

*EIN AB DISCOVERY BUCH*

# FLORENCE GRANT

*BESTSELLERAUTOR ZUM THEMA BETTNÄSSEN*

Aufwachsen  
als Bettnässer:  
*Meine eigene Geschichte*

*Aufwachsen als Bettnässer*

# **Aufwachsen als Bettnässer:**

***Meine eigene Geschichte***

von

**Forrest/Florence Grant**

Erstveröffentlichung 2023 Copyright © Forrest Grant Alle Rechte vorbehalten.

Kein Teil dieser Veröffentlichung darf ohne vorherige schriftliche Genehmigung des Herausgebers und des Autors reproduziert, in einem Datenabfragesystem gespeichert oder in irgendeiner Form oder mit irgendwelchen Mitteln elektronisch, mechanisch, durch Fotokopieren, Aufzeichnen oder auf andere Weise übertragen werden.

Jegliche Ähnlichkeit mit lebenden oder verstorbenen Personen oder tatsächlichen Ereignissen ist rein zufällig.

*Aufwachsen als Bettnässer*

Titel: Aufwachsen als Bettnässer

Autor: Forrest/Florence Grant

Redakteurin: Rosalie Bent, Michael Bent

Herausgeber: AB Discovery

© 2023

[www.abdiscovery.com.au](http://www.abdiscovery.com.au)

# Inhalt

Einführung.....	5
Kapitel 1 – in Windeln bleiben.....	8
Kapitel 2 – noch ein Baby.....	19
Kapitel 3 – nasse Laken.....	25
Kapitel 4 – Höschen gefunden.....	29
Kapitel 5 – überlappende Flecken .....	33
Kapitel 6 – Entscheidungen über die Zukunft.....	38
Kapitel 7 – Beziehungen als Bettnässer .....	45
Kapitel 8 – erwischt.....	50
Kapitel 9 – Kleider , Puppen und ... die Ehe.....	57
Kapitel 10 – Ehe und Kinder .....	62
Kapitel 11 – übermächtige Interessen .....	68
Kapitel 12 – Meine Wünsche aufschreiben .....	73
Kapitel 13 – Florenz .....	77
Kapitel 14 – Ein anständiges Mädchen werden .....	82
Kapitel 15 – Die Zukunft als Eltern und Kind.....	88

# Einführung



Es gibt einen Grund, warum dieses Buch so lange zum Schreiben gebraucht hat. Ich habe viele andere Bücher fertiggestellt, während dieses hier nur halbfertig blieb und nur schleppend vorankam. In der Fiktion kann man so ziemlich alles erfinden, aber Autobiografien handeln vom wahren Leben. Dort gibt es keine Ausreden oder Optionen für das, was man schreibt, wohingegen es in der Fiktion nur eine Geschichte ist, eine erfundene Erzählung, die nichts mit dem eigenen Leben zu tun hat. Oder etwa doch? Entspringen meine stark auf Bettnässen ausgerichteten Geschichten Wunschdenken oder reiner Fantasie, oder spiegeln sie in gewisser Weise mein wirkliches Leben wider?

In vielerlei Hinsicht trifft Letzteres zu. Natürlich etwas abgeschwächt, aber immer noch unangenehm nah an dem, wie die Dinge waren und im Grunde immer noch sind.

Ich bin Bettnässer. Nicht erst seit Kurzem, sondern seit 55 meiner 55 Lebensjahre. Ja, es gab schon *fast* trockene Nächte, gelegentliche Male, in denen ich fast trocken oder nicht nasser als beim Zubettgehen aufgewacht bin – aber das ist selten und kündigt sich überhaupt nicht an. Es passiert einfach und überrascht und missfällt mir. Ich bin Bettnässer, und weniger nass aufzuwachen fühlt sich an wie ein Verrat an mir selbst. Das mag manche überraschen, für andere ist es völlig verständlich. Ist es ein dysfunktionaler Aspekt von mir? Man könnte das argumentieren, aber die klinische Definition von „Dysfunktion“ besagt, dass sie Störungen, Versagen und Unordnung im Leben verursacht. Bettnässen wie meines erfordert sicherlich Planung und

## Aufwachsen als Bettnässer

Management, aber sobald man das tut, ist die Störung fast verschwunden und somit ... nicht dysfunktional. Zumindest für mich. Für andere mag das anders sein.

