



#40 Coming-out Frederik

„Ich habe für mein Land gekämpft – und kämpfe nun seit Jahren um Gerechtigkeit.“

Ich habe in meinen Auslandstätigkeiten viel gesehen und erlebt. Durch meine Zusatzausbildungen als Sanitäter war ich immer der Medic meiner Einheit. Das bedeutete: Wenn etwas Schlimmes passierte, war ich fast immer direkt dabei. **Tod und Leid waren ständige Begleiter.**

Lange dachte ich, dass ich psychisch stabil sei und alles klar voneinander trennen könnte. Doch dann kam Afrika – eine Erfahrung, die mein Leben veränderte. Auch dort hielt ich mich für belastbar. Aber als ich wieder zuhause war, bekam ich zunehmend Albträume.

Es ist schwer zuzugeben, doch selbst als erwachsener Mann habe ich nachts ins Bett gemacht.



Mir war klar, dass etwas nicht stimmte. Sprechen konnte ich nur mit Kollegen, die selbst betroffen waren. Also machte ich weiter – „wird schon“ – und ging in die nächsten Einsätze.

Dann kam der Laufbahnwechsel zur großen Bundesbehörde. Von 110 % Einsatzbereitschaft fiel ich auf nahezu 0 %. Kaum noch Hochrisiko, dafür noch weniger Anerkennung. Stattdessen Politiker beschützen. Von außen klingt es eindrucksvoll, tatsächlich war es das nicht. **Lange Stunden, wenig Dankbarkeit – man funktionierte einfach.** Schließlich dachte ich, ich hätte Depressionen. Fast zwei Jahre lang wechselte ich Ärzte.

Bei einem Routineeinsatz in Deutschland kam es zu Schuss- und Stichverletzungen: zwei Polizisten und ein Amokläufer wurden schwer verletzt. Ich war mit meinen Kollegen als erster am Tatort. Wir handelten richtig, retteten Leben – politisch hochbrisant, und mein Kollege überlebte durch mein Zu-



tun. **Es gab Lob, Prämien und Beförderung.**

Doch innerlich stürzte ich ab. **Wieder Depressionen, diesmal suchte ich Hilfe beim Bundeswehrkrankenhaus.** Dort wurde ich gründlich untersucht – Tests, Gespräche, Therapie. Die Diagnose: keine Depression, sondern eine komplexe PTBS, die sich über viele Ereignisse hinweg manifestiert hatte. Der letzte Einsatz war nur der Auslöser, der alles wieder hochbrachte.

Ich wurde krankgeschrieben, war zwei Monate stationär, danach ein halbes Jahr in der Tagesklinik. **Seitdem bin ich in Traumatherapie. Das Krankenhaus entließ mich mit dem Status „nicht therapierbar“.** Fünf weitere Gutachten bestätigten das, doch meine Behörde beharrt auf einer erneuten Prüfung. Seit Februar heißt es, die Überprüfung finde bald statt – und seitdem warte ich.

In dieser Zeit häufen sich Anwalts- und Arztrech-



nungen, während der Bund nicht zahlt. Man hat das Gefühl, fallen gelassen zu werden. **Immer wieder wird klar: Man möchte lieber, dass ich aufgeben, kündige und die Geduld verliere – damit nicht gezahlt werden muss.**

Den Eid, den ich einst für mein Land und meine Kameraden geschworen habe, scheint es in dieser Form nicht zurückzugeben. Seit sechs Jahren kämpfe ich nun vor Gericht um Gerechtigkeit. Doch ich finde sie nicht – und werde sie wahrscheinlich auch nicht finden.

Mein aktueller Plan ist, mich finanziell unabhängig zu machen und mich zu lösen. Doch es fehlt mir an konkretem Wissen über Wegzug, Steuern und die richtigen Schritte.

Du möchtest Deine Geschichte mit uns und der Community teilen?



Dann schreibe eine E-Mail an info@staatenlos.ch

Als Dankeschön sponsern wir Dir eine US LLC für ein Jahr, damit Du einen optimalen Start in Dein neues, freies Leben erhältst.