

Inhalt

VORWORT: Warum lieben so viele Frauen <i>Fifty Shades of Grey</i> ? (Und was ist mit den Männern?)	7
KAPITEL 1: Der Einstieg – Wenn erotische Fantasien Wirklichkeit werden	17
KAPITEL 2: Es gibt nicht nur Blümchensex – Das Spektrum des Kink	27
KAPITEL 3: Fesseln und Knebeln – Worauf Sie beim Bondage achten sollten	37
KAPITEL 4: Augenbinden & Co. – Erotischer Kick durch Sinnesentzug	47
KAPITEL 5: »Spielzimmer« oder »Kammer der Qualen« – Wie richte ich meinen SM-Raum ein?	55
KAPITEL 6: Lust auf SM – Was macht Dominanz und Unterwerfung so reizvoll?	69
KAPITEL 7: Ist das noch normal? – Die Grenze zwischen SM und Misshandlung	79
KAPITEL 8: Lass uns darüber reden – Worauf es bei Gesprächen vor einem Spiel ankommt	89
KAPITEL 9: Das Gespräch danach – Wie fangen mein Partner und ich einander auf?	105
KAPITEL 10: Bindende Vereinbarungen – Was es über Sklavenverträge zu wissen gilt	111
KAPITEL 11: Total Power Exchange – Was ist eine 24/7-Beziehung?	119
KAPITEL 12: »Lass mich deine Sklavin sein« – Rollenspiele und ihre Grenzen	129

KAPITEL 13: Durch die Hintertür – Das Wichtigste über Analsex	139
KAPITEL 14: Bestrafung und Schmerzen – Was finden viele so geil daran?	151
KAPITEL 15: Versicherung gegen sexuelle Übergriffe – Der Sinn des Covers	163
KAPITEL 16: Ein umstrittenes Alarmsignal – Nutzen und Tücken des Safewords	167
KAPITEL 17: Der Absturz – Was tue ich, wenn ein SM-Spiel schiefgeht?	177
KAPITEL 18: Nach den <i>Shades of Grey</i> – Wo findet man neue Inspirationen?	185
 Literatur	 195
Über den Autor	203