

Ein AB Discovery-Buch

Erwachsenwerden in Windeln

ANDREW
STEPHENS

Erwachsenwerden in Windeln

von

Andrew Stephens

Titel: Erwachsenwerden in Windeln

Autor: Andrew Stephens

Schnitt: Michael Bent, Rosalie Bent

Herausgeber: AB Discovery

www.abdiscovery.com.au

Inhalt

Ich, ich selbst, Christine.....	7
Vorwort.....	8
Einführung	10
Nasse Hosen, nasse Betten und Windeln	14
Noch ein Bettnässer.....	22
Zwischenstaatlich.....	32
Höschen	37
Christoph.....	43
Das nächste Mal.....	54
Christine	63
Baby Christine	69
Emily und Christines tolle Pyjamaparty	80
Familienurlaub.....	93
Fegefeuer	102
Mädchenkram.....	107
Zerstörerisch.....	118
Carly.....	122
Die Rückkehr	126
Epilog	133
Baby Stacey und der verwirrte Babysitter	138
Kapitel Eins	139
Kapitel Zwei.....	144
Kapitel Drei	153
Kapitel Vier	174
Kapitel fünf.....	183
Kapitel Sechs	192

Erwachsenwerden in Windeln

Kapitel Sieben.....	198
Kapitel Acht.....	205
Epilog	210
Vom Jungen zum Baby	215
Vom Jungen zum Babymädchen	216
Kapitel 1.....	218
Kapitel 2.....	224
Kapitel 3.....	231
Kapitel 4.....	239
Kapitel 5.....	246
Kapitel 6.....	251
Kapitel 7.....	256
Kapitel 8.....	261
Kapitel 9.....	267
Kapitel 10.....	274
Magie	282
MAGIE	284
Kapitel 1: Kindergarten	284
Kapitel 2: Draußen.....	293
Kapitel 3: Das Fest.....	297
Kapitel 4: Eine ganz neue Welt.....	307



Ein AB-Entdeckungsbuch

Ich, ich selbst, Christine

Als Weichei aufwachsen und sich allein fühlen
... und dann einen Freund finden, genau wie

Andrew Stephens

Ich, ich selbst, Christine

*Aufwachsen als Sissy
Baby*

von

Andrew Stephens

Ich, ich selbst, Christine

Aufwachsen als Sissy Baby

Vorwort



Als ich Andrew Stephens Lebensgeschichte zum ersten Mal las, war ich von den vielen Ähnlichkeiten – aber auch den Unterschieden – zu meinem eigenen Lebensweg beeindruckt. Seine Geschichte ist eine Geschichte der Entdeckung, des Triumphs über Widrigkeiten, der Freude und tiefen Verzweiflung und der Beherrschung der Kräfte, die in uns allen brennen.

Ich konnte mich mit der Geschichte der Teenagerliebe und der Unfähigkeit, sie in einer Welt zu teilen, die sie nie verstehen würde, identifizieren. Instinktiv empfand ich dieselbe Scham wegen des langjährigen Bettnässens und dieses verzweifelte Verlangens nach Windeln und Höschen.

Wir sind ähnlich alt, obwohl ich älter bin. Wir sind im selben Land, aber in verschiedenen Städten aufgewachsen. Wie Andrew verliebte ich mich als Teenager tief ineinander, auf eine Art und Weise, die damals verboten und uns allen fremd war. Andrew hatte den Mut, darüber zu

Ich, ich selbst, Christine

Aufwachsen als Sissy Baby

schreiben, während ich diese ähnliche Erinnerung noch immer tief in mir trage; geschätzt, nicht vergessen, aber nicht geteilt.

Wir sind beide erwachsene Babys. Wir sind beide kleine Mädchen und wir sind beide Kinder, die zu Erwachsenen heranwachsen und einen Teil unseres Lebens noch als Kinder leben.

Wir sind nicht einzigartig. Wir sind selten. Wir sind nicht seltsam. Wir sind exquisit.

Wir sind...

DU.

Dr. John Marshall

Autor von „Australian Baby: Ein Leben mit Windeln, Flaschen und Kämpfen“.

