

PC oder Laptop usw. sichern mit Windows 10, ab Version 1809

- Die wichtigen Vorsichtsmaßnahmen beim Öffnen von E-Mail-Anhängen oder Links kennen Sie bereits.
- Hier geht es um die Absicherung Ihres Rechners gegen Totalschaden bei Ordnern, Dateien, Programmen oder gar des Betriebssystems.

Als Minimal-Vorsichtsmaßnahme:

Im Explorer unter „Eigene Dateien“ befinden sich wichtige Ordner, Bilder, Texte. Diese sollten Sie **wenigstens** immer wieder **manuell** auf einem externen Datenträger sichern.

Die wichtigsten Hilfsmittel:

- Beschreibbare, leere CD/DVD als Systemreparaturdatenträger.
(bootfähig)
- USB-Stick für die eigenen Dateien, min. 8 GB.
- USB-Stick für das Wiederherstellungslaufwerk, min. 16 GB (Stand 06.01.2021 8GB ausreichend). (bootfähig)
- **Dringend empfohlen:**
- Externe Festplatte für Backup und Systemabbild, mit min. 500 GB, besser 1 TB, der Preis ist nur unwesentlich höher.

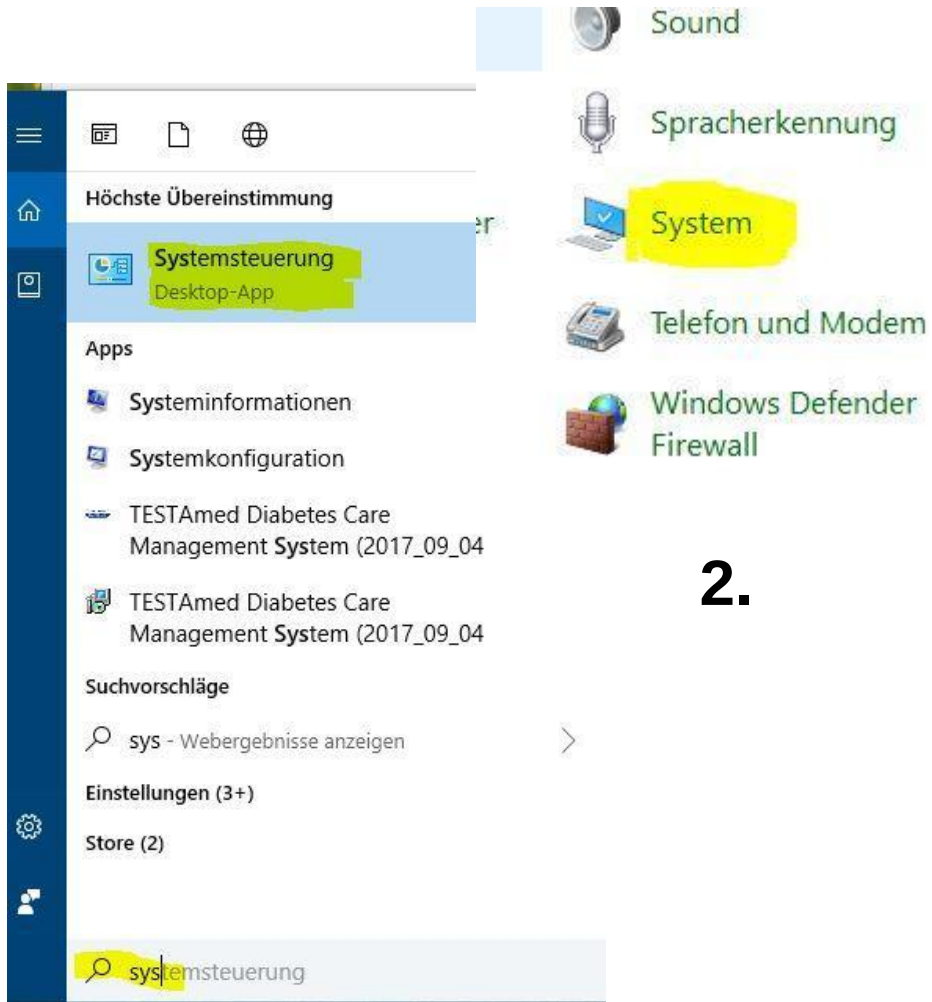
PC oder Laptop usw. sichern mit Windows 10

