

Jede Spende hilft.  
Danke!

**Termine**

---

---

---

---

---

**Notizen/Fragen**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Für spürbare Erfolge**

Unterstützen Sie unsere Arbeit mit Ihrer Spende und/oder Ihrer Mitgliedschaft.

**Ihre Beratungsstelle**

pro familia  
Beratungsstelle Darmstadt

Landgraf-Georg-Straße 120  
64287 Darmstadt

Tel.: 06151 42942-0  
Fax.: 06151 42942-27  
darmstadt@profamilia.de

[www.profamilia.de/darmstadt](http://www.profamilia.de/darmstadt)



Die Beratungsstellen sind für Rollstuhlfahrer\*innen barrierefrei zugänglich bzw. wir organisieren kurzfristig einen barrierefreien Raum. Bei Bedarf führen wir die Beratung in Leichter Sprache durch oder mit Unterstützung durch eine\*n Gebärdensprachdolmetscher\*in.



Herausgeber: pro familia Landesverband Hessen e.V. · 4. Auflage/7.500 Expl. · Stand 3/2020

**Eifersucht**

**Eheprobleme**

**Lust und Frust**

**Trennung und Scheidung**

**Vertrauen**

**Kinderwunsch**

**Eltern sein**

**Verlust eines Kindes**

**Patchworkfamilien**

**Regenbogenfamilien**

**Wechseljahre**

**Sexualität im Alter**

**Sexuelle Unlust**

**Coming-out**

**Sexuelle Vielfalt**

## Gut informiert, gut beraten!

Die pro familia Beratungsstellen informieren und beraten Sie rund um die Themen Sexualität, Partnerschaft und Liebesbeziehung.

## Was erwartet Sie?

- Wir beraten Sie unabhängig von Ihrem Alter, Ihrer Religionszugehörigkeit und Ihrer Herkunft. Unsere Beratung richtet sich an Personen aller geschlechtlichen Identitäten und sexuellen Orientierung.
- Die Beratung erfolgt vertraulich, auf Wunsch auch anonym. Alle Mitarbeitenden von pro familia stehen unter Schweigepflicht; dies gilt auch für Gespräche mit minderjährigen Ratsuchenden.
- Berater\*innen von pro familia verfügen über therapeutische, beraterische Qualifikationen sowie über langjährige Beratungskompetenz.
- Für unsere Beratungen erheben wir einen individuellen Kostenbeitrag.
- Eine Terminabsprache ist erforderlich.

## Beziehungsberatung

An Beziehungen werden hohe Erwartungen geknüpft. Doch: Das Ideal einer liebevollen Beziehung ist mit den Anforderungen des Alltags oft schwer in Einklang zu bringen. Eine Beratung kann hier helfen, Ihre Verständigung miteinander zu verbessern, Konflikte zu erkennen und zu lösen – vielleicht auch auszuhalten.

### WIR BERATEN SIE

- wenn Ihnen das Reden miteinander schwerfällt.
- wenn Sie sich häufig streiten.
- wenn Sie mit Ihrer Sexualität unzufrieden sind.
- wenn Sie Eltern geworden sind und Sie sich als Paar aus dem Blick verlieren.
- wenn der Weg zum Wunschkind Fragen für Sie aufwirft.
- wenn die Kinder sich ablösen und Sie Ihrer Partnerschaft neue Impulse geben möchten.
- bei persönlichen Krisen und in schwierigen Lebenssituationen.
- wenn Sie Ihre Beziehung infrage stellen oder eine Trennung ansteht.
- wenn Sie Beziehungen mit mehreren Personen führen.

## Sexualberatung

Über Sexualität wird allgemein viel geredet. Aber das Sprechen über die eigene Sexualität fällt oft schwer. Sexualität sieht sich vielen Erwartungen und einem beachtlichen Leistungsdruck ausgesetzt. Sie soll ekstatisch sein und befriedigend; sie soll als Maßstab für die Liebe gelten, Spaß machen, „funktionieren“ und jedem Vergleich standhalten. Das kann Probleme bereiten!

Und: Auch die eigene sexuelle Orientierung oder Geschlechtsidentität – bzw. die von Partner\*innen – kann verunsichern und Fragen aufwerfen.

### WIR BERATEN

Personen, einzeln oder mit Partner\*in, zu allen Fragen der Sexualität, des sexuellen Erlebens, der sexuellen Orientierung und der Geschlechtsidentität; unter anderem bei:

- Unterschiedlichen sexuellen Erwartungen und Bedürfnissen
- Veränderungen des Lustempfindens
- Psychisch bedingten körperlichen Einschränkungen der sexuellen Erlebnisfähigkeit
- Fragen zur sexuellen Orientierung und zur Geschlechtsidentität
- Fragen zu verschiedenen sexuellen Praktiken, Safer Sex, sexuell übertragbaren Krankheiten (STI)
- Beziehungen zu mehreren Personen
- Ängsten, Hemmungen, Unsicherheiten, die im Zusammenhang mit Sexualität auftreten
- Traumatischen Erfahrungen im Zusammenhang mit Sexualität
- Veränderungen der Sexualität durch körperliche Erkrankungen