

# Krebs? Wir halten zusammen!





## Inhalt

- 3 Vorwort
- 4 Krebsberatung für Familien
- 6 Familienportrait
- 10 2021 – Zahlen, Daten, Fakten
- 12 Qualitätssicherung
- 13 Unser Team
- 14 Familienportrait
- 16 Musikpädagogisches Gruppenangebot
- 18 Danke für Ihre Spendentreue
- 19 So können Sie helfen

## Impressum

### Herausgeber

Stiftung phönikks  
Kleine Reichenstraße 20  
20457 Hamburg  
T 040.44 54 71  
F 040.44 88 87  
E-Mail [stiftung@phoenikks.de](mailto:stiftung@phoenikks.de)

### Vorstand

Dr. Beatrice Züll,  
geschäftsführende  
Vorstandsvorsitzende  
Regina Rumey-Wohsmann,  
geschäftsführender Vorstand  
Dr. Angela Fengler,  
Vorstand im Ehrenamt

### Kuratorium

Prof. Dr. Günther Strunk  
Dr. Niklas Mirbach  
Prof. Dr. Tanja Zimmermann

### V.i.S.d.P.

Dr. Beatrice Züll  
Regina Rumey-Wohsmann

### Layout & Realisierung

Tommaso Maiocchi  
[www.maiocchi.de](http://www.maiocchi.de)

### Fotos

Michaela Kuhn, Projekt-  
fotos der Stiftung phönikks,  
MOPO, iStockphoto, Shutter-  
stock



Besuchen Sie  
uns im Internet  
unter  
[phoenikks.de](http://phoenikks.de)



”

**Ich bin sehr froh  
und dankbar,  
dass phönikks hilft ...**

## Vorwort

Eine Krebsdiagnose erschüttert die erkrankten Menschen. Aber die emotionale Belastung ist schlagartig auch für Familie und Umfeld unübersehbar und gegenwärtig. Die Erkrankten brauchen Nähe und Hilfe ihrer Familien, die im Umgang mit der lebensbedrohlich empfundenen Erkrankung selbst auch beunruhigende Gedanken, Gefühle und Angst erleben. Diese ambivalenten Gefühle sind sehr verständlich und „normal“. Sie verursachen aber nicht selten seelische Not.

Ich bin sehr froh und dankbar, dass phönikks hilft, wenn Familien aufgrund eines krebbedingten Schicksals in solchen Krisen ins Wanken geraten. Tatsächlich wird dieser familientherapeutische Ansatz heute als Standard gefordert.

phönikks hilft den Helfenden. Es erleichtert eine belastende Doppelrolle während seelischer Unterstützung für die Betroffenen auch mit der Sorge um die Nöte des Alltags, die Zukunft und möglicherweise Angst vor dem Verlust des geliebten Menschen auszuhalten.

phönikks entwickelt sich immer weiter. Zwei hauptamtliche Vorstände, die sich fachlich ergänzen (kaufmännisch und psychoonkologisch), führen nun die Stiftung im Tandem. Die Nachfrage nach Familienberatungen steigt, auch begleitet durch die sehr effizienten digitalen Angebote, stetig und über Hamburgs Grenzen hinaus. Diese Herausforderungen erfolgreich meistern zu können, wünsche ich dieser wunderbaren Initiative von Herzen.

Herzlichen Gruß

Prof. Dr. med. Burkhard Göke  
Vorstandsvorsitzender und Ärztlicher Direktor  
Universitätsklinikum Eppendorf (UKE)

# Krebsberatung für Familien

phönikks bietet Familien, die von Krebs betroffen sind, Beratung durch ein qualifiziertes Expertenteam an.

---

Der Fokus bei phönikks liegt gemäß Satzung auf der Familie, insbesondere auf den Kindern und Jugendlichen. Die Termine finden überwiegend mit mindestens einem weiteren Familienmitglied statt. Dieser in der Satzung verankerte Grundsatz macht phönikks in der Landschaft der Krebsberatung, die sich hauptsächlich um die betroffene Person kümmern, einzigartig.

Durch die Krebsdiagnose sind oft auch die Partnerschaft und das Familiensystem hoch belastet. Im Rahmen einer psychosozialen Beratung ist Paar- und/oder Familienberatung dann angezeigt, wenn die Partner oder die Familie

bei der gemeinsamen Bewältigung der Krankheitssituation überfordert sind und die Kommunikation gestört ist.

