

# Eine Einführung in die ABDL-Welt

Der nachfolgende Text wurde von Tomkitty aus dem Englischen übersetzt

Sie lesen diesen Text weil eine Person die Ihnen nahesteht eine Vorliebe für Windeln oder Babykleidung in Erwachsenengrösse hat. Dieses grosse Geheimnis mit Ihnen zu teilen hat sehr viel Mut gebraucht und erfordert von ihm oder ihr grosses Vertrauen Ihnen gegenüber. Ihre Akzeptanz gegenüber dieser sehr ungewöhnlichen Neigung ist für diesen Menschen sehr wichtig.

Grundlegendes bzgl. dieser Neigung ist auf wenigen Zeilen erklärt. Es gibt *Adult Babies (ABs)* (erwachsene Babys) die gerne Babykleidung tragen und auch dementsprechend behandelt werden wollen. Manchmal wird dieses Verhalten auch als "*Age Play*" bezeichnet. Im Gegensatz dazu, gibt es die *Diaper Lovers (DLs)* (Windelliebhaber) welche gerne Windeln tragen, wie der Name bereits vermuten lässt. Viele Menschen in diesem Umfeld gehören zu beiden Gruppen. Daher nennt man sie AB/DLs oder ABDLs. Es gibt einige weibliche ABDLs, die meisten sind aber männlich. Was ihnen gemeinsam ist, ist ein Verhalten, bzw. eine Neigung die man "*Infantilismus*" oder "*Windelfetischismus*" nennt. Es gibt keinen Grund zur Annahme, dass solche Neigungen durch eine schlechte Erziehung, Vernachlässigung oder ein Trauma entstehen. Die meisten ABDLs realisieren, dass sie diese Bedürfnisse haben im Alter von 4-16 Jahren. Die meisten begleitet diese Neigung ein Leben lang, obwohl nicht wenige Jahrzehnte lang dagegen ankämpfen. Davon geht an sich keine Gefahr aus, und ein weitestgehend normales Leben ist damit auch möglich.

Der einfachste Weg mehr über die Hintergründe eines ABDLs oder dessen Interessen zu erfahren, ist ihn oder sie danach zu fragen.

Das ausleben dieser Bedürfnisse hat nicht für alle ABDLs dieselbe Wichtigkeit. Für einige ist es mehr ein sogenannter "Kink", also eines von verschiedenen sexuell motivierten Interessen, welches zufälligerweise von Ihnen entdeckt wurde, dass aber auch genauso schnell wieder verschwinden kann.

Es gab auch einige TV Sendungen in den ABDLs Porträtiert wurden. Jedoch sollte man ihnen nicht zu viel Aufmerksamkeit schenken, da die Berichte (wie so oft im TV) stark übertrieben und auf Sensationsmache ausgerichtet waren.

## Für Eltern:

Zu erfahren, dass sich Ihr Kind ausserhalb des Kleinkindalters für Windeln oder Babykleidung interessiert ist für viele Eltern ein Schock. Aber vermutlich hat Ihr Kind deshalb davon erzählt weil es vor Ihnen keine Geheimnisse haben, oder nicht dabei ertappt werden möchte. (Alternativ: Um den Schaden nach dem "erwischt werden" etwas einzugrenzen.) Jüngere Kinder möchten oftmals auch nur Informationen von Ihren Eltern haben, oder ihre Interessen mit anderen Menschen teilen.

Währendem Sie als Elternteil sich natürlich an das Wickeln des Kindes lebhaft erinnern, kann es gut sein, dass sich ihr Kind selbst kaum an die Zeit erinnern kann wo es auf Windeln angewiesen war. Daher denken Sie bei der Vorstellung, dass ihr eigenes Kind (wieder) Windeln trägt auch sehr schnell daran es wieder Wickeln zu müssen. Ihr Kind hat aber vermutlich eine ganz andere Sicht der Dinge. Vielleicht sagt es: "Ich möchte gerne Windeln tragen!", und als Elternteil verwechselt

man diesen Wunsch mit der Aufforderung: "Ich möchte von dir gewickelt werden". Ihr Kind ist kein Baby mehr, sie müssen deshalb auch nicht an diesen Dingen teilnehmen.

