

Inleiding

Verzorging is een universele menselijke behoefte.

Problemen met opvoeding vormen de kern van het zijn van een regressieve volwassen baby. Onvervulde behoeften aan opvoeding in de vroege kinderjaren zijn aantoonbaar de oorzaak van de identiteit. Het ontbreken van zelfopvoeding voedt de destructieve interne onrust van een conflicterende regressieve volwassen baby. Zelfacceptatie van deze AB-identiteit maakt zelfopvoeding mogelijk en creëert een deugdzame genezing cyclus tussen deze twee kenmerken - de innerlijke volwassene en het innerlijke kind.

Een regressieve volwassen baby zijn is een psychologisch gezonde persoonlijke identiteit, voornamelijk omdat het het gewonde innerlijke kind van de volwassen baby voedt. Dat ondersteunt het vermogen om lief te hebben en bemind te worden. Zonder die genezing, de onvervulde behoefte aan verzorging, verzacht het hart en de geest van de regressieve volwassen baby en stimuleert dwangmatig gedrag, waarvan sommige destructief kunnen zijn.

Bovenstaande zijn gewaagde beweringen. Ze zijn waarvoor mijn ervaring als een regressieve volwassen baby, maar ik denk dat ze waarschijnlijk waar zullen zijn voor veel regressieve volwassen baby's en anekdotisch bewijs ondersteunt die conclusies zeker. Ze zijn misschien niet waar voor anderen en ik ben niet van plan anderen in diskrediet te brengen als hun ervaringen anders zijn dan de mijne.

Dit artikel gaat over regressieve volwassen baby's die de overheersende groep vormen in de Adult Baby / Diaper Lover (ABDL) -gemeenschap. Dat is de term die wordt gebruikt door Rosalie en Michael Bent, pioniers in het identificeren en begrijpen van deze identiteit. Het beschrijft volwassen baby's die een baby persoonlijkheid hebben met gevoelens en behoeften die *moeten worden herkend* en vervuld om de AB gelukkig te laten leven, zonder verstoring en angst.

Dit artikel bouwt voort op het denken in twee eerdere stukken - het boek 'Becoming Me - the Journey of Self-Acceptance: a guide for adult babies traversing life' en het artikel 'Adult Baby - Healthy Identity or Psychosexual Disorder'.

In een vorig artikel (*Adult Baby - Healthy Personal Identity or Psychosexual Disorder?*), Zei ik dat een regressieve volwassen baby een *gezonde* persoonlijke identiteit was, als interne conflicten werden opgelost. Ik definieerde 'gezond' als *'een identiteit die past bij het zijn van een verantwoordelijke, liefdevolle en creatieve volwassene die in staat is om positieve persoonlijke relaties te onderhouden, persoonlijke en sociale verplichtingen nakomt, werkt, speelt en persoonlijke creativiteit uitdrukt.'* Deze definitie is geldig, maar niet volledig volledig.

'Compatibel met' kan worden opgevat als een regressieve AB zijn die positieve eigenschappen niet belemmert, maar dat betekent niet noodzakelijk dat het noodzakelijk of intrinsiek positief is. Er is meer informatie nodig.

Voor mij is de identiteit van een volwassen baby intrinsiek gezond. Maar waarom? Een van de belangrijkste redenen is hoe AB zich verhoudt tot koestering. Verzorgen is liefde en zorg.

'Verzorgende' verwijst gewoonlijk naar liefde en zorg voor jonge of zeer jonge mensen. In deze context betekent het liefde en zorg voor een regressieve volwassen baby Inner Child / baby persona.

Onzekere hechting tussen moeder en kind

Er wordt aangenomen dat de on vervulde behoefte aan opvoeding in de vroege kinderjaren centraal staat waarom we in de eerste plaats regressieve volwassen baby's zijn geworden. Ter ondersteuning van deze stelling vat het volgende de relevante informatie in het hierboven genoemde boek en artikel samen.

Het is denkbaar dat regressieve AB's als zuigelingen of peuters een *onzekere band* met hun moeder hadden. De term 'onzekere gehechtheid' is afgeleid van de gehechtheidstheorie, een algemeen aanvaarde en empirisch onderbouwde theorie van de ontwikkeling van kinderen.