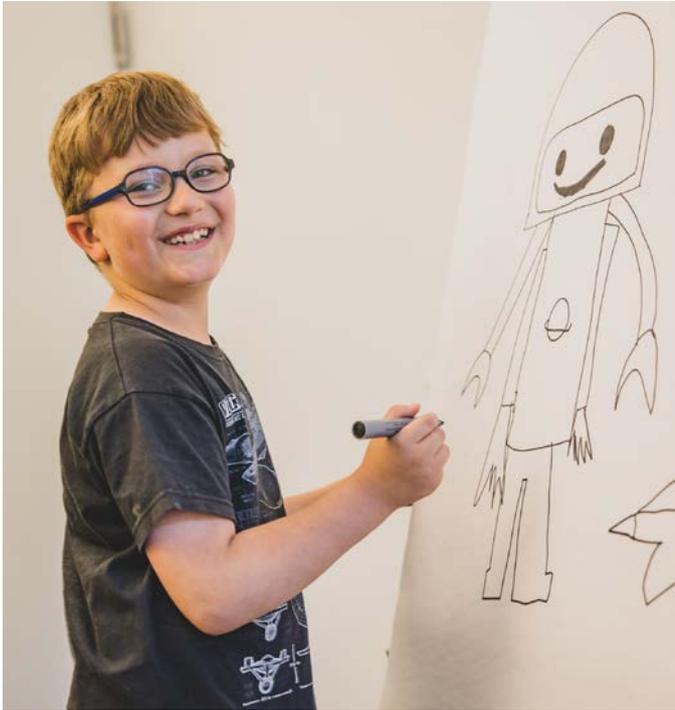
Im Beratungsprozess können daher die Partner oder wichtige Familienmitglieder zu einer gemeinsamen Beratung ein-

geladen werden. Je nach Bedarf können mehrere gemeinsame Gespräche nötig sein, die darauf abzielen, das Paar- oder Familiensystem zu entlasten, zu stabilisieren und eine offene Kommunikation zu fördern. Besonderes Augenmerk gilt dem Versorgungsbedarf der Kinder. ■

Damit wir weiterhin Projekte wie diese anbieten können, benötigen wir Ihre Hilfe, denn phönikks ist zu 100% spendenfinanziert.

**Wie Sie helfen können, erfahren Sie auf Seite 19.**





Quelle: MOPO-Beitrag über phönikks.

## Psychoonkologische Beratung und Begleitung

- Familien-, Eltern-, Paar- und Einzelberatung
- Erwachsene und Kinder
- Selbsterkrankte und Angehörige
- Einzelberatung für Erwachsene und Kinder
- Gruppenangebote für Erwachsene und Kinder
- Angebote für das engere soziale Umfeld (Großeltern, Schule/Kita)
- Krisengespräche
- Trauerbegleitung
- Soulkids
- Musikbasiertes Gruppenangebot für Teenies
- Musikpädagogisches Angebot für Kinder

Termine sind von Montag bis Freitag in der  
Zeit von **8 Uhr bis 19.30 Uhr** möglich –  
**per Video und in Präsenz.**

### **So erreichen Sie uns**

Stiftung phönikks  
Kleine Reichenstraße 20  
20457 Hamburg

T 040.44 54 71  
stiftung@phoenikks.de

**Besuchen Sie uns im Internet  
unter [www.phoenikks.de](http://www.phoenikks.de)**



”

*Wir verloren den Boden  
unter den Füßen ...*



# Der Krebs schwebte wie ein Schwert über unserem Haus.

Schon die Mutter und ihre Großmutter waren an Krebs erkrankt, dann kam auch für Manuela K. kurz vor Weihnachten die Diagnose: Brustkrebs. Die Diagnose veränderte das Familienleben auf einen Schlag. Die Wochen zwischen Diagnose und Behandlung waren geprägt von purer Angst und Verzweiflung. „Wir verloren den Boden unter den Füßen, bis die Heilbarkeit und der Behandlungsplan feststanden“, so Manuela K.

*Text verfasst von Dr. B. Züll*

---

Es folgten Chemotherapie, Operation und Strahlentherapie. Die Ärztin gab Frau K. die Kontaktdaten von phönikks, mit der Empfehlung sich dort zu melden. Seitdem kommt die Familie in die Krebsberatung für Familien.

Familie K. erzählt, dass von Anfang an klar war, dass sie sich psychonkologische Unterstützung durch eine systemische Familienberatung, das heißt Hilfe für die ganze Familie, holen würden. Sie berichtet, dass die Kinder Piet (7) und Lena (5) sofort gespürt haben,

dass etwas nicht stimmt. Für die Eltern kam von Anfang an nur ein offener Umgang mit der Erkrankung in Frage. Aber wie? Ein Anruf bei phönikks genügte und zeitnah konnte die psychonkologische Begleitung der Familie mit der Familientherapeutin Regina Rumej-Wohsmann beginnen. Die Familie erzählt ...

