

Aus der Serie: Was wären wir ohne euch [\[https://www.zeit.de/serie/was-waeren-wir-ohne-euch\]](https://www.zeit.de/serie/was-waeren-wir-ohne-euch)

**Kuscheltherapeutin**

## **"Mein Kuschneln ist eine Dienstleistung"**

Umarmungen, Hand halten, streicheln: All das kann man bei Angeline Heilfort buchen. Sie arbeitet als Kuscheltherapeutin. Nur nackte Füße sind ihr zu intim.

Von Astrid Probst [\[https://www.zeit.de/autoren/P/Astrid\\_Probst/index\]](https://www.zeit.de/autoren/P/Astrid_Probst/index), aktualisiert am 3. Dezember 2022, 21:09 Uhr ⓘ / [160 Kommentare](#) /

**Z+** Exklusiv für Abonnenten



Angeline Heilfort ist Kuscheltherapeutin. © Jacobia Dahm für ZEIT ONLINE

*In der Reihe "Was wären wir ohne euch" stellen wir Menschen vor, die erstaunlichen Berufen nachgehen. Angeline Heilfort ist Kuscheltherapeutin. Dieser Artikel ist Teil von [ZEIT am Wochenende](https://www.zeit.de/we) [\[https://www.zeit.de/we\]](https://www.zeit.de/we), Ausgabe 49/2022.*

**ZEIT ONLINE:** Frau Heilfort, als Kuscheltherapeutin umarmen, kraulen und streicheln Sie fremde Menschen. Warum machen Sie das?

**Angeline Heilfort:** Ich glaube, ich trage dazu bei, dass Menschen glücklicher sind. Nach dem Kuscheln sind sie ganz weich, sei es nach Kuschelpartys oder einzelnen Kuscheltherapiestunden. Durch die Berührung kann ich vermitteln, dass ich jemanden wertschätze und respektiere. Die Person muss in dem Moment nichts leisten, nichts bieten und kann einfach nur sein.



© Jacobia Dahm für ZEIT ONLINE

**ZEIT ONLINE:** Spielen wir das durch: Ich habe mich wie verlangt frisch geduscht, trage kein auffälliges Parfüm, nicht zu knappe Kleidung, habe nicht noch schnell einen Döner verdrückt und komme jetzt zur Kuscheltherapie. Wie geht es los?

**Heilfort:** Zu der ersten Session gehört ein Vorgespräch. Ich erkläre die Regeln und frage: Warum bist du hier? Möchtest du dich hinlegen und mal nichts machen? Oder möchtest du was üben? Manche sind in therapeutischer Behandlung und merken, dass nur reden nicht reicht. Da ist die Kuscheltherapie eine Ergänzung. Ich habe einen Kollegen, der viele Kundinnen betreut, die Missbrauch erlebt haben und nun eine sichere Erfahrung mit einem Mann machen wollen. Zu mir kamen anfangs viele männliche Kunden, inzwischen kommen viele Frauen. Beispielsweise Mütter, die zu Hause immer funktionieren und hier einfach nur gehalten werden und sich nicht bewegen wollen.



**ZEIT ONLINE:** Beim Kuscheln kommt man sich sehr nahe. Was, wenn sich jemand mehr wünscht, also Sex?

**Heilfort:** Wir kommunizieren ganz deutlich auf der Website, dass wir das nicht anbieten, und es kommt nie zu Diskussionen. Die Regel ist: Die Bikinizone und die Lippen dürfen nicht berührt werden. Ich trage immer Oberteile mit langen Ärmeln und lange Hosen – und Socken. Ich möchte nicht, dass nackte Füße aufeinandertreffen. Das finde ich zu intim.



© Jacobia Dahm für ZEIT ONLINE

**ZEIT ONLINE:** Fast jeder fünfte Deutsche fühlt sich einsam  
[<https://www.bundestag.de/resource/blob/833538/3db278c99cb6df3362456feb6d84aa/19-13-135dneu-data.pdf>]. Die Corona-Pandemie hat das verschärft. Braucht man Sie als Kuscheltherapeutin mehr denn je?

**Heilfort:** Die Anfragen sind tatsächlich gestiegen. Die Pandemie hat viele auf sich selbst zurückgeworfen. Die Menschen begreifen mehr und mehr, dass wir Berührungen brauchen, um glücklich zu sein, um uns zugehörig und weniger einsam zu fühlen.



© Jacobia Dahm für ZEIT ONLINE

**ZEIT ONLINE:** Kann der Partner **Z | Arbeit** oder die Partnerin das nicht leisten?

**Heilfort:** Grundsätzlich geht es um Berührung – da ist es egal, mit wem man kuschelt. Dabei muss man aber die sexuelle Energie von der kuschelnden Energie trennen. Es sollte also nicht jedes Mal darauf hinauslaufen, dass Kuscheln ein Vorspiel ist. Aber viele Menschen haben Kuscheln verlernt, weil sie seit Jahren nicht mehr kuscheln, sondern nur Sex haben. Das ist reine Konditionierung und die kann man auflösen.



© Jacobia Dahm für ZEIT ONLINE

**ZEIT ONLINE:** Sie kuscheln jeden Tag. Sehnen Sie sich nach Momenten ohne Berührung?

**Heilfort:** Sehr selten. Natürlich entspannt sich mein Körper bei der Therapie und genießt die Wärme. Aber mein Kuscheln ist eine Dienstleistung. Ich gehe mit dem Bewusstsein hinein, dass ich etwas schenke und im Gegenzug nichts verlange.

**ZEIT ONLINE:** Wann ist man bei einer Kuscheltherapie austherapiert?

**Heilfort:** Ein Ziel kann sein, zu lernen, wie man Grenzen setzt. Andere wünschen sich Nähe, um körperlich weniger bedürftig zu wirken. Das ist für Singles grandios! Kaum ein Mensch möchte eine Beziehung eingehen mit jemandem, der ein energetisches Häufchen Elend ist und – ich übertreibe jetzt – vor einem sitzt und sagt: Bitte halte mich. Es könnte also auch ein Ziel sein, voll zu werden, wie ich es nenne.

*Haben auch Sie einen ungewöhnlichen Job? Schreiben Sie uns.*