Ich, ich selbst, Christine

Aufwachsen als Sissy Baby

Einführung



Ich war ungefähr drei Jahre alt, als ich zum ersten Mal das Gefühl hatte, dass Windeln etwas Besonderes seien. Vielleicht war ich sogar noch jünger. Ich erinnere mich noch genau, wie ich in meinem Bett lag, als meine Großeltern auf mich aufpassten, und mir dachte: „Wenn ich an Windeln und Plastikhosen denke, wird mein Bett morgens nasser.“ Und für mich war das eine gute Sache, nicht die schlechte, die es hätte sein sollen.

Ironischerweise stelle ich fest, dass diese Denkweise selbst in diesem Alter nicht unbekannt ist, und ich habe sogar schon von jemandem gelesen, der genau dasselbe gesagt hat. Vielleicht bin ich doch nicht so außergewöhnlich seltsam, wie ich einst dachte! Ich weiß nicht, ob das gut ist oder nicht!

Rückblickend erscheint es mir seltsam, mich schon in so jungen Jahren an diese Gedanken und die prägende Wirkung von Windeln auf mich zu erinnern. Es ist buchstäblich meine jüngste Erinnerung, und doch drehte sich alles um Windeln. Offensichtlich gab es da einen Hinweis, der später entdeckt werden sollte.

Ich, ich selbst, Christine

Aufwachsen als Sissy Baby

Mein Wunsch nach Windeln wurde noch verstärkt, da ich keine mehr trug. Es war offensichtlich verfrüht und lächerlich, keine Windeln mehr zu tragen, da ich jede Nacht ins Bett machte und schließlich erst drei Jahre alt war. Für Nachtwindeln war ich noch lange nicht „zu alt“, aber das war die Maxime meiner Mutter.

Meine Mutter glaubte – und glaubt immer noch –, dass Kinder alle zur gleichen Zeit die gleichen Entwicklungsstadien durchlaufen sollten. Alle Kinder sollten mit zwölf Monaten laufen können, ungefähr zur gleichen Zeit sprechen und aus irgendeinem absurden Grund auch mit zwölf Monaten sauber sein. Keine Ausnahmen und keine Gnade. Verrückte Denkweise, aber für die damalige Zeit nicht ungewöhnlich. Die 1950er Jahre sind bekannt für ihre absurden und unerschütterlichen Standards in vielen Bereichen, und die kindliche Entwicklung bildete da keine Ausnahme.

Und so war ich mit etwa einem Jahr sauber – mehr oder weniger. Nachts war es definitiv weniger. Tagsüber war es auch nicht so toll. Aber ich passte in das damals etablierte Kinderschema. Das Problem war, dass das Schema rund war und ich definitiv ein eckiger Zapfen war. Und mein Zapfen wurde nie rund. Ich habe nicht einmal die Ecken abgerundet.

Obwohl ich mich an dieses Training nicht erinnern kann, deutet die aktuelle Theorie zur Entstehung von Adultbabys auf ein Trauma in der frühen Kindheit hin. Meine Mutter hat oft auf die Schwierigkeiten meines Toilettentrainings hingewiesen, und ich glaube, dass dieses Trauma das Problem meines Babywunsches und meines Windelbedarfs seither ausgelöst oder verstärkt hat. Ich bin mir nicht sicher, ob mir das wirklich hilft, aber es ist zumindest interessant, darüber nachzudenken.

Und so habe ich ins Bett gemacht.

Jede Nacht, die ganze Nacht, ohne Ausnahme. Bei mir gibt es keinen bloßen „feuchten Fleck“! Ich habe immer mein Bestes gegeben, und ironischerweise war Bettnässen eines dieser Dinge. Ich war *wirklich* gut darin. Und jetzt weiß ich wieder einmal, dass auch viele andere erwachsene Babys mit Bettnässen zu kämpfen hatten.

Ich, ich selbst, Christine

Aufwachsen als Sissy Baby

Eine weniger strenge Mutter in einer weniger strengen Gesellschaft hätte vielleicht herausgefunden, dass man die Windeln nachts wegnimmt, sobald das Bettnässen *tatsächlich aufhört*, aber leider sollte es nicht sein. Mein Interesse an Windeln war bereits mit drei Jahren geweckt und damit auch an Plastikhöschen. Es sollte noch zehn Jahre dauern, bis ich meine erste trockene Nacht erlebte. Für meine Mutter war es eine sehr lange Wartezeit. Aber nicht für mich, denn mir war das ziemlich egal.

