

## Das Netz zwischen Zuflucht und Ekstase: Onlinesucht



In einer Zeit, in der Medien und Netzwerke wie das Internet nicht nur alltagskulturelle Wirklichkeit geworden sind, sondern für viele einen fast mythischen Charakter besitzen, haben all jene es schwer, die den Zeigefinger heben und vor dem Absturz in virtuelle Welten warnen. Erst wenn man die erschütternden Hilferufe jener liest, die – ähnlich wie beim Alkohol – nicht mehr mit den Verlockungen der Netze umgehen können und ihnen verfallen, wird man hellhörig und begreift, dass hier ein ebensolches Suchtpotential vorliegt, wie bei stoffgebundenen Drogen (z. B. Tabletten, Alkohol oder Nikotin).

Gabriele Farke, geb. 1955 und von Beruf Industriekauffrau, ist die Autorin des soeben erschienenen Sachbuches „Onlinesucht“. Sie selbst war selbst jahrelang internetabhängig und hat ihre dramatische Geschichte bereits in zwei Büchern einem breiten Publikum zugänglich machen können. Sie musste damals die bittere Erfahrung machen, dass es in Deutschland keine Anlaufstelle für Onlinesüchtige gibt, zog ihre Konsequenzen und gründete mit weiteren Betroffenen einen Selbsthilfeverein (HSO e.V. Hilfe zur Selbsthilfe für Onlinesüchtige), der seine Arbeit allerdings wieder einstellen musste, da öffentliche Unterstützung ausblieb.

In dem neuen Buch bündelt sie ihre jahrelangen Erfahrungen mit Süchtigen und latent Gefährdeten, lässt sie zu Wort kommen und diese authentischen E-Mail-Protokolle belegen, wie groß der Leidensdruck im Netz sein kann, wie ohnmächtig der Einzelne sich fühlt und wie Ehen, Familien und gesamte soziale Strukturen zerbrechen können.

Dabei hat sie Mut und stellt die Online-Sexsucht in den Mittelpunkt ihrer Analyse, bisher ein absolutes Tabuthema. Hierzu schreiben Betroffene erstmals selbst ihren Geschichte von der Seele und beschreiben diese „unkomplizierte Beziehungsform“ mit virtuellen Pseudo-Bezugspersonen. Sie lässt aber auch Partnerinnen zu Wort kommen, die nicht begreifen können, was ihr Mann vor dem Schirm sucht und sich ebenso verletzt fühlen, als wäre ihr Partner fremd gegangen.

Daneben geht es aber auch um Ersteigerungssucht in Internet-Auktionshäusern oder um Onlinesucht als Problem am Arbeitsplatz.

Der Autorin gelingt es, niemals das Netz schlecht zu machen, nie anzuklagen, sondern sehr pragmatisch nach Gründen zu fragen, wie es zu dem Verlust von Wirklichkeit kommt und ist immer wieder bemüht, konstruktive Wege zurück in die Realität aufzuzeigen. Dabei bedient sie sich einer Reihe von Fragebögen, die von z.T. amerikanischen Wissenschaftlern entwickelt worden sind und an deren Ergebnis man ablesen kann, wann eine latente oder massive Gefährdung oder sogar ein Stück Abhängigkeit oder Sucht vorliegen. Auch wenn solche Methoden sicher individuell unterschiedlich sind, sind sie für machen erste konkrete Möglichkeit einer Überprüfung eines Themas, über das sie bislang mit niemandem sprechen konnten.

Am Ende des von der Sprache sehr verständlich gehaltenen Buches kommen in Interviews noch Psychologen zu Wort, die ebenfalls konkrete Tipps zum Umgehen mit den Phänomenen von Abhängigkeit und Sucht vor dem Schirm geben.

Schließlich werden in einem Anhang die wichtigsten wissenschaftlichen Untersuchungen zitiert und Adressen aufgelistet, über die Betroffene oder Angehörige weiter kommen können. In ihrem letzten Satz fasst die Autorin noch einmal ihre Grundhaltung zusammen, die ein klares Bekenntnis zur Medienkompetenz in modernem Sinne darstellt: „Ich wünsche Ihnen und Ihren Angehörigen, dass Sie lernen, das Internet 'bewusst' anzuwenden und so vernünftig in Ihr Leben integrieren können, denn ein Verzicht auf dieses Medium ist für uns alle ja längst undenkbar geworden“.

Michael Troesser ■

Gabriele Farke OnlineSucht,  
Wenn Mailen und Chatten zum Zwang werden  
Kreuz Verlag, ISBN 3-7831-2291-0, 2003,  
185 Seiten, Broschur, 14,90 Euro