

GENTLEDOM



BDSM

Wie geht das denn?



... und kostet von der süßen Frucht der Lust ...

Disclaimer

„BDSM, wie geht denn das?“ soll BDSMlern helfen, den Bereich BDSM noch weiter und intensiver auszuschöpfen. Dies hier ist die Version 3.0 vom Juni 2014. Es wird sicher in den nächsten Monaten eine erweiterte und überarbeitete Version, unter anderem mit neuen Texten und vielleicht auch erklärenden Bildern, geben. Die jeweils aktuellste Version wird auf der Seite www.gentledom.de als Download zur Verfügung gestellt werden. Wer einen Beitrag zu dem Werk leisten will, kann dieses gern tun und mir einen Vorschlag an gentledom@gentledom.de mailen.

Dieser Text ist aber lediglich ein Angebot und erhebt keinerlei Anspruch auf Vollständigkeit. Vor allem übernimmt der Verfasser keine Haftung für etwaige Schäden, die aus der Nutzung des Textes direkt oder indirekt resultieren. Das Copyright liegt bei dem Betreiber der Seite www.gentledom.de. Weiterverwendung und Verbreitung für nicht kommerzielle Zwecke ist ausdrücklich erlaubt, solange das Dokument nicht verändert wird. Einzelne Passagen dürfen nach Rücksprache mit dem Urheber verwendet werden. Wer daran Interesse hat sende eine entsprechende Mail an Gentledom. Das gesamte PDF darf, bis sie von uns etwas Entgegengesetztes erfahren, unverändert auf jeder Webseite zum kostenlosen Download angeboten werden.

Weitere für sie interessante Angebote für sie könnten sein:

Partnersuche mit Niveau: <http://www.gentledom.de/community>

BDSM Neigungstest: <http://www.gentledom.de/community/bdsm-test>

Der Ort für den Gedankenaustausch: <http://forum.gentledom.de/>

Inhalt

Disclaimer	2
Kapitel I - Einleitung	10
Definition von BDSM	10
Lustschmerz	11
Kapitel II - Grundlagen des BDSM	14
Die Strafe im Kontext BDSM	14
Was ist eigentlich eine Strafe?	14
Wie passe ich nun eine Strafe dem Vergehen an?	16
Was ist das Ziel beider?	17
Wie wichtig ist dem Dom die Ausführung der Anweisung?	17
Wie schwer war es, die Anweisung zu erfüllen?	17
Wurde schon vorher gegen diese oder eine ähnliche Anweisung verstoßen?	17
Switcher	18
Outing	20
Das innere Outing	20
Das äußere Outing	22
Partner	23
Eltern	24
Kinder	25
Freunde	25
Bekannte	26
Berufliches Umfeld	26
Allgemeine Gefahr des „nicht unterscheiden Könnens“	26
Psychischer Druck	26
Wenn Du mich liebst, musst Du das machen	28
Du musst mir vertrauen	28
Der andere Weg	28

Anfang und Ende einer Session	29
Der Anfang	29
Das Ende	31
Warum will eine Frau Sklavin sein?	32
Spiel mit den Sinnen	33
1. Sehen	34
2. Hören	34
3. Riechen	35
4. Schmecken	36
5. Fühlen	36
6. Temperaturfähigkeit	36
7. Gleichgewichtssinn	37
8. Tiefensensibilität	37
9. Organempfinden	37
10. Schmerzempfinden	37
BDSM – Modelle fürs Spiel und fürs Leben	38
24/7	38
EPE	38
TPE (auch APE genannt)	38
CIS	39
DEBRIS	39
SSC	39
RACK	40
CNC (Metakonsens)	40
Stammtisch	40
Tipps für Einsteiger	43
Grundlagen	43
Spielzeug	44
Durchführung	45
Unfälle	46

12 Ratschläge für Dom-Einsteiger	47
12 Ratschläge für Sub-Einsteiger	48
Vertrauen	50
Vergewaltigungsfantasien	51
Kapitel III - Beziehungsfragen, Sex und Alltag	56
Onlinedating Ratgeber	56
Onlinepartnersuche	56
Nicknamen wählen	56
Profil erstellen	56
Erstes Anschreiben	58
Aussortieren	59
Profil pflegen	59
Ab in die Realität	60
Allgemeine Tipps	60
Frischfleischjäger	62
as ist eigentlich Frischfleisch?	62
Wie gehen sie vor?	62
Warum sind sie Frischfleischjäger?	63
Was bedeutet es, ihr Opfer zu werden?	64
Wie kann Frau sich schützen?	64
Wie man eine Sklavin findet	65
Überleg dir was du willst	65
Sei anders als die Masse	65
Zeig dich	66
Schau nach dem, was sie sucht	66
Respekt und Rechtschreibung	67
Authentizität	67
Suche den persönlichen Kontakt	67
Baue Vertrauen auf	68
NoGos	68

BDSM und Sex	69
BDSM als Masche für Sex	69
Keuschhaltung	70
BDSM und Oralsex	70
BDSM und Sex mit einem männlichen Dom	70
BDSM und Sex mit einem weiblichen Dom	70
BDSM und Sex mit einer professionellen Doms/Domina	71
BDSM-Party und Sex	71
Der Mythos 24/7	72
BDSM-Parties, Spielen, Feiern und Spaß haben	73
Partytypen	73
Preise	74
Empfehlungen	75
Dresscode	75
Spielgerät	75
Wie finde ich einen Spielpartner	76
Unerwünschte Anmachen	76
Was ist sonst zu beachten?	76
Fazit	77
Kapitel IV - BDSM - wie geht denn das?	78
Womit fixiert man eigentlich (richtig)?	78
Wie führt man eigentlich (richtig)?	82
Wie erzieht man eigentlich (richtig)?	89
Womit kann gequält werden?	91
SM Stellungen	101
Wie schlage ich richtig?	105
Wie hart schlage ich?	105
Wohin schlage ich?	105
Blessuren und Schlimmeres	107
Ich will schön sein.	107

Ich will gesund bleiben.	108
Was braucht man für die Erste Hilfe	109
Blutungen und Schürfwunden	109
Kleine, leichte Blutungen	109
Mittlere Blutungen	109
Schwere Blutung	109
Verbrennungen	109
Schwindelgefühle und Ohnmacht	110
Sollte ein wirklicher Notfall eintreten:	110
Die Nachsorge	111
Die Gründe	111
Erste Hilfe und Nachsorge	113
Problem Zweitbeziehung	114
Die Online-Erziehung	114
Was für Onlineerziehung spricht:	114
Was gegen eine Onlineerziehung spricht	115
Kapitel V - Drumherum	118
Partnersuche	118
MaleDom	119
FemDom	120
MaleSub	120
FemSub	120
Fazit	120
Tabus und Grenzen	121
Hygiene	122
Gerätschaften	122
Sex	123
Covern	124
Leitfaden für Anfänger	125
Grundlagen	125

Spielzeug	126
Durchführung	127
Unfälle	128
Keine Routine	129
Der Alltag	129
Was können beide Partner tun?	130
Was kann Dom tun?	130
Was kann Sub tun?	131
Wie wichtig ist eigentlich die Erfahrung?	132
Stellenwert der Erfahrungen	132
Interessanter Standpunkt einer Bekannten	133
Andere Eigenschaften	134
Ausstattung	134
An die Subs	135
An die (unerfahrenen) Doms	135
Fazit	136
Der Sklavenvertrag	136
Fetisch und BDSM	139
Anhänge	140
Cover-Formular	140
Hinweise zum Formular	141
Eure Daten	142
Die Daten des Dates	142
Das Treffen	143
Umsetzung	143
Schutzengelinformationen	144
Der Neigungsfragebogen	145
Platz für Freitext	157

BDSM-Test	158
Fragen zur devoten Neigung	158
Fragen zur dominanten Haltung	159
Fragen zur masochistischen Haltung	160
Fragen zur sadistischen Haltung	161
Fragen zur Haltung beim aktiven Bondage	162
Fragen zur Haltung beim passiven Bondage	163
Auswertung des BDSM-Test	163
Danksagung	164



Kapitel I

Einleitung

Kapitel I - Einleitung

Definition von BDSM

Der Begriff BDSM ist ein Oberbegriff, der eine sehr vielfältige Gruppe von meist sexuellen Verhaltensweisen zusammenfasst:

BD: Bondage-Discipline = Steht für Fesselung und Erziehung

DS: Domination-Submission = Steht für Beherrschung und Unterwerfung

SM: Sadismus-Masochismus = Steht für die Lust am Schmerz

Diese, je nach Definition drei oder vier Bereiche, denn Fesselung und Erziehung haben nicht zwingend etwas miteinander zu tun, stellen den Versuch einer Zusammenfassung der einzelnen Teilbereiche dar. Der Bereich Discipline gehört für mich vom Wesen her dem klassischen Bereich DS und von der Züchtigung her dem Bereich SM zugeordnet. Ob und wie die einzelnen Bereiche ausgelebt werden, hängt immer von den Partnern ab.

Der Grundsatz der BDSM-Szene ist: „safe, sane and consensual (SSC)“. Dies bedeutet, nur volljährige, gesunde und zurechnungsfähige Menschen leben in gegenseitigem Einverständnis ihre Neigungen aus, ohne dem Partner zu schaden. Um das gegenseitige Einverständnis bei BDSM-Aktivitäten gewährleisten zu können, sollte im Vorfeld ein Safeword vereinbart werden. Wird dieses gesagt, führt es zum automatischen sofortigen Ende der Session.

BDSM kann für einen begrenzten Zeitraum praktiziert werden. In diesem Fall wird diese Zeit oft als eine Session bezeichnet. Vor und nach dieser Session sind beide Partner gleichberechtigt, daneben gibt es aber auch die dauerhafte Unterwerfung eines Partners. Bei dieser permanenten Rollenverteilung wird häufig von 24/7 gesprochen. Dabei symbolisiert die 24 die vierundzwanzig Stunden eines Tages und die 7 die sieben Tage einer Woche.

Der führende Part eines BDSM-Paares wird als Herr/in, Dom/ina oder Top bezeichnet. Das Gegenstück ist der beherrschte Part, Sklave/Sklavin, Sub oder auch Bottom genannt. Manche BDSMler sind auf eine Rolle festgelegt, andere können sowohl führen wie auch geführt werden. Sie stellen neben den reinen Doms und Subs die Gruppe der Switcher dar.

Lustschmerz

Warum mag der masochistische Part Schmerzen und warum fügt der dominant/sadistische Part sie ihm zu?

Nun, ich verfüge nicht über die Neigung, die es mir erlaubt, Schmerzen in Lust umzuwandeln, aber ich habe mich viel mit Partnern und auch Dritten unterhalten, die diese Lust verspüren.

Für jemanden ohne diese Neigung mag es schwer vorstellbar sein, aber der Masochist genießt den Schmerz wirklich. Der Schmerz verursacht ein intensives Gefühl in ihm, dass er in der richtigen Stimmung in pure Lust umwandeln kann. Daher kommt auch die Bezeichnung Lustschmerz (bzw. weniger gebräuchlich Schmerzlust).

Vieles hängt demnach von der Stimmung ab. Sich das Knie anzuhauen tut auch einem Masochisten weh, denn er war in diesem Moment nicht bereit, diesen Schmerz in Lust zu verwandeln. Ganz anders ist es, wenn der Schmerz von einem Partner zugefügt wird, dem er vertraut und bei dem er sich sicher sein kann, dass er in guten Händen ist.

Auch jemand, der nicht masochistisch und nur devot ist, kann sich an dem Schmerz erfreuen, jedoch aus ganz anderen Gründen. Der devote Part empfängt den Schmerz, auch wenn er vielleicht keine sexuelle Erregung daraus zieht. Ihm geht es darum, die Macht seines Partners zu spüren, die er über seinen Körper ausübt. Er möchte sich dem Willen des dominanten Parts beugen und ihm gefallen, wenn dieser Lust dabei empfindet. Er erfreut sich daran seinem Dom zu dienen. Auch benötigt er das Wissen, dass es diesen Schmerz gibt, wenn er sich nicht an die Regeln hält, die für ihn gelten.

Die Frage, was den dominanten Part daran reizt, jemandem Schmerzen zuzufügen kann ich, da ich sowohl die dominante als auch eine gewisse sadistische Seite in mir trage, leichter beantworten.

Zwar ist grundlegend die sadistische Ader bei mir bei weitem nicht so stark ausgeprägt, wie die dominante, aber mit einem sehr masochistischen Partner gehe ich auch in diesem Bereich recht weit.

Der Spaß am Züchtigen entsteht durch die Macht, die darin zum Ausdruck gebracht wird. Sehr erregend ist es zudem, die Lust, die es dem Partner bereitet, zu spüren und eben auch die Hingabe des anderen, wenn er die Schmerzen für einen erträgt.

Kurz, es ist das Spiegelbild dessen, was den Lustschmerz ausmacht. Die Partner benötigen einander und bilden eine Einheit. Hier sieht man die Gleichwertigkeit der Partner, denn niemand kann ohne den anderen diese „seine“ Lust empfinden.



Kapitel II

Grundlagen

des BDSM

Kapitel II - Grundlagen des BDSM

Die Strafe im Kontext BDSM

Strafen Ich kann nicht von mir behaupten, ein Liebhaber der Bestrafung zu sein, denn Bestrafung bedeutet für mich, eine Handlung vorzunehmen, welche der Sub wirklich missfällt und ihr unangenehm ist. Strafen können dabei alle Handlungen sein, welche kein Tabu verletzen und für den devoten Part unangenehm sind. Mein Führungsstil ist eher der eines modernen Pädagogen. Ich denke, positive Bestätigung ist wichtiger als ständige Sanktionen, dennoch ist für mich die Strafe ein essentieller Bestandteil meines BDSM.

Was ist eigentlich eine Strafe?

Eine Strafe ist das, was dem Bestraften Unbehagen verursacht. Etwas komplizierte: Strafe ist ein Übel, das einer Person zur Kompensation eines durch sie begangenen Unrechts auferlegt wird. Strafe also gleich Haue? Nein, es gibt wirklich Menschen, die stehen darauf gehauen zu werden, das sind die Masochisten. Die kann man mit Haue also nicht wirklich strafen, außer man findet welche, die sie auch nicht mögen. Schläge können eine Art der Strafe sein, es gibt aber noch sehr viele andere Möglichkeiten. Es gilt einfach der Grundsatz: Strafe steht für etwas, das der andere so gar nicht mag.

Die zweite Frage, die sich jeder im Kontext BDSM stellen sollte ist die, wohin Strafen überhaupt gehören. Strafen sind für mich Teil des Bereichs DS, also der Disziplin und Unterwerfung. Um BDSM ein wenig aufzudröseln, hier die vier Bereiche und der Stellenwert der Strafe:

Bondage: Zwei Menschen haben Spaß an der Fixierung. A fixiert B, Gründe für Strafen gibt es hier nicht. Beide Partner sind gleichberechtigt

Disziplin: Disziplinierung bedeutet, ein Verhalten das bestimmten Regeln unterworfen ist, wird durch den dominanten Part eingefordert. Werden diese Regeln durch den devoten Part nicht eingehalten, erfolgt eine Sanktion.

Dominanz und Unterwerfung: Eine Person führt, eine andere Person folgt. Grundsätzlich kann eine Unterwerfung vollkommen ohne Zwang geschehen, auch kann ohne Gewalt und Zwang geführt werden. In diesem Fall wird rein durch Charisma geführt, dieser Führungsstil ist äußerst selten und in der Umsetzung problematisch, daher ist ihm später ein eigener kurzer Beitrag gewidmet. Dominanz und Unterwerfung impliziert eine Hierarchie und in dieser obliegt es dem dominanten Part, den devoten bei einem Fehlverhalten zu sanktionieren.

Sadismus und Masochismus: Zwei Menschen, die Freude daran haben, Schmerzen zuzufügen oder zu erhalten. Schläge, ein Synonym für Strafen, ist hier für beide keine Strafe, sondern gegenseitige Lustbefriedigung. Beide sind demnach gleichberechtigt. Eine Ausnahme stellen jene Sadisten dar, welche dem anderen echte Schmerzen, also Leid, und nicht Lustschmerz, zufügen wollen. In diesem Fall ist es aber keine Strafe, sondern ein rein egoistisches Verhalten, welches nur der Triebbefriedigung des Sadisten dient, und das Leid des anderen ausblendet oder sich gar an diesem erfreut. Strafen werden hier häufig nur vorgeschoben, um die eigene Lust unter einem DS-Deckmantel ausleben zu können.

Jene, die Freude an Führung, Dominanz und Unterwerfung haben, nennen sich selbst häufig DSler. Konsequenterweise müsste es also auch SMLer geben. Da SMLer aber außerhalb der Szene mit BDSM gleichgesetzt wird, nennen sie sich nur selten so.

Brauchen BDSMLer also Strafen? Nein, außer sie sind eben auch DSler*. Wer mit dem Bereich DS nichts anfangen kann braucht keine Strafen, und muss eigentlich auch gar nicht weiterlesen ;).

Im Forum kam die Frage auf, warum man denn nicht als Dom auch mittels Bitten führen kann.

Was ist eine Bitte?

Diese ist Ausdruck eines Wunschs ohne Anspruch auf seine Erfüllung. Wer bittet, hofft auf die Erfüllung seines Wunsches, er muss aber auch damit rechnen, dass dieser unerfüllt bleibt.

Dominanz bedeutet die Führung inne zu haben, wer bittet führt nicht, denn es obliegt der anderen Person zu bestimmen, ob der Bitte gefolgt wird oder eben nicht. Wer führt gibt Anweisungen, Befehle, Aufgaben, usw. er kommuniziert klar was getan werden soll. Wird einer Anweisung nicht Folge geleistet, gibt es grob vereinfacht drei Optionen:

1. Dom ignoriert den Fehler
2. Dom deckt den Fehler auf, verzichtet aber auf eine Strafe
3. Dom sanktioniert den Fehler

Verhalten 1) Dom wird einen Machtverlust erleiden. Es wird gegen seine Anweisung gehandelt, was aber für Sub folgenlos bleibt. Sub lernt also: Doms Anweisungen müssen nicht befolgt werden. Es kann aber auch sein, dass Sub denkt, ihr Verhalten sei dem Dom egal, denn er hat es nicht einmal gemerkt. Dieser Gedanke ist sogar noch schlimmer als der Zweifel an seiner Durchsetzungskraft, denn er würde von Gleichgültigkeit oder fehlender Auffassungsgabe zeugen.

Verhalten 2) Ein Fehler sollte niemals folgenlos bleiben. Die Folge muss aber nicht immer eine direkte Strafe sein, vielleicht hat der Dom einfach gerade keine Lust zu strafen. Würde er nun trotzdem strafen, wäre bei einer gewollten Provokation sogar die Sub jene Person, die das Heft in der Hand hält, und im Hintergrund die Fäden zieht (Topping from the bottom). Milde kann gezeigt werden, in dem man ein angemessenes Strafmaß wählt. Unlust kann überbrückt werden, indem die Strafe ausgesetzt wird, dafür aber bei einem nochmaligen Verstoß eine drastische Erhöhung eintritt.

Verhalten 3) Grundsätzlich das gesundeste Verhalten, zumindest dann wenn ein schlechtes Verhalten sanktioniert wird welches im Kontext BDSM steht. Alltagsprobleme sollten nicht über diesen Weg „gelöst“ werden. Sub lernt ihre Grenzen kennen und Dom zeigt Konsequenz, natürlich muss die Strafe dem Vergehen angepasst sein.

Beim Unterschied zwischen einer Bitte und einer Anweisung kommt es auf den Inhalt der Botschaft an, nicht auf die genutzten Worte. Ich kenne einen Dom, der zu seiner Sub gerne sagt: Anna, gibst du mir bitte die Peitsche? Würde Anna ihm nun nicht die Peitsche geben, würde er sie hart bestrafen. Zwar kommt dies nicht in den gewählten Worten zum Ausdruck, ist aber Teil ihres Spiels und wegen der Strafe, die droht, würde Anna ihm nicht die Peitsche geben, ist es eben keine Bitte sondern ein Befehl, der nur als höfliche Bitte getarnt wurde. Ein dominanter Mann kann eine Anweisung sehr höflich geben, und sogar die Wörter Bitte und Danke verwenden, das schadet seiner Dominanz nicht. Eine Bitte kann aber eventuell zu einer kurzen Irritation führen, nämlich dann, wenn die Sub nicht weiß, ist es nun eine wirkliche Bitte (also die Nichtbefolgung hat keine Konsequenz) oder eben eine höfliche Anweisung (und bei der Nichtbefolgung gäbe es eine unschöne Konsequenz).

Persönlich will ich nicht, dass meine Sub nun jedes Wort von mir auf die Goldwaage legen muss, daher benutze ich das Wort Danke durchaus während einer Session, nämlich dann wenn ich mich wirklich für etwas besonders Schönes bedanken will. Ich glaube aber, das Wort Bitte ist mir dabei bisher nicht über die Lippen gekommen. Es würde nicht zu meinem BDSM passen, und ich will meiner Sub lieber klare Anweisungen geben als interpretationsfähige Sätze, sie soll sich ganz auf ihre Aufgabe konzentrieren können. Bitten gehören für mich in den Subbereich, sie können dadurch Wünsche äußern, sagen aber zugleich, dass die Entscheidung über die Erfüllung beim Dom liegt.

Wie passe ich nun eine Strafe dem Vergehen an?

Für jede Verfehlung muss es auch die passende Strafe geben. Eine Strafe ist fällig, wenn Sub etwas gemacht hat, was sie nicht soll. Obwohl sie aber grundsätzlich in der Lage gewesen wäre, anders zu handeln und Sub auch wusste, sie sollte das nicht machen. Hat sie aber eine machbare Anweisung nicht erfüllt, so bemisst sich die Strafe nach folgenden Punkten:

Was ist das Ziel beider?

Jemand der wenig bestrafen mag, weil es ihm oder ihr keine Lust bereitet, sollte härter und konsequenter bestrafen. In diesem Fall wird er weniger strafen müssen, da Grenzen klar definiert und Konsequenzen schmerzhaft sind. Eine Sub, die von Natur aus bereits sehr unterwürfig ist, muss weniger hart bestraft werden als jemand, der immer wieder seine Grenzen auslotet und eher aufmüpfig ist (Kampfsup/Krawallsup).

Wie wichtig ist dem Dom die Ausführung der Anweisung?

Der dominante Part legt die Prioritäten fest. Etwas, das ihm sehr wichtig ist und wogegen verstoßen wird, muss eine stärkere Sanktion auslösen, als ein weniger gewichtiger Fehler.

Wie schwer war es, die Anweisung zu erfüllen?

Also die Frage nach der Motivation und dem Bemühen der Sub. Ist eine Sub nicht motiviert, einer Anweisung zu folgen, sollte diese härter bestraft werden als eine Sub, die sich bemüht aber leider scheitert. Engagement der Sub reduziert also die Strafe.

Wurde schon vorher gegen diese oder eine ähnliche Anweisung verstoßen?

Kommen Verstöße immer wieder vor und werden sie immer ähnlich hart bestraft, wäre das ein Indiz, dass kein Lerneffekt durch die Strafe auftritt oder die Strafe einfach nicht genug abschreckt. Strafen sollten daher gesteigert werden, wenn Verstöße ähnlicher Natur sich in einem gewissen Zeitspektrum häufen. So findet Dom dann auch die passende Dosis für seine Strafe.

*DS ohne Strafen

Es gibt Menschen, die dienen einfach gerne, ihre Unterwerfung ist nicht weniger intensiv als bei jenen, die erst auf die Knie gezwungen werden müssen. Wer einfach nur den Wunsch hat zu dienen, der benötigt keine Strafe. Vielmehr können Strafen sogar Vertrauen zerstören, da sich dieser Mensch ja immer maximal anstrengt, um die Wünsche des Doms zu erfüllen und er seine eigene Befriedigung aus der des Partners zieht.

Auf der anderen Seite gibt es Doms, welche nicht durch Strafe, sondern immer nur durch Manipulation zu ihrem Ziel gelangen wollen. Sie beeinflussen also ihren Partner, damit die eigenen Wünsche von ihm übernommen werden.

Sind diese beiden Gruppen DSler? In meinen Augen schon. Einer führt, der andere folgt. Ich glaube aber, dass diese Art der Führung mit der typischen Führung im Bereich DS nicht zu vergleichen ist. In Legenden gibt es dann noch die Doms, die allein durch ihr Auftreten jeden und jede Sub auf die Knie zwingen. Belassen wir diese Jungs aber lieber im Reich der Mythen und Legenden, wo sie zwischen Hobbits und Feen leben.

Switcher

Switcher - nun, wie der Name schon vermuten lässt, sind dies Personen, welche die Rolle tauschen/wechseln können. Mal sind sie dominant, mal sind sie devot, dies hängt ganz von konkreten Situationen ab. Die Szene steht diesen Personen oft recht kritisch gegenüber, denn als Dom kann man doch nicht am Tag vorher gekniet oder als Sub am Tag vorher die Peitsche geschwungen haben.

Wie so oft gibt es nur schwarz oder weiß und dazu gehört eben eine klare Rollenverteilung. Graustufen, nein, das soll es bitte nicht geben. Ich denke, einige dieser Kritiker sind einfach nur verunsichert, wie sie nun mit der Person umgehen sollen oder sehen ihr Rollenverständnis dadurch als gefährdet an und manch einer mag auch nur neidisch sein.

Ein Switcher ist eben nicht festgelegt, er/sie mag zum Beispiel gegenüber dem anderen Geschlecht devot, gegenüber dem eigenen aber dominant sein. Es kann von einzelnen Personen oder auch Situationen abhängen, in welcher Rolle er/sie sich gerade wohl fühlt und es muss ganz sicher keine 50/50 Prozentverteilung sein. In meinen Augen ist eh niemand 100% dominant oder devot.

Es ist immer nur die Frage: Reicht der kleine Anteil aus, um ihn im Kontext BDSM auszuleben und traue ich es mich, dieser schwächeren Seite nachzugeben? Ich selber bin dominant, aber ich glaube, dass die devote Rolle, in der man sich fallenlassen kann, die intensiveren Gefühle freisetzt und ein schöneres Erlebnis mit sich bringt.

Jedoch ist bei mir die devote Seite nicht stark genug ausgeprägt, um sie im Kontext BDSM ausleben zu können. Zum einen schade, zum anderen würde es, glaube ich, das alles noch viel komplizierter für mich werden lassen.

In meinen Augen haben es Switcher nicht gerade leicht und das hat nichts mit ihrem Ansehen in der Szene zu tun. Jeder BDSMler braucht zwei Gegenparte, um glücklich zu werden: den einen für den Alltag und den anderen für den Bereich BDSM.

Ein Switcher müsste nach diesem Gedankenmodell eine Person finden, die im Alltag und auch im Spiel zu ihm passt. Er braucht somit jemanden, der den passenden Gegenpart

übernehmen kann. Ist er 70% dominant und 30% devot wäre es ideal, wenn der Partner 30% dominant und 70% devot wäre und dann auch noch auf die ähnlichen Reize reagiert. Andernfalls müssen schon zwingend dritte Personen eingebunden oder zumindest einer von beiden eine seiner Seiten etwas oder ganz unterdrücken.

Für mich persönlich ist es schwer vorstellbar wie die Person, die gestern noch ausgepeitscht wurde und knieend am nächsten Abend plötzlich gegenüber der gleichen Person die dominante Rolle einnehmen kann. Dies mag an meinem Selbstverständnis als Dom liegen, denn es gibt einige Paare, die diesen Spagat gut und mit Freuden hinbekommen.

Es gibt aber auch Switcher, die leben nur eine Seite mit ihrem Partner aus und anstatt die andere Seite zu unterdrücken, führen sie eine Spielbeziehung mit einer Person, welche die entgegengesetzte Neigung von ihrem Partner hat. Dieses Ausleben kann allein oder mit dem Partner zusammen geschehen.

Meine letzten beiden Liebesbeziehungen waren beides Switcherinnen und zudem bisexuell. Somit hatten wir es „relativ“ leicht: Wir spielten zu dritt mit einer uns beiden gegenüber devoten Frau.

Einen Vorteil haben die Switcher auf jeden Fall: Sie können sich, da sie beide Seiten kennen, viel besser in ihren Partner hineinversetzen und ihm so größere Freude bereiten, aber ihn auch leichter manipulieren. Ich persönlich glaube nicht, dass ein Dom nur dann ein wirklicher Dom ist, wenn er immer nur den starken Mann gibt.

Jedoch kann auch ich mir nicht vorstellen, dass ein Dom/Sub Verhältnis, in dem gewischt wird, so intensiv sein kann, wie eines in der die Rollen konstant verteilt sind und diese auch gelebt werden. Eine konstante Rollenverteilung lässt die Rollen intensiver werden, zusammen kann weiter gegangen und die jeweilige Position ausgeprägter erlebt werden.

Neben allen Überlegungen, warum das so ist, steht eines wohl fest: Wenn jemand seine Energie in einer Partnerschaft auf zwei Rollen verteilt, hat er/sie weniger Energie für die eine Rolle übrig, als jemand, der all seine Energie nur in diese eine Rolle steckt. Ist BDSM nur ab und an ein nettes Spiel, hat ein Switcher im Kontext BDSM keinen wirklichen Verlust, für Spielchen wird die Energie wohl immer ausreichen.

Auch Switcher, die in der Beziehung die Rollen tauschen, werden meiner Meinung nach gar nicht so schlecht dafür entschädigt, dass eine der Rollen nicht so intensiv erlebt werden kann. Sie haben zusammen einfach noch viel mehr mögliche Spielarten und es kann immer Überraschungen und interessante Machtkämpfe geben. Sprich monoton ist das Leben eines Switchers sicher nicht, gesetzt den Fall er hat den oder auch die passenden Partner.

Angelehnt an Woody Allen: „Switcher zu sein (im Originalzitat steht hier Bisexualität) verdoppelt deine Chancen auf ein Samstagabend-Rendezvous!“ Wo er Recht hat, hat er Recht, denn die Auswahl für einen Switcher ist, wenn es nur ums Spielen geht, doppelt so hoch, da er/sie sich aus beiden Lagern „bedienen“ kann.

Wer einige Einsichten über Switcher gewinnen will mag auch eines der Interviews lesen.

In Gedenken an eine sehr guten Bekannte und Switcherin, die leider viel zu früh verstorben ist: „Hallo, ich bin Sabine oder auch Luna genannt, entstamme dem guten 72er Jahrgang und lebe seit vielen Jahren in Bielefeld. Im BDSM-Freundeskreis gehöre ich zu den ganz schlimmen unter den Perversen, ich bin Switcher.

Kurz zur Erklärung: Switcher wissen nie so genau, was sie eigentlich wollen, mal dom, mal sub, mal sado, mal maso, wer soll da noch durchblicken. Also einfach Augenbinde auf und durch.“

Outing

Das innere Outing

Wie sich das innere Outing gestaltet, ist sehr unterschiedlich. Einige Personen haben so gut wie keine Probleme mit ihrer Neigung, andere hadern lange mit sich selbst und es kommt zu einem Rückzug in sich selbst und dem Gedanken, irgendwie krank zu sein. Oft wird in diesen Fällen verzweifelt versucht „normal“ zu sein und die Neigung wird aktiv unterdrückt.

Aber wie mit allem, was man in sich vergräbt, arbeitet und brodelt es immer mehr und somit kann man es irgendwann nicht mehr halten und es kommt zu emotionalen Abstürzen. Vor allem wenn die Alltagsneigung (z.B. alltagsdominant) konträr zur BDSM-Neigung (in dem Fall devot) geht, gibt es das Problem: Wie bringe ich diese beiden Bedürfnisse unter einen Hut?

Es mag schwer fallen, sich selber in einer Rolle zu sehen, die augenscheinlich nicht zu einem passen will. Über Jahre hat man sich selber, aber auch seine Umwelt an dieses Bild von sich gewöhnt, wie soll man dann diese Divergenz aushalten und auch noch dazu stehen?

Jedoch auch, wenn die Unterschiede im alltäglichen Verhalten und im Spiel auf den ersten Blick konträr sein mögen, es sind verschiedene Lebensbereiche und damit kann es sogar zu einer sehr harmonischen Ergänzung kommen. Warum nicht, wenn man im Beruf ständig führt, zu Hause auch mal das Heft aus der Hand geben, sofern es einem denn liegt?

Der Prozess des inneren Outings verläuft oft alles andere als gradlinig, mal ist das Interesse an BDSM größer, mal weniger groß. Besonders wenn die reale Erfahrung fehlt, kann es dazu kommen, dass BDSM eine Zeit lang faszinierend ist, dann aber wieder wegen anderen realeren Dingen zeitweise in Vergessenheit gerät.

Bei bereits aktiven Anfängern gibt es häufig ein auf und ab, je nach Situation kommen diese Personen mal gut, mal weniger gut mit ihrer Neigung klar. Dies alles ist aber meist überwunden, wenn man seinen eigenen Platz, vielleicht sogar verbunden mit dem passenden Partner, in diesem Bereich gefunden hat. Ebenfalls nach einer Trennung kann es zu einem emotionalen Zwiespalt kommen, der eigentlich überwunden geglaubt war.

Was am besten hilft ist der Kontakt zu Gleichgesinnten. In Zeiten von Internet, vielen offenen SM-Foren, News Groups, Communities, SM-Cafes und einer stärker werdenden Bereitschaft der Gesellschaft BDSM zu akzeptieren, ist es doch in den letzten Jahren leichter geworden, Antworten auf die eigenen Fragen zu erhalten und mit sich ins Reine zu kommen.

Gerade Foren bieten Anfängern gute Austauschmöglichkeiten, hier gibt es auch welche, die speziell für die eine oder andere Gruppe (Subs, Tops, Fetisch etc pp.) gedacht sind. Aber auch die passende Sachliteratur kann sehr hilfreich dabei sein, sich erst mal einen Überblick zu verschaffen.

Gerade in großen Communities tummelt sich ein Großteil der Szene wie auch der Neugierigen. Das Niveau, nun das ist meist leider nicht das Beste, aber man kann sich durch konsequentes Selektieren seine eigene kleine Insel in jeder größeren Community schaffen. Ob man auf eventuelle Flirts eingeht, ist eine gute Frage. Das muss jeder selber wissen, wobei man je nach Neigung und Geschlecht viele bis gar keine Zuschriften erhält.

Gleichgesinnte vermitteln einem schnell das Gefühl, mit der eigenen Neigung nicht allein zu sein. Damit wird es den meisten leichter fallen, sie zu akzeptieren. Sucht also den Kontakt zu diesen Gleichgesinnten. Haben diese Erfahrung, könnt ihr sicher davon profitieren. Achtet aber darauf, dass Neulinge in der Szene gerne als eine Art Frischfleisch angesehen werden, die man leicht manipulieren und ausnutzen kann.

Das äußere Outing

Jeder BDSMler hat aber auch ein Leben außerhalb von BDSM, mit Familie, Beruf, Freunden und was alles sonst noch zu einem erfüllten Leben gehört. Wie weit diese Privatsphäre zu schützen ist, nun das muss sich jeder selber fragen.

Das äußere Outing kann freiwillig, aber auch durch Zwang entstehen. Bei einem unfreiwilligen Outing sollte man sich wehren. Wie das genau geht, erfahrt ihr bei www.sm-outing.de. Dort findet ihr Ansprechpartner und Tipps rund um dieses Problem.

Für manche ist BDSM das Nonplusultra und darüber haben alle informiert zu werden, ob sie es wissen wollen oder nicht. Aber muss man sich eigentlich als BDSMler outen? Ganz sicher nicht, zumindest habe ich noch nie von einer solchen Pflicht gehört ;-)

Niemand muss seinem Gegenüber erklären, was er so in seiner Freizeit treibt und schon gar nicht, wie das eigene Liebesleben aussieht. Erzählen euch Bekannte, was sie so im Bett treiben und mit wem und wie sie sich dabei fühlen? Oder machen das etwa eure Eltern oder Arbeitskollegen? Wohl kaum. Wieso sollte man dann als BDSMler in diesem Zugzwang sein?

Falls man sich selber freiwillig outen will, hat dies aber einige Vorteile. Man ist nicht mehr erpressbar und muss sich nicht verstecken oder Angst haben, entdeckt zu werden. Außerdem bestimmt man selber, wer wann wie viel erfährt. Aber es birgt natürlich auch Gefahren, vor allem die des Unverständnisses für die Neigung.

Sich als BDSMler zu outen, dürfte eines der schwersten Outings sein, die es gibt. Als Homosexueller ist man z.B. gesellschaftlich inzwischen einigermaßen akzeptiert und auch weiß jeder dabei, worum es geht. Für BDSMler gilt dies aber eben nicht immer. Es ist eben doch eine etwas andere Welt, in der man sich bewegt und die sich nicht jedem, auch nicht in der reinen Theorie, erschließen wird. Bevor man sich jedoch outet, sollte man sich einige Fragen stellen:

- Was habe ich davon und was bezwecke ich damit?
- Wo liegen die Gefahren?
- Wie will ich mich auf das Gespräch vorbereiten?
- Was erhoffe ich mir davon?
- Will ich vielleicht so etwas wie eine Erlaubnis von der Person?
- Geht es mir vielleicht nur um die Aufmerksamkeit einer Person?

Wenn man sich entschieden hat, dann sollte man sich daran erinnern, dass die Person, der man sich anvertraut, eventuell noch nie etwas von BDSM gehört hat und im schlimmsten

Fall existieren eine Menge Vorurteile in ihrem Kopf. Fachchinesisch sollte daher vermieden werden. Es wirkt eher abschreckend und oftmals ist es besser, nicht zu sehr ins Detail zu gehen. Dies kann man später machen, wenn die Person von sich aus auf das Thema eingeht.

Vermeidet Worte wie Sklaven oder Peitschen, sie sind allgemein negativ belastet. Sprecht lieber vom devoten oder empfangenden Part. Das Aufdrängen von Detailinformationen hilft hier kaum und wird eher das Gegenteil bewirken. Sprecht ruhig die Vorurteile an. Ihr könnt auch sagen, dass manche davon berechtigt sind, ihr euch der Gefahren aber bewusst seid und sie weitestgehend minimiert.

Ihr könnt auch ruhig Beispiele bilden. Versteht mich jemand gar nicht, vergleiche ich zum Beispiel den Kick beim BDSM mit der Fahrt in einer Achterbahn. Niemand mag Angst, trotzdem begeben sich jedes Jahr sehr viele Menschen bewusst in eben eine solche Situation. Es geht um den Nervenkitzel dabei.

Der devote Part ist der Fahrgast auf dieser Reise, der Dominante der, der die Fahrt leitet. Trotz der Ängste weiß man, dass die Technik sicher ist. Man vertraut ihr und dieses Vertrauen ermöglicht es einem, die Fahrt zu genießen. Das gleiche Vertrauen bringt der devote Part dem Dominanten entgegen. Die Schienen bilden die Strecke und jeder Fahrgast kann sich selber die Achterbahn aussuchen, auf die er gehen will. Er bestimmt also die Grenzen der Belastung.

Folgenden Personen oder Personengruppen gegenüber kann man sich mehr oder weniger sinnvoll outen:

Partner

Es ist nicht selten, dass jemand seine Neigung entdeckt, während er in einer Partnerschaft lebt. Hier kommt es auf die Beziehung an. Manche Paare sind recht offen, sowohl in der Sexualität als auch in der Kommunikation. Mit der Tür ins Haus fallen, wird aber selten den gewünschten Effekt haben. Man selber ist ja auch erst mit der Zeit auf diese Neigung gestoßen, daher sollte man seinem Partner diese Zeit einräumen.

Ein Partner kann Schritt für Schritt an diesen Bereich herangeführt werden. BDSM und etwas härterer Sex, nun da sind die Grenzen sehr fließend, also warum nicht langsam hinüber gleiten. Wenn der Partner jedoch kein Interesse zeigt, sollte das Thema direkt angesprochen werden, vielleicht lässt sich ja eine faire und ehrliche Lösung finden.

Partnerschaft bedeutet Ehrlichkeit und eine gemeinsame Perspektive. Wie auch immer die Partnerschaft gelagert ist, Kommunikation ist der entscheidende Schlüssel. Möglicherweise findet ihr einen gemeinsamen, möglicherweise aber auch einen getrennten Weg.

Eltern

Wohnt man nicht mehr zu Hause und verfügt nicht gerade über eine sehr BDSMhaltige Umgebung, gibt es eigentlich keinen zwingenden Grund, seine Eltern einzuweihen. Grundsätzlich ist das Sexualleben von Kindern nicht mehr Sache der Eltern, aber natürlich wird dies von ihnen manchmal anders gesehen, die elterliche Sorge ist eben sehr umfassend.

Wenn ihr euch also bezüglich eurer Neigung den Eltern gegenüber öffnet, kann es zu den unterschiedlichsten Reaktionen kommen. Sie können froh über den Vertrauensbeweis sein und dass ihr sie in euer Leben so aktiv und offen einbindet, aber es kann auch zu Unfrieden kommen. Hier die üblichen Dinge, die auf euch zukommen können:

„Das ist doch krank!“

Ja, so etwas kann einem widerfahren, wenn man sich outet, egal gegenüber welcher Person. Hier muss viel Zeit und Mühe investiert werden, um Vorurteile abzubauen. Aber es lohnt sich auf jeden Fall, gerade bei den Eltern. Macht ihr es hier nicht, werdet ihr es im schlimmsten Fall immer mal wieder aufs Brot geschmiert bekommen, am liebsten in Situationen, in denen ihr es gar nicht gebrauchen könnt, wie nach einer Trennung.

„Was habe ich nur falsch gemacht (in der Erziehung)?“

Warum man BDSMler wird, das ist schwer zu sagen. Bei manchen ist es eine natürliche Neigung, bei anderen ein Ergebnis von gemachten Erfahrungen, bei den meisten eine Kombination von beidem. Die Erziehung hat aber eher selten etwas damit zu tun.

Dieser Vorwurf der Eltern richtet sich an sie selber, nicht an das Kind. Also macht der Mutter oder dem Vater klar, dass es keine Krankheit ist und damit auch keine Frage von Schuld, denn Schuld gibt es nur bei negativen Dingen und BDSM muss sicher nichts Negatives sein.

„Das ist doch gefährlich!“

Ja, ungefährlich ist es sicher nicht. Aber die Eltern kennen einen und man muss ihnen klarmachen, dass man durchaus vernünftig mit allen Dingen umgeht, die man in diesem Bereich so macht. Redet über Sicherheiten und Verantwortung wie auch über Grenzen und Tabus, das wird einiges bewirken können. Macht ihnen klar, dass ihr verantwortungsbewusst seid und auch nur einen solchen Partner an eurer Seite akzeptieren könnt.

Auch die Meinung, mit der Zeit wird man einen immer größeren Kick benötigen, ist so nicht haltbar. Ich selber habe in neun Jahren genau ein Tabu in Teilen aufgegeben, daher

ist die Hatz nach einem immer größeren Kick sicher eine Gefahr, aber keine sich selbst erfüllende Prophezeiung.

„Kinder und Familie, das geht doch so nicht!“

Zugegeben, es ist schwerer einen passenden Partner zu finden, denn es muss zu der normalen Beziehung eben auch auf der BDSM-Ebene passen. Dafür ist eine solche Beziehung, wenn alles passt, aber auch sehr stabil, denn man teilt einen sehr intensiven Lebensbereich miteinander, der wirklich zusammenschweißen kann.

Warum soll es in einer solchen Partnerschaft eigentlich keine Kinder geben? Man muss sicher bei Kindern auf das ein oder andere verzichten und vielleicht wird aus dem Spielzimmer nachher ein anderes Zimmer, wenn Nachwuchs da ist, aber muss das nicht jedes Paar in der ein oder anderen Weise? Und man kann doch trotzdem BDSM (aus-)leben, nur eben zu Hause nicht mehr so offen.

Kinder

Muss das wirklich sein? Kinder können sich ihren Eltern nicht entziehen und wenn es schon viele Erwachsene nicht verstehen, was man da macht, so wird es noch nicht erwachsenen Kindern sicher nicht leicht fallen nachzuvollziehen, warum z.B. Papa die Mama schlägt.

Kinder sollten, solange sie noch nicht reif genug dafür sind, vor solchen Einflüssen geschützt werden. Ist es nicht möglich, die Neigung vor ihnen zu verstecken?

Ich persönlich bin gegen ein Outing vor Kindern, die noch in einer sozialen Abhängigkeit zu den Eltern stehen, aber das muss jeder selber wissen.

Mehr zum Thema: BDSM und Elternsein

Freunde

Es ist schade, wenn man Freunden (wobei ich diesen Begriff sehr eng definiere) gegenüber Geheimnisse hat. Freunde kennen einen und man will sich auf sie verlassen können. Sich ihnen zu öffnen, ist für mich daher selbstverständlich. Man kennt sie und weiß in etwa, wie sie wohl reagieren werden.

Natürlich sollte auch hier alles Schritt für Schritt gemacht werden, also klein anfangen beim Berichten über die Leidenschaft. Jedoch können auch Freunde, die euch ewig kennen und sonst recht aufgeschlossen sind, mit diesem Thema überfordert sein oder sie wollen darüber einfach nicht sprechen. Wenn dem so ist, sollte dies akzeptiert werden.

Bekannte

Bei Bekannten ist es fraglich, ob sie von der Neigung wissen müssen. Sie stellen eine potentielle Gefahr dar, dass die Neigung schnell im Privaten publik wird. Nicht jeder Bekannter, dem man etwas im Vertrauen erzählt, wird es auch vertraulich behandeln.

Berufliches Umfeld

Das Outing ist hier nicht ungefährlich und es kann zu erheblichen Problemen führen, zum einen mit den Vorgesetzten oder Kunden, zum anderen aber auch mit den Mitarbeitern. Nicht jeder wird unterscheiden können zwischen dem privaten und dem beruflichen Menschen. Kleine Seitenhiebe können hierbei nur die Spitze vom Eisberg sein.