Wenn ich meine Geschichte erzählen soll, muss der Leser verstehen, dass ich Bettnässen mein ganzes Leben lang *nie* als etwas Schlechtes oder gar Negatives empfunden habe. Ungeachtet aller Meinungen anderer empfand ich Bettnässen immer als eine positive Erfahrung und nicht als etwas, das man unterbinden sollte. Wie Sie sich vorstellen können, führte dies zu vielen Konflikten, Komplikationen und Schwierigkeiten, da Bettnässen in der Gesellschaft ab etwa fünf oder sechs Jahren im Allgemeinen nicht mehr akzeptiert wird. Und erst recht werden nasse *Laken* nicht toleriert, wenn Windeln verfügbar sind – selbst für ältere Kinder, Jugendliche und Erwachsene. Aber ich wollte die Erfahrung nasser Laken machen und schlafe daher auch heute noch, wenn möglich, ohne Windel und genieße das Bettnässen in vollen Zügen – den Anblick, das Gefühl und das ganz besondere Gefühl im ganzen Körper.

Ja, ich verstehe, dass nur sehr wenige Menschen so sind wie ich – oder so dachte ich zumindest. Ich weiß, dass Leser meiner Bücher sich *vorstellen können*, regelmäßig in nassen Laken zu schlafen, aber die meisten tun es aus Gründen, die kaum einer Erklärung bedürfen, nur selten. Das Buch „Der Reiseführer für Bettnässer“ entstand aus dem lang gehegten Wunsch heraus, dass es tatsächlich Orte gäbe, an denen nasse Laken nicht nur erlaubt, sondern *sogar erwünscht wären*.

Ich akzeptiere meine Eigenart und verstehe, dass die meisten das ziemlich seltsam finden, aber für diejenigen, die aufgeschlossen sind, erzähle ich meine Lebensgeschichte: wie es war, klatschnass aufzuwachsen, ohne mich dafür zu schämen und ohne jemals trocken sein zu wollen.

Ich bin froh, als seltsam zu gelten ... aber vernünftig und sicher. Möge es immer so bleiben.

## *Aufwachsen als Bettnässer*

Also, fangen wir an...

# Kapitel I – in Windeln bleiben



Ich könnte euch mit den Details meiner frühen Babyzeit langweilen, aber kurz gesagt: Es war wie bei allen anderen damals. Ich war das erste und letztendlich einzige Kind meiner Eltern und trug damals Stoffwindeln, die mit klassischen Windelklammern befestigt wurden, und Plastikhöschen. Als Junge waren die Plastikhöschen meist weiß, manchmal auch blau, während Mädchen natürlich rosa trugen. Ich ärgere mich noch immer, dass auf Fotos von mir als Baby keine rosa Plastikhöschen zu sehen sind, oder noch besser, die tollen, rosa Rüschenhöschen, die scheinbar nur Mädchen vorbehalten waren. Es ist kein Zufall, dass rosa Rüschenhöschen bis heute meine Lieblings-Plastikhöschen sind und nur mein Budget mich davon abhält. Sie spiegeln nicht nur mein Geschlecht, sondern auch meine Kindheit wider. Und sie sind so hübsch! Wenn man sie sieht, weiß man sofort, wer sie trägt. Es ist kein Junge. Es ist kein inkontinenter Erwachsener. Es ist ein großes Babymädchen (also ich!).

