InDU Risikoliste

Einführung und Erläuterungen

Die Servi von In Diversitate Unitas (nachfolgend INDU genannt) werden nach dem Einstiegsritual der Party an die Besucher:innen übergeben. Diese dürfen die Servi dann in kurze Spielsessions verwickeln und bei Verfehlungen Strafpunkte erteilen. Die Besucher:innen sind frei in der Wahl der Spielpraktiken – die einzige Voraussetzung ist, dass Dauer, Intensität und körperliche Ausführungsstelle innerhalb der von den Servi und INDU festgelegten Grenzen liegen. Am Ende der Spielparty werden die Servi zur Ausführung des Abschlussrituals, bei dem die angesammelten Strafpunkte in Bestrafungen umgewandelt werden, INDU wieder unterstellt. Nach dem Bestrafungsritual werden die Servi hinausgeführt, und ihr Dienst endet.
Um den Rahmen des risk-aware consensual kink (RACK) zu erfüllen ist es unerlässlich, über die möglichen Risiken zu informieren (Sicherstellung der "Risk Awareness"), damit in diese Risiken eingewilligt werden kann (informed "Consensual Kink"). Deshalb haben wir im Folgenden eine Aufzählung erstellt. Beachte bitte, dass diese nicht abschliessend ist. Gerne kannst du uns diesbezüglich Inputs und/oder Ergänzungsvorschläge zukommen lassen.

Spuren und Risiken von BDSM-Spielen

Psychologische Risiken

Risiko: **Outing**
Grund: **Sichtbare Spuren**
Outing bedeutet, dass bestimmte persönliche/private Themen (identitäre Belange, Interessen, Bedürfnisse, Neigungen, etc.) zu anderen Menschen dringen. Bedenke, dass Spielen vielfach visuell sichtbare Spuren hinterlässt (z.B. Blutergüsse, Kratzer, Platzwunden, Prellungen, Quetschungen, Reizungen, Risse, Schrammen, Verstauchungen, etc.). Diese könn(t)en – je nach Körperstelle und Art – von anderen Menschen gesehen werden, was zu kritischen Fragen, unerwünschten Interpretationen und allenfalls einem ungewolltem Outing führen kann.

Risiko: **Drops/Highs**
Grund: **Hormonrausch**

Während Spielsessions aktiviert der Reptilienteil des Gehirns den Freeze, Fight or Flight-Modus, ein uralter, instinktgesteuerter Mechanismus, der das Überleben sichern soll. Durch das Aktivsein dieses Mechanismus während Sessions entsteht währenddessen und danach ein hormoneller Rauschzustand.
Dieser kann einerseits sehr euphorische Empfindungen (sich geflasht, glücklich, zufrieden fühlen) auslösen. Das wird auch als emotionales High beschrieben. Das kann dazu führen, dass durch die daraus resultierende Überschätzung der verbleibenden Ressourcen (also wie viel Energie noch übrig ist, wie viel Schmerz noch aushaltbar ist, etc.) weitergespielt wird, obwohl die körperliche Grenze eigentlich schon erreicht ist.
Genauso kann es dazu kommen, dass Impulse, die während des Spiels auf den Körper oder die Psyche eingewirkt haben, zu stark gesteigerter Empfindlichkeit oder sensorischer Überlastung führt: Gefühle der Überforderung, Trauer-, Wut- oder Angstzustände können die Folge davon sein.

Risiko: **Emotionale (Re)Traumatisierung**
Grund: **Überforderungen, Grenzüberschreitungen, emotionale Triggerpunkte**

Ein emotionales Trauma ist ein Ereignis, das durch situative, extreme Überforderung mit negativen Gefühlen gekoppelt und im Nervensystem verankert worden ist, und von dort aus einen massgeblichen Einfluss auf die künftigen Reaktions- und Verhaltensmuster hat. Dies kann auch in Spielsessions passieren, wenn auch die Wahrscheinlichkeit dafür weit kleiner ist als in anderen Situationen mit geringerer Kommunikationskultur.
Wenn während Spielsessions der Körper mit verschiedenen Reizen bombardiert wird, kann es vorkommen, dass ein bestimmter Reiz durch eine bestimmte Stelle des Körpers an einen bestimmten Ort im Nervensystem durchdringt, an dem eines unserer Traumata abgespeichert ist (emotionaler Triggerpunkt). Die Folge ist ein "Flashback" in den Moment, in dem das Trauma entstand (Retraumatisierung). Dies kann bewusst (klare Erinnerung/Wiederdurchleben der Emotionen) oder unbewusst sein (Wiederdurchleben der Emotionen ohne klare Erinnerung, es ist also unklar warum auf einmal so heftige Gefühle oder Abwehrmechanismen da sind).
Wichtig ist in dem Moment, dass du offen und ehrlich sagst, was du brauchst!