## **Ein Berg an Fragen**

Mit der Krebsdiagnose beschäftigten uns viele Fragen, wir wollten mit den Kindern alles richtig machen. Was kann man den

Kindern in dieser Situation sagen? Wie können wir mit ihnen sprechen, ohne unsere Kinder in Watte zu packen und doch angstfrei und positiv zu bleiben. Wie können wir erklären, was eine Chemo ist und was macht die Mama im Krankenhaus? Wie können wir gut mit dem Thema umgehen? Wir haben überlegt, wie man die Kinder entwicklungsgemäß informieren kann. So viel wie nötig, so wenig wie möglich, das war die Devise, um das Schwere von unseren Kindern fernzuhalten.



*Die Kinder  
fest im Blick.*

### **Krebs = Krankheit = Tod?**

Vor dem familiären Hintergrund, Brustkrebs in der Familie, hatten wir alle das beklemmende Gefühl und vor allem diese furchtbare Verknüpfung Krebs = Krankheit = Tod im Kopf. Das hat uns Angst gemacht.

In unterschiedlichen Konstellationen nahm die Familie Unterstützung in Anspruch. Per Videoberatung und auch in Präsenz. Manuela kam direkt nach der Diagnose in eine Einzelsitzung, die Eltern nahmen Sitzungen als Paar und als Eltern wahr und auch der Vater, Eddy, kam mal alleine. „Ich wusste nicht, wie ich damit umgehen soll, dass auch ich als nicht unmittelbar Betroffener eine riesige Angst hatte. Wie reagiere ich auf den Haarausfall, auf die Veränderungen meiner Frau während der Therapie generell“, so Eddy. „Zu diesem Thema hatte ich einen Einzeltermin per Video, um für mich herauszufinden, warum mich das so beschäftigt hat. Ich konnte das in der Sitzung mit unserer Familientherapeutin Regina Rumey-Wohsmann für mich gut lösen.“

### Schule und KiTa

Auch die Schule und die KiTa waren ein Thema. Uns war wichtig, dass alle Bescheid wussten. Wir haben die Lehrer und Erzieher informiert, damit vor allem die Bezugspersonen sensibel auf etwaige Verhaltensänderungen, unter dem Aspekt der Krebserkrankung, reagieren können. Alle waren informiert, das hat sehr geholfen.

Es war uns Eltern wichtig, dass wir und die Kinder gemeinsam mit unserer neuen Familiensituation umgehen und auch positiv bleiben.

Wir hatten alle ein gemeinsames Ziel: Der Sommer, die Sonne, da ist der Krebs weg. Es hat geklappt. Wir sind glücklich und dankbar, dass es auch so gekommen ist.

Es tut gut, dem Thema Raum und Zeit zu geben, stellten alle gemeinsam fest. Es kann sehr hilfreich sein, mit einem Außenstehenden zu sprechen, der Schlüsselfragen stellt. phönikks hat uns darin begleitet, unsere eigenen Antworten zu entwickeln. Damit taten wir etwas für uns und das hat uns gestärkt, um mit der Erkrankung und mit unseren Sorgen gemeinsam umzugehen.

### Das Thema im Auge behalten

„Der Krebs schwebte wie ein Schwert über unserem Haus, die Erkrankung war omnipräsent“, erzählt Eddy K. „Wir wollten das gemeinsam meistern. Einfach mal die Pause-Taste drücken, sich die Zeit nehmen, den Krebs nicht einfach im Trubel des Familienalltags untergehen zu lassen, sondern einen bewussten Umgang mit der Erkrankung zu finden, das gelang uns mit phönikks.“ Schon zu Beginn der gemeinsamen Arbeit wurden auch Piet und Lena ins Bild geholt, die anfangs bei der Videokonferenz ab und an über die Schulter schauten, um zu sehen und zu verstehen, was phönikks ist.

„Die Therapeutin fragte, ich merkte schon im Gespräch, das stößt etwas an, sie fing mich professionell auf, da konnte ich etwas mitnehmen, das hat einfach gutgetan“, so Manuela K.

### Geschafft!

Mit phönikks haben wir es geschafft als Familie und als Paar, gestärkt aus der schwierigen Situation zu gehen, sind sich Manuela und Eddy einig. ■

*Gespräche in unterschiedlichen Familienkonstellationen.*



# 2021 – Zahlen, Daten, Fakten

Durch Digitalisierung und Restrukturierung wurde die Stiftung zukunftsicher aufgestellt. In den letzten Jahren haben wir unser psychoonkologisches Angebot nach dem Ansatz der systemischen Familientherapie weiterentwickelt. Dadurch können mit weniger Ressourcen mehr Familienmitglieder versorgt werden als in den Jahren zuvor. Wir helfen den Familien Schritt für Schritt Stabilität und Gleichgewicht im Alltag zu erhalten oder wieder zu erreichen und gegebenenfalls einen Weg zu finden, mit der Erkrankung und den Folgen zurechtzukommen.

