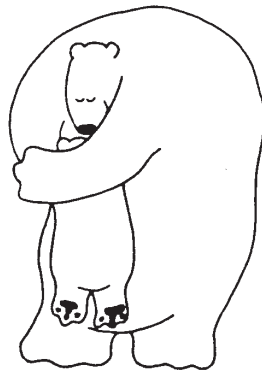


Bärenumarmung

Mächtig. Vermittelt Sicherheit. Achten Sie darauf, diesen Knuddeltyp kräftig, aber nicht atem(be)raubend zu gestalten.

Einige Beispiele für bärenstarke Mitteilungen:

- ❖ Uns kann keiner was anhaben.
- ❖ Du hast meine 100%ige Unterstützung.
- ❖ Das Leben ist ein einziges Abenteuer – und du bist das schönste.



Ganzkörperknuddeln

Auch Ans-Herz-drücken. Die Anwender lassen sich durch nichts ablenken oder unter Druck setzen. Vielleicht die höchste Form der Knuddelkommunikation, die das Herz als den Ort anerkennt, von dem die wahre Zuneigung ausgeht, die nichts vom anderen verlangt und ihn sein lässt, wie er ist.

Wer den anderen ans Herz drückt, sagt zum Beispiel:

- ❖ In unserer Freundschaft sind wir eins.
- ❖ Kann sein, dass ich über dein Verhalten manchmal die Stirn runzle, aber deswegen hab ich dich nicht weniger lieb.
- ❖ Vergeben und vergessen – nachtragen ist anstrengend.



Gruppenknuddeln

Sehr beliebt unter guten Freunden, in Cliquen oder Vereinen. Lässt sich hervorragend im Rahmen von Sportveranstaltungen oder Chorreisen anwenden.

Eine Gruppenumarmung teilt jedem der Beteiligten mit:

- ☛ Wir sitzen alle im gleichen Boot.
- ☛ Einer für alle, alle für einen.
- ☛ Lasst uns gemeinsam Spaß haben.



Hüftumschlinger

Auch Bauch-Rücken-Knuddler oder Küchenknuddler genannt. Eine fröhliche Geste der Unterstützung, besonders für Menschen, die gerade mit der immergleichen Hausarbeit oder anderen Routineaufgaben beschäftigt sind.

Ein Hüftumschlinger teilt dem Umschlungenen mit:

- ☛ Vergiss vor lauter Arbeit nicht, wie schön die Zweisamkeit sein kann.
- ☛ Freundschaft ist das Salz in der Alltagssuppe.

