

Een AB Discovery-boek



Wie maakt
de regels?

KITA SPARKLES

Wie maakt de regels?

Wie maakt de regels?

door
Kita Sparkles

Eerste publicatie 2026

Copyright © AB Discovery

Alle rechten voorbehouden.

Geen enkel deel van deze publicatie mag worden
gereproduceerd, opgeslagen in een
gegevensbanksysteem, verzonden in welke vorm
dan ook, elektronisch, mechanisch, door middel van
fotokopiëren, opnemen of anderszins, zonder de
voorafgaande schriftelijke toestemming van de
uitgever en de auteur.

Elke gelijkenis met een persoon, levend of dood, of
met daadwerkelijke gebeurtenissen is puur toeval.

Titel: Wie maakt de regels?

Auteur: Kita Sparkles

Redacteuren: Michael Bent, Rosalie Bent

Uitgever: AB Discovery

© 2026

www.abdiscovery.com.au

Dit boek en alle andere titels van AB Discovery zijn nu ook verkrijgbaar als luisterboek.

Inhoud

Hoofdstuk 1.....	5
Hoofdstuk 2.....	12
Hoofdstuk 3.....	15
Hoofdstuk 4.....	22
Hoofdstuk 5.....	26
Hoofdstuk 6.....	33
Hoofdstuk 7.....	38
Hoofdstuk 8.....	44
Hoofdstuk 9.....	49
Hoofdstuk 10.....	55
Hoofdstuk 11.....	62
Hoofdstuk 12.....	68
Hoofdstuk 13.....	75

Hoofdstuk 1

Ik woelde wat heen en weer in mijn natte luier, wetende dat mijn moeder me zo meteen wakker zou maken voor school, en dat ik mijn allereerste pak slaag zou krijgen omdat ik in bed had geplast. Nou ja, eigenlijk in mijn luier, maar dat was precies de bedoeling.

Het begon allemaal een paar maanden eerder. Ik was altijd al nieuwsgierig geweest naar en aangetrokken tot alles wat met baby's te maken had... flesjes, wiegjes, kinderstoelen en vooral luiers. Soms had ik vreemde dromen waarin ik weer in luiers werd gestopt en in een wiegje werd gelegd, maar ik negeerde die meestal. Ik dacht dat ik wel gek moest zijn als ik zulke gedachten had. Wie zou zoiets nou willen ?!

Op een avond zappte ik in mijn slaapkamer door de tv-kanalen, en daar was het. Een tv-programma over het onthullen van vreemde dingen, en ze hadden het over volwassenen die graag luiers dragen en zich als baby's gedragen. Eén van hen was zelfs een man die leefde als een babymeisje. Ik was geschokt toen ik ontdekte dat er anderen waren die niet alleen deze gevoelens hadden, maar er ook naar handelden.

De volgende maand deed ik er in het geheim onderzoek naar. Ik vond boeken in de bibliotheek met kleine stukjes informatie erover. Volwassen baby's, of infantilisme, zo werd het genoemd. Ik vond tijdschriftartikelen. Maar die gingen allemaal over volwassenen, en ik was nog een tiener. Ik wilde iets vinden dat jonger was. Ik begon in plaats daarvan te zoeken naar bedplassen en vond een paar artikelen die inderdaad luiers aanraadden. Dat bracht me op een idee.

Wat als ik nou eens last zou hebben van bedplassen? Hoe zouden mijn ouders daarmee omgaan? Mijn broers en zussen en ik hadden er geen last van toen we heel klein waren , maar ik was nog jong genoeg om het niet helemaal uitgesloten te vinden dat ik er nu last van zou krijgen. Wat als ik er last van zou hebben, me ervoor zou schamen en om straf zou vragen? Dat zou al mijn nieuwsgierigheid in één keer bevredigen.

Wie maakt de regels?