Aber es gibt auch viele Fälle, bei denen es keine Probleme gibt und einige, in denen es sogar einen positiven Effekt hatte.

Allgemeine Gefahr des „nicht unterscheiden Könnens“

Gerade als devote Person besteht die Gefahr, dass Personen nicht zwischen Alltag und dem Spiel unterscheiden und denken, nur weil jemand Sklave/in ist, kann man sie nun auch im Alltag so behandeln. Hier muss man dem anderen klar machen, dass man nur einer Person (oder einem bestimmten Personenkreis) gegenüber devot ist und dies auch nur in einem abgesteckten Rahmen.

Als dominanter Part hingegen kann man schnell in die Schublade Macho oder Emanze geschoben werden. Hier gilt das gleiche: Macht den Leuten klar, dass ihr so etwas nur mit jemandem macht, der Spaß daran hat und erläutert ruhig, dass der devote Part in einem solchen Spiel die Grenzen festsetzt und nicht ihr.

Auch das Magazin Macht-Spiele hat sich mit dem ersten Outing beschäftigt und das Thema wird in einigen Blogbeiträgen und Interviews aufgegriffen. Es sind zu viele um sie hier alle zu erwähnen.

Psychischer Druck

- Kann eine Überzeugung erzwungen werden? -

Für Paare, die sich gut kennen, mag ein gewisser psychischer Druck eine Spielart sein, die durchaus ihren Reiz hat, aber eben auch gewissen Grenzen unterworfen ist. Immer wieder erhielt ich Anfragen von Subs, die fragten, ob das, was ihr „Dom“ von ihnen verlangt, so wirklich in Ordnung geht.

Ich denke, wenn jemand ernsthaft über diese Frage nachdenken muss, dann wird meist etwas im Argen liegen. In diesen Fällen verlangte der dominante Part fast immer Dinge, zu denen Sub eigentlich nicht bereit war und nicht selten waren es erklärte Tabus der/des Sub.

Warum dies zu tun sei, da gab es meist immer die gleichen Antworten von Dom:

- Du bist Sklave/Sklavin, also musst Du machen was ich sage
- Das ist so üblich und das macht jeder (richtige BDSMler) so
- Wenn Du mich liebst, musst Du das machen
- Du musst mir vertrauen (sonst hat das alles keinen Sinn mit Dir)

Solche Aussagen sind keine Hilfe, sondern eigentlich im besten Falle eine subtile schlechte Art der Manipulation und im Normalfall eine stupide Erpressung. Nun zu den einzelnen „Argumenten“.

Du bist Sklave/Sklavin, also musst Du machen was ich sage

Hey, warum diskutieren? Die Rollen sind klar, also Augen zu und durch. Nein, so funktioniert das nicht. Dom und Sub mögen in ihrer Rollenverteilung unterschiedliche Rechte und Pflichten haben, eine Pflicht für Sub, das Gehirn an Dom zu übergeben, besteht aber nicht. Alles, was zwischen Dom und Sub geschieht, beruht auf einer Freiwilligkeit.

Sub gestattet Dom zu dominieren, aber Sub bestimmt die Grenzen dieser Freiwilligkeit. Die Zeiten der realen Sklaverei sind in den Industrieländern zum Glück fast vollkommen vorbei (mehr zu dem beschämenden Thema der realen modernen Sklaverei). Sub muss nur tun, wozu Sub auch gewillt ist. Hat sie ein Tabu aufgestellt, hat niemand das Recht dieses Tabu zu brechen.

Auch sollte niemand überredet werden, wenn dann nur durch vertrauensbildende Handlungen überzeugt werden. Kommt der Dom mit dem Tabu nicht klar, ist es sein gutes Recht zu sagen, es passt nicht. Dies wiederum muss von Sub akzeptiert werden.

Die passende Neigung bedeutet nicht automatisch, dass man auch zusammen passt.

Das ist so üblich und das macht jeder richtige BDSMler so

Eine sehr beliebte Ausrede, führt sie doch ebenfalls dazu, die Sache an sich nicht begründen zu müssen. Gerade Anfängern wird dieser Satz an den Kopf geworfen werden, wollen sie doch ein richtiger BDSMler sein und der erfahrene Dom muss ja wissen was dann zu tun ist.

Jeder BDSMler lebt seine ganz eigene Art von BDSM. Natürlich gibt es gewisse verbreitete Verhaltensregeln, aber niemand der BDSM mag, unterschreibt damit eine Clubmitgliedschaft mit festgelegten Statuten. Was zwischen wirklichen BDSM Paaren üblich ist, ist der Respekt füreinander und es ist sehr respektlos, jemanden in dieser Art und Weise mundtot zu machen und seine Bedenken einfach zu übergehen.

Wenn Du mich liebst, musst Du das machen

Na ja, davon hat wohl jeder schon mal etwas gehört und diese Art der Erpressung ist auch außerhalb von BDSM vorkommend. Durch die Kopplung der Handlung an einen Liebesbeweis soll eine emotionale Krise erzeugt werden, in der das Bedürfnis größer ist, den Partner zu behalten bzw. ihm die Liebe zu beweisen, als das eigene Wohlergehen zu beachten.

Erpressung bedeutet, es fehlen die richtigen Argumente, um zu überzeugen. Wenn also die richtigen Argumente fehlen, wird die Sache an sich auch nicht richtig sein.

Du musst mir vertrauen

Vertrauen und müssen, nun ist das nicht ein Widerspruch? Vertrauen ist etwas, das mit der Zeit zwischen zwei Personen wächst. Wenn Vertrauen demnach (noch) nicht da ist, hat dies seinen Grund. Ein Dom, der Vertrauen erzwingt, sollte mit äußerster Vorsicht „genossen“ werden, denn die Wahrscheinlichkeit dass er dieses Vertrauen ausnutzen wird, ist sehr hoch.

Der andere Weg

Jemanden wirklich zu überzeugen, das ist sicher zeitaufwändiger als auf die obigen Mittel zurückzugreifen, aber es ist es wert, dies zu versuchen. Überzeugt man den Partner (auch Sub kann Dom überzeugen, eines seiner Tabus aufzugeben), so wird dies das Band zwischen beiden stärken und auf Dauer können beide intensiver miteinander interagieren.

Um seinen Partner zu überzeugen, sollte man sich erst einmal mit dem Standpunkt des Gegenübers auseinandergesetzt haben. Kenne ich diesen, weiß ich, wo der andere Chancen und Risiken sieht. Mit etwas Glück gibt er selber Tipps, wie er überzeugt werden kann.

Gerade auf die Bedenken muss aktiv eingegangen werden und es müssen gute Argumente gefunden werden, die diese Bedenken entkräften. Bedenken sind des Öfteren sehr emotionaler Natur und auch wenn Rationalität eine gute Gesprächsgrundlage ist, muss auf die emotionalen Bedürfnisse eingegangen werden.

Vieles ist eine Frage des richtigen Umgangs miteinander, hier spielt Kommunikationsfähigkeit und Einfühlungsvermögen dessen, der überzeugen will, die entscheidende Rolle.

Sollte es nicht klappen, lasst das Thema ruhen, irgendwann ergibt sich sicher die Gelegenheit, es wieder aufzugreifen, jedoch nicht zu schnell, denn das wirkt eher bedrängend und damit kontraproduktiv.

Wurde hingegen überzeugt, dann geht kleine Schritte, denn geht ihr zu weit, kann damit viel zerstört werden. Hat der andere zum Beispiel Angst davor fixiert zu sein, so fangt anfangs leicht an mit einer Fesselung, aus der er/sie sich befreien kann.

Schritt für Schritt und immer nur, wenn sich der andere wohl fühlt, wird nun die Intensität der Fixierung erweitert. Dieses langsame Heranführen ist eigentlich in jedem Bereich und auch bei jeder Spielart möglich.

„Überzeugen“ bedeutet Herz und Verstand des anderen zu gewinnen und so einen gemeinsamen Weg zu finden. „Überreden“ oder „Erpressen“ hingegen zeugt davon, selbst nicht von diesem Weg überzeugt zu sein oder den anderen nicht als so wertvoll zu betrachten den Weg zusammen zu gehen, denn in diesem Fall ist es ein Hinterherschleifen.

Anfang und Ende einer Session

Wie man eine Session beginnt bzw. beendet sind Fragen, die besonders häufig in persönlichen Gesprächen mit Anfängern aufkommen.

Der Anfang

Entscheidend dürfte sein, dass der Beginn gerade für den devoten Part eindeutig zu definieren ist. Beim Ende, also dem Ausklingen, ist es hingegen eine Sache der persönlichen Vorlieben, ob es sich mehr um eine Zäsur oder ein Gleiten handelt. Vorsicht ist dennoch bei zu harten Zäsuren geboten, aber dazu später mehr.

Manch einer plant eine Session zusammen mit seinem Partner. In diesem Fall wissen beide, um 20.15 Uhr, also nach der Tagesschau, wird das Spiel beginnen. Am häufigsten kommt diese Art des Einstiegs in reinen Spielbeziehungen vor, bei denen man sich eh primär trifft, um sich auszuleben. In diesem Fall beginnt das Spiel oftmals direkt hinter der Wohnungs-/Hoteltür oder schon im Vorfeld durch telefonische Anweisungen, wie eine Kleidervorschrift fürs Treffen.

Bei solch geplanten Sessions ist man recht festgelegt und der überraschende Moment fehlt einfach. Zudem weiß niemand, ob wirklich Lust besteht um 20.15 Uhr nach der Tageschau, bei den Nachrichten zur heutigen Zeit. Persönlich favorisiere ich daher die Spontantität, also den Beginn frei zu wählen und auch mal einen Zeitpunkt zu nutzen, in dem ein solcher „Überfall“ nicht erwartet wird.

Eine solche Session kann vor allem durch Worte oder Handlungen initiiert werden. Als Handlungen kämen beispielhaft der Griff in den Nacken, an die Kehle oder in die Haare, das Drücken der Person gegen einen Gegenstand (Wand, aufs Bett/Boden etc.), das Anlegen eines Halsbandes oder auch etwas ganz anderes in Betracht. Meist spielen sich die Partner recht schnell aufeinander ein und merken somit sofort was los ist.

Eine weitere Möglichkeit sind Schlüsselwörter wie „Komm her Sklave“ oder die Verwendung des speziellen Sklavinnennamens (z.B. Cara als Sklavinnenname anstelle des wirklichen Namens Catherin). Bei einigen dominanten Personen verändert sich zudem die gesamte Kommunikation, was eine schöne intensive Stimmung erzeugt. Die Stimmlage, Wortwahl wie auch Gestik und Mimik wandelt sich und der devote Part muss nicht erst raten, ob er sich noch im Alltag oder schon mitten in der Session befindet.

Es gibt aber auch Paare, die beide nicht so direkt sein wollen. Diese haben oftmals kleine Erkennungszeichen vereinbart, wie das Legen von Fesseln aufs Kopfkissen des Partners. Legt/hängt er sie zurück, hat er keine Lust; bleiben sie im Bett, bedeutet es, dass gespielt werden kann. Wieder andere necken sich, bis sie irgendwann ins Spiel abgleiten und auch das Einlegen einer besonderen CD kann ein Zeichen sein.

So vielfältig wie die Spielvarianten sind, so vielfältig sind wohl auch die Möglichkeiten zu eben diesen zu gelangen.

Natürlich ist es eine Frage der Absprache, wer bestimmen darf, wann zusammen gespielt wird. Je intensiver die BDSM Komponente vorhanden ist, umso häufiger wird jedoch der Dom allein bestimmen, wann eine Session stattfindet.

Ist BDSM hingegen mehr eine Art nettes Rollenspiel, liegt die Entscheidung meist bei beiden Partnern. Nicht zu Unrecht wird der dominante Part auch als der aktive bezeichnet, daher wird in den überwiegenden Fällen der Anfang durch ihn bestimmt oder zumindest eingeläutet.

Sind die Partner auch im Bereich BDSM gleichberechtigt, so liegt es dann am devoten Part die Einladung anzunehmen oder auch nicht.

Eine Session muss aber nicht immer nur vom dominanten Part initiiert werden, ein Vorstoß kann durchaus auch vom devoten Part kommen. Jedoch ist es für ihn schwerer und er kann zudem meist nicht bestimmen, wann gespielt werden soll.

Eine Möglichkeit ist es, dem dominanten Part etwas Eindeutiges anzubieten, ihm zum Beispiel kniend das Halsband oder auch die Peitsche zu reichen. Eine Zurückweisung seitens des Doms kann vorkommen und ist in den Fällen leider besonders erniedrigend. Als Dom sollte man sich dies deswegen auch sehr gut überlegen und wenn man sich für eine Ablehnung der Bitte entscheidet, sollte dies zumindest begründet werden.

Dem devoten Part fällt es sicher nicht leicht, um so etwas zu bitten, denn er genießt ja eigentlich, dass Dom sich nimmt was er will. Kommt von ihm aus die Initiative, so bedeutet es, er vermisst diese Art des Umgangs gerade sehr. Lehnt man daher ab, kann dies auch für Dom Folgen haben.

Das Ende

Wichtig ist, zu erkennen, wann der Partner am Ende ist, sprich, wenn die Belastung zu groß wird, ist es ein sicheres Zeichen, nun das Ganze doch bitte ausklingen zu lassen. Für viele ist der finale Akt der Sex und wie so häufig bei Paaren damit verbunden die Ejakulation des Mannes. Wobei ich dies persönlich sehr schade finde, denn Sex ist für mich essenzieller Bestandteil einer Session und muss nicht nur am Ende „vollzogen“ werden.

Den Übergang zu gestalten ist umso schwerer, je intensiver die Session an sich war, in diesen Fällen liegen oftmals Welten zwischen dem Alltag und dem Bereich BDSM. Für mich gehört zu diesem Zurückholen in den Alltag die Zärtlichkeit und gerade, wenn ich mir während der Session genommen habe, was ich brauchte, auch das für den Partner da sein. Also ihn in den Arm zu nehmen, ihn zu streicheln, zu küssen und ganz allgemein zu zeigen wie wichtig er mir ist. Ein „Danke (mein/e Herr/in)“ erwarten viele Doms von ihren Subs, jedoch bricht sich kein Dom einen Zacken aus der Krone, wenn er sich für eine schöne Session dann auch einmal bedankt.

Natürlich müssen zudem noch andere Dinge gemacht werden. Ist der Partner fixiert, sollten die Fesseln gelöst werden; hat der Partner einen Spielnamen, sollte er/sie nun wieder mit dem normalen Namen angesprochen werden. Die Liste könnte noch sehr lang fortgesetzt werden, sollte sich aber jedem logisch denkenden Menschen von selbst erschließen.

Da es ein sanfter Übergang werden soll, muss der devote Part an die Hand genommen und geleitet werden. Die Rollläden hoch zu machen oder auch nur die Fesseln zu lösen und dann aus dem Zimmer zu verschwinden, ist ganz sicher kein sanfter Übergang. Ein Tragen der Sub ins Bett oder ein gemeinsames Duschen wäre schon sinnvoller und auch sinnlicher.

Kam es zu einem unschönen Ende, insbesondere bei einem Absturz, sollte alles was an die Session erinnert aus dem Blickfeld des Betroffenen verschwinden. Am besten wird der Raum gewechselt, aber man bleibt immer körperlich für den devoten Part dabei spüren. Hier gilt es zu trösten, zuzuhören und einfach da zu sein für den anderen.

Alles sofort analysieren zu wollen, ist der falsche Weg, dies sollte erst geschehen, wenn er/sie sich dann gefangen hat.

Achja und bei allem, was zwischen dem Anfang und dem Ende liegt, wünsche ich viel Spaß ;-)

Warum will eine Frau Sklavin sein?

Warum will eine Frau (vieles ist ebenso auf einen Mann mit entsprechenden Neigungen übertragbar) trotz aller westlichen Errungenschaften eigentlich eine Sklavin sein? Der Wunsch ist, so paradox sich das im ersten Moment anhören mag, der nach Freiheit. Die Freiheit loszulassen, die Freiheit von Konventionen die einen erdrücken, die Freiheit ohne Sorgen zu vertrauen, die Freiheit der Lust oder einfach die Freiheit sich selbst sein zu dürfen.

Emanzipierten Frauen fällt dieser Schritt häufig am schwersten. Haben sie doch gelernt, dass Emanzipation bedeutet, selbstständig zu sein. Sie sollen ihren Mann stehen, nur warum sollte eine Frau bitte schön ihren Mann stehen? Wer emanzipiert ist, steht dazu, was er ist. Eine Frau ist eine Frau, egal ob sie nun devot, dominant, lesbisch, hetero oder was auch immer ist. Emanzipation ist, sich auf sich selbst zu verlassen und selbst etwas zu schaffen. Wenn eine Frau also in einem oder auch allen Bereichen ihres Lebens devot sein will, dann soll sie es sein. Sie soll selbstbewusst hinausgehen und sich ihren Partner suchen, bei dem sie dann auch schwach sein darf. Wenn es ihr Verlangen ist, einem Mann zu dienen, dann ist die Unterdrückung dieses Wunsches lediglich Selbstverleugnung. Das Gegenteil dessen ist die Selbstannahme, welche im Sinne der aristotelischen Mesotes-Lehre jene Tugend zwischen Selbstsucht und Selbstverleugnung ist.

Eine emanzipierte Frau richtet sich nicht nach dem was andere sagen, sondern danach, was sie selbst denkt. Natürlich ist es alles andere als leicht, sich eigene Vorlieben einzugestehen, welche im Widerspruch zu dem stehen, was uns täglich suggeriert wird. Nicht ohne Grund ist das innere Outing, also jenes, sich seine eigene Wünsche einzugestehen, meist das schwerste. Wer sich selbst aber annimmt und damit akzeptiert, der kann sich auch selbst besser lieben, achten und ja auch sein Selbstvertrauen steigt. Kurz, wer sich selbst akzeptiert, kann vor allem eins, auf sich selbst vertrauen.

Sklavin ist dabei nur ein Synonym dafür, devot sein zu wollen. Nicht jede devote Frau will wirklich eine rechtlose Sklavin sein. Die meisten wollen beides, ein Leben als starke Frau auf der einen Seite und auf der anderen Seite einen Bereich, in dem sie auch einmal schwach sein dürfen.

Hingabe bedeutet vor allem eins, auf einen anderen Menschen zu vertrauen. Vertrauen darauf, dass er sich um einen sorgt, einen voranbringt, einen behütet, kurzum beherrscht und dieses mit Güte - vielleicht sogar Liebe - aber auch Konsequenz. Vertrauen ist ein sehr kostbares Gut, wir wissen alle, wie schnell es sich gegen ein wenden kann und wie schmerzhaft Enttäuschungen sind. Daher ist das größte Geschenk das man einem Menschen anbieten kann das, ihm zu vertrauen. Eben weil wir alle schon früh gelernt haben, dass Vertrauen auch missbraucht werden kann, haben wir um unser Innerstes einen Schutzwall errichtet.

Wer sein Vertrauen schenkt, handelt nicht selbstlos, aber er ist sehr mutig. Wer sich hingibt, der findet sich in einer Situation vor, in der er schwach und verletzlich ist. Der Grund warum dies getan wird ist aber nicht selbstlos, es ist der Wunsch nach der Freiheit und die Hoffnung, dass sich das Vertrauen auszahlt. Daher sollte Vertrauen auch nie durch den dominanten Part vorausgesetzt, sondern wenn, dann vom devoten Part freiwillig geschenkt werden. Mit der Annahme einer Sklavin bürdet sich ein Mann eine große Last auf, denn er übernimmt eine moralische Pflicht, sich dieses großen Geschenks als würdig zu erweisen. Bei allen Rechten, die der Mann erhält, wird diese Pflicht leider sehr oft übersehen. Aber eben weil so intensiv vertraut wird, kann der Schaden auch so immens sein. Genau aus diesem Grund wird eine kluge und emanzipierte Frau sich ihren Herrn selbst aussuchen, und nicht darauf vertrauen, sich finden zu lassen.

Spiel mit den Sinnen

BDSM ist ein Spiel mit den Sinnen und gerade der Bereich DS findet vor allem im Kopf statt. Es gibt zwei Möglichkeiten, ein Spiel besonders für Sub noch intensiver zu gestalten: Entweder indem man alle Sinne möglichst intensiv anspricht, in dem Fall gibt es eine Art Strohfeuer der Sinne, oder indem man nur einen Sinn anspricht, diesen aber ganz besonders intensiv, dann gibt es nur einen, aber dafür umso heißeren Punkt. Natürlich können Sinne auch manipuliert werden, dies erfordert aber Erfahrung, Einfühlungsvermögen und Verantwortungsbewusstsein.

Klassisch gibt es fünf Sinne, die so schon seit Jahrtausenden beschrieben werden: Sehen (visuell), Hören (auditiv), Riechen (olfaktorisch), Schmecken (gustatorisch) und Fühlen (haptisch). Die moderne Wissenschaft hat die Sinne um fünf weitere Punkte ergänzt: Temperaturempfinden (Thermorezeption), Gleichgewichtssinn, Tiefensensibilität (Propriozeption),

das Organempfinden (viszerale Sinn) und für uns BDSMler wichtig das Schmerzempfinden (Nozizeption). Besonders interessant sind für den DSler die Bereiche Sehen und Hören und grundlogisch für den SMLer Fühlen und Schmerzempfinden.

Was kann mit diesen Sinnen angestellt und wie können sie abgestellt werden?

1. Sehen

Der primäre Sinn, auf den wir uns verlassen ist das Sehen, es sollte also auch das Auge angesprochen werden. Das passende Ambiente ist hier eine gute Möglichkeit, die Atmosphäre muss insgesamt zu der Art des Spiels passen.

Ein Verhör bei schönem Kerzenlicht wird genauso wenig passend sein wie ein Spiel in einem Verließ bei Neonlicht. Damit wäre eine Option, die visuelle Wahrnehmung zu verändern, die Ausleuchtung.

Sub kann aber auch aufgegeben werden, nur in eine Richtung zu schauen (oder der Kopf wird fixiert). Dies führt dazu, dass Sub versucht die Aktionen außerhalb des Blickfeldes zu erraten, was ihr Kopfkino anregt und Spannung erzeugt. Dom kann mit einem Schritt mal gesehen werden und geht er/sie zurück, verschwindet Dom im Dunkeln. Mal sieht Sub, mal muss sie es sich ausmalen.

Dieses Wechselspiel kann einen besonderen Reiz ausmachen. Neben den Gestaltungsmöglichkeiten gilt für beide Seiten: Je hübscher man im Auge des anderen erscheint, umso lustvoller wird das Spiel. Gleiches gilt für das Umfeld, zwischen Bergen von Hausrat zu spielen, wird niemanden wirklich erregen, außer die Person hat einen wirklich ungewöhnlichen Fetisch.

Wie das Sehen unterbunden wird ist leicht, entweder durch einen Befehl an Sub, sie solle die Augen schließen oder eben durch eine Augenbinde. Bei letzterem ist darauf zu achten, dass bei kontaktlinsentragenden Subs die Augenbinde nicht aufs Auge drückt. Besonders der Verlust des Sinnes sehen kann für Sub sehr erregend sein.

2. Hören

Hier fällt mir sofort ein: Wer nicht hören will, muss fühlen. Hört Sub nicht auf mich, wird sie schnell die Konsequenzen zu spüren bekommen, daher tut Sub gut daran auf Dom zu hören. Gerade die Sprache ist ein wichtiges Bindeglied zwischen beiden Partnern. Wird sie aktiv gepflegt kommt es zu einer intensiven Interaktion und besonders Dom kann durch Wort(e) das Kopfkino von Sub befeuern.

Ein kurzer knackiger Befehl und Sub kniet nieder, eine kleine geflüsterte Gemeinheit in einem Cafe, was Dom machen wird, wenn beide wieder zu Hause sind, das sind Dinge, die unter die Haut gehen können. Die Stimme bietet dabei ein breites Spektrum. Leise gesprochene oder gar geflüsterte Worte können Intimität bedeuten, aber auch „pass auf und hör mir genau zu“.

Laute Worte können Zorn zum Ausdruck bringen, wobei ich von Lautstärke als Dom nichts halte. Dies ist aber rein eine Frage des persönlichen Stils. Wie Dom, aber auch Sub beim Spiel am besten verbal kommunizieren, das würde hier den Rahmen sprengen. Aber vielleicht kommt hierzu auch mal ein Artikel.

Gerade, wenn dem Menschen die Fähigkeit zu sehen genommen wird, konzentriert er sich aufs Hören. Ich persönlich mag es, durch Töne besondere Assoziationen bei der Sub hervorzurufen. Einige meiner liebsten Rohrstöcke sind geriffelt, wenn ich sie durch die Luft ziehe, zerschneiden sie diese und erzeugen einen sehr intensiven Ton. Dieser Ton löst häufig heftigere Reaktionen als der Schlag an sich aus. Dies geht natürlich auch mit vielen anderen Gegenständen, zum Beispiel einer Rosshaarpeitsche oder dem hörbaren elektrischen Funkenflug, den Reizstromgeräte an Metall erzeugen können. Je weniger Geräusche im Raum zu hören sind, umso mehr wird sich Sub auf diese Geräusche konzentrieren und fokussieren.

Viele BDSMler schwören zudem auf gute Musik beim Spiel.

Diesen Sinn abstellen ist recht leicht, Oropacks oder auch ein MP3 Player mit der entsprechenden Lautstärke der Musik. Wenig sinnvoll ist es, Sub zu befehlen, nichts mehr zu hören, sie könnte sonst dauerhaft die Ohren bei den Worten des Herrn auf Durchzug stellen ;-)

3. Riechen

Erst einmal fällt einem da die Körperhygiene ein, daneben aber auch wie es im Raum riecht. Männer sind hier von Natur aus etwas unempfindlicher, sollten dies aber nicht als Freifahrtsschein sehen. Verschiedene Spielzeuge haben zudem einen sehr schönen oder intensiven Geruch.

Ich mag Leder sehr gerne riechen und streichle meiner Sub gerne mit einem Lederflogger durchs Gesicht, damit sie den Duft aufnehmen kann, bevor ich das Spielzeug einsetze. Auch andere Dinge wie ein Ingwerplug haben einen Eigengeruch, der Assoziationen wecken kann.

Das Riechen abstellen geht wohl, sehr unsexy, am besten mit einer Wäscheklammer und solche Klammern haben ja die meisten BDSMler in ihrem Schlaf/Spielzimmer.

4. Schmecken

Gerade Sub nimmt oft Dinge oder Körperflüssigkeiten von Dom durch den Mund in sich auf. Schmeckt es gut, wird es eher eine Belohnung sein, schmeckt es schlecht, eher eine Strafe. Auch erotische Spiele mit Speisen sind möglich und welcher Dom isst nicht mal gerne ein paar Leckereien von seiner Sub, um sie dann im Anschluss als Nachtisch zu vernaschen.

Es ist möglich, den Geschmackssinn zu irritieren und abzustellen, zum Beispiel kann dies durch die Unterdrückung des Geruchssinns gemacht werden, da hier eine Wechselwirkung besteht. Wie man dieses aber sinnvoll in den Bereich BDSM einbringen will, erschließt sich mir nicht so ganz ;-)

5. Fühlen

Also der Tastsinn kann sehr schön eingebunden werden, gerade wenn Sub nichts sehen kann. Sie ist bei der Fortbewegung recht hilflos und muss sich vorantasten, wenn Dom ihr nicht hilft. Auch neue Spielzeuge können von Sub erst einmal ertastet werden. Die Verwendung von einem Nadelrad oder einer Feder braucht keine wirkliche Übung und gerade wenn Sub fixiert ist und nicht ausweichen kann (oder einfach nicht darf) sind hier viele Möglichkeiten für Spiele, auch mit der Körperbeherrschung, möglich.

Körperstellen, die gerade erst Schmerzen ausgesetzt wurden, reagieren, wie in einer Alarmstellung, besonders intensiv auf jeden neuen Reiz. Diese Übersensibilität kann sich Dom zu Nutze machen.

Diesen Sinn zu unterdrücken ist nicht leicht, es ist aber zum Beispiel durch ein Vakuumbett möglich. Punktuell können auch Salben eingesetzt werden, solange keine medizinischen Gegenanzeigen vorhanden sind. Ein wirkliches Betäuben einer Person ist hingegen höchst gefährlich und sollte auf keinen Fall praktiziert werden.

6. Temperaturfähigkeit

In einem kalten Raum wird Sub kaum große Lust entwickeln, also erst einmal für ein Wohlfühlklima sorgen, außer es ist Teil des Spiels, dass Sub sich eben nicht wohl fühlen soll. Spiele mit Wachs und Eiswürfel können sehr schön sein, eben weil das eine das andere ergänzt. Gerade bei diesen heiß/kalten Spielen kann der Körper die beiden Komponenten bald nicht mehr unterscheiden. Sollte die Fähigkeit Temperatur zu fühlen aber außerhalb solcher Spiele verloren gehen, ist es eher ein Zeichen dafür, schnell einen Arzt aufzusuchen.

7. Gleichgewichtssinn

Jemanden aus dem Gleichgewicht zu bringen macht ihn in diesem Moment abhängig, denn die Person muss aufgefangen werden. Die Störung des Gleichgewichtssinns ist vor allem durch die Nutzung eines Hängekäfigs und bei einem Hängebondage möglich, kann aber auch dazu führen, dass Sub sich übergeben muss.

Der Schwindeleffekt kann aber auch durch Alkohol oder andere Stoffe hervorgerufen werden. Hier aber eine Warnung: BDSM sollte nicht im betrunkenen Zustand ausgeübt werden. Es ist ein Fest für die Sinne, also genießt es auch mit klaren und nicht benebelten Sinnen, denn letzteres ist gefährlich.

8. Tiefensensibilität

Umgangssprachlich wird sie auch als Körperempfinden bezeichnet und ist die zentralnervöse Verarbeitung aus dem Körperinneren. Bewegung, Lage und Anspannungsstatus aller Körperregionen werden so erfasst. Ich glaube aber kaum, dass ein Spiel mit diesem Sinn sinnvoll und ungefährlich ist.

9. Organempfinden

Ein flaes Gefühl im Magen, nun dann sollte man das, was gerade gemacht wird noch einmal überdenken.

10. Schmerzempfinden

Fast jeder Mensch kann körperlichen Schmerz empfinden. Jedoch hat nicht jeder die Fähigkeit, Schmerzen in Lust zu verwandeln. Menschen mit dieser Fähigkeit werden als Masochisten bezeichnet. Der Schmerz verursacht ein intensives Gefühl in ihnen, welches sie in der richtigen Stimmung in pure Lust umwandeln können.

Regionen des Körpers, die Schmerzen erfahren haben, sind ab diesem Moment in einer Art Alarmstellung und werden dadurch besonders sensibel für weiteren Schmerz, aber eben auch Zärtlichkeiten. Bei Spielen mit dem Schmerz ist die Verletzungsgefahr besonders groß, hier ist also immer auch Vorsicht geboten.

Jeder Schmerz ist anders, manch einer ist kurz und heftig (auch als beißend umschrieben), anderer dauert längere Zeit an oder entwickelt sich gar wellenförmig. Auch hängt es von der individuellen Fähigkeit und den besonderen Umständen (Tagesform, Lust etc.) der Person ab, wie sie den Schmerz in Lust umwandeln kann.

Jedoch hat jeder gesunde Mensch ein Limit an ertragbarem Schmerz, ist dieses erreicht, kann von einem Schlag auf den anderen die Lust zum Absturz führen.

Für Näheres über diesen Schmerz hier der Verweis auf den Artikel über den Lustschmerz.

Das Schmerzempfinden kann durch medizinische Mittel unterdrückt werden, jedoch ist dies nicht ungefährlich und warum sollte man etwas unterdrücken, das Spaß bereitet und oder der „Erziehung“ dient?

BDSM – Modelle fürs Spiel und fürs Leben

Was es nicht alles gibt! TPE, EPE, CIS, RACK, 24/7, DEBRIS, APE, CNC, NonCon, SSC um nur einige zu benennen und wofür stehen nun die gängigsten (B)DS(M) Lebens- und Spielformen?

24/7

Jeder nutzt diesen Begriff anders, es gibt keine allgemeingültige Definition. Jede BDSM – Beziehung die durchgängig, also an allen sieben Tagen einer Woche und 24 Stunden eines jeden Tages ausgeübt wird, ist eine 24/7 Beziehung. Der Begriff sollte daher am besten mit der passenden Spezifikation genutzt werden, z.B. 24/7 EPE).

EPE

Erotic Power Exchange bedeutet, dass die gesamte Entscheidungsgewalt über sexuelle Dinge vom devoten auf den dominanten Part übertragen wird. Wo Erotik, oder korrekter ausgedrückt die Sexualität, anfängt und endet, ist hier nicht immer klar zu sehen. Meist bedeutet EPE einfach, dass der dominante Part den Körper des devoten Parts zu seinem eigenen Lustgewinn gebrauchen kann, wann immer und wie immer er will.

TPE (auch APE genannt)

TPE steht für Total Power Exchange. Die gesamte Entscheidungsmacht über alle Lebensbereiche des devoten Parts liegt bei dieser Spielart in den Händen des dominanten Parts. Uneins sind sich TPEler selbst in der Frage ob, und wenn ja, wo die Grenzen von TPE liegen. Manche nehmen es wörtlich und meinen, der dominante Part entscheide sogar über Leben und Tod. Andere meinen, es müsse dem geltenden Recht entsprechen und wieder andere TPEler finden, dass nur das, was moralisch zu rechtfertigen ist, dem Dom erlaubt sei. Letztere Auffassung hat das Problem, sehr schwammige Grenzen zu haben, denn Moral ist keine verlässliche Grenze. So hat jeder andere Sichtweisen und damit auch andere Moralvorstellungen.

CIS

Einigen BDSMlern war die Auffassung vieler TPEler zu lasch, zudem kann nach vielen TPElern auch mit einem Safeword gespielt werden und die Sub darf ihren Dom in letzter Konsequenz verlassen. So entwickelte sich CIS (complete irrevocable Submission), eine Beziehungsform, in der der devote Part dem dominanten für immer die vollkommene Macht über sich überträgt (irreversibel und eingeschlossen darin sind Finanzen, Familie und auch das Leben). CIS ist die extremste aller möglichen Unterordnungen und wird von nur wenigen BDSMlern erstrebt oder gar ausgelebt.

DEBRIS

Von den CISlern spaltete sich dann wiederum die DEBRIS Fraktion ab, kurz zusammengefasst sehen diese nur die rechtlichen Grenzen als Grenzen der Führung an. Handlungen die gesetzlich verboten sind lehnen sie ab, die Verwaltung der Finanzen liegt zum Beispiel beim dominanten Part, auch über soziale Kontakte bestimmt er, aber er könnte nicht über Leben und Tod der Sklavin entscheiden. Ebenso darf die Sklavin ihren Herrn verlassen, da eine Einwilligung in den Status Sklavin rechtlich von der Sklavin jederzeit wieder aufgelöst werden können muss (siehe Rechtliches beim Metakonsens). Im Rahmen des rechtlich zulässigen ist es also eine „Alles oder Nichts Situation“. Die Sklavin hat alles zu ertragen, außer sie beendet die Beziehung. Ob ein daraus resultierender extremer psychischer Druck evtl. zu einer Strafbarkeit von Debris Handlungen führt (Stichwort Nötigung in einem Abhängigkeitsverhältnis), wäre eine interessante Frage für einen Strafrechtler. Als Splittergruppe einer Splittergruppe kommt dieser Fraktion keine allzu große Bedeutung zu.

Neben den Modellen, die den Rahmen des Machtgefälles beschreiben, gibt es auch jene, die beschreiben wie die Verantwortlichkeiten verteilt sind. Nachdem die Szene zuerst BDSM definiert hat und es immer mehr Diskussionen um Moral und Sicherheit gab, entstand SSC, ein Begriff der früher der Grundsatz der gesamten Szene war.

SSC

SSC steht für safe, sane and consensual, also für sicher, vernünftig und einvernehmlich. Handlungen zwischen den Beteiligten müssen also grundsätzlich von beiden so gewollt, nicht unvernünftig und vor allem auch sicher sein. Früher sagte fast jeder er spiele SSC, inzwischen ist es eine nicht mehr so deutliche Mehrheit. Zudem liegt zwischen dem Lippenbekenntnis SSC und der Realität oftmals eine ganze Welt. Ehrliches und konsequentes SSC ist die Methode, wie BDSM wirklich sicher und ohne große Gefahren für Körper und Geist ausgeübt werden kann.

RACK

Von den SSClern spalteten sich die RACKler ab, diese stellen die Eigenverantwortung der Personen über alle anderen Aspekte. Rack, also risk-aware consensual kink, bedeutet frei übersetzt: „Risikobewusste einvernehmliche Andersartigkeit“. Wenn zwei Menschen das Risiko kennen und beide bewusst die Entscheidung treffen, dieses kalkulierbare Risiko gemeinsam einzugehen, so wäre dies RACK. Im Gegensatz zum SSC können also auch Handlungen vorgenommen werden, die eben nicht sicher sind und im schlimmsten Fall zum Tode führen, jedoch müssen es beide so wollen und beide müssen sich dessen bewusst sein.

CNC (Metakonsens)

CNC bedeutet consensual non-consent, kurz gesagt, der devote Part willigt ein, dass er oder sie in Zukunft keinerlei Rechte mehr hat. Die gesamte Macht liegt in der Hand des dominanten Parts und dieser muss keinerlei Rücksicht mehr auf den Willen des devoten Parts nehmen. Ironischerweise diskutieren CNCLer darüber, ob extreme Handlungen die gegen das Gesetz verstoßen, noch von CNC gedeckt sind, sie haben dabei vor allem Kastrationen und ähnliches im Fokus. Warum ironisch? Nun CNC ist in Deutschland und so gut wie in allen Ländern dieser Welt, per se illegal, sobald der devote Part eine Handlung nicht mehr wollen würde (siehe rechtliche Bewertung Metakonsens).

Manche Lebens- und Spielformen sind eng miteinander verknüpft, so können z.B. CIS und Debris eben nur als CNC umgesetzt werden, andere können sich frei miteinander verbinden. Auch gibt es unterschiedliche Auffassungen, was nun konkret unter einem Begriff zu verstehen ist. Gerade zu 24/7 und TPE gibt es sehr unterschiedliche Auslegungen und Ansichten.

Stammtisch

Es scheint eine Besonderheit unseres Kulturraums zu sein, zu jedem Thema einen Stammtisch zu gründen. So ist es kein Wunder, dass es eigentlich in jeder Region in Deutschland zumindest einen BDSM-Stammtisch gibt.

Hier treffen sich Leute, die zumindest eines verbindet: das Interesse oder auch schon der Spaß an BDSM. BDSM ist somit das Bindeglied aller Beteiligten, was auch bedeutet, dass die Leute sehr oft sehr verschieden sind, sei es von der Einstellung zu BDSM, den Umgangsformen, dem Bildungsniveau oder was auch immer.

Die meisten Stammtische verzichten auf einen Dresscode und oftmals ist es auch untersagt, in einem eindeutigen BDSM-Outfit zu erscheinen, denn diese Treffen finden zumeist in einem ganz normalen Lokal statt und nicht jeder will sich dabei outen.

Es gibt aber auch Stammtische, an denen ist ein eindeutiges Outfit akzeptiert oder sogar vorgeschrieben ist. Daneben gibt es zudem Stammtische, die nicht nur dafür da sind, sich verbal auszutauschen, sondern auf denen gespielt wird. Gerade letztere sind für Anfänger ungeeignet und erinnern mich eher an einen Swingerclub mit BDSM-Anteilen.

Der Großteil der Stammtische ist aber so angelegt, dass es nur um ein nettes Beisammensein geht und oftmals, gerade zur Enttäuschung von Neulingen, wird gar nicht wirklich so viel über BDSM geredet. Dies ist wenig verwunderlich, wenn man bedenkt, dass die Teilnehmer oftmals seit vielen Jahren BDSM betreiben und sich somit auch schon sehr intensiv mit dem Thema auseinandergesetzt haben.

Ein Stammtisch kann sich immer nur ganz fix zu einem Termin treffen, aber es gibt auch viele, die außerhalb dessen gemeinsame Unternehmungen (Kochen, Ausgehen, private Party etc. pp.) planen. Oftmals gibt es ein kleines Vorgespräch, bevor der Neuling auf den Stammtisch gehen darf. Dies dient dazu, dass der Stammtisch nicht von Gaffern besucht wird, die einfach nur mal sehen wollen, wie Perverse denn so aussehen. Bei einem solchen Gespräch wird meist nur geschaut, ob man ernsthaftes Interesse an BDSM hat.

Was eindeutig für den Besuch eines Stammtischs spricht, ist die Ungefährlichkeit, denn hier treffen sich viele BDSMler und somit kann nichts passieren. Eine Einzelperson zu treffen, die man nur aus der virtuellen Welt oder auch vom Telefon her kennt, ist in meinen Augen viel gefährlicher.

Auch, wenn BDSM nicht immer das beherrschende Thema bei einem solchen Stammtisch ist, so hat jeder die Möglichkeit, an dieser Stelle seine Fragen (mehr oder weniger) kompetenten Personen zu stellen oder einfach den Gesprächen zu lauschen und zu merken, dass BDSMler Menschen wie alle anderen sind.

Bei den Stammtischen, bei denen es um einen reinen Austausch geht, ist es egal, ob jemand Dom, Sub oder Switcher ist. Natürlich wird es mal den einen oder anderen Kommentar geben, aber unterm Strich wird jeder mit dem gleichen Respekt behandelt.

Der klassische Stammtisch ist keine Kontaktbörse. Da BDSMler auch nur Menschen sind, gibt es wie überall die typischen Schattenseiten einer solchen Veranstaltung. Auf vielen Stammtischen herrscht ein Männerüberschuss, also wird sich zum Teil auf die weiblichen Neulinge gestürzt. Dies kann mehr oder weniger charmant erfolgen. Schlimmer als in einer Disco, in der es einen Männerüberschuss gibt, wird es jedoch nicht sein und umsetzen oder einfach gehen ist immer eine Option.

Meine Erfahrung ist, je kleiner ein Stammtisch ist, desto besser passen auch die Persönlichkeiten zusammen und umso angenehmer ist es auf Dauer. Ein großer Stammtisch hat hingegen den Vorteil, dass man sehr viele unterschiedliche Persönlichkeiten kennen lernen kann.

Insgesamt habe ich sechs Stammtische besucht und bin beim sechsten hängen geblieben. Wem also der erste nicht gefällt, der kann bei einem anderen mehr Glück haben.

Warum tun sich viele Menschen so schwer, ihren ersten Stammtisch zu besuchen? Ich denke es ist eine Art Schritt in eine Gemeinschaft Gleichgesinnter und damit der erste (und sicher einer der schwersten) Schritt(e) raus aus der Fantasiewelt hinein in die Realität.

Der Besuch ist damit eine Art inneres Outing und das fällt vielen nicht leicht, da oft eine Vielzahl an Vorurteilen selbst bei BDSM Interessierten besteht. Wer Probleme hat, gleich auf eine geballte Anzahl von BDSMlern zu treffen, der sollte einfach bei dem jeweiligen Stammtisch nachfragen, ob ein Gespräch mit einer einzelnen Person im Vorfeld möglich ist. Sollte ein solches Vorgespräch nicht eh schon vom Stammtisch aus erwartet werden, so findet sich sicher jemand, der es dennoch gerne mit dem oder der Interessierten führen wird.

Der andere Knackpunkt, der für viele gegen den Besuch eines solchen Stammtischs spricht, ist: „Was mache ich, wenn ich dort erkannt werde?“ Also bei einem normalen Stammtisch erscheinen die Leute nicht in Outfit, die anderen Gäste (das Personal weiß es meist, wenn sich regelmäßig an dieser Stelle getroffen wird) der Lokalität werden demnach kaum wissen, dass sich hier BDSMler treffen.

Falls einer der Teilnehmer ein Dir bekanntes Gesicht ist, sei es Bekannter, Kollege, Chef oder auch Untergebener, sollte dies kein Problem sein, man ist unter sich und sitzt am gleichen Tisch (bzw. im gleichen Boot). Wer ganz große Bedenken hat, kommt einfach viel zu spät und geht erst mal am Tisch vorbei, um zu schauen, ob eine „Gefahr“ besteht ;-)

Von wirklich negativen Erlebnissen bei normalen Stammtischen (also welche, an denen nicht auch gespielt wird) habe ich noch nichts gehört. Sehr viele fanden aber dort Menschen, mit denen sie sich real und auf eine angenehme Art und Weise austauschen konnten.

Also, gefällt Dir der erste Stammtisch nicht, probier einfach einen anderen aus. Bei mir hat es auch etwas gedauert, bis ich den für mich wirklich passenden gefunden habe. Missen möchte ich diese Zusammenkünfte aber nicht mehr.

Wer Interesse an einem Stammtisch in seiner Region hat, kann zur Suche unser [Stammtischverzeichnis](#) nutzen.

Tipps für Einsteiger

Aller Anfang ist schwer, ein Leitfaden für das erste Spiel und 12 Tipps jeweils für Dom und Sub sollen euch eine erste Hilfestellung für den Weg zur praktischen Umsetzung eurer Fantasien sein. Es gibt sicher noch andere Dinge zu beachten, aber wenn ihr euch die folgenden Ratschläge zu Herzen nehmt, solltet ihr gewappnet sein.

Grundlagen

Wie ihr beide das Kind nennt, sei es BDSM, SM oder harter Sex, das soll euch überlassen bleiben, auch wie ihr eure Positionen bezeichnet, liegt allein bei euch. Egal, was ihr gelesen habt oder auch lesen werdet, es geht um euch, eure Vorlieben, eure Fantasien und Bedürfnisse.