Die meisten Kinder akzeptieren, dass ihre Eltern ein Sexleben haben. Und das ist für sie auch kein Problem, solange sie nicht direkt damit konfrontiert werden. Diese Ansicht kann man im umgekehrten Sinn auch Anwenden wenn ihr Kind ein ABDL ist. Sie können es vielleicht akzeptieren, wenn sie sonst keinen Kontakt damit haben.

Es kann natürlich trotzdem sein, dass es bestimmte Grenzen gibt, die diskutiert werden müssen. Besonders Dinge wie z.B. die religiösen Ansichten der Eltern oder andere Weltanschauungen die für Ihr Leben wichtig sind . Aber auch ganz praktische Themen, wie z.B. wo und wann es erlaubt ist Windeln zu tragen, sollten in einer Familie besprochen werden.

Es kann dennoch schwer sein, ihr Kind mit seiner Neigung zu verstehen und zu akzeptieren. Das teilen eines solch grossen Geheimnisses kann aber auch eine Chance für eine engere Beziehung zu ihrem Kind und zu grösserem Vertrauen zwischen ihnen sein. Und: im Vergleich dazu, dass man grosse Geheimnisse vor Ihnen hat, mag eine offen kommunizierte ABDL Neigung nahezu harmlos erscheinen.

Zusätzliches, englischsprachiges Material zu diesen Themen: Stormdragon's Was tun, wenn mein Kind ein ABDL ist?, oder alternativ: über ABDL und "Häufig gestellte Fragen" bei [Understanding.Infantilism.org](http://Understanding.Infantilism.org) .

## **Für Partner:**

Es kann schwer sein zu einem anderen Menschen eine tiefgehende und stabile Beziehung aufzubauen. Für ABDLs wird es nochmals etwas schwieriger, da sie ihrem Partner (früher oder später) von ihren speziellen Neigungen erzählen sollten. Idealerweise, geschieht dieser Schritt sobald sich abzeichnet, dass evtl. eine längere, bzw. "ernste" Beziehung daraus entstehen könnte. Dieser Schritt ist notwendig. Ansonsten kann dieses Geheimnis die Beziehung stark verkomplizieren oder gar beschädigen. Wie in eigentlich allen Beziehungen ist auch hier die Kommunikation, der stetige Austausch untereinander, der Schlüssel zum Erfolg.

Jeder Mensch hat *persönliche Grenzen*. Diese sollten als Limits verstanden werden, von denen man nicht erwarten kann, dass sie sich ändern werden. Wie z.B. bestimmte Weltanschauungen die eine Person mit sich bringt. Daher gibt es leider auch viele Partner die aufgrund unvereinbarer Ansichten einfach nicht zueinander passen. Diese persönlichen Grenzen hat jeder Mensch, und oftmals findet man auch gemeinsam einen Kompromiss, mit dem beide Partner leben können. Als Beispiel könnte man sagen, dass wenn ein Partner eine extreme Abneigung gegen Windeln hat, dass die Windeln nur in Abwesenheit dieser Person getragen werden können. Natürlich ist dies keine perfekte Lösung, aber oftmals sind solche und ähnliche Kompromisse in Beziehungen unvermeidbar.

Neben den persönlichen Grenzen beider Partner, gehört zu jeder Beziehung auch ein ausgeglichenes System von "geben und nehmen". Die Bedürfnisse eines ABDLs können auch ein Teil davon sein. Dabei sollte das Ziel sein, alle wichtigen Punkte zu besprechen, und eine Lösung zu finden, die für alle akzeptabel ist. Man sollte auch nicht vergessen, dass die Tatsache, dass der Partner ein ABDL ist, nur ein Teilaspekt in der Beziehung zu ihm ist.