Een onzekere gehechtheid ontstaat wanneer een moeder niet is afgestemd op de behoeften van hun kind. Dit kan het hele spectrum omvatten van misbruik en verwaarlozing aan het ene uiteinde van het spectrum tot vaker, aan het andere uiteinde van het spectrum, gewoon een discrepantie tussen de zorg of gevoeligheid van de moeder en de gevoelens en behoeften van het kind. Dit laatste kan om veel voorkomende en eenvoudige redenen voorkomen. Het belangrijkste is dat het kind op zeer jonge leeftijd leert dat ze niet volledig op hun moeder kunnen vertrouwen om in hun behoeften aan veiligheid en comfort te voorzien. Dit kan inhouden dat het kind leert dat hun uitingen van angst of woede worden afgewezen of genegeerd; dat ze de kans verkleinen dat hun moeder aan hun behoeften voldoet. In wezen leert het kind zichzelf en anderen te wantrouwen.

Er is geen empirisch bewijs dat regressieve AB's als kinderen een onveilige gehechtheid hadden. Bedenk echter dat empirische waarnemingen, gerepliceerd in verschillende landen, aangeven dat ongeveer een derde van de kinderen een onzekere gehechtheid heeft. Van elke mogelijke ongebruikelijke of uitzonderlijke persoonlijke identiteit, houdt de identiteit van een volwassen baby op unieke wijze de symbolen van de kindertijd en zijn on vervulde behoeften, luiers, babykleding, knuffels, poppen, enzovoort, zeer goed in het oog. Het is niet onredelijk om te denken dat volwassen regressieve baby's een subgroep zijn van de veel grotere bevolking die als kind een onzekere gehechtheid had.

Waarom hebben slechts een paar van de vele kinderen met onzekere gehechtheden een volwassen baby identiteit? Ik weet het niet.

Een mogelijke verklaring is dat de exacte configuratie van het interne werkmodel waarmee een kind zijn hechtingspatroon internaliseert, een zeer individuele zaak is - gemedieerd door de percepties en onbewuste keuzes van elk individu. Het is ook mogelijk dat hier andere elementen aan het werk zijn die vanwege de leeftijd van het kind moeilijk of onmogelijk te identificeren zijn.

De onzekere hechting deed zich waarschijnlijk voor toen de regressieve volwassen baby een baby of peuter was. De onderzoeken naar de scheiding tussen moeder en kind en de reünies die de gehechtheidstypen van kinderen identificeren, werden uitgevoerd met kinderen tussen 9 en 18 maanden oud. Dit komt overeen met de belangrijkste inzichten die zijn geïdentificeerd door Rosalie en Michael Bent -

- 1) de bron van de babypersoonlijkheid van de AB ligt in de zeer vroege kinderjaren - dit werd aanvankelijk verondersteld vóór de leeftijd van drie jaar te zijn - Rosalie verfijnde dit vervolgens tot zeer vroeg in de kindertijd
- 2) dat zal leiden tot een voortdurende behoefte om terug te gaan naar het stadium waarin de identiteit zijn oorsprong vond, wat tot uiting komt in een grote behoefte aan regressieve volwassen baby's om hun babypersoonlijkheid als echt en herkennen *zeer significant* te laten om in een ouder / kind-relatie met sommigen te zijn graad '

Het is geloofwaardig dat volwassen regressieve baby's terugkeren naar het punt in hun vroege leven toen de veilige hechting met hun moeder niet plaatsvond. Een belangrijk onderdeel van de ontwikkeling van onze persoonlijkheden 'bevroor' op dit punt. Psychologen noemen dit *fixatie of gearresteerde ontwikkeling*. Wanneer de verzorging niet wordt ontvangen, stopt de groei of wordt aanzienlijk verminderd.

Dit terugkeren naar een eerdere tijd van psychologische ontwikkeling verklaart ook de neiging van regressieve volwassen baby's tot onderwerping en vernedering fantasieën. Die fantasieën zijn een ander aspect van het proberen achteruit te gaan en een gehechtheid te creëren met een ouder achtige figuur.

Waarom?

Maar wat is het doel van de regressie?

Het is om te zoeken naar de onvervulde behoeften die de regressieve identiteit van een volwassen baby hebben gecreëerd.