Da es um euch geht, vergesst nie zu kommunizieren. Nur so könnt ihr beide vor unangenehmen Dingen sicher sein. Nun solltet ihr über die Wünsche, Erwartungen und Tabus reden, damit ihr wisst wo eure gemeinsame Basis liegt. Macht man so etwas zum ersten Mal, kommt es häufig vor, dass Hemmungen dazu führen, dass vieles nicht angesprochen wird. Aber mit der Zeit wird sich das legen und nur, wenn beide die Bedürfnisse des jeweils anderen kennen, können sie auf diese auch eingehen.

Stellt lieber zu viele denn zu wenige Tabus auf. Zu wenige sind ein Problem, zu viele eröffnen sogar die Möglichkeit, Grenzen gemeinsam zu überschreiten. Bevor es weitergeht, ein passender Spruch aus der Szene: „Noch kein Meister ist vom Himmel gefallen, aber schon manche Subbie von der Decke“ also: **Safety first.**

Das erste was ihr machen solltet, ist ein Safeword zu vereinbaren. Dies ist so etwas wie ein absolutes Veto. Wird es genutzt, endet das „Spiel“ sofort. Lässt sich der dominante Part auf so etwas nicht ein, rennt weg. Das ist bitter ernst gemeint.

Nur zur rechtlichen Klärung: Lediglich die Freiwilligkeit führt dazu, dass fast alle Handlungen, zumindest im deutschen Recht, im Bereich BDSM, für den Dom nicht strafbar sind. Fehlt es an dieser Einwilligung, kann es zu ernsthaften juristischen Rechtsverstößen kommen (Körperverletzung, Vergewaltigung, Beleidigung). Aus Sorge um den Partner, aber auch um sich selber, sollte daher ein Safeword vereinbart werden. Mayday ist international, ich persönlich verwende „Gnade“, weil es einfach besser passt.

Spielt ihr mit Knebeln, kann das Safeword auch bedeuten, dass man ganz schnell mit den Augen klimpert oder einen Gegenstand, den man festhält, fallen lässt. Für Anfänger, aber auch für dominante Personen, die nicht sehr sensibel sind, gibt es zudem noch die Möglichkeit des Ampelcodes. „Grün“ bedeutet das ist gut/in Ordnung, „gelb“ es wird langsam gefährlich, bitte nicht weiter, „rot“ es ist zu viel, hör damit auf.

Gerade der devote Part benötigt Vertrauen, hat er dieses nicht, wird das Spiel für ihn mehr eine Tortur, denn etwas Schönes sein. Sucht euren Partner daher mit großem Bedacht aus. Der falsche „Dom“ hat schon vielen die Lust am Spielen verdorben, er muss bereit und fähig sein, die Verantwortung zu übernehmen. Aber auch der dominante Part sollte vorab prüfen, ob die Person psychisch stabil genug und körperlich dazu in der Lage ist, das was man sich vorgestellt hat durchzuführen, ohne dass jemand zu Schaden kommt.

Spielzeug

Da die meisten Personen kaum in den nächsten Sexshop gehen werden, um das passende Spielzeug zu kaufen, erspare ich mir die Ausführungen zu Lederfesseln und Peitschen und ihr schaut euch einfach um, was ihr so da habt. Der Fantasie sind wenig Grenzen gesetzt. Was es in vielen Haushalten gibt ist folgendes:

Kleine Folterinstrumente: die eigene Hand (eh eines der besten Mittel), auch die Fingernägel, die Zähne (nein, Du bist deswegen kein Vampir), Lineal und Kochlöffel sowie Holzhaarbürste (Vorsicht, tut alles weh und verursacht blaue Flecken), Gürtel, das nasse Abtrockentuch, und sicher noch vieles mehr. Ach ja, wenn jemand von euch reitet (also der Pferdesport ist gemeint) Gerten sind nicht nur für Pferde geeignet.

Fesselndes: Manch einer hat bereits Handschellen, Gürtel vom Morgenmantel, Seidenschal, trockenes Abtrockentuch (ja, die Küche ist ein wahrer Fundus für Spielsachen).

Tropfendes: Wer hier an eine asiatische Wasserfolter denkt, liegt falsch. Kerzen (auf keinen Fall welche aus Bienenwachs, da diese zu Verbrennungen führen können) sind hier gedacht. Nur passt auf, wohin es tropft. Es eignet sich zwar der gesamte Körper, nicht aber jede Unterlage (ein altes Frottee Handtuch kann hier gute Dienste leisten).

Klammerndes: Wäscheklammern sind nicht nur für die Waschküche, sondern auch für das Schlafzimmer nutzbar, ähnlich sieht es aus bei speziellen Kleiderbügel, die Klammern haben. Die Klammern gerade am Anfang lieber kurz drauflassen. 5 Minuten sollten anfangs vollkommen genügen. Zu langes Klammern kann zum Absterben von Gewebe führen, also wie immer, tastet euch langsam ran und achtet auf den Körper des devoten Parts.

Alkohol: Nichts gegen ein Glas Sekt, um etwas die Spannung zu nehmen, aber BDSM und nicht klar im Geiste, das gehört nicht zusammen. Jedoch verfügt zum Beispiel die Frau über vier Lippen und nur die beiden im Gesicht sind, was Alkohol anbelangt, tabu. Alkohol kann (man fängt aber bitte zart an z.B. Martini oder Wodka) sehr stimulierend sein. Er brennt und fördert die Durchblutung. Am besten befeuchtet ihr ein Taschentuch damit und reibt es dann ein.

Durchführung

Na endlich kommen wir zum Spannenden ;-)

Jemanden fixieren macht großen Spaß. Man gewinnt nicht nur geistig, sondern auch körperlich Macht über den anderen. Aber ganz ungefährlich ist es dann doch nicht.

Wird ein Glied einer gefesselten Person blau, kalt oder taub, bindet sie sofort los! Damit dies rechtzeitig bemerkt wird, muss der dominante Part regelmäßig nachschauen und der Devote sagen, wenn er ein starkes Kribbeln oder ein taubes Gefühl verspürt. Sorry, aber wieder mal **safety first**.

Einige Sachen sind tabu, weil sie zu gefährlich sind! Nicht die Person allein lassen, auch nicht für eine kurze Zeit (Du kannst so tun als ob du den Raum verlässt, um die Spannung zu steigern; das ist erlaubt und gut). Nicht am Hals fesseln, so etwas braucht Erfahrung und Wissen, was da genau an welchen Stellen passiert. Der Kopf darf nicht über einer Kante hängen oder mit dem Gesicht auf eine weiche Unterlage gebunden werden. Epileptiker sollten nicht fixieren und nicht fixiert werden.

So, nun aber doch zum Spaßfaktor. Handschellen sehen toll aus, aber gerade bei günstigen Varianten sollte man vorsichtig sein. Die Kanten sind oft recht spitz und die Fesseln arretieren nicht korrekt, so dass durch das Spiel Abschürfungen entstehen können. Zudem können sie auf Nerven drücken und bequem sind sie auf Dauer auch nicht wirklich.

Es sollten immer zwei Schlüssel da sein und einer an einem festen Ort aufbewahrt werden. Vom Seidenschal kann ich eher abraten; es sieht toll aus, aber sie können in die Haut schneiden und zudem bekommt man feste Knoten nur schwer auf. Egal, womit ihr fesselt, eine gute Schere sollte in der Nähe sein, um schnell den Knoten öffnen zu können. Ist eine solche nicht vorhanden, geht auch ein Messer. Damit die Durchblutung nicht behindert wird und man den Knoten aufschneiden kann, schadet es nicht, wenn die gefesselte Person etwas Platz hat. Seile aus Polyester sind nicht ideal, aber gehen.

Man sollte darauf achten, mit einer möglichst großen Fläche zu fixieren. Habt ihr zufällig ein Hanfseil oder ein Baumwollseil zur Hand, könnt ihr dieses sogar noch etwas besser benutzen. Mein Favorit sind jedoch Gürtel von Morgenmänteln. Je flauschiger, umso angenehmer wird es und sie sind lang und halten trotzdem recht viel aus. Zumindest diese Variante habe ich in den letzten Jahren ab und an selbst genutzt.

Wenn euch das Fixieren Spaß macht, für 25-40 Euro gibt es bereits sehr brauchbare Lederfesseln. Man muss nur wissen, wo ;-). Einer soll also auch ein wenig gequält werden, nun gut, dann mal sehen was man da zur Hand hat. Sorry, aber erst mal wieder die Sicherheitsbestim-

mungen: Keine Schläge auf Kopf, Hals, Nacken, Gelenke und die Nierengegend. Das Gesicht kann in Form von Ohrfeigen mit der Hand geschlagen werden, dieses sollte aber gut mit dem Partner abgesprochen werden. Es empfiehlt sich, die Haut durch leichte Schläge mit der flachen Hand oder einem anderen eher weichen Gegenstand aufzuwärmen, bis sie gut durchblutet ist. Am besten dosieren kann man mit der eigenen Hand. Man spürt selber sehr gut, wie kräftig es ist und kann erahnen, wie es sich wohl auf der anderen Seite anfühlt. Gut geeignet für Schläge sind der Po, aber auch der obere Bereich des Rückens, Oberschenkel und die Wade.

So, die Haut ist nun leicht rot und damit gut durchblutet. Wenn ihr wollt, dann könnt ihr es nun etwas steigern. Der Einsatz von Lineal, Kochlöffel oder Holzhaarbürste sollte sich, da sie recht hart sind, auf den Po beschränken. Das nasse Abtrockentuch kennt jeder aus kleinen Neckereien in der Küche. Der Gürtel kann klangvoll mit einem Zug aus der Hose gezogen werden, danach bildet man eine Schlaufe und kann mit dieser seinen Partner etwas härter rannehmen. Kratzen und Beißen ist erlaubt, jedoch wenn es intensiver gemacht wird, bleiben sicher Spuren zurück. Wer in den nächsten Tagen in die Sauna oder ins Schwimmbad gehen will, sollte es sich gut überlegen.

Schlussendlich noch das Kopfkino. Beherrscht ihr das Spiel damit, könnt ihr die Intensität des Spieles noch erheblich steigern. Versucht das Spiel so zu gestalten, dass der devote Part eben nicht immer weiß, was als nächstes geschehen wird, hierbei eignet sich gerade das Spiel mit den Sinnen sehr. Falls euch die verbale Erniedrigung gefällt, klärt, was für Wörter erlaubt sind und was gerade nicht. Achtet als dominanter Part besonders auf die Reaktion des anderen, wenn ihr ihn verbal erniedrigt und vermeidet Erniedrigungen mit Dingen, die direkter persönlicher Natur sind (dick/dumm/hässlich etc, dagegen kann Flittchen, Schlampe etc. durchaus gut ankommen).

Ich persönlich nenne eine Partnerin z.B. meine Schlampe, um zu zeigen, dass sie so nur bei mir und für mich ist und eben nicht für jedermann. Redet nachher darüber, was ihr empfunden habt, denn Worte können zum Teil viel mehr verletzen als Schläge.

Unfälle

Fehler können immer passieren. Wenn es sich um einen wirklichen Unfall handelt, bei dem eine schwerere Verletzung vorliegt, auch wenn nur die Vermutung besteht, ruft einen Notarzt oder begeben euch ins Krankenhaus. Hier bloß keine Geschichten erfinden, es kommt raus und die Ärzte können euch nur richtig schnell helfen, wenn sie genau wissen, wie es passiert ist. Keine Sorge, die Leute werden schon viel Schlimmeres und Skurrileres gesehen haben als euch beide und sie sind zur Verschwiegenheit verpflichtet.

Sollte es sich um einen emotionalen Absturz handeln, zeigt, dass ihr für den anderen da seid. Nehmt ihn in den Arm, tröstet, streichelt und redet mit der Person. Je mehr Sinne ihr anspricht, umso schneller dringt ihr zu ihr durch. Merken könnt ihr einen solchen Absturz,

wenn der devote Part plötzlich still wird oder klassisch anfängt zu heulen oder sich ganz klein macht. Es mag sein, dass es kein Absturz ist, jedoch solange euch die Erfahrung fehlt zwischen Absturz und dem „Fliegen“ zu unterscheiden, geht von der schlimmeren Variante aus.

Beachtet bitte die Sicherheitshinweise und ansonsten viel Spaß auf der Entdeckungsreise ;-)

12 Ratschläge für Dom-Einsteiger

1. Sub bestimmt die Grenzen (ihre Tabus), du bestimmst aber, was innerhalb dieser Grenzen geschieht! Dies ist nicht nur ein Recht, sondern auch eine Verpflichtung. Suche das Gespräch und sei dir deiner Verantwortung bewusst. Du hast dich über Risiken zu informieren und euer Spiel so zu gestalten, dass es sicher ist. Damit ist nicht nur ein körperlicher Schaden gemeint, sondern auch die Psyche und eure Beziehung.
2. Werde dir darüber klar, was dich reizen kann und was nicht, und versuche, deine eigene Neigung zu akzeptieren. Sie ist sicher vieles, aber in der Regel keine Krankheit.
3. Informiere dich über das Thema, Geschichten können unterhaltsam sein, aber sind oft nur bedingt als Vorlage geeignet. Es gibt viele (Sach-)Bücher zu dem Thema, und wenn du magst, tausch dich auf entsprechenden Foren aus. Wenn du lieber den realen Kontakt hast, such einen netten BDSM Stammtisch und besuch ihn. Wie jede Subkultur haben auch BDSMler gewisse Wörter, die man als Außenstehender nicht kennt. Aber keine Sorge, so viele sind das nicht und Google oder ein Nachschlagewerk hilft da fast immer weiter.
4. Hast du einen Partner, solltest du mit diesem reden und es langsam angehen lassen, wenn er/sie mit dem Thema noch keine Erfahrung hat. Tastet euch gemeinsam vor. Bist du solo, ist dies aber auch nicht schlimm, es gibt mehr sexuell devote denn dominante Menschen, also stehen deine Chancen recht gut. Du solltest deinen Kontakten zwar nicht verschweigen, dass du wenig Erfahrung hast, oder gar diesbezüglich lügen. Es gibt aber auch keinen Grund, es ihnen direkt auf die Nase zu binden, denn die meisten Sub`s wollen eher erfahrene Doms. Virtuell solltest du dein Gegenüber ähnlich wie in der Realität behandeln, Höflichkeit kommt bei den meisten ernsthaft suchenden Subs besser an als ein „Hallo Sklavin, was hast du an?“. Kurz: chatte, maile und rede in einer normalen Sprache, also jene, von der du glaubst, du wirst sie auch bei einem Treffen nutzen. Achja wenn du dich vor neugierigen Bekannten nicht indirekt outen willst solltest du in den Social Communitys keine Nutzer als Freunde adden die eindeutige Profile haben, einige Bekannte neigen dazu sich deine neuen Freunde genau anzuschauen. Das Problem kann aber mit einem zweiten Profil leicht umgangen werden.

5. Schau dir dein Gegenüber genau an, bevor du mit ihm/ihr spielst, leider gibt es unter BDSMlern einige, die nicht unerhebliche psychische Störungen aufweisen, und das kann auch für Dom zu Problemen führen.
6. Informiere dich über die Tabus deines Partners und legt ein Safeword fest. Ohne ein Safeword kann sich der dominante Part schnell strafbar machen, denn dem devoten Part muss rechtlich jederzeit die Möglichkeit gegeben sein, seine vormals gegebene Einwilligung wieder zurückzuziehen.
7. Immer neue Eroberungen sind spannend, wirklich intensiv wird es aber eher, wenn du dich auf nur ein oder zwei Personen intensiv einlässt. Und sei diskret, vor allem wenn deine Spielpartnerin vergeben ist.
8. Unterscheide deutlich die Fantasien, die du umsetzen willst, und jene, die du vielleicht hast, aber aus moralischen/rechtlichen/sonstigen Gründen nicht ausleben willst.
9. Füttere das Kopfkino der Person die dich reizt. Spannung und Lust sind zwei Faktoren, die ebenso wie Konsequenz eine Sub in deine Arme treiben.
10. Beachtet bei Strafen die Verhältnismäßigkeit zwischen dem Vergehen und der jeweiligen Strafe, Willkür ist ein sehr negativer Charakterzug bei einem Dom.
11. Sub kann sehr viel bedeuten, von der Sklavin über den Petplayer oder die Zofe, bis hin zum Bondagehäschchen. Es geht nicht nur um deine Bedürfnisse, und wenn du die Bedürfnisse der anderen Person nicht verstehst und darauf eingehst, wirst du niemanden lange halten können.
12. Bleib bei der Wahrheit und hab Spaß!

12 Ratschläge für Sub-Einsteiger

1. Versuch deine Neigung zu akzeptieren, deine Erziehung oder auch Alltagsrolle kann in einem krassen Gegensatz zu deiner Neigung stehen, aber dies ist beides durchaus miteinander zu vereinbaren.
2. Verwechsle nicht die Lust an der Unterwerfung mit Liebe, es ist zum Teil ein äußerst intensives Gefühl, aber grundsätzlich etwas ganz anders.
3. Hör auf dein Bauchgefühl und überleg dir vorher genau was du willst, willst du eine Liebesbeziehung mit einem dominanten Part, oder geht es dir erst einmal nur darum, zu spüren wie es ist, unterworfen zu werden?

4. Informiere dich über das Thema, Geschichten können unterhaltsam sein, aber sind oft nur bedingt als Vorlage geeignet. Es gibt viele (Sach-)Bücher zu dem Thema und wenn du magst, tausch dich auf entsprechenden Foren aus. Wenn du lieber den realen Kontakt hast, such einen netten BDSM Stammtisch und besuch ihn. Wie jede Subkultur haben auch BDSMler gewisse Wörter, die man als Außenstehender nicht kennt, aber keine Sorge so viele sind das nicht und Google oder ein Nachschlagewerk hilft da fast immer weiter.
5. Kopfkino ist das eine, die Realität etwas ganz anderes, dein Kopfkino ist ein Indikator für deine reale Neigung, aber eben nicht mehr. Wer noch nie die Peitsche gespürt hat, der kann nicht sagen, ob er dies genießen wird, oder darunter eher leidet. Definiere deine Grenzen (Tabus) und wenn du jemanden gefunden hast, teile sie ihm mit und vereinbare zudem ein Safeword.
6. Geh mit deinen persönlichen Informationen bei virtuellen Kontakten äußerst vorsichtig um. Achte beim Mailen darauf, dass dort eben nicht dein vollständiger Name als Absender erscheint, hilfreich kann auch eine ganz neue Mailadresse sein. Auch eine Prepaidhandy-karte ist keine schlechte Idee. Wenn du dir unbedingt etwas schicken lassen willst, nutze eine Packstation der deutschen Post. Achja wenn du dich vor neugierigen Bekannten nicht indirekt outen willst solltest du in den Social Communitys keine Nutzer als Freunde adden die eindeutige Profile haben, einige Bekannte neigen dazu sich deine neuen Freunde genau anzuschauen. Das Problem kann aber mit einem zweiten Profil leicht umgangen werden.
7. Nicht nur beim Sex ist Hygiene ein Faktor, in einer monogamen Beziehung ist dies kein großes Thema, außerhalb dessen schon. Sexspielzeug muss desinfiziert werden, und das geht nicht durch einmal Einseifen. Wenn du dir nicht sicher bist, bestehe nicht nur beim Sex auf einem Kondom sondern auch beim Sexspielzeug. Alternativ könntest du auch ganz emanzipiert eigenes Sexspielzeug/Fesseln etc kaufen und es exklusiv nutzen.
8. Wenn du suchst, schreibe selber potentielle Partner an und warte nicht darauf, dass du angeschrieben wirst. Wie immer im Leben, wer sich lautstark anpreist, bei dem steckt häufig wenig dahinter. Scheu dich nicht davor, einem dominanten Kontakt einen Korb zu geben, denn Sub darf alles, außer sie hat das jeweilige Recht an jemanden übertragen.
9. Gerade weibliche Subs sollten sich bei einem Treffen immer aktiv covern lassen, und das Treffen sollte an einem öffentlichen Ort stattfinden. Das nimmt einem vielleicht etwas den Kick, ist aber in 99% der Fälle sinnvoll.
10. Leider haben nicht wenige Doms Komplexe, die sie mit BDSM kompensieren wollen, solche Doms sind potentiell gefährlich. Auch gibt es einige Aufschneider, wie überall in der virtuellen Welt. Hinterfrage Informationen, und wenn jemand lügt, brich den Kontakt ab.

Sich in die Hände einer dominanten Person zu begeben, erfordert viel Vertrauen, und das ist kein Vorschussvertrauen, sondern Doms müssen sich dies verdienen.

11. Vergiss nicht, Sub zu sein entbindet dich nicht von deiner Eigenverantwortung!

12. Bleib bei der Wahrheit und hab Spaß!

Vertrauen

Vertrauen ist ein allbeherrschendes Schlagwort, aber konkreter Inhalt, der dieses Schlagwort ausfüllt, nun das findet man leider nicht. Vertrauen kann man in vieles, im Bereich BDSM in den Haken an der Decke, in die Salbe danach, in das Einfühlungsvermögen und Kenntnisse des Doms.

Aber was genau ist an dem Vertrauen in einem Spiel so besonders, worauf gründet es und wie kann es zwischen Dom und Sub entstehen?

Vertrauen kann man nur, wenn man jemanden kennt oder zu kennen glaubt, denn Vertrauen bedeutet, eine positive Einschätzung in eine Entwicklung zu haben. Im Bereich BDSM kann diese positive Erwartungshaltung ein gutes und sicheres Spiel mit einer Person sein.

Niklas Luhmann, ein bekannter deutscher Soziologe, schrieb: „Vertrauen ist demnach ein Mechanismus zur Reduktion sozialer Komplexität und zudem eine riskante Vorleistung“. Er hat Recht: Das Vertrauen ist so etwas wie eine halbwegs gesicherte Prognose, für die man möglichst viele Unsicherheitsfaktoren beseitigen muss, eben etwas auf das man denkt sich verlassen zu können.

Vertrauen im Bereich BDSM bedeutet, wie überall anders auch, dass das Verhalten meines Partners gut kalkulierbar ist, damit ist nicht berechenbar gemeint. Gerade auf die Einhaltung der Tabus und das Verantwortungsbewusstsein des Doms muss vertraut werden dürfen.

Nicht gewollt ist, dass man immer sofort weiß, was als nächstes geschehen wird, denn dann würde das Spiel schnell seine Spannung verlieren.

Wie eine Person in einem Spiel wirklich agiert, kann man vorher nie wissen, aber erahnen. Man hinterfragt seine Einstellung und nicht nur die Einstellung bezüglich BDSM kann sehr viele Rückschlüsse ermöglichen. Wenn möglich, hört man sich zudem in der Szene um, in der er sich bewegt. Besonders schlechte, aber zum Teil auch besonders gute Doms haben eine gewisse Reputation in der Szene, selbst wenn sie sich von der gesamten Szene eher fernhalten.

Bei Personen, die erzählen, wen sie alles kennen, sollten diese Bekanntschaften ruhig hinterfragt werden. Behaupten kann man sehr viel, gleiches gilt für eventuelle Erfahrungen. Je besser man jemanden kennt und umso harmonischer die Beziehung ist, umso mehr Vertrauen wird sich entwickeln und umso leichter wird Sub sich fallenlassen können. Aber auch Dom kann mit der Zeit immer weiter gehen, weil er in die Fähigkeit der Sub vertraut und sie besser einschätzen kann.

Vergewaltigungsfantasien

Das Kopfkino, also die eigene Fantasiewelt, geht ab und an sehr extreme Wege, die fernab von den eigenen Tabus liegen können. Dies ist aber nur ein Fantasiegebilde, also nichts Reales und dieses ist absolut nicht verwerflich, schon gar nicht solange es Fantasien bleiben.

Nicht nur Frauen, die devot sind haben zum Beispiel Vergewaltigungsfantasien, sondern dies scheint etwas ganz normales zu sein. Wissenschaftliche Untersuchungen sind hier sehr uneinheitlich (primär mag das an den unsaubereren Fragestellungen liegen), aber bewegen sich in einem Rahmen von 5-30% „Betroffener“.

Natürlich können auch Männer diese Fantasie haben und zumindest bei devoten Männern soll dies auch vorkommen. Zwar ist es sogar möglich (wofür gibt es StrapOn`s für die Frau), aber die Fantasie ist wohl seltener. Geschlechtsübergreifend gibt es zudem die Fantasie der Entführung. Der Unterschied ist nur, als BDSMler kommt man weit näher an diese Fantasie heran, als wenn man es nicht ist. Dies birgt wie alles im Leben Chancen, aber auch Risiken.

Gerade das Kopfkino entwickelt oftmals ein wildes Eigenleben. Wir kennen etwas, sei es durch erlebtes Geschehen oder auch durch anderweitigen Konsum (Buch, Porno etc.), und schmücken dieses immer weiter aus. Die Eigendynamik kann dazu führen, dass es immer demütigender und schmerzhafter wird, als es aus der Realität gekannt wird.

Gerade Personen, die solche Fantasien nur im Kopf ausleben, werden von dieser Eigendynamik überrollt, denn je weiter sie sich von dem Bekannten entfernen, umso realitätsfremder wird alles. Bei den Fantasien stellt sich die Person selber in den Mittelpunkt, egal ob er oder sie Täter oder auch Opfer ist. Um es spannender zu machen, werden nun der Schmerz und auch das Machtgefälle immer weiter verstärkt.

Dies führt zu einem ganzen Szenario mit einem großen Haken: Was wirklich mit einem geschehen würde, wenn die Situation eintritt, das lässt sich nicht sagen, denn solch extreme Gefühle der Macht und Ohnmacht oder auch des Schmerzes sind nicht fühlbar oder

gar berechenbar, da man sie noch nicht erlebt hat. Woher soll jemand wissen, wie sich so etwas anfühlt und wann seine persönliche Leidensgrenze überschritten ist?

Diesen Wunsch im Kopf zu hegen, heißt aber so gut wie nie ihn auch real erfüllt bekommen zu wollen. Der Unterschied zur Realität ist ganz einfach erklärt: Bei einer devoten Fantasie ist es die betroffene Person, die den Täter lenkt und damit hat das „Opfer“ die eigentliche Macht. Der Täter wird nur das tun, was die Fantasie anregt, nicht aber was sie abtönnen würde. Das Opfer ist somit Herr des Geschehens, denn es bestimmt die gesamte Situation wie Ort, Zeit, Täter (oftmals gesichtslos) und Handlung. Es ist also ein gut „geplanter“ Trip in eine extreme Welt, die auf die eigenen Bedürfnisse zugeschnitten wurde.

Hier liegt der Unterschied zu einer realen Erfahrung, die fast immer sehr verstörend ist, denn in der Realität macht der Täter nur Dinge, die er will. Das Opfer wird ohne Rücksicht auf dessen Gefühle benutzt. Nun kann behauptet werden, dass es dem devoten Part doch gerade Spaß macht, benutzt zu werden. Hier gibt es aber einen großen Unterschied. Dem devoten Part macht es Spaß, von jemandem benutzt zu werden, dem er/sie vertraut und bei dem er/sie sich fallenlassen kann, ohne Sorge zu tragen, dass etwas Schlimmes passieren könnte. Genau dieses Vertrauen, auf welches sich so gut wie jedes intensive Spiel stützt, fehlt in einer wirklichen Opferrolle aber vollkommen.

Auf dominanter Seite ist der Unterschied zwischen Realität und Fiktion nicht so groß, denn in beiden Fällen bestimmt der dominante Part was mit dem Opfer geschieht. Jedoch gibt es auch hier einen großen Unterschied zwischen Realität und Fiktion, nämlich das Gewissen. Kein im Geiste gesunder Mensch würde auf die Idee kommen, jemanden wirklich zu vergewaltigen. Dies widerspricht jeden Grundsätzen einer zivilisierten Denkweise und bei dem, was eine solche Tat anrichtet, sind die zu erwartenden Strafen in meinen Augen bei weitem zu gering.

Die Fantasie kann nun im Kopf weggesperrt werden. Das Problem hier ist, dass unterdrückte Fantasien sich auf Dauer ihren Weg zurück in unseren Kopf bahnen und dann meist noch intensiver werden, eben weil ein reales Feedback fehlt und Sehnsüchte mit der Zeit dazu neigen, stärker zu werden. Die Fantasie kann aber auch weiterhin im Kopf ausgelebt werden. Da sie sehr extrem ist, wird es fast jeder Person möglich sein, diese auf das Kopfkino zu beschränken. Eine letzte Option ist dann das Ausleben. Da aber niemand wirklich ein reales Opfer oder auch ein realer Täter sein will, muss nun nach einem Ausweg gesucht werden.

Der Ausweg ist z.B. ein Rapegame (oder eine inszenierte Entführung), also eine gespielte Vergewaltigung mit jemand, dem man vertraut und der die eigene Fantasie teilt. Bei einem solchen Spiel sollte auch der Ort gut gewählt werden, denn couragierte Bürger wissen nicht, dass es ein Spiel ist und könnten sich (hoffentlich) gezwungen sehen, einzugreifen.

Da es eine der extremsten Spielarten ist, muss hier besondere Vorsicht an den Tag gelegt werden. Um den Kick noch zu erhöhen und es möglichst realistisch zu gestalten, wird oftmals auf ein Safeword verzichtet. Dies birgt aber für beide Seiten eine große Gefahr: Der devote Part kann nun unmöglich abbrechen, selbst wenn große psychische Schäden die Folge sind und der dominante Part kann aus dem Spiel heraus eine wirkliche Vergewaltigung begehen, weil das Einverständnis seines Partners nicht mehr vorliegt.

Selbst wenn mit einem Safeword gespielt wird, kann es sein, dass Sub einfach nicht mehr in der Lage ist es zu sagen, weil sie sich in der Situation gefangen fühlt. Und auch nicht jeder Dom, schon gar nicht ohne entsprechende Spiel- und Lebenserfahrung, wird es merken, wenn dieser Punkt erreicht ist.

Nur wirklich stabile Persönlichkeiten sollten sich auf dieses Spiel mit dem Feuer einlassen und auch wenn es damit eine reine Inszenierung wird, müssen Sicherheiten eingebaut und eine gute Nachsorge betrieben werden. Der dominante Part muss sich seiner riesigen Verantwortung, die er bei einem solchen Spiel übernimmt, sehr bewusst sein und auch bereit sein, es abzubrechen. Zudem liegt bei ihm die Planung, denn wenn Sub weiß, was passieren wird, ist die Spannung schon recht dahin.

Nicht zu unterschätzen ist die, wenn auch kleine Gefahr, der Sucht für den Dom. Wenn er einmal „Blut geleck“ hat und diese Hemmschwelle rein spielerisch überwunden hat, ist vielleicht auch seine Hemmschwelle zu einer realen Vergewaltigung gesunken. Der devote Part muss die Rahmenbedingung sehr genau abstecken und sollte möglichst kein Opfer eines Missbrauchs gewesen sein, da dann ein solches Spiel oft zu einem Flashback führt. Die Emotionalität, die dabei freierwerden kann, ist enorm und kann von kompletter Ablehnung des Partners im Nachhinein bis hin zum kompletten inneren Absturz reichen.

Woher kommt der Wunsch nach diesem extremen Spiel? Ich will hier nicht irgendwelche Studien wiederholen, sondern nur meine Meinung kurz skizzieren. Auf devoter Seite gibt es, neben den typischen Gründen, wie der Kick aus der Angst oder dem absoluten Kontrollverlust, viele Gründe, warum man solch etwas erleben will. Das „Opfer“ steht im Mittelpunkt des Geschehens, es wird vom Täter oder auch den Tätern als Objekt der Befriedigung in einer sehr extremen Art und Weise begehrt. Auch hat das Opfer keine Schuld für die Handlungen, die an ihm vorgenommen werden.

Hier können also Fantasien ausgelebt werden, die eigentlich aus irgendwelchen Gründen tabu sind. Sehr problematisch sind die Fälle von Opfern einer wirklichen Vergewaltigung, die diese wieder erleben wollen. Hier gibt es einige Gründe, warum dem so ist. Dies sollte aber besser mit einem Psychologen besprochen werden.

Oftmals mag auch der Wunsch nach härterem Sex einer der Gründe für diese Fantasie sein. Auf dominanter Seite ist der Reiz primär die Macht und die Reduzierung des Opfers auf ein reines Lustobjekt. Der Reiz, die sadistische Ader auszuleben, ist in meinen Augen sehr gefährlich und könnte für eine Tendenz zum Realsadisten sprechen.

Liegen andere Gründe für solche Fantasien vor, zum Beispiel Frauenhass oder ähnliches, sollte wie auch bei einem Vergewaltigungsopfer eine psychologische Behandlung erfolgen.

Zu dem traurigen Thema der realen Vergewaltigungen kurz ein paar Worte. Ich kenne leider einige wirkliche Vergewaltigungsopfer und weiß, was eine solche Tat anrichten kann. Zu der unermesslichen Erniedrigung während der Tat, welche von den Opfern regelmäßig als innerlichem Sterben beschrieben wird, und einem unsagbaren Selbstwertverlust, kommt der Selbstzweifel, vielleicht doch nicht genug getan zu haben, um die Tat zu verhindern.

Da die Tat so gestaltet wurde, dass diese für das Opfer nicht voraussehbar und es zudem absolut unterlegen war, sind die Schuld- und Schamgefühle der Opfer völlig irrational, aber ohne Hilfe kaum aus der Welt zu schaffen. Leider scheint es keine zentrale Beratungsstelle zu geben, auf die ich hier verweisen kann, jedoch gibt es in so gut wie jeder Stadt mehrere Beratungsstellen für Missbrauchsoffer. Die meisten dieser Beratungsstellen werden auf der Seite vom Familienministerium unter diesem Link aufgelistet.



Kapitel III
Beziehungsfragen,
Sex und Alltag

Kapitel III - Beziehungsfragen, Sex und Alltag

Onlinedating Ratgeber

Jede Partnerschaft beginnt mit dem berühmten ersten Schritt: Früher vielleicht mit einer Aufforderung zum Tanz, heute häufig mit einem Klick in ein Profil oder der Mailbox. Egal zu welcher Zeit und in welchem Kontext, bei der Partnersuche ist der erste Eindruck von entscheidender Bedeutung. In der virtuellen Welt bedeutet dies, ein ansprechendes Profil zu haben und für jene, die selbst den ersten Schritt machen, die passenden Worte beim Anschreiben zu finden.

Onlinepartnersuche

So riesig sind die Unterschiede in der online- und der herkömmlichen Partnersuche gar nicht. Es geht darum, sich zu präsentieren und bei potentiellen Partnern Interesse zu wecken. Ein Grundsatz, der überall gilt: Wer selbst aktiv ist, hat die besseren Chancen. Egal ob es darum geht, eine interessante Person anzusprechen oder anzuschreiben, wer den ersten Schritt macht, hat einfach mehr Auswahl. Der größte Unterschied dürfte der Mut (oder böse ausgedrückt, die Unverschämtheit) einiger sein, mit der der erste Kontakt aufgebaut wird. Sehr direkte Anmachen kommen virtuell weitaus häufiger vor als real, Leute die virtuell sehr direkt sind, sind real erfahrungsgemäß eher unauffällig. Die Peinlichkeit einer öffentlichen Abfuhr gibt es virtuell eben nicht, diese Stilblüten kommen je nach Plattform jedoch häufig bis gar nicht vor. Hiervon sollte sich aber niemand (genauer keine Frau) abschrecken lassen. Kommt es gehäuft vor, so sollte man sein Profil löschen, denn auf jener Plattform wird es kaum den Traumprinzen geben. Es gibt aber sicher auch andere Communities.

Nicknamen wählen

Zumeist kann man sich selbst einen Nicknamen auswählen. Mit diesem Online-Pseudonym, vermitteln Sie bereits einen ersten Eindruck von sich. Jeder Nickname verrät einiges über das Selbstbild der Person, die sich hinter dem Profil verbirgt.

Profil erstellen

Nicht jedem fällt es leicht, ein ansprechendes Profil zu erstellen. Da liegt es nahe, lieber wenig zu schreiben oder auf fremde Inhalte zurück zu greifen. Dies ist der leichte Weg, aber sicher nicht der beste. Fremde Inhalte, hier fallen vor allem Profile mit zig Zitaten negativ auf, sagen nicht wirklich etwas über die Person aus. Zum x-ten Mal das gleiche Zitat zu lesen

ist irgendwann als Suchender langweilig, ähnliches gilt für Standardaussagen auf Profilen wie sie fast überall zu lesen sind. Fast jeder Single im Internet geht gerne mit Freunden aus und schaut gerne Filme. Wer individuell sein will schreibt dann lieber, was er oder sie konkret gerne mit Freunden unternimmt oder welche Filme ihn besonders reizen, so erhält der Leser einen viel persönlicheren Eindruck, das Profil wirkt spannender und bietet dem Besucher auch einen Aufhänger für das erste Anschreiben. Wenn Sie zu einem Punkt einfach nichts zu sagen/schreiben haben, lassen Sie diesen aus. Ein Profil braucht Inhalte, aber eben nur wenn Sie zu diesem Punkt auch etwas Interessantes mitzuteilen haben.

Die Frage, welche Mankos ins Profil gehören und welche nicht, ist sehr schwer zu beantworten. Grundsätzliche finde ich es gibt keine wirklichen Mankos, was der eine als Schwäche ansehen mag, sieht der andere vielleicht sogar als Stärke an. Übergewicht, Krankheiten, Kinder, all das kann einen potentiellen Partner abschrecken. Aber es ist Teil Ihres Lebens, und wollen Sie wirklich einen Partner an ihrer Seite haben, der ein Problem mit Ihrer Figur oder ihrem Kind hat? Solche Angaben sollten durchaus gemacht werden. Wenn es nicht öffentlich im Profil steht wäre es sinnvoll, die Punkte die in Ihren Augen ein Problem sein könnten, frühzeitig anzusprechen. Lügen haben virtuell lange und schöne Beine, wer jedoch einen realen Partner sucht, wird in der Realität dann unter extremen Beinlängenverlust leiden. Beim ersten Treffen (sofern der andere keine verbundenen Augen hat oder blind ist) kommt schnell heraus, dass das Bild bereits 10 Jahre alt ist oder Photoshop ein kleines Wunder bewirkt hat, auch Größe, Erfahrung, Gewicht und Beruf sind Lügen, die nicht oder fast nicht aufrecht erhalten werden können.

Ein bekannter Spruch lautet: Bilder sagen mehr als tausend Worte. Natürlich sind innere Werte sehr wichtig, jedoch spielt für fast alle auch der optische Reiz des Gegenübers eine wichtige Rolle. Fotos sind Eyecatcher, welche sehr viel direkter ansprechen als Texte dies zu leisten im Stande sind. Es kommt daher sehr darauf an wie man sich präsentiert, je eindeutiger (BDSM Utensilien, nackte Haut usw.), umso mehr wird jenes Profil in die Schublade Affäre/Spaß gesteckt. Gibt es die Möglichkeit mehrere Bilder zu nutzen, so ist eine gesunde Mischung von Vorteil. So kann ein gestelltes Bild von einem Fotografen durch einen Schnappschuss aus dem Alltag ergänzt werden, damit alles realistisch und natürlich bleibt. Selbst wenn das hochgeladene Foto nur für Freunde sichtbar wäre, hat ein überhaupt vorhandenes Profilbild bereits Vorteile. Menschen die gar keines benutzen, gelten häufig als nicht attraktiv oder Fake.

Übrigens: Humor kommt fast bei jedem gut an, egal ob er oder sie die große Liebe oder nur ein Abenteuer sucht, wer den anderen zum Schmunzeln bringt, hat sicher einen Sympathiebonus gewonnen. Mit Humor kann auch die eine oder andere Schwäche offenbart werden, ohne dass diese zu negativ aufstößt.

Zusammenfassung

- Ehrliche Profilangaben
- Inhalte. Leere Profile werden meist nur jene animieren die alles nehmen was kommt
- Dem Profil mit einem Foto auch ein Gesicht geben
- Allgemeinsätze und Zitatsammlungen vermeiden
- Konkret werden
- Humor zeigen

Erstes Anschreiben

Geben Sie sich Mühe, die Person sollte persönlich angesprochen werden und Rechtschreibung ist sexy. Wer unsicher ist, sollte daher seine Nachricht in Word vorschreiben und so dumme Rechtschreibfehler vermeiden.

In jedem Ratgeber steht: „Geh individuell auf das Profil der Person ein, für die du dich interessierst.“ Ja dies ist sicher ein sehr, sehr guter Weg, aber nicht der einzige, der zum Erfolg führen kann. Individuelle Anschreiben sind bei ausgefüllten Profilen eigentlich sehr leicht. Schauen Sie sich das Profil des anderen aufmerksam an und gehen Sie darauf ein. Ansatzpunkte sind Gemeinsamkeiten und Interessen des anderen, schreiben Sie aber auch etwas über sich selbst, das nicht im Profil steht, aber thematisch passen könnte. Höflichkeit hat noch niemandem geschadet, ein „Hallo XY“ und „Liebe Grüße XY“ hat noch nie geschadet. Wenn ihr Gegenüber gerne Tennis spielt, ins Catonium geht und in die USA reist, könnten Sie fragen, welche Ecke der USA er/sie am schönsten findet und ob er/sie Mannschaftsspieler ist, falls auch Sie Berührungspunkte mit Tennis, BDSM Clubs (Catonium = BDSM Club aus Hamburg) und den USA (selbst über Kanada, Mexiko, oder einfach die Lust auf eine solche Reise könnte geschrieben werden) haben, sollte dies durchaus erwähnt werden. So kann schnell über eigene Fragen und Informationen eine Konversation entstehen.

Sehr ungern werden nicht individuelle Anschreiben gesehen. Dies liegt vor allem daran, dass die wenigsten von davon interessant sind. Wenn man aber keine Lust hat, individuell auf ein Profil einzugehen, oder dieses einfach zu wenig Informationen enthält und man dennoch mit ihm/ihr in Kontakt treten will, helfen nur Standardschreiben. Ich selbst habe vor Jahren häufig folgendes Anschreiben genutzt: „Hallo XY, wie bekomme ich dich denn hier animiert? Nein keine Sorge nicht zu dem was du vielleicht gerade denken magst, ich meinte nur einen Profilbesuch von dir bei mir und bei Gefallen eine nette Antwort. Liebe Grüße Fabian“ Erstaunlicherweise war die Resonanz durchaus positiv auf dieses kurze Anschreiben, dafür bedarf es dann aber auch eines interessanten Profils, damit das Gegenüber bei seiner Antwort etwas hat, über das er/sie dann auch schreiben kann.

Wer ein Standardschreiben nutzen will, sollte eines haben, das andere nicht nutzen. „Hallo wie geht es dir denn?“ und „Du bist aber hübsch!“ sind Sätze mit dem Sexappeal eines Kartoffelsacks. Auch ellenlange Texte, die allgemein gehalten sind, werden höchst selten zum Erfolg führen. Wenn diese erfolgreich sein sollten, dann höchstens, sofern in den ersten Sätzen individuell auf das Profil eingegangen wird und erst dann der Standardtext folgt, in dem Fall kann sogar ein durchschnittlicher Standardtext erfolgreich sein. Die andere Option ist ein Text, der so ungewöhnlich und/oder kreativ ist, dass er trotz offensichtlichem Massenanschreiben (niemand macht sich die Mühe, sehr lange Texte in der ersten Nachricht individuell zu schreiben, wenn er/sie nicht mal weiß, ob diese gelesen werden), so viel Interesse weckt, dass er beantwortet wird. Auch wenn es einige Doms glauben mögen, eine Liste von Regeln die Sub zu befolgen hat/hätte, ist weder kreativ noch im positiven Sinn ungewöhnlich. Ebenso wie Humor ist auch Höflichkeit eine Stärke, die Sie von anderen in der virtuellen Welt positiv abheben kann.

Aussortieren

Ein wichtiger Punkt ist die Selektion von Kontakten. Es macht wenig Sinn, mit zehn Leuten in engem Kontakt zu stehen, dies ist eine zu große zeitliche Belastung und die Zeit ist in der Regel besser in wenige aber dafür interessante Kontakte investiert. Wenn zu viele Kontakte interessant erscheinen, seien Sie offensiv und überlegen Sie sich, was Ihnen wichtig wäre, und selektieren sie die Kandidaten durch Ihre Fragen aus. Wenn es nicht passt, sollte der Kontakt höflich aber bestimmt beendet werden.

Wer sich unsicher ist sollte, falls vorhanden, einen Blick in die Nachrichtenstatistik des Gegenübers werfen. Komische Vögel haben meist einen erheblichen Überschuss an verschickten Nachrichten, hier kann sich jeder dann auf die Schwarmintelligenz verlassen.

Profil pflegen

Ein Profil sollte zudem auch gepflegt werden, wenn seit Jahren immer das gleiche im Profil zu lesen ist, kann selbst das spannendste Profil irgendwann nicht mehr up to date sein. Wer sich unsicher ist, sollte sein Profil von einem Freund oder Bekannten, am besten des gesuchten Geschlechts, gegenlesen lassen. Manchmal bekommt man so sehr interessante und gute Tipps. Wer andere nicht anschreiben will und darauf wartet, angeschrieben zu werden, sollte sich zumindest regelmäßig einloggen auch wenn er keine Nachricht erhalten hat. Viele schreiben nur Personen an, die in der letzten Zeit online waren und manche Partnerbörsen blenden das Profil sogar direkt aus den Suchergebnissen aus, wenn ein Login seit einer gewissen Zeit nicht mehr erfolgt ist.

Ab in die Realität

Egal wie vertraut beide miteinander kommunizieren, eigentlich kennen sie sich nicht wirklich. Oft wird etwas zwischen den Zeilen gelesen, was gar nicht vorhanden ist und beide versuchen, sich in einem möglichst positiven Licht zu präsentieren. So wird ein traumhaftes Ideal aufgebaut, wobei niemand weiß, wie die Chemie real überhaupt sein wird. Der erste Schritt ist der Wechsel des Mediums oder direkt ein Treffen. Wer zum Hörer greifen will, sollte als Frau etwas Vorsicht walten lassen. Rufen Sie ihn an, und das am besten mit einer unterdrückten Nummer. Die andere Option ist die Nutzung eines Prepaidhandys für den ersten Kontakt, auch dieses schützt Ihre Privatsphäre. Die Kommunikation per Telefon hat viele Vorteile, die Antworten auf Fragen kommen spontan und sind damit aussagekräftiger, und ob man sich überhaupt hören kann, ist auch ein wichtiger Faktor.