An den Diskussionen und Verhandlungen, die wegen dieser Dinge geführt werden sollten sich beide Partner gleich stark beteiligen. Dinge wie, Grenzen, Bedürfnisse, Interessen, Fantasien, Neigungen, Abneigungen, Neugier, sollten untereinander besprochen werden, helfen sie doch für ein besseres gegenseitiges Verständnis.

über viele Dinge aus dem ABDL Bereich kann man verhandeln. über andere eher nicht: Ihr Partner wird wahrscheinlich seine Leidenschaft für Windeln nicht aufgeben, aber das heisst auch nicht, dass Sie ihn wickeln müssen. Daher ist das Ziel in einem ernsthaften Gespräch über diese Neigung einen Kompromiss zu finden, zwischen gleichberechtigten Partnern. Eine Balance oder eine Art Ausgleich ist besonders wichtig, falls du dich entscheidest, dich auch Zeitweise um das Adult Baby zu kümmern, und quasi (auf Zeit) die anstrengende und arbeitsintensive Elternrolle zu übernehmen. Daher ist es nur fair, wenn dein Partner sich ähnlich intensiv um dich kümmert. (Auf eine andere Art, versteht sich.)

Es kann auch sinnvoll sein, sich gegenseitig genügend Zeit zu geben um diese neue Situation vollständig erfassen zu können, und um sich daran anzupassen. Das kann es einfacher machen für beide Partner einen Weg in eine Beziehung zu finden, in der beide glücklich sind, und sich niemand ausgeschlossen fühlt.

Falls Ihr Partner in der Vergangenheit bestimmte traumatische Erfahrungen gemacht hat, kann es lohnenswert sein vor dem Ausleben solcher Neigungen darüber in Ruhe zu sprechen. Denn, manche Menschen durchleben diese traumatische Situation erneut wenn man sie daran erinnert. Dies kann durch eine besonders intensive sexuelle Erfahrung passieren, was für den betroffenen Menschen sehr schlimm sein kann. Falls es solche Dinge gibt, muss dies deshalb unbedingt im Vorfeld angesprochen werden. Damit nicht aus Versehen in solche "*Fettnäpfchen*" getreten wird, oder alte Wunden aufgerissen werden.

Zwei weitere Themen sollten mit einem ABDL ebenfalls besprochen werden: Sex und Bondage. Einige ABDLs verbinden Sex direkt mit ihren ABDL Aktivitäten, anderen trennen diese beiden Bereiche lieber. Ähnlich sieht es bei Bondage aus: Gefesselt werden während des Windeln Tragens ist für manche ABDLs extrem toll, andere finden es aufgrund der Baby-Rolle total unpassend. Dabei muss natürlich auch immer auf die Bedürfnisse des anderen Partners geachtet werden.

Der Moment in denen die ABDL oder andere Fetisch- Aktivitäten stattfindet wird in der BDSM Community oftmals als "*Szene*" bezeichnet. Vergleichbar mit einer Szene in einem Film. Falls eine Szene neue oder gar gefährliche Praktiken beinhaltet, sollte dies zuvor besprochen werden. In Bezug auf ABDL Aktivitäten ist dies aber meist nicht der Fall, da die meisten Praktiken harmlos sind. Was bei anderen Neigungen nicht unbedingt der Fall ist.

Weiterführende Texte: Bücher zum Thema Krisenbewältigung, Gesprächskultur und Problemlösung in Beziehungen. Und ABDL Bücher wie "*Age Play and Diaper Fetish*" Handbuch oder andere.

