

# Trainiere dein kleines Kind in dir, um windelabhängig zu werden!

1. Verstecke oder wirf deine Unterwäsche weg und kaufe einen großen Vorrat an Windeln für dich. Frage dich, welche Drucke und Muster du möchtest, da du sie mehr tragen würdest, wenn du sie mögen würdest, wie du aussiehst. Laß dich daran gewöhnen, rund um die Uhr Windeln zu tragen, und erinnern dich immer wieder daran, daß es dich wirklich glücklich macht, daß du Windeln für dich trägst.

2. Belohne dich Kleinen mit allem, was du möchtest, sei es mit Videospiele, Keksen oder Orgasmen täglich, wenn du deine Windeln trägst und für dich verwendest. Sage dir, wie süß und sexy du aussiehst und wie munter du dich fühlst. Mit der Zeit wirst du lernen zu lieben, wie du dich durch deine Windeln fühlst, und du wirst sie tragen und verwenden wollen, damit du dich wieder genauso fühlst. Im Gegenzug solltest du zwischen dem Windelwechsel mit dir spielen. Es liegt an dir, dich zum Orgasmus zu bringen oder nicht, je nach deinem Verhalten. Wenn du ein schlechtes Kind warst, kannst du dich, aber nicht abspritzen. Du wirst versprechen, ein gutes Stückchen zu sein, wenn dies bedeutet, daß du in deiner Windel abspritzen darfst. Wenn du dies tust, laß es darin, damit du dich daran gewöhnst, deine Windel für alles zu verwenden. Dadurch verbindest du Freude und Vergnügen mit deinen Windeln.

3. Ändere deine Ernährung, indem du dich dazu bringst, Lebensmittel mit weniger Salz und mehr Wasser zu essen. Schneide alle Fastfoods bis auf einen besonderen Leckerbissen aus; Bring dich einmal pro Woche zu deinem Lieblingsplatz (natürlich in einer Windel!), aber nur, wenn du in Windeln bleibst. Laß dich nicht bezahlen, schließlich müssen kleine Leute für nichts bezahlen. Lebensmittel wie Wassermelonen sind reich an Flüssigkeiten. Laß dich also eine Tonne davon essen, unter der Vorstellung, daß es für dich gesund ist. Ersetze deine salzigen Snacks durch Obst und andere gesunde Dinge, einschließlich reichlich Flüssigkeit zu jeder Mahlzeit. Fülle dir jede Stunde eine große Wasserflasche und sagen dir, daß du eine Stunde Zeit hast, um sie zu leeren. Du solltest dir eine große Wasserflasche geben, und jedes Mal, wenn du mit dem Trinken fertig bist, füllst du sie wieder auf und gibst dir einen Keks, da dies die Tatsache verstärkt, daß das Trinken des ganzen Wassers dir eine Belohnung einbringt! Mitten am Tag kannst du dir eine Tasse Kaffee oder ein Soda geben, damit du nicht nass wirst. Wenn du etwas anderes willst als nur altes Wasser, wird ein hohes Glas Cranberrysaft deine Blase dazu anregen, dich häufiger nass zu machen, genau wie Koffein.

4. Mit der Zeit wird die Verwendung deiner Windeln immer einfacher. Anstelle von großen Schwärmen wirst du in immer kleineren Mengen pinkeln, genau das, was du willst. Dies bedeutet, dass deine Blase schrumpft und du das Gefühl hast, viel früher als gewöhnlich pinkeln zu müssen. Wenn du in der letzten Woche viel Wasser getrunken hast, sollten du dich in diesem Stadium befinden, aber NUR, wenn du es nicht gehalten hast, bis du gehen mußt. Dich muß die Tatsache verstärken, daß du pinkeln mußt, sobald du das kleinste bisschen pinkeln in deiner Blase spürst, und deine Blase wird schrumpfen, da du deine Blase nicht voll ausnutzt.

5. Nach ein oder zwei Monaten Windeln rund um die Uhr ist deine Blase so klein, daß du zwischen den Wechselln überall dribbelst. Es wird zu einem Punkt kommen, an dem du auf deine Windeln angewiesen sein wirst, um Unfälle zu vermeiden, und du wirst dich dafür entscheiden, deine Windeln anstelle deiner alten Unterwäsche zu tragen (nicht als hättest du

überhaupt eine Wahl gehabt!). Weil du dich nicht umziehen willst, weil du deine Kleidung nass machst. Erinner dich immer daran, wie stolz du darauf bist, daß du windelabhängig wirst, und stelle sicher, daß du dir viel Kuschneln, Liebe und Vergnügen gibst, wobei du dich immer auf deine Windeln konzentrierst.

6. Wenn du mit dem Bettnässen beginnst, kaufe dir dickere Windeln, damit du sicher sein kannst, daß du dein Bett nachts nicht nass machst. Kaufe dir waschbare Unterlagen und versichere dir, daß Unfälle in der Nacht völlig natürlich sind. Du mußt dich in deinen Windeln sicher, geliebt und sicher fühlen, damit du dich an Bettnässen gewöhnen kannst. Wenn du morgens aufwachst, überprüfe deine Windel. Wenn deine Windel durchnässt ist, belohne dich, indem du einen Vibrator gegen die Vorderseite deiner Windel drückst. Wenn es noch trocken ist, sagen dir, daß du es am nächsten Abend erneut versuchen kannst, und nehme dann an diesem Abend mehr Flüssigkeit auf, um sicherzustellen, daß du im Schlaf nass wirst. Belohne dich immer jeden Morgen, wenn du nass aufwachst. Bald hast du ein wenig Zeit, das von dir abhängt, um alle deine Grundbedürfnisse zu kümmern.

aus dem engl. angepaßt übersetzt

<https://www.tumbex.com/diapertrainingashley.tumblr/post/177804802301/training-your-little-to-become-diaper-dependent>

[www.Prollboss.de](http://www.Prollboss.de)