



# SICHERHEITSTECHNIKEN FÜR PEN-&-PAPER-ROLLENSPIELE

Was beim Rollenspiel passiert und wie wir uns dabei fühlen, können wir vorher nie genau sagen. Es können Situationen entstehen, die uns unangenehm sind oder sogar an traumatische Erlebnisse erinnern. Folgende Techniken sollen Sicherheit bieten und Absprachemöglichkeiten aufzeigen.

Entscheidet vor Spielbeginn, ob und welche Techniken ihr benutzen wollt. Alle, einschließlich der Spielleitung, können sie dann bei Bedarf einsetzen.

## Pause-Taste

Halte das Pause-Symbol auf der Karte hoch, tippe auf das Pause-Symbol, sage „Pause“ oder hebe beide Hände, um das Spiel zu unterbrechen.

Du kannst ein persönliches Bedürfnis äußern oder etwas besprechen, das dir gerade unangenehm ist.

Du kannst auch signalisieren, dass deine Grenze erreicht ist. Alle sind dann sensibilisiert und können darauf Rücksicht nehmen.

## X-Karte

Halte das „X“ auf der Karte hoch, tippe auf das „X“, sage „X-Karte“ oder halte beide Arme verschränkt hoch wie ein X. Inhalte, die dir gerade unangenehm sind, werden aus dem Spiel herausgenommen – ohne Erklärung oder Rechtfertigung.

Bedürfnisse und Sichtweisen im Rollenspiel sind sehr unterschiedlich. Probiert aus, was für eure Spielrunde funktioniert. Sicherheitstechniken bieten keine Garantie und sind auch kein Ersatz für einen achtsamen Umgang miteinander.

## QUELLEN & DANK

Pause-Taste: Brie Beau Sheldon — [briebeau.com/scriptchange](http://briebeau.com/scriptchange) | Grenzen & Ausblendungen: Lines & Veils von Ron Edwards

X-Karte: John Stavropoulos — [tinyurl.com/x-card-rpg](http://tinyurl.com/x-card-rpg) — [tinyurl.com/xkarterollenspiel](http://tinyurl.com/xkarterollenspiel) | Inspiration: Big Bad Con Safety Cards

Viele Sicherheitstechniken wie Door is Open oder Cut & Brake entstammen der Nordic-Larp-Szene

Mithilfe: Julian Kluge, Tina Trillitzsch, Gerrit Reininghaus | Förderer: Dominik Hohner, Antonia Schmalstieg, Rupert Sedlmayr u. a.

Erstellung: BeePeeGee und Thorsten Panknin für den Gratisrollenspieltag 2019 — [gratisrollenspieltag.de](http://gratisrollenspieltag.de) | **weitere Infos: [t1p.de/sicherspiel](http://t1p.de/sicherspiel)**

## Grenzen & Ausblendungen

Besprecht vor Spielbeginn, wo eure Grenzen liegen.

Grenzen sind Themen oder Inhalte, die ihr aus persönlichen Gründen nicht im Spiel behandeln und grundsätzlich ausschließen möchtet.

Ausblendungen sind Inhalte, die ihr nur andeuten und dann ausblenden wollt, ohne sie auszuspielen.

Du kannst im Spielverlauf jederzeit weitere Grenzen und Ausblendungen einführen.

## Die Tür bleibt immer offen

Es steht allen jederzeit frei, die Spielrunde ohne Erklärung zu verlassen (kurzer Hinweis an die Spielleitung, dass du jetzt gehst, ist jedoch hilfreich).