## Wie Leben ABDLs ihre Neigung aus?

Die Dinge die ABDLs Spass machen, auch ABDL "*Praktiken*" genannt, unterscheiden sich stark. Zum Beispiel: Viele ABDLs tragen gerne Windeln und pinkeln auch in diese, dass gilt aber nicht für alle. Der einfachste Weg zu erfahren wo die Bedürfnisse eines ABDLs liegen ist auch hier danach zu fragen.

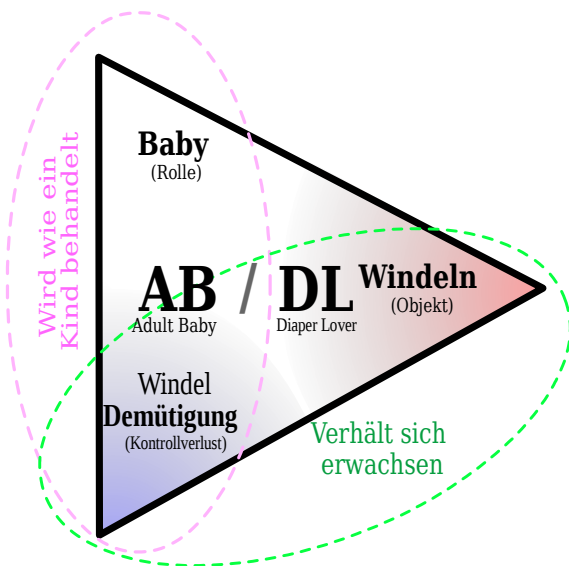
Ein Adult Baby mag oftmals *Rollenspiele*, der Klassiker dabei ist wohl "Kleinkind & Mama". Bei diesen Rollenspielen, versuchen einige Adult Babies ihre Rolle nicht nur zu spielen, sondern für die Zeit wo die Szene andauert, gedanklich wirklich ein Baby zu werden. Ähnlich wie bei einem Schauspieler, der seine Rolle nicht nur spielt, sondern lebt. Im ABDL Kontext nennt man dieses Verhalten *Regression*. Aber auch in diesem Zustand kann ein ABDL sich natürlich nach wie vor an die vorher abgemachten Regeln halten. Es darf keine Ausrede für Grenzüberschreitungen sein (Beispiel-Situation: "Es ist ok wenn du mit den Fingern isst, und Spaghetti um dich wirfst - Aber nur wenn du es nach dem Rollenspiel wieder aufwischst.").

Vergleichbar mit dem Wach/Schlaf-Rhythmus den wir Menschen alle haben, haben viele ABDLs einen vergleichbaren Rhythmus oder Kreislauf, in dem sich Phasen von starkem Ausleben der Neigungen mit Phasen von Desinteresse oder gar Abneigung an ABDL Aktivitäten abwechseln. Wie oft das passiert ist von Person zu Person verschieden. Oftmals tritt nach einer intensiven Zeit des Auslebens eine Befriedigung ein, welche die Lust auf weitere ABDL Spiele für eine bestimmte Zeit bremst. Bereits beim lesen dieser Zeilen, ist ihnen vermutlich aufgefallen, dass dieses Verhalten das Potenzial hat sehr ungesunde und problematische Ausmasse anzunehmen. Und genau das wird für viele Menschen auch zum Problem. Im englischsprachigen Raum hat man hier für den Begriff *binge-and-purge cycles* geschaffen. Auf Deutsch würde man am ehesten von einem "Zyklus zwischen Exzess und Verleugnung" sprechen. Dies sollte vermieden werden. Es sollte ein gesundes Mass gefunden werden, wobei Selbstakzeptanz und viele offene Gespräche mit dem Partner sehr hilfreich sein können.

## Das ABDL Dreieck

Filme kann man beispielsweise nach Genres zusammenfassen. Es gibt Action Filme, Komödien, Liebesfilme und vieles mehr. Genres können sich aber auch vermischen oder über die Zeit verändern, wie z.B. bei einer romantischen Komödie. Auf eine ähnliche Art und Weise können auch die Interessen von ABDLs zusammengefasst und kategorisiert werden: Windeln, Babyrollenspiele, und Demütigung, sind grundlegende Bereiche, die man auseinanderhalten kann.