De behoeften zijn comfort en veiligheid. Deze behoeften worden gevoeld op een diep, infantiel niveau. Het gezochte comfort heeft een sterk tastbare dimensie - de omhullende zachtheid of behaaglijke natheid van een luier, het gevoel van een dummy of speen in de mond, zachte kleding, het pluizige gevoel van een knuffel op de wang. De veiligheid is psychologische veiligheid - om je beschermd en 'vastgehouden' te voelen, om terug te keren naar een tijd waarin de zorgen en gevaren van de wereld buiten de wieg of kinderkamer werden gehouden door de beschermende aanwezigheid van moeder of een overgangs- / comfort object zoals een geliefde knuffel. Dit zijn geen behoeften die op een volwassen manier kunnen worden vervuld met een lekker warm drankje en een koekje in een comfortabele fauteuil.

Naarmate we ouder worden, leren we ons te schamen of ons te schamen voor een behoefte aan verzorging - het is kinderachtig of toegeeflijk. 'Opgroeien en erover heen komen'. 'Zuig het prinses'. Dit zijn de vermanende stemmen die we in onze gedachten horen. Deze berichten zijn VERKEERD!

Niemand mag zich nooit schamen of in verlegenheid brengen omdat hij verzorging nodig heeft. We hebben het allemaal nodig, niet alleen volwassen baby's. We hebben allemaal een Innerlijk kind. Bij veel goede huwelijken is sprake van wederzijdse zorg tussen partners - wat is het anders als de ene partner ziek wordt en teder wordt verzorgd door de andere? Enkele jaren later kan de situatie worden omgekeerd. Verzorgen is een menselijke behoefte en veel kwalen van de wereld zouden worden opgelost als aan die behoeften zou worden voldaan. In wezen is het een onschuldige behoefte, een kinderlijke (niet kinderachtige) behoefte.

Voedingsbehoeften die lange tijd onvervuld blijven, kunnen de geest en het hart verzwakken. Het beperkt de emoties, remt ons vermogen om lief te hebben en de liefde van anderen te ervaren. Het kan ons vatbaarder maken voor angst en depressie en zelfs voor lichamelijke ziekten. In het ergste geval voelt het alsof je in een levenloze woestijn leeft. Het ontkennen van onze behoefte aan koestering kan ons tot dwangmatig gedrag drijven terwijl we proberen te ontsnappen aan de dood die onze geest omhult en wanhopig proberen ons weer levend te voelen.

Zelfopvoeding In de

eerste plaats is een regressieve volwassen baby een verklaring en een uitdaging voor onszelf over onze behoefte aan verzorging.

Het leren herkennen, accepteren en voorzien in onze eigen behoefte aan opvoeding is de sleutel tot een gezonde, duurzame identiteit als een regressieve volwassen baby. Begrijp me niet verkeerd, het is heerlijk om de verzorgende zorg van een liefhebbende partner te ervaren, maar als we psychologisch gezond willen zijn, kan dat alleen een aanvulling of aanvulling zijn op ons eigen vermogen om in de verzorgende behoeften van onze babypersoonlijkheid te voorzien.

Een niet-conflicterende volwassen regressieve baby vervult hun behoefte aan verzorging elke keer dat ze 'babytijd' hebben. Maar hoe? Waarom is een natte luier zo fijn? Waarom is een favoriete knuffel zo rustgevend? Of favoriete babykleertjes? Of een dummy? Of een fles? Een natte luier of een van deze is immers niet intrinsiek geruststellend voor de meeste volwassenen - de meesten zouden ze vervelend vinden, zo niet ronduit ongemakkelijk. Ze zijn echter zeer geruststellend en kalmerend voor regressieve volwassen baby's vanwege een psychologisch mechanisme waar we allemaal als zeer jonge kinderen toegang toe hadden. Dat mechanisme werkt nog steeds voor onze baby persona omdat ze subjectief - in onze psyche - een echte baby zijn.