Nach vielen tollen Nachrichten läuft manch einer Gefahr, sehr viel von dem ersten Treffen zu erwarten. Diese Erwartungshaltung ist gefährlich, gesünder wäre es, einfach davon auszugehen einen netten Nachmittag oder Abend mit einer sympathischen Person zu verbringen. Auch hier wieder ein Rat für die Frauen: Treffen sollten an öffentlichen Orten stattfinden, besonders dann, wenn Sie seine Angaben zur Person nicht überprüfen können oder nur spärliche haben. Zudem sollten Sie sich in jedem Fall covern lassen.

Allgemeine Tipps

Geduld ist eine Eigenschaft die nicht jeder hat, bei der Partnersuche kann sie aber durchaus gefragt sein. Natürlich kann bereits der erste Kontakt der Traumpartner sein, dies ist aber sehr selten der Fall.

Wir können Menschen nur vor den Kopf schauen, in der virtuellen Welt ist aber selbst dies nicht möglich. Daher ist es besonders wichtig auf seinen Bauch zu hören, wenn einem an einem Kontakt etwas komisch vorkommt, dies wird meist seinen Grund haben. Unbewusst nehmen wir auch einige Informationen zwischen den Zeilen auf, und auch wenn unser Kopf dies nicht direkt verarbeitet, so ist das Bauchgefühl hier für viele ein sehr guter Indikator.

Onlinedating und BDSM haben eine Gemeinsamkeit, die Gratwanderung zwischen Nähe und Distanz. Wer sich dem anderen gegenüber zu schnell öffnet, überfordert ihn mitunter und zerstört die Spannung. Wer sich jedoch zu zögerlich annähert oder gar Angst vor Nähe hat, wird nie wirklich zum Gegenüber durchdringen. Es hilft durchaus, diese Gratwanderung im Hinterkopf zu behalten.

Wenn die Partnerbörse Geld kostet, sollte das Abo am besten direkt nach dem Abschluss wieder gekündigt werden, andernfalls kann es schnell passieren, dass die Kündigungsfrist verpasst wird und sich ein weiteres, mitunter viel teureres Abo, an das erste anschließt.

Wer einen Partner finden will, muss sich erst einmal selbst finden. Die erste Frage die sich einem dabei stellt: Was will ich und was biete ich einem anderen? Nur wer dies weiß, kann auch wissen, welcher Partner zu ihm passen könnte. Dies ist daneben auch ein gutes Training der eigenen sozialen Kompetenz. Wer sich, seine Wünsche und seine Gefühle kennt, kann sie anderen verständlicher vermitteln und lernt ganz nebenbei, sich besser mit anderen auszutauschen.

Unter BDSMlern: Pseudonyme, die ein Sir/Master bei den MaleDoms oder willig/naturdevot bei den Subs enthalten, haben oftmals keinen guten Ruf. Einzig bei den weiblichen Doms scheint dies nicht schadhaft zu sein, Herrin oder Mistress scheinen hier nicht oder nur wenig vorbelastet zu sein. Auf devoter Seite (ähnlich wie bei den weiblichen Vornamen) sind Nicks beliebt, die mit einem Vokal enden, bei dominanten Personen solche die mit einem (harten) Konsonanten enden (äquivalent zu den männlichen Vornamen).

Eine höfliche Absage und das Wünschen von viel Glück/Erfolg für die weitere Suche ist lobenswert, lange Rechtfertigungen kann aber niemand von Ihnen erwarten. Wenn Sie keine Lust mehr auf den weiteren Kontakt haben, dann haben Sie keine Lust, Punkt. Vermeiden Sie eine lange Korrespondenz, in der Sie Ihre Entscheidung rechtfertigen.

Seien Sie zurückhaltend mit persönlichen Daten wie der eigenen Anschrift, der Festnetznummer oder auch Ihrem Arbeitgeber, bzw. Informationen, durch welche solche Informationen leicht beschaffbar sind. Es empfiehlt sich auch, für Kontakte eine neue E-Mail-Adresse anzulegen, wenn nötig kann man diese auch schnell wieder löschen.

Verbreitung Onlinedating

Laut einer Studie des Oxford Internet Institutes aus dem Jahr 2011 haben sich nach 2005 rund 35% der neuen Partnerschaften in Deutschland im Internet kennen gelernt. Deutsche Studien gehen bei den Partnerschaften insgesamt von einem Wert von 9-16% aus, wobei dies für alle aktuellen Partnerschaften gilt, also auch jene die weit vor der Zeit des Internets entstanden sind.

Anmerkung: Einige werden sich wundern, normalerweise duze ich meine Leserschaft. Ich denke aber dieser Ratgeber ist nicht nur für BDSMler interessant und da ich Leser auf meinen anderen Webseiten, welche mit BDSM nichts zu tun haben, sieze, habe ich ausnahmsweise diese Form auch hier gewählt.

Frischfleischjäger

Wie groß die Gruppe dieser Art von Jägern ist, lässt sich schwer sagen, welchen Schaden sie hingegen anrichten, sehe ich leider nur allzu oft. Diese Männer haben eine bevorzugte Jagdbeute: unerfahrene (im besten Fall auch noch junge und attraktive) Subs.

as ist eigentlich Frischfleisch?

Es ist ein recht abwertender Ausdruck, der aber leider zutrifft. Frisch bedeutet in diesem Zusammenhang, neu in der Szene und unverbraucht. Der Ausdruck Fleisch zeugt einfach davon, dass die Frau stark auf ihren Körper reduziert wird. Es geht also darum, unverbrauchte Frauen zu benutzen, dies hat wenig damit zu tun sie einzuführen, sondern ist in der Regel rein auf den Spaß des Mannes ausgelegt. Die Wünsche der Frau werden maximal im Rahmen der eigenen Zielerreichung beachtet.

Junge und/oder unerfahrene Frauen sind oft einfach neugierig und brennen darauf, endlich die ersten Erfahrungen zu sammeln. Zudem haben sie noch nicht gelernt, die guten von den schlechten Doms zu unterscheiden (was übrigens auch für erfahrene Subs nicht immer leicht ist) und sich vernünftig zu schützen. Gerade wer seine devote Seite frisch entdeckt, der ist mit den Gedanken selten bei Aspekten der Sicherheit, und bei all der aufgestauten Lust schaltet sich der Verstand mitunter einfach mal ab.

Frauen, die sich schon länger im Bereich BDSM bewegen, haben meist mehr Rückhalt, sie haben Vertraute und kennen die eine oder andere Geschichte von anderen Subs. Durch Wissen und Vernetzung haben Jäger hier mit ihren Spielchen viel geringere Chancen auf einen schnellen Erfolg.

Kurzum: Neugier ist der Katze Tod ... Neugier bedeutet leider eben oft, neu und gierig nach Erfahrungen.

Wie gehen sie vor?

Meldet sich eine Frau in einer Community an, bekommt sie in der Regel in den ersten 72 Stunden so viele Anschreiben, wie ein normales Mitglied in einem halben Jahr. Dies ist kaum verwunderlich, denn wer zuerst an der Beute ist, hat einfach höhere Chancen auf einen Jagderfolg. Außerdem ist diese Beute dann auch noch frischer und oftmals leichter zu erlegen.

Was man den Frischfleischjägern zugestehen muss, sie sind sehr aktiv. Sie schreiben meist eine sehr große Zahl von Frauen an. Sie sind oftmals auch sehr geschickt, kein Wunder, haben sie sich doch auch auf ihre Zielgruppe spezialisiert und wissen mit der Zeit recht

genau, wie sie vorgehen müssen. Unter ihnen gibt es plumpe wie auch sehr charmante Zeitgenossen. Da für sie dies alles eine Jagd ist, geht es vor allem um Effizienz. Schnell zum Erfolg zu kommen ist daher wichtig, die Nachsorge ist es nicht (>aufspüren, jagen, erlegen, zurücklassen). Typisch ist es, sich möglichst früh aus der virtuellen Welt in die reale Welt zu bewegen, dies geht meist über den Zwischenstopp Handy. Häufig interessieren sie sich nicht so sehr für die Person (Beruf, Freizeit, usw.), sondern ihre Aufmerksamkeit richtet sich allein auf die für sie wichtigen Dinge (Aussehen, Erfahrung, Tabus, Mobilität). Sich selbst gut zu präsentieren ist ihnen häufig besonders wichtig, meistens stellen sie sich als sehr erfahren dar, ob sie es denn auch wirklich sind, wäre eine ganz andere Frage. Ansonsten ist es aber wirklich schwer, diese Personen vom Rest der dominanten Männer zu unterscheiden.

Ich schätze, der Anteil der Frischfleischjäger wird bei maximal 10 Prozent unter den Doms liegen, dennoch dürfte diese kleine Gruppe mehr als 60% der Ersteinführungen von Subs übernehmen, die virtuell einen Dom suchen.

Warum sind sie Frischfleischjäger?

Die Gründe dafür können sehr verschieden sein. Die beiden mit Abstand wichtigsten Gründe sind aber sicherlich:

Der Reiz des Neuen und/oder sie können Subs nicht auf Dauer an sich binden.

Wenn jemand keine Sub dauerhaft an sich binden kann, weil er zu extrem ist, weil er die Rolle nur spielt, weil er keine Empathie besitzt, Grenzen nicht einhalten kann/will oder auch weil es ihm schlicht an anderen Qualitäten mangelt, so bietet es sich an, sich auf das Frischfleisch zu konzentrieren. Unerfahrene Subs wollen meist möglichst schnell die ersten Erfahrungen sammeln und sind dabei mitunter unvorsichtig, auch kann man ihnen wunderbar alles möglich erzählen und bedingt durch mangelndes Wissen, glauben sie einem das dann auch noch.

Der andere Punkt kann die Lust an einer neuen Frau sein. Gerade einige Männer reizt immer wieder das Unbekannte, sonst wären so viele von ihnen nicht immer wieder offen für irgendwelche ONS.

Egal was, eine Frau die an einen Frischfleischjäger gerät muss damit rechnen, niemals mehr als fünf Dates zu haben, in der Regel sind es 1-3 solcher Treffen.

Was bedeutet es, ihr Opfer zu werden?

In der Regel bedeutet es eben nur, dass man seine ersten Erfahrungen mit jemandem macht, der nur an einem oder wenigen Treffen interessiert ist und fast ausschließlich auf seinen eigenen Spaß fixiert ist. BDSM ist grundsätzlich eine sexuelle Spielart, bei der beide Seiten ihre Lust ausleben können. Männer, die aber nicht den Anspruch haben, dauerhaft mit einer Person eine (sexuelle) Beziehung zu führen, die schauen in der Regel auch nur auf ihren Spaß. Wer hingegen eine Beziehung führen will, und sei es nur eine Spielbeziehung, der achtet auch darauf, dass seine Partnerin befriedigt wird, denn ohne diese Befriedigung wird sie irgendwann die Koffer packen und weiterziehen. Problematisch kann es nur bei einem Absturz werden, denn hier ist die Frau auf einen erfahrenen, empathischen Mann angewiesen, der eben auch für sie da ist und das über die Session hinaus.

Frischfleischjäger bedienen sich auch öfters des Mittels der Lüge, wer eh keine Beziehung führen will, für den mag dieser Weg recht effektiv sein. Da wird die Ehefrau verschwiegen, der Beruf gepimpt oder was auch immer. Was als Basis für eine Beziehung nicht denkbar ist, denn das würde irgendwann herauskommen, ist bei der Suche nach einem kurzem Abenteuer durchaus effektiv. Wenn es überhaupt rauskommt, dann meist nachdem er seinen Spaß hatte.

Den Frischfleischjägern geht es nicht darum jemandem aktiv zu schaden, sie nehmen dies höchstens in Kauf, es geht ihnen vorwiegend darum, ihre eigenen Bedürfnisse zu befriedigen. Der Anteil an illegalen Handlungen (Erpressung, Misshandlung, Vergewaltigung) dürfte, vielleicht mit Ausnahme des heimlichen Filmens ohne Absicht der Person damit zu schaden, bei ihnen nicht höher sein als bei dem Rest der Doms, die man als Frau virtuell kennen lernen kann.

Wie kann Frau sich schützen?

Als Frau könnte man einfach auf die Anschreiben der ersten beiden Wochen gar nicht reagieren. Damit sollte dann der größte Teil der Frischfleischjäger aussortiert sein. Da diese Gruppe eher klein ist (>10%), wäre es natürlich auch eine gute Möglichkeit, selber dominante Männer anzuschreiben. Wer dann noch zu große Selbstdarsteller (Fotoalbum mit Spielzeug oder mehrere Fotos von diversen Subs, Prahlen mit ihrer natürlichen Dominanz, dominante Grüße, meinen die Frau sei gleich Sub/Sklavin, usw.) aussortiert, sollte nur mit großem Pech auf eine dieser Gestalten (oder einen DummDom) treffen.

Wer seine Meinung oder Erfahrung zu diesem Thema schreiben will, kann dies im gleichnamigen Blogbeitrag machen.

Wie man eine Sklavin findet

Der wichtigste Tipp an die Männerwelt dürfte wohl folgender sein:

Passe dein Tempo an die Gegebenheiten an.

Frauen wollen nicht so gerne überfahren werden. Weder tempomäßig, noch im Hinblick auf Forderungen deinerseits. Also dränge sie nicht vorschnell zu irgendetwas, zu dem sie noch nicht bereit sind. Und verschone sie mit allzu detaillierten Schilderungen dessen, was du noch so alles mit ihr vorhast in nächster Zeit.

Doch es gibt noch ein paar mehr Dinge, die man beachten sollte, wenn man sich auf die Suche nach einer Sklavin macht.

Überleg dir was du willst

Wenn du das selber noch nicht weißt, macht es keinen Sinn sich ins Getümmel zu stürzen ;) Bei der Nickwahl scheiden sich sicher die Geister, hier müsst ihr euch entscheiden was ihr damit ausdrücken wollt und wie dieser Nick zu euch und eurem virtuellen Auftreten passt. Wenn der Nick die Dominanz betonen soll, könnt ihr ein Herr, Master, Sir oder eben auch Wörter wie streng, dominant, konsequent nutzen. Was auch immer ihr verwendet, mehr als ein solcher Bestandteil wirkt aber auf viele eher abschreckend (Strenger Herr, Dominanter Master).

Sei anders als die Masse

Weibliche Subs, besonders die interessanten, erhalten in der Regel sehr viele Anschreiben. Also versuche dich von der Masse abzuheben. Phrasen, die jeder zweite Dom verwendet (Fallenlassen, Vertrauen, streng, Auffangen, konsequent, dominante/strenge Grüße, junggeblieben bei Männer Ü40 etc. pp) solltest du, wenn überhaupt, nur sehr sparsam einsetzen.

Dies kann dir selbstverständlich auf verschiedenen Wegen gelingen, du musst einfach schauen, was am besten zu dir passt. Einige Hilfestellungen werden im Folgenden hier aufgelistet. Übrigens, dort zu suchen wo nicht alle Doms bereits suchen, kann ein sehr effizienter Weg sein. Wer also außerhalb einer einschlägigen BDSM Community sucht, hat weitaus weniger Konkurrenz, muss aber sein Outing (also das was er sucht) an die jeweilige Gegebenheit anpassen. Das ist nicht immer leicht, lohnt sich aber sehr.

Zeig dich

Fülle dein Profil aus und liste nicht nur deine Vorlieben auf, sondern schreib ruhig auch über Besonderheiten von dir, welche nichts mit BDSM zu tun haben. Das ist besonders wichtig, wenn du eben nicht nur eine Affäre suchst. Du kannst durchaus in deiner Vorstellung Punkte zur Sprache bringen, die nicht unbedingt positiv sein mögen (z.B. du bist verheiratet und suchst nur eine Spielbeziehung, ein körperliches Handicap oder wenig Erfahrung), achte aber darauf, dass auf einen negativen Punkt zwei positive kommen, dann wirkt das Profil besser. Dies gilt ebenfalls für die Beschreibung dessen, nach was du suchst. Sprich an, welches deine Intention ist und versuche deine Suche positiv zu formulieren. Schreib also nicht was du nicht willst, sondern was dich anspricht.

Auch Humor kann bei zu einem positiven Eindruck des Profils beitragen, denn dieser kommt in der Regel bei den meisten Subs sehr gut an, selbst bei jenen die im Spiel die härtere Gangart suchen.

Ein Foto von dir (nicht zu viel nackte Haut zeigen!) und ganz sicher keins deinem Genital kann sehr hilfreich sein. Wenn du nicht weißt, was für eines du nehmen sollst, dann mach eines von dir in einem dunklen Anzug, ein Anzug steht eigentlich jedem Mann gut und schmeichelt dem Träger. Eine andere Möglichkeit sympathisch zu wirken ist ein Bild, das bei Ausübung des Hobbys oder einer Reise entstanden ist. Wenn du kein Bild direkt einstellen oder verschicken willst (Angst vor einem Outing) dann weise darauf hin, dass du zeitnah dazu bereit bist.

Übrigens, ein Profil kann man nach einiger Zeit der Mitgliedschaft auch mal überarbeiten, das lohnt sich meist sehr.

Schau nach dem, was sie sucht

Du weißt was du suchst, nun schau was sie sucht und überleg dir, ob dies zusammenpassen könnte. Wenn du in einer Community bist, ist der Platz für deine Wünsche dein Profil, in das erste Anschreiben gehören diese eher nicht hinein. Geh auf die Dame deiner Wahl ein, hat sie Angaben im Profil, dann nutze diese. Steht eine Postleitzahl dabei, dann kannst du sie bereits mit einem „Hallo in den Norden/den Süden/die Nachbarschaft/ oder konkret nach Berlin/Hamburg“ begrüßen. Reist sie gerne, geht natürlich auch ein „Hallo Globetrotterin“. Kurzum: Arbeite persönliche Informationen, welche du in ihrem Profil findest, in dein Anschreiben ein. Stelle Fragen zu dem was du gelesen hast oder schreib, was du davon denkst. Charmant und höflich zu sein ist die einfachste Variante, aber sicher nicht die einzig mögliche. Sehr interessant, aber nur ratsam, wenn du das nötige Fingerspitzengefühl hast, kann auch eine kleine Provokation sein. Übertreib es aber an dieser Stelle nicht und wie beim Profil auch, bleib in der Tendenz immer positiv.

Respekt und Rechtschreibung

Sei höflich, die Person mit der du da schreibst ist nicht weniger wert als du. Die Unterwerfung einer guten Sub musst du dir verdienen. Es ist nichts, das du einfach mal so verlangen kannst. Zum Respekt gehört es auch, sich eine gewisse Mühe bei der Kontaktaufnahme zu geben. Sub kann sehr leicht an zwei Punkten erkennen, wie viel Mühe du dir damit gegeben hast. Zum einen daran, ob du auf sie eingehst und zum anderen an der Rechtschreibung. Wenn du dazu neigst Fehler zu machen, dann schreib den Text in einem Textverarbeitungsprogramm (Word etc.) vor, dies wird viele deiner Fehler direkt anzeigen und du kannst sie verbessern. Als Dom sollte man auch mit einer Absage klarkommen, besonders wenn man Subs anschreibt, die deutlich jünger und/oder attraktiver sind, als man es selbst ist. Es ist natürlich erlaubt nachzufragen, wenn jemand eine gewisse Zeit lang nicht antwortet und es wäre durchaus höflich, wenn jeder Mensch bei Desinteresse eine Absage schickt, eine Pflicht dazu gibt es jedoch nicht.

Authentizität

Dies bedeutet in erster Linie Ehrlichkeit, aber eben auch Konsequenz und keine Überheblichkeit. Versuch nicht etwas darzustellen, das du nicht bist. Wenn du einen Fehler gemacht hast (Forderung/Aufdringlichkeit) dann steh dazu, entschuldige dich und überlasse es ihr, ob sie weiterhin mit dir Kontakt haben will.

Suche den persönlichen Kontakt

Virtuelle Kommunikation ist schön eine Sache, aber die meisten suchen ja reale Kontakte. Also bau nach einiger Zeit die erste Brücke.

Es gibt kein festgelegtes Vorgehen. Eine übliche Abfolge kann aber sein:

1. Austausch von Privatnachrichten
2. Chat (1:1, Skype, ICQ)
3. Austausch von Mailadressen
4. Austausch von Handynummern
5. Austausch von Festnetznummern

Viele Chatprogramme bieten auch die Möglichkeit, sich normal zu unterhalten. Schlag es ruhig nach einiger Zeit vor, mehr als ein Nein oder das geht bei mir nicht kann nicht kommen.

Eigentlich ist eine Email an eine Mailadresse nichts anderes, als sich in der Community zu schreiben, dennoch ist es ein kleiner Schritt zu einem intensiveren Kontakt.

Du musst nicht gleich mit der Tür ins Haus fallen, einige wollen nicht direkt telefonieren, aber Dank whatsapp und Co kann man diesen Kanal zunächst auch erst einmal nonverbal nutzen. Wer viel flirtet, für den kann eine Prepaidnummer recht sinnvoll sein.

Ein kleines Risiko (Spinneralarm) ist der Austausch von Festnetznummern. Kennt man diese, ist es aber schon fast sicher, dass es zu einem Treffen kommen wird, zumindest wenn das erste Telefonat kein totales Desaster ist.

Suche den direkten Kontakt, ein entspanntes Telefonat am Abend dürfte dich deinem Ziel weitaus näher bringen als hundert geschriebene Privatnachrichten. Dräng dich nicht auf, aber arbeite auf dieses Ziel hin. Du kannst ihr auch deine Nummer geben und sie hat dann die Möglichkeit, anonym anzurufen. Dies macht es einigen Frauen leichter, nimmt dir aber auch etwas die Initiative.

Baue Vertrauen auf

Hier gibt es viele Möglichkeiten. Erzähl ihr etwas aus deinem Leben, gehe auf sie ein, beantworte ihre Fragen und lass ihr vor einem realen Treffen deine persönlichen Daten zukommen.

NoGos

●	Jemanden als Sklavin oder ähnliches zu bezeichnen, wenn die Person es nicht selber in ihrem Profiltext tut
●	Die übermäßige Verwendung von Ausrufezeichen wirkt lächerlich und wird eigentlich nur von DummDoms gern genutzt
●	Nicks wie Sir XY, die sich dann benehmen wie Bauerntölpel XY
●	Vertrauen zu verlangen, ohne es sich erarbeitet zu haben
●	Gehäufte Verwendung von GROSSBUCHSTABEN, um etwas zu unterstreichen
●	Eine Bewerbung von ihr fordern (am besten wenn du es bist, der SIE anschreibt und somit ja etwas von IHR willst)
●	Gefakte Bilder (wenn es fünf Jahre alt ist, ist es übrigens auch eines, das nicht mehr wirklich dich zeigt)
●	Fließtext ohne Absätze oder gar Interpunktion
●	Nacktbilder verlangen, wenn nicht bereits ein sehr vertrauensvoller Kontakt besteht
●	Vulgär sein, wenn es dazu (noch) keinen Grund gibt
●	Lügen, das kommt eh heraus
●	Die Zahlen 666/24-7/69 im Nick

BDSM und Sex

Ob diese beiden Bereiche zusammengehören, ist unter BDSMlern eine Art Glaubensfrage und wird dementsprechend hitzig debattiert. In meinen Augen ist BDSM nichts, das durch etwas anderes als die eigene Lust und den gesunden Menschenverstand reglementiert werden sollte. Dies bedeutet für mich: Macht was euch Spaß bereitet und wenn eine Diskussion darüber hitzig wird, lasst die Leute reden.

Fanatiker kann man kaum umstimmen. In meiner eigenen Sexualität gehören diese beiden Komponenten zusammen, wobei ich ganz gut Sex ohne eine BDSM Komponente haben kann. BDSM ohne sexuelle Handlungen hingegen hätte für mich keinen dauerhaften Reiz. Interessanterweise gehöre ich unter den dominanten Männern damit der Mehrheit an, aber jede Gruppe hat andere Mehrheiten. Dies und die möglichen Hintergründe will ich folgend kurz beleuchten.

BDSM als Masche für Sex

Oftmals denken gerade Männer, als Dom würden sie leichter an Sex kommen, denn eine devote Frau muss sich ihnen ja hingeben und ihre Wünsche erfüllen. Hier denkt der sexuell frustrierte Mann aber falsch. Eine Frau, die sich einem Mann als Dienerin/Sub/Sklavin hingibt, schenkt diesem viel mehr als einem, dem sie sich als gleichberechtigte Partnerin hingibt. Eine vernünftige Frau wird sich den Partner, der sie dominieren darf sehr genau aussuchen.

Das Geschenk der Unterwerfung ist überaus wertvoll und wird von einer klugen Frau kaum leichtfertig gegeben werden. Sie wird dem Dom mehr von sich geben als es eine gewöhnliche Frau tut, denn er wird der sein, der über sie und ihre Lust bestimmt. Natürlich gibt es Frauen, die sehr verzweifelt einen Dom suchen und bei denen der Wunsch, Dominanz zu spüren, größer ist als die Angst, an den Falschen zu geraten oder ausgenutzt zu werden.

Hier finden sich eigentlich nur zwei verzweifelte Menschen. Der Mann wird an dieser Frau vielleicht temporär seine Triebe befriedigen können, aber nur so lange, bis sie den Fehler realisiert oder sie direkt jemanden findet, bei dem sie die Dominanz als authentisch spüren darf.

Personen, die verzweifelt auf der Suche sind und nur aus Ermangelung anderweitiger Alternativen zusammenkommen, werden kaum eine dauerhafte gemeinsame Basis finden können. Das gilt nicht nur, aber auch für BDSM-Beziehungen.

Keuschhaltung

Sex ist für fast jeden Menschen ein nicht unwichtiger Bestandteil seines Lebens. Die Keuschhaltung ist eine Spielart, in der es dem devoten Part verboten wird, sich sexuell zu befriedigen. Dies schließt meist auch die Selbstbefriedigung mit ein. Geschehen kann es durch einen Befehl des dominanten Parts oder auch durch Zuhilfenahme z.B. eines Keuschheitsgürtels (Hygiene beachten) oder spezieller Piercings.

Keuschhaltung bedeutet damit Verzicht der sexuellen Stimulans der Geschlechtsteile, nicht aber Verzicht auf sexuelle Reizungen oder eine andere Art der Sexualität. Der Kick liegt beim dominanten Part in der Kontrolle über eine so essentielle Sache des anderen und beim devoten Part im Verlust selbiger verbunden mit der Erleichterung, wenn der Zustand beendet wird und einer regen Fantasie.

BDSM und Oralsex

Oralsex ist etwas, bei dem der Aktive der Lust des Passiven dient. Daher wird der dominante Part nur sehr selten den devoten oral verwöhnen, wenn er dies überhaupt macht. Im Gegenzug wird eine solche Handlung aber häufiger verlangt, auch in Form eines Anilingus als eine besondere Art des Genusses und der Unterwerfung.

BDSM und Sex mit einem männlichen Dom

Für die meisten männlichen Doms gehört auch das sexuelle Benutzen zu dem gängigen Spielrepertoire. Die Gruppe derer, die Sex nicht einbindet, ist relativ gering und oft geschieht dies als Zugeständnis an eine Partnerin oder aber weil es für sie wirklich zwei ganz unterschiedliche Dinge sind.

Das andere Extrem, welches aber sehr selten vorkommt, ist eine überspitzte Sexualität, die z.B. durch die Anbetung des männlichen Geschlechtsteils seitens der Sub schon sehr skurril wirkt.

BDSM und Sex mit einem weiblichen Dom

Dominante Frauen haben hingegen weniger Sex mit dem devoten Part, zumindest während des eigentlichen Spiels. Da Sex aber für fast jeden wichtig ist, wird auch sie nicht darauf verzichten wollen. Es wird also ausgelagert werden müssen. Gerade in Partnerschaften kommt es daher nach dem Spiel zum Sex, also zu einem Zeitpunkt, in dem beide Partner wieder gleichberechtigt sind. Es gibt aber auch Fälle, in denen der Mann keusch gehalten wird.

Ganz pauschalisiert kann man behaupten: Je intensiver eine dominante Frau mit einem Mann spielt, umso weniger wahrscheinlich ist Sex. Ist es hingegen mehr ein leichtes Rollenspiel, umso wahrscheinlicher wird es zum Sex kommen.

Ich habe mich mit einigen Dominas und auch devoten Männern über dieses Thema unterhalten. Der primäre Grund scheint der zu sein, dass die Penetration immer noch als etwas aktiv Männliches angesehen wird, denn der Penis dringt in den weiblichen Körper ein. Auch hinterlässt er bei einem Höhepunkt Körperflüssigkeit in ihr.

Zudem gibt es wenige Positionen, in denen die Frau die Kontrolle über ihre eigene Lust hat, hier ist nur die Reiterposition im klassischen Sinne dominant. Sexualität im Sinne des Geschlechtsakts wird, leider selbst im Zeitalter der Gleichberechtigung, von vielen primär als Akt gesehen, der dem Mann dient.

BDSM und Sex mit einer professionellen Doms/Domina

Professionelle Dominas haben keinen Sex mit ihren Kunden. Dies ist eine Art Grundregel und macht sie in meinen Augen zu Dienstleistern, die sich sehr von Prostituierten unterscheiden. Eine Domina entscheidet, ob und, wenn überhaupt, wie sie einen Kunden berührt. Eine Physiotherapeutin dürfte demnach mehr Körperkontakt mit ihren Kunden haben als eine Domina.

Natürlich ist die Sexlosigkeit kein Gesetz und es ist zumindest nicht ganz unüblich, dass eine Domina einen Kunden mit der Hand (dann aber meist mit einem Handschuh) oder Geräten befriedigt. Das Abmelken ist hierbei eine besondere Form dieses Aktes. Mit der Befriedigung des Mannes endet die jeweilige Session fast immer. Darin ist auch der deutliche Unterschied zu einer nicht professionellen Domina zu sehen, bei der nicht die Befriedigung der Sexualität des Subs das übliche Ende markieren würde.

Neben den reinen Dominas treten in den letzten Jahren verstärkt Prostituierte auf, die einen Rundumservice anbieten, also BDSM wie auch Sex. Einige Studios sahen sich daher gezwungen, solche Dienste ebenfalls anzubieten, indem sie für solche Dienste Prostituierte beschäftigen oder mit einem Bordell kooperieren.

BDSM-Party und Sex

Selbst auf den eher freizügigen Parties, auf denen durchaus öffentlich gespielt wird, gibt es nur wenige Paare, die wirklich auch Sex miteinander haben. Wenn dem doch so ist, dann beschränkt sich dieser bei einer dominanten Frau auf die Penetration (Dildo, StrapOn) des devoten Mannes und bei männlichen Doms auf das Blasenlassen durch die weibliche Sub. Der Exhibitionismus wird von den Partiegästen primär „unsexuell“ ausgelebt.

Der Mythos 24/7

Ein Thema, welches so unterschiedlich betrachtet wird wie kaum ein zweites. Kann man so etwas eigentlich leben, also 24 Stunden 7 Tage die Woche für jemanden Sklave oder Sklavin sein und ist es für den dominanten Part nicht unglaublich anstrengend, die ganze Zeit auf alles achten zu müssen. Nein und nein, meine ich.

Viele verwenden den Begriff 24/7 als Synonym für die totale Unterwerfung, also der devote Part muss die ganze Zeit in einem Käfig oder besser noch in einem feuchtem Keller angekettet sein, darf keinem Beruf nachgehen und natürlich ist eine eigene Meinung vollkommen zu untersagen.

So etwas mag in den Köpfen einiger eine nette Fantasie sein, umgesetzt wird sie aber (zum Glück) eigentlich nie. Die Kontrolle über das gesamte Leben wird als TPE (Total Power Exchange) bezeichnet. Diese Spielart zeichnet sich dadurch aus, dass der eine Part die gesamte Macht über den anderen erhält. Dies kann durchgehend, aber auch nur für einige Stunden sein.

Eine abgemilderte Form ist EPE (Erotic Power Exchange), bei der es um die rein sexuelle Kontrolle geht.

In meinen Augen bedeutet 24/7 nur, dass man in einem festen Rollenverständnis lebt und das durchgehend. Es ist also eine Beziehung mit BDSM-Anteilen, die in den Alltag mit einspielen. Die Rollenverteilung ist somit kein Spiel mehr, sondern BDSM wird gelebt. Ausgleichende Elemente für die Führung und Unterwerfung sind dabei die Fürsorge und Hingabe, die sich jeweils ergänzen und so eine stabile Beziehung ermöglichen.

Wie genau die Partner ihre Rollenverteilung ausgestalten, ist allein ihre Sache. Es mag Paare geben, wo 24/7 eben bedeutet, dass TPE oder auch EPE betrieben wird, aber eben auch welche, die nur einzelne Teile ihrer Partnerschaft dieser Machtverteilung unterwerfen.

Alle Arten von 24/7 haben zumindest eines gemeinsam: Es steht dem dominanten Part frei, zu jeder Zeit und eben nicht nur in einem Spiel seine Rechte geltend zu machen. Wenn er verantwortungsbewusst ist, wird er dies aber nur zu Zeiten machen, wo es angemessen ist.

Mit diesen Rechten legt er sich aber selbst auch die Pflichten auf, dafür zu sorgen, dass die aufgestellten Regeln auch eingehalten werden. Also, wer seiner Sub 50 Regeln aufgibt, sollte daran denken. Das wird anstrengend werden.

Zum einen muss er selber auch alle Regeln auswendig lernen (hier würde es bei mir schon an meiner Faulheit diesbezüglich scheitern), zum anderen muss das reglementierte Verhalten auch überwacht werden. Also überlegt es euch gut, ob ihr so viel Regelwerk auch selber ertragen könnt.

Dass in einer 24/7 Beziehung der Bereich BDSM wichtiger sein soll als die emotionale Bindung, halte ich für ein großes Gerücht, was damit zusammenhängen mag, dass die Bedürfnisse nicht verstanden und die Begriffe nie genau definiert werden. Für mich steckt in jeder Sub auch immer eine Frau, aber eben nicht in jeder Frau steckt auch eine Sub. Gleiches gilt natürlich auch für Doms.

BDSM-Parties, Spielen, Feiern und Spaß haben

Auch BDSMler feiern, wobei dies dann doch meist etwas anders aussieht, als eine uns allen bekannte Geburtstags- oder Betriebsfeier. Inzwischen gibt es jede Woche zig Parties mit BDSM-Bezug. Auf solchen Parties kannst du neue Leute, Spielarten und Ansichten kennen lernen.

Es schadet nicht, sich vorher über das Motto oder den Schwerpunkt der Party zu informieren, sonst besucht man nachher eine Klinikparty, die zudem sehr teuer ist, ohne damit auch nur das Geringste anfangen zu können.

Partytypen

Bei Fetischparties geht es mehr um ein Ausleben des eigenen Fetischismus, denn um BDSM; hier wird also durchaus mal jemand an der Kette durch die Lokalität geführt. SM wird aber eher weniger zu sehen sein.

Die meisten BDSM Parties haben mindestens zwei Bereiche: einen, in dem ganz gesittet gegessen und getrunken und einen, wo gespielt wird. Anfangs tummelt sich wie auf jeder Party der Großteil der Leute an der Bar und dem Buffet.

Mit der Zeit wandern aber immer mehr ab, nur eben nicht zur Tanzfläche, sondern in den Spielbereich. Handelt es sich ausdrücklich um eine Spielparty, so ist dieser Bereich meist der größere von beiden. Wer nicht öffentlich spielen will, sollte sich informieren, ob es auch abschließbare Spielmöglichkeiten gibt, dies ist aber meist nicht der Fall.

Bei öffentlichen Parties werden auch Spanner zugegen sein, die zum Teil mit BDSM nichts am Hut haben, sich jedoch gerne an den Besuchern aufteilen. Es gibt zudem Lokalitäten, die mit BDSM als etwas Besonderem werben, ohne wirklich einen Bezug dazu zu haben.

Vor allem Swingerclubs machen dies gerne, aber es gibt auch andere Veranstalter, die auf das Zugpferd „Pervers“ setzen. Diese Veranstaltungen sollte man meiden, denn das Stammpublikum wird auf alles, was über ein bisschen tätscheln und anketten geht, mit Entsetzen reagieren.

Wirklich gute Spielparties sind meist exklusive Einladungsveranstaltungen. Hier muss man jemanden kennen oder sich mit dem Veranstalter gut stellen, wenn die Party besucht werden soll. Die Teilnehmerzahl ist fast immer begrenzt, damit die Spielmöglichkeiten nicht überfüllt sind. Die Besucher üben meist BDSM seit Jahren aus und da es für sie etwas Alltägliches ist, wird es hier kaum Spanner, wohl aber interessierte Zuschauer geben.

Erfahrene BDSMler spielen auch anders als eher unerfahrene, sie werden zumeist weiter gehen und nach außen wird das Spiel härter wirken. Auf einer Party gilt der Grundsatz des SSC: Alles, was Du sehen wirst, ist von einem gegenseitigem Einvernehmen gedeckt.

Die Besucher exklusiver Parties sind meist erfahrene und vernünftige Personen. Sollte etwas wirklich schief laufen, wird mit Sicherheit jemand einschreiten. Jede nicht einvernehmliche Handlung ist strafbar und schon der Veranstalter wird darauf achten, dass es hier zu keinen Übergriffen kommt. Daher ist oft auch der Alkohol nicht im Preis inbegriffen und wirklich alkoholisierte Leute müssen damit rechnen, von der Party zu fliegen. BDSM und Alkohol, das verträgt sich einfach nicht.

Preise

Die Preise sind recht unterschiedlich und reichen von 10 bis weit über 100 Euro. Dies hängt von vielen Faktoren ab, primär meist dem, was einem geboten wird. In meinen Augen sind 50 Euro pro Person vollkommen in Ordnung.

Es muss eine Lokalität angemietet und Personal gestellt werden, zudem sind meist die Getränke und Essen im Preis inbegriffen. Um Planungssicherheit zu haben, wollen gerade die kleineren Parties das Eintrittsgeld im Voraus, es gibt aber ab und an auch Restbestände an der Abendkasse, nur solltest du dich hier vorher informieren, um nicht 250 Kilometer umsonst gefahren zu sein.

Bei den öffentlichen Parties sind die Preise meist gestaffelt, sprich zwei Soloherrn zahlen mehr als ein Paar und am günstigsten kommen Solofrauen davon. Dies soll einen zu großen Männerüberschuss verhindern.



Kapitel IV

BDSM

Wie geht denn das?

Wie finde ich einen Spielpartner

Nun, wie auf einer normalen Party auch, musst du flirten. Nur geht es hier eben ab und an etwas anders. Zum Flirten ist der normale Bereich da und man erkennt meist sehr schnell, wer wohl Dom und wer Sub (die mit dem Halsband) ist. Wenn die Sympathie stimmt, solltet ihr kurz besprechen, was erlaubt ist und was nicht und zur Sicherheit ein Safeword vereinbaren, wobei auf solchen Veranstaltungen das Safeword Mayday (auch unausgesprochen) immer als vereinbart gilt.

Wie weit ihr euch vertraut, ist eure Sache. Der Vorteil von öffentlichem Spielen ist eine gewisse Sicherheit, da immer jemand einschreiten könnte.

Unerwünschte Anmachen

Wie überall kann man auch auf einer Party angemacht werden, auf öffentlichen Parties geschieht dies weitaus häufiger, denn auf nichtöffentlichen. Die meisten Besucher sind aber hilfsbereit und wenn du signalisierst, dass du bedrängt oder genötigt wirst, wird sich schnell jemand um diese Person kümmern.

Greift dir jemand an die Brust, den Po oder auch in den Schritt, so darfst du auch als Sub ihm/ihr eine Ohrfeige verpassen, denn du bist nur der/die Sub für jemanden, dem/der du dich freiwillig hingibst. Sprüche wie: „Du bist doch ne Sklavin, also benimm dich auch so!“ solltest du ignorieren und mit einem lauten und deutlichen: „Lass mich in Ruhe!“ beantworten.

Anders herum, nur weil du dich mit jemandem nett unterhältst, bedeutet es nicht, dass ihr auch spielen werdet. Beachte einfach wie überall: ein „Nein“ bedeutet nein und ein Nachhaken wirkt sehr verzweifelt und ist sicher nicht zielführend.

Was ist sonst zu beachten?

Fotografieren ist auf fast allen Parties nicht erlaubt und dies ist auch gut so. Wer möchte schon und sei es auch nur im Hintergrund zu sehen sein, wenn jemand die Bilder veröffentlichen sollte. Zum Teil gibt es einen Partyfotografen, der auf Wunsch Bilder macht, die dann von ihm bezogen werden können.

Besonders das Spiel von erfahrenen Dominas mit ihren Subs ist sehr interessant, denn sie spielen meist sehr einfühlsam, aber dennoch hart mit ihren Partnern. Wenn du zuschaust, solltest du das Spiel aber nicht stören, für Unterhaltungen außerhalb eines Spiels ist der Barbereich da.

Daneben solltest du eine gewisse räumliche Distanz bewahren, du bist Zuschauer und eben kein aktiv Beteiligter. Zuschauer sind eigentlich niemandem, der öffentlich spielt, unangenehm und nach einem Spiel kannst du, wenn du eine Frage hast, sicher auch die Leute ansprechen.

Penetrationen wird man schon häufiger sehen, klassischer Geschlechtsverkehr ist aber auf Parties die Ausnahme. Rausfliegen tut man aber sicher nicht, wenn man sich auch diesen Spaß gönnt (zumindest ist es mir noch nicht widerfahren).

Manche Verhaltensweisen mögen dir (und nicht nur dir) zu extrem erscheinen, aber du musst nicht zuschauen. Wie oben geschrieben, es herrscht auf den Parties der Grundsatz SSC und jeder lebt seine Art von BDSM eben anders aus.

Bist du auf einer Party, die dir eine Spielmöglichkeit garantiert, so bedeutet das nicht, dass die Leute dort lockerer sind. Es bedeutet nur, der Veranstalter bezahlt Leute dafür, mit den Gästen, die niemanden finden, etwas zu spielen.

Fazit

Das Einzige, wozu du verpflichtet bist ist, die Vorgaben des Veranstalters einzuhalten und natürlich das Eintrittsgeld zu entrichten. Viel kann nicht wirklich schief laufen und eine wirklich gute Party kann ein sehr großer Spaß sein.

Allein auf eine Party zu gehen ist natürlich möglich, aber wenn du im Alltag nicht gut mit Leuten ins Gespräch kommst, muss dies auf einer Party nicht anders sein. Eine nette Begleitung hat eigentlich noch nie geschadet.

Wenn Du noch eine allgemeine Frage hast, meld dich einfach.

Kapitel IV - BDSM - wie geht denn das?

Womit fixiert man eigentlich (richtig)?

Bei Discipline geht es darum, dass ein Partner dem anderen Verhaltensvorschriften macht und Zuwiderhandlungen sanktioniert. Die Ausführungen zu DS gelten entsprechend und werden hier nicht wiederholt. Dieser Artikel beschränkt sich auf das schlichte Bondage, sprich die Fixierung.

Bondage steht für viele, vor allem für die sehr filigrane Knotenkunst, bei der jemand an einem Gegenstand oder auch hängend fixiert wird. Wer der englischen Sprache mächtig ist (oder Babelschisch benutzt), der findet hier eine sehr gute Seite zu dem Thema Knotenkünste. Eigentlich umfasst Bondage aber jedwede Fixierung. Ich werde hier nicht über Knotenkünste schreiben, da ich in diesem Bereich selber nicht wirklich aktiv bin.

Die größte Gefahr beim Fixieren ist, dass die Blutzirkulation abgedrückt wird, denn dies kann bei einiger Dauer zu bleibenden Schäden an den abgebundenen Körperteilen führen (>Thrombosegefahr). Daher, zieht die Fixierung nicht zu eng. Warnzeichen für abgebundene Körperteile sind: Kälte des Körperteils, Taubheit, Kribbeln oder eine dunklere bläuliche Färbung. Wenn Fesseln einen Nerv einklemmen und dieser dadurch Schaden nimmt, kann ein kribbelndes Gefühl bleiben, das zumindest nach einem Tag nachlassen sollte. Wenn nicht, ist ein Arztbesuch ratsam!

Zum Lösen der Fixierung solltet ihr immer auch einen Plan B parat haben. Auch sollte eine fixierte Person nie wirklich allein gelassen werden, denn sie kann sich selber kaum helfen, wenn etwas passiert. Weiterhin sollte nicht am Hals fixiert werden, denn so etwas braucht Erfahrung und Wissen, was da genau an welchen Stellen passiert. Der Kopf darf nicht über einer Kante hängen oder mit dem Gesicht auf eine weiche Unterlage gebunden werden. Epileptiker sollten nicht fixieren und nicht fixiert werden. Wenn ihr Körperteile extra abbindet, dann schlagt diese auf keinen Fall. Das Gewebe ist in diesem Zustand sehr verletzlich.

Zum Schluss: Vergewissert euch, dass der fixierte Part nicht allergisch reagiert auf einen der Stoffe, den ihr nutzt (das kann auch eine kleine Niete in der Lederfessel sein).