Dus ik heb een paar ongelukjes in bed gehad. Eerst lichte ongelukjes, en daarna een paar flinke plassen. Ik vertelde het aan mijn moeder en deed alsof ik me er erg voor schaamde. Ze liet me een plastic hoes over mijn matras leggen om die te beschermen. Uiteindelijk heb ik de knoop doorgehakt en haar verteld dat ik dacht dat ik iets anders nodig had om het te stoppen.

'Wat bedoel je met iets anders?' vroeg ze.

'Ehm... nou... toen ik zes was en maar één keer in bed plaste, vroeg je me of ik weer luiers nodig had,' zei ik, terwijl ik knalrood werd.

'Dat werkte toen je zes was,' zei ze. 'Je plaste toen niet meer in bed.' Ze zweeg even. 'Zeg je nu dat je dat ook nu nodig hebt?' Ik keek naar de grond en ze drong aan. 'Zeg je nu dat mama je moet behandelen als een zesjarige? Je kunt maar beter mama antwoorden!'

'Ik... ik denk dat het me juist veel meer gemotiveerd heeft, natuurlijk,' zei ik, terwijl ik nerveus werd.

'En je hebt die motivatie nodig om nu te stoppen? Om zo behandeld te worden als je je nu gedraagt?' vroeg ze om verduidelijking. 'Dus, wat als we dat doen? Ik stel voor dat je elke nacht luiers nodig hebt, een bedplasschema en af en toe een pak slaag. Misschien zindelijkheidstraining? Wat denk je?'

'Ik... eh... ik zat ook aan luiers te denken,' bekende ik. 'Misschien kun je me morgenochtend even controleren, en als ik nat ben... geef me dan een tik.'

'Dus, luiers en een pak slaag zullen je motiveren,' concludeerde ze. Ik knikte. 'In dat geval komt er ook een bedplaskaart aan de muur, naast je bed. Je zet er een grote zwarte W op elke keer dat je plast, nadat ik je een pak slaag heb gegeven. De kaart komt in de hoek te hangen, en nadat je hem hebt afgetekend, mag je vijf minuten in de hoek staan en ernaar staren met je brandende billen. Als je meer dan drie natte nachten per week hebt, wat betekent dat je meer dan de helft van de tijd plast, besteed je het weekend aan zindelijkheidstraining. Dat betekent oefenbroekjes, een oefenpotje, je op verschillende momenten op het potje laten zitten,

Wie maakt de regels?

en misschien nog een paar andere babydingetjes... Weet je, voor de motivatie!' benadrukte ze.

Ik knikte. "Ik denk dat dat wel zal werken," zei ik zachtjes.

'Ik denk dat dat gaat werken, wie?' zei ze tegen me.

'Ik denk dat dat wel zal werken... mama?' Ik zei het meer als een vraag dan iets anders.

'Ja, ik denk dat je me voorlopig weer mama moet noemen. Dat is toch wel gepast voor iemand die nog luiers draagt, of niet?'

'Ja, mama,' zei ik. Ze glimlachte omdat ik het zo snel begreep.

Die dag was zo gênant. Het was zaterdag, dus liet ze me aan tafel zitten en mijn bedplas-schema invullen. Het mocht niet vaag zijn. Ik moest mijn naam erop schrijven en dat het mijn bedplas-schema voor die week was. Ze vertelde me dat ik dit elke week moest doen totdat ik van de nachtluiers af was, wat mama nog wel even niet dacht dat zou gebeuren. Toen ik klaagde, wees ze erop dat ik het zelf had gezegd dat ik gemotiveerd moest worden.