Ich war ein eingefleischter Bettnässer, und es war kein Ende in Sicht, und selbst als es offiziell endete, war es nicht wirklich vorbei. Die sieben Nächte die Woche nassen Betten wurden durch seltenere nasse Betten und regelmäßig feuchte Betten ersetzt. Selbst als ich offiziell trocken war, war es nicht mehr als eine lange Dürre, und die sintflutartigen Regenfälle kehrten bald zurück.

Das Seltsame für mich war, dass zwar viele meiner Freunde und Cousins in diesem Alter auch ins Bett machten, es sie aber tatsächlich störte, während es mir einfach egal war. Ja, mein nasses Bett war einfach etwas, neben dem ich jeden Morgen aufwachte, ohne mir Sorgen zu machen. Ich war schon lange vor meinen ersten Erinnerungen mit nassen Laken aufgewacht, also war ein nasses Bett für mich völlig normal. Das *trockene Bett* war das Ungewöhnliche – und ließ noch lange auf sich warten. Ein nasses Bett war zu erwarten, nicht unangenehm und einfach das, was immer passierte. Für mich war es überhaupt keine große Sache. Es ist nicht so, dass ich mich wie manche nach einem nassen Bett sehne. Es war nur so, dass ein nasses Bett für mich nie ein so großes Problem oder Unbehagen war, dass ich mich wirklich darum gekümmert hätte, etwas dagegen zu unternehmen.

Was folgt, ist ein dramatisierter Bericht über mein eigenes Erwachsenwerden und meine Erfahrungen mit Babywünschen, Weichlingswünschen und der Unsicherheit darüber, wer ich war. Ich erinnere mich an mein Leben, als wäre es ein Film, daher erscheint es mir passend, es wie einen Roman aufzuschreiben.

Ich, ich selbst, Christine

Aufwachsen als Sissy Baby

Der Dialog ist offensichtlich aus der Erinnerung dramatisiert und wie jede Erinnerung ein wenig fehlerhaft. Aber die Ereignisse und grundlegenden Details sind genau. Es kann ein wenig konfrontierend sein, aber ist es nicht so, dass für alle erwachsenen Babys die Entdeckung ihrer wahren Natur als Kinder immer eine Herausforderung ist?

Ich, ich selbst, Christine
Aufwachsen als Sissy Baby

Nasse Hosen, nasse Betten und Windeln



„Heute ist dein erster Schultag, Andy!“, rief Mama, als sich das älteste ihrer drei Kinder auf das große Abenteuer Schule vorbereitete. „Bist du aufgeregt?“

Ich war wirklich aufgeregt. Niemand hatte mir damals gesagt, dass ich die nächsten siebzehn Jahre in der Schule verbringen würde, aber als kaum fünfjähriger Junge begeisterte mich die Vorstellung, zur Schule zu gehen. Ich war von Natur aus neugierig und lernbegierig. Diese Eigenschaft habe ich bis heute beibehalten.

Mein erster Tag an der Torrens Park Infant School war fabelhaft und ich habe jede Minute genossen. Unsere Lehrerin war eine sehr alte Frau, die Kinder liebte. Obwohl sie in ihrer Herangehensweise eindeutig „altmodisch“ war, wurde sie von allen geliebt – auch von mir. Wer im 19. Jahrhundert geboren wurde, war immer altmodisch. Ich erinnere mich,

Ich, ich selbst, Christine

Aufwachsen als Sissy Baby

wie schockiert ich war, als ich entdeckte, dass überhaupt jemand siebzig Jahre alt sein konnte! Und 1968 war sie damit im letzten Jahrhundert. Sie mag ein Fossil gewesen sein, aber sie war eine wundervolle, fürsorgliche und engagierte Lehrerin.

Meine Mutter kam pünktlich um 15:15 Uhr mit meinem dreijährigen Bruder, der neben dem Kinderwagen mit meiner 18 Monate alten Schwester herlief. Den ganzen Heimweg erzählte ich von all den aufregenden Dingen, die ich erlebt und von all den Freunden, die ich gefunden hatte. Als ich durch die Haustür unseres kleinen Backsteinhauses trat, bemerkte meine Mutter etwas.

„Andy“, sagte sie verärgert. „Deine Hose ist nass!“

Das war nicht das erste Mal, dass mir das passiert ist. In meinem ganzen Leben ohne Windeln – fast die letzten vier Jahre – hatte ich tagsüber immer wieder mit Unfällen zu kämpfen, und nachts hatte ich immer wieder durchnässte Laken.