Dat psychologische mechanisme is iets dat 'overgangsobjecten' wordt genoemd (ook wel comfort objecten genoemd). Een overgangsobject kan bijna alles zijn - maar is typisch een knuffel of comfort deken - dat met een speciale betekenis wordt geïnvesteerd in het 'magische' denken van een heel jong kind. Een overgangsobject 'staat in voor' de moeder van een heel jong kind. Het wordt een psychologische vervanging voor haar als ze er niet is. Een baby creëert overgangsobjecten uit alledaagse dingen wanneer ze zich bewust worden van hun afgescheidenheid van de moeder en een gevoel van verlies kunnen ervaren wanneer ze niet aanwezig is. Dit is meestal tussen de 4 en 12 maanden oud.

Het concept van overgangsobjecten is ontwikkeld door Donald Winnicott (geb. 1896 d. 1971), een Engelse kinderarts en psychotherapeut. Samen met John Bowlby was Winnicott een pionier in het begrijpen van de ontwikkeling van kinderen en de relatie tussen moeder en kind die nu zo wijdverspreid is en wordt geaccepteerd dat het wordt begrepen als algemene wijsheid, losgemaakt van de theoretische uiteenzettingen waaruit het is afgeleid. In november 2018 is er een nuttig artikel op Wikipedia getiteld 'Donald Winnicott' en een kort artikel met de titel 'comfort-object'. Er is een hoofdstuk over 'Objects of the Adult Baby Universe' in het boek 'Adult Babies: Principles and Practices' van Michael Bent (www.abdiscovery.com 2015).

Ik geloof dat de baby persona van volwassen regressieve baby's een verzorgende ervaring creëert door overgangs- / comfort objecten te gebruiken om onbewust de aanwezigheid van moeder te recreëren. Deze overgangsobjecten bevatten bijna altijd onze luier, maar omvatten ook vele andere vormen - teddyberen, poppen enzovoort. We herscheppen de omstandigheden van de oorspronkelijke onzekere gehechtheid met onze moeder met het onbewuste doel dat te veranderen in een positieve uitkomst. In de onbewuste geest zullen we deze keer bemind en bemoedigd worden zoals dat nodig was. En dat zullen we zijn - want bij een gezonde regressieve volwassen baby is het onze verzorgende innerlijke ouder die onze babypersoonlijkheid ontmoet wanneer we 'babytijd' hebben. *(Of als je gelooft in een persoonlijke God of Heiland, het is een liefhebbende God als onze vader).*

Om het innerlijke leven van een regressieve volwassen baby te begrijpen, gebruik ik het concept van een dialoog tussen onze Innerlijke Ouder, Innerlijke Volwassene en Innerlijke Kind (zie 'Becoming Me' hierboven geciteerd). Het idee van een dialoog binnen onze psyche is een belangrijk kenmerk van psychotherapie en is van toepassing op iedereen (niet alleen op volwassen baby's). Bij een gezonde, niet-conflicterende, regressieve volwassen baby 'wijzen' alle drie de delen van onze identiteit (ouder, kind en volwassene) in dezelfde richting om te zien of er in de behoefte van onze baby voor verzorging wordt voorzien.

- Het Innerlijke Kind, onze baby persona, is ervan overtuigd dat ze geliefd zijn en dat aan hun behoeften zal worden voldaan. Als gevolg hiervan zijn ze meestal gelukkig en speels of kalm - en gemakkelijk getroost
- De Innerlijke Ouder is een verzorgende, beschermende ouder - aandachtig voor de behoeften van onze babypersoonlijkheid
- Ons volwassen zelf beschermt onze volwassen baby identiteit en zorgt ervoor dat er ruimte is voor onze innerlijke ouder om onze babypersoonlijkheid te koesteren.

Voor de niet-conflicterende regressieve AB is 'babytijd' een gelukkige, rustgevende, verzorgende ervaring. Wanneer we terugkeren om ons volwassen zelf te zijn, zijn we gekalmeerd, verfrist - geaard in ons ware zelf - betere volwassenen, evenals betere baby's.