---

**1.644**

**Familientermine**

konnten im Jahr 2021 durch unseren systemischen Betreuungsansatz wahrgenommen werden.

**350**

**Familienmitglieder**

wurden begleitet, diese haben in unterschiedlichen Familienkonstellationen teilgenommen.

**~50 %**

**der Familien**

nutzen Mehrpersonengespräche.

## Erstberatungen

# 85

### Familien

haben um Gesprächstermine gebeten.

# 213

### Familienmitglieder

haben an mindestens einem Gespräch teilgenommen.

## Beratungsangebote für

# 268

### Erwachsene

# 35

### Jugendliche

# 47

### Kinder

haben, teilweise über einen längeren Zeitraum, stattgefunden.

## Beratungsabschlüsse

# 123

### Familien

bzw.

# 240

### Familienmitglieder

haben die Beratung abschliessen können.

## Warteliste

# 1-2

### Wochen

betrug die maximale Wartezeit für ein Erstgespräch. Die Warteliste konnte vollständig bearbeitet werden.

## Beratungsgespräche per Videokonferenz

# 85 %

### der Familien

nehmen per Video teil.

Wir nutzen ein Tool, das zu 100 % den Anforderungen des Datenschutzes (DGSVO) entspricht.

## Beratungsdauer

# 2

### Jahre

beträgt die Beratungsdauer durchschnittlich. Wobei die Streuung zwischen einem Einmal-Termin und einer Verbleibe-Dauer von 3 Jahren und länger variieren kann.

# Qualitätssicherung

## Psychoonkologische Weiterbildungen 2021

Um unserem hohen Qualitätsanspruch gerecht zu werden, finden bei phönixks regelmäßige Weiterbildungen, Intervention und Supervision statt. Außerdem nimmt das Berater- und Therapeuten Team der phönixks Stiftung an allen relevanten Tagungen, Kongressen und Netzwerk-Veranstaltungen teil. Zum Beispiel:

- Theorie und Praxis der Trauerbegleitung der ganzen Familie\*
- Todessehnsüchte und Suizidgefahr bei Hinterbliebenen von verstorbenen Krebspatienten\*
- Neurokognitive Störungen/Spätfolgen bei Kindern nach einer Krebserkrankung\*
- 5. Hamburger Tag der Psychoonkologie KREBS UND WIR
- DAPO (Deutsche Arbeitsgemeinschaft für Psychosoziale Onkologie e.V.) Netzwerkveranstaltung Kinder krebskranker Eltern
- Multifamilientherapie (MFT) – Arbeiten in Multifamilien-Settings und in Gruppen (arbeiten mit mehreren Familien, die von Krebs betroffen sind) – CONNECT/Albert Schweitzer Kinderdorf Hessen e.V.

\*Dr. med. Miriam Hagen (Fachärztin für Kinder- und Jugendmedizin, Ärztliche Psychotherapeutin für Kinder, Jugendliche und Erwachsene sowie psychoanalytische Paar- und Familientherapeutin in eigener Praxis in Hamburg)



## Supervision

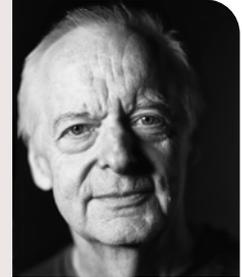
Vor ca. 25 Jahren hat mich die Stiftung phönixks eingeladen, als Supervisor tätig zu werden. Ich hatte mich gerade mit einer Praxis für Verhaltenstherapie selbständig gemacht.

Die Arbeit von phönixks sprengt natürlich den Rahmen klinischer Psychotherapie, in der es schwerpunktmäßig um die Behandlung psychischer Erkrankungen geht. Von einer möglicherweise tödlichen Erkrankung kann aber auch die psychisch stabilste und gesundeste Familie überfordert werden. Hinzu kommt, dass auch Familien betroffen werden, die schon mit psychischen Problemen, sei es aus der Kindheit oder aus aktuellen psychosozialen Bedingungen der Gegenwart heraus (nur zwei Stichworte: Arbeitslosigkeit, Entwicklungsprobleme) vorbelastet sind. Es passiert auch, dass durch die Krebserkrankung in der Familie vorher verdeckte Probleme sichtbar werden.