Toen dat klaar was en in de hoek hing waar ik ongetwijfeld veel tijd zou doorbrengen, gingen we mijn 'spullen' kopen. In de winkel moest ik mijn eigen luiers uitkiezen en uiteindelijk kocht ik een knisperend pak Huggies maat 7. Mama keek ernaar en zag dat ze me nog wel zouden passen, en besloot dat het nog beter zou zijn als ik echte babyluiers droeg. Ik moest ook babydoekjes, babypoeder en oefenbroekjes kopen, evenals plastic broekjes in peutermaat voor de weekenden. Er kwam zelfs een oefenpotje bij, maar er waren alleen nog meisjesvarianten over, dus ik kreeg een roze potje met de tekst 'Prinses Troonnetje' erop! Ze keek me recht in de ogen terwijl ze fopspenen, slabbetjes, een babyflesje en een luiertas aan de voorraad toevoegde, en herinnerde me aan die vage 'andere babydingen ter motivatie' en hoe, hoe gênanter het was, hoe beter het me zou helpen.

Het leek me alsof mama expres de rij bij de jongste en mooiste kassamedewerker had uitgekozen. Terwijl ze de inhoud van de winkelwagen scande, trok ze haar wenkbrauwen op en zei: "Oh, ik zie dat iemand binnenkort met zindelijkheidstraining gaat beginnen..." Ze keek toen op en realiseerde zich hoe beschaamd ik eruitzag, en dat er geen baby aanwezig was. "Oh," zei ze toen, terwijl ze tevergeefs

Wie maakt de regels?

probeerde een giechel te onderdrukken. Als ik nog twijfelde of ze het wel begreep, verdween die twijfel toen we weggingen. Ze zwaaide me gedag als een baby en zei liefjes: "Veel succes!"

En natuurlijk was er toen nog het geval dat ik de eerste nacht een luier om moest doen. Mama stond erop dat ik om 7 uur 's avonds een luier om kreeg en een 'babybedtijd' had totdat ik kon laten zien dat ik die niet meer nodig had. Ik besepte al snel dat ik, als ik zo vroeg een luier om zou krijgen, hem 's ochtends gegarandeerd nat zou maken. Maar omdat dat eigenlijk was wat ik wilde, besloot ik er geen bezwaar tegen te maken. Ik maakte ook geen bezwaar toen mama zei dat ze de luier om moest doen zodat hij niet zou lekken. Het klonk alsof ze er ook niet veel vertrouwen in had dat ik droog zou blijven. Het was wel ontzettend gênant voor me dat ze mijn billen bij mijn enkels van het bed tilde, een Huggies-luier onder me spreidde, er poeder op strooide en de knisperende luier stevig vastplakte.

Ik had verwacht me als een baby te voelen, en ik werd niet teleurgesteld. Ik voelde me echt heel klein en kroop in alleen een luier en een pyjamatopje onder de dekens. Mama zei dat het 's ochtends makkelijker zou zijn om me te controleren en offerde toen terloops dat ze misschien wel een nachthemdje voor me zou kopen, aangezien deze aan de onderkant open waren!

Rond 3 uur 's nachts werd ik wakker met een enorme aandrang om te plassen en heb ik het gewoon in mijn luier laten lopen. Ik voelde een warme, tintelende stroom van voor naar achter door mijn luier lopen, alsof er een elektrische stroom doorheen ging. Daarna bleef het nog een tijdje warm aanvoelen.

En daar lag ik dan, met mijn eerste natte ochtendluier. Hij voelde een beetje zwaar aan en ik merkte dat hij nat was, maar het was geen onaangenaam gevoel. Hier zou ik best aan kunnen wennen, dacht ik. En ja hoor, mama kwam binnen om me wakker te maken. Toen ze zag dat ik al wakker was, zei ze plagerig: "Nou, hoe heeft mijn kleine bedplasser vannacht geslapen? Ben je droog?" Zonder op een antwoord te wachten, trok ze mijn dekens naar beneden. Ze hoefde niet eens te kijken, want de luier was overduidelijk nat. Hij was een

Wie maakt de regels?

beetje opgezwollen , dus nog dikker dan toen ze hem de avond ervoor bij me had omgedaan.

