil Meetic, se justifiant ainsi : « Je fais un mètre soixante-six, c'est éliminatoire pour certaines filles. »

Pour Nicolas, il ne faut pas « attendre des merveilles » d'un stage de coaching en séduction : « Après dix ans de difficultés, ce n'est pas en trois semaines que j'allais régler tous mes problèmes. D'autant que ça me prenait une heure par jour, alors que j'étais très occupé par mon travail. J'ai finalement eu des résultats de façon différée, six mois plus tard », narre-t-il.

Lire l'entretien (2022) | [Tinder fête ses 10 ans : une application qui « a mis à nu les mécanismes de sélection et d'élimination s'opérant dans le choix amoureux ou sexuel »](#)

Cet hiver, Nicolas a ainsi rencontré « six filles en un mois » – plutôt des « plans d'un soir », conformément à ses attentes. Depuis, il a décidé de se concentrer sur d'autres priorités – « faire en sorte que [s]on activité professionnelle fonctionne, [s]e mettre à la salsa à la rentrée », énumère-t-il. En ce qui concerne la séduction, il pense bientôt se donner de nouvelles ambitions : « Entrer dans une relation à moyen terme, voire peut-être trouver l'amour », lance-t-il, avant de préciser : « Si on ne se donne pas d'objectif, c'est compliqué de voir son développement. » Comme dans un bilan de compétences.

Retrouvez tous les épisodes de la série « Et plus si affinités » [ici](#).

Célia Laborie