Ich konnte trocken bleiben, wenn ich mich wirklich anstrengte und mich nicht ablenken ließ oder die Konzentration verlor. Vorschulkinder sind jedoch nicht für ihre Konzentration bekannt, und so kamen nasse Hosen in meinem Leben häufiger vor als bei anderen Kindern in meinem Alter.

„Dann lass uns dich sauber machen“, sagte Mama mit einem Seufzer.

Sie zog mir schnell meine nasse Unterwäsche und Shorts aus und ersetzte sie durch ein anderes sauberes Paar. Das nasse Paar wurde zum Trocknen aufgehängt – inklusive Pipi. Das war nicht überraschend, denn es waren die 1960er Jahre und automatische Waschmaschinen waren noch relativ neu. Damals benutzte meine Mutter noch eine Bügelmaschine und eine Mangel zum Waschen, was sehr arbeitsintensiv war. Und sie wusch bereits jeden Tag ein nasses Laken. Mein jüngerer Bruder war abends schon trocken, während meine Schwester noch Windeln trug. Ich

Ich, ich selbst, Christine

Aufwachsen als Sissy Baby

erinnere mich noch gut an den Tag, als sie ihre erste Waschmaschine bekam. Sie war wie ein Geschenk des Himmels für sie.

Meine nassen Hosen waren meinen Eltern peinlich, aber wie bei meinem nassen Bett wurde auch darüber wenig gesprochen, und wir gingen einfach weiter, ohne groß darüber zu reden. Die Idee von Schutzunterwäsche kam ihnen nie in den Sinn, obwohl man ehrlich gesagt sagen muss, dass damals nur Stoffwindeln die einzige Option waren. Turnschuhe oder diskreter Einwegschutz waren noch ein Jahrzehnt oder länger entfernt.

Eines Morgens, kurz nach Schulbeginn, wachte ich kurz vor Sonnenaufgang auf und war wie immer nass. Ich tastete unter mir nach, wie groß der nasse Fleck war. Ich tat das oft, aus Neugierde wollte ich einfach so eine banale Tatsache wissen. Nach etwa zehn Minuten verspürte ich das Bedürfnis zu pinkeln. Normalerweise stand ich morgens auf und ging auf die Toilette, nicht weit vom Schlafzimmer entfernt, das ich mit meinem Bruder teilte. Dieses Mal war es jedoch anders. Es war auch für mich ein entscheidender Moment.

Ich habe absichtlich ins Bett gemacht.

Ich lag da und spürte die Wärme, die mich umhüllte, und spürte, wie sich der Urin unter mir ausbreitete. Dann drückte ich noch fester, um noch ein bisschen nasser zu werden.

Ich war süchtig.

Es fühlte sich ungezogen an, absichtlich ins Bett zu machen. Auf die gute Art ungezogen.

Ich ging an diesem Morgen zur Schule und dachte darüber nach, was ich getan hatte, und selbst die Aufregung in der Schule konnte die Erinnerung an die Freude, die ich empfunden hatte, nicht ganz auslöschen. Auf dem Heimweg war meine Hose wieder einmal nass, was mittlerweile schon fast zur Gewohnheit geworden war. Meine Mutter war insgeheim verärgert, aber sie nahm es einfach hin, als wäre es nichts Besonderes.

Ich, ich selbst, Christine

Aufwachsen als Sissy Baby

Es sollte viele, viele Jahre dauern, bis ich begriff, dass Trockenheit keine ständige Anstrengung erfordert. Mein Einnässen war nicht nur auf Faulheit oder Unreife zurückzuführen, sondern auch auf körperliche Probleme. Mit fünf Jahren galt ich jedoch einfach als faul. Die 1960er Jahre waren keine gute Zeit für Kinder mit Einnässproblemen. Die Diagnose war immer die gleiche: Faulheit. Es war überhaupt keine gute Zeit, um die Probleme von Kindern zu verstehen. Es mochten die 1960er Jahre gewesen sein, aber die 1950er Jahre waren in den meisten Haushalten und in der Ausbildung von Ärzten noch immer prägend.

