



Spielregeln:

1.) Selbst-Einschätzung - Geben

Lassen Sie nichts aus und markieren Sie alles entweder mit „Want, Willing oder No Way“, was Sie als aktiver Part umsetzen würden.

2.) Selbst-Einschätzung – Empfangen

Lassen Sie nichts aus und markieren Sie alles entweder mit „Want, Willing oder No Way“, was Sie als passiver Part umsetzen würden. (Wählen Sie dabei eine andere Farbe als bei Schritt 1)

3.) Entdeckungsreise

Gehen Sie ins Gespräch mit dem/r Partner/in und diskutieren Sie das, was Sie wollen, Ihre „Wants“. Sortieren Sie anschließend Ihre „Willings“ auf einer Skala von 1-5.

1 meint dabei „Lass uns loslegen.“ und 5 meint „Ich denke, ich könnte das ausprobieren.“

4.) In den Austausch gehen und Erforschen

Stellen Sie sich Fragen und forschen Sie tiefer nach. Sind Sie sich unsicher was eine Aktivität bedeutet, eruieren Sie sie oder formulieren Sie jeweils Ihre Vorstellung dazu.

5.) Get Started

Beginnen Sie zu spielen und auszuprobieren. Halten Sie dabei Abstand von den „No Ways“ und respektieren Sie diese. Bleiben Sie wachsam und überprüfen Sie, ob sich „Willings“ in „Wants“ oder in „No Ways“ verändern.

6.) Überprüfung

Überprüfen Sie nach ca. 3 Monaten, wo Sie stehen und loten Sie neu aus.

Playful Restraint

Erotischer Ringkampf	WANT	Willing	No Way
Hände halten	WANT	Willing	No Way
Beine halten	WANT	Willing	No Way
Full-Body Pinning (Fixierung)	WANT	Willing	No Way
Leder Manchetten	WANT	Willing	No Way
Seidenkrawatten	WANT	Willing	No Way
Fesselung an Möbel	WANT	Willing	No Way
Unterbrechung	WANT	Willing	No Way
Genitale “Keuschheit”	WANT	Willing	No Way
Andere _____	WANT	Willing	No Way

Power Roles

Being Dominant/Submissive	WANT	Willing	No Way
Explicit/Dirty Talk	WANT	Willing	No Way
“Ownership”	WANT	Willing	No Way
Orgasmus-Kontrolle	WANT	Willing	No Way
Sex in der Öffentlichkeit	WANT	Willing	No Way
Andere _____	WANT	Willing	No Way



Sensory / Impact Play

Temperatur Spiel (Wachs, Eis etc.)	WANT	Willing	No Way
Love Taps/Spanking	WANT	Willing	No Way
Sinnliches Schlemmen	WANT	Willing	No Way
Erotic Massage	WANT	Willing	No Way
Nipple Play	WANT	Willing	No Way
“Reitkultur”	WANT	Willing	No Way
Paddles (Holzlöffel)	WANT	Willing	No Way
Whips (Peitschen)	WANT	Willing	No Way
Augenbinde	WANT	Willing	No Way
Kitzeln/Federn	WANT	Willing	No Way
Sinnesspiel mit Fesseln	WANT	Willing	No Way
Andere _____	WANT	Willing	No Way

Intense Sex

Intercourse mit Fesseln	WANT	Willing	No Way
Dildos	WANT	Willing	No Way
Vibratoren	WANT	Willing	No Way
Plugs	WANT	Willing	No Way
Discipline	WANT	Willing	No Way
Anal Sex	WANT	Willing	No Way
Breath Play	WANT	Willing	No Way
• Hard Kissing	WANT	Willing	No Way
• Tantric Breathing	WANT	Willing	No Way
Andere _____	WANT	Willing	No Way

Other

Oral Sex	WANT	Willing	No Way
Anilingus	WANT	Willing	No Way
Rollenspiel	WANT	Willing	No Way
Mind Sex	WANT	Willing	No Way
Goddess Worship (Anbetung)	WANT	Willing	No Way
Foot Worship	WANT	Willing	No Way
Sex Games	WANT	Willing	No Way
Andere _____	WANT	Willing	No Way