- **Bevor** der Rechner nicht mehr so funktioniert wie gewünscht, **muss** man Vorkehrungen treffen:
- Computerschutz aktivieren, Wiederherstellungspunkt setzen.
- Systemreparaturdatenträger (CD/DVD) erstellen.
- Wiederherstellungslaufwerk auf 16(8) GB-USB-Stick erstellen. („Recovery-Stick“).
- Ein Systemabbild auf **externer** Festplatte speichern.
- Die Standard-Datenordner mit dem Backup ebenfalls auf einer **externen** Festplatte sichern.

Computerschutz aktivieren

Oft ist der Computerschutz aktiviert, aber Kontrolle ist besser.

- **Denn nur dann werden automatisch bei jedem Windows-Update Wiederherstellungspunkte erstellt!**
- **(Die Vorgehensweise brauchen wir noch mehrfach)**
- (1.) Mit der linken Maustaste auf das „Lupensymbol“ klicken, „Systemsteuerung“ eingeben und mit der rechten Maustaste anklicken. „An die Taskleiste anheften“ wählen. Diesen Einstieg von der Taskleiste aus brauchen Sie öfter.
- (2.) Bei „Alle Systemsteuerungselemente“ „System“ auswählen, oder bei „Systemsteuerung“ „System und Sicherheit“ und dort „System“ wählen.
- (3.) „Systemschutz“ anklicken und die Warnmeldung bestätigen.
- (4.) hier dann auf „Konfigurieren“ klicken, kontrollieren ob der Computerschutz aktiviert ist und mit „OK“ bestätigen.

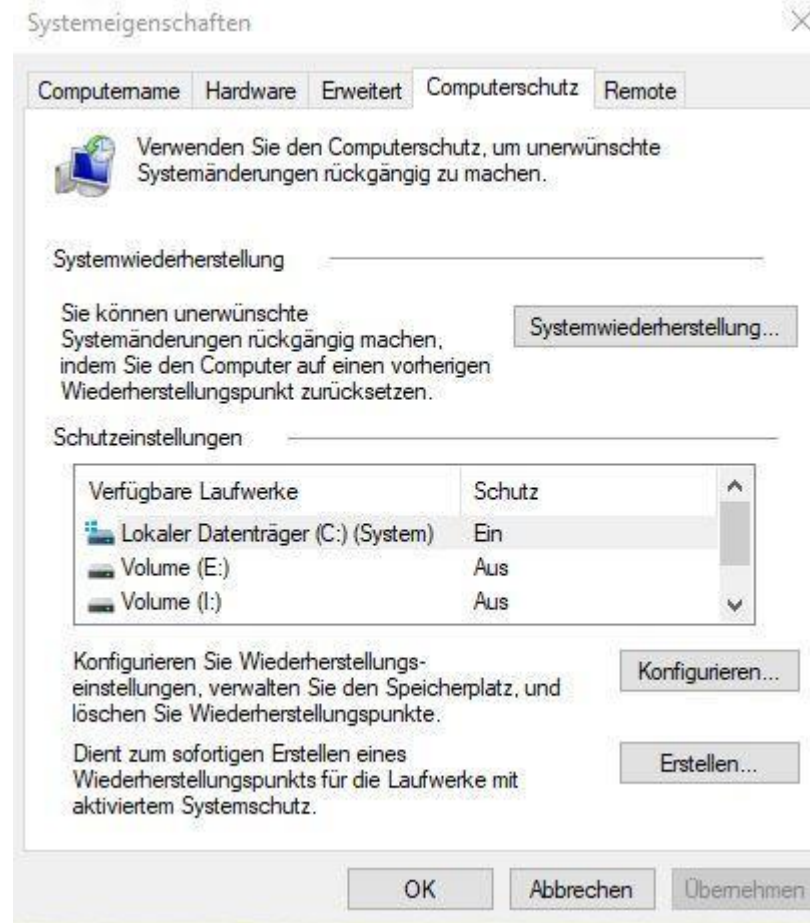


1.