Am nächsten Morgen wachte ich wieder früh auf und pinkelte, ohne zu warten, noch mehr in mein Bett. Ich dachte, das Bett sei schon nass, also wäre es eine Kleinigkeit, noch mehr hineinzupinkeln. Ich lag natürlich falsch.

Der wasserdichte Schutz meines Bettes war nichts weiter als ein kleiner Gummischutz, der offensichtlich zu klein für eine Einzelbettmatratze war. Ich bin mir nicht einmal sicher, was es war. Vielleicht war es ein Gummilaken von einem Babybett oder ein anderer Gummigegegenstand. Ein normal großes nasses Bett eines kleinen Jungen würde normalerweise innerhalb der Grenzen dieses kleinen Schutzes bleiben – wenn auch nicht immer. Meine neu entdeckte Freude an übergroßen nassen Betten bedeutete jedoch, dass ich jeden Abend und Morgen überlief. Jetzt gab es ein neues Problem: meine Matratze.

Zu dieser Zeit war der wasserdichte Schutz von Matratzen eine Neuheit. Ich stelle mir vor, man verzichtete darauf, weil man damit akzeptieren musste, dass das eigene Kind ins Bett machte. Stattdessen war es nichts Ungewöhnliches, eine Matratze nass zu machen. In meiner eigenen Familie bekamen die Matratzen meiner Brüder und Schwestern im Laufe der Jahre Flecken, und ich sah gelegentlich Matratzen anderer Kinder, die mit gelben und orangenen Farben verziert waren. Es war ein Übergangsritus, der heute absurd erscheint.

Meine Matratze wurde nun jede Nacht nass, und so wurde die mit Urin befleckte gebrauchte Matratze jeden Samstagmorgen zum Trocknen

Ich, ich selbst, Christine

Aufwachsen als Sissy Baby

in den Garten gebracht. Ein richtiger Matratzenschoner kam nie, was mir bis heute merkwürdig erscheint. Ob in den 1960er Jahren oder nicht, ein großes Stück Plastik hätte genügt, und doch kam es erst viele Jahre später, lange nachdem die Matratze bereits massiv beschädigt war.

In diesem Jahr umkreiste der Mensch den Mond. Bei uns zu Hause durften wir nicht einmal eine Plastikplane auf unsere Betten legen.

Es gab immer noch keine Windeln für mich, auch wenn ich nie danach gefragt hätte. Natürlich wollte ich sie, aber ich wusste, dass ich nicht erwarten durfte, dass sich daraus etwas ergeben würde. Wenn mir schon eine Plastikfolie unkonventionell erschien, war es für einen Fünfjährigen in Windeln unmöglich, besonders in unserem strengen, konservativen Zuhause.

Ein Jahr zuvor hatte ich bei uns zu Hause eine Quelle für Windeln entdeckt – meine Schwester Carol. Sie war noch nicht ganz ein Jahr alt, als ich ihre nasse Frotteewindel in einem kleinen Eimer in ihrem Schlafzimmer entdeckte. Carol schlief in ihrem Bettchen, und ich schlich mich hinein, holte die oberste nasse Windel aus dem Eimer und rannte in mein Zimmer, um sie zu untersuchen.

Ich war sofort fasziniert vom Duft ihres nassen Urins und dem Gefühl der Frotteewindel. Da ich nicht wusste, wie man eine Windel anlegt, schob und zog ich sie in meine Unterhose und spürte zum ersten Mal seit über drei Jahren ... eine Windel. Ich war überwältigt von der Kraft der Empfindungen, die sie mir gab, und fühlte mich augenblicklich in die Vergangenheit zurückversetzt. Ich war sofort süchtig.

Ich warf die Windel bei der ersten Gelegenheit wieder in den Eimer und meine Unterhose war ganz nass. Das war mir egal. Ich hatte schon so oft nasse Hosen an, und als Papa mich an diesem Abend fürs Bett anzog, waren feuchte Unterhosen nur ein weiteres Beispiel für mein *Problem*. Es sollte noch sechs Monate dauern, bis ich Carols nasse Windel wieder tragen durfte, und es war eine ganz andere Erfahrung.

Ich, ich selbst, Christine

Aufwachsen als Sissy Baby

Mein Bruder war ein notorischer Langschläfer und stand morgens immer als Letzter auf. Ich hingegen wachte früh auf und schlief leicht. Es war ungefähr 6 Uhr morgens und ich erwachte wie üblich in meinem nassen Bett. Doch anstatt auf die Toilette zu gehen, schlich ich leise in Carols Schlafzimmer.