Meine Aufgabe als Supervisor sehe ich darin, neben dem Blick von außen, der erforderlich ist, um in den emotional fordernden Situationen die Grenzen des Machbaren, Zumutbaren und des Erlaubten im Bewusstsein einzuhalten, besonders auch Ideen für konkrete Schritte in der Beratung gemeinsam zu entwickeln.

Was nach meiner Erfahrung in all den Jahren meiner Tätigkeit die Kolleginnen und Kollegen auszeichnet, ist deren hohe Motivation, Fachkenntnis und die notwendige Balance zwischen Empathie und professioneller Distanz. Die Arbeit von phönixks ist ein höchst wichtiger Baustein in der Versorgung krebskranker Familien, die auch unter den Veränderungen gelang, denen auch eine Institution wie phönixks über die Jahre ausgesetzt ist, ohne dass die Arbeit mit den Familien darunter litt.

Ich möchte mich bei allen Kolleg:Innen für das Vertrauen bedanken und hoffe, dass es die Spendenfinanzierung auch in Zukunft ermöglicht, diese äußerst wichtige Arbeit, die auch nicht vom Krankenkassenfinanzierten Gesundheitssystem übernommen werden kann und sollte, weiterzuführen.



*Dipl. Psych.  
Harald Kruse,  
Psychologischer  
Psychotherapeut*



**Dr. Beatrice Züll** (Geschäftsführende Vorstandsvorsitzende) | **Ella Engelhardt** (Musikpädagogin/Trauerbegleiterin) | **Petra Jahnke** (Back Office digital/Spenderbetreuung) (oben, v.l.n.r.)  
**Finja Lichtenfeld** (Teamassistentz Beratung) | **Bettina Krohn** (Back Office/Verwaltung) | **Johannes Jakob** (Systemischer Familientherapeut/Psychoonkologe) | **Regina Rumej-Wohsmann** (Systemische Familientherapeutin/geschäftsführender Vorstand) (unten, v.l.n.r.)  
Es fehlen: **Sina Töpfer & Virginia Krause** (Systemische Familienberaterinnen) | **Eugenie Horsch** (Meditation)

# Mit einer Erkrankung leben und offen damit umgehen – das war uns wichtig!

Das ist die Geschichte von Simone Hennig, Johanna Maresch und ihren beiden Kindern. Zu Beginn der Beratung ist Juno 5 Jahre und geht bereits in die KiTa, der einjährige Otis noch nicht. Simone Hennig stammt aus einer genetisch belasteten Familie. Von den vier Geschwistern haben oder hatten drei Brustkrebs. Eine ist sogar wenige Wochen vor der Diagnose, dass in dieser Familie der Gendefekt vorliegt, an Brustkrebs verstorben. Erst 10 Tage vor ihrer eigenen Brustkrebsdiagnose erfuhr Simone, dass auch sie das Gen in sich trägt und überlegte noch, ob sie etwas vorsorglich tun könne, zum Beispiel eine präventive Brustamputation. Dann war es aber schon zu spät für Vorsorge.

*Text verfasst von Dr. B. Züll*

---

Zudem fiel die Diagnose mitten in den schon fest geplanten Umzug von Hamburg nach Franken. Simone Hennig erzählte uns, wie sie diese Zeit erlebte: Der Umzug war schon in „trockenen Tüchern“ und es gab so viel zu tun. Der Arztbesuch bei meiner Hamburger Ärztin war eigentlich als Abschlusstermin gedacht, aber dann kam die Diagnose: Brustkrebs. Wie bei meiner Schwester!

Die Ärztin kannte phönikks. Sie empfahl mir dort Unterstützung zu holen – für mich und meine Familie. Und so trat Sina Töpfer, systemische Familienberaterin bei phönikks, in unser Leben. Durch die Möglichkeit der Familienberatung per Video konnten wir uns über die ganze Zeit, auch als wir schon auf dem Land in Süddeutschland lebten, Hilfe holen. Die Videositzungen mit phönikks haben alle 2–3 Wochen stattgefunden. Unsere Tochter Juno hat sofort gemerkt, dass da was nicht stimmt bei uns, sie schien uns auffällig. Deswegen hatten wir uns ganz schnell an phönikks

”

## ... plötzlich weiß man, dass man auch betroffen ist ...

gewendet. Wir haben gemeinsam überlegt, wie wir mit unserer Tochter über meine Erkrankung sprechen können, damit sie nicht ganz viel Angst bekommt. Wir hatten alle möglichen Gedanken, plötzlich weiß man, dass man auch betroffen ist.