Bezeichnung	Handhabung	Vor-/Nachteile und Tipps
Lederfesseln	Sie werden um die Hände oder Fußfesseln gelegt und festgemacht. Sie haben zumindest einen Ring, an dem ein Karabiner oder ein Seil befestigt werden kann. Es gibt sie auch als Variante Hängefesseln. In diesem Fall ist eine Aufhängung eingearbeitet, an der sich die gefesselte Person halten kann.	Sehr bequem sind die gepolsterten. Inzwischen sind Lederfesseln auch relativ erschwinglich geworden und gänzlich unbrauchbare gibt es auf dem Markt eigentlich nicht.
Metallfesseln	Die härtere Variante. Meist eher unbequem zu tragen, aber diese sollen auch nicht bequem sein.	Gibt es auf Mittelaltermärkten
Nylonfesseln	Oder Fesseln aus anderen künstlichen Materialien. Sind ähnlich wie Lederfesseln, nur haben sie eben nicht die typischen Ledereigenschaften. Es gibt sie auch als Fesselset mit Saugnoppen. Dies kann sehr flexibel eingesetzt werden.	Vorteile: Sie sind waschbar und oftmals mit Klettverschluss ausgestattet, womit sie stufenlos verstellbar sind. Nachteil: Irgendwie ist es nicht das selbe wie bei Leder bezüglich Optik, Geruch etc.
Gürtel	Auch dieser kann zum Fesseln genutzt werden. Meist nimmt man Ledergürtel, mein Favorit ist aber ein flauschiger Baumwollgürtel (z.B. vom Morgenmantel). Dieser kann viel flexibler eingesetzt werden.	Mit einer Lochzange kann man zusätzliche Löcher machen.
Lederriemen	Breite, anschmiegsame Lederbänder zum Fixieren.	Super leicht selber hergestellt.
Frischhaltefolien	Die Haut kann nicht atmen, aber eine Fixierung, (die sogar aufhängbar ist bei genug Lagen) die jeden bewegungsunfähig	Es gibt auch Folie, die zum Verpacken von Paletten genutzt wird. Diese ist breiter und noch reißfester.

Bezeichnung	Handhabung	Vor-/Nachteile und Tipps
Handschellen	Die Kanten, gerade von den billigen Varianten, sind oft recht spitz und die Fesseln arretieren nicht korrekt, so dass durch das Spiel Abschürfungen entstehen können. Zudem können sie auf Nerven drücken und bequem sind sie auf Dauer auch nicht wirklich. Aufhängen sollte man an Handschellen auf keinen Fall.	Wenn man sie verwendet, sollten immer zwei Schlüssel da sein und einer an einem festen Ort aufbewahrt werden. Die Handschellen gegen das Handgelenk zu schlagen, um sie anzulegen, kann sehr schmerzhaft sein. Selbst reale Polizisten machen das nicht, das gibt es fast nur im Fernsehen.
Zwangsjacke	Es gibt sie vor allem aus Leder und Gummi. Sie nehmen dem Gefesselten die Möglichkeit, die Arme einzusetzen.	Recht teuer in der Anschaffung, ein Preisvergleich kann sich hier sehr lohnen.
Medizinische Fesseln	Allen voran Segufix. Haben den Vorteil, für dauerhafte, sichere Fixierungen ausgelegt zu sein.	Es gibt zum Teil auf dem Markt noch alte Segufixausstattungen aus Leder. Wenn Krankenhäuser oder Psychiatrien ausmisten, kann man solche bekommen.
Klebebänder und Panzertape	Sind nicht sehr geeignet. Das Panzertape ist ein sehr stabiles Tape, das auch trägt.	Nachteil: Die Haare werden beim Abmachen ausgerissen. Bei manchen Tapes kann sogar die Haut in Mitleidenschaft gezogen werden. Zudem ist die Gefahr einer allergischen Reaktion nicht gerade klein. Daher: eher Hände weg.
Bonadetape	Ein Tape, das auf sich selber klebt, nicht aber auf der Haut. Dieses ist aber nicht tragend und meist auch nicht extrem reißfest.	Man kann es auch als sehr sexy Kleidung nutzen.
Seidenschal und Strumpfhose	Sind auch nicht geeignet. Sie können in die Haut schneiden und zudem ziehen sich die Knoten zusammen und man bekommt diese nur schwer auf.	

Bezeichnung	Handhabung	Vor-/Nachteile und Tipps
Kabelbinder	Haben recht scharfe Kanten, können sehr leicht die Haut aufreißen und sind nur schwer zu öffnen. Also eher Finger weg.	Es gibt spezielle Kabelbinder bzw. Schnellfesseln für Menschen. Wenn schon, dann bitte diese
Gurtsystem	Sicherheitsgurte oder auch Klettergurte sind sehr sicher und ermöglichen auch Anfängern eine Möglichkeit, ein Hängebondage zu machen.	Teuer und nicht sehr sexy, aber wer schweben will oder jemanden schweben lassen will und keine Erfahrung hat, sollte hierauf zurückgreifen.
Gerätschaften	Andreaskreuze, Bondagebretter, Pranger etc. Nun, wer ein solches hat oder kaufen will, wird sicher wissen wofür es da ist ;-)	Spreizstangen sind eine günstige und schöne Einsteigeralternative.
Seile	Sie sind für Fesselungen sehr geeignet und sollten weich und ca. 0,8 bis 1,2 cm dick sein, um nicht einzuschneiden. Bei Fixierungen mit Seilen sollte man immer mehrere Wicklungen machen, um die Belastung zu verteilen. Weiterhin sollte immer noch ein Finger unter die Fesselung geschoben werden können, damit die Fesselung nicht zu eng anliegt.	Für Genitalfixierungen sollten dünne Seile verwendet werden. Viele Seile gibt es auch im Baumarkt oder beim Segelbedarf zu kaufen. Auch Seile kann man waschen, um sie sauber zu halten.
Baumwolle	Es gibt sie aus reiner Baumwolle oder auch noch weicher mit etwas Seide. Sie sind sehr weich und angenehm auf der Haut.	Die Seile können gewaschen werden und mit etwas Weichspüler bekommt man sie noch weicher. Das Ende sollte abgeschlossen werden. Am einfachsten geht es mit einem Knoten, Klebeband geht ebenfalls.
Hanf	Ein schönes Naturprodukt. Kocht man es, werden die Fasern weicher und es ist ideal für Bondage geeignet. Diese Art der Seile gibt es aber auch fertig zu kaufen.	Seil muss 5 Stunden gekocht werden, danach eine Woche trocknen lassen. Die abstehenden Hanfstücke danach vorsichtig mit einem Feuerzeug abfackeln, lauwarm auswaschen und wieder eine Woche warten. Dann noch über eine Kante ziehen, fertig. Unbehandelt gibt es sie im Baumarkt.
Kevlar	Wenn man es hängend will, sind diese Seile ideal. Sie sind eigentlich für Bergsteiger gedacht	Problem: Sie sind meist sehr bunt, aber man kann sie mit Mitteln färben.

Bezeichnung	Handhabung	Vor-/Nachteile und Tipps
Nylon und Polypropylen u. Ä.	Nehmt nur die geflochtenen Seile, die gedrehten kratzen und sind viel schlechter zu verknoten.	Gewaschen werden sie etwas weicher. Die Enden kann man mit einer Flamme verschmelzen, damit sie sich nicht aufdröseln. Gibt es im Baumarkt.
Sisal	Die Sisalfaser stammt aus der etwa 1,5 m hohen Sisalagave. Ihre sehr geschmeidigen Fasern bleiben nach einem Pressvorgang, bei dem das Fleisch der Blätter entfernt wird, übrig. Es ist ein im Bondage häufig verwendetes Seil, zwar etwas teurer, aber dafür besitzt es eine hohe Formstabilität und ist äußerst scheuerfest.	Wenn das Seil feucht wird, so verkürzt es sich. Dies kann dazu führen, dass Knoten nur sehr schwer zu öffnen sind.
Metallketten	Metallketten in Kombination mit Fesseln sind etwas sehr schönes. Aber auch allein können sie zum Fixieren dienen. In diesem Fall darf man sie nicht so eng anlegen wie Seile, da Ketten starr sind, üben sie nämlich einen stärkeren Druck auf das Gewebe aus	Es gibt sie in jedem Baumarkt. Erkundet euch nach der Tragfähigkeit und schaut nach, ob die Verschweißung gut ist. Überstehende Teile können sehr unangenehm sein.
Wäscheleine	Finger weg! Sie sind viel zu dünn und können die Haut einschneiden, zudem können sie unter Belastung reißen.	

Wie führt man eigentlich (richtig)?

Jeder hat da wohl seine ganz eigenen Methoden. Allen sollte eins gemeinsam sein: das Führen mit Einfühlungsvermögen und Verantwortungsbewusstsein. Alles andere ist individuell und zu jedem Führungsstil gibt es mit Sicherheit auch irgendwo den passenden Partner. Hier folgt nun ein kleiner Überblick, womit man wie führen kann.

Bezeichnung	Handhabung	Vor-/Nachteile und Tipps
	Hier werden einige Möglichkeiten aufgeführt, womit man führen kann. Führt mit Bedacht und Konsequenz, aber auch mit Einfühlungsvermögen.	Am besten kombiniert man diese Möglichkeiten. Allein mögen sie schon gut sein, kombiniert aber sehr gut.

Bezeichnung	Handhabung	Vor-/Nachteile und Tipps
Handwerkszeug		
Stimme	Grundregel ist: Spreche klar und deutlich, nicht zu schnell und nicht zu langsam. Spiele mit der Stimme, es ist wie bei jedem Spielzeug: Du kannst sie verschieden einsetzen. Bei einigen dominanten Personen verändert sich die Stimme (aber auch der Blick etc.) im Spiel deutlich. Mit der richtigen Stimme erreichst du fast alles.	Immer und überall möglich. Nicht immer ist es gut laut zu werden, denn das zeugt eher von wenig Durchsetzungskraft. Spreche ruhig auch mal leiser, wenn du mit etwas nicht zufrieden bist. Der andere muss sich nun anstrengen, dich zu hören und es kann Angst machen, wenn man nicht laut, sondern eben leise wird.
Körpersprache	Gerade wenn man sich schon gut kennt, kann eine Geste mehr als 1000 Worte sagen. Ein leichter Druck auf die Schulter oder das Zeigen auf eine Stelle am Boden kann bedeuten, dass sich der devote Part hinknien soll. Gleiches gilt für die Mimik.	Mit Gesten zu führen, kann zum einen die Überlegenheit zum Ausdruck bringen, aber eben auch, weil man sich ohne Worte versteht, bedeuten, dass man ein sehr intimes Verhältnis pflegt.
Blicke	Wenn der devote Part wirklich Respekt vor einem hat, sollte man ihn mit einem Blick in die Knie zwingen können.	Dies erfordert auf beiden Seiten eine gewisse Sensibilität für die Gefühle des anderen. Gerade der devote Part muss den dominanten gut einschätzen und lesen können.

Bezeichnung	Handhabung	Vor-/Nachteile und Tipps
Griffe, Macht	Griffe, die Macht zum Ausdruck bringen, sind vor allem der Griff in den Nacken und der Griff an den Hals. Die größte Macht hat wohl der, der dem anderen die Atemluft raubt, denn bei diesem Griff liegt das Leben sprichwörtlich in den Händen des dominanten Parts.	Greift zu, aber nicht stoßartig, sondern umschließt die Stelle. Beim Hals muss jedoch darauf geachtet werden, dass der Kehlkopf und die Halsschlagadern nicht gequetscht werden . Der Griff in den Nacken kann auch öffentlich vollzogen werden. Ihr könnt äußerlich ein Liebespaar spielen, keiner sieht wie fest ihr zugreift, zumindest nicht bei langen Haaren. Weitere Tarnungsmöglichkeit ist, den Daumnagel in die Handinnenfläche des anderen zu drücken. Niemand wird das bemerken und richtig gemacht, tut es wirklich weh. Partner können zudem auf Griffe durch eine Art Konditionierung sehr intensiv reagieren.
Griffe, sexuell	Auch diese Griffe drücken das Machtgefälle aus, haben aber zudem eine sexuelle Komponente. Typisch ist hier der Griff in den Genitalbereich, aber auch Po und Brust (hier bei einer Frau) sind Griffe, die zeigen, wer den Ton angibt.	Spielt mit der Lust. Nicht immer, wenn ihr dem anderen in den Schritt greift, sollte es zum Sex kommen. Ist dem so, werdet ihr zu berechenbar in dieser Komponente.
Griffe, Fixierung	Den anderen durch die eigene Körperkraft zu fixieren, ist für beide sehr erregend, eben weil es eine Überlegenheit im körperlichen Bereich ausstrahlt.	Schlanke Frauen haben dünne Handgelenke. Seid ihr kräftig, könnt ihr diese übereinander legen und dann mit nur einer Hand zusammenhalten, am besten hinter ihrem Rücken. Nehmt die obere Position ein, ihr habt so mehr Kraft, da ihr nach unten drückt und zudem ist sie rein räumlich schon die überlegene Position. Mit den Beinen kann man zusätzlich fixieren, z.B. indem man sich auf die Arme des anderen setzt.

Bezeichnung	Handhabung	Vor-/Nachteile und Tipps
Befehl	Widerspruch dich nie bei einem Befehl, es macht dich unglaubwürdig. Wenn du etwas plötzlich anders siehst, was dein gutes Recht ist, dann mache dies und evtl. auch die Gründe deutlich. Ein Befehl wird üblicherweise verbal erteilt, er kann aber auch eine Geste oder ein Blick sein oder in schriftlicher Form erfolgen.	Kurze Kommandos sind besser als ewige Ausführungen. Bring deinem Partner einige bei (z.B. „Runter“ kann dafür stehen, dass der andere knien soll oder auch wenn man im Bett liegt, dass er einen oral befriedigen soll). Auch andere Dinge können ein Befehl sein, wie z.B. die Keuschhaltung, die befohlen wird.
Lob	Du bist zufrieden. Nun, auch das sollte man den anderen wissen lassen.	Dies wird oftmals viel zu selten verwendet. Richtig eingesetzt ist es aber ähnlich effektiv wie ein Tadel.
Tadel	Dir passt etwas nicht, dann sprich es direkt an. Es liegt an dir, den anderen zu formen.	Der Tadel sollte mit einer Sanktion kombiniert werden, zumindest wenn es eine nicht entschuldbare Verfehlung war.
Spielarten	Es gibt eine gewisse Abnutzung bei den Spielarten, also beschränkt euch nicht dauerhaft auf ein oder zwei.	
Erniedrigung	Eine sehr intensive Form von DS. Hier kommt die Rollenverteilung sehr intensiv zum Ausdruck. Dies kann je nach Partner und Intensität eine Belohnung wie auch Strafe sein. Es kann verbal („Hure“) geschehen, aber auch durch Gesten (wegschickende Handbewegung, verachtende Mimik etc.) oder Aktionen (Ohrfeige, Anspucken, Dominuskuss etc.).	Achtet auf euren Partner. Was gerade noch sehr schön sein mag für eine devote Person, kann etwas intensiver schon einen Tabu- und damit Vertrauensbruch bedeuten. Erniedrigt nicht mit persönlichen Beleidigungen wie „Du bist fett“, dagegen kann „Hure/Schlampe etc.“ ein Lob sein. Noch schöner finde ich es persönlich, wenn man ein „meine“ (Schlampe) davor setzt, denn der Partner ist nicht für jeden eine Schlampe, sondern idealerweise nur für einen selbst.

Bezeichnung	Handhabung	Vor-/Nachteile und Tipps
SM	Den anderen zu schlagen kann nützlich sein. Es bringt zum Ausdruck, wer wen führt (Ausnahme: topping from the bottom). Daher solltet ihr auch immer überlegen „Schlage ich nun, um zu bestrafen (Schläge, die dem anderen Part unangenehme Schmerzen bereiten) oder um zu belohnen?“ (Schläge, die dem masochistischen Part Freude bereiten).	Teste genau aus, was dem Partner (noch) Spaß macht und was eben nicht. Mach ihm klar, dass du diese Informationen brauchst und er/sie sich in das eigene Fleisch schneidet, wenn er/sie lügt.
Ignorieren	Eine der heftigsten Strafen, setzt sie mit Bedacht ein.	Sie können, falsch eingesetzt, Beziehungen zerstören, besonders wenn sich der devote Part unverstanden und/oder eh schon allein fühlt.
Aufgaben	Teilt Aufgaben zu, die erledigt werden müssen und kontrolliert das Arbeitsergebnis.	Wenn es sich nicht um eine sehr intensive BDSM Beziehung in Richtung TPE handelt, gehören hier Aufgaben wie „Müll rausbringen“ nicht hin.
Rituale	Führt Rituale ein, die das Machtgefälle manifestieren, zum Beispiel eine ritualisierte Begrüßung oder das Tragen eines Halsbandes.	Übertreibt es nicht, es kann sonst aufgesetzt wirken und zudem nehmen zu viele Rituale einem die Möglichkeit, frei zu agieren. Weniger ist hier oft mehr.
Ankündigung	Kündigt ihr etwas an, erzeugt es Spannung. Das Kopfkino beim Empfänger wird anspringen, egal ob er sich freut oder fürchtet oder beides.	Vergesst es nicht. Kommt ihr den Ankündigungen nicht nach, wirkt es, und damit auch ihr, unglaubwürdig. Man setzt sich also selber in Zugzwang.
Provokation	Lockt den devoten Part aus der Reserve. Er wird sich auflehnen und wenn ihr ihn nun wieder unterwerft, habt ihr eure Position sicher gestärkt.	Persönlich verletzend sollte die Provokation nicht sein und passt auf, dass ihr die Oberhand behaltet, sonst habt ihr ein großes Problem.
Vorführen	Zeigt anderen, wie die Rollen bei euch verteilt sind. Für beide Seiten ist dies meist ein sehr intensives Erlebnis.	Bitte unterlasst das bei Leuten, die von eurer Rollenverteilung nichts wissen oder sie nicht akzeptieren können.

Bezeichnung	Handhabung	Vor-/Nachteile und Tipps
Verleih	Jemanden zu verleihen oder auch verliehen zu werden, kann eine schöne Fantasie sein. Real mag das dann für einen von beiden anders aussehen. Der devote Part wird hierbei an eine andere Person verliehen. Dies kann nur zur Erfüllung von Aufgaben sein (kochen), aber auch für BDSM oder Sex.	Überlegt es euch gut und verleiht wenn dann nur an Personen, die ihr wirklich einschätzen könnt. Wenn es um Sex oder BDSM geht, besteht auf ein Safeword und seid am besten selber dabei, um eingreifen zu können.
Mindgames	Bei dieser Spielart kann der devote Part nicht zwischen Fiktion und Realität unterscheiden. Das erzeugt eine sehr große Spannung. Nicht umsonst ist auch der Begriff „Mindfuck“ geläufig.	Hierzu gehört etwas Erfahrung, Kreativität und vor allem schauspielerisches Talent. Plant ein wenig, es wird sicher nicht schaden.
Strafbuch/Schwarzes Buch	Ein Buch, in dem alle Verfehlungen, die Sub begangen hat, aufgeschrieben werden, um sie irgendwann zu ahnden. Meist wird von einem Strafbuch gesprochen, wenn Sub das Buch führt und von einem schwarzen Buch, wenn Dom es führt.	Eine beliebte Methode von Doms, in den Alltag der Sub einzugreifen. Es erleichtert die Erziehung einer Person und kommt häufig bei Fernbeziehungen zum Einsatz.
Tagebuch	Ein (offenes) Tagebuch, auf das auch der Dom Zugriff hat. Von einigen Doms wird dies als Zeichen der Unterwerfung und völligen Unterordnung verlangt. VORSICHT! Sub gibt dem Dom hier ein Mittel in die Hand, womit er sie exzellent manipulieren kann. Wer seine geheimen und intimen Gedanken offenbaren muss, bei dem weiß man immer auch an welchem Hebel man ansetzen kann.	Es mag Situationen geben, wo ein solches Tagebuch sinnvoll ist. Auch kann das Tagebuch nur über punktuelle Teile des Lebens berichten, was bei Problemsituationen und einem verantwortungsbewussten und guten Dom durchaus sinnvoll sein mag. Aber nochmals: Wägt es gut ab, ob ihr ein offenes Tagebuch führen wollt oder nicht. Erpresst Dom jemanden, wird er das Wissen aus diesem Buch auch ohne Zögern zu seinem reinen Vorteil nutzen.

Bezeichnung	Handhabung	Vor-/Nachteile und Tipps
Vertrag	<p>Es gibt so genannte Sklavenverträge. Diese sind rechtlich natürlich nicht bindend und regeln die Pflichten des Sklaven. Ein guter Vertrag enthält aber auch die Rechte und Pflichten des Doms. Ob man eine schriftliche Fixierung von mündlichen Absprachen benötigt, ist immer fraglich. Der Vertrag kann aber eine gewisse Symbolkraft ähnlich einem Gelöbnis haben.</p> <p>Wenn ihr einen macht, dann setzt ihn doch bitte handschriftlich auf und nutzt nicht vorgefertigte aus dem Netz. Ihr beide seid einmalig und die Symbolkraft verfliegt, wenn man dann auf Massenware zurückgreift. Als gedankliche Vorlage kann eine solche Vertragsvorlage jedoch durchaus dienen.</p>	<p>Wenn ihr einen macht, dann setzt ihn doch bitte handschriftlich auf und nutzt nicht vorgefertigte aus dem Netz. Ihr beide seid einmalig und die Symbolkraft verfliegt, wenn man dann auf Massenware zurückgreift. Als gedankliche Vorlage kann eine solche Vertragsvorlage jedoch durchaus dienen.</p>
Kahlheit	<p>Viele Doms erwarten einen rasierten Körper, wie weit das geht ist unterschiedlich. Einige der extremeren Spielarten ist es, als Zeichen der völligen Unterwerfung, seinen Kopf kahl zu scheren.</p>	<p>Schönes langes Haar braucht sehr lange bis es nachwächst! Falls ihr das wirklich machen wollt, behaltet das Haar. Man kann daraus eine Perücke machen, sollte Dom plötzlich weg sein oder man im Alltag Probleme mit dem neuen Look haben.</p>
Zeichen	<p>Viele Doms erwarten von ihrer Sub ein Zeichen ihrer Zugehörigkeit. Dies kann ein Ring, ein Piercing, ein Halsband oder etwas ganz anderes sein, eben ein Symbol der Zugehörigkeit. Wird ein Piercing gemacht, spricht man häufig vom Beringen der Sub.</p>	<p>Es ist eine Gabe des Doms an seine Sub. Das Problem bei diesem Geschenk ist: Wem gehört es bei einer Trennung? Bitte, auch wenn es unromantisch ist, klärt das vorher. Es gab schon zu viele unschöne Szenen wegen des Verbleibs einer solchen Gabe. Am besten Dom sagt es direkt beim Geben, ob es eine Leihgabe ist oder ein wirkliches Geschenk.</p>

Bezeichnung	Handhabung	Vor-/Nachteile und Tipps
Zeichen, permanent	Manch ein Dom erwartet ein permanentes Zeichen, meist seine Initialen auf dem Körper von Sub. Dies erfolgt in Form eines Brandings oder auch Tattoos. Auch wenn jeder frei ist in seinen Entscheidungen, spreche ich mich hier gegen eine vorschnelle Kennzeichnung aus. Ein permanentes Zeichen kann ein bleibender Schaden sein.	Überlege: Die Beziehung geht auseinander. Willst du immer dieses Zeichen tragen? Es gibt keine Garantie für ewige Hingabe. Hast du ein Zeichen, kommt es häufiger vor, dass auch der nächste Dom ein Zeichen haben will, möglichst größer als das Alte. Bindet sich auch der Dom oder wird es in Folge einer Heirat gemacht, finde ich es hingegen sehr romantisch.
Taufe	Sub erhält einen neuen Namen, der im Verhältnis Dom und Sub nun dauerhaft Gebrauch findet, entweder nur im Spiel oder eben auch im Alltag. Etwas sehr intensives, aber nicht ungefährliches, falls Sub sich in der neuen Identität vollkommen verliert	Einen Spielnamen sollte nur eine stabile Persönlichkeit erhalten, die in sich gefestigt ist oder wenn BDSM eher an der Oberfläche kratzt. In diesem Fall ist die Gefahr sich zu verlieren für Sub auch nicht wirklich groß.
Rollenspiele	Sub oder auch beide können in eine neue Rolle schlüpfen. Meistens geschieht dies in Form von Ageplay (z.B. Lehrer und Schüler), Petplay (Tierhalter und Tier) oder dem klassischen Rollenspiel (z.B. Kerkermeister und Gefangener). Dies kann permanent sein oder auch nur für einen festgelegten Zeitraum erfolgen. Da es sich bei einer gewollten Entführung/Rapegame um eine einvernehmliche Aktion handelt, fällt auch dies unter die Rollenspiele, ist aber gefährlicher als die Üblichen.	In einer Rolle kann man wohl noch besser den Alltag hinter sich lassen, da diese Rolle einen meist sehr entfremdet.

Wie erzieht man eigentlich (richtig)?

Erziehung im Kontext BDSM bedeutet, das Ziel zu haben, eine oder auch mehrere verhaltensbedingte Eigenschaften einer Person positiv zu verändern oder gar erst zu erschaffen. Erziehung im Kontext BDSM zielt immer darauf ab, dass aus der Sub eine noch bessere Sub wird oder aus der Dienerin eben eine noch bessere Dienerin.

Die Erfolge werden rein subjektiv bewertet, denn welches Verhalten z.B. für eine Dienerin angemessen ist, ist eine Auslegungssache. Der dominante Part übernimmt die Rolle des Erziehers und formt aktiv mit dem Ziel der Verbesserung seiner Sub. Die Erziehung in einer solchen Beziehung hat kein Endziel, denn dann würde die Beziehung schon aus sich heraus zeitlich begrenzt sein. Es ist ein Akt andauernder Verbesserung. Alte Erziehungserfolge sollen beibehalten oder im Idealfall noch verfeinert und neue erreicht werden.

Das politische Schlagwort „Lebenslanges Lernen“ der letzten Jahre kann in diesem Kontext eine ganz neue Bedeutung erhalten. Neben allen handwerklichen Eigenschaften ist das eigentliche Geheimnis der erfolgreichen Erziehung die richtige Motivation. Dabei liegt es vor allem am Dom, bei Sub den Wunsch zu wecken, sich zu verbessern. Ist dieser Wunsch vorhanden, wird es wenig Widerstände, aber viel Kooperation und, am wichtigsten, Motivation geben. Die Erziehung einer Sub wird naturgemäß, da das Machtgefälle gewünscht wird, anders ausfallen als ein moderner Pädagoge es für richtig halten würde. Hier ist aber der Unterschied darin zu sehen, dass das Machtgefälle von beiden Seiten freiwillig eingegangen worden ist und Sub eigentlich ein selbstbestimmtes Wesen ist, also auch selbstbestimmt auf Freiheiten und Rechte verzichten kann.

Die angewandten Erziehungsstile sind, bedingt durch das besondere Verhältnis, entweder autokratischer oder autoritärer Struktur. Meine rein persönliche Meinung ist, dass die autoritäre Struktur mit ihrem Belohnungs- und Bestrafungsansatz am geeignetsten erscheint.

Bei dem Einsatz der jeweiligen Erziehungsmittel geht es darum, eben gerade keine Willkür walten zu lassen, sondern innerhalb einer festen Struktur mit Einfühlungsvermögen, aber auch sehr konsequent, zu belohnen und zu bestrafen. Genauso wie unerwünschtes Verhalten bestraft, sollte erwünschtes Verhalten auch belohnt werden.

Kommt es zu einer Strafe, so muss diese nachvollziehbar sein, da sie sonst höchstens zu einer Abstumpfung, nicht aber zu einem Lerneffekt führt. Bestraft werden kann daher nur etwas, das vorsätzlich (=wissentlich) oder zumindest fahrlässig (=Außerachtlassen der erforderlichen Sorgfalt) begangen wurde. Fehler bei der Vermittlung von Lerninhalten sind damit Fehler von Dom und nicht von Sub. Was der dominante Part seiner Sub noch nicht erklärt hat, kann diese auch nicht wissen und anwenden.

Im Einzelnen bedeuten für mich die festen Strukturen die Rollenverteilung wie auch die Durchsetzung dieser. Das Einfühlungsvermögen ist wichtig, da vieles von sehr individuellen Faktoren abhängen wird. All dies macht keinen Sinn ohne eine Nachvollziehbarkeit (im Idealfall Einsicht, aber zumindest muss erklärt werden warum bestraft wird) und eben auch Konsequenz. Wird sie verloren, verliert der Erziehende seine Autorität, was bei den üblichen Erziehungsstilen „tödlich“ ist.

Oft werde ich gefragt wie ich denn eine Sub bestrafe (interessanterweise wird nie gefragt, wie ich sie belohne), aber da jeder Mensch ein Individuum ist, gibt es hier keine passende pauschale Antwort, die auf spezielle Handlungen zielt. Belohnt wird mit Aktionen, die der Sub Spaß bereiten. Mag sie also den Rohrstock, da sie Masochistin ist, ist der Einsatz desselben eine Belohnung, auch wenn es für Dritte, die dies nicht nachvollziehen können, anders erscheinen mag.

Die Bestrafung hingegen ist dementsprechend eine Handlung, die für Sub unangenehm ist und die sie gerne vermeiden würde. Ich persönlich nutze viel lieber das moderne Mittel der Belohnung, jedoch muss immer klar sein, dass es eben auch das Mittel der Bestrafung gibt, welches, sollte es nötig sein, konsequent eingesetzt wird.

Gerade bei der Erziehung können viele Fehler gemacht werden. So werden Fehler von Sub forciert, um eine gewünschte „Strafe“ (Rohrstockhiebe, die Sub Spaß bereiten) zu erhalten. Geht Dom darauf ein, ist Sub es, die ihn lenkt. Er sollte daher lieber dafür sorgen, dass Sub ihren Wunsch nach dem Rohrstock erfüllt bekommt, weil sie sich korrekt verhält.

Hieran kann gesehen werden wie wichtig es ist, Belohnung und Bestrafung konsequent zu trennen und auch zu differenzieren. Ein typischer Domfehler ist ebenfalls rein lustbedingt. Dabei bestraft Dom seine Sub wegen fadenscheiniger Gründe, eben weil er Lust hat, sie zu quälen. Ein Dom, der Lust hat seine Sub zu quälen, ohne ihr dabei Freude zu bereiten (macht es ihr Spaß, muss da nichts groß begründet werden), sollte nicht auf solche Kunstgriffe zurückgreifen müssen, dies wirkt lächerlich. Stattdessen sollte er dann einfach, eventuell mit einem kleinen Grinsen, sagen: „XY ich habe Lust dich auszupeitschen! Nein du hast nichts falsch gemacht, aber als meine Sub musst Du nun da durch und es für mich ertragen.“

Eine große Herausforderung ist die Konsequenz bei jemandem durchgängig zu wahren, den man liebt, denn hier fällt das Bestrafen naturgemäß schwerer als in einer Spielbeziehung (Affäre) ohne so tiefe emotionale Bindung.

Zum Schluss: Es wurde im Text viel von der Motivation geredet, aber nicht nur Sub muss motiviert sein, auch Dom muss Zeit und Energie dabei aufwenden. Jedoch liegt es in der Natur beider Partner, dass dieses „Miteinanderwachsen“ ihnen Spaß bereitet.

Womit kann gequält werden?

Nun, BDSM, egal ob DS oder auch SM im Mittelpunkt stehen, wird immer irgendwann auch kleine oder große Quälereien beinhalten. Hier soll ein kleiner Leitfaden helfen, womit man quälen oder auch Lustschmerz bereiten kann und welcher Effekt dabei entsteht. Die

Bewertung der Schwere der Wirkung beruht dabei auf dem erzeugten Schmerz und den bleibenden Spuren, beides fließt mit ein.

Jedoch hat jeder unterschiedliche Vorlieben und ein ganz unterschiedliches Empfinden, von daher dienen die Angaben nur der gröberen Einordnung.

Bezeichnung	Anwendung	Wirkung	Tipps
Natur			
Hand, flach	Man hat sie immer dabei und sie kann spontan eingesetzt und sehr punktgenau angewandt werden. Zu hart zu schlagen ist schwer, da die Handfläche recht viele Nerven aufweist, mehr als der Po auf jeden Fall. Geschlagen werden können fast alle Stellen am Körper, jedoch nicht auf den Hals und den Kopf (Ausnahme Ohrfeigen).	leicht bis mittel	Schlagen und streicheln, die Mischung kann sehr erregend sein.
Hand, geballt	s.o. jedoch sind nun nicht mehr so viele Nerven betroffen und es kann härter geschlagen werden. Trotzdem sollte nur die Faustinnenfläche benutzt werden, wir sind nicht beim Boxen!	mittel bis hart	Fangt beim Pospanking mit der flachen Hand an und wechselt dann auf die geballte.
Fingernägel	Viele setzen sie ein, ohne BDSMler zu sein. Aber Vorsicht, wenn jemand richtig kratzt, dann kann dies sehr lange bleibende Spuren hinterlassen. Mit nur etwas Erfahrung kann man die Schmerzen aber sehr gut dosieren.	leicht bis hart	Säubert die Fingernägel im Vorfeld. Wenn es blutet, achtet auf die Hygiene.
Zähne	Ein Biss kann sehr wirkungsvoll sein. Bei festern Bissen sollte jedoch nicht der Hals gewählt werden, da hier wichtige Adern verletzt werden könnten.	leicht bis sehr hart	Gerade Schultern bieten sich an, aber auch Arme und Oberschenkel.

Bezeichnung	Anwendung	Wirkung	Tipps
Brennnessel	Wenn sie noch nicht am Blühen sind und je frischer, umso intensiver wirken sie. Man kann damit streicheln wie auch „schlagen“. Jedoch sollte erst einmal im Kleinen getestet werden, ob das „Opfer“ evtl. eine Allergie hat.	mittel	Im Wechselspiel mit Eis oder Wasser sehr wirkungsvoll.
Birkenreiser	Man nehme junge Birkentriebe und mache daraus ein Bündel. Vorher sollten sie jedoch kurz gewaschen werden, da darauf alle möglichen Tierchen und Schmutz sein können und die Birkentriebe schon mal die Haut leicht aufkratzen können.	leicht bis mittel	Zu Hause macht es etwas Dreck, da die Blätter dazu neigen, abzufallen.
Rute	Ein Zweig, der möglichst gerade und glatt ist. Je nach Durchmesser und Flexibilität sind die Effekte verschieden.	mittel	Besonders geeignet sind die Zweige von Weide und Haselnuss.
Ingwer	Aus Ingwer kann mit einem Küchenmesser ein Plug geschnitzt werden oder man presst den Saft heraus. Beides brennt, der Saft etwas mehr und dieser kann auf ein sauberes Taschentuch gegossen werden, um ihn punktgenau einzureiben. Ingwer kann vor allem an den Genitalien und dem Anus verwendet werden.	leicht	Wer es härter mag, es gibt auch andere Dinge. Informiert euch aber. Vorsicht, Milch kann etwas lindern, wenn es zu viel war. Der Saft kann in einen Parfümzerstäuber gefüllt und aufgesprüht werden.
Haushalt			
Klammern	Wäscheklammern sind eines, aber es gibt auch andere. Sie können am Körper des anderen angebracht werden, jedoch bei Anfängern nicht länger als zehn Minuten. Sie können abgenommen, abgezogen und auch abgeschlagen werden.	mittel	Haarspangen sind eine schöne Ausweichoption.

Bezeichnung	Anwendung	Wirkung	Tipps
Kochlöffel	Wie auch Lineal, Schuhlöffel, Pfannenwender, Haarbürste, Rückenschrubber. Alle haben eins gemeinsam: Sie sind in fast jedem Haushalt vorhanden und es sind eher harte Spielzeuge. Wenn sie häufig und sehr hart verwendet werden, kann die Haut Schaden nehmen und verhärten.	mittel bis sehr hart	Diese Dinge haben es in sich, gerade als Anfänger sollte man vorsichtig sein.
Alkoholica	Wird wie gepresster Ingwer verwendet.	leicht bis mittel	Fangt mit einem Martini an und dann schaut wie weit ihr kommt. Absinth hat 60-80% und der ist in vielen Hausbars vorhanden. Parfümzerstäuber ist auch hier ein guter Tipp.
Kerzen	Keine aus Bienenwachs, aber die teureren speziellen BDSM Kerzen braucht ihr auch nicht. Je größer der Durchmesser, umso kälter ist das Wachs. Ganz heiß ist es, wenn man eine dünne Kerze umdreht und direkt tropfen lässt (bringt Ruß in den Wachs und dann ist es eher mittel denn leicht).	leicht	Passt auf die Unterlage auf und versaut euch keinen guten Teppich. Man kann es schön in Aufgaben einbinden, wie z. B. die Kerze nicht tropfen zu lassen (bei verbundenen Augen).
Eiswürfel	Kennt jeder, einfach probieren und eventuell mit Wachs kombinieren.	leicht	
Kleiderbügel	Die aus Drahtseil können auch zum Versohlen des Hintern eingesetzt werden. Schlagt nur mit den glatten Flächen.	mittel	
Esstäbchen	Nicht zum Schlagen, aber zum Kneifen gut geeignet. Allgemein eher leicht, mit Übung kann man aber auch größeren Druck erzeugen. Gleicher Effekt, nur nicht so schön und größer, die Salatzange.	leicht	Esst mehr asiatisch. Das ist lecker und man trainiert die Finger dabei ;-)
Teppichklopfer	Zu Omas Zeiten hatte jeder Haushalt einen. Schaut mal auf dem Dachboden nach. Die Plastiknachbildungen sind nicht zu empfehlen.	mittel bis hart	Gibt es auch auf Flohmärkten bzw. bei Ebay.

Bezeichnung	Anwendung	Wirkung	Tipps
Fliegenklatsche	Immer wieder gibt es hier auch welche, mit denen man nicht nur Fliegen jagen kann.	leicht	Ein deutscher Kaffeeverkäufer hat hier oft tolle Sachen.
Gabel	Sie können zum Kratzen benutzt werden und können je nach Druck sehr heftige Spuren hinterlassen.	leicht bis hart	Löffel und Messer sind nicht geeignet.
Hausschuhe	Oder auch Badeschlappen sind wegen der flexiblen Sohle auch sehr gut geeignet. Eine richtige Sohle aus Leder, nun dann kann es auch härter als mittel werden.	mittel	Vorher säubern.
Kronkorken	Sie haben feine Spitzen, die man zum Kratzen oder auch Drücken verwenden kann.	leicht bis mittel	Unter die Sitzfläche gelegt/montiert spürt Sub auch beim Essen etwas.
Zahnstocher	Die kleine gemeine Quälerei. Diese können ebenfalls zum Kratzen und Pieksen verwendet werden.	leicht bis mittel	
Akkus	Nicht die für Strom, sondern Kälte- und Wärmeakkus. Sie können für Spiele eingesetzt werden.	leicht bis mittel	Großes heißes Fangokissen, auf dem Sub stehen muss bei einer Bestrafung. Gefrorene Erbsen zum drauf knien.
Ledergürtel	Macht eine Schlaufe, so dass ihr nicht mit einem Ende des Gürtels zuschlagt, sondern mit zwei übereinander gelegten Teilen.	mittel bis hart	Zieht ihn mit einem Ruck aus der Hose, das gibt einen sehr schönen Klangeffekt. Würgen solltet ihr damit nicht, denn die Verletzungsgefahr ist hierbei nicht unerheblich.
Gummibänder	Zwischen zwei Finger klemmen, nah an das Opfer heranbringen, spannen und loslassen. Auch kann man sie an den Brustwarzen befestigen	leicht	Die härtere Version ist das Spiel mit den Gummiverschlüssen von Einmachgläsern.

Bezeichnung	Anwendung	Wirkung	Tipps
Handtuch/Abtrockentuch	Im trockenen Zustand wirkt es nur leicht. Wenn man mit ihm im nassen Zustand aus dem Handgelenk peitscht, tut es schon viel mehr weh. Zudem ist es ein weniger schönes, aber effektives Mittel zum Knebeln oder Augenverbinden.	leicht bis mittel	Aus einem Handtuch lässt sich auch eine Peitsche machen, die man, ohne größeres Aufsehen zu erregen, in die Sauna mitnehmen kann. Wenn jemand fragt, ist es ein neuer Trend aus Skandinavien.
Spielzeugecke			
Rohrstöcke	Achtet darauf, dass sie möglichst gerade sind. Bei harten Schlägen hinterlassen sie charakteristische Doppelspuren.		Ein wenig Leder um den Griff gemacht und schon ist es schöner und edler.
Holz	Rundholz, oft wird Buchenholz verwendet. Je nach Dicke ist der Effekt verschieden, zu empfehlen ist ein Durchmesser von 5-12 mm. Sie sind leicht zu handhaben und für Anfänger sehr geeignet.	mittel bis hart	Gibt es in jedem Baumarkt, die mit Rillen machen zudem einen tollen Sound. Ihr könnt sie mit Schrumpfschlauch (Gummi), Latex oder Leder ummanteln.
Rattan	Rattan hat feine Faserungen und ist daher flexibler als normales Holz.	mittel bis sehr hart	Wässert den Rohrstock. Vor dem Spiel kann er in Salzwasser gelegt werden, dann wird er noch flexibler und ist weniger bruchanfällig.
Bambus	Bambus ist teilweise hohl, daher ist es ein leichter Rohrstock, der aber auch Ermüdungserscheinungen zeigt. Eine Splitterung ist sehr unangenehm, kleine Splitter dringen dabei in die Haut ein. Somit vor jedem Spiel auf seine Bruchfestigkeit testen.	leicht bis mittel	Gibt es überall und wird allgemein zum Stützen von Pflanzen verwendet. Oft wird vor diesem Spielzeug gewarnt. Wenn man aber die Bruchfestigkeit gewissenhaft prüft, ist es ein tolles Gerät!
Fieberglas	Sehr flexibel, aber auch schwer und hinterlässt einige Spuren.	hart bis sehr hart	Gibt es beim Campingbedarf.
Holzleiste	Nehmt eine nicht zu dicke. Der Vorteil ist, je nach Formung habt ihr verschiedene Schlagflächen.	mittel bis sehr hart	Gibt es ebenfalls im Baumarkt.

Bezeichnung	Anwendung	Wirkung	Tipps
Peitschen	Immer drauf achten, Peitschen sind sehr flexibel und schlingen sich, wenn man nicht mit dem Ende trifft, um den Körper.		
Flogger	Eine Peitsche aus weichen Fäden, oftmals Leder und meist eher kurz gehalten. Eine gute Einsteigerpeitsche.	leicht	Sie kann auch im Genitalbereich eingesetzt werden. Leicht selber zu bauen.
Riemenpeitsche	Einzelne Riemen, oftmals aus Leder. Es gibt aber auch u.a. Kautschuk, Plastik oder auch Seile.	leicht bis sehr hart	Nicht sonderlich schwer zu bauen. Gemeiner wird sie durch das Knoten der einzelnen Riemen.
Kabelpeitsche	Entweder wird eine schwere Kabelummantelung aufgeschnitten und genommen oder plastikummantelte Kabel.	mittel bis sehr hart	s. o.
Single Tail	Nur eine Aufschlagfläche, alle Energie des Schlages geht also auf einen Punkt.	hart bis sehr hart	Ist sie geflochten, kann das Endstück ungeflochten bleiben. Die einzelnen Riemen sind dann noch gemeiner.
Hundepeitsche	Eine besondere Single Tail, die aus zwei Stücken speziell übereinander geflochten ist.	sehr hart	Gibt es bei Tierbedarf.
Bullwhip	Die Indiana Jones Peitsche. Sehr schwer im Handling, weil sehr lang und flexibel und zudem sehr hart beim Auftreffen. Üben, üben, üben bevor es an den Partner geht	sehr, sehr hart	Absolut nur was für sehr erfahrene und geschickte Personen, die es zudem härter mögen.
Karbatsche	In allem der Bullwhip sehr ähnlich. Aus Hanf oder Leder.	sehr, sehr hart	Günstiger, aber nicht ganz so schön wie eine Bullwhip.
Kettenpeitsche	Eine Riemenpeitsche aus Metallketten.	sehr, sehr hart	Tolle Optik, sieht auf Fotos klasse aus. Ob man sie zum Schlagen einsetzen muss, nun das sollte jeder selber entscheiden.
Stockwhip	Zu Deutsch: Stockpeitsche. Eine Single Tail, die als Griff einen langen Stock hat.	mittel bis sehr, sehr hart	Leichter zu handhaben als eine Bullwhip bei einem ähnlichen Effekt.

Bezeichnung	Anwendung	Wirkung	Tipps
Snakewhip	Die Peitsche ist eine Bullenpeitsche mit einem flexiblen Griff. Von dieser Möglichkeit des Einrollens hat sie auch ihren Namen.	sehr, sehr hart	Durch den flexiblen Griff noch etwas besser zu beschleunigen als eine Bullwhip, aber auch schwerer zu beherrschen.
Rosshaarpeitsche	Die Peitsche hat zum Schlagen Rosshaar. Jeder reagiert anders auf die Stimulation. Sie sind hochwertig und bedürfen auch etwas Pflege. Das Rosshaar schneidet sich ganz leicht in die Haut ein, verletzt sie aber nur sehr oberflächlich. Es kommt daher zu keinen Blutungen.	leicht bis mittel	Nicht mit den Spitzen schlagen, sie reißen die Haut auf.
Kombipeitsche	Manche Peitschen kombinieren verschiedene Peitschen. Dies ist aber nicht sehr verbreitet und eher eine Sonderanfertigung, in dem Fall fragt euren Händler ;-)	leicht bis sehr hart	Schön ist die Kombination von Flogger und Riemenpeitsche.
Gerten	Je starrer und kürzer, umso leichter zu handhaben.		Gibt es in jedem Reitsportbedarf.
Springgerte	Kurze Gerte mit einer kleinen ledernen Schlagfläche am Ende, ab und an auch kleine Lederbänder (dann eher härter). Eigentlich schlägt man mit dem Ende, bei einigen (z.B. geflochtenen) kann aber auch die gesamte Fläche genutzt werden.	leicht bis mittel	Die flexiblen sollten mit etwas Abstand benutzt werden, da sie schwerer zu kontrollieren sind. Bei flexiblen Gerten mit Bändern am Ende siehe unten.
Dressurgerte	Sehr langer flexibler Schaft und eine kurze Peitschenspitze.	mittel bis hart	Mit kurzem, schnellem Wippen am ausgestreckten Arm kann man das Bändchen am Ende der Gerte über die Zielfläche hin und her flitzen lassen.

