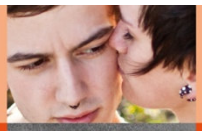
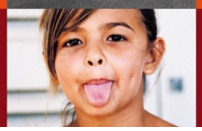
pro familia
Beratungsstelle Düsseldorf

SEXUALITÄT & PARTNERSCHAFT



SCHWANGERSCHAFT & FAMILIENPLANUNG

SEXUALPÄDAGOGIK & AUFKLÄRUNG



Ehe-, Lebens-, Familien- und Sexualberatung bei pro familia Düsseldorf Bericht für das Jahr 2025

Beratungsstelle Düsseldorf
Himmelgeister Str. 107
40225 Düsseldorf
duesseldorf@profamilia.de
www.profamilia.de/duesseldorf

Im vergangenen Jahr wandten sich wieder zahlreiche Einzelpersonen und Paare an unsere Beratungsstelle. Die allermeisten meldeten sich telefonisch oder per Mail und erhielten im Rahmen der wöchentlich stattfindenden Telefonsprechzeit eine erste kurze Beratung.

Die zwei großen Themenbereiche der Ratsuchenden waren zum einen die allgemeine Mehrfachbelastung und zum anderen das Thema Sexualität.

So gab es sowohl Paare und Einzelpersonen, die Schwierigkeiten hatten, die Herausforderungen des Alltags zu bewältigen, als auch Menschen, die sich wegen der aktuellen politischen Krisen große Sorgen machen. Weitere Beratungsanlässe waren der Umgang mit Krisen wie Arbeitslosigkeit, Fehlgeburten, Geldsorgen, Krankheit oder empfundenes Ungleichgewicht in der Verteilung der Aufgaben.

Zum anderen kamen viele Paare und auch Einzelpersonen mit Fragen rund um das Thema Sexualität. Viele Paare berichteten von Schwierigkeiten, weil sie unterschiedliche Bedürfnisse in der Sexualität hatten, weil eine Person fremdgegangen war oder wegen sexueller Funktionsstörungen. Einige Paare suchten Rat, weil erlebte sexuelle Grenzüberschreitungen in der Vergangenheit sich auf die heutige Sexualität auswirkte.

Bildquelle: pro familia

Auch gab es viele Fragen zum Thema Kinderwunsch oder Kinderlosigkeit. Es stand z. B. die Frage im Raum, wann der richtige Zeitpunkt für die Familiengründung ist und ob „social freezing“ eine Option ist. Es gab einige Paare, die unterschiedliche Vorstellungen davon hatten, wie viele Kinder es geben soll und ob die Familienplanung nach zwei Kindern abgeschlossen ist, oder es ein drittes Kind geben soll.

Es kamen mehrere Paare, die aufgrund der bestehenden Konflikte über eine Trennung nachdachten. Bei anderen Paaren ging es um Kommunikationsschwierigkeiten und sie suchten Hilfe dabei, den/die Partner*in besser zu verstehen. Einige Paare wollten sich bei einer anstehenden Trennung und den damit verbundenen Herausforderungen, begleiten lassen.

Auch viele Einzelpersonen suchten Rat und Unterstützung. Hier ging es u. a. um Themen wie sexuelle Identität, dem Wunsch nach Partnerschaft, der eigenen Sexualität, Begleitung nach einer Trennung, Tod und Trauer, aber auch um Themen wie Selbstwertproblematik und persönliche Krisen.

Einige junge Frauen, die sich in der Familienphase befanden, benötigten Unterstützung dabei, wie sie es schaffen können, allen Aufgaben gerecht zu werden und sich selbst nicht aus den Augen zu verlieren.

Bildquelle: pro familia

Auch in diesem Jahr gab es viele Anfragen von Klient*innen, die auf der beschwerlichen Suche nach einem Psychotherapieplatz waren und zur Überbrückung unsere Beratungsstelle aufsuchten. Einige waren sehr belastet und hätten eigentlich zeitnah einen Therapieplatz benötigt – doch durch die allgemeine Überlastung des Systems war dies für viele Klient*innen nicht möglich. Wir konnten in einigen Fällen zumindest eine stabilisierende Begleitung mit einigen Terminen anbieten.

Auch kam es in den laufenden Beratungsprozessen einige Male vor, dass Klient*innen empfohlen wurde, sich um einen Psychotherapieplatz zu bemühen oder eine Klinik aufzusuchen. Hier leisteten wir Hilfestellung und unterstützten bei der Suche nach geeigneten Stellen.

Da die Nachfrage im Bereich der Paar- und Sexualberatung unverändert hoch war, gab es auch im Jahr 2025 eine Warteliste. In der Regel konnten Termine nur über die Warteliste vergeben werden. Für akute Fälle war es uns aber möglich, auch kurzfristig Notfalltermine anzubieten.

Zur Sicherung der Qualitätsstandards und zur Weiterentwicklung nahm die Beraterin an diversen Fort- und Weiterbildungen teil. Zudem nutzte sie die Gelegenheit der internen und externen Supervision, um aktuelle Fälle zu besprechen. Auch nahm sie regelmäßig am psychologischen Arbeitskreis des pro familia Landesverbandes teil.

Beratungen gesamt	Weiterver-mittlungen	Infokontakte (Beratungen unter 15 Min.)	kurzfristige Absagen
240	**41**	**45**	**51**