### Wie kann man das mit zwei Kindern schaffen?

Ich dachte, immer, ich bin doch die mit den zwei Kindern – es ist nicht vorstellbar, dass ich womöglich erleben muss, was meine Schwestern durchgemacht

haben. Das war für uns alle so fürchterlich und so angstbesetzt. Bei phönix wurden wir direkt gut aufgefangen. Und heute kann ich sagen: Man kann das sogar mit zwei kleinen Kindern schaffen. Dann braucht man aber ganz viel Hilfe. Die Beratung durch Sina Töpfer bei phönix war und ist dabei eine riesengroße Stütze.

### Wie mit den Kindern sprechen, wie bestimmte Verhaltensweisen auffangen?

Zu Beginn haben wir alle zwei Wochen einen Termin mit phönix gemacht. Familiensitzungen und auch mal Einzelcoachings. Wir haben besonders viel über die Verhaltensweisen unserer Kinder gesprochen. Oft begannen wir mit einem Problem bei einem der Kinder und landeten dann meistens bei uns, das war harte Arbeit. Unsere Tochter konnte ihre Gefühle

„Viele Lebensereignisse sind zeitgleich mit der Diagnose Krebs in das Leben von Frau Hennig und Frau Maresch getreten und brauchten Aufmerksamkeit. Diesen Ereignissen einen Raum zu geben und sie nicht ob der Erkrankung ‚untergehen‘ zu lassen, war für die vierköpfige Familie wichtig, damit sie ihr Leben neu ausrichten konnten.“ So Sina Töpfer, systemische Familienberaterin.



noch nicht so gut ausdrücken unser Sohn hatte viele Wutanfälle. Es war für uns wichtig zu lernen, das Verhalten unserer Kinder zu beobachten und mit Hilfe der systemischen Familienberatung einzuordnen. Wir hatten unsere Beziehungszusammenhänge fest im Blick – die Krankheit hat viel Unsicherheit in unser Familiensystem gebracht. Auch für Simone Hennigs Partnerin Johanna Maresch war phönix eine große Hilfe. Als Mitbetroffene kann man eine eigene Hilflosigkeit erleben, die für viele schwer auszuhalten ist. Durch die Sitzungen mit Frau Töpfer wurde immer wieder sichtbar, wie die Situation ist. Welche Rolle sie während der Krankheit ihrer Frau mit übernommen hat. Es ist hilfreich und wohltuend, dass das ausgesprochen werden kann und dadurch gesehen wird. Es war für uns ganz entscheidend, mit der Situation nicht alleine zu sein. phönix war und ist für uns eine hilfreiche Stütze. ■



# Musikpädagogisches Gruppenangebot

Unter dem Namen Soulkids bieten wir ein musikbasiertes Angebot für Teens an, das während der gesamten Pandemiezeit digital stattfinden konnte. Die Leiterin Ella Engelhardt, Musikpädagogin und Trauerbegleiterin, berichtet:

*Text verfasst von Dr. B. Züll*

Musikinstrumente geben uns die Möglichkeit Gefühle auszudrücken, die wir sonst nicht ausdrücken könnten. Auch intuitiv. Ich spiele traurig, ich spiele wütend, in einer Art von Freiheit bahnen sich meine Gefühle ihren musikalischen Weg. Das akustische Signal lässt unterbewusst etwas anschwingen, wenn die Finger durch die Tasten oder Saiten gehen. Musik macht etwas mit mir, das ich durch Worte vielleicht nicht zum Ausdruck bringen kann. Gerade bei den Kindern, die ihre Gefühle oft noch nicht in Worte fassen können. Ich muss es nicht benennen, es ist einfach da. In der Gruppe bekommen wir viel mit, nehmen wahr, was gerade im Raum ist. Wir erleben Experimentierfreude und emotionalen Ausdruck. Manche mögen das

nicht Musik nennen, es ist eine Art der emotional musikalischen Improvisation. Es ist für uns oft nicht greifbar, wo kommen die Gefühle her? Worin unterscheiden sie sich? Was kann ich herauslassen. Das Feedback unseres Instruments ermächtigt uns selbst. Ich antworte Dir mit Musik, ich finde Kommunikationswege, die von Alltagssituationen nicht belastet sind.

Wir merken, dass da was ist, obwohl wir nicht darüber sprechen können. Die Resonanz unseres Instruments zeigt uns eine andere Art unsere Gefühle auszudrücken und wie wir uns in Emotionen bewegen. Wir überwinden eine Hemmschwelle, wir drücken uns aus, erzählen etwas von uns. Wir improvisieren, finden uns in musikalischen Welten und

Stimmungsräumen wider. Musik schwebt im Raum, ich kann mit Musik antworten, wenn ich nicht reden möchte. Nicht jeder verarbeitet, in dem er etwas in Worte fasst, es gibt wertvolle andere Möglichkeiten. Wir erspüren, ob wir mit der Musik an etwas herankommen, wir erkunden und experimentieren. Nach dem Musizieren schauen wir gemeinsam, wie nah war das eigentlich gerade, was ist passiert? Was von uns haben wir gezeigt? Wollen wir über etwas sprechen? Wollen wir gemeinsam etwas aufschreiben?