3. Info anwählen

4. Systemschutz anwählen

2.



Einen Wiederherstellungspunkt manuell erstellen

- **Vor** jeder Installation von neuer Soft- und Hardware sollte ein Wiederherstellungspunkt erstellt werden.
- Windows-Updates erstellen diesen automatisch.
- Gehen Sie genau so vor wie zwei Folien vorher beim „Computerschutz aktivieren“.
- Klicken Sie auf „Erstellen“ und folgen Sie den Anweisungen.

Den Computer auf einen Wiederherstellungspunkt zurücksetzen

- Wenn sich Ihr Computer nach einer Soft- oder Hardwareinstallation nicht mehr so verhält wie gewünscht.
- Gehen Sie genau so vor wie beim „Computerschutz aktivieren“.
- Klicken Sie auf „Systemwiederherstellung“.
- Wählen Sie den gewünschten Wiederherstellungspunkt und folgen Sie den Anweisungen.

„Alten“ Wiederherstellungspunkt auswählen

Wann lief der Computer noch nach Wunsch?

The image shows two overlapping Windows windows. The background window is 'Systemeigenschaften' (System Properties) with the 'Systemwiederherstellung' (System Restore) tab selected. The foreground window is 'Systemwiederherstellung' (System Restore) showing a list of restore points.

Systemeigenschaften - Systemwiederherstellung

Verwenden Sie den Computerschutz, um unerwünschte Systemänderungen rückgängig zu machen.

Sie können unerwünschte Systemänderungen rückgängig machen, indem Sie den Computer auf einen vorherigen Wiederherstellungspunkt zurücksetzen.

Schutzzeinstellungen

Verfügbare Laufwerke	Schutz
Lokaler Datenträger (C:) (System)	Ein
Volume (E:)	Aus
Volume (I:)	Aus

Konfigurieren Sie Wiederherstellungseinstellungen, verwalten Sie den Speicherplatz, und löschen Sie Wiederherstellungspunkte. **Konfigurieren...**

Dient zum sofortigen Erstellen eines Wiederherstellungspunkts für die Laufwerke mit aktiviertem Systemschutz. **Erstellen...**

Systemwiederherstellung

Wiederherstellung des Computerzustands zum angegebenen Zeitpunkt

Aktuelle Zeitzone: Mitteleuropäische Sommerzeit

Datum und Uhrzeit	Beschreibung	Typ
17.10.2017 19:15:57	Windows Update	Wichtiges Update
11.10.2017 09:26:29	Windows Update	Wichtiges Update
07.10.2017 17:33:14	zwischendurch	Manuell
04.10.2017 20:18:54	Installed LibreOffice 5.3.6.1	Installation
29.08.2017 12:21:54	Wiederherstellungspunkt für Systemabbild	Sicherung
09.05.2017 18:37:38	Wiederherstellungspunkt für Systemabbild	Sicherung

Weitere Wiederherstellungspunkte anzeigen **Nach betroffenen Programmen suchen**

< Zurück Weiter > **Abbrechen**

Alle „alten“
Wiederherstellungs-
punkte anzeigen

Einen Systemreparaturdatenträger erstellen

- Es genügt eine beschreibbare CD/evtl.DVD.
- Klicken Sie mit der rechten Maustaste auf das Windowssymbol und wählen Sie „Einstellungen“.
- „Update und Sicherheit“ wählen und auf „Sicherung“ klicken.
- Dort „zu Sichern und Wiederherstellen (Windows 7) wechseln“ auswählen und „Systemreparaturdatenträger erstellen“ klicken.
- Die Sicherheitsabfrage bestätigen und den Anweisungen folgen.
- **Bewahren Sie die CD/DVD sicher auf, sie kann bei einer Systemwiederherstellung die Rettung sein.**