Zwischen meinem ersten und diesem Buch habe ich den Namen Florence angenommen. Ich betrachte mich im Wesentlichen als weiblich, obwohl das – wenig überraschend – ziemlich kompliziert ist. Meine Fragen zur Geschlechtsidentität begannen früh, beeinträchtigten mein Leben aber nicht wesentlich. Als Kleinkind glaubte ich einfach, ein Mädchen zu sein, ohne jeglichen Kummer oder Verwirrung. Mein Penis spielte dabei keine große Rolle. Mit zunehmendem Alter verstand ich, dass es einen



## Aufwachsen als Bettnässer

Widerspruch zwischen dem gab, was sich in meiner Windel verbarg, und wie ich mich fühlte. Es war aber kein wirklicher Konflikt, nur eine Diskrepanz. Ich bin im Allgemeinen recht umgänglich und lasse mich nicht so leicht aus der Ruhe bringen. Daher schien es mir in Ordnung, gleichzeitig Mädchen und Junge zu sein, genauso wie es mir auch in Ordnung erschien, gleichzeitig Baby, Teenager und dann wieder ein Baby-Erwachsener zu sein. Ehrlich gesagt war mir nicht ganz bewusst, dass nicht alle Menschen innerlich so waren wie ich, wahrscheinlich weil ich weder Kummer noch Verwirrung empfand. Meine Identität war einzigartig und ungewöhnlich, und es dauerte einige Jahre in der Schule, bis ich wirklich erkannte, dass ich mich deutlich von anderen Jungen unterschied. Mit sechs Jahren war es für mich nichts Besonderes, noch ins Bett zu machen, und ich hatte Schulfreunde, die damals auch noch einnässten. Aber mit zehn Jahren wurde mir sehr deutlich, dass ich anders war. Ich trug immer noch Windeln. Ich nässte immer noch ein und hatte immer noch keinen wirklichen Wunsch, dass sich das ändert.

Aber zurück zur Kindheit und Jugend.

Ich war ein typisches Einzelkind typischer englischer Eltern jener Zeit. Wie ich heute weiß, ging es uns finanziell deutlich besser als vielen anderen, obwohl wir bei Weitem nicht reich waren. Wir hatten ein schönes Einfamilienhaus, ein nettes britisches (wenn auch schlecht verarbeitetes!) Auto, und mir fehlte es nie an etwas. Mit dreieinhalb Jahren kam ich in den Kindergarten und trug noch Windeln. Man muss die damalige Zeit verstehen: Kinder wurden in der Regel früh ans Töpfchen gewöhnt, ungeachtet der damit verbundenen Probleme und Schwierigkeiten. Es war einfach so *üblich*. In dieser Zeit wurden so viele Kinder unnötigerweise durch das Töpfchentraining traumatisiert, für das sie eigentlich noch nicht bereit waren. Es war eine Schande und eine kleine Tragödie. Ich hatte Glück und blieb davon verschont, dank verständnisvoller Eltern und weil ich selbst überhaupt keine Lust auf Töpfchentraining hatte.

## Aufwachsen als Bettnässer

Es gab nur noch ein anderes Kleinkind im Kindergarten, das noch Windeln trug, und der Unterschied war deutlich sichtbar. Ironischerweise hatten die anderen Kinder fast täglich mehrere nasse und volle Hosen, weil das Töpfchentraining nicht immer dem staatlich vorgegebenen Zeitplan folgt. Nebenbei bemerkt: Ich habe kürzlich Gwendoline Summers' Buch „*Ein Plädoyer gegen Töpfchentraining*“ *gelesen* und stimme der Hauptaussage zu, dass Töpfchentraining niemals *ohne* die Beteiligung und das Einverständnis des Kindes erzwungen werden sollte. Ich bin absolut für Wahlfreiheit, und damit meine ich die Wahlfreiheit beim Töpfchentraining, die Wahlfreiheit mit oder ohne Windeln und die Wahlfreiheit, ob man nachts ins Bett macht oder in die Windel. Ich befürworte also auch das allgemeinere Verständnis von Wahlfreiheit.

