



Benjamin (l.), Janine und Kristin nehmen alle gerne an den Kuschelpartys teil. FOTO: JANA JUNKER

- 6.07.2025 / 20:02

Von:

- [MATHILDA MÜNCHENBACH](#)

Berührt, aber nicht verführt - das steckt hinter Hamburgs Kuschelpartys

1 Kommentar

Zwangloses Fremdkuscheln – das geht bei Aske Hansen-Hoffmann (44) und Lorenz Hansen (51) im „Kuschelraum“ in Hamburg. Das Ehepaar bietet seit 2023 sogenannte „Kuschelpartys“ an. Bei den Events treffen sich Menschen jeglichen Alters im Soulingzentrum (Steintorweg 2) in St. Georg, um körperliche Nähe zu erfahren – sexuelle Handlungen sind allerdings verboten. „Wir haben strenge Regeln: Die Hände bleiben über der Kleidung“, erklärt Sexualcoach Lorenz Hansen der MOPO. Es gehe allein darum, Berührung zu spüren und das zu erleben, was sich viele Leute wünschen: Einfach mal in den Arm genommen werden.

Haare kraulen, den Arm streicheln oder sich mal ganz fest drücken – und das alles mit einer fremden Person? „Natürlich ist das sehr intim“, bestätigt der 51-jährige

Leiter vom „Kuschelraum Hamburg“. „Aber für die Hormonausschüttung ist es ganz egal, mit wem man kuschelt. Es geht um die Berührung selbst.“ Bei den sogenannten „Kuschelpartys“, die er und seine Frau anbieten, kommen immer bis zu 14 fremde Menschen an einem Abend für drei bis vier Stunden zusammen – einfach, um sich gegenseitig im Arm zu liegen.

Aske Hansen-Hoffmann und Lorenz Hansen haben den Kuschel-Trend nach Hamburg gebracht. LARS GEBENNUS



Diese Abende beginnen mit ein paar Übungen, um die anderen Teilnehmenden kennenzulernen (ist ja vielleicht ganz nett, den Namen der Person zu kennen, die man gleich knuddeln soll) und enden in anderthalb Stunden „freiem Kuscheln“. Dabei finden sich manchmal zwei Personen, die miteinander kuscheln, es entstehen aber auch ganze „Kuschelhaufen“ oder eine Reihe an Kuschelnden in Löffelchen-Stellung, berichtet Hansen.

Verheiratet und bei „Kuschelpartys“ mitmachen - geht das?

Kristin Ay (41) geht regelmäßig zu den „Kuschelpartys“ – obwohl sie selbst verheiratet ist und zwei kleine Kinder hat. Die meisten Menschen, die so eine Knuddelrunde besuchen, sind Singles, bestätigt Lorenz Hansen. Der Mann von Kristin Ay hat mit ihrem Fremdkuscheln kein Problem. „Manchmal wünscht er sich nur selber mehr Berührung und denkt, ich würde all meine Nähe anderswo verschenken. Aber so ist das nicht – ich tanke dadurch Kraft“, erzählt sie. Eine Kuschelparty kostet pro Person übrigens zwischen 30 und 40 Euro.

So sieht die Praxis des „Kuschelraums“ in Hamburg aus. LORENZ HANSEN



Außer den „Kuschelpartys“ bietet Lorenz Hansen auch private Kuschel-Sessions für ein bis zwei Stunden an. Für beispielsweise 120 Minuten und 140 Euro setzt er dabei die individuellen Wünsche der teilnehmenden Person um. Das reicht von Massagen bis hin zu bloßem Im-Arm-Halten der Person. Dafür gibt es sogar eine Auswahl an Fotos von Kuschel-Positionen – manchmal wüssten die Teilnehmenden nämlich überhaupt nicht, welche Art von Nähe sie gerade bräuchten. Auch hier gilt eine der wichtigsten Regeln der Kuschel-Events: Jede Berührung erfordert Zustimmung. So soll aus den Kuschelräumen ein „Safe Space“ werden – also ein sicherer Raum.

Im „Kuschelraum“ sei laut Hansen zum Zwecke des „Safe Space“-Konzept kein Platz für sexuellen Kontakt. Das heißt: Kein Anfassen unter der Kleidung, kein Berühren im Intimbereich. Und wenn man jemanden beim Kuscheln doch gut findet? „Wir bitten die Leute im Vorhinein, den Partner zu wechseln, falls sexuelle Gefühle aufkommen sollten“, erklärt der Sexualcoach. Oft passiere das allerdings nicht. Auch Kristin Ay kann sich nur an eine einzige ähnliche Situation erinnern: „Einmal meine ich, dass mich ein Kuschelpartner attraktiv fand und mich näher kennenlernen wollte. Das habe ich dann einfach abmoderiert.“ Die Teilnehmenden sind alle für sich selbst verantwortlich und sollen darauf achten, dass ihre persönlichen Grenzen eingehalten werden. Auch das gefällt der 41-Jährigen an den Events: Sie hätte gelernt, „Nein“ zu sagen.

Nur wenige Männer bei „Kuschelpartys“

Die meisten, die sich in Hamburg zum gemeinsamen Kuschneln treffen, sind Frauen zwischen Mitte 30 und Ende 50, sagt Veranstalter. Männer? Die sind in der Minderheit – etwa ein Drittel der Teilnehmenden. Und in seinen Einzelstunden? „Kommt so gut wie keiner“, erklärt der 51-Jährige. Viele Männer hätten Angst davor, Nähe zuzulassen – besonders im Kontakt mit anderen Männern. Einer, der sich davon nicht abschrecken lässt, ist Florian E. (44). Der Unternehmer lebt allein – und liebt Kuschelpartys. Seit Januar war er schon auf 25 dieser besonderen Abende.

Florian E. weiß, wie schwer es vielen fällt, Berührungen unter Männern zu akzeptieren. „Ich glaube, die meisten denken, sie müssten einfach nur funktionieren“, sagt er. Dabei haben die regelmäßigen Kuscheleinheiten für ihn alles verändert. Als er vor vier Jahren zum ersten Mal eine Kuschneltherapeutin traf, beendete er sogar seine siebenjährige Beziehung. Denn: Ihm wurde klar, wie wenig echte Nähe es in seiner Partnerschaft gegeben hatte.

Wie sich so eine „Kuschelparty“ anfühlt, kann Florian E. nicht beschreiben. „Das ist wie die erste große Liebe – Wenn Sie es nicht erlebt haben, können Sie es nicht nachempfinden“, erklärt er der MOPO. So oder so: Die „Kuschelpartys“ sind auf alle Fälle für jede Person etwas, die mal etwas ganz Neues ausprobieren möchte. Und falls Sie jetzt auf Kuschnelkurs sind: Die nächsten Termine für eine „Conscious Cuddling Experience“ im Soulingzentrum finden Sie auf kuschelraum.de.