Risiko: **Playcrush**
Grund: **Hormonrausch**
Der Playcrush ist ein hormonell bedingter, psychologischer Effekt, der bei den Spielenden die subjektive Wahrnehmung ihrer Verbindung verändert. Ausschüttungen bestimmter Hormoncocktails fördern gewisse neuronale Aktivitäten, welche wiederum Empfindungen gesteigerter Zuneigung, resp. die Illusion einer besonders intimen Verbindung zum Spielgegenüber erzeugen. Es kann aus dem Affekt ein Ausmass an Verlangen nach Intimitäten oder Sexualität entstehen, welches ohne den Hormonrausch geringer wäre.

Körperliche Risiken

Risiko: **Blutergüsse, Kratzer, Platzwunden, Prellungen, Quetschungen, Reizungen, Risse, Schrammen, etc.**
Grund: **Schlagen oder Prügeln, Floggern, Peitschen, Fesseln, Strangulieren, etc.**
Die hier genannten sind die üblichsten und – bis zu einem gewissen Ausmass – BDSM-typischsten Konsequenzen von Spielsessions. Von einer unbelasteten körperlichen Gesundheit ausgehend sind diese allesamt auch nicht weiter schlimm und verheilen innert Stunden bis Wochen.
Gefährlich werden können solche Konsequenzen, z.B. durch eine Blutgerinnungsstörung (Blutverlust) oder wenn hochempfindliche Körperregionen (z.B. der Hals oder die Genitalien) davon betroffen sind.

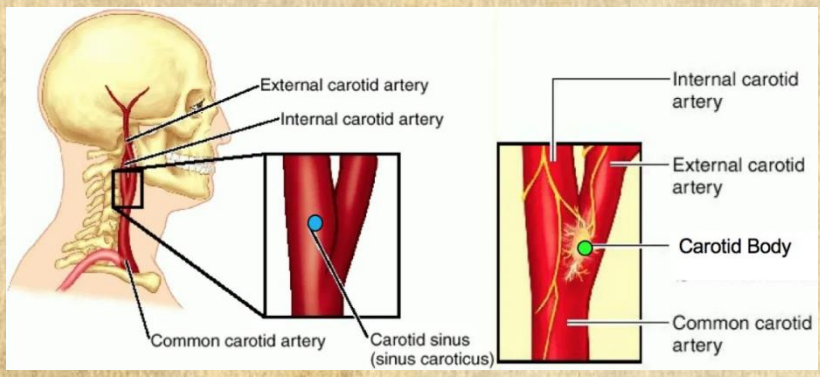
Risiko: **Nervenschäden**
Grund: **Zu starke/lange Einwirkung auf Nervenbahnen (z.B. unangemessene Fixierung, Hängebondage, etc.)**
Neuronale Schäden bewegen sich zwischen "kaum merkbar" bis "beeinträchtigen den Alltag erheblich" und können zwischen ein paar Sekunden und jahrelang – im Extremfall lebenslänglich – anhalten. Dabei wird unterschieden in Schädigung durch Druck (z.B. heftiges und langes Zudrücken an sensiblen Regionen; zu enge Fesselung; direkter Druck auf Hand-/Fussgelenke beim Hängebondage, …) und Schädigung durch Scherung (enge Seillagen/Manschetten/Ketten werden über die Haut gezogen). Schäden an somatischen Nerven zeigen sich durch Kribbeln, Brennen oder ein pelziges Gefühl in den betroffenen Körperstellen. Schäden an motorischen Nerven machen sich durch Kraftlosigkeit, Muskelschwäche oder – Krämpfen sowie Bewegungseinschränkungen bemerkbar. Schäden an vegetativen Nerven führen zu Störungen des Schlafrhythmus, der Schweissbildung/Regulation der Körpertemperatur, zu Blasenschwäche oder Verdauungsproblemen.

Risiko: **Knockouts**
Grund: **Einschränkung des Luft-/Blutkreislaufs**

Knockouts sind Ohnmachtsanfälle durch Unterbrechung der Luftzufuhr Atemspielen (Breath Play), durch Blutstau bei Würgespielen (Blood Choke), durch rasches Abfallen des Blutdruckes (Hypotonie) oder Blutzuckerspiegels (Hypoglykämie), durch Hyperventilation, aber auch durch einen narkoleptischen oder epileptischen Anfall bei entsprechender Vorerkrankung. Je nach Auslöser dauert dieser Knockout zwischen ein paar Sekunden und ein paar Minuten und erfordert einen andern Umgang/eine andere Positionierung des ohnmächtigen Körpers. Ein entsprechendes Erste-Hilfe-Wissen ist hier unabdingbar. Sprich, vor solchen Spielpraktiken solltest du dich vergewissern, dass dein Spielgegenüber deine individuellen Voraussetzungen kennt und das entsprechende Know-How hat, und (egal wie hoch der Reiz ist) darauf verzichten, wenn das nicht der Fall ist.

