

«Sich gesehen und  
verstanden fühlen,  
ist auch heilsam»



Über Jahre hinweg kämpft Anna Müller gegen Schlaflosigkeit. Schleichend verschlimmert sich ihr Zustand. Nach mehreren Nervenzusammenbrüchen sucht sie verzweifelt nach Hilfe – zunächst vergebens. Eine unkonventionelle Therapie und das Coaching des Care Managers von SWICA helfen ihr schliesslich zurück ins Alltagsleben.

Text: Maximilian Comtesse  
Fotografie: Claudia Link

Anna Müller (Name durch die Redaktion geändert) versucht sich zu erinnern: «Ich glaube, es war ungefähr September 2020.» Da hat sie gemerkt, es geht nicht mehr. «Ich war überfordert von allem. Ich konnte nicht einmal mehr einen Brief öffnen.»

Über Jahre hinweg leidet sie an Insomnie, schläft durchschnittlich nur vier bis sechs Stunden pro Nacht. «In den letzten Monaten waren es dann nur noch zwei bis vier Stunden.» Die Folge sind Nervenzusammenbrüche, Angstzustände und Herzrasen in der Nacht.

### Die Klinik als einziger Ausweg?

Ein erneuter Nervenzusammenbruch ist einer zu viel, weinend sucht sie sich Hilfe in einer Apotheke. Diese überweist sie direkt an den Notfall. Dort kann sie sich kurzfristig erholen, aber «das war nur ein Kratzer an der Oberfläche», meint sie. Es geht wieder nach Hause und wieder in diesen Zustand. Auch ein längerer stationärer Aufenthalt in einer Schlafklinik, die auf Burn-outs und Depressionen spezialisiert ist, bringt keine Besserung, ganz im Gegenteil: «Ich ging raus, halb zerstört. Es ging mir danach noch schlechter.»

### Plan B

Nach dem Klinikaufenthalt wird sie begleitet von einem Osteopathen, der nach den Prinzipien der Biodynamik behandelt. Er verschafft ihr Linderung. Gleichzeitig kommt sie in Kontakt mit einem Medium\* und beginnt mit diesem zusammenzuarbeiten, jeweils einmal pro Woche per Videocall. Von Beginn an hat sie ein gutes Gefühl und merkt, dass diese Person ihr helfen kann: «Sie sieht, warum ich diese Probleme habe und was ich brauche, um sie anzugehen.» Anna lernt dadurch, ihrem Gefühl zu vertrauen, und erholt sich Schritt für Schritt.

Ein wichtiges Puzzleteil auf ihrem Weg zur Genesung ist Carmine Coscia, ihr persönlicher Care Manager von SWICA. Er geht auf den unüblichen Wunsch einer spirituellen und komplementärtherapeutischen Begleitung von Anna Müller ein. In regelmässigen Sitzungen definieren sie gemeinsam Ziele und Massnahmen. Anna Müller schätzt diese Sitzungen sehr: «Er hat wirklich versucht, mich kennenzulernen, auf mich einzugehen und die Sitzungen so anzupassen, dass sie mir entsprechen, und nicht einfach etwas durchzusetzen, was er machen musste.»

«Alles, was uns mit der Erde verbindet und uns in die Einfachheit führt, ist heilsam.»

Die Sitzungen geben ihr Struktur und Halt. Carmine Coscia spiegelt ihr, wie sie sich zum Positiven entwickelt. «Sich gesehen und verstanden fühlen, ist auch heilsam», fasst Anna Müller zusammen.

### Über den Tellerrand hinausschauen

«Die Betreuung von Anna Müller erforderte einen Blick über den Tellerrand hinaus. In meiner Rolle als Care Manager ist es wichtig, offen für alle Möglichkeiten zu sein, auch wenn sie im ersten Moment ungewöhnlich erscheinen», erklärt Carmine Coscia. Der Ansatz, eine Krankheit mit Hilfe eines Mediums anzugehen, sei mutig und zeige, dass man manchmal alternative Wege in Betracht ziehen müsse.

\* Ein Medium steht in diesem Zusammenhang für eine Person, die nach eigener Aussage die Fähigkeit besitzt, mit übernatürlichen Wesen in Kontakt zu treten. Diese Wesen sollen dem Medium Informationen über die Gesundheit und das Wohlbefinden einer Klientin bzw. eines Klienten liefern, die dann zur Diagnose und Heilung von Krankheiten eingesetzt werden können. Wichtig zu wissen: Die Krankenversicherung übernimmt keinerlei Kosten für Therapien bei einem Medium.