

Timo Schüsseler spricht an der Elsa-Brändström-Realschule über Suchterkrankungen

# Süchtig nach dem guten Gefühl

MV 9.4.22

-ach- RHEINE. Mit 14 Jahren hat Timo Schüsseler sein erstes Bier getrunken, mit 16 die erste „Tüte“ geraucht. Als er mit 33 Jahren für zwölf Tage in ein künstliches Koma gelegt und entmündigt wird, hat er acht Entgiftungen und zwei Langzeittherapien hinter sich und war zeitweise dem Tode näher als dem Leben. Timo Schüsseler ist suchtkrank. Von seiner bewegenden Geschichte, die der heute 45-Jährige in einem Buch niedergeschrieben hat, berichtete der trockene Alkoholiker am vergangenen Freitag Achtklässlerinnen und Achtklässlern im Rahmen der Präventionswoche an der Elsa-Brändström-Realschule.



Timo Schüsseler ist trockener Alkoholiker und berichtete Achtklässlern der Elsa-Brändström-Realschule von seiner Suchterfahrung.

Foto: Hespig

1580 Menschen sind in den vergangenen zwölf Monaten am Konsum illegaler Drogen gestorben; 74.000 Menschen sterben jedes Jahr an den Folgen des Alkoholkonsums in Deutschland. Das sind etwa so viele Menschen, wie in das Berliner Olympiastadion passen. „Heute sterben statistisch gesehen 200 Menschen an den Folgen ihres Alkoholkonsums“, berichtete Schüsseler. Und dann wandte er sich direkt an die Schülerinnen und Schüler und fragt ganz direkt: „Warum wollt ihr alle saufen?“

## „Der Suchtkranke ist nicht süchtig nach dem Stoff, sondern nach dem Gefühl.“

Timo Schüsseler

„Um der Realität zu entfliehen“, ruft der erste Schüler in den Raum, aber Schüsseler ist noch nicht ganz zufrieden, kommt die Antwort doch ein wenig auswendig gelernt daher. „Um Spaß zu haben“, schlägt eine Schülerin vor. Und genau auf diese Antwort möchte Schüsseler hinaus. Er erläutert: „Der Suchtkranke ist nicht süchtig nach dem Stoff, sondern nach dem Gefühl.“ Ganz unterschiedliche Dinge könnten dabei ein positives Gefühl auslösen, das Glückshormone durch den Körper schießen lässt: vom Lippenpflegestift über das Smartphone oder die Playlist bis eben zu Alkohol und Drogen. Der Preis für das dauerhafte Streben nach einem Gefühlshoch ist hoch, weiß Schüsseler aus eigener

Erfahrung: „Es gibt keinen Rausch, ohne Vergiftung.“ Wer seine Lippen ständig eincremt, zerstört die Fähigkeit der körpereigenen Talgdrüsen rund um die Lippen, diese selbst zu fetten. Wer Alkohol oder Drogen konsumiert, nimmt absterbende Gehirnzellen und vielfältige andere Schäden in Kauf.

So ist Schüsseler heute nicht mehr fähig, seinen ge-

lernten Beruf als Altenpfleger, beziehungsweise operationstechnischer Assistent auszuüben, er ist voll erwerbsunfähig. Er leidet unter einer massiven Konzentrationschwäche, weil sein Gehirn durch den vielen Alkohol Schaden genommen hat. Er hat eine Polyneuropathie („alle Nerven in meinem Körper sind geschädigt“) und Knochenmarksinfarkte in beiden Sprunggelenken („jeder Schritt tut mir weh“). Und über all dem steht die Tatsache, dass seine Suchterkrankung chronisch, also nicht heilbar ist.

Was junge Menschen dazu treibt, über die Maßen Alkohol zu trinken und damit potenziell süchtig nach dem Rausch zu werden, sind nach Schüsseler vor allem emotionale Gründe. Weil man dann mutiger ist, weil man dann lustiger ist, weil man dann nicht mehr so sehr unter Liebeskummer leidet. „Alles was euch belastet, darüber müsst ihr sprechen“, sagt Schüsseler. Mit einer Vertrauensperson, mit dem Schulsozialarbeiter, mit einer Person in der Drogenberatungsstelle – oder auch mit Schüsseler. Er verspricht: Wer sich an ihn

wendet und Hilfe braucht, ist innerhalb weniger Stunden an die richtigen Stellen vermittelt. Einzige Bedingung: „Man muss die Hilfe von sich aus wollen.“

Nach 90 Minuten sind viele der Schülerinnen und Schüler erst mal sprachlos, hier und da fließen auch ein paar Tränen. Der Vortrag von Schüsseler ist intensiv, er nimmt kein Blatt vor den Mund, spricht sehr roh und unverhohlen, wird auch mal laut, wenn er merkt, dass einem Schüler oder einer Schülerin ein Kichern nicht aus Verlegenheit oder Überforderung, sondern aus Belustigung entfährt. Am Ende nehmen die Schülerinnen und Schüler aber auch viel Wissen und eine Menge Respekt vor Suchterkrankungen mit. „Das war wirklich bewegend, was er berichtet hat, hätte ich mir so nie vorstellen können“, sagte etwa eine Schülerin beim Hinausgehen.

■ Wer die Arbeit von Timo Schüsseler verfolgen möchte, kann dies über seinen Instagram Account | @praeventionator oder über den Account seiner „Unicorn-Rubber-Duck“ (Einhorn-Quitscheente) | @UnRuDu. Sie geht immer mit Timo auf Reise, ohne auf Instagram explizit über Prävention zu sprechen.

## Präventionswoche an der Elsa-Brändström-Realschule

Die Präventionswoche an der Elsa-Brändström-Realschule fand in diesem Jahr wieder vom 28. März bis zum 1. April statt. Zu den Referenten zählten unter anderem: **Steffen Höping**, Praktikantin **Ratibeh Saleh** und **Daniela Nathaus** von der Drogenberatung, die über Konsum von Suchtmitteln und die Konsequenzen von Abhängigkeit sprachen. Krankenschwester **Brigitte Dobrzinski** aus dem St. Antonius Krankenhaus Hörstel war mit Patient **Marlon** zu Besuch, der über seine Alkohol- und Spielsucht sprach. **Carolin Kirchoff** und die Praktikan-

tinnen **Emely Hermes** und **Mona Gedicke** vom Jugendamt Rheine sprachen über Glücksspiel und Essstörungen. Elsa-Lehrerin und Koordinatorin der Woche **Silvia Kaufhold** und ihre Fachkolleginnen und -kollegen hatten außerdem im Unterricht Frage- und Informationsspiele durchgeführt, über Risiken des Konsums von Alkohol informiert und Auszüge aus dem Jugendschutzgesetz mit den Schülerinnen und Schülern besprochen. In der Aula gestalteten die Schülerinnen und Schüler eine Ausstellung zum Thema und zum Abschluss der Woche gab

es einen großen Malwettbewerb. „Es war viel Arbeit, gerade in dieser Corona-geprägten Zeit, so eine Projektwoche zu planen. Aber es hat sich gelohnt und die Reaktionen der Schülerinnen und Schüler, Kolleginnen und Kollegen sowie Referentinnen und Referenten sprechen ebenfalls dafür. Ein großer Dank gilt allen Beteiligten. Ich bin froh, dass wir mit der Unterstützung der Kolleginnen und Kolleginnen und den interessierten Schülerinnen und Schülern der Klassen 8 a bis d dieses Projekt wieder durchführen konnten“, resümierte Silvia Kaufhold.