AXISTASE

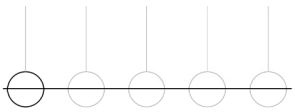
HET LICHAAM DAT NIET MEEKWAM

Wanneer lichamelijke respons, keuze en toestemming niet hetzelfde verhaal vertellen

BOEK IV VAN DE VIJFDELIGE SERIE

AXISTASE — DE ONZICHTBARE ARCHITECTUUR VAN SEKSUEEL GEWELD

KRISTAL P.



PUBLICATIE- EN ONDERZOEKSNOOT

Copyright, status & afbakening

© 2026 Kristal P. / AXISTASE. Alle rechten voorbehouden.

Citeren is toegestaan met duidelijke bronvermelding.

Isbn: 9789403967981

Auteur en concept: Kristal P. Designrichting en serie-architectuur: AXISTASE / Kristal P. Nederlandse serie-editie: 2026 Formaat: 170 × 240 mm

Website en interactieve zelfregie tools: axistase.com

Dit boek is essayistische en structurele non-fictie voor algemene lezers. Het is geen medisch, psychologisch, juridisch of forensisch advies, geen diagnose-instrument en geen behandel- of opsporingsprotocol. Bij direct gevaar, actuele seksuele dwang of acute medische nood is passende professionele of spoedeisende hulp leidend.

AXISTASE wordt hier gebruikt als formeel-heuristische, configuratieve onderzoeks- en leesarchitectuur. De klok ordent relaties tussen context, rol, ritme, toegang, bedding, respons en correctieruimte. Zij meet geen zenuwstelseltoestand en kan uit lichamelijke signalen geen toestemming, intentie of juridische kwalificatie berekenen. Modeltaal, hypothese, persoonlijke ervaring en empirische claim blijven daarom onderscheiden.

LEZERSNOOT

Dit boek leest het lichaam niet tegen jou

Dit deel gaat over seksueel geweld, lichamelijke respons, freeze en verstarring, meebewegen onder druk, seksuele opwinding, pijn, gevoelloosheid, consent en de manier waarop reacties achteraf worden geïnterpreteerd. Sommige passages kunnen dichtbij komen. Je hoeft niets in jezelf op te roepen om de analyse te begrijpen. Leg het boek weg wanneer lezen geen helderheid meer toevoegt maar alleen spanning vergroot.

De centrale grens van dit boek is eenvoudig en streng: een lichamelijke reactie is informatie, maar geen automatische toestemming. Tegelijk wordt ook de omgekeerde fout vermeden. Freeze, gevoelloosheid, dissociatieve kenmerken of een later veranderde betekenis zijn op zichzelf geen bewijs waarmee één gebeurtenis forensisch kan worden vastgesteld. Het lichaam wordt hier niet tot rechter gemaakt, ook niet met goede bedoelingen.

Preventiekennis verschuift verantwoordelijkheid voor geweld nooit naar degene die niet vocht, niet snel genoeg sprak, vriendelijk bleef, terugging, lichamelijk reageerde of pas later woorden vond. De vraag is niet wat iemand achteraf perfect had moeten doen. De vraag is hoe actuele keuze, een bruikbare nee, vertraging en correctie werkelijk georganiseerd waren.

VOORWOORD

Het lichaam is geen getuige die je kunt kruisverhoren

Boek I begon ná de grens. Boek II liep terug naar de architectuur van toegang, tempo, macht en geheimhouding. Boek III verschoof naar de digitale omgeving waarin aandacht, seksuele scripts, status en beeldcirculatie mede bepalen wat zichtbaar en normaal voelt. Nu komt de camera dichterbij. Niet naar de identiteit van een mens, maar naar het moment waarop lichaam, taal, verlangen, handelen en toestemming niet noodzakelijk op hetzelfde tempo bewegen.