- Rechte Ecke: Hier liegt der Schwerpunkt auf **Windeln**. Logischerweise findet man hier die Windelliebhaber. Hier werden Windeln als Fetischobjekt oder einfach aufgrund einer persönlichen Präferenz getragen. Dennoch sind je nach Person auch andere ABDL Elemente nicht ausgeschlossen.
- Oben links: Hier liegt der Schwerpunkt auf **dem Babyrollenspiel**. Der Fokus liegt hier auf der Sorglosigkeit & Geborgenheit des Kleinkindalters. Eine typische Fantasie dieser Gruppe könnte es sein, in den Armen einer liebenden Mutter einzuschlafen.
- Unten links: Hier liegt der Schwerpunkt auf **der Demütigung**. Hier konzentriert man sich auf den Verlust von Status und Kontrolle. Menschen die sich in dieser Kategorie sehen, empfinden Lust beim Gedanken sich z.B. für das benutzen ihrer Windeln zu schämen und anschliessend den Hintern versohlt zu bekommen.



Der Kontrast zwischen dem Babyrollenspiel und der Demütigung ist manchmal etwas unscharf. Im Gegensatz zu einem glücklichen Baby, ist sich der infantilisierte Mann bewusst, dass man ihn auf die Ebene eines Kleinkindes herabsetzt, was im Gegensatz zum echten Baby demütigend sein kann.

Geschlechtsverkehr während der dem Ausleben der ABDL Neigung ist eher üblich wenn der persönliche Fokus mehr auf dem blanken Windelfetischismus liegt, als auf den Babyrollenspielen. Da für viele ABDLs letzteres nicht wirklich mit Sex vereinbar ist.

## Was es nicht ist

Das Interesse an Windeln oder Infantilismus generell, ist **keine Krankheit**. Vielmehr ist es ein meist lebenslanges Interesse, das für das Wohlbefinden des ABDL wichtig ist. Ein Windelausschlag ist die einzige direkte Folge die es für den betroffenen haben kann. Indirekt ist vor allem das Gefühl nicht "normal" zu sein problematisch. Daraus können Gefühle wie Schuld & Scham entstehen, der Mensch sich in die Isolation getrieben fühlen und schlimmstenfalls an Depressionen erkranken. Das muss alles nicht passieren, wenn man als Betroffener ein gewisses Mass an Akzeptanz und Verständnis im Bekanntenkreis erfährt, und einen gesunden Umgang mit den eigenen Vorlieben findet.

Für Leute die stark mit den indirekten Folgen zu kämpfen haben, kann es sich lohnen professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen. Wobei auch hier es nie das Ziel sein sollte, den ABDL "heilen" zu wollen.

Die bereits weiter oben erwähnte **Regression** ist ein breitgefächertes Begriff, der viele Bedeutungen haben kann. So gibt es ausserhalb der Adult Baby Welt auch die sogenannte *Regressions Therapie* welche aber nur bedingt etwas mit dem Verhalten eines ABDLs zu tun hat, da diese Therapieform von einem ausgebildeten Therapeuten durchgeführt wird, der den Patienten im Prozess der Regression überwacht und begleitet.

Wenn von Geisteszuständen ähnlich dem eines Kindes die Rede ist, kann dies auch zu Missverständnissen führen, wo Regression mit einer **geistigen Behinderung** verwechselt wird. Obwohl dies auf die meisten ABDLs nicht zutrifft. ABDLs sind Erwachsene die häufig voll im Leben stehen, nur dass sie eben manchmal ihr erwachsen-sein ablegen, und für eine Weile ein ganz anderes Leben leben. Ein weiterer Begriff der manchmal falsch verstanden wird ist "Infantilismus". Im medizinischen Bereich bezeichnet er Körperteile die nie aus der kindlichen Entwicklungsstufe herausgekommen sind. Unter ABDLs ist es hingegen, ein nicht ganz so oft verwendeter Begriff für die eigene Neigung zu den Babyrollenspielen gehören.