Verzorging neemt niet alleen de vorm aan van 'verkleed' en zich gedragen als baby's. Er is ook 'passieve verzorging'. Ik kan een voorbeeld geven uit mijn eigen leven. Mijn vrouw heeft mijn slaapkamer ingericht alsof het een logeerkamer is voor de kleinkinderen. Er zijn stapels pluizig speelgoed in verschillende hoeken, een wit houten bed in een stijl die niet zou misstaan als een babybedje, en beddengoed in zachte pastelkleuren, weer niet misplaatst in een kinderkamer. Mijn baby persona wordt gevoed om wakker te worden en te gaan slapen in een ruimte die haar herkent en accepteert als echt, omdat ze echte behoeften heeft. Elke keer als ik een rustig moment neem, is die passieve verzorging aanwezig. Ik weet dat ik niet alleen ben. Hoe vaak heb je op YouTube of Twitter een kinderkamer-achtige achtergrond gezien voor de selfie van een volwassen baby? De redenering is hetzelfde.

Waarom verdwijnt de behoefte aan verzorging nooit? Waarom wordt het hele 'volwassen' ding van de baby niet genezen door al dit voeden en verdwijnen? weet het niet zeker. Ik weet wel dat de identiteit van een volwassen baby en de voortdurende behoefte aan opvoeding er altijd zullen zijn. Als regressieve volwassen baby's hebben we baby persona's die vast in onze psyche zijn ingebed. Zoals elke baby kan voorlopig aan hun behoeften worden voldaan, maar dat betekent niet dat ze morgen of overmorgen niet dezelfde behoeften zullen hebben. Dat zijn maar baby's. We moeten eraan wennen.

The Conflicted Adult Baby

Door de centrale behoefte aan verzorging te begrijpen, krijgen we een dieper inzicht in de conflicterende regressieve volwassen baby. Ze hebben een innerlijk conflict diep in hun psyche. De drie acteurs zijn met elkaar in oorlog.

- De Innerlijke Ouder is brutaal kritisch en straft het Innerlijke Kind
- Het Innerlijke Kind is gewond - gekwetst, boos, hebzuchtig, egoïstisch en rebels
- De Innerlijke volwassene is zwak, als een ineffectieve scheidsrechter in een zeer ruige sportwedstrijd. Het is niet in staat om te voorkomen dat de kritische Innerlijke Ouder het gewonde Innerlijke Kind misbruikt of dat het laatste in opstand komt en driftbuien krijgt.

De bestraffende Innerlijke Ouder accepteert de baby persona niet als echt of gezond. Dit is de kern van het interne conflict. Het is een ontkenning door een deel van de psyche van een ander deel - als gevolg van een ontkenning van de eigen identiteit van de regressieve volwassen baby. Als resultaat ervaart het gewonde Innerlijke Kind de oorspronkelijke wond die is ontstaan in de onzekere hechting opnieuw. En het wordt erger.

De bestraffende Inner Parent ontkent elke noodzaak tot verzorging. Ze zeggen: 'Trek jezelf bij elkaar! Je bent volwassen!' Er wordt niet voldaan aan de echte behoeften van de Innerlijke Kind / baby-persoon en ze voelen zich gekwetst, alleen en verlaten.

Met de behoefte om bruut te koesteren, ontkend dat de regressieve volwassen baby hun hart en geest verzwakt voelt. Om een gevoel van leven te herwinnen, worden ze gedreven tot dwangmatige masturbatie. Hun volwassen baby identiteit wordt grotendeels uitgedrukt als een seksuele fetisj. Hoewel ze een luier omdoen om te masturberen en misschien andere baby kleding of -spullen hebben, zijn dit niet veel meer dan seksuele 'rekwisieten'. Tijdelijke masturbatie verlicht de spanning van het woeste interne conflict, maar het is een dwangmatige, angstige ruimte die de diepe troost van 'babytijd' uitsluit. Het gewonde Innerlijke Kind grijpt gretig elke kans op 'babytijd' aan, maar ze zijn wantrouwend en wanhopig - nauwelijks in een ruimte om comfort te ervaren. De behoefte aan verzorging blijft onvervuld.