Dat is een moeilijke plaats, omdat onze cultuur graag één helder teken zoekt. Verzet zou moeten bewijzen dat iemand niet wilde. Opwinding zou moeten bewijzen dat iemand wel wilde. Teruggaan zou het eerdere moment herschrijven. Stilte zou instemming betekenen. Wie pas later begrijpt wat iets betekende, zou het toen blijkbaar niet ernstig hebben gevonden. Iedere versimpeling maakt de werkelijkheid makkelijker te vertellen, maar minder betrouwbaar te lezen.

Dit boek probeert niet het tegenovergestelde dogma te bouwen. Het zegt niet dat ieder stilvallen freeze is, dat ieder meebewegen een beschermingsreactie is of dat lichamelijke respons betekenisloos is. Het maakt juist onderscheid. Een sensatie kan bestaan zonder verlangen. Verlangen kan bestaan zonder toestemming voor deze handeling, dit moment of deze persoon. Iemand kan actief handelen terwijl de keuzeruimte vernauwd is. Een lichaam kan reageren op aanraking zonder namens de persoon een besluit te nemen.

Daarmee komt ook de hoofdvraag van deze serie terug: niet wie iemand ís, maar hoe toegang, macht, keuze, lichaam, omgeving en gevolg zich organiseren. Boek IV legt die vraag in het lichaam zonder het lichaam te reduceren tot meetinstrument.

SERIEKOMPAS

Vijf boeken — vijf posities rond hetzelfde terrein

NA DE NEE onderzoekt wat een mens uit de reactie van de omgeving leert nadat een grens is doorbroken: stilte, schaamte, erkenning, Echo en terugkeer van invloed.

ROOF-GEOMETRIE onderzoekt wat vóór zichtbaar misbruik verandert: toegang, snelheid, machtsasymmetrie, geheimhouding, testgrenzen, afhankelijkheid en de prijs van correctie.

GEKAAPTE AANDACHT onderzoekt de digitale omgeving waarin aanbeveling, status, pornografie, DM-cultuur en beeldcirculatie seksuele scripts en navigatieruimte mede organiseren.

HET LICHAAM DAT NIET MEEKWAM onderzoekt het verschil tussen lichamelijke respons, sensatie, verlangen, handelen, keuze en actuele toestemming. Het lichaam wordt niet als leugendetector gebruikt en ook niet als bewijsstuk tegen degene die het bewoont.

WANNEER ZORG EEN PODIUM WORDT verplaatst de hoofdpositie naar instituties: hoe hulp, kennis, beleid, dossiers en publieke waarden een ervaring ontvangen, wegen en soms opnieuw vernauwen.

Samen vormen de boeken geen ladder en geen totaalverklaring. Ze veranderen telkens de positie van waaruit gekeken wordt. Juist daardoor hoeft geen enkele laag de hele gebeurtenis te dragen.

DE TITEL

Wat betekent: het lichaam dat niet meekwam?

De titel veronderstelt niet dat er ergens een volledig helder innerlijk zelf zat dat één ding wilde terwijl het lichaam eigenmachtig het tegenovergestelde deed. “Niet meekwam” benoemt de ervaring dat verschillende lagen niet synchroon beschikbaar hoeven te zijn. Het lichaam kan al reageren voordat woorden er zijn. Iemand kan bewegen terwijl twijfel groeit. Opwinding kan ontstaan zonder dat de situatie gewenst is. Een nee kan intern helder zijn terwijl spreken of vertrekken tijdelijk niet lukt. Betekenis kan later veranderen wanneer nieuwe taal of context beschikbaar komt.

De titel is daarom geen diagnose. **Zij wijst op asynchronie: het verschil tussen wat gebeurt, wat wordt gevoeld, wat iemand kan doen, wat iemand wil en wat iemand toestaat.**

VIJF ONDERSCHEIDINGEN DIE DIT BOEK NIET LOSLAAT

Respons, verlangen, keuze en toestemming lopen niet vanzelf gelijk

Een lichamelijke respons is geen automatische vertaling van verlangen. Verlangen is geen blanco toestemming. Actief meedoen is niet per definitie een vrije keuze. Een eerder ja bezit het volgende moment niet. En geen enkel lichaamssignaal kan los van context namens een mens toestemming afgeven.