Bezeichnung	Anwendung	Wirkung	Tipps
Edelstahlgerte	Eine Hightechvariation, die komplett aus Edelstahl und keinen Schlag aufweist. Die Länge beträgt zumeist 60-70 cm, wobei der aus dem Stahlgriff ragende Teil rund 3 mm stark ist. Die ausgesprochen hohe Flexibilität in Verbindung mit dem äußerst niedrigen Stärke ermöglicht sehr gute Führbarkeit bei sehr hohen Geschwindigkeiten.	hart bis sehr hart	Sehr edles Design, kann aber bei zu harten Schlägen verbiegen. Die „singende“ Akustik ist ein besonderes Special.
Sonstiges			
Paddle, Leder	Aus einem Stück gefertigtes Schlaginstrument. Spezielle Anfertigungen haben einen Kern aus Schwingstahl oder Fiberglas. Das Leder wird um den Griff gearbeitet und die überstehenden 15-30 cm sind leicht gewölbt.	leicht bis mittel	Sehr gut zum Aufwärmen geeignet.
Paddle, Holz	Aus einem einzigen Stück Holz gefertigtes Paddle. Flach mit einer oft ovalen Schlagfläche.	hart bis sehr hart	Beim Selberbauen die Kanten abschleifen. Hast du keins, ein ähnlicher Effekt läßt sich mit einem Tischtennisschläger erzielen
Klatsche	Ähnlich wie eine Peitsche, nur am Ende sitzt ein dickes Lederband, das als Schlaufe am Griff befestigt ist oder die gesamte Klatsche ist mit Leder gefüttert und hat einen Ledermantel drum herum (seltener, dann auch etwas härter als mittel möglich).	leicht bis mittel	Kann, wie der Name schon sagt, sehr laut sein.
Tawse	Lederriemen, meist am Ende mittig geteilt, der aus dickem, schwerem Spaltleder besteht.	mittel bis hart	Kann man sich selber basteln aus einem Leder-gürtel und zwei schmalen länglichen Holzstücken.

Bezeichnung	Anwendung	Wirkung	Tipps
Ochsenziemer, naturbelassen	Die naturbelassenen Ziemer sind sehr hart und ausgetrocknet. Sie sollten vor Gebrauch ca. sechs Stunden gewässert und dann eine Stunde zum Antrocknen weggelegt werden, damit sie elastisch und geschmeidig werden.	mittel	
Ochsenziemer, gedreht	Gedrehte Ziemer sind durch ihre spezielle Behandlung sehr elastisch und bedürfen vor Gebrauch keiner Vorbehandlung.	hart bis sehr hart	
Nadelrad	Ein medizinisches Gerät eines Neurologen, mit dem die Schmerzempfindlichkeit geprüft wird. Das Gerät besteht aus einem Griff und am Ende davon ist ein Rad, das mit spitzen Spicks gespickt ist, befestigt. Je nach Intensität des Drucks, der auf das Rad ausgeübt wird, ist auch der Schmerz verschieden.	leicht bis hart	Desinfizieren nach Gebrauch. Wer es sehr hart mag, nutzt das Rad indem er das Rad nicht laufen lässt, sondern mit den Spicks kratzt.
Stählerne Fingernägel	Die harte Variante, eine Art Fingerhut mit Spitze dran.	leicht bis sehr hart	Kann sehr leicht dauerhafte Spuren hinterlassen.
Skalpell	Saubere, feine Schnitte. Wenn ihr euch schneiden wollt, dann bitte damit und nicht mit Scherben, Messern oder anderem „Gerät“.	mittel bis sehr hart	Gefährlich! Wisst ihr denn, wo ihr schneiden dürft? Und natürlich kann es leicht bleibende Spuren geben.
Gewichte	Klammern/Klemmen, an denen Gewichte angebracht sind. Je nach Körperstelle und Gewicht sind die Effekte recht verschieden.	mittel bis hart	Gibt es günstig im Baumarkt.
Teleskopschlagstock	Wird vor allem von Sicherheitskräften eingesetzt und kann zu erheblichen Verletzungen führen, selbst wenn es ein dünner Schlagstock ist.	hart bis sehr hart	Das Führen von solchen Schlagstöcken ist seit dem 1. April 2008 in der BRD verboten. Besitz und Erwerb sind weiterhin für Personen ab 18 Jahren frei. Also nur für zu Hause.

Bezeichnung	Anwendung	Wirkung	Tipps
Tens Geräte	Wenn, dann kauft medizinische und tastet euch langsam voran. Informiert euch genau über die Gefahren. Vor allem das Herz kann durch Strom aus dem Takt gebracht werden, was zum Tode führen kann.	leicht bis sehr hart	Stromspiele nur mit Akkus, nie mit Geräten, die einen Steckdosenanschluss brauchen!
Violett Wand	Die Ausnahme. Sie sind alte medizinische Geräte und ungefährlich, obwohl sie einen Steckdosenanschluss brauchen. Passt nur bei Piercings auf, hier sollte nicht mit ihnen gespielt werden, da sie diese aufheizen.	leicht bis mittel	Findet man auf Trödelmärkten oder im Netz.
Spieks	Es gibt sie in verschiedenen Funktionen, z.B. eingearbeitet in Handschuhe oder auch Unterlagen.	leicht bis hart	
Nadeln	Ich kann hier zu diesem Thema keine genauen Angaben machen, da es nicht meine Spielart ist und ich kein Mediziner bin.	leicht bis mittel	Nur einmal gebrauchen!
Federn	Die Kitzelfolter. Dies kann sehr gemein sein, vor allem wenn der devote Part fixiert ist. Sehr intensiv, aber keine Spuren (außer evtl. Muskelkater am Zwerchfell).	leicht bis hart	Steigert es langsam, setzt ab und fangt wieder neu an. Nehmt dem anderen die Bewegungsfreiheit und verbindet die Augen.

SM Stellungen

Womit und wohin ist nun geklärt, jetzt fehlt nur noch das Objekt der Begierde. Je nachdem in welcher Position er/sie geschlagen wird, hat dies unterschiedliche Effekte. Die Position sollte so gewählt werden, dass Dom ohne große Verrenkungen zielsicher schlagen kann und dabei auch die Tabuzonen von Sub nicht im Wege sind. Auch der Abstand will gut gewählt sein. Zu nah an der Sub und man kann nicht richtig ausholen und zum Teil fehlt auch die wichtige räumliche Perspektive. Zu weit entfernt und es wird schwerer, präzise zu bleiben mit den Schlägen.

Stellung	Handhabung	Vor-/Nachteile und Tipps
An der Wand mit Abstand	Sub sollte sich mit leicht angewinkelten Armen an der Wand abstützen. Die Beine sind leicht gespreizt und die Füße sind etwas hinter der Schulter platziert, so dass der Oberkörper leicht nach vorn gebeugt ist. Durch die Arme, die an der Wand sind, ist diese Position sehr stabil. Zudem ist der gesamte Rückenbereich bespielbar. Interessant ist ebenfalls die Beinstellung, wenn ein Fuß nach vorne und der andere nach hinten versetzt steht (wie bei einem „eingefrorenen“ Schritt), dies bringt zusätzliche Stabilität und bis auf die Fußsohlen (wobei man befehlen kann einen Fuß anzuheben) sind alle Körperstellen zumindest von einer Seite aus bespielbar. Die Stellung ist ein Klassiker.	Sub sieht nicht was passiert, das erhöht die Spannung. Zudem kann er/sie noch an zwei Wandhaken oder anderen Dingen fixiert werden. Nachteile sind nicht wirklich gegeben. Auch das Spiel mit den Genitalien oder Sex (MaleDOM, StrapON) ist hierbei möglich.
An der Wand ohne Abstand	Sub steht direkt an der Wand. Die Arme können dabei vor dem Körper gehalten werden oder waagrecht an der Wand liegen oder die Finger von Sub werden auf dem Hinterkopf gefaltet. Baumeln die Hände seitlich runter, können sie aus Versehen getroffen werden. Etwas gespreizte Beine erhöhen die Stabilität zusätzlich. Auch hier ist ein freier Zugang zum gesamten rückwärtigen Bereich möglich. Sex ist hingegen nicht ganz so leicht zu vollziehen.	Die Position ist nicht so bequem wie die vorige, zudem sind Wände oft kalt. Vorteil: Dom kann den eigenen Körper nutzen, um Sub intensiv gegen die Wand zu drücken.
Stehend vorne über gebeugt	Sub kann sich auf einem Tisch oder Stuhl etc. abstützen. Wenn sie sich nicht oder nur auf den Knien abstützt, besteht die Gefahr des „Vorneüberkippen“, gerade bei harten Schlägen. Die Beine können wie bei der ersten Stellung gespreizt und somit der Genitalbereich genutzt werden.	Je tiefer der Kopf hängt, umso schneller kann es zu Kreislaufproblemen kommen. Dafür kann die Stellung zum Sex (MaleDOM, StrapON) genutzt werden.
Auf allen Vieren	Eine je nach Unterlage relativ bequeme Position. Sie ermöglicht den freien Zugang zu sehr vielen Körperstellen. Ideal kann so der Po versohlt werden, zudem sind die Genitalien griffbereit (daher aber bitte auch Vorsicht beim Poversohlen). Die Stellung ist ein Klassiker.	Wechselt die Schlagzonen ab, immer nur der Po ist langweilig auf Dauer. Hier kommt man auch an die Fußsohlen ran.

Stellung	Handhabung	Vor-/Nachteile und Tipps
Über's Knie	Sub liegt mit dem Bauch auf den Oberschenkeln (nicht dem Knie) von Dom. Klassisch geschieht dies, wenn Dom auf dem Sofa oder einem Stuhl sitzt. Stützt Sub sich mit Händen und Füßen ab, liegt weniger Gewicht auf dem Dom. Eine andere Variante es für Dom bequemer zu machen ist, wenn das ganze im Bett gemacht wird, also Sub mit dem Bauch auf den Oberschenkeln und mit dem restlichen Körper auf dem Bett liegt. Alle wichtigen Körperregionen sind erreichbar. Die Stellung ist ein Klassiker.	Wenn Sub nur mit dem Bauch aufliegt, kann es für beide nach einiger Zeit unangenehm werden. Sub kann zusätzlich noch an Händen und Füßen fixiert werden. Da Dom sich nicht wegbewegen kann, ist der Abstand immer festgelegt. Große Peitschen etc. können somit nicht eingesetzt werden. Ideal ist die Stellung für den Einsatz von Hand und Rohrstock.
Auf Knien	Klassische Sub Haltung: Er/sie kniet. Wenn er/sie das in einem freien Raum tut, kann Dom leicht an fast alle Körperstellen gelangen. Nur die Waden und die Rück- und Innenseite der Oberschenkel sind unzugänglich. Zumindest Oralsex ist möglich. Die Stellung ist ein Klassiker.	Leicht gespreizte Beine können zum Teil erniedrigend sein, da man so freien Blick/Zugriff auf die Genitalien hat. Besonders erniedrigend ist es, diese mit den Füßen zu „streicheln“. Bei ungeübten Subs eine weiche Unterlage für die Knie drunterlegen. Eine Augenbinde kann noch mehr Spannung erzeugen.
Auf dem Bauch liegend	Eine sehr bequeme Position für Sub, welche auch für ein längeres Spiel und Fixierungen geeignet ist. Wenn er/sie das Becken leicht anhebt, ist der Po noch leichter zu treffen. Die Stellung kann für Sex genutzt werden (MaleDOM, StrapON).	Position mit der geringsten Gefährdung für die Beteiligten.
Auf dem Rücken liegend	Ebenfalls eine sehr bequeme Position, die auch für ein längeres Spiel und Fixierungen geeignet ist. Alle Körperregionen der Vorderseite sind greifbar, wie auch die Fußsohlen. Die Stellung kann nicht nur von einem MaleDOM, sondern auch einer FemDom zum Sex genutzt werden.	Kann sehr gut als Zwischenposition für etwaige Stellungswechsel genutzt werden.
Auf dem Rücken, Beine in die Höhe	Sub macht eine Kerze. Dies kann er/sie allein machen oder Dom hilft mit einer Hand mit. Bis auf den Rücken und die Innenseite der Schenkel kann Top auf alle Regionen zugreifen. Die Stellung ist aber etwas ermüdend für Sub.	Zum Stützen kann ein Kissen unter den Rücken geschoben werden.

Stellung	Handhabung	Vor-/Nachteile und Tipps
Auf dem Rücken, Beine an den Oberkörper angezogen	Diese Stellung ist weniger ermüdend für Sub, zusätzlich können aber die Brust und die Oberseite der Oberschenkel nun nicht mehr genutzt werden. Ein Fixieren in dieser Stellung ist möglich. Ganz flexible Subs können die Beine auch neben den Kopf bringen.	Eine tolle Stellung für Sex, wenn Sub die Beine spreizt (MaleDOM, StrapON).

Nun noch ein bisschen aus dem Nähkästchen. Viele Neulinge auf Subseite können sich besser fallenlassen, wenn sie fixiert sind und somit gar keine Möglichkeit haben auszuweichen. In diesem Fall können sie sich ohne Abwehrgedanken (weil das nun nicht mehr geht) auf eine Session einlassen.

Verbindet ihr jemandem, der zum ersten Mal spielt, die Augen, dann setzt einige Schlaginstrumente ein und fragt nach jedem Einsatz, ob es angenehm, neutral oder unangenehm war. Macht drei Stapel und zeigt nach dem Spiel Sub das Ergebnis.

Der Anblick, wie Sub schaut, ist meist göttlich („Das mag ich?“). Zudem wisst ihr nun besser, wie ihr mit ihm/ihr spielen könnt und es ist spannend mitzuerleben, wie manche Schlaginstrumente, die Stapel wechseln. Schlagt aber nicht nur. Die Haut wird durch Schläge sensibilisiert. Wenn ihr nun streichelt, küsst oder auch Eiswürfel/Federn/Nadelrad einsetzt, spürt Sub dies noch viel intensiver als sonst.

Ihr habt keinen Pranger oder ähnliches zum Fixieren? Nun, das braucht ihr auch gar nicht. Jede Tür, viele Tische/Betten/Stühle und Gardaroben eignen sich dafür. Bei Türen braucht man einen dünnen Riemen mit einem Knoten. Den Riemen legt man auf die Tür, der Knoten ist dabei auf der Seite der Tür, die nicht zum Raum gehört in dem ihr spielen wollt. Nun zieht einfach die Tür zu. Der Riemen ist nun zwischen Tür und Türrahmen eingeklemmt und der Knoten verhindert ein etwaiges durchrutschen. Ob ihr den Riemen nun selber zum Fixieren nutzt oder etwas dranmacht, ist eure Sache.

Diese Möglichkeit ist sehr gut bei Reisen einsetzbar. Auf die Tischplatte kann Sub gelegt werden, die Tischbeine können zum Fixieren mittels Seilen und Ketten genutzt werden. Für Betten gilt ähnliches, hier kann aber auch der Lattenrost zum Überspannen des Bettes mit Ketten genutzt werden. An Stühlen kann verschiedenst fixiert werden, dabei muss Sub nicht immer auf dem Stuhl sitzen. Gardaroben oder auch Treppengeländer haben oft viele Möglichkeiten, jemanden im Stehen zu fixieren.

Wie schlage ich richtig?

Wie hart schlage ich?

Nun, der aktive Part sollte den Passiven lesen können. Dies bedeutet, zu merken, wie es dem anderen gerade geht. Jeder Mensch hat so seine Vorlieben, erkundet diese gemeinsam: Mag er/sie den Rohrstock oder eher die Peitsche etc. Dieses Wissen bringt eine gewisse Sicherheit. Gut ist es, wenn manches gemocht (Belohnung) und manches gehasst (Bestrafung) wird.

Steigern kann man die jeweilige Intensität des Einsatzes immer, also beginnt maßvoll und schaut, wie euer Partner reagiert. Selbst wenn ihr euren Partner kennt, kann sein Empfinden, bedingt durch die jeweilige Tagesform, sehr variieren. Wenn man sich noch nicht so gut kennt, ist es kein Beinbruch auch einfach mal zu fragen, ob es gerade Freude oder wirklichen Schmerz bereitet was man tut oder man lässt sich eine Bewertung geben.

Beispiel hierfür wäre eine 1 bis 7 Skala. 1 ist lasch, 2 spürt man zumindest, 3 ist angenehm, kann aber noch gesteigert werden, 4 ist ideal, 5 ist angenehm, aber schon kurz davor unangenehm zu werden, 6 ist echter Schmerz, aber auszuhalten und 7 ist zu viel.

Kleine physikalische Überlegungen: Je höher die Aufprallgeschwindigkeit, umso mehr Energie wird beim Aufprall dem Körper zugeführt. Je schwerer ein Schlaginstrument ist, umso mehr Masse wirkt auf den Körper ein und umso tiefer wirkt die Aufprallwucht. Je kleiner die Aufprallfläche des Schlaginstruments ist, umso mehr Masse wirkt auf einen einzelnen Punkt. Je härter die Schlagfläche ist, umso weniger Energie wird abgefedert. Ihr könnt die Schlaginstrumente nach diesen Kriterien selber recht gut einordnen und in der Dosierung abschätzen.

Wohin schlage ich?

Schläge sind am ungefährlichsten an Stellen, an denen keine Knochen hervorstehen und Stellen, wo viel Fett oder Muskeln vorhanden sind und unter denen nicht direkt Organe liegen. Diese Stellen können nur schwer verletzt werden. Typische Einsatzgebiete für SM Gerätschaften sind der Po und die Oberschenkel.

Noch eines, bevor es zur schematischen Auflistung geht: Zielt gut, denn ein Schlag, der daneben geht, kann schnell eine Region treffen, die eigentlich tabu ist. Tabu ist z.B. der gesamte Kopf (Ausnahme: platzierte Ohrfeigen), Hals und Nierenbereich (die Region oberhalb von String oder Unterhosenbund und unter dem ersten Rippenbogen).

Wer wilde SM Sessions machen will und nicht treffsicher ist, kann den Nierenbereich durch einen Nierengurt (speziell dafür gemacht oder Nierengurt von Motorradfahrern) schützen. Treffsicherheit sollte eh geübt werden, wenn noch nicht vorhanden, dann allein an einem Kissen.

Logisch ist eigentlich, dass die Region der Genitalien eine besonders sensible Region ist und wenn, dann nur eine geringe Gewaltanwendung hier sinnvoll ist (Ich kann aus eigener Erfahrung sprechen. Als mich einmal eine Sklavin geritten hat, ja, auch das ist möglich, und ich ihr mit einem kurzen Rohrstock dabei den Po versohlt habe, traf ich aus Versehen meinen eigenen Hoden, autsch...).

Körperzone	Was kann ich machen?	Tipps
Vorderansicht		
Kopf	Der Kopf ist tabu! Hier liegen die Augen und Ohren, die nicht geschützt sind. Es kann sehr leicht zu schweren Verletzungen kommen. Einzige Ausnahmen sind die Wangen - hier darf eine wohldosierte Ohrfeige erfolgen -und die Zunge. Diese kann gekniffen oder auch gebissen werden. Bei heftigen Ohrfeigen sollte die andere Hand auf der gegenüberliegenden Seite der Schlagfläche dem Kopf Halt geben.	Passt mit den Ohrfeigen auf. Treffen sie das Ohr oder Auge, kann es zu Verletzungen kommen. Also, beim wilden Sex sollte man es nur mit viel Übung machen. Achja, die Ohrläppchen kann man nicht schlagen, aber schön an ihnen drehen oder ziehen.
Hals	Hände weg, Geübte können hier Atemreduktionsspiele machen, aber Schläge sind ein Tabu.	Ein Halsband macht sich an dieser Stelle sehr gut.
Arme	Tabu sind die Gelenke (Ellbogen) und der Übergang von Unterarm zur Hand. Auf die Finger darf von oben zumindest leicht geschlagen werden. Heftigere Schläge mit festen Gegenständen sind nicht erlaubt.	Die Handinnenflächen haben sehr viele Nerven, hier ist Sub besonders sensibel.
Torso	Bis auf die weibliche Brust, sollte auf Schläge verzichtet werden. Die weibliche Brust ist sensibel, also übertreibt es an dieser Stelle nicht.	Klammern können hier überall recht gut angebracht werden.
Leisten- und Intimbereich	Sehr sensible Stelle, die man aber mit leichter Züchtigung behandeln darf.	Spielt mit der Lust und dem Schmerz. Kombiniert beides an dieser Stelle.
Oberschenkel	Eine gute Stelle für alle möglichen Arten der Züchtigung. Achtet aber darauf, nicht den Intimbereich oder das Knie zu erwischen.	Bei Frauen ist diese Stelle oft besonders anfällig für blaue Flecken.

Körperzone	Was kann ich machen?	Tipps
Knie und drunter	Finger weg, hier sitzen direkt die Knochen (Schienbein) und das sehr empfindliche Knie.	
Fußsohle	Eignet sich zum bestrafen sehr gut, denn trotz der raueren Haut liegen hier viele Nerven, die stimuliert werden können.	Kitzelfolter kann hier sehr effektiv sein.
Rückansicht	Bitte Sub vorher rumdrehen!	
Kopf und Hals	s.o. viel zu gefährlich, um hier Gewalt dran auszuüben.	
Rücken bis Nierengegend	Bei heftiger, stumpfer Gewalt sind die Schulterblätter und die Wirbelsäule ein Tabu, normal gepeitscht werden können sie aber.	Bisse können hier gut platziert werden. Die Spuren sind im Alltag auch nicht sofort sichtbar.
Nierengegend	Absolut Tabu, hier können Nieren und Leber Schaden nehmen.	Ein Nierengurt kann ein guter Schutz sein.
Po	Ideales Zielgebiet. Die Stelle zwischen den Pobacken ist besonders sensibel, hier etwas Vorsicht bitte. Vor allem besteht bei stumpfer Gewalt eine Gefahr für das Steißbein. Bricht es, wird dies lebenslange Folgen haben. Passt zudem auf die Hüftknochen auf.	Hier ist fast alles möglich, denn die Region ist bei fast allen Menschen durch Muskeln oder Fett gut gepolstert.
Oberschenkel	Etwas schmerzempfindlicher als der Po, aber sehr gut geeignet. Besonders die Innenseiten der Schenkel sind sensibel. Passt nur auf die Kniekehle auf.	
Knie und unterhalb	Einzig die Wade ist als Region zum Züchtigen geeignet, jedoch nur die Mitte der Wade, da an den Enden Bänder sitzen.	Gerade mit einem Rohrstock gut erreichbar und hier erwartet Sub selten einen Schlag.

Blessuren und Schlimmeres

Ich will schön sein.

Nicht jeder empfindet Spuren von einer Session als schön. Manche wollen daher diese Spuren möglichst minimieren, ohne aber auf eine intensive Session verzichten zu müssen. Hier sollten sich beide Partner vorher absprechen.

Die meisten Blutergüsse, Striemen und Abschürfungen verschwinden nach einigen Tagen von selbst. Spuren können im Vorfeld dadurch verhindert werden, dass die jeweiligen Stellen mit leichten Schlägen aufgewärmt werden, bevor man mit den härteren startet.

Auch ein Kälteakku (erst in ein Tuch einwickeln da es sonst zu Erfrierungen kommen kann) oder der Einsatz eines Eissprays sofort nach der „Verletzung“ minimieren Spuren, ist aber irgendwie sehr abtunnend. Zusätzlich kann das Entfernen eines blauen Flecks mit kalt/warm Duschen und leichten Massagen etwas beschleunigt werden.

Aufgeschürfte Stellen sollten eingecremt und mit einem Wundpflaster beruhigt werden.

Mit einer speziellen Salbe, die Ärzte bei Hämatomen im Gebiet des ärztlichen Eingriffs verwenden, kann man jeden blauen Fleck binnen einiger Stunden entfernen, aber wirklich gesund ist das nicht. Zudem sind diese Mittel verschreibungspflichtig! Es gibt aber auch weniger intensiv wirkende, nicht verschreibungspflichtige Präparate.

Präparate, welche Heparin oder Hirudin enthalten, fördern die Auflösung des Blutergusses. Präparate, die Arnika enthalten, wirken entzündungshemmend, abschwellend und schmerzlindernd. Präparate mit Ananasenzymen können die Heilung allgemein fördern, aber solche Enzyme dürfen bei Gerinnungsstörungen nicht eingenommen werden!

Ihr könnt nun online bei einem medizinischen Versand bestellen und auf die jeweiligen Inhaltsstoffe achten oder ihr geht in die Apotheke und lasst euch noch etwas intensiver beraten. Ein Hausmittel zur Entfernung solcher Spuren soll Zimtöl sein, das eingebürstet wird. Möglich ist auch der Einsatz von Blutegeln, sie arbeiten schnell und effektiv, aber sind sicher nicht jedermanns Sache und aus der Natur geholt sind sie potentielle Krankheitsüberträger.

Ich will gesund bleiben.

Egal, wie sehr man sich um die Sicherheit bemüht, ein Restrisiko bleibt. Daher sind Grundkenntnisse der Ersten Hilfe unerlässlich. Sinnvoll ist es, einen der vielen Erste-Hilfe Kurse zu absolvieren. Einen kleinen Onlinekurs des DRK gibt es hier.

Ein Verbandskasten sollte in der Nähe aufbewahrt werden. Dies ist nicht nur für BDSMler sinnvoll, für diese aber im besonderem. Verschlechtert sich der Zustand nach der Wundversorgung, sollte immer ein Arzt konsultiert werden. Die folgenden Ratschläge decken mit Sicherheit nicht den gesamten Bereich der ersten Hilfe ab, sind aber ein gutes Grundgerüst.

Was braucht man für die Erste Hilfe

Ideal ist ein Verbandskasten, der für's Auto bestimmt ist. Hier ist fast alles vorhanden, was man benötigt. Zudem sollte man sich zwei Kälteakkus besorgen und diese im Eisfach lagern.

Blutungen und Schürfwunden

Sowohl bei SM, als auch bei Bondage kann es zu Blutungen oder Schürfwunden kommen. Wenn man sich nicht sicher ist, ob einer der Beteiligten eine ansteckende Krankheit hat (geht Blutspenden, das ist gesund und man ist sicher, keine Krankheiten wie AIDS etc. zu haben), sollten, bevor man die Wunden versorgt, Latexhandschuhe angezogen werden.

Kleine, leichte Blutungen

Diese sollten zuerst ausgespült und dann durch Druck auf die Stelle gestillt werden. Noch schneller geht es, wenn der Druck durch einen Kälteakku erzeugt wird. Im Anschluss die Wundränder säubern (nicht die Wunde auswaschen) und desinfizieren (Kodan oder Cuta-sept). Danach die Wunde mit einem Pflaster oder einer sterilen Kompresse verbinden.

Bezüglich der idealen Nachsorge, fragt einfach den Apotheker. Wenn euch die Frage peinlich ist, kauft Betaisadona.

Mittlere Blutungen

Wenn es kein kleiner Blutfluss ist, kann es sein, dass ein größeres Blutgefäß erwischt wurde. Versucht, die Blutung durch Druck und einen Kälteakku zu schließen. Wenn das Blut nicht aus der Wunde fließt, sondern spritzt, habt ihr wohl eine Ader oder Vene erwischt. In diesem Fall legt ihr einen Druckverband an und lagert den Verletzten in einer ruhigen Position. Danach ruft ihr sofort einen Notarzt.

Schwere Blutung

Ähm, BDSM sollte nicht mit Kettensägen vollzogen werden! Nein im Ernst, wenn ihr nicht gerade mit einer Bullwhip auf die Halsschlagader haut oder Cutting betreibt, sind schwere Blutungen eigentlich ausgeschlossen. Wer schneiden will, informiere sich gut.

Verbrennungen

Verbrennungen können durch Seile beim Bondage und bei Wachsspielen entstehen. Bei Verbrennungen ersten Grades (gerötete Haut, leichten Verbrennungen) sollte die entspre-

chende Stelle unter kaltes Wasser gehalten oder ein Kälteakku draufgelegt werden. Dies lindert den Schmerz und verhindert eine weitere Schädigung des Gewebes durch angestaute Hitze.

Verbrennungen zweiten Grades (Blasenbildung) sollten gleichfalls behandelt werden. Zudem muss die betroffene Stelle mit einer sterilen Kompresse verbunden werden, da ansonsten ein hohes Entzündungsrisiko besteht. Die Brandblasen sollten nicht selber aufgestochen werden. Sollte sich die Wunde dennoch entzünden, so ist auf jeden Fall ein Arzt aufzusuchen.

Bei Verbrennungen dritten Grades (verkohlte Haut oder weiße, schmerzunempfindliche Stellen) ist sofort der Arzt aufzusuchen. Vorher sollte jedoch die Wunde mit einer sterilen Kompresse verbunden werden.

Schwindelgefühle und Ohnmacht

SM und Bondage stellen eine nicht unwesentliche Belastung für den Organismus des devoten Parts dar. Personen mit Kreislaufproblemen sollten daher auch nicht einfach mal so aufgehängt werden.

Wenn etwas passiert, beendet sofort den negativen Einfluss (Fesselung, Züchtigung, Knebelung), damit sich der Körper wieder beruhigen kann. Wenn der Betroffene noch bei Bewusstsein ist, legt ihn auf's Bett oder den Boden und lagert seine Füße hoch (stabiles Kissen, Kasten, Stuhl etc.).

Sollte sich der Zustand nicht bessern, so ist nach etwa 30 Minuten ein Arzt zu verständigen. Falls der Betroffene sogar bewusstlos ist oder immer wieder das Bewusstsein verliert oder auch nur desorientiert wirkt, bringt ihn in die stabile Seitenlage (lernt man im Erste-Hilfe Kurs) und verständigt einen Arzt.

Sollte ein wirklicher Notfall eintreten:

Wenn es sich um einen wirklichen Unfall handelt, bei dem eine schwerere Verletzung vorliegt, auch wenn nur die Vermutung besteht, ruft einen Notarzt oder begeben euch ins Krankenhaus. Hier bloß keine Geschichten erfinden. Es kommt raus und die Ärzte können euch nur richtig schnell helfen, wenn sie genau wissen, wie es passiert ist.

Keine Sorge, die Leute werden schon viel Schlimmeres und Skurrileres gesehen haben als euch beide und sie sind zur Verschwiegenheit verpflichtet. Daher lieber einen hochroten Kopf, als bleibende gesundheitliche Schäden riskieren.

Die Nachsorge

Durch BDSM können sehr tiefe Gefühle erzeugt werden. Diese bilden dann zwischen den Partnern eine sehr starke Bindung. Diese Emotionen sind etwas sehr schönes und besonderes, können aber auch gefährlich werden. Wer hoch schwebt, kann auch tief fallen. Daher sollten beide Partner auch in sich gefestigt sein. Dies hat nichts mit der Härte des Spiels, sondern eben mit den intensiven Gefühlen zu tun.

Besonders intensiv können diese Gefühle werden, wenn man sich dem anderen ganz hingibt. Wer gerade durch die Kombination von Dominanz und Wärme gehalten und damit im Innersten berührt wird, kann im Guten wie auch im Schlechten sehr heftige Emotionen erfahren. Kommt es dazu, dass jemand im freien Fall emotional zu Boden geht, spricht man von einem Absturz. Die Sicherheitsleine, die einen vor dem totalen Aufprall schützt, ist unter dem häufig verwendeten Begriff „Auffangen“ bekannt.

Auffangen bedeutet für mich, den Part psychisch zu stabilisieren, ganz losgelöst von den eingesetzten Mitteln. Dazu gehören aber immer zwei Akteure: Der sichere Fänger, aber auch der Fallende, der idealerweise Signale aussendet und sich in die Hände des anderen und eben nicht in sich selbst flüchtet.

Die Gründe

Oft hat ein Absturz nichts mit dem falschem Handeln der Akteure zu tun, sondern hängt mit der Tagesform oder gar mit einem unbewussten Bedienen gefährlicher Knöpfe zusammen, welche die Partner so gar nicht kannten.

BDSM bedeutet Verantwortung und damit verbunden Ehrlichkeit. Ehrlichkeit zu sich selber und auch gegenüber dem Partner. Wenn es in der Vergangenheit dunkle Erlebnisse wie Missbrauch oder Vergewaltigung gab oder es aktuelle Angstzustände und heftige moralische Bedenken gibt, so sollte dies der Partner wissen. Nur so kann er vorbereitet sein, wenn es zu einem Absturz kommt, der auf diesen Gegebenheiten und den damit verbundenen aufgestauten oder unterdrückten Emotionen beruht. Sowohl Dom als auch Sub können in ein solches tiefes Loch fallen. Häufiger sind jedoch die Subs hiervon betroffen.

Ein Dom kann primär aus zwei Gründen in einen depressiven Zustand verfallen, der aus dem Spiel heraus resultiert. Vor allem Neulinge haben Probleme damit, BDSM in ihre Wertvorstellungen zu integrieren und es kommt zu großen Gewissensbissen. Hervorgehoben wird dies oft durch die Spuren, die Sub zugefügt wurden und die zum Teil noch nach Tagen sichtbar sind.

Aber auch direkt nach einem Spiel kann es geschehen, dass Dom das Gefühl hat, einfach zu weit gegangen zu sein, auch wenn das Spiel beiden Spaß gemacht hat oder er hat Angst davor, seine dunkle Seite irgendwann nicht mehr unter Kontrolle haben zu können.

Gerade, wenn Hemmschwellen (die auch ein Top hat) im Spiel überwunden worden sind, sind sie das im Alltag noch lange nicht. Natürlich bleiben diese Hemmschwellen im Alltag vorhanden, aber dies immer logisch strikt zu trennen, fällt vielen nicht gerade leicht.

In seltenen Fällen ist es aber auch ein anderer Grund: Auch wenn Dom Sub benutzt hat im Spiel, fühlt er sich selber danach benutzt. Dies geschieht meist dann, wenn Dom seiner Sub zuliebe gespielt hat, sei es weil sie ihn drängte oder auch nur um ihr etwas Gutes zu tun.

Wie oben geschrieben, bedeutet BDSM auch Verantwortung (für sich und seinen Partner) und Ehrlichkeit. Ein Dom, der versucht einen Absturz zu überspielen, weil solche Gefühlsanwandlungen mit seinem Selbstbild eines Doms nicht vereinbar sind, gefährdet seinen Partner.

Beim nächsten Mal könnte er die Kontrolle verlieren und damit wäre er nicht mehr in der Lage, verantwortungsvoll zu Führen. Selbstehrlichkeit und nicht Selbstherrlichkeit zählt zu den Grundanforderungen, an denen sich jeder Dom messen lassen muss.

Ein Sub kann in der gleichen moralischen Zwickmühle sein. Oft macht Neulingen etwas Spaß, was einfach nicht in ihre eigenen Wertvorstellungen integrierbar ist oder er/sie tut etwas nur, weil Dom dazu Lust hat. Zu einem Spiel gezwungen zu werden, mag oftmals als sehr angenehm empfunden werden. Sub will ja die Macht von Dom spüren.

Aber manchmal gibt es eine innere Blockade, die, wenn sie durchbrochen wird, große Schäden anrichtet. Manchmal entsteht diese Blockade auch im Spiel. In diesem Fall oftmals, wenn Tabus gebrochen werden oder Alltagsstress ins Spiel mit einspielt. Sub lässt dann die Handlungen über sich ergehen und ist in sich selber gefangen. Das kann so weit gehen, dass Sub das vereinbarte Safeword nicht mehr sagen kann und das Spiel wie eine Vergewaltigung empfunden wird.

Das Problem mit den unterschiedlichen Bedürfnissen (Wertvorstellungen) von Sub und ihrem „Alltags-Ich“ kann sehr gravierend werden. Beide Teile des Menschen können um die Vorherrschaft konkurrieren, wobei das gar nicht nötig ist, da sie die Teile eher als ergänzend ansehen sollte.

Ich kenne selber diesen Kampf - der mir damals sehr nahe ging - einer Frau, die große Probleme damit hatte, Frau und Sklavin nicht als Konkurrenten anzusehen. Bei ihr ging es so weit, dass sie davon träumte, dass die Sklavin in ihr die Frau in ihr ermorden wolle.

Dieser Kampf kommt nicht selten vor, ist aber nur sehr selten so ausgeprägt wie in dem beschriebenen Beispiel. Betroffen von schweren psychischen Störungen sind vor allem labile Persönlichkeiten, bei denen eine große Diskrepanz zwischen „Alltags-Ich“ (meist recht dominant bzw. sie halten sich dafür) und Sub (meist sehr ausgeprägt devot) vorhanden ist.

Bei labilen Personen sollte kein Spielname (= Name einer Sub, welcher nicht der eigentliche Name der Person ist und womit nur Sub, aber nicht die Person im Ganzen angesprochen wird) gebraucht werden, da es die Entwicklung zweier konkurrierender Persönlichkeiten fördert.

Ein anderes Problem ist ein eher körperliches. Nach dem Hochgefühl einer Session, in der viele Glückshormone ausgeschüttet werden, kann es zu einem Fall in ein tiefes Loch kommen. Wie bei jedem Rausch, kann es auch bei einem rein hormonellen nach der Session zu einem Kater kommen.

Erste Hilfe und Nachsorge

Bei einem akuten Absturz in einer Session sollte zuerst einmal eine normale Situation hergestellt werden. Ist der Stürzende gefesselt, befreit ihn. Hierzu zählen nicht nur Fesseln, sondern auch Halsbänder und Korsagen. Kümmert euch danach fix um die räumliche Atmosphäre. Harte Musik, die bei einer Session nett sein mag, schadet hier nun eher, ebenso ist es evtl. mit der Beleuchtung und dem Spielzeug. Vor allem wenn ein spezielles Spielzeug der Auslöser war, muss dies aus dem Blickfeld des Betroffenen verschwinden.

Egal, was ihr macht, zeigt immer Präsenz, mit Worten, aber auch Blicken und wenn es förderlich ist, mit Berührungen (nehmt den anderen in den Arm, drückt ihn an euch und zeigt, dass ihr für ihn da seid). Je mehr Sinne ihr anspricht, umso schneller dringt ihr zu ihm durch. Spendet Trost und Wärme, je mehr, desto besser. Wenn ihr wirklich kurz den Raum verlassen müsst und der Gestürzte kann/will nicht mitkommen, dann redet weiterhin mit ihm und kehrt möglichst schnell zu ihm zurück.

Egal, wo die Probleme liegen, wirklich gelöst werden können sie nur, wenn sie aufgearbeitet werden. Das geht sehr gut durch reden, reden und nochmals reden. Reden bedeutet aber nicht, jedes Detail haarklein zu analysieren, sondern eher die Ursachen zu erforschen und Mittel und Wege zu finden, besser zu kommunizieren und Schutzmechanismen einzubauen.

Dies alles sollte möglichst zeitnah geschehen, denn Probleme, die man mit sich rumschleppt, werden nicht weniger, sondern belasten mit der Zeit immer mehr. In einer Partnerschaft ist dieses meist leichter, da man einen gewissen Zugang zu dem anderen hat. Freunde, die eine gewisse eigene BDSM Erfahrung haben, können aber auch weiterhelfen und in einer Gruppe von Gleichgesinnten wird es sicherlich Personen geben, die etwas Ähnliches schon durchgestanden haben.

Sollte dieses negative Gefühl jedoch von Dauer sein und sollte es zu Alltagsproblemen führen oder gar selbst eines werden, dann sollte professionelle Hilfe in Anspruch genommen werden.

Problem Zweitbeziehung

Eine andere Gefahr eines Absturzes kann die Entfremdung vom Partner sein, sollten die Bedürfnisse gerade nicht mit diesem, sondern mit einer Affäre ausgelebt werden. Hier gibt es das schlechte Gewissen dem Partner gegenüber oder auch ein Hass, dass dieser selber mit einem nicht spielen will. Aber selbst wenn alles geklärt ist und man anderweitig spielen darf, gibt es Gefahren.

Gerade Subs neigen dazu, intensivere Gefühle zu entwickeln je mehr und je intensiver das Spiel ist und je weiter man zusammen geht, denn sie geben viel mehr als Doms bei einem Spiel (Vertrauen, Hingabe, Respekt etc.). Ist Sub recht spielerfahren und eine sehr gefestigte Person, mögen die Gefahren geringer sein.

Die Online-Erziehung

Nicht immer muss BDSM unter Anwesenden erfolgen, die verbreitetste Form dieser Erziehung auf Abstand ist die Onlineerziehung. Gibt man bei Google diesen Begriff ein, so erhält man über 20.000 Treffer.

Onlineerziehung bedeutet, dass Dom den/die Sub durch einen virtuellen Kontakt erzieht, neben der Onlineerziehung gibt es auch die Erziehung via Telefonat und/oder SMS. Viele BDSMler betreiben die Onlineerziehung, aber ich kenne nur wenige, bei denen zumindest die reine Onlineerziehung auf Dauer keine Probleme verursachte. Und die Problemfelder können hierbei mannigfaltig sein.

Ich persönlich halte die reine Onlineerziehung grundsätzlich für Zeitverschwendung oder auch eine Gefahr, je nach Intensität mit der sie betrieben wird. Trotzdem werde ich versuchen, dieses Thema möglichst neutral zu beleuchten.

Was für Onlineerziehung spricht:

Wenn ihr das wirklich machen wollt, sucht euch auf dominanter Seite einen Partner mit viel Fantasie und zumindest etwas realer oder auch virtueller Erfahrung in diesem Bereich. Eine Webcam (ruhig nicht nur auf Seiten des devoten Parts) kann sehr von Vorteil sein.



Kapitel V

Drumherum

- Es ist oft recht unpersönlich und meist bilden platte Befehle die Grundlage für die Aktionen. Das, was Dom interessiert, sind die Fotos von den Aktionen für seine persönliche Trophäensammlung und die werden teilweise dann gerne auch noch im Netz rumgezeigt. Ohne Fotos hingegen gibt es auch keinen Beweis, dass die Aktion ausgeführt wurde und dann wird der Dom oftmals nicht so motiviert sein weiterzuspielen.
- Extreme sind nicht gerade selten. Auf einen Befehl wie „Biete dich in den nächsten drei Tagen verschiedenen Männern sexuell an und berichte davon“ sollte man vorbereitet sein.
- Für jemanden, der BDSM und sexuelle Handlungen verbindet, wird diese Art des Spiels sicher sehr unbefriedigend sein, da am Ende nach dem Lesen und Tippen nur noch der Rückgriff auf die eigene Hand bleibt.
- Ist es nicht komisch sich selber körperlich zu bestrafen, sozusagen als verlängerter Arm des Doms?

Aber vor allem, wie soll das mit der Erziehung eigentlich genau gehen? Nimmt man Onlineerziehung wirklich ernst, wie sieht es dann mit der Verantwortung aus? Kann man diese wirklich auf die Entfernung übernehmen?

Sieht man es, wenn Sub einer Aufgabe nicht gewachsen ist und kann man es abbrechen für den Fall, dass sie selber dazu außer Stande ist? Können Sanktionen, aber auch Belohnungen sinnvoll angepasst werden, wenn Dom gar nicht genau weiß, wie der andere reagiert, gerade wenn er darüber nur schreibt? Wird das Bild nicht immer durch zwei, anstelle von sonst nur einer, subjektive Wahrnehmungen, die aufeinander aufbauen, verfälscht?

Von Bekannten ist mir immer wieder so oder so ähnlich eines erzählt worden: Der/die „OnlineDom/se“ war toll, er/sie schien sehr viel Erfahrung zu haben und wusste genau, was er/sie wollte. Nach einigen Wochen ergab sich die Möglichkeit eines Treffens und die Person, die dann angetroffen wurde, war real eine ganz andere. Meist recht schüchtern und unscheinbar, eben so gar nicht „dommig“. Hier wurde dann die Fantasie ausgelebt, die aber mit der realen Welt eben nichts gemein hatte.

Es scheint so, als seien die meisten „OnlineDoms/en“ Kopfkinospieler und verfügen wohl über keine oder wenig Erfahrung bezüglich des realen BDSM. Jedoch kann man dies sicher auch hinterfragen mit den richtigen Fragen, wenn man denn will.

Kapitel V - Drumherum

Partnersuche

Warum haben wir BDSMler es eigentlich so schwer einen passenden Partner zu finden? Und hiermit ist nicht ein reiner Spielpartner gemeint, den findet man meiner Meinung nach recht leicht. Aber nun sind wir schon beim wirklichen Problem: dem Spiel um Macht und Unterwerfung oder was einem sonst so Spaß bereitet. Auch ohne ausgefallene sexuelle Wünsche ist es nicht leicht den passenden Partner für alle Lebenslagen zu finden. Zumindest sehe ich das immer wieder an dem Teil des Freundes- und Bekanntenkreises, der mit BDSM nichts am Hut hat.

Eigentlich sucht man nicht nur einen, sondern zwei Partner: den für den Alltag und den für den Bereich BDSM. Nun müssen diese beiden Partner jeweils kompatibel mit den zwei Seelen, die in der eigenen Brust schlagen, sein. Wie leben also in einer ständigen Vierecksbeziehung mit uns und dem Partner, wenn wir diesen gefunden haben. Dreiecksbeziehungen sind schon kompliziert, besonders wenn auch noch Liebe im Spiel ist, aber Viereck bzw. besser gesagt Quadratbeziehungen... nun, ich habe selten von einer gehört, die geklappt hat. Jedoch können sich beide Seiten ergänzen und befruchten, daher sollte man sich als BDSMler seinen Partner noch genauer aussuchen als es eh jeder tun sollte. Denn so ein ausgewogenes Quadrat kann auch etwas sehr stabiles sein, wenn es auf einem guten Fundament steht.