Unter ABDLs gibt es keine besondere Tendenz was die sexuelle Orientierung oder die Wahrnehmung des eigenen Geschlechts angeht. Deshalb gibt es genauso wie in der restlichen Bevölkerung einen Anteil **homosexuelle, bisexuelle und transsexuelle Menschen**. Daher sind die meisten ABDLs heterosexuell und nicht transsexuell. Was sich jedoch bei vielen ABDLs von anderen Menschen unterscheidet, ist der Umgang mit für sie erotisch oder anderweitig interessantem Bildmaterial. Üblicherweise tendieren heterosexuelle Männer, sofern das Interesse vorhanden ist, dazu Bilder von für sie attraktiven Frauen anzuschauen oder je nach Person auch zu sammeln. Bei ABDLs kann dies genau umgekehrt sein, ohne einen Rückschluss auf die sexuelle Orientierung zuzulassen. Wenn ein ABDL Mann Bilder von anderen Männern in Windeln ansieht oder sammelt, hat das damit zu tun, dass er in der Rolle dieser Männer sein möchte, dass er sich mit ihnen identifizieren kann, nicht dass er sie sexuell anziehend findet. Das gilt insbesondere für die Gruppe der "*Sissies*", Männer die sich um den Effekt der Kindlichkeit zu verstärken anziehen wie Babymädchen. Das mag für Aussenstehende äusserst seltsam wirken, doch geht es auch hier um die Identifikation mit einer Rolle und bei den meisten nicht um den Wunsch tatsächlich weiblich zu sein. Auch wenn der Betrachter solcher Bilder ein heterosexueller Mann ist, der mit seinem Geschlecht vollkommen zufrieden ist.

Hören die Menschen zum ersten Mal von ABDLs kommen oftmals Fragen zu einem Thema auf, dass absolut keine Verbindung zu ABDL hat: **Pädophilie**. ABDL Spiele, auch genannt "Age Play" finden immer zwischen Erwachsenen statt, die ihr Einverständnis dazu gegeben haben. Auch wenn diese Personen angezogen sind wie Babys und sich auch so verhalten finden solche Aktivitäten immer ohne Kinder statt. Es ist der ABDL Community ein grosses Anliegen Kinder zu schützen und ggf. mit den Behörden zusammenzuarbeiten um strikt gegen Kindesmissbrauch vorzugehen.

Abschliessend sollte auch noch erwähnt werden, dass die **Verwendung von Windeln** von inkontinenten Menschen, Astronauten, Tiefseetauchern etc. sie nicht automatisch zu ABDLs macht.

## Schlusswort

Vielen Dank, für die Offenheit und die Bereitschaft sich mit den Bedürfnissen, ihres Freundes oder nahestehenden Menschen auseinander zu setzen. Es ist ein wichtiger Schritt für eine offenere und ehrlichere Beziehung zu diesem Menschen. Wobei es auch in Ordnung ist nicht mit allem Einverstanden zu sein oder noch viele Fragen zu haben. Kommunikation kann der Schlüssel sein um auch hier Lösungen und Wege zu finden um mit diesen Problemen umzugehen. Diesen Aspekt des Lebens mit Ihnen zu teilen erforderte grosses Vertrauen in Sie, da es ein sehr intimes Thema ist. Fragen sie bitte die betroffene Person bevor sie mit anderen darüber sprechen.



**This work is licensed under a Creative Commons Attribution-Noncommercial-Share Alike 3.0 United States License.** For online material based on this work, include a link to either this page or to <http://understanding.infantilism.org>. For printed material based on this work, include a citation with one of those two URLs.