Waren meine Eltern also feinfühleriger für ihr Kind als andere? Nun ja, vielleicht, aber sie waren auch sehr gebildet. Ich denke, das hat ihr Denkvermögen gefördert *und* ihnen geholfen zu verstehen, dass ein Töpfchentraining mit den üblicherweise empfohlenen 18 Monaten nicht nur unwahrscheinlich, sondern wahrscheinlich auch unangebracht war, wenn ihr Sohn noch genauso oft in die Windel machte wie ich, ohne es zu merken und vor allem ohne dabei *Angst zu haben*. Wahrscheinlich haben sie nicht so genau darüber nachgedacht, sondern einfach die unkomplizierte Situation erkannt und den weniger dramatischen Weg gewählt – nämlich Windeln zu lassen. Hat bei mir funktioniert! Es erinnert mich noch heute daran, dass die Fähigkeit, selbstständig zu *denken*, anstatt einfach nur das nachzuahmen, was andere sagen und tun, seltener ist, als wir uns wünschen. Ich kann mir nur vorstellen, was für ein Desaster und Trauma ein frühes, erzwungenes Töpfchentraining für mich gewesen wäre, zumal ich damals noch nicht lernfähig war.

Die Aussage, ich hätte es „nicht bemerkt“, stimmte allerdings nicht. Ich war mir durchaus bewusst, wann ich in die Windel musste, und tagsüber auch meistens (aber nicht immer) des

## Aufwachsen als Bettnässer

Wasserlassens. Das Problem (ein Problem für andere, nicht für mich) war, dass ich überhaupt kein Problem darin sah, meine Windel nass zu machen. Gar keins. Es erschien mir völlig logisch. Und so tat ich es. Immer wenn ich Stuhldrang verspürte, tat ich es. Dass ich meine Windel nass machte, kam mir einfach nicht in den Sinn, und obwohl ich es wahrscheinlich hätte verhindern können, tat ich es nicht. Es war nicht so, dass ich es *genossen hätte*, meine Windel nass zu machen. Das kam später. Es fühlte sich einfach natürlich, normal und überhaupt nicht unangenehm an. Der Teil meines Gehirns, der Trockenbleiben mit Normalität, Wünschenswertheit und Komfort verband, existiert nicht und war wahrscheinlich nie da. Ich vermisse ihn nicht. Windeln sind für mich völlig logisch, und selbst jetzt verstehe ich nicht, warum andere das nicht sehen.

Aber oh Wunder, Windeln sind in der Schule nicht akzeptabel, und schon gar nicht damals. Auch heute ist es eigentlich nicht akzeptabel, obwohl es immer noch vorkommt ( und es gibt viele Beschwerden). Sauberkeitserziehung stand nun fest auf meinem Programm, und es lief nicht gut.

Meine Mutter war Hausfrau, was damals recht üblich war, obwohl berufstätige Mütter immer beliebter wurden. Meine Mutter und ich waren auf einer Wellenlänge, besonders als kleines Kind. Sie verstand sehr gut, dass ich *nicht* aufs Töpfchen gehen wollte. Ich weinte und schrie manchmal, und anstatt mich einfach zu schlagen oder auf andere harte und absurde Weise zu bestrafen (wie manche Eltern es taten und immer noch tun), sagte sie etwas, an das ich mich noch heute ganz genau erinnern kann: ein weinender Vierjähriger mit einer nassen Windel um die Knöchel, der auf dem Töpfchen saß und versuchte, es zu „lernen“.

„Ich weiß, dass du die Windeln nicht ablegen willst, mein Schatz. Und ich zwing dich auch nicht dazu. Du musst sie nur für die Schule ausziehen, das ist alles.“

## Aufwachsen als Bettnässer

Diese Aussage als wegweisend zu bezeichnen, wäre eine massive Untertreibung. Sie veränderte nicht nur meine Gegenwart, sondern auch meine Zukunft. Es gab keine implizite zeitliche Begrenzung für das Tragen von Windeln, obwohl meine Mutter einige Jahre später bestätigte, dass sie erwartete, dass ich in absehbarer Zeit keine Windeln mehr brauchen würde. Sie hatte mir einen Ausweg eröffnet. Und da war auch noch dieses Gefühl, das ich damals in mir spürte.