Die vijf onderscheidingen zijn geen semantische luxe. Ze beschermen tegen een bekende fout: achteraf één zichtbaar teken kiezen en dat laten spreken voor de hele situatie. Juist bij seksueel geweld kan zo'n versmalling schaamte, ongeloof en zelfbeschuldiging versterken.

LEESROUTE

Van respons naar betekenis, van betekenis terug naar keuze

De vijf delen volgen een beweging. Eerst kijken we naar reacties die soms sneller ontstaan dan bewuste uitleg. Daarna naar wat lichamelijke opwinding, pijn en gevoelloosheid niet automatisch bewijzen. Het derde deel maakt toestemming actueel en tijdgebonden. Het vierde onderzoekt de verhalen die anderen op lichaam en gedrag leggen. Het vijfde deel keert terug naar correctie: niet door het lichaam perfect te leren lezen, maar door situaties zo te organiseren dat vertragen, veranderen en stoppen werkelijk mogelijk blijven.

Ieder hoofdstuk sluit af met AXISTASE — OVER DE KLOK. De klok is een tweede leeslaag, geen score. Zij maakt zichtbaar welke relatie in het hoofdstuk centraal staat en welke tegenas voorkomt dat één verklaring alles overneemt. Wie niets met modellen heeft, kan de klok overslaan. De gewone taal moet zelfstandig blijven staan.

Aan het einde van ieder deel volgt VAN ERVARING NAAR CARTOGRAFIE. Die passages zijn persoonlijke, essayistische kaartvorming: geen forensische reconstructie en geen poging om lichamelijke reacties achteraf tot bewijs te maken. Ze laten zien hoe ervaring later geordend kan worden zonder haar tot één oorzaak of één identiteit te reduceren.

DE KLOK IN DIT BOEK

Een leeslaag rond lichaam en correctieruimte

De vaste bronklok blijft ongewijzigd: 1 Conductiviteit, 2 Massa, 3 Interface, 4 Rol, 5 Resonantie, 6 Bedding, 7 Ritme, 8 Vector, 9 Echo, 10 Tijdsynchronisatie, 11 Archetype en 12 Radius. De Kern is de gedeelde overgangs- en wegingsruimte en geen dertiende functie.

In dit boek wordt de klok nadrukkelijk niet gebruikt om freeze, dissociatie, opwinding of andere lichamelijke toestanden te diagnosticeren. Zij ordent vragen als: welk tempo werd gezet, welke rol werd verwacht, welke steun was beschikbaar, hoeveel eigen ruimte bleef over en kon een eerdere richting nog worden gecorrigeerd? De primaire diameter bepaalt steeds het canonieke orthogonale kruis. De geometrie verandert niet om een interpretatie mooier te laten passen.

INHOUD

Vijf delen · Twintig hoofdstukken

DEEL I · DE REACTIE DIE AL BEGON

01 Voordat je iets kunt zeggen
02 Freeze is niet niets
03 Wanneer meebewegen bescherming wordt
04 De uitgang die er op papier wel was
VAN ERVARING NAAR CARTOGRAFIE · Toen ik ophield te vragen waarom ik niet anders reageerde

DEEL II · WAT HET LICHAAM NIET BEWIJST

05 Opwinding is geen toestemming
06 Het lichaam kan antwoorden op aanraking die jij niet koos
07 Pijn is ook geen toestemmingsmeter
08 Wanneer je bijna niets voelt
VAN ERVARING NAAR CARTOGRAFIE · Toen ik mijn lichaam niet langer als bewijsstuk wilde gebruiken

DEEL III · TOESTEMMING IS ACTUEEL

09 Een ja heeft een tijd
10 Wat is een ja waard als nee te duur is?
11 Meedoen is niet hetzelfde als kiezen
12 Toestemming kan midden in een moment veranderen
VAN ERVARING NAAR CARTOGRAFIE · Toen ik begreep dat toestemming geen karaktereigenschap is