Es findet in der Gruppe eine Art von Selbstermächtigung statt, die Selbstbewusstsein schafft. Will ich alleine sein, will ich gemeinsam gestalten, was brauche ich dafür?



*Ella Engelhardt,  
Musikpädagogin  
und Trauerbegleiterin*

Unser Instrument kann uns etwas ganz Besonderes zeigen. Das kann auch unsere Stimme, unser Gesang sein. Wir können im geschützten Raum unsere Gefühle aus- und erleben, wir können uns in unseren Emotionen musikalisch bewegen. Unser Selbst findet seinen Ausdruck und ermächtigt uns. Wir erleben unseren Selbstwert. Das geht mit Kleinen genauso wie mit Jugendlichen oder Erwachsenen. Die Leiterin Ella Engelhardt hält den geschützten Rahmen für das Erlebte und die Gefühle. Die musikalischen Impulse geben den Fahrplan vor. Es wird bearbeitet was kommt. Die enge Betreuung durch Ella Engelhardt wird ergänzt durch die therapeutische Leitung (Johannes Jakob), so können wir sehr individuell auf die Teenis eingehen. Es gibt keinen Stundenplan, in jeder Sitzung kann etwas anderes dran sein, die Impulse können aufgegriffen werden, der rote Faden leitet sich daraus ab. Die Kinder und Jugendlichen merken mit der Zeit selbst, was sie brauchen, welche Ansätze und Übungen ihnen gut tun, wie man das mit dem Erlebten gedanklich verknüpfen kann. Dies kann hilfreich sein, um das im Kontext Krebs in der Familie Erlebte zu verarbeiten.

### **Neue Wege mit Musik digital zu arbeiten**

Über Video ist das gemeinsame Musizieren, zum Beispiel weil

die Teilnehmer zuhause über die Instrumente nicht verfügen, manchmal schwieriger. So haben wir in der Corona Zeit neue Wege gefunden, trotzdem mit Musik und gemeinsamem Musikerleben zu arbeiten. Oft schreiben wir unsere Gedanken zu bestimmter Musik auf und nehmen die verschiedenen Aspekte von Emotionen und Gefühlen beim Zuhören wahr. Das kann jeder für sich machen, kann

es selbst steuern, kann darüber sprechen und seine Gefühle mit anderen teilen. Wir lassen uns von Musik inspirieren und beobachten, wie sich ein Gedanke, den wir gerade aufschreiben, entwickelt, wenn wir zum Beispiel zu Metall oder einer Klaviersonate schreiben. So nehmen wir bestimmte Musikimpulse auf und lernen uns selbst dabei aus verschiedenen Perspektiven neu kennen. ■

*„Als meine Mutter mir von diesem Projekt erzählt hatte, konnte ich mir anfangs nicht viel darunter vorstellen. Wie persönliche Texte mit der Musik verbunden werden. Ganz am Anfang wurden mir die Themenbereiche für meine Texte selbst überlassen, bis ich nach Vorschlägen fragte. Bevor wir mit der Musik angefangen haben, haben wir an mehreren Projekten gearbeitet, wie zum Beispiel an einem Themenbereich für mehrere Texte über mehrere Wochen zu arbeiten. Als Einstieg fand ich es sehr beeindruckend wie leicht es mir fiel diese Texte zu schreiben. Mit der Musik haben wir anfangs mit dem Instrumentalen gearbeitet. Ich habe die Lieder auf mich wirken lassen und die Ideen sind direkt aufgetaucht. Ich finde es außerdem sehr schön, mit einer Person zu reden, welche einen nachvollziehen kann und wie einfach es war, nicht nur zu schreiben sondern auch darüber zu reden. Ich habe mit der Zeit gemerkt welchen Themenbereich ich am meisten mag und was mir daran so sehr gefällt. Dadurch, dass ich hier mehr nachdenke fallen mir mehr Sachen erneut ein. So wie emotionale Lieder zwischen mir und meinem Vater. Zu solchen Liedern kann ich viel schreiben, da ich nun ihre Bedeutung verstehe. In mir fühlt es sich an als würde eine Blume aufgehen, mit jeder Blüte die aufgeht erinnere ich mich an Momente der Vergangenheit.“*

Ioanna D., Teilnehmerin

# Danke für Ihre Spendentreue!

---

Liebe Spenderinnen und Spender,

**Stiftungen nehmen gesamtgesellschaftliche Aufgaben wahr, sie dienen der Allgemeinheit. Als Vorstand sind wir verpflichtet, neben einem positiven Blick in die Zukunft, Dinge auf den Prüfstand zu stellen und die Mittelverwendung zu optimieren.**