Dwangmatige masturbatie neemt periodiek de controle over en tiranniseert het leven van conflicterende regressieve volwassen baby's. We voelen op hun beurt berouw over ons gebrek aan zelfbeheersing, wat het interne conflict versterkt. Uiteindelijk bouwt dit op naar een hoogtepunt van de 'binge and purge'-cyclus, met name het pre-purge crescendo. De voortdurende ontkenning van de noodzaak van verzorging verzacht de geest verder. Steeds wanhopiger om zich levend te voelen, neemt de conflicterende volwassen baby zijn toevlucht tot de 'high' van psychologisch onveilige fantasieën of gedragingen of riskeert onveilige blootstelling. De emotionele 'teleurstelling' na de laatste piek van een orgasme kan intens pijnlijk zijn. De walging, het berouw en de zelfhaat zijn geseling en hartverscheurend. De straffende Innerlijke Ouder, zegevierend, sluit effectief het gewonde Innerlijke Kind in de kast en gooit de sleutel weg. Ze ontkennen nadrukkelijk elke behoefte aan verzorging. Na de voorbijgaande valse 'high' van zichzelf gereinigd te voelen, voelt de regressieve volwassen baby opnieuw dat hun hart en geest verzwakt zijn. Uiteindelijk zullen ze binge en begint de cyclus opnieuw.

De echte behoefte aan verzorging is echt en onschuldig. Het is niet toegeeflijk. Het is niet seksueel. Dit is hoe het wordt ervaren door niet-conflicterende regressieve volwassen baby's. Dat weerhoudt niet dat niet-conflicterende regressieve volwassen baby's seksueel zijn (zonder dwangmatig te zijn). Het is echter belangrijk om dat te erkennen in het leven van een conflicterende volwassen baby. De behoefte aan verzorging zal waarschijnlijk worden bedekt of zelfs volledig worden gemaskeerd door andere factoren, zoals dwangmatige masturbatie. De echte behoefte aan koestering kan ook worden overschaduwd door veeleisend, manipulatief of toegeeflijk gedrag dat wordt aangedreven door het hebzuchtige, egoïstische, wantrouwende, boze en angstige gewonde innerlijke kind / baby persona. Deze overlay of maskering verstoort of voorkomt zelfs dat er behoefte is aan verzorging, hetzij door de regressieve volwassen baby zelf, en misschien door anderen, zoals partners. Dit maakt deel uit van de zelfsabotage die door het interne conflict is veroorzaakt.

Zelfacceptatie - onze volwassen baby identiteit en onze volwassen babypersoonlijkheid accepteren als echt, permanent en gezond - is de enige uitweg uit de cyclus.

Wat ons gezond houdt en niet terugvalt in het interne conflict, is het voeden van onze babypersoonlijkheid.

Anders en hetzelfde

Door onszelf te begrijpen als regressieve volwassen baby's, proberen we te begrijpen wat ons anders maakt dan anderen. Het is belangrijk om te onthouden dat we op fundamentele manieren hetzelfde zijn als iedereen. We hebben allemaal behoefte aan koestering door ons leven. We lijden allemaal als aan die behoeften niet wordt voldaan, hetzij als kinderen of als

volwassenen. Alle kinderen hebben comfort / overgangsobjecten. Deze gaan gewoonlijk in verschillende vormen door tot in de volwassenheid. Voor rokers zijn sigaretten bijvoorbeeld vaak een overgangsobject. Veel andere mensen dan volwassen baby's hebben regressieve impulsen en handelen hierop, zowel functioneel als disfunctioneel. Iedereen kan worden beschouwd als een interne dialoog tussen hun Innerlijke Ouder, Innerlijk Kind en Volwassen zelf. Veel, veel mensen hebben een conflict tussen deze interne actoren, en voor sommigen van hen veroorzaakt dat conflict dwangmatig gedrag. We hebben allemaal een echt zelf en een vals zelf. Veel mensen worstelen met zelfacceptatie. Als regressieve volwassen baby's zijn we zo anders dan anderen, maar op andere zeer belangrijke manieren zijn we hetzelfde. Soms is het niet zo anders om anders te zijn.

Een gezonde identiteit

Wat is er zo gezond aan een regressieve volwassen baby zijn?

Een niet-conflicterende AB zijn, is een bewuste erkenning en acceptatie van een echte behoefte aan verzorging door ons gewonde Innerlijke Kind. Die onvervulde behoeften om onze psyche diep te verwonden, hebben ons diep gekwetst. Bij gebrek aan een positieve reactie zouden ze kunnen definiëren wie we zijn op de meest schadelijke manieren. Het is moedig om niet af te wijken van de oprechte en onschuldige behoefte aan verzorging, ondanks de schijnbaar bizarre en confronterende manier waarop die behoeften zich aandienen.