Durch dieses ständige Ausselektieren wird natürlich der Kreis der potentiellen Partner immer geringer und daher ist es einem BDSMler fast unmöglich den passenden Partner in einem der üblichen Jagdreviere zu erlegen. Ein Café oder eine Disko machen wohl nur Sinn, wenn es zumindest einen gewissen BDSM Kontext gibt. Der Vorteil des Internets liegt dann nah, aber der Nachteil ist auch nicht fern: die Entfernung. Fast alle längeren Beziehungen, die ich kenne führten zu einem Umzug. Interessanterweise scheint sich hier aber doch noch ein altes Rollendenken zu halten, denn egal ob die Frau Sub oder Dom war, in den meisten Fällen war sie es, die umgezogen ist.

Bei all den Kriterien müsst ihr euch genau überlegen, wie wichtig für euch der Bereich BDSM ist. Versteift ihr euch zu sehr auf diesen Bereich, vernachlässigt ihr vielleicht den anderen. Was habt ihr von dem Superdom oder der Supersub, wenn ihr sonst kein normales Gespräch führen könnt? Viele BDSMler und gerade die, die sich viel mit dem Thema in der Theorie, aber wenig in der Praxis beschäftigen, haben sehr konkrete Vorstellungen was der Partner alles mitbringen muss. BDSM bedeutet aber auch sich zusammen zu entwickeln und nicht den anderen in ein Korsett zu zwingen, in das er passt oder eben nicht kompatibel ist.

Dreht sich eure Kommunikation fast ausschließlich um BDSM, mögt ihr so sicher den richtigen Spielpartner finden können, aber alltagstauglich wird dieser eher nicht sein. Ein intensives Spiel mag große Emotionen gerade auf devoter Seite wecken, aber dieser Höhenflug wird nicht ewig anhalten und spätestens wenn es mehr als ein paar Wochenendbesuche sind, wird auch der Alltag immer mehr an Gewicht gewinnen. Vielleicht wäre es schon fast sinnvoller einen allgemeinen Neigungsbogen (Freizeit, Kinderwunsch, Perspektiven, Hausarbeit etc.) auszutauschen denn einen BDSM Neigungsbogen. Wie immer im Leben: Verfallt einfach nicht in Extreme, denn diese sind selten gut. Schaut euch die Person als ganzes an, passt sie, dann schnappt sie euch und ich bin sicher niemand, der wochenlanges Händchenhalten vor dem Spielen postuliert, aber klärt zumindest eure gegenseitigen Absichten damit es fair, offen und ehrlich zu geht.

Wie man den passenden Partner findet, nun, entweder man begibt sich real in die Szene oder man schaut sich virtuell um. Ich selber besuche einen kleinen Stammtisch. Dies ist nett, aber der Personenkreis ist doch sehr beschränkt und jedes Wochenende durch die halbe Republik für irgendwelche Veranstaltungen zu reisen, das will ich mir auch nicht antun. Dafür unternehme ich zu gerne etwas mit Freunden und Bekannten. Bleibt also noch der Zufall (oder Bekannte die nachhelfen) und das Internet.

MaleDom

Nun, damit kenne ich mich doch etwas aus. Ein Teil meiner Seite besteht aus einem Profiltext von mir. Der Bereich „Wer bin ich“ stellt mich vor und „Meine Suche“ beschreibt meine Suche. Die Texte gibt es identisch eben auch als Profiltext bei zwei Communities. Wer ohne Bild sucht, hat schon mal weniger Chancen, denn Männer sind im Internet eben meist in der Minderheit und Mann sollte aus der Masse herausstechen und nicht in ihr untergehen. Der Vorteil ist, die Masse der männlichen Doms entspricht den gängigen Klischees, also ist es nicht so schwer, positiv aufzufallen. Drängt euch nicht auf, aber seid präsent. Ja, das ist schwer, aber nicht unmöglich. Massenanschriften werden schnell als solche erkannt. Falls ihr viele Frauen anschreiben wollt, dann lieber etwas kürzer, aber dann immer mit direktem Bezug auf ihren Profiltext oder seid, wenn es Masse ist, zumindest originell. Interesse an der Frau an sich kann sehr hilfreich sein, wenn ihr eine Partnerin und eben nicht nur eine Sklavin sucht. Achja und meiner Erfahrung nach lachen auch devote Frauen gerne. Natürlich macht es einem das anonyme Internet leicht ein Bild von sich zu kreieren, das dem eines Superdoms entspricht. Aber seid ehrlich, es kommt irgendwann eh alles heraus und was ist schlimmer als wenn Mann sich dann verliebt hat, aber Frau wieder verschwindet, weil Mann eben nicht halten kann was er versprochen hat.

FemDom

Es gibt sehr viele devote Männer, aber nicht wirklich viele dominante Frauen. Die Kunst hier ist es richtig zu selektieren. Ihr habt die große Auswahl, also wartet ab, der oder auch die Passende wird euch schon über den Weg laufen.

MaleSub

Ja, hier ist es besonders wichtig aus der Masse herauszustechen. Im Gegensatz zu den männlichen Doms tauschen sich die weiblichen sehr wohl untereinander aus. Wer also auf verschiedenen Hochzeiten tanzt, dürfte sehr schnell zu keiner einzigen mehr eingeladen werden. Ansonsten gilt das, was schon zu den männlichen Doms geschrieben wurde, nur evtl. braucht ihr noch etwas mehr Geduld, aber es lohnt sich sicher.

FemSub

Eine Frau, die angibt devot zu sein wird erst einmal mit Angeboten überhäuft werden. Das Problem ist die Qualität der Angebote. Bei einer großen Community hat eine Bekannte ein paar Fotos von sich veröffentlicht, die wir zusammen aufgenommen haben. Von über 100 Zuschriften war nach ihrem Bekunden gerade mal eine viel versprechende dabei, achja die beiden sind nun zusammen. Nehmt lieber ganz normale Bilder, denn diese wecken bei den notgeilen Typen, bei denen BDSM zum Teil nur eine Masche ist, um an eine Frau außerhalb ihrer Kragenweite ranzukommen, kein so großes Interesse. Jeder erfahrene BDSMler hat auch von den nicht omnipräsenten Spielarten zumindest gehört, wenn euch ein Dom spontan nicht mal sagen kann, was ein Tunnelspiel oder ein Mindgame ist, nun dann dürfte er kaum auch nur mittelmäßig erfahren sein. Schreibt auch über etwas anderes als BDSM. Ein Mann, der an euch interessiert ist, wird direkt oder nach einiger Zeit darauf eingehen. Natürlich könnt ihr auch selber das Thema einfließen lassen und schauen wie er reagiert. Leider treibt sich in dem Bereich BDSM auch viel komisches Volk herum, behaltet daher ein

gesundes Misstrauen. Ein Dom, der darauf allergisch reagiert, wird dafür schon seine Gründe haben. Wenn ich mich im Bekanntenkreis umschaue, scheint es sogar für eine weibliche Sub etwas schwerer zu sein einen passenden Dom zu finden als eben für den männlichen Dom, was aber auch ab und an daran liegt, dass sie auf zu vielen Hochzeiten tanzen, nur aus Angst evtl. doch etwas zu verpassen.

Fazit

Bei einem Profil geht es darum, wer Du bist und wen Du suchst. Zitatsammlungen werden kaum etwas über Dich aussagen können ebenso wenig eine Fotosammlung auf der

Du selber nicht zu sehen bist. Geht nur weil es etwas mit der Suche dauert keine zu großen Kompromisse ein, das macht auf Dauer nicht wirklich glücklich. Seid ehrlich, aber präsentiert ruhig eure Stärken und versteckt euch auf keinen Fall, denn das mag zwar geheimnisvoll interessant wirken, aber nur wenn der Betrachter zumindest eine etwaige Vorstellung hat.

Eine der liebsten Ausreden, warum es kein Bild gibt, ist: „Ich stehe im öffentlichen Leben“. Was ihr davon oder von dem Fehlen einer Kamera halten sollt, ist eure Sache. BDSM ist immer noch nicht wirklich akzeptiert in der Gesellschaft, aber auch schwarze Schafe in der Szene sind eine Gefahr. Daher sollte man das angelegte Profil anonym halten, zumindest in dem Sinne nicht darüber real ausfindig gemacht werden zu können. Der Vorteil der meisten

Communities ist die Suche nach Postleitzahlen. Es ist leichter mit jemandem anzubändeln, der 5km oder auch 50km entfernt wohnt denn mit jemandem bei dem es 500km sind. Der gesunde Menschenverstand sollte natürlich auch bei der Partnersuche nicht ausgeschaltet werden, also passt auf euch auf und viel Erfolg!

Tabus und Grenzen

Tabu und Grenze, beides hört sich recht ähnlich an, aber die Unterschiede können enorm sein.

Das Wort Tabu kommt aus dem Polynesischen und bedeutet heilig und unverletzlich. Es ist also ein viel weitergehender als Begriffe experimentierfreudig, frivol oder freizügig. Lese ich die Angabe „Tabulos“ in Profilen oder Anzeigen, kann ich nur den Kopf schütteln (laut einer Umfrage nennen gut 5 Prozent der Tabulosigkeit als wichtigste Eigenschaft eines Doms), denn tabulos bedeutet das Fehlen von grundlegenden moralischen oder ethischen Grenzen, also auch Sex mit Toten, Tieren und Kindern. Jeder vernunftbegabte Mensch sollte im Leben über Tabus verfügen.

Grenzen sind hingegen verschiebbar, ähnlich wie es sich über Jahrhunderte mit Landesgrenzen oder auch im Spiel durch Übung und Tagesform mit Schmerzgrenzen verhält. Manch eine Grenze hat ein Leben lang bestand, andere nur einige Stunden. Gerade intensivere Spiele im Bereich BDSM werden oft als Grenzerfahrungen bezeichnet, da liegt eine Grenzüberschreitung zumindest immer im Bereich des Möglichen. Hier gilt jedoch, dass Grenzen (einvernehmlich und) gemeinsam überschritten werden sollten. Alleingänge können zu einer Distanzierung, wie an einem Schlagbaum, führen. Wenn das nötige Vertrauen und Einfühlungsvermögen vorhanden sind, können Grenzen aber auch im Spiel ohne extra Absprache überschritten werden. Dies ist nicht ganz ungefährlich und ein Abbruch sollte einkalkuliert werden, aber zum Teil macht gerade dies den besonderen „Kick“ aus.

Tabus wie auch Grenzen sollten im Vorfeld zwischen den Partnern geklärt werden. Weiß man noch nicht, ob es ein Tabu ist, kann man es durchaus einmal austesten und sich dann entscheiden. Nach diesem Antesten sollte aber fürs erste eine Entscheidung in die eine oder andere Richtung gefunden sein. Natürlich können sich auch Tabus verändern. Aber Tabus sitzen tiefer als Grenzen und ein Tabubruch wird mehr Zeit und Energie kosten denn eine Grenzüberschreitung, wenn dies überhaupt gewollt ist. Wenn Sub also ein Tabu aufstellt, so ist die Sache erst einmal erledigt. Durch Vertrauen, langsames Annähern und Einfühlungsvermögen kann Dom aber Neugier wecken. Dies ist auch nicht verwerflich und so können mit der Zeit Tabus fallen. Kommt es schließlich zum ersten Versuch, sollte der, für den es ein Tabubruch ist, jederzeit abbrechen können und insgesamt ist ein langsames Herantasten mit einzelnen Stufen sicher sinnvoller, als sofort aufs Ganze zu gehen. Hier wäre dann Fingerspitzengefühl gefragt.

Für mich persönlich bilden die Tabus meiner Partnerin die Grenzen des Spiels. Sie steckt mir durch diese mein „Spielfeld“ ab, auf dem ich mich dann mit ihr zusammen frei bewegen kann. Daher gibt es auch nur sehr, sehr wenige Gründe, warum ich ein neues Tabu akzeptieren könnte, denn damit würde das Spiel durch die neue einseitige Grenzziehung der Sub von ihr und nicht mehr von mir kontrolliert werden. Bisher kam dies aber noch nie vor, wohl weil vorher die Tabus und Grenzen intensiv beredet wurden und ich Anfängerinnen auch die Zeit

zum Austesten ließ. Was unterscheidet nun das Tabu von der Grenze? Nun, eine Grenze kann vom Dom verändert werden, das Tabu aber nur von dem, der es ausgesprochen hat. Mit der Zeit verschieben sich bei fast jedem aktivem BDSMler Tabus und Grenzen, dies scheint in der Natur von BDSM zu liegen. Was und wie weit die Entwicklung geht, ist hingegen individuell sehr verschieden.

Hygiene

Ich habe mich intensiv mit dem Thema Hygiene beschäftigt, dennoch kann ich nicht garantieren, dass der folgende Text vollkommen frei von Fehlern ist. Der Text ist nach bestem Wissen geschrieben worden. Trotzdem ist eine Haftung für Schäden, gleich welcher Art diese sein mögen, die aus der Anwendung der hier beschriebenen Praktiken entstehen, selbstverständlich ausgeschlossen. Ich für meinen Teil bin damit aber über Jahre gut gefahren.

Gerätschaften

Jedes Spielzeug, das man verwendet, kommt automatisch mit Körperflüssigkeiten in Kontakt. Nutzt man nur mit einer Person dieses Spielzeug, ist es kein großes Problem und die

Spielsachen müssen eigentlich nur gut gereinigt werden. Nutzt man das gleiche Spielzeug mit mehreren Personen, sollte es richtig desinfiziert werden. Gerätschaften die eine nicht versiegelte Oberfläche aufweisen, sind dabei natürlich viel schwerer zu säubern als andere. Hierzu zählt Spielzeug aus unbehandelten Naturprodukten wie Leder(-peitschen) oder auch (Holz/Bambus-) Rohrstöcke.

Gerade diese nicht versiegelten Spielsachen können wirksam nicht wirklich desinfiziert werden. Hierzu müsste man sie bestrahlen oder aber in ein medizinisches Desinfektionsbad einlegen. Bestrahlen, nun dafür dürften uns allen die Gerätschaften fehlen und das Desinfektionsbad greift auf Dauer die Oberfläche an. Das Risiko kann jedoch minimiert werden, indem die Sachen mit einem Desinfektionsspray behandelt und danach vorsichtig gesäubert werden.

Am besten fragt ihr hierzu mal einen Apotheker. Meiner hat mir zwei spezielle Mittel empfohlen. Ein kleiner Tipp für's Leder: Einfetten schadet nicht, wenn ihr länger von euren Spielsachen etwas haben wollt! Jedes versiegelte Spielzeug sollte regelmäßig, vor allem nach Gebrauch, mit heißem Wasser und Seife gereinigt werden. Für die Faulen unter uns geht das auch in einer Spülmaschine. Bei wechselnden Partnern oder auch einer analen Verwendung, sollte das Gerät zudem mit einem Toycleaner (gibt es überall zu kaufen) oder auch Sagrotan behandelt werden. Nach dieser Reinigung empfiehlt es sich das Gerät abzuspülen, um die chemischen Restspuren zu entfernen. Achtet aber darauf, dass euer Reinigungsmittel auch für den jeweiligen Gegenstand geeignet ist. Gerade Latex, Silikon und ähnliche Materialien können empfindlich auf Reinigungsmittel reagieren.

Alle Leute, die Nadeln im Spiel verwenden, sollten ein paar Cent für jeweils neue Nadeln investieren und sie nicht wieder verwenden, schon gar nicht mit verschiedenen Partnern! Wenn man als devoter Part ganz sicher nicht mit Substanzen eines Vorgängers in Berührung kommen will, gibt es nur eine Möglichkeit: eigenes Spielzeug. Dies ist eher ungewöhnlich, aber durchaus sinnvoll und sollte von jedem vernünftigen Dom auch akzeptiert werden.

Sex

Kondome sind nichts wirklich schönes, aber wenn man nicht der einzige Sexualpartner ist und auch kein Test (es gibt nicht nur HIV, sondern auch andere Krankheiten) vorliegt, ist es ein notwendiges Übel. Aber auch einfache Dinge sollten beachtet werden. Das Händewaschen gehört zum Beispiel dazu, wenn man den anderen mit den Fingern verwöhnt oder auch kratzt, denn so kann Dreck, der sich unter den Fingernägeln angesammelt hat, an Stellen kommen, wo er nicht hingehört. Vor allem aber ist darauf zu achten, dass alles was aus dem Anus (>Analverkehr) kommt nicht ohne gründliche Reinigung wieder in eine andere Körperöffnung eingeführt wird. Anhaftende Bakterien, die sich im Anus zu Hause fühlen, können gerade im Bereich der Vagina zu schmerzhaften Entzündungen führen.

Werden beim Sex Kondome benutzt, die dann aber auch ganz abgerollt werden müssen, können diese einfach gewechselt werden.

Covern

Eines der wichtigsten Themen, gerade für junge Anfängerinnen, aber auch für alle anderen. Ihr habt ein Date mit jemandem, den ihr nicht kennt. Nun, erst einmal ist es schön, jemanden gefunden zu haben, der ein potentieller Partner sein könnte. Jedoch, ihr werdet die Person nicht wirklich kennen, egal wie viele Mails verschickt wurden und wie viele Telefonate ihr geführt habt. In der realen Welt könnt ihr zwar den Leuten nicht in den Kopf schauen, aber zumindest davor, und eure Menschenkenntnis hilft euch, jemanden durch die Gesamtheit seines Verhaltens einschätzen zu können. Im Netz könnt ihr den Leuten aber weder in noch vor den Kopf schauen. Das Vortäuschen wovon auch immer wird Leuten hier besonders leicht gemacht. Daher seid zumindest vorsichtig, trefft euch an einem öffentlichen Ort, haltet euch eine Option offen das Date, wenn es nicht wie gewünscht läuft, beenden zu können und vor allem, lasst euch covern. Covern bedeutet, eine Dritte Person eures Vertrauens überwacht das Treffen aus dem Hintergrund, entweder sie sitzt ein paar Tische weiter im Cafe, oder aber ihr werdet per Handy gecouvert. Sagt der Person, die ihr trefft, dass ihr euch covern lasst. Dies sollte jeder vernunftbegabte Mensch nämlich begrüßen und jeder, der darauf beleidigt reagiert, sollte euer Misstrauen erwecken. Eine gute Methode ist das Covern per Handy, sprecht mit dem, der euch covert ab, wann ihr telefonieren wollt. Geschickt ist es, Codewörter zu vereinbaren: zum einen zwei für „alles ist Ok“, zum Beispiel am Ende ein „bis bald“ oder auch „Pizza“ - so ein Wort muss man nur geschickt irgendwie unterbringen „du isst doch nicht schon wieder beim Telefonieren Pizza, oder“ - und eben zwei für „Hilfe hol mich hier raus“, zum Beispiel am Ende ein „mach`s gut“ oder anstelle von Pizza Lasagne. Der Vorteil ist, dass euer Date eure Codewörter nicht kennt und es deshalb nicht mal merken wird, dass ihr eine versteckte Botschaft übermittelt. Selbst bei einer bedrohlichen

Lage könnt ihr Rettung rufen. Meldet ihr euch nicht, sollte die Person, die euch covert, euch anrufen. Bleibt eine Antwort aus, Hilfe in die Wege leiten. Also bitte nicht vergessen: Ihr werdet gecouvert, also denkt dran, egal wie schön das Date ist, meldet euch wie abgesprochen. Zudem sollte die Person, die euch covert wissen, wo ihr euch trefft und mit wem. Ihr solltet auf jeden Fall etwas haben, um ihn identifizieren zu können. Wisst ihr wo genau er wohnt (dann aber bitte beim Date kurz mit dem Perso vergleichen) oder habt ihr seine Festnetznummer (zumindest einmal anrufen), dann seid ihr relativ sicher. Nicht ganz so sicher, aber zumindest ausreichend kann das KFZ-Kennzeichen oder eine Handynummer sein.

Am Ende des Buches findet ihr ein **Cover-Formular mit weiterführenden Hinweisen (S. 134)**.

Leitfaden für Anfänger

Du hast also den passenden Partner schon gefunden, aber ihr wisst nicht, wie ihr vorgehen und worauf ihr achten sollt. Dann hilft dieser kleine Leitfaden euch vielleicht. Der Text ist nach bestem Wissen geschrieben worden. Trotzdem ist eine Haftung für Schäden, gleich welcher Art diese sein mögen, die aus der Anwendung der hier beschriebenen Praktiken entstehen, selbstverständlich ausgeschlossen.

Grundlagen

Wie ihr beide das Kind nennt, sei es BDSM, SM oder harter Sex, das soll euch überlassen bleiben, auch wie ihr eure Positionen bezeichnet liegt allein bei euch. Egal, was ihr gelesen habt oder auch lesen werdet, es geht um euch, eure Vorlieben, eure Fantasien und Bedürfnisse. Da es um euch geht, vergesst nie zu kommunizieren. Nur so könnt ihr beide vor unangenehmen Dingen sicher sein. Nun solltet ihr über die Wünsche, Erwartungen und Tabus reden, damit ihr wisst wo eure gemeinsame Basis liegt. Macht man so etwas zum ersten Mal, kommt es häufig vor, dass Hemmungen dazu führen, dass vieles nicht angesprochen wird. Aber mit der Zeit wird sich das legen und nur wenn beide die Bedürfnisse des jeweils anderen kennen, können sie auf diese auch eingehen. Stellt lieber zu viele denn zu wenige Tabus auf. Zu wenige sind ein Problem, zu viele eröffnen sogar die Möglichkeit, Grenzen gemeinsam zu überschreiten. Bevor es weitergeht, ein passender Spruch aus der Szene: „Noch kein Meister ist vom Himmel gefallen, aber schon manche Subbie von der Decke“ also: Safety first. Das erste was ihr machen solltet, ist ein Safeword zu vereinbaren. Dies ist so etwas wie ein absolutes Veto. Wird es genutzt, endet das „Spiel“ sofort. Lässt sich der dominante Part auf so etwas nicht ein, rennt weg. Das ist bitter ernst gemeint. Nur zur rechtlichen Klärung: Lediglich die Freiwilligkeit führt dazu, dass fast alle Handlungen, zumindest im deutschen Recht, im Bereich BDSM, für den Dom nicht strafbar sind. Fehlt es an dieser Einwilligung, kann es zu ernsthaften juristischen Rechtsverstößen kommen (Körperverletzung, Vergewaltigung, Beleidigung). Aus Sorge um den Partner, aber auch um sich selber, sollte daher ein Safeword vereinbart werden. Mayday ist international, ich persönlich verwende „Gnade“, weil es einfach besser passt. Spielt ihr mit Knebeln, kann das Safeword auch bedeuten, dass man ganz schnell mit den Augen klimpert oder einen Gegenstand, den man festhält, fallen lässt. Für Anfänger, aber auch für dominante Personen, die nicht sehr sensibel sind, gibt es zudem noch die Möglichkeit des Ampelcodes. „Grün“ bedeutet das ist gut/in Ordnung, „gelb“ es wird langsam gefährlich, bitte nicht weiter, „rot“ es ist zu viel, hör damit auf.

Gerade der devote Part benötigt Vertrauen, hat er dieses nicht, wird das Spiel für ihn mehr eine Tortur denn etwas schönes sein. Sucht euren Partner daher mit großem Bedacht aus. Der falsche „Dom“ hat schon vielen die Lust am Spielen © www.gentledom.de Private Nut-

zung und Weitergabe sind erlaubt, Veränderungen nicht. verdorben, er muss bereit und fähig sein, die Verantwortung zu übernehmen. Aber auch der dominante Part sollte vorab prüfen, ob die Person psychisch stabil genug und körperlich dazu in der Lage ist, das was man sich vorgestellt hat durchzuführen, ohne dass jemand zu Schaden kommt.

Spielzeug

Da die meisten Personen kaum in den nächsten Sexshop gehen werden, um das passende Spielzeug zu kaufen, erspare ich mir die Ausführungen zu Lederfesseln und Peitschen und ihr schaut euch einfach um, was ihr so da habt. Der Fantasie sind wenig Grenzen gesetzt. Was es in vielen Haushalten gibt ist folgendes: Kleine Folterinstrumente: die eigene Hand (eh eines der besten Mittel), auch die Fingernägel, die Zähne (nein, Du bist deswegen kein Vampir), Lineal und Kochlöffel sowie Holzhaarbürste (Vorsicht, tut alles weh und verursacht blaue Flecken), Gürtel, das nasse Abtrockentuch, und sicher noch vieles mehr. Ach ja, wenn jemand von euch reitet (also der Pferdesport ist gemeint) Gerten sind nicht nur für Pferde geeignet.

Fesselndes: Manch einer hat bereits Handschellen, Gürtel vom Morgenmantel, Seidenschal, trockenes Abtrockentuch (ja die Küche ist ein wahrer Fundus für Spielsachen).

Tropfendes: Wer hier an eine asiatische Wasserfolter denkt liegt falsch. Kerzen (auf keinen Fall welche aus Bienenwachs, da diese zu Verbrennungen führen können) sind hier gedacht. Nur passt auf wohin es tropft. Es eignet sich zwar der gesamte Körper, nicht aber jede Unterlage (ein altes Frottee Handtuch kann hier gute Dienste leisten).

Klammerndes: Wäscheklammer sind nicht nur für die Waschküche, sondern auch für das Schlafzimmer nutzbar, ähnlich sieht es aus bei speziellen Kleiderbügel, die Klammern haben. Die Klammern gerade am Anfang lieber kurz drauflassen. 5 Minuten sollten anfangs vollkommen genügen. Zu langes Klammern kann zum Absterben führen, also wie immer, tastet euch langsam ran und achtet auf den Körper des devoten Parts.

Alkohol: Nichts gegen ein Glas Sekt um etwas die Spannung zu nehmen, aber BDSM und nicht klar im Geiste, das gehört nicht zusammen. Jedoch verfügt zum Beispiel die Frau über vier Lippen und nur die beiden im Gesicht sind, was Alkohol anbelangt, tabu. Alkohol kann (man fängt aber bitte zart an z.B. Martini oder Wodka) sehr stimulierend sein. Er brennt und fördert die Durchblutung. Am besten befeuchtet ihr ein Taschentuch damit und reibt es dann ein.

Durchführung

Na endlich kommen wir zum Spannenden ;-)

Jemanden fixieren macht großen Spaß. Man gewinnt nicht nur geistig, sondern auch körperlich Macht über den anderen. Aber ganz ungefährlich ist es dann doch nicht. Wird ein Glied einer gefesselten Person blau, kalt oder taub, bindet sie sofort los! Damit dies rechtzeitig bemerkt wird, muss der dominante Part regelmäßigen nachschauen und der Devote sagen, wenn er ein starkes Kribbeln oder ein taubes Gefühl verspürt. Sorry, aber wieder mal **safety first**.

Einige Sachen sind tabu, weil sie zu gefährlich sind! Nicht die Person allein lassen, auch nicht für eine kurze Zeit (Du kannst so tun als ob du den Raum verlässt um die Spannung zu steigern; das ist erlaubt und gut). Nicht am Hals fesseln, so etwas braucht Erfahrung und Wissen, was da genau an welchen Stellen passiert. Der Kopf darf nicht über einer Kante hängen oder mit dem Gesicht auf eine weiche Unterlage gebunden werden. Epileptiker sollten nicht

fixieren und nicht fixiert werden. So, nun aber doch zum Spaßfaktor.

Handschellen sehen toll aus, aber gerade bei günstigen Varianten sollte man vorsichtig sein. Die Kanten sind oft recht spitz und die Fesseln arretieren nicht korrekt, so dass durch das Spiel Abschürfungen entstehen können. Zudem können sie auf Nerven drücken und bequem sind sie auf Dauer auch nicht wirklich. Es sollten immer zwei Schlüssel da sein und einer an einem festen Ort aufbewahrt werden.

Vom Seidenschal kann ich eher abraten; es sieht toll aus, aber sie können in die Haut schneiden und zudem bekommt man feste Knoten nur schwer auf. Egal, womit ihr fesselt, eine gute Schere sollte in der Nähe sein, um schnell den Knoten öffnen zu können. Ist eine solche nicht vorhanden, geht auch ein Messer. Damit die Durchblutung nicht behindert wird und man den Knoten aufschneiden kann, schadet es nicht, wenn die gefesselte Person etwas Platz hat.

Seile aus Polyester sind nicht ideal, aber gehen. Man sollte darauf achten mit einer möglichst großen Fläche zu fixieren. Habt ihr zufällig ein Hanfseil oder ein Baumwollseil zur Hand, könnt ihr dieses sogar noch etwas besser benutzen. Mein Favorit sind jedoch Gürtel von Morgenmänteln. Je flauschiger, umso angenehmer wird es und sie sind lang und halten trotzdem recht viel aus. Zumindest diese Variante habe ich in den letzten Jahren ab und an selbst genutzt. Wenn euch das Fixieren Spaß macht, für 25-40 Euro gibt es bereits sehr brauchbare Lederfesseln. Man muss nur wissen wo ;-)

Einer soll also auch ein wenig gequält werden, nun gut, dann mal sehen was man da zur Hand hat. Sorry, aber erst mal wieder die Sicherheitsbestimmungen: Keine Schläge auf Kopf, Hals, Nacken, Gelenke und die Nierengegend. Das Gesicht kann in Form von Ohrfeigen mit der Hand geschlagen werden, dieses sollte aber gut mit dem Partner abgesprochen werden.

Es empfiehlt sich, die Haut durch leichte Schläge mit der flachen Hand oder einem anderen eher weichen Gegenstand aufzuwärmen, bis sie gut durchblutet ist. Am besten dosieren kann man mit der eigenen Hand. Man spürt selber sehr gut, wie kräftig es ist und kann erahnen, wie es sich wohl auf der anderen Seite anfühlt. Gut geeignet für Schläge sind der Po, aber auch der obere Bereich des Rückens, Oberschenkel und die Wade.

So, die Haut ist nun leicht rot und damit gut durchblutet. Wenn ihr wollt, dann könnt ihr es nun etwas steigern. Der Einsatz von Lineal, Kochlöffel oder Holzhaarbürste sollte sich, da sie recht hart sind, auf den Po beschränken. Das nasse Abtrockentuch kennt jeder aus kleinen Neckereien in der Küche. Der Gürtel kann klangvoll mit einem Zug aus der Hose gezogen werden, danach bildet man eine Schlaufe und kann mit dieser seinen Partner etwas härter rannehmen. Kratzen und Beißen ist erlaubt, jedoch wenn es intensiver gemacht wird, bleiben sicher Spuren zurück. Wer in den nächsten Tagen in die Sauna oder ins Schwimmbad gehen will, sollte es sich gut überlegen.

Schlussendlich noch das Kopfkino. Beherrscht ihr das Spiel damit, könnt ihr die Intensität des Spieles noch erheblich steigern. Versucht das Spiel so zu gestalten, dass der devote Part eben nicht immer weiß, was als nächstes geschehen wird. Falls euch die verbale Erniedrigung gefällt, klärt, was für Wörter erlaubt sind und was gerade nicht. Achtet als dominanter Part besonders auf die Reaktion des anderen, wenn ihr ihn verbal erniedrigt und vermeidet Erniedrigungen mit Dingen, die direkter persönlicher Natur sind (dick/dumm/hässlich etc, dagegen kann Flittchen, Schlampe etc. durchaus gut ankommen). Ich persönlich nenne eine Partnerin z.B. meine Schlampe, um zu zeigen, dass sie so nur bei mir und für mich ist und eben nicht für jedermann. Redet nachher darüber, was ihr empfunden habt, denn Worte können zum Teil viel mehr verletzen als Schläge.

Unfälle

Fehler können immer passieren. Wenn es sich um einen wirklichen Unfall handelt, bei dem eine schwerere Verletzung vorliegt, auch wenn nur die Vermutung besteht, ruft einen Notarzt oder begeben euch ins Krankenhaus. Hier bloß keine Geschichten erfinden, es kommt raus und die Ärzte können euch nur richtig schnell helfen, wenn sie genau wissen wie es passiert ist. Keine Sorge, die Leute werden schon viel Schlimmeres und Skurrileres gesehen haben als euch beide und sie sind zur Verschwiegenheit verpflichtet. Sollte es sich um einen emotionalen Absturz handeln, zeigt, dass ihr für den an-

deren da seid. Nehmt ihn in den Arm, tröstet, streichelt und redet mit der Person. Je mehr Sinne ihr anspricht, umso schneller dringt ihr zu ihr durch. Merken könnt ihr einen solchen Absturz, wenn der devote Part plötzlich still wird oder klassisch anfängt zu heulen oder sich ganz klein macht. Es mag sein, dass es kein Absturz ist, jedoch solange euch die Erfahrung fehlt zwischen Absturz und dem „Schweben“ zu unterscheiden, geht von der schlimmeren Variante aus.

Beachtet bitte die Sicherheitshinweise und ansonsten viel Spaß auf der Entdeckungsreise ;-)

Keine Routine

Der Alltag

Wie überall kann es auch in einer BDSM Liebebeziehung dazu kommen, dass die Lust von der Routine eingeholt wird. Meist sind es die Subs, die darunter leiden, denn sie können sich nicht einfach das nehmen was sie gerade brauchen und zumindest meine Erfahrung ist es, dass Subs oftmals die aktiveren sind, wenn es darum geht spielen zu wollen. Als Paar geht eure Beziehung natürlich über das rein sexuelle hinaus. Ihr liebt euch und teilt eventuell sogar den Alltag miteinander, daher wird es nicht sofort zu einem Beziehungsproblem, wenn die Routine im Bett, oder wo auch immer ihr euch vergnügt, einkehrt, denn das Spiel ist nur ein Bindeglied von vielen. Aber diese Sicherheit muss nicht immer bestand haben. Wenn nun einer von euch (und das kann auch unbeabsichtigt passieren) auf jemanden trifft, dessen Offerten so ganz anders sind als die gewohnt bequeme Routine, dann entsteht eine Spannung, die unmittelbar auch in der Beziehung zu einer Spannung führen wird.

Der Vorteil bei einer gewissen Routine ist, dass ihr wisst, was eurem Partner gefällt und was man wie am besten mit ihm oder ihr machen kann. Nutzt dieses Wissen. Ist alles neu, ist es spannend alles auszutesten. Ist es ausgetestet, benutzt die detaillierte Landkarte der Lust, die ihr über euren Partner habt und vergesst nicht ab und an auch mal wieder auf Neuentdeckungen zu gehen. Animiert euren Partner, überrascht und verwöhnt ihn. Ja, auch als Dom kann man der Lust der Sub dienen, denn seine Lust ist auch meist gleichgesetzt mit ihrer Lust, sonst wären beide Partner wohl kaum zusammengekommen. Ja, auch wenn es sich ungewohnt anhört, auch als Sub kann man einen Dom animieren. Wie das alles geschehen kann, dazu später mehr. Schafft euch ruhig bewusst ein paar Routinen. Diese Rituale können wunderschön sein, nur sollten es nicht zu viele werden, da sie sonst Spontaneität und Kreativität im Keim ersticken. Seht das Spiel als ein kreatives Kunstwerk an, das aus einem Rahmen (Rituale), eurer Sub (die nackte Leinwand), euren Mitteln (Farbe als das wenig greifbare Psychische und Pinsel als das Materielle) und euch als schaffenden

dem Künstler besteht. Einige Rituale können den Rahmen für ein Spiel bilden (Anlegen des Halsbandes), einige Gegenstände eure Favoriten sein (Peitschen, Wachs), einige Handlungen zu euren Lieblingen zählen (verbale Erniedrigung), aber als Künstler solltet ihr nicht immer das gleiche Bild zeichnen. Bleibt eurem Stil treu, aber seid auch offen für Neues.

Was können beide Partner tun?

Kommunizieren und sich um den anderen bemühen ist hier ganz einfach zu nennen. Kommunikation ist, egal in was für einer Beziehung, immer eines der wichtigsten Elemente. Vielleicht geht ihr mal auf eine gute BDSM-Fete? Es kann sehr erregend sein, wenn Fremde einem zusehen oder man selber auch mal zuschaut. Wegen dem „gute BDSM-Fete“ solltet ihr euch im Bekanntenkreis umhören, was da empfohlen wird. Eine weitere Option ist es zusammen zu Basteln, nein kein Tannenbaumschmuck sondern eine Peitsche oder ähnliches. Die Lust es auszutesten kommt sicher ganz von allein.

Was kann Dom tun?

Nun, der Dom wird auch als der aktive Part bezeichnet, also hoch mit dem Hintern und werde dem Anspruch gerecht ;-) - Sorge für Spannung indem Du neues erschaffst. Ein Austausch mit anderen BDSMlern ist ebenso sinnvoll wie selber zu überlegen, was man machen könnte.

- Sorge für Spannung indem Du neues erschaffst. Ein Austausch mit anderen BDSMlern ist ebenso sinnvoll wie selber zu überlegen, was man machen könnte.
- Verlege das Spiel raus aus der gewohnten Umgebung und ruhig auch mal zu einer ungewohnten Zeit. Überraschungen sind gut und müssen nicht immer perfekt durchgeplant sein. Den Partner auf dem Nachhauseweg in eine dunkle Ecke zerren ist sicher erlaubt.
- Kombiniere Deine Mittel, zum Teil haben sie dann eine ganz andere Wirkung.
- Füttere das Kopfkino mit Andeutungen, die zwar eindeutig in eine Richtung gehen, aber höchstens erahnen lassen worum es denn konkret gehen wird.
- Erteile eine Aufgabe. Erst wenn diese erfüllt ist, wird gespielt (nein, es sollte einen BDSM Kontext haben, „Müll raus bringen“ gehört hier nicht hin!)
- Gehe mal neue Wege. Wenn Du die Sub immer fixierst bevor Du sie züchtigst, gib ihr die körperliche Freiheit, aber fordere ein, dass sie still steht.
- Spiel mit Dingen wie Sinnesentzug. Nimm ihr mit einer Augenbinde die Möglichkeit zu sehen, ihre anderen Sinne werden so noch sensibler. Nimm ihr das Zeitgefühl und entferne alle Uhren, sie soll nicht wissen was wie lang geht. Nimm ihr das Gehör, sie wird nur noch fühlen. Je mehr du ihr nimmst, desto mehr Lust wird sie empfinden und umso mehr wird sie Dir vertrauen müssen.

- Sei auch mal rein egoistisch. Die meisten Subs mögen es benutzt zu werden und mal ehrlich, wer benutzt nicht auch gerne auf dominanter Seite. Steh dazu, Du bist ein Dom.
- Probier Neues aus, natürlich nur wenn es kein Tabu ist. Tunnelspiele oder Mindgames werden von nur sehr wenigen Paaren praktiziert. Dafür gibt es aber eigentlich gar keinen Grund (außer vielleicht die Faulheit ein Mindgame zu konzipieren, aber siehe oben, Du bist hier der, den man langläufig als aktiven Part bezeichnet).

Was kann Sub tun?

Also, quengeln hilft wenig. Meist führt es dazu, dass er noch weniger Lust hat zu spielen und selbst wenn er spielt, wird er es nur halbherzig machen. Aber sich dem Schicksal fügen, das muss man wirklich nicht. Jedoch will ich dich auch etwas vorwarnen: Wenn man sich so anbietet, wie unten gleich beschrieben, kann es sehr hart sein, wenn er das Angebot ausschlägt. In diesem Fall stimmt aber eh etwas mit eurer Beziehung nicht und hier solltest Du dann auch direkt ansetzen, nicht als Sub, sondern als Partner. Aber nun die hoffentlich hilfreichen Tipps:

- Biete Dich an, aber nicht aggressiv, sondern demütig und überlasse ihm die Entscheidung, ob er dieses Angebot annimmt oder nicht. Du weißt er kommt Freitag um 17 Uhr nach Hause. Nun, schick ihm um 16.45 Uhr z.B. eine SMS, dass Du hinter der Tür kniend auf ihn wartest und ganz sein bist. Präsentier dich so wie er es mag. Halt z.B. in der einen Hand eine Kleinigkeit als Begrüßung bereit und in der anderen Hand sein Lieblingsspielzeug. Oder bekoche ihn in einem sexy Outfit/nackt, koche nur für ihn und bediene ihn wie er es will. Nimmt er nur, aber gibt gar nichts zurück, weis ihn nicht im Spiel darauf hin, sondern im Anschluss daran.
- Ihr seid essen gewesen. Nun, in deine Handtasche passt sicher ein kleines Spielzeug, biete Dich als Nachtschisch an.
- Überrasch ihn. Ja, auch du kannst und darfst das. Strippe für ihn oder mach was auch immer ihn animieren könnte. Du dürftest ihn dahingehend am besten kennen.
- In all diesen Tipps ging es ums anbieten, aber das ist eben Deine Rolle. Einfordern, das ist schwer, denn im Spiel stehst Du unter ihm. Das sollte wenn dann auf der partnerschaftlichen Ebene geklärt werden, in der Du dann Deine Wünsche und Bedürfnisse vorbringen kannst.

- Da ich gerne spiele, hat sich mir ein Partner in obiger Form noch nie von sich aus angeboten, aber was ich selber gerne mag und was viel zu selten gemacht wird ist folgendes: Der Dom mag etwas ganz besonders gerne und nimmt es sich regelmäßig. Ihn wird es aber noch viel mehr erfreuen, wenn Du es mal ohne eine Aufforderung machen würdest, eben ganz von Dir aus.
- Achja, zu guter letzt hilft zur Not nur eins: provozier ihn als Dom, nicht als Partner. Ist er noch Dein Dom, wird er nun reagieren müssen, zwar mit einer Sanktion, aber vielleicht ist das in dem Moment für Dich besser als nichts. Aber auch hier wird es Probleme geben, die besser nach dem Spiel mal angesprochen werden sollten.

Da mir die Metapher mit dem Künstler gefällt, wünsch ich allen Doms viel Spaß beim Malen und allen Subs beim Bepinselt werden!

Wie wichtig ist eigentlich die Erfahrung?

Stellenwert der Erfahrungen

Nun, ob eine Sub erfahren oder unerfahren ist, ist für die meisten Doms nicht wirklich relevant. Warum auch? Sub sollte die passenden Eigenschaften mitbringen, alles andere liegt dann eh in den Händen des Doms. Abgesehen von kurzen Affären, denn hier kann mit einer erfahrenen Person direkt intensiver gespielt werden, geht es mir da ähnlich.

Sub hat die empfangende Rolle inne, also ist es auf Dauer nicht so entscheidend wie viel Erfahrung vorhanden ist. Fängt das erste Spiel an, wird Dom sie sich packen bzw. an die Hand nehmen und in die Richtung lenken, in der er sie haben will. Sub muss sich also nur führen lassen, dazu bedarf es keiner wirklichen Erfahrung.

Nun, als Dom sieht das schon ganz anders aus. In diesem Spiel hat er die Führungsposition inne und einer solchen Position muss man auch gewachsen sein und sich dieser gewachsen fühlen. Ohne Erfahrung ist das natürlich nicht so leicht. Im Berufsleben startet man meist als Assistent, bevor man nach gewissen Zwischenschritten hoffentlich selber dann irgendwann Geschäftsführer wird. Unter Doms ist diese Art der Ausbildung aber nicht üblich.

Interessanter Standpunkt einer Bekannten

Eine Bekannte erklärte mir ihren Standpunkt recht deutlich und brachte ein Beispiel mit einem Fahranfänger. Stell Dir vor, du bist siebzehn und willst lernen, wie man ein Auto fährt, wen würdest Du als Lehrer wählen: ebenfalls einen Anfänger oder jemanden, der gerade erst seit einem Jahr seinen eigenen Führerschein hat oder Deine Eltern oder einen Fahrlehrer?

Jemand wie Du, nun wie soll das gehen, ihr wisst ja beide nicht was zu tun ist. Ein Anfänger, der selber noch unsicher ist und keine wirkliche Praxis hat? Nicht wirklich. Die Eltern, die immerhin seit vielen Jahren fahren, aber wohl noch nie jemanden das Fahren beigebracht haben oder jemanden, der Erfahrung hat und es schon einigen Leuten beigebracht hat, sprich einen Fahrlehrer?

Ich antwortete: Entweder die Eltern, weil ich sie schon lange kenne, sie die nötige Erfahrung haben und ich ihnen vertraue oder aber der Fahrlehrer, bei dem ich sicher gut aufgehoben bin.

Es ging weiter. Sie meinte, der Vergleich wäre sogar noch nett für den Dom, denn bei einer Fahrschule wird Anfängern schon mal ins Lenkrad gegriffen oder auch durch den Fahrlehrer selbstständig gebremst. In einem Spiel ist aber nur der Dom der bestimmende Part, der nicht das Lenkrad, aber die Zügel in den Händen hält.

Wird es dem Fahrschüler zu dumm, kann er anhalten und aussteigen, ein fixierter Sub kann dies nicht immer machen. Auch will eine schon erfahrene Sub dem Dom keine Anweisungen geben, im Gegensatz zu einem Fahrlehrer, der den Schüler ja ständig anweist. Sub möchte sich treiben lassen und eben nicht auf Straße, Ampeln, Tempolimit, Verkehr etc. achten.

Vielmehr will sie sich darauf verlassen, dass der Weg, wohin es auch immer gehen mag, sicher ist und Dom dort richtig abbiegt, wo es passend ist und dort abbremst, wo es zu gefährlich wird. Fehlt die nötige Fahrpraxis, wird kaum das gewünschte Ziel erreicht werden, weil Dom zu schnell war oder den Wagen abgewürgt hat.

Nun, Fahrschulen gibt es viele, aber bei wem soll Dom lernen? Lustigerweise gibt es dafür sogar einen passenden Ausdruck: bei einer Fahrschulsub (der Begriff wird in der „Szene“ wirklich verwendet). Diese hat kein Problem damit, mit einem unerfahrenen Dom zu spielen.

Das Problem ist, die wenigsten wollen dies machen, denn als Sub genießt man das Fallenlassen und fremdbestimmt werden. Lernt man jemanden an, geschieht das hingegen meist

durch Hinweise, die eine gewisse Art der Kontrolle darstellen. Der unerfahrene Dom steckt also in einem Dilemma und einen Ausweg kann ich an dieser Stelle leider nicht bieten.

Andere Eigenschaften

Ich persönlich denke nicht, dass jeder erfahrene Autofahrer sich in ein Schulfahrzeug setzen kann und jedem beibringen kann, wie man denn den Führerschein erhält. Er muss noch andere Eigenschaften mitbringen, nämlich in jenem Fall die Fähigkeit, Wissen zu vermitteln.