Aus Gründen, die ich später erfuhr, hatte man Carol im Gegensatz zu mir Nachtwindeln nicht verweigert und würde es auch in den nächsten Jahren nicht tun. So lag sie mit etwas über einem Jahr wach in ihrer nassen Windel in ihrem Bettchen. So leise wie möglich schlich ich zum Bettchen, zog ihr die nasse Windel aus und schlich mich mit meiner Beute lautlos in mein Schlafzimmer zurück. Immer noch zusammengekniffen und in ein kleines Plastikhöschen gehüllt, scheiterte ich völlig bei dem Versuch, die nasse Windel über meine dünnen Beine und meine Taille zu ziehen.

Frustriert nahm ich meine Belohnung, legte mich zurück in mein nasses Bett und drückte die Windel fest an mich. Dann rollte ich mich auf die Windel und begann hineinzupinkeln. Ich spürte, wie mich eine Welle der Erregung durchströmte, als mein Urin in Carols Windel floss. Ich lag einige Minuten da und genoss die Ungezogenheit meines Tuns, bevor ich mit ihrer nun durchnässten Windel wieder auf Zehenspitzen zurück in Carols Schlafzimmer schlich.

Ich versuchte, die inzwischen verformte Windel wieder an ihren Beinen hochzuziehen, gab dann aber auf und ließ sie am Fußende ihres Bettchens liegen. Ich hoffte, meine Mutter würde denken, Carol hätte sie selbst heruntergezogen. Ob sie es nun glaubte oder nicht, es wurde nie darüber gesprochen, und ich wachte einfach auf und wünschte mir, ich hätte eine Windel dabei.

Doch jetzt, da die Schule für mich schon in vollem Gange war, schlief Carol in einem großen Mädchenbett und durfte nachts immer noch Windeln tragen. Ich war wütend, dass ihr dieses Privileg zugestanden wurde und mir nicht. Aber ich schmiedete einen Plan.

Ich, ich selbst, Christine

Aufwachsen als Sissy Baby

Samstagmorgen war am schönsten, weil meine Eltern ausschliessen, genau wie mein Bruder, aber Carol und ich standen beide früh auf. An diesem Samstag wachte ich auf und stand sofort klatschnass aus dem Bett. Ich schlich in Carols Zimmer, gerade rechtzeitig, um zu sehen, wie sie aus dem Bett stieg, ihre nasse Windel auszog und auf dem Boden liegen ließ. Aufgeregt schnappte ich sie mir und eilte zurück in mein Schlafzimmer, wo die Windel diesmal meine Beine hochrutschte und, obwohl sie eng war, um meine Taille passte, inklusive Plastikhöschen. Und sie war nass.

Ich war begeistert.

Ich sprang zurück in mein nasses Bett, berauscht vom Gefühl der nassen Windel um mich herum. Dann hielt ich den Atem an, ließ meine Blase los und machte zum ersten Mal, soweit ich mich erinnern kann, eine Windel nass. Es war herrlich. Es war der Stoff, aus dem berauschende Erinnerungen sind. Selbst jetzt noch spüre ich die Erregung, als mein warmer Urin durch die bereits sehr nasse Windel floss. Natürlich musste ich das wiederholen.

Ein paar Tage später versuchte ich es noch einmal, aber es war Schultag. Als ich Carols nasse Windel nahm, stellte Mama mich zur Rede und sagte, ich solle sie in den Eimer tun. Ich stammelte eine kaum glaubwürdige Geschichte, dass ich helfen wollte, aber das Leben war zu hektisch und zu laut, als dass Mama sich groß Gedanken darüber machen konnte.

Ich war in Sicherheit.

Als Kind war ich ziemlich gut darin, mich zu verstellen. Es ist zwar keine große Kunst, aber es gab mir die Möglichkeit, meinem „Windel-Ding“ etwas mehr nachzugehen, als ich es sonst getan hätte. Samstagmorgen war Windelmorgen. An den meisten Samstagen wachte ich früh auf, lauschte auf Carols Aufwachen, holte die herrlich nasse Windel und zog sie an. Dann lag ich mit einer nassen Windel, die ich noch hinzugefügt hatte, im Bett, trug meinen nassen Pyjama und lag in einem nassen Bett.