Bedenk dat een kind met een onzekere gehechtheid leerde om hun behoeften te onderdrukken - en hun uitingen van angst en woede om die onvervulde behoeften te hebben. Een regressieve volwassen baby zijn, moedigt moedig die onderdrukking aan. Het is een verklaring van die onvervulde behoeften en een uitdaging voor onze identiteit om een positieve manier te vinden om eraan te voldoen.

Vergelijk het zelfmedicerende gedrag van een alcoholist of drugsverslaafde. Dat zelfmedicatie schadelijk is, omdat het de wonden aan de psyche maskeert en ontkent die in de eerste plaats aanleiding geven tot de verslaving. Het is waar dat het gedrag van een conflicterende regressieve volwassen baby vergelijkbaar is - het interne conflict ontkent de noodzaak van koestering en stimuleert dwangmatig gedrag, maar wanneer de identiteit van de volwassen baby wordt geaccepteerd als echt, permanent en gezond, verandert dat. Zelfacceptatie maakt zelfopvoeding mogelijk, wat op zijn beurt de zelfacceptatie in een deugdzame cyclus versterkt. De oorspronkelijke wonden aan de psyche worden ontmaskerd en genezen. De identiteit en de behoefte aan verzorging gaan niet weg, maar we kunnen er comfortabel en veilig mee leven. De aanvaarding van onze identiteit vergroot ons vertrouwen, veerkracht en creativiteit.

Een ontkenning van onze behoefte aan verzorging, verzacht het hart en de geest en dit geldt voor iedereen. Dit geldt met name voor regressieve volwassen baby's van wie de identiteit zo opvallend geworteld is in de onvervulde behoefte aan opvoeding bij kinderen. Omgekeerd is het herkennen en voorzien in de behoefte aan verzorging een genezende, verlevendigen de actie. Als een regressieve volwassen baby heb ik deze twee staten geleefd. Ik weet heel goed hoe ze zich voelen en ik weet zeker dat veel andere regressieve volwassen baby's dat ook doen. Het verschil tussen de twee doet denken aan het onderscheid tussen het valse zelf en het ware zelf. slang waren concepten ontwikkeld door dezelfde Donald Winnicott die het concept van overgangsobjecten ontwikkelde.

Het Wikipedia-artikel 'True self and false self' beschrijft het verschil tussen deze twee staten -

Winnicott gebruikte 'true self' om een gevoel van eigenwaarde te beschrijven, gebaseerd op spontane authentieke ervaring, en een gevoel van leven, een echt zelf hebben. Het valse zelf daarentegen, zag Winnicott als een defensieve façade - een façade die de houders in extreme gevallen spontaniteit zou kunnen missen en zich dood en leeg zou voelen, achter een schijn van echtheid.

Voor mij is mijn ware zelf mijn gezonde volwassen baby identiteit, bestaande uit mijn volwassen babypersoonlijkheid, mijn verzorgende innerlijke ouder en mijn sterke, verantwoordelijke en meelevende volwassen zelf. Het is een identiteit die vrij is om lief te hebben en bemind te worden, om zelfverzekerd, veerkrachtig en creatief te zijn - kortom volledig levend.

Mijn valse zelf was toen ik in conflict was over het feit dat ik een volwassen baby was - het ontkennen van het bestaan van mijn volwassen babypersoonlijkheid en de echte behoefte van de persoon aan verzorging. Het is angstig, gespannen, getiranniseerd door dwangmatig gedrag en gekenmerkt door schaamte en zelfhaat. Het verschil tussen de twee toestanden is het verschil tussen de aanwezigheid en de afwezigheid van koestering (en zelfacceptatie).

Onze identiteit voor volwassen baby's heeft een manier gevonden om in onze oorspronkelijke onervulde behoefte aan comfort en veiligheid te voorzien. We hebben een manier gevonden om 'jeuk te krabben'.

Een volwassen baby zijn kan moeilijk zijn, maar misschien - heel misschien - als we ons interne conflict oplossen, is het een geschenk. Hoeveel moeilijker zou het kunnen zijn om jeuk te krijgen die je nooit zou kunnen krabben?

Dylan Lewis november 2018

www.abdiscovery.com.au Verzorging