Als Dom sind in meinen Augen die Eigenschaften Einfühlungsvermögen, Verantwortungsbewusstsein und Authentizität noch wichtiger als die Erfahrung (vgl. auch interne Umfrage). Jedoch kann man diese nur schwerlich abfragen. So gut wie alles im Bereich BDSM lässt sich durch logisches Denken herleiten, dies geht auch ohne große Erfahrung, wenn ein gesunder Menschenverstand vorhanden ist.

Ein erfahrener Dom, bei dem das Verantwortungsbewusstsein fehlt, der kann durch seine riskanten Fahrmanöver Sub arg vor die Wand fahren, wahrscheinlich mehr noch als ein Unerfahrener, der gar nicht erst so rasen würde. Ohne richtiges Einfühlungsvermögen wird er nicht merken, wann das Limit erreicht ist und fehlt es an der Authentizität, macht das ganze eh keinen Sinn.

Das Fehlen der praktischen Erfahrung kann bis zu einem gewissen Grad ausgeglichen werden, alles darüber hinaus muss dann langsam Schritt für Schritt erkundet werden. Auch dieses mag seinen Reiz haben, eben gemeinsam eine neue Welt zu entdecken.

Ausstattung

Da mir das Beispiel mit der Fahrschule gefällt, nehme ich es gerne auf, denn wie bei einer Fahrschule (=Auto) wird auch von einem Dom erwartet, das passende Equipment (= Fesseln, Peitschen, Spreizstangen etc.) zu stellen, je besser das jeweilige Equipment ist, umso eher wird es den Fahrschüler begeistern.

Manch ein Dom stellt sich daher über seine Spielzeugsammlung dar und verschickt zig Fotos von seinem Spielzimmer und allen seinen Spielsachen, aber nur eines oder am besten gar keins von sich. Wer als reines Spielzeug behandelt werden will und nicht als Mensch, dürfte bei solchen Personen gut aufgehoben sein. Aber Vorsicht: Eine perfekte Ausstattung bedeutet nicht auch, dass er weiß, was er da tut.

An die Subs

Erfahrung kann alles und nichts bedeuten, auch wer seit dreißig Jahren aktiver BDSMler ist, muss sein Handwerk nicht beherrschen. Nur, weil man etwas schon sehr lange macht, muss man es noch nicht richtig machen. Ich kann Subs, die einen erfahrenen Dom haben wollen, gut verstehen. Natürlich fühlt man sich hier sicherer und er wird einem mehr zeigen können, es sollte aber auf keinen Fall das einzige Kriterium sein, welches entscheidet.

Dennoch sollte eines bedacht werden: Da die dominante Seite einiges voraussetzt, kommt es selten vor, dass Personen bereits mit Anfang zwanzig sich ernsthaft auf diesen Bereich einlassen. Das Interesse kommt meist erst mit Ende zwanzig (vgl. z.B. diese Studie dort die letzte Statistik) und Interesse bedeutet eben noch keine Erfahrung.

Laut besagter Studie, die bereits mehrfach wissenschaftlich verwertet wurde, liegt der Anteil der rein devoten Frauen im Verhältnis zu rein dominanten Männern in der Altersklasse bis 25 Jahr bei einem prozentualen Verhältnis von 1:6, bei der Altersgruppe 40-50 bei 1:1,5. Da die devote Neigung eh schon häufiger vertreten ist als die dominante, sehen (vgl. auch interne Umfrage 1 und 2) die Verhältnisse bei devoten Männern und dominanten Frauen noch viel schlechter (aus Sicht der MaleSubs zumindest) aus.

Ob die Zahlen der Studie eins zu eins stimmen, ist bei etwa 2000 Teilnehmern nicht immer sicher, aber die Tendenzen decken sich mit den Erfahrungswerten, die ich in den letzten Jahren gesammelt habe. Mit der Erfahrung wird daher auch fast immer ein gewisses Alter einhergehen, weswegen der Großteil der wirklich erfahrenen Doms, egal ob Mann oder Frau, jenseits der Vierzig beheimatet ist.

Ich selber wäre auch nicht ohne einen gewissen äußeren Einfluss auf die Idee gekommen, mit 22 Jahren Dom zu werden und hätte diese Seite wohl erst einige Jahre später für mich entdeckt.

An die (unerfahrenen) Doms

Seid ehrlich, wenn die Erfahrung fehlt, kommuniziert dies auch, denn bei euch liegt die Verantwortung für die Sub. Über das, was euch reizt, solltet ihr euch informieren. Hier helfen am meisten reale Kontakte zu anderen Doms, jeder fängt mal an (beliebter Spruch: Noch kein Dom ist vom Himmel gefallen, aber schon so manche Sub von der Decke).

Beim Spielen selbst versichere dich lieber einmal zu viel, denn einmal zu wenig, dass es der Sub gut geht. Dabei sollte gerade am Anfang genau auf die jeweilige Reaktion von Sub geachtet werden. Kommunikation im Vorfeld (Wünsche/Ängste) und danach (Was hat gefallen, was nicht) können Dir ein gutes Bild vermitteln.

Solltet ihr eh vorhaben mal zu Dritt zu spielen, dann versucht doch dafür eine erfahrene, im Idealfall dominante Person zu gewinnen. Neben dem Spaß könnt ihr euch eventuell sogar noch etwas anschauen, aber Vorsicht, Dreier bergen auch immer gewisse Gefahren. Wenn es möglich ist, bekomme vor allem selber ein Gefühl für die jeweilige Spielart, dafür musst Du nicht switchen.

Ich teste noch heute jedes Schlagwerkzeug, das ich irgendwann verwenden werde, zumindest einmal an meinem linken Bein aus und von Zeit zu Zeit erlebe ich da auch noch eine kleine Überraschung.

Fazit

Wie wichtig die Erfahrung des Doms ist, sollte Sub überlassen werden. Jeder stellt seine eigenen Kriterien auf nach denen der jeweilige Partner ausgewählt wird. Dennoch ein paar ergänzende Gedanken zum Abschluss: Es gibt Anfänger, die voller Fantasie, Begeisterung und Lust sind und es gibt erfahrene Hasen die alle Tricks, Kniffe und Techniken beherrschen aber die Leidenschaft am BDSM verloren haben.

Welcher wird nun der bessere (Spiel-)Partner sein? Egal, ob erfahren oder unerfahren, jener welche die Rolle mit seinem Wesen ausfüllt, die Verantwortung tragen will, sich sachkundig macht oder gemacht hat und Fiktion von Realität unterscheiden kann, ist in jedem Fall kein schlechter (Spiel-)Partner.

Der Sklavenvertrag

Eigentlich müsste bei dem Wort Vertrag in Kombination mit Sklave (na ja, eigentlich besser Sklavin) mein Herz höher schlagen. Immerhin bin ich seit einigen Jahren schon ein Dom und eben auch Jurist. Irgendwie regt sich da bei mir aber so gar nichts bei dem Wort Sklavenvertrag und das liegt daran, dass ich grundsätzlich eine gewisse Abneigung gegen typische Sklavenverträge hege.

Für den Artikel habe ich mir die zwei großen Anbieter von Sklavenverträgen angeschaut. Die gute Nachricht: Ja, es gibt sie standardisiert und zum Ankreuzen im Netz. Wenn das nicht eine Freude ist. Löblich zu erwähnen wäre da noch, dass beide Anbieter darauf aufmerksam machen, dass ein solcher Vertrag nur moralisch, aber niemals rechtlich binden kann und dort echt eine Menge an Punkten aufgeführt ist, was Sub alles so zu beachten hat.

Jedoch, sind Dom und Sub nicht gleichwertig? Sollten also nicht auch die Rechte von Sub sowie die Pflichten von Dom aufgeführt werden? An diesen Stellen fassen sich die Verfasser der Verträge recht kurz und die Hälfte, was zu diesem Thema geschrieben wird, spiegelt die eh geltende Rechtslage (die vor einem Gericht, nicht die im Spielzimmer) wider.

Noch lustiger sind so manche selbstverfassten „Verträge“, bei einem kamen 143 Paragraphen zusammen, die ich zumindest überflogen habe (leider war dieser „Vertrag“ nicht jugendfrei; eine jugendfreie aber nicht weniger lustige Variante ist im Anhang zu finden).

Hier war wirklich alles für die Sklavin reglementiert. Ihre Körperteile erhielten spezielle Namen, Rasuren wurden mit Uhrzeit und Material festgeschrieben und selbst der Gang zur Toilette war geregelt. An dieser Stelle meine Hochachtung, an was man alles denken kann! Nur wie kann so etwas praktikabel sein?

Dom verpflichtet sich ja zumindest im Umkehrschluss aus dem Vertrag heraus über die Einhaltung der Regeln zu wachen. Bedeutet dies, er sitzt bei jedem Gang zur Toilette daneben?

Meiner Vermutung nach ist es hier mal wieder ein Fantasie-BDSMLer gewesen, der zwar über keine reale Erfahrung, aber über sehr viel Zeit und Vorstellungskraft verfügt.

Gerade für Neulinge und labile Persönlichkeiten stellen Sklavenverträge eine nicht zu unterschätzende Gefahr dar. Manche glauben, dass wenn sie in der ersten Woche der „Beziehung“ einen solchen Vertrag schließen - zum Teil ohne genau zu wissen, wie sich die ein oder andere Praktik real anfühlt oder gar nicht mal wissen, wofür manche Fachbegriffe stehen - an diesen Vertrag gebunden sind.

Wegen solcher Trugschlüsse und aus Angst, den lange gesuchten Dom zu verlieren, lassen sie Dinge mit sich machen, zu denen sie eigentlich nicht bereit sind. Dies kann im Anschluss zu erheblichen psychischen Belastungen führen.

Bei einem Vertrag geht es darum, dass beide Seiten eine für sie vorteilhafte - zumindest glauben sie das - Vereinbarung fixieren. Somit kann ein Vertrag nur über Dinge geschlossen werden, die beide Seiten kennen und der Missverständnisse durch Konkretisierungen ausschließt.

Nicht jeder Partner ist gleich, daher sollten sich auch erfahrene BDSMLer erst einmal kennen lernen, bevor sie einen solchen Vertrag aufsetzen. Solange die jeweiligen Begierden und natürlich auch Grenzen nicht ausgelotet sind, ist ein Vertrag eher hinderlich, denn er müsste ständig wieder angepasst und damit neu aufgesetzt werden.

Hier mag ein Regelbuch sinnvoll sein, in dem Regeln eingetragen und gegebenenfalls wieder gestrichen werden können.

Auch wenn der Vertrag nicht nach den gängigen gesellschaftlichen Ansichten als „fair“ zu bezeichnen ist, sollte die „Vertragsverhandlung“ auf gleicher Augenhöhe stattfinden. Dom kann ohne Sub genauso wenig Dom sein, wie Sub ohne Dom Sub sein kann. Dies führt zwar nicht zu einer Gleichberechtigung, wohl aber zu einer Gleichwertigkeit der beiden Personen. Also müssen auch Wünsche und Bedürfnisse beider Parteien in den Vertrag mit einfließen.

Nun aber zu den guten Seiten eines solchen Vertrages, denn auch diese gibt es. Wie ein Ring oder ein Halsband ist auch er Symbol für die Zusammengehörigkeit und je mehr Mühe sich beide mit dem Vertrag geben, umso symbolträchtiger ist dieser.

Gerade die handschriftliche Form eines Vertrages und die selbstformulierten Regeln machen einen solchen Vertrag zu etwas sehr persönlichem. Das Stück Papier, auf dem die Regeln geschrieben wurden, ist die materialisierte Form der gegenseitigen emotionalen Bindung und vielleicht kann es sogar mit einem handschriftlich gefertigten Ehegelübde oder einer Urkunde verglichen werden.

Setzt man sich zusammen und entwirft einen solchen Vertrag, macht man sich gemeinsam Gedanken zu jedem Punkt und lernt so, die Bedürfnisse und Wünsche vielleicht noch etwas besser kennen.

Auch hat dies eine gewisse Sicherheit zur Folge: Jeder kann sich auf den Vertrag berufen und niemand sich damit rausreden, er/sie hätte etwas nicht gesagt oder so gemeint. Ob ein Sklavenvertrag sinnvoll, nötig, notwendig, schön oder wichtig ist, muss jedes Paar für sich selber beantworten. Wenn die Antwort ein ja ist, hier noch ein paar kleine Tipps.

1. Einleitungstexte (Präambel) können sehr romantisch sein, bevor es zu den Paragraphen geht. Die Standardformulierung, es gibt nur eine moralische, aber keine gesetzliche Bindung, ist Geschmackssache, eigentlich sollten das die Parteien wissen.

2. Der Vertrag kann zeitlich begrenzt werden, sowie Verfallsklauseln und Aufhebungsgründe haben.

3. Neben dem Vertrag kann im Vertrag auf ein Regelbuch verwiesen werden. Dortige einvernehmliche Änderungen gelten z.B. für den Vertrag und es muss nicht immer ein neuer aufgesetzt werden.

4. Bedenkt die Rechte und Pflichten auf beiden Seiten und dass es auch für Dom und Sub eine Tagesform gibt.

5. Folgende Dinge können mehr oder weniger sinnvoll geregelt werden:

Tabus (ganz oder eingeschränkt), Safeword, Treue, Fürsorgepflicht Dom, Kommunikation (Anrede, Blickkontakt, unaufgefordertes Sprechen), Kleiderordnung, Spielpause, Freizeit, Körperpflege, häusliche Pflichten, Finanzen, Beruf, Verhalten (privat, öffentlich), Sexualität, Strafen, Meldepflichten, Schiedsstelle und was ihr denkt, das noch alles geregelt werden sollte („uns“ Deutschen wird ja nachgesagt, regelungswütig zu sein).

Fetisch und BDSM

Wofür BDSM steht, wird wahrscheinlich jeder Leser des Artikels (inzwischen) wissen. Fetisch, nun da sind sich nicht mal die Mediziner einig, was darunter nun verstanden werden soll. Einigkeit besteht darin, dass ein sexueller Fetisch bei einer Person diese besonders erregt oder stimuliert. Fetischismus ist die Verlangung, die oder einen Teil der sexuellen Präferenz von einem ganzen Menschen auf etwas anderes zu lenken.

Die neue sexuelle Präferenz kann sowohl Körperteile, als auch Dinge umfassen, zum Teil erfüllen auch menschliche Eigenschaften dieses Kriterium. Ein solcher Fetisch kommt vor allem bei bestimmten Dingen wie Lederbekleidung, Schuhen, Strümpfe etc. vor. Es ist aber auch möglich, dass einzelne Körperstellen wie Füße oder Brust eine besonders starke Anziehung ausüben, die den Menschen dahinter in den Schatten treten lassen.

Bei menschlichen Eigenschaften sollte nicht vorschnell von einem Fetischismus gesprochen werden, da sonst fast jeder Mensch ein Fetischist wäre, ohne dies zu wissen. Es gibt aber auch menschliche Eigenschaften, wie die Jungfräulichkeit einer Frau, die manche Männer weit über das übliche Maß hinaus erregen.

Auch wenn sich die Bereiche häufig vermischen, BDSM und Fetisch haben eigentlich erst mal nichts miteinander zu tun. Oft kommt es aber durch die individuellen Vorlieben der Beteiligten zu einer kombinierten Anwendung. Klischeemäßig laufen Dominas ja auch immer in High Heels, schwarzer oder roter Kleidung und in Lack, Leder oder Latex rum. Was an so einem Klischee dran ist, nun dafür sollte man diese Personen doch lieber persönlich kennen lernen bevor man drüber spricht.

Anhänge

Cover-Formular

Je mehr ihr ausfüllt und je konkreter ihr Vereinbarungen trefft, umso sicherer seid ihr!

Informationen zum Gecoverten

Vorname. Nachname	
Handynummer	
Festnetznummer	
Alternative Erreichbarkeit	
Anschrift	
Beschreibung	
Alter, volljährig ja/nein	

Informationen zum Date

Vorname, Nachname	
Anschrift	
Nick	
Profillink	
Beschreibung	
Handynummer	
Festnetznummer	
weitere Informationen	

Informationen zum Treffen

Ort und Zeit	
geplante Dauer	
geplante Aktivität	
Weiß das Date vom Cover	

Umsetzung

Coverart	
Coverintervall	
Zeichen für HILFE	
Vorgehen bei Notsignal	

Schutzengelinformationen

Vorname, Nachname	
Handynummer	
Weitere Kontaktoptionen	
Rechte und Pflichten	Der Schutzengel macht die Unterlagen niemandem zugänglich und vernichtet diese nach dem Date unverzüglich außer die Unterlagen werden noch für ein zivil- und/oder strafrechtliches Verfahren benötigt. Das Covern erfolgt als Gefälligkeit und nicht gegen Entgelt, Ansprüche des Gecoverten gegen den Schutzengel sind daher ausgeschlossen, es sei denn es ist eine vorsätzliche Schädigung durch den Schutzengel erfolgt.

Hinweise zum Formular

Wählt als Schutzengel eine zuverlässige Person aus, der ihr vertraut. Der Job ist im Prinzip einfach, ganz leicht aber an ihm hängt auch viel Verantwortung.

Ich war selbst bisher rund 25-mal Schutzengel für weibliche Bekannte und musste zumindest zweimal die Polizei rufen, die dann auch eingeschritten ist. Dabei handelte es sich einmal um einen Fehlalarm, weil die gecoverte Person ihren Schutzengel bloß vergessen hatte. Im anderen Fall wäre es aber wohl zu einer Vergewaltigung gekommen, die so verhindert wurde, wenn es auch bereits zu anderen Straftaten kam, welche durch das Covern nicht verhindert werden konnten.

Euer Schutz ist nur aktiv wenn ihr mit eurem Schutzengel in Kontakt steht, ist er anwesend so ist der Schutz also durchgehend gegeben, ist er abwesend besteht er nur zu den vereinbarten Kontaktzeiten. Ob ihr eurem Date mitteilt, dass ihr gecovert werdet, bleibt euch überlassen. Viele empfehlen – richtiger Weise -, dies zu tun, als präventive Möglichkeit von Straftaten abzuschrecken. Nach dieser Vorgehensweise solltet ihr euch beim zweiten Date nochmals covern lassen, es dann aber dem Date nicht mitteilen. Nicht jeder zeigt beim ersten Date sein wahres Gesicht und einer Bekannten ist genau das passiert, das erste Date war OK (er wusste sie wird gecovert) und beim zweiten kam es zu einer

Vergewaltigung. Wer Unverständnis dafür zeigt, dass ihr euch covern lasst, den solltet ihr direkt in den Wind schießen und ihr solltet auch keinesfalls mitteilen, mit welcher Methode ihr Codewörter übermittelt und ob ihr welche für Alles gut, Hilfe oder beides nutzt! Seid auch sehr vorsichtig, wenn euer Date überhaupt keine Informationen zu seiner Person preisgibt, Mail und Handynummer kann man sich in Deutschland problemlos auch anonym verschaffen.

Die fett markierten Punkte müssen ausgefüllt werden, ohne diese Punkt kann das Covern nicht funktionieren. Ändert sich etwas, so teilt dies eurem Schutzengel mit, damit dieser im Bilde ist. Nachfolgend kurze Ausführungen zu den wichtigsten Punkten der Covervorlage.

Eure Daten

Vorname: Der Schutzengel muss wissen, wen er covert

Nachname: Auch diese Angabe ist sehr sinnvoll, besonders dann, wenn etwas schief läuft.

Handynummer: Ist bei allen Dates das Kommunikationsmittel, wenn der Schutzengel nicht beim Date anwesend ist. Trefft ihr euch in einem Cafe und sitzt der Schutzengel dort und überwacht alles, kann natürlich darauf verzichtet werden.

Festnetznummer: Sinnvoll zum weiteren Besprechen, wenn du noch Fragen hast.

Alternative Erreichbarkeit: Es gibt natürlich noch viele andere Optionen, jemanden zu erreichen. Wenn ihr auf eurem Handy ICQ habt, ist das natürlich auch eine Option neben vielen anderen. Weitere Kontaktoptionen sind sicher nicht von Nachteil.

Anschrift: Diese Angabe ist ebenfalls wichtig, wenn etwas schief läuft.

Beschreibung: Wie siehst du aus (wenn dich der Schutzengel nicht kennt), was ziehst du zum Treffen an (wenn du das im Vorfeld schon weißt) etc., dies kann sehr hilfreich sein.

Alter/Volljährigkeit: Seid ihr minderjährig ist dies für den Schutzengel eine wichtige Information, auch in Bezug auf rechtliche Konstellationen.

Die Daten des Dates

Nick und Profillink: Hilfreich aber kein Muss.

Andere Informationen: Alles was helfen kann die Person zu identifizieren bzw. schnell zu finden, dies kann auch ein KFZ Kennzeichen oder ähnliches sein.

Die anderen Angaben entsprechen denen zu eurer Person. Es ist gut, möglichst viele Informationen einzutragen, aber bedenkt auch, dass ihr persönliche Informationen einer dritten Person hier einträgt. Im Idealfall weiß diese Person davon und gibt ihr OK dazu. Auf jeden Fall solltet ihr euch sicher sein, dass euer Schutzengel die Daten nur zum Covern nutzt.

Das Treffen

Ort und Zeit: Wo trefft ihr euch wann mit eurem Date? Ohne diese Angaben macht das Covern einfach keinen Sinn. Ist es ein Cafe, tragt auch die Anschrift und im Idealfall die Festnetznummer der Lokalität ein.

Geplante Dauer: Wie lange ist es geplant, denn euer Schutzengel will auch seinen Abend planen können und ihr solltet vorher die Dauer absprechen, die für das Covern eingeplant ist.

Geplante Aktivität: Was habt ihr vor? Dies ist für euren Schutzengel eine hilfreiche Angabe. Ihr plant ein ruhiges Date in einem Cafe, doch wenn ihr völlig außer Atem und fertig am Telefon seid wird er/sie das anders beurteilen, als wenn ihr euch direkt zu einer Session verabredet habt. Habt ihr euch auf die Polizei als Reaktion auf einen Hilferuf verständigt, solltet ihr eurem Schutzengel die Nummer der Polizeidienststelle vor Ort mitteilen.

Umsetzung

Coverart: Covern per Handy oder per visueller Beobachtung usw.? Sprecht das mit eurem Schutzengel ab und es ist nur fair, seine Unkosten zu übernehmen oder sich mit einem kleinen Geschenk erkenntlich zu zeigen.

Coverintervall: Zu welchem Zeitpunkt oder auch welchen Zeitpunkten meldet sich wer bei wem? Man kann einen einmaligen Kontakt vereinbaren, aber auch, sich zum Beispiel auch alle zwei Stunden zu melden.

Zeichen für HILFE: Was ist euer Codewort (merken, nicht aufschreiben!)? Hier gibt es diverse Möglichkeiten. Es kann ein einzelnes Codewort sein (z.B. der Name der Stadt in der ihr euch trefft) oder ihr könnt vorgefertigte Antworten in Dialogen vereinbaren, wie:

Schutzengel: Wie geht es dir?

Du: Alles OK >alles ist in Ordnung

Du: Alles Bestens >ich brauche Hilfe

Auch für weitere Testanrufe im Bedarfsfall können Codes so vereinbar werden (Gecoverter: Bis später = Ruf bitte noch mal an, derzeit ist aber alles in Ordnung). Bedenkt aber, so ein Treffen kann aufregend sein, also macht es nicht zu kompliziert, denn wer will schon bei einem schönen Date plötzlich die Polizei zu Gast haben, nur weil man ein Wort verwechselt hat. Ihr könnt grob zwischen indirekten (Gecoverter muss das Wort/Floskel nutzen, sonst Hilfe holen) und direkten (Nutzung des Worts = Hilfe holen) unterscheiden. Am sichersten sind dabei die indirekten, da selbst bei erzwungenen Antworten so Hilfe gerufen werden kann. Auch könnte in Panik ein direktes Codewort vergessen werden, dies wäre bei dem indirekten hingegen kein Problem, außer es würde dann versehentlich gesagt werden.

Vorgehen bei Notsignal: Was soll passieren, wenn ihr euch (bis) zum vereinbarten Zeitpunkt nicht gemeldet habt? Was passiert nach dem Senden des Notsignals? Ist euer Schutzengel in der Nähe und körperlich eurem Date überlegen, könnt ihr auch abmachen, dass er selbst einschreitet. Trefft ihr euch in einem Cafe, kann er dort auch anrufen, euch beschreiben und das Personal um Hilfe bitten. Die besten Mittel einzuschreiten hat auf jeden Fall die Polizei und ihre Aufgabe ist nicht nur das Ermitteln von Straftaten, sondern eben ihr Verhindern.

Schutzengelinformationen

Ihr und euer Date habt ein Interesse daran, dass die Informationen nach dem Treffen vernichtet werden und die Informationen auch nicht an Dritte weitergegeben werden, außer dies ist unbedingt nötig. Genauso hat ein ehrenamtlicher Schutzengel aber auch ein Recht darauf nicht haftbar gemacht zu werden, wenn etwas schief läuft beim Covern. Sonst wird es auch wohl niemanden geben, der freiwillig den Job als Schutzengel übernehmen wird.

Nach diesen ganzen Vorsichtshinweisen wünsche ich euch viel Spaß mit eurem Date und genießt die Zeit, aber vergesst nicht, euch bei eurem Schutzengel - wie vereinbart - zu melden, bzw. ans Handy zu gehen, wenn dieser anruft ;-)

Der Neigungsfragebogen

Im Internet gibt es eine Vielzahl von Neigungsfragebögen. Ich halte wenig davon, wenn Sub direkt zu Anfang einem ihm/ihr unbekanntem Dom einen solchen Bogen als Bewerbung schickt. Von daher verzichte ich bewusst auf die üblichen Angaben wie Name, Wohnort, Größe, rasiert etc. Wenn ein Dom von Sub so etwas verlangt, ohne die entsprechende Person auch nur etwas zu kennen, sieht das ganz nach einem Massengeschäft für ihn aus. Wer will schon Masse sein, wenn er/sie Klasse hat? In anderen Bereichen, wie bei der Vorbereitung eines Besuchs bei einer professionellen Domina/Dominus, mag eine schnelle Bestandsaufnahme durchaus sinnvoll sein, denn hier bedeutet Zeit ja auch immer Geld. Wobei sich ein guter Profi für einen Neukunden sicher entsprechend Zeit nehmen wird.

Den **BDSM Neigungsfragebogen** gibt es auch kostenfrei als PDF Dokument im Bereich Download. Das PDF Dokument ist zudem noch etwas übersichtlicher und kann an Freunde oder Partner verschickt werden. Auf die Zurverfügungstellung eines ungeschützten Worddokuments habe ich bewusst verzichtet, damit der Fragebogen nicht bei rein virtuellen Bekanntschaften genutzt wird. Das PDF Dokument zwingt den Empfänger, der diese Angaben erfahren will, zumindest eine Anschrift oder Faxnummer zu nennen und somit etwas aus der Anonymität herauszutreten..

Ich selber habe bislang nur einmal eine Art kleinen Neigungsbogen entworfen, der zudem auf den Bereich SM fokussiert war und nur einige Dinge aus dem Bereich DS enthielt. Genutzt habe ich ihn, weil wir uns beide aus dem Netz kannten, aber schnell merkten, dass wir intensiv miteinander spielen können und wollen (wir hatten damals schon einmal real gespielt) und sie zudem Probleme hatte, darüber ganz frei zu reden. In diesem Fall kann ein solcher Bogen helfen, Grenzen und Gemeinsamkeiten auszuloten. Zudem hat man so alles schwarz auf weiß.

Der Neigungsfragebogen ist extra so gehalten, dass Dom und Sub ihn ausfüllen können. Dies ist in meinen Augen sinnvoll. Ich verstehe nicht, warum dies immer nur von Sub erwartet wird, denn beide sollen sehen, wie sie zusammenpassen. Paare können den Bogen zusammen ausfüllen, verwendet dann einfach unterschiedliche Farbstifte. Falls ihr den oder die Bögen aufbewahrt, könnt ihr diesen nach einiger Zeit neu ausfüllen und eure Entwicklung verfolgen.

Nicht immer wird ein Kreuz reichen. Nutzt daher die Spalte Bemerkungen, um bestimmte Dinge zu konkretisieren.

Natürlich sind Empfindungen subjektiv und bei einer Frage wie „Magst Du die Gerte?“ kann es auf die Gerte, den Verwender, die Tagesform, die Trefffläche, die Härte, das Vor-

spiel und sicher noch vielen andere Faktoren ankommen. Es ist daher von einer ganz durchschnittlichen Verwendung auszugehen und Spezielles kann im Bereich Bemerkungen niedergeschrieben werden. Um die Angaben zu konkretisieren, sollte der Bereich Bemerkungen rege genutzt werden (z.B. Dreier MWW, Wert 5, Bemerkung: Aber ohne Geschlechtsverkehr). Switcher sollten zwei Kreuze setzen, das X für ihre dominante und das O für ihre devote Neigung. Ist ein Bereich, z.B. Klinik, gänzlich Tabu, dann reicht die Angabe 1 in der jeweiligen Kopfzeile.

Falls ein Begriff nicht wirklich bekannt ist, lasst diesen Bereich frei oder schaut im Lexikon unter www.gentledom.de/_rubric/index.php?rubric=Lexikon oder bei www.google.de nach.

Der Neigungsbogen ist in die Bereiche BD, DS, SM, Sex, Klinik, Fetisch, Sonstiges und Ängste unterteilt und hat eine 1 bis 7 Skala. Zudem gibt es eine Spalte 8, die für Neugier steht. In dieser kann in den Kreis einfach ein Kreuz gesetzt werden. Die Zahlen 1 bis 8 stehen für:

1.	Dom/Sub: Tabu
2.	Dom: Macht mir gar keinen Spaß, Sub: Sehr harte Strafe
3.	Dom: Macht mir keinen wirklichen Spaß, Sub: Strafe
4.	Dom/Sub: Neutral
5.	Dom: Bereitet mir Freude, Sub: Belohnung
6.	Dom: Bereitet mir große Freude, Sub: Große Belohnung
7.	Dom/Sub: Ohne geht nicht
8.	Dom/Sub: Keine Erfahrung aber Neugier ist vorhanden.

Art der Behandlung	1	2	3	4	5	6	7	8	Freier Raum für Bemerkungen
Gebiet Bondage									
Selber Fixieren (Dom)									
Anderen Fixieren (Sub)									
Einfaches Fixieren									
Japan Bondage (Kunst)									
Mumifizierung									
Folienbondage									
Langzeitfixierung									
Hängebondage									
Zwangsjacke									
Bondagebrett									
Andreaskreuz									
Vakuumbett									
Spreizstange									
Spanischer Reiter									
Bock									
Pranger									
Festhalten mit Händen									
Handfesseln									
Fußfesseln									
Bondagetape									
<u>Weitere:</u>									
1.									
2.									
3.									

Art der Behandlung	1	2	3	4	5	6	7	8	Freier Raum für Bemerkungen
Gebiet DS									
Führen (Dom)									
Geführt werden (Sub)									
24/7									
EPE									
TPE (evtl. Ausnahmen)									
Vertrag									
Tagebuch									
Strafbuch									
Kennzeichnung									
Strafe für Fehler									
Ankündigung von Strafe									
Belohnung für Gutes									
Verbale Erniedrigung									
Sonstige Erniedrigung									
Ohrfeigen									
Anspucken									
Domina/us-kuss									
Facesitting									
Halsband									
Vorführen									
Nackengriff									
Griff an die Genitalien									
Griff in die Haare									
Knien vor Dom									
Ausleihen, überwacht									
Ausleihen, unüberwacht									
Vermietung, überwacht									
Vermietung, unüberwacht									

Art der Behandlung	1	2	3	4	5	6	7	8	Freier Raum für Bemerkungen
Tunnelspiel									
Sprechverbot									
Sinnesentzug									
Militärischer Drill									
Blickkontakt Sub>Dom									
Knebelung									
Anbetung Dom									
Anbetung Körperteil									
Entführung									
Verhör									
Beichte									
Rapegame									
Mindgames									
Spiel mit Ängsten									
Safeword									
Käfighaltung									
Besondere Anrede Dom									
Spielname Sub									
Siezen von Dom									
Ignorieren der Sub									
Übernahme Hausarbeit									
Aufgaben									
Rituale									
Ohne Unterwäsche									
Nackthaltung									
Rasur, Intimbereich									
Rasur, ganzer Körper									
Verwöhnen des Doms									
Fernerziehung									

Art der Behandlung	1	2	3	4	5	6	7	8	Freier Raum für Bemerkungen
Weitere									
1.									
2.									
3.									
Gebiet SM									
Gebend (Dom)									
Empfangend (Sub)									
Hand									
Rohrstock									
Gerte									
Flogger									
Roßhaarpeitsche									
Riemenpeitsche									
SingleTail									
Bullwhip									
Hundpeitsche									
Kettenpeitsche									
Paddle									
Klatsche									
Tawse									
Gürtel									
Klammern									
Kochlöffel etc.									
Rute									
Gewichte (falls 2-7 wo)									
Schläge Po									
Schläge Rücken									
Schläge Schenkel									

Art der Behandlung	1	2	3	4	5	6	7	8	Freier Raum für Bemerkungen
Schläge Genitalien									
Schläge Brust									
Schläge Fußsohlen									
Spuren (falls 2-7 wo)									
Kratzen									
Beißen									
Cutting									
Verbrennung, leicht									
Verbrennung, bleibend									
Nadelrad									
Blutende Spuren									
Reizstrom (falls 2-7 wo, was, Herzprobleme?)									
Kitzelfolter									
Genitalfolter									
Wachs									
Eis									
Brennnesseln									
Andere Substanz									
<u>Weitere</u>									
1.									
2.									
3.									
Sex									
Geschlechtsverkehr									
Analsex, aktiv									
Analsex, passiv									
Oralsex, aktiv									

Art der Behandlung	1	2	3	4	5	6	7	8	Freier Raum für Bemerkungen
Oralsex, passiv									
Spermaschlucken									
Spermaspiele									
Anilingus									
Prostatamassage									
Runterholen									
Fingern									
Selbstbefriedig. aktiv									
Selbstbefriedig. sehen									
Bisexuell									
Zwei Paare									
Mehr als 5 Personen									
Dreier MMW									
Dreier MWW									
Keuschheit, kurz									
Keuschheit, lang									
Keuschheitsgürtel									
Organsmuskontrolle									
Squirt									
Fisting Hand (falls 2-7 welche Öffnung)									
Fisting Gegenstand (falls 2-7 welche Öffnung)									
Vibratoren									
Dildos									
Plugs									
Liebeskugeln									
Liebesschaukel									
Anderes Sexspielzeug									
Pornos									

Art der Behandlung	1	2	3	4	5	6	7	8	Freier Raum für Bemerkungen
Stöhnen, aktiv									
Stöhnen, passiv									
Zwangseinsamung									
<u>Weitere</u>									
1.									
2.									
3.									
Klinik									
Doktor (Dom)									
Patient (Sub)									
Nadel									
Spritzen									
Katheder									
Einlauf									
Gyn-Stuhl									
Prostatauntersuchung									
Gyn. Untersuchung									
Langzeitbehandlung									
Blasenfunktionskontrolle									
Hautvernähung									
Zwangsernährung									
Infusion									
<u>Weitere</u>									
1-									
2.									
3.									

Art der Behandlung	1	2	3	4	5	6	7	8	Freier Raum für Bemerkungen
Fetisch/Vorlieben									
Selber tragend (X nutzen)									
Am Partner (O nutzen)									
Lack									
Leder									
Latex									
Plastik, PVC									
Lycra									
Halterlose Nylons, Strümpfe, etc.									
Reizwäsche									
Crossdresser (TV.)									
Frivole Kleidung									
Korsett									
Highheels									
Stiefel									
Harnisch									
Uniform									
Abendgarderobe									
Makeup									
<u>Weitere</u>									
1.									
2.									
3.									
Sonstiges									
Selber (X nutzen)									
Beim anderen (O nutzen)									
Outdoor									

Art der Behandlung	1	2	3	4	5	6	7	8	Freier Raum für Bemerkungen
Naturekt, aktiv (falls 2-7 wohin überall)									
Naturekt, passive (falls 2-7 wohin überall)									
Kaviar, aktiv (falls 2-7 wohin überall)									
Kaviar, passiv (falls 2-7 wohin überall)									
Petplay (falls 2-7 welches Tier)									
Rollenspiele (falls 2-7 welche Rolle)									
Spielparties									
Fetischparties									
Stammtischbesuch									
Filmen									
Fotografieren									
Zuschauer									
Körpermodifikation									
Masken									
Atemreduktion (falls 2-7 wie/womit)									
Sub als Möbelstück									
<u>Weitere</u>									
1.									
2.									
3.									
Ängste									1 = Sehr große Angst; 8 = Keine Angst
Völliger Kontrollverlust									
Angst vor einem Absturz									
Verletzungsängste									
Flashback									

Art der Behandlung	1	2	3	4	5	6	7	8	Freier Raum für Bemerkungen
Outing									
Weitere									
1.									
2.									
3.									
Krankheiten									O ankreuzen und ausführen falls vorhanden
Kreislaufprobleme									
Allergien									
Kontaktlinsen									
Herzschrittmacher									
Medikamente									
Ansteckende Krankheiten									
Weitere									
1.									
2.									
3.									

BDSM-Test

Hier ist die schriftliche Version des BDSM-Test. Für jede Kategorie beantwortest Du einfach die Fragen und zählst dann die Punkt zusammen. Je höher die Punktzahl, desto mehr geht Deine Neigung in die entsprechende Richtung. Natürlich kannst Du den BDSM-Test auch im [Internet unter BDSM-Test](#) machen und dort sehr komfortabel auswerten lassen.

Anhand von 70 Fragen kannst Du hier Deine Neigung in den Bereichen dominant/devot, sadistisch/masochistisch und Bondage ergründen.

0 bis 5 Punkte können für jede Aussage vergeben werden. Eine Null bedeutet die Vorstellung erregt dich gar nicht oder schreckt dich gar ab, eine 5 bedeutet, die Vorstellung einer solchen Situation erregt dich extrem.

Fragen zur devoten Neigung

		1	2	3	4	5
1.	wenn mein Partner mich demütigt und/oder benutzt:					
2.	wenn ich für Fehler bestraft werde:					
3.	wenn mein Partner mir Aufgaben stellt, die ich erfüllen muss:					
4.	wenn mein Partner mir Schmerzen und/oder Demütigung ankündigt:					
5.	wenn mein Partner mich überfällt, wenn ich nicht damit rechne:					
6.	wenn ich die Verantwortung nicht nur sexuell an meinen Partner abgeben kann:					
7.	wenn mein Partner mit meiner Lust spielt und ich nicht weiß, ob und wann ich kommen darf (erregen und verweigern):					
8.	wenn ich nur kommen darf, wenn ich die Erlaubnis meines Partners habe:					
9.	wenn ich weiß ich werde für Fehler konsequent bestraft:					
10.	wenn ich dienen darf:					
11.	wenn mein Körper der Lust des Partners dient:					
12.	wenn ich etwas erniedrigendes für meinen Partner tun muss was ich von selbst nicht machen würde:					
13.	wenn ich nicht weiß, was mit mir geschehen wird:					
	Addierte Punktzahl					

Fragen zur dominanten Haltung

		1	2	3	4	5
1.	wenn mir mein Partner einfach dient:					
2.	wenn ich meinem Partner Schmerzen und/oder Demütigung ankündige:					
3.	wenn ich meinem Partner seine Verfehlung vorhalte und ihn deswegen bestrafe:					
4.	wenn mein Partner nur kommen darf, wenn ich es ihm erlaube:					
5.	wenn ich meinen Partner unvermittelt gegen die Wand drücke und in den Schritt fasse:					
6.	wenn sich mein Partner mir völlig ausliefert und ich machen darf was immer ich will:					
7.	wenn ich mit der Lust meines Partners spiele:					
8.	wenn ich über den Körper des Partners verfügen darf:					
9.	wenn ich die Kontrolle über meinen Partner innehabe:					
10.	wenn ich meinen Partner zu Etwas zwingen was er/sie eigentlich nicht will:					
11.	wenn ich sehe wie die Ungewissheit was geschehen wird meinen Partner auflädt:					
12.	wenn ich meinen Partner dazu bringe Dinge für mich zu tun die er/sie normalerweise nicht machen würde:					
13.	wenn ich Verfehlungen meines Partners bestrafe:					
	Addierte Punktzahl					

Fragen zur masochistischen Haltung

		1	2	3	4	5
1.	wenn ich merke, wie der Schmerz alles andere überwältigt:					
2.	wenn ich auf den Po geschlagen und/oder gebissen werde:					
3.	wenn ich beim Sex oder während einer Session Schmerzen erleide:					
4.	wenn ich Spuren einer Session an mir sehe:					
5.	wenn ich gebissen, gekniffen oder auch gekratzt werde:					
6.	wenn mein Widerstand durch Schmerzen gebrochen wird:					
7.	wenn mir an einer empfindlichen Stelle Schmerzen zugefügt werden:					
8.	wenn ich extrem hart gezüchtigt werde:					
9.	wenn mir von meinem Partner Schmerzen zugefügt werden:					
10.	wenn ich auf meiner Haut einen Rohrstock, Peitsche oder Klammer spüre:					
11.	wenn meine Schmerzen meine körperlichen Grenzen erreichen:					
	Addierte Punktzahl					

Fragen zur sadistischen Haltung

		1	2	3	4	5
1.	wenn ich sehe, wie sich mein Partner vor Schmerzen krümmt:					
2.	wenn ich meinen Partner mittels Schmerzen gefügig mache:					
3.	wenn sich mein Partner windet und stöhnt weil er/sie die eigenen körperlichen Grenzen erreicht:					
4.	wenn ich sehe, wie mein Partner Schmerzen erleidet:					
5.	wenn ich meinen Partner bis an seine körperlichen Grenzen quäle:					
6.	wenn mein Partner beim Sex oder während einer Session Schmerzen erleiden muss:					
7.	wenn ich meinen Partner übers Knie lege oder beiße:					
8.	wenn ich Spuren einer Session am Partner sehe:					
9.	wenn ich meinen Partner an empfindlichen Stellen schlage:					
10.	wenn ich Klammern, Rohrstöcke oder Peitschen benutze um Schmerzen zuzufügen:					
11.	wenn ich mittels Kratzen, Beißen und Kneifen meine Lust zeige und auslebe:					
	Addierte Punktzahl					

Fragen zur Haltung beim aktiven Bondage

		1	2	3	4	5
1.	am Körper meines Partners Seile/Ketten anzulegen und später davon Druckspuren zu sehen:					
2.	meinen Partner zu fesseln oder zu fixieren, auch wenn ich dabei auf anderen Elemente von BDSM verzichtest:					
3.	wenn ich meinen Partner fixiere und spüre, wie dieser sich in meinen Händen geborgen fühlt:					
4.	meinen Partner bewegungsunfähig zu machen:					
5.	zu sehen, wie mein Partner durch mein Tun immer mehr seine Bewegungsfreiheit verliert:					
6.	mein Partner mit kühlen Ketten, rauen Seilen oder weichen Lederbändern zu fixieren:					
7.	den ganzen Körper meines Partners mit Folie stramm zu umwickeln und nur Mund, Nase und weitere Zugänge vorsichtig frei zu legen.					
8.	denkst du im Alltag immer mal wieder daran, dass Gegenstände die du siehst zweckentfremdet werden könnten, um damit jemand anderen zu fesseln?					
9.	hast du früher bei Kinderspielen (z.B. Cowboy und Indianer) andere gerne gefesselt?					
10.	wenn ich meinen Partner so fixiere, dass er/sie sich nicht selbst befreien kann:					
11.	meinen Partner bewegungslos fixiert vor mir liegen zu haben:					
	Addierte Punktzahl					

Fragen zur Haltung beim passiven Bondage

		1	2	3	4	5
1.	zu spüren, wie mein Partner durch sein Tun mir immer mehr die Bewegungsfreiheit nimmt:					
2.	denkst du im Alltag immer mal wieder daran, dass Gegenstände die du siehst, zweckentfremdet werden könnten, um dich zu fesseln:					
3.	Seile/Ketten an meinem Körper zu spüren und später noch Druckspuren davon zu sehen:					
4.	bewegungsunfähig zu sein und nicht entkommen zu können:					
5.	wenn mein Partner mich gekonnt fixiert:					
6.	bewegungslos fixiert meinem Partner ausgeliefert zu sein:					
7.	kühle Ketten, weiche Lederbänder oder raue Seilen auf meiner Haut zu spüren:					
8.	gefesselt oder fixiert zu werden ohne andere BDSM Elemente:					
9.	bist du früher bei Kinderspielen (z.B. Cowboy und Indianer) gerne gefesselt worden?					
10.	mein ganzer Körper mit Folie stramm umwickelt ist und nur an Mund, Nase und den erotischen Stellen Löcher vorhanden sind:					
11.	wenn mein Partner mich fixiert und ich dann wehrlos bin:					
	Addierte Punktzahl					

Auswertung des BDSM-Test

	Gesamtpunktzahl
Fragen zur devoten Neigung	
Fragen zur dominanten Haltung	
Fragen zur masochistischen Haltung	
Fragen zur sadistischen Haltung	
Fragen zur Haltung beim aktiven Bondage	
Fragen zur Haltung beim passiven Bondage	

Ich wünsche euch jedenfalls ganz viel Spaß beim Ausleben eurer Neigungen :-)

Danksagung

Vielen Dank an Nicki und Spätzle für das fleißige Korrekturlesen und an Pixeldom für seine ständige Mitarbeit an der Webseite gentledom.de und natürlich Sir **Obscuritas** für den Textsatz, die Typographie und das Layout dieser neuen Ausgabe unseres Howto!

UND allen die mich mit Artikeln, Ideen, Kritik und ihrer Hilfe tatkräftig in den letzten Jahren unterstützt haben :)