Risiko: **Karotis-Sinus-Reflex (akuter Kreislaufstillstand)**
Grund: **Stimulation des Vagusnervs (v.a. durch) Druck auf/um die Karotisgabel**

Durch Druck auf den Karotissinus wird eine Herzfrequenzsenkung ausgelöst, die im Extremfall zum Herzstillstand und damit zum Tod führen kann. Die



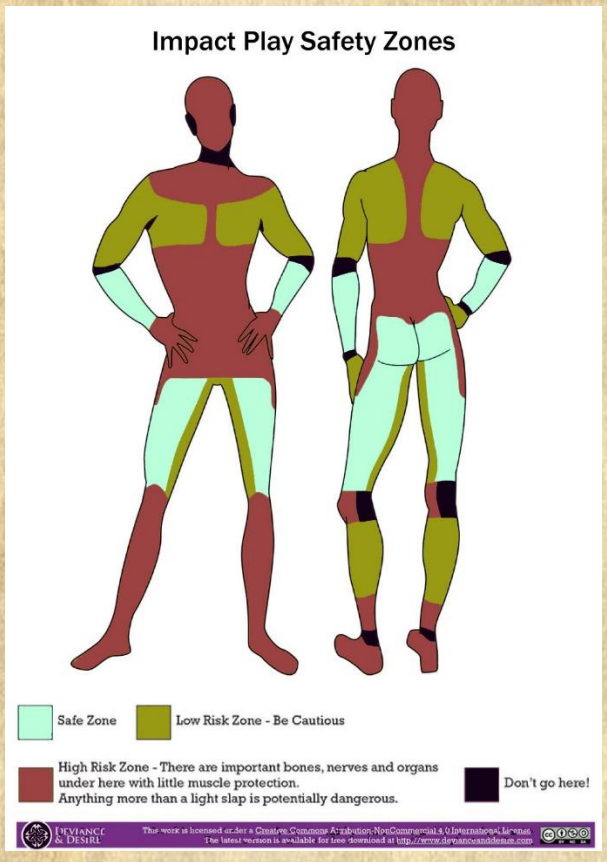
höchste Wahrscheinlichkeit für einen solchen Reflex liegt in Atem- und Blutstauspielen am Hals. Schon das Packen der Haare und das Ziehen des Kopfes in den Nacken übt Druck auf den Karotissinus aus. Bei Strangulation (z.B. durch Hände, Stoffband, Seil, …) steigert sich das Risiko des Karotissinusreflexes durch das Neigen des Kopfes auf eine Seite erheblich!!

Risiko: **Blutvergiftung und Übertragung von Krankheiten**
Grund: **Kontakt von offenen Stellen und Körperflüssigkeiten**

Es kann verdammt schnell gehen: Durch Spiele entstehen Verletzungen des Körpers. In der Aftercare kuscheln die Involvierten liebevoll. Beide schwitzen von der Session. Schweiss und Blut vermischen sich, und schon ist es passiert. Manche (Geschlechts-)Krankheiten (wie die humanen Papillomviren/HPV oder Herpes) sind so dermassen hochansteckend, dass direkter Kontakt ohne penetrativen Charakter für die Übertragung reicht. Das Langzeitrisiko von HPV bei Menschen mit Gebärmutter sind bösartige Tumore, bei Menschen ohne Gebärmutter meist Feigwarzen.

Risiko: **Schwere Körperverletzung**
Grund: **Schlagen oder Prügeln, Floggern, Peitschen, Fesseln, Strangulieren, etc.**

Die schwere Körperverletzung ist eine starke und bleibende Schädigung des Körpers, inkl. lebensnotwendiger Organe. Bsp.: Schläge in die Nierengegend können zu Nierenversagen und dadurch zu einem Kreislaufschock führen; Prügel an Gelenken können deren Bewegungsfähigkeit nachhaltig schädigen; Ein Peitschenhieb, der versehentlich im Gesicht landet, kann das Augenlicht kosten und/oder eine dauerhafte Narbe hinterlassen; Eine fehlpositionierte Oberkörperfesselung kann Armnerven beschädigen und Arm/Hände zeitweise bis dauerhaft unbrauchbar machen; Starke Stösse in den Solarplexus kann den Vagusnerv überreizen und Organversagen auslösen; Druck auf das Herz kann zum Kreislaufstillstand führen, etc. Die folgende Grafik veranschaulicht grob, welche Körperstellen wie heikel auf Impact Play reagieren können.



Unterschriften

Hiermit bestätige ich als Anwärter:in auf die Servus/Serva-Position bei INDU, dass ich die InDU Risikoliste durchgelesen habe und diese zur Kenntnis nehme.

Ich bin mir bewusst, dass die genannten Spuren und Risiken sowohl in privaten Sessions als auch im Rahmen meines Servus/Serva-Dienstes für InDU an deren Spielpartys auf-/eintreten können.

Datum, Ort

Unterschrift