*Mama weiß, dass ich Windeln tragen möchte. Sie versteht das.*

Ich war erst vier, aber ich hatte das Gefühl, dass mich jemand verstand. Väter waren damals oft etwas distanziert, besonders was die Kindererziehung anging, und meiner war da keine Ausnahme. Gleichzeitig gab es aber auch kein Gerede von wegen „Sei ein Mann!“ oder „Große Jungs machen nicht ins Bett!“. Er sagte nicht viel zu meinen Windeln, aber gerade das, was er *nicht* sagte, war sein eigentlicher Beweis für seine Unterstützung. Oder zumindest seine Gleichgültigkeit. Natürlich habe ich seitdem verstanden, wie selten verständnisvolle (oder gleichgültige) Eltern in solchen Angelegenheiten sind. Ich hatte in dieser Hinsicht unheimliches Glück und weiß das mit jedem Jahr mehr zu schätzen. Schließlich habe ich ihnen das auch gesagt, bevor wir zu harmloseren Themen übergingen!

Und so begann meine Schulzeit, nachdem ich noch Windeln trug.

Die ersten beiden Jahre verliefen unauffällig.

Ich habe mir oft in die Hose gemacht. Wer sich an seine ersten Schuljahre erinnert, kennt bestimmt auch den einen oder anderen, der sich in die Hose gemacht hat. Ich war nicht nur dieser eine, ich war wie alle *anderen*. In den ersten Monaten und sogar noch im zweiten Jahr passierte mir ab und zu ein Malheur. Ich war mit Abstand der Schlimmste, und mein Problem war die Verwirrung und die widersprüchlichen Erfahrungen.

## Aufwachsen als Bettnässer

Dank einiger Tränen und einer nachgiebigen Mama durfte ich außerhalb der Schule Windeln tragen. Damit meine ich, dass ich sie morgens *nach* dem Frühstück und beim Fertigmachen für die Schule auszog. Sobald ich nach Hause kam, bat ich Mama immer sofort wieder um eine Windel, und meistens tat sie das auch. Wenn sie schlecht gelaunt war, musste ich manchmal ein bisschen warten. Und wenn ich in der Schule nasse Hosen hatte und sie mich abholen musste ... kam ich nach Hause und hatte sofort wieder Windeln. Ihr könnt euch also vorstellen, wie sehr ich mich damit belastete, in der Schule in die Hose zu machen. Dort musste ich sogar noch früher Windeln tragen als nach der Schule. Habe ich also absichtlich in der Schule in die Hose gemacht? Ja, ein paar Mal, aber ich wurde auch gehänselt und verspottet, was dem entgegenwirkte, und so versuchte ich wirklich, in der Schule nicht mehr in die Hose zu machen. Zuhause war es aber ganz anders.

Windeln zu Hause waren damals eine merkwürdige Erfahrung, denn sie waren nicht nur für kleine Unfälle gedacht. Von mir wurde nicht erwartet, dass ich versuchte, die Toilette zu benutzen (was ich hasste), und dass Windeln bereitlagen, wenn ich es nicht schaffte. Es gab keine Trainingshosen oder ähnliches. Meine Mutter schien zu verstehen, dass ich nicht nur Windeln tragen, sondern sie auch *benutzen wollte*. Und genau das tat ich. Ich weiß, es klingt seltsam, und rückblickend merke ich, dass es ungewöhnlich und doch sehr liebevoll war. Zuhause machte ich ausschließlich in meine Windel. Viele werden meine damalige Erkenntnis nachvollziehen können: Solange ich eine Windel trug, war ich praktisch inkontinent. Ich machte unbewusst in die Hose, und ohne Windel *konnte ich* es (meistens) kontrollieren. So waren mit sieben Jahren die nassen Hosen in der Schule verschwunden, aber die Windeln zu Hause waren immer noch nass und schmutzig.

Aber Mama war keine Beruhigungsmasche. Sie merkte, dass etwas mit mir nicht stimmte und wollte mir den Übergang zum vollständigen Trockenwerden so leicht wie möglich gestalten. Windeln waren dabei eine Art Übergangshilfe. Der erste Konflikt