

Kirsten aus Hamburg

Als ich die Website von Alexandra fand, eröffnete sich mir eine unbekannte Welt. Wie kam es dazu? Seit vielen Jahren Single, hatte ich keine Gelegenheit, körperliche Berührungen von anderen Menschen zu bekommen – außer ab und zu mal eine Umarmung von einer Freundin. Zudem bin ich in einer Familie aufgewachsen, in der mir aufgrund Generationen übergreifender Traumata leider auch in der Kindheit nicht die herzoffene körperliche und emotionale Zugewandtheit zuteil wurde, die ich mir gewünscht hätte.

In professioneller Begleitung zu den traumatischen Erfahrungen meines bisherigen Lebens hatte ich bereits eine intensive Beziehung zu meinen inneren Kindern – meinen emotionalen Anteilen – aufbauen können. Dabei war mir immer präsenter geworden, dass ich den Berührungsmangel in meinem Leben zunehmend als sehr belastend empfand.

Im August 2024 spürte ich so stark wie noch nie, dass ich etwas ändern musste. Ich recherchierte im Internet und fand die Website von Alexandra. Als ich das Wort "unterkuschelt" las, fühlte ich mich zum ersten Mal verstanden.

Meine erste Kuscheltherapie-Sitzung mit Alexandra eröffnete mir eine neue Welt. Eine Welt, die ich bei anderen schon mal gesehen hatte – aber von der ich nicht wusste, wie es sich anfühlt: Ich wusste nicht, wie es sich für mich anfühlt, herzoffen und auf meine Bedürfnisse eingestimmt, lange fest im Arm gehalten zu werden und mich geborgen zu fühlen. Ich wusste nicht, wie es sich für mich anfühlt, durch intensives körperliches Gehaltensein getröstet zu werden. Beim ersten Kuscheln hatte ich die ganze Zeit feuchte Augen.

Mittlerweile kuscheln wir seit vier Monaten fast jede Woche. Manchmal sprechen wir dabei miteinander. Manchmal lachen wir zusammen oder weinen miteinander. Es ist unfassbar berührend für mich, wie sehr es möglich ist, vollkommen unterkuschelte, bedürftige innere Kinderanteile nachzunähren.

Ich bin sehr dankbar für diesen wertvollen Dienst, den Alexandra den Menschen anbietet. Ein Dienst, der vor jedem Kuscheln auch ein einstimmdes einfühlsames Gespräch umfasst.

Herzlichen Dank.