DEEL IV · HET VERHAAL DAT ANDEREN OP HET LICHAAM LEGGEN

13 “Maar je vocht niet”
14 “Maar je ging terug”
15 “Maar je lichaam reageerde”
16 “Waarom wist je het toen niet?”
VAN ERVARING NAAR CARTOGRAFIE · Toen ik mijn verhaal niet langer passend wilde maken voor de reactie van een ander

DEEL V · TERUG NAAR KEUZE

17 Toen is niet nu
18 De pauze waarin keuze weer zichtbaar wordt
19 Veiligheid wordt vóór het probleem ontworpen
20 Toestemming zit niet verborgen in het lichaam
VAN ERVARING NAAR CARTOGRAFIE · Toen mijn lichaam weer van mij mocht zijn

EPILOOG · Je lichaam hoeft niet te bewijzen wat je bedoelde
BIJLAGE I · Onderzoeksagenda
BIJLAGE II · Zes veldkaarten
BIJLAGE III · Woordenboek van Boek IV
BRON- EN METHODENOOT · Status, evidence en grenzen
OVER DE AUTEUR · Kristal P.

PROLOOG

Je lichaam kan iets doen wat jij niet koos

Een seksuele situatie hoeft niet op een dramatische scène te lijken om ingewikkeld te worden. Misschien is er geen schreeuw. Misschien geen duw. Misschien beweegt iemand mee. Misschien verschijnt een glimlach die vooral de spanning wil temperen. Misschien reageert het lichaam op aanraking. Misschien komt de betekenis pas later.

Van buiten lijkt gedrag vaak helderder dan het van binnen was. Een hand beweegt. Een lichaam blijft liggen. Iemand zegt niet onmiddellijk stop. Er ontstaat opwinding. Achteraf willen anderen van zulke details graag één antwoord maken. Wilde je het of niet? Waarom deed je dan dit? Waarom deed je niet dat?

Maar een lichaam is geen stembriefje. Het reageert op temperatuur, aanraking, dreiging, nabijheid, verwachting, gewoonte en fysiologie zonder voor iedere reactie eerst een bewuste beslissing te vragen. Dat maakt lichamelijke reacties niet waardeloos. Het betekent alleen dat hun betekenis niet zonder context kan worden vastgesteld.

Hetzelfde geldt voor gedrag. Meebewegen kan verlangen uitdrukken. Het kan ook verwarring, sociaal automatisme, bescherming, hoop op een snellere afloop of een poging tot de-escalatie bevatten. Stilvallen kan vele oorzaken hebben. Teruggaan kan vele betekenissen dragen. Geen van die mogelijkheden mag vooraf als waarheid worden ingevuld. De taak is onderscheid maken zonder de persoon opnieuw te onteigenen.

Dit boek begint daarom niet met de vraag wat jouw lichaam “echt wist”. Het begint met een bescheidener vraag: wat gebeurde er tussen prikkel, lichaam, taal, rol, tijd en beschikbare keuze?

Een lichaam kan reageren. Een mens kan meebewegen. Een situatie kan doorgaan. En toch is daarmee nog niet beantwoord wat iemand wilde, kon kiezen of toestond.

DEEL I

DE REACTIE DIE AL BEGON

Een mens hoeft niet eerst een bewuste beslissing te formuleren voordat een lichaam reageert. Oriëntatie, schrik, spanning, stilvallen, sociaal aanpassen en doelgericht handelen kunnen verschillende snelheden hebben. Juist in seksuele situaties ontstaat daardoor een gevaarlijke versimpeling: achteraf wordt vaak één zichtbaar gedrag gekozen alsof dat de hele innerlijke toestand samenvat. Dit deel maakt die eerste laag nauwkeuriger. Het vraagt niet welke reactie iemand had moeten hebben, maar welke handelingen, woorden en uitgangen op dat moment werkelijk beschikbaar waren. De centrale beweging loopt van Tijdsynchronisatie naar Ritme: **hoeveel tijd kreeg een ervaring om betekenis te worden, en wat gebeurde er wanneer het tempo van de situatie sneller was dan de mogelijkheid om te corrigeren?**

