

Strategien zur Erhöhung der digitalen Sicherheit bei Trennung oder Scheidung

- Wenn Ihr Partner und Sie gemeinsame Geräte bzw. ein gemeinsames Konto auf diesen benutzen, bedenken Sie, dass der **Suchverlauf** vom Partner eingesehen werden kann, sodass er die Online-Suche nach einer Anwältin/Beratungsstelle nachvollziehen könnte. Als Gegenmaßnahme können Sie die Suchhistorie löschen oder das Erstellen eines Suchverlaufs deaktivieren.
- Prüfen Sie bereits vor der Trennung, ob der Standort Ihrer Geräte (v. a. Smartphone) von Ihrem Partner geortet werden kann. Mithilfe der **Standortbestimmung** Ihres Handys ist es möglich, dass Ihr Partner herausfinden kann, wo Sie sich aufhalten. Hierdurch kann er z. B. von einem Besuch bei einer Anwältin oder einer Frauenberatungsstelle erfahren. Schalten Sie die Standortbestimmung Ihres Smartphones aus und prüfen Sie, welche Apps Zugriff auf den Standort haben. Das gleiche gilt auch für Geräte von gemeinsamen Kindern.
- Prüfen Sie, ob es unbekannte Apps und/oder **Spionage-Apps** auf Ihrem Handy gibt.
- Hat Ihr Partner auf Ihre **Accounts** (E-Mail, Online-Banking, Messenger, Soziale Medien, Online-Shopping, etc.) Zugriff oder gibt es geteilte Accounts? Erstellen sie neue sichere **Passwörter** für die Konten.
- Auch bei anderen **Konten** (z. B. Internet- oder Mobilfunkanbieter), die gemeinsam genutzt werden, sollten die Passwörter geändert werden. Oder Sie erstellen eigene Konten oder Verträge.
- Auf welche **Daten** hat Ihr Partner Zugriff? Z. B. gemeinsam genutzte Computer, Festplatten, Onlinespeicher, Programme, Fotos und andere Daten (Steuern, Verträge, Kontoauszüge etc.). Diese Daten sollten auf einem neuen externen Speicher oder einem sicheren und passwortgeschützten Onlinespeicher gesichert werden. Manchmal empfiehlt es sich auch, anschließend eigene Daten von einem gemeinsam genutzten Medium zu löschen.

Haben Sie Im Hinterkopf, dass veränderte Einstellungen und Passwörter auffallen (können). Hier kann es unter Umständen hilfreicher sein, Einstellungen beizubehalten und andere Geräte zu benutzen (z. B. auf der Arbeit, in der Bibliothek, Geräte von Freund*innen, neue Geräte).

Weitere Informationen zu verschiedenen Formen digitaler Gewalt und Hilfestellungen finden Sie auf der Internetseite des Bundesverbands der Frauenberatungsstellen und Frauennotrufe:

<https://www.aktiv-gegen-digitale-gewalt.de/de/>