'Oei,' zei ze tegen me. 'Je weet wat dit betekent!' Ze drukte de natte luier tegen me aan, tussen mijn benen, zodat ik de zachtheid ervan goed kon voelen. 'Vertel mama wat je hebt gedaan,' zei ze.

'Ik... ik... heb in mijn bed geplast,' antwoordde ik.

Ze schudde haar hoofd. "Nee, het bed is droog! Probeer het nog eens."

'Ik heb in mijn d... d... luier geplast,' stamelde ik beschaamd. Eigenlijk vond ik het wel leuk en was ik benieuwd naar de pak slaag die ik zou krijgen, maar ik acteerde fantastisch. Ik wist zelfs een klein traantje te laten ontsnappen.

'Dat heb je zeker gedaan! En wat zei je tegen mama dat je nodig had toen je een natte luier had?'

'Ik zei dat ik daarvoor een pak slaag verdiende,' zei ik.

Ze ging op het bed zitten, pakte mijn pols en trok me op haar schoot. Ik voelde me plotseling heel kwetsbaar, maar ik had niet lang de tijd om erover na te denken voordat...

WHAP!

De klap op mijn luier was erg hard, veel harder dan ik had verwacht. Ik schrok ervan en er kwam nog wat meer in mijn luier terecht.

WHAP!

Maar ik merkte dat deze twee niet echt veel pijn hadden, alleen veel schaamte. Dat stond op het punt te veranderen.

WHAP!

Daarop slaakte ik een luide "Ah!" toen de klap precies op de plek terechtkwam waar het plastic van de luier mijn huid raakte. Het voelde meteen heet aan, en daarna prikte het behoorlijk, en voordat ik dat goed en wel besepte, sloeg ze me met dezelfde kracht aan de andere kant, wat een nieuwe, hogere "Ah!" opleverde.

'Ik denk dat om hier echt indruk te maken,' zei ze, 'deze luier eraf moet. Een pak slaag op de blote billen is wat je nodig hebt voor echte motivatie.'

Wie maakt de regels?

Ze reikte onder me door en voordat ik het wist, had ze de plakstrips van de luier losgemaakt zodat ze hem aan de achterkant naar beneden kon trekken. Ik voelde koele lucht over mijn billen toen de ware omvang van mijn plas zichtbaar werd.

'Kijk eens!' snauwde ze me toe. 'Net een baby! Ben jij soms een klein baby'tje dat constant luiers nodig heeft?'

En ik begon me inderdaad te schamen. Ik zag haar ook een haarborstel van mijn kaptafel pakken.

WHAP

WHAP

WHAP

WHAP

WHAP!

"Ah! Ah! Ahh! Ahhh! Ah-wahh!"

Elke kreet die ik slaakte werd hoger en wanhopiger, en natuurlijk huilde ik bij de vijfde keer net als de baby die ik leek in die natte luier. Ik ben de tel kwijtgeraakt, maar ze bleef nog 30 seconden lang op mijn blote billen slaan.

Toen ze klaar was met slaan, omhelsde ze me terwijl ik huilde.

"Zo, klaar nu. Laat die pijn je motiveren. Als je dit niet nog een keer wilt meemaken, hoeft je alleen maar je luier droog te houden."

Toen ik mezelf een beetje had herpakt, gaf ze me de stift en zette ik een grote zwarte W op de bedplaskaart. Daarna moest ik in de hoek staan, mijn brandende billen voelen en naar de kaart kijken. Ze liet me met blote billen achter, nadat ze me had schoongemaakt met babydoekjes, wat bijdroeg aan de meest gênante momenten van mijn leven dit weekend.

Het was de bedoeling dat ik maar vijf minuten in de hoek zou zitten, maar het voelde alsof ze me daar veel langer liet zitten. Daarna mocht ik me aankleden en ging de dag verder als een normale dag, tot 19:00 uur, wanneer het tijd was om me weer een luier om te doen. Ik dacht dat mijn schaamte voor die dag voorbij was, maar Wat had ik het mis.