HOOFDSTUK 01

Voordat je iets kunt zeggen

Wanneer respons en bewuste beslissing niet op hetzelfde moment ontstaan

DE SECONDE VÓÓR DE ZIN

Een mens reageert niet uitsluitend via voltooide gedachten. Een onverwachte aanraking, plotselinge nabijheid of snelle verschuiving in een seksuele situatie kan eerst lichamelijk en sociaal worden verwerkt voordat er een heldere zin beschikbaar is. De ogen registreren, spieren veranderen van spanning, aandacht vernauwt of verbreedt, iemand zoekt informatie in het gezicht van de ander. Pas daarna kan de taal volgen: wacht, ja, nee, wat gebeurt hier, ik weet het niet.

Dat verschil in timing is belangrijk omdat toestemming vaak wordt voorgesteld alsof zij alleen bestaat op het niveau van uitgesproken woorden. **Woorden zijn waardevol, maar de afwezigheid van een onmiddellijk woord vertelt niet automatisch wat iemand wilde.** Soms was er simpelweg nog geen taal. Soms was er taal maar geen veilige opening om haar te gebruiken. Soms kwam de betekenis pas terwijl de situatie al verderging.

RESPONS IS SNELLER DAN INTERPRETATIE

Een lichamelijke verandering hoeft geen geheime waarheid over verlangen te bevatten. Zij kan een eerste registratie zijn van intensiteit, nabijheid, verrassing, verwachting of spanning. Ons dagelijks leven zit vol reacties die vóór interpretatie komen: we draaien ons om bij een hard geluid, trekken een hand terug bij hitte, glimlachen soms automatisch wanneer iemand ons begroet. Seksuele context maakt zulke reacties betekenisvoller, maar niet plotseling volledig vrijwillig.

Daarom is het nuttig om drie momenten uit elkaar te houden. **Eerst is er wat binnenkomt. Dan is er wat het lichaam en de aandacht ermee doen. Daarna komt de mogelijkheid om betekenis en richting te geven.** Die momenten kunnen bijna samenvallen, maar hoeven dat niet. Hoe sneller een situatie beweegt, hoe kleiner de ruimte kan worden tussen registratie en vervolg.

WANNEER TEMPO ZELF ONDERDEEL VAN DE SITUATIE WORDT

Snelheid is niet neutraal. Een kus kan overgaan in aanraking, aanraking in uitkleden, uitkleden in een volgende handeling. Iedere stap kan op zichzelf klein genoeg voelen om geen apart besluit uit te lokken. Toch kan de opeenstapeling ervoor zorgen dat iemand pas later merkt dat de eigen richting ergens onderweg minder zichtbaar werd.

Dat betekent niet dat traagheid automatisch veilig is of snelheid automatisch onveilig. Twee mensen kunnen enthousiast en snel bewegen met voortdurende wederzijdse afstemming. De relevante vraag is of snelheid correctie verdraagt. Kan iemand halverwege vertragen zonder dat de sfeer omslaat? Kan er een vraag worden gesteld zonder irritatie? Kan een eerder enthousiasme plaatsmaken voor twijfel zonder dat de ander die twijfel als contractbreuk behandelt?

DE MISLEIDING VAN ACHTERAFLOGICA

Achteraf lijkt een situatie lineair. Eerst gebeurde A, daarna B, vervolgens C. Daardoor ontstaat gemakkelijk de gedachte dat iedere volgende stap een logisch vervolg op de vorige was. Maar tijdens de gebeurtenis kan iemand tegelijk proberen te begrijpen, sociaal af te stemmen en te beslissen. Een gedrag dat achteraf doelgericht oogt, kan op dat moment onderdeel zijn geweest van zoeken naar houvast.