Ein Rückblick auf das Jahr 2021 zeigt, dass wir als Gesellschaft gefordert sind solidarisch zu sein. In einer Zeit, in der die Familienbeziehungen oft eine immer geringere Rolle spielen und der Zusammenhalt der Familien hinter einer technologischen, Konsum orientierten und umweltbelastenden Lebenshaltung in den Hintergrund gerät, sind immer weniger Menschen darauf vorbereitet, sich mit persönlichen Schicksalen – wie der Krebserkrankung eines Familienmitglieds – auseinandersetzen zu können.

Humanität ist die Aufgabe unserer Gesellschaft. Die Familie und ihr Zusammenhalt, eine besondere Aufgabe in schwierigen Zeiten. Hier unterstützt das phönikks Team. Dank Ihrer langjährigen Treue, können wir Jahr für Jahr ein so qualitativ hochwertiges und bundesweit einzigartiges Angebot machen. Dafür sagen wir herzlichen Dank.

Ihre

**Dr. Beatrice Züll & Regina Rumej-Wohsmann**

---

Geschäftsführende Vorstände Stiftung phönikks



*Dr. Beatrice Züll und Regina Rumej-Wohsmann.*

## Stiften Sie Zukunft ...

### **... mit Ihrem Testament**

Wenn Sie über Ihr Testament frühzeitig nachdenken, können Sie auch nachhaltig die Finanzierung der phönikks Krebsberatung für Familien sichern. Auf Wunsch können wir Ihnen beratend zur Seite stehen.

### **... durch eine Zustiftung**

Mit einer Zustiftung verleihen Sie Ihrem Willen einen ganz besonderen Ausdruck. Sie vermachen Ihr Vermögen oder einen Teil davon der Stiftung phönikks. Die Zuwendung kann steuerlich abgesetzt werden und erfolgt in den Kapitalgrundstock der Stiftung. Das Vermögen wird sicher und Ertrag bringend angelegt. Die Erträge werden für die Betreuung der Familien, die von Krebs betroffen sind, verwendet.

**So wichtig wie Spenden:** Machen Sie Betroffene auf unser Hilfsangebot aufmerksam. Helfen Sie, damit wir helfen können.



Unterstützen Sie  
betroffene Familien  
mit Ihrer Spende!  
So können Sie helfen:

**Einmalige und regelmäßige Spenden** sind für die Arbeit der Beratungsstelle enorm wichtig. Daueraufträge und Lastschriften helfen phönikks in der Budgetplanung und geben Sicherheit.

**Geburtstage, Jubiläen, Familienfeiern** können eine schöne Gelegenheit sein, Menschen zu helfen. Rufen Sie zu Spenden für phönikks auf. Wir sind Ihnen bei der Organisation gerne behilflich.

**Eine Sammelaktion** am Arbeitsplatz oder im Sportverein kann die Arbeit der Stiftung bekannter machen.

**Mit einer Benefizveranstaltung**, die von Ihnen ins Leben gerufen wird. Ob Weihnachtskonzert, Musik, Sport oder eine Tombola zu Weihnachten – hier können ebenfalls zahlreiche Spenden gesammelt werden.

**Einkaufen und dabei Gutes tun.**

Nutzen Sie das Spendenprogramm des Onlinehändlers Amazon und wählen Sie bei jedem Einkauf phönikks als gemeinnützige Organisation: [smile.amazon.de](https://smile.amazon.de)



## Unsere Spendenkonten:

### Sparkasse Südholstein

IBAN DE36 2305 1030 0003 3333 33

BIC NOLADE 21SHO

### HASPA

IBAN DE62 2005 0550 1280 3030 80

BIC HASPDEHH

Bitte geben Sie im Verwendungszweck der Überweisung Ihre Adresse an, damit wir Ihnen eine Spendenquittung zusenden können. Gerne auch per E-Mail.

Die Stiftung phönikks ist durch Bescheinigung des Finanzamtes Hamburg-Nord vom 7. Juli 2022 Steuernummer 17/418/00302, als gemeinnützig anerkannt und wird die Zuwendung satzungsgemäß verwenden.

\*Die gesetzliche Grenze für Spendenquittungen stieg zum 1. Januar 2021 von 200 Euro auf 300 Euro, selbstverständlich erhalten Sie auf Wunsch auch unterhalb dieses Betrags eine Bescheinigung für Ihre Spende.



Besuchen Sie uns  
im Internet unter  
[phoenikks.de](http://phoenikks.de)