So verwenden Sie den Systemreparaturdatenträger

1. Legen Sie den Systemreparaturdatenträger in das CD- oder DVD-Laufwerk ein.
2. Starten Sie den Computer neu, indem Sie den Netzschalter des Computers drücken.
3. Drücken Sie bei Aufforderung eine beliebige Taste, um den Computer vom Systemreparaturdatenträger aus zu starten.
 - Wenn Ihr Computer nicht zum Starten von einer CD oder DVD konfiguriert wurde, überprüfen Sie die Begleitdokumentation zu dem Computer. Sie müssen möglicherweise die BIOS-Einstellungen des Computers ändern.
4. Wählen Sie Ihre Spracheinstellungen aus, und klicken Sie dann auf **Weiter**.
5. Wählen Sie eine Wiederherstellungsoption aus, und klicken Sie dann auf **Weiter**.

Tipp:

Drucken Sie diese Anweisungen aus, und bewahren Sie sie zusammen mit dem Systemreparaturdatenträger an einem sicheren Ort auf.

Wiederherstellungslaufwerk erstellen:

- Nur dieses Wiederherstellungslaufwerk und der Systemreparaturdatenträger (CD/DVD) sind bootfähig.
- Bei Windows 10 ist die Verwendung von DVD's nicht mehr möglich.
- Halten Sie einen USB-Stick mit 16 GB bereit (Stand 06.01.2021 ist auch 8GB ausreichend).
- **Alle Daten auf dem Stick werden gelöscht!**

Die Vorgehensweise sieht auf den ersten Blick kompliziert aus:

- Klicken Sie mit der linken Maustaste auf das Suchen-Symbol (Lupe rechts bei dem Windowssymbol).
- Geben Sie „Wiederherstellungslaufwerk erstellen“ ein und wählen Sie den Vorschlag.
- Bestätigen Sie die Sicherheitsabfrage
- (Die Erläuterung ist interessant.)
- Nun auf "Weiter" klicken und einen leeren 16(8)GB USB-Stick anstecken.
- Folgen Sie dann den Anweisungen des Assistenten.
- **Beschriften Sie den Stick und bewahren Sie ihn sicher auf.**

Als nächstes können die „Eigenen Dateien“ oder auch das gesamte System gesichert werden.

Ein Systemabbild und „Backup“ (der „Eigenen Dateien“) der Standard- Datenordner müssen getrennt erstellt werden.

Für die Sicherung wird eine externe Festplatte benötigt.

Die Vorgehensweise kennen Sie schon:

- **Auf der Taskleiste „Alle Systemsteuerungselemente“ (Erstellung ist auf Folie 5 beschrieben) anklicken und dort „Sichern und Wiederherstellen (Windows 7)“ auswählen.**

Bei Windows 10 kommt man auf verschiedenen Wegen zum gleichen Ziel:

- Mit der rechten Maustaste auf das Windowssymbol klicken.
- „Einstellungen“ auswählen.
- „Update und Sicherheit“ auswählen.
- Dort auf „Sicherung“ klicken.
- Zu „Sichern und Wiederherstellen(Windows 7) wechseln“ auswählen.

← Einstellungen

UPDATE UND SICHERHEIT Einstellung suchen

Windows Update

Windows Defender

Sicherung

Wiederherstellung

Aktivierung

Für Entwickler

Mit Dateiversionsverlauf sichern

Sichern Sie Ihre Dateien auf einem anderen Laufwerk, damit Sie verloren gegangene, beschädigte oder gelöschte Originaldateien wiederherstellen können.

Meine Dateien automatisch sichern Ein

[Weitere Optionen](#)

Suchen Sie eine ältere Sicherung?

Wenn Sie mit dem Sicherungs- und Wiederherstellungstool