Dat maakt reconstructie lastig. We mogen niet automatisch aannemen dat iedere beweging volledig vrij gekozen was. Maar we mogen evenmin achteraf iedere beweging herinterpreteren als onvrij. De taak is preciezer: welke informatie was beschikbaar, hoeveel tijd was er, wat kostte vertragen en wat gebeurde er wanneer de richting veranderde?

WAAR DIT DE ARCHITECTUUR VAN SEKSUEEL GEWELD RAAKT

Bij seksueel geweld verschijnt vaak de vraag waarom iemand niet onmiddellijk stop zei, wegduwde of vertrok. Die vraag veronderstelt dat waarnemen, begrijpen en handelen gelijktijdig beschikbaar waren. Dat hoeft niet zo te zijn. De afwezigheid van onmiddellijk verbaal protest is daarom geen voldoende grond om toestemming te veronderstellen.

Tegelijk blijft de grens van dit boek intact: een vertraagde reactie bewijst op zichzelf geen geweld. Zij maakt alleen zichtbaar waarom toestemming niet uit één momentopname van gedrag kan worden afgeleid. De beoordeling moet terug naar context, actuele vrijwilligheid en de mogelijkheid om te corrigeren.

HET LICHAAM

Het lichaam kan al veranderen voordat iemand precies weet welke betekenis aan de situatie wordt gegeven. Aandacht kan vernauwen, spanning kan stijgen, beweging kan tijdelijk minder vanzelfsprekend worden of iemand kan juist automatisch sociaal blijven handelen.

DE MISLEZING

"Als je echt niet wilde, had je meteen iets gezegd." **Die zin maakt snelheid tot morele maat. Zij doet alsof de beste reactie altijd onmiddellijk beschikbaar is.**

WAT DIT NIET BEWIJST

Een vertraagde, onduidelijke of ontbrekende eerste reactie bewijst noch instemming, noch geweld. Zij bewijst vooral dat mensen geen realtime transcript van hun binnenwereld zijn.

MINIATUUR

Twee mensen zoenen. Eén van hen gaat sneller verder dan de ander verwacht. De ander ligt een paar seconden stil en zegt daarna: "wacht even." Die seconden zijn geen automatisch ja en ook geen diagnose. Het relevante moment is wat er met "wacht even" gebeurt: wordt er gestopt, vertraagd en opnieuw afgestemd, of wordt de eerdere beweging gebruikt om het vervolg vanzelfsprekend te maken?

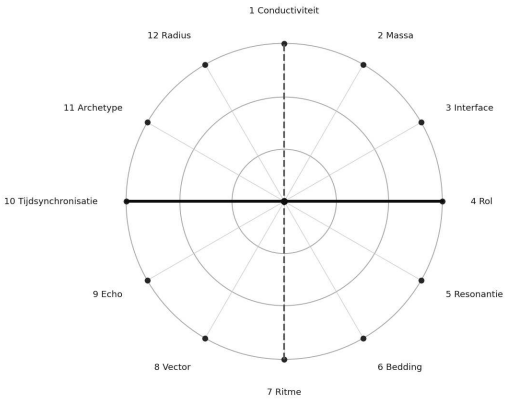
AXISTASE — OVER DE KLOK

PV04 · Voordat je iets kunt zeggen

WAAR HET FRAME TE KLEIN WORDT

Een frame dat alleen vraagt of iemand op het eerste zichtbare moment ja of nee zei, **mist de tijd tussen prikkel, lichamelijke respons, betekenis en corrigeerbare keuze.** De structurele lezing voegt rol, tempo, binnenkomende signalen en beschikbare pauze toe.

PRIMAIR 4 Rol ↔ 10 Tijdsynchronisatie · ORTHOGONAAL KRUIS 1 Conductiviteit ↔ 7 Ritme · FAMILIE B



PV04

Keuze heeft tijd nodig. Een lichaam kan al reageren terwijl de zin nog onderweg is.

DE KLOK VERDIEPT

ROL — Welke positie wordt praktisch verwacht: partner, geruststeller, performer, meewerker, grenssteller, getuige of degene die de sfeer moet dragen?

TIJDSYNCHRONISATIE — Hoeveel druk bestaat er om onmiddellijk mee te bewegen met het tempo van de ander of met een eerder begonnen situatie?

CONDUCTIVITEIT — Welke signalen, woorden, aanrakingen, verwachtingen of dreigingen komen binnen, en kan die stroom worden onderbroken voordat reactie automatisch richting krijgt?

RITME — Welk tempo krijgt de situatie, en bestaat er werkelijk een pauze waarin iemand kan voelen, denken, veranderen of stoppen?

KLOK IN PRAKTIJK

Neem één concrete situatie en zet vier momenten naast elkaar: wat kwam binnen, wat veranderde lichamelijk of sociaal, wanneer werd betekenis helder en wanneer was correctie praktisch mogelijk? Het doel is geen reconstructie van intentie, maar zichtbaar maken waar tijd ontbrak of juist aanwezig was.

TERUGKEER

Maak vertraging legitiem. Een pauze, vraag of verandering van tempo hoeft niet eerst met een dramatische reden te worden gerechtvaardigd.

ONDERZOEKSGRENS

Deze lezing stelt geen neurologische toestand vast en leidt uit reactietijd geen toestemming, geweld of intentie af. Zij ordent alleen de temporele voorwaarden rond keuze.

HOOFDSTUK 02

Freeze is niet niets

Wanneer stilvallen van buiten op passiviteit lijkt

HET STEREOTYPE VAN VERZET

Veel verhalen over seksueel geweld zijn gebouwd rond zichtbaar verzet. Iemand duwt, schreeuwt, rent weg, slaat terug. Zulke reacties bestaan en kunnen belangrijk zijn. Het probleem ontstaat wanneer ze tot norm worden gemaakt. Dan wordt ieder ander gedrag verdacht: waarom lag je stil, waarom zei je niets, waarom heb je niet gevochten?

Onderzoek naar peritraumatische reacties beschrijft dat uitgesproken motorische remming of tonic immobility bij een deel van slachtoffers kan voorkomen. Dat betekent niet dat iedere verstarring dezelfde biologische oorzaak heeft. Stilvallen kan ook samenhangen met schrik, informatie verwerken, sociale onzekerheid, dreigingsinschatting, eerdere leerervaringen of een combinatie daarvan. “Freeze” is daarom bruikbaar als beschrijving, maar gevaarlijk zodra het een universele verklaring wordt.

STILTE KAN VOL ACTIVITEIT ZITTEN

Van buiten is weinig beweging zichtbaar. Van binnen kan er juist veel gebeuren. Iemand kan razendsnel scenario's afwegen: wordt het erger als ik tegenwerk, kan ik iemand bereiken, wat gebeurt er als ik nu boos word, hoe kom ik hier weg zonder escalatie? Een lichaam dat niet beweegt hoeft geen leeg lichaam te zijn.

Ook aandacht kan veranderen. Sommige mensen beschrijven een sterke focus op één detail, andere een gevoel van afstand of onwerkelijkheid, weer andere juist een heel scherpe registratie van de omgeving. Die variatie is belangrijk. Er is geen verplicht script waarin freeze er op één manier uitziet.

DE VRAAG “WAAROM DEED JE NIETS?” BEVAT AL EEN OORDEEL

“Niets doen” klinkt alsof er een beschikbare handeling lag die iemand simpelweg niet koos. Maar om die conclusie te trekken moet eerst duidelijk zijn wat werkelijk bruikbaar was. Was vertrekken fysiek mogelijk? Was er angst voor geweld of verlies? Was er een machtsverschil? Werd de situatie plotseling? Was spreken mogelijk? Werd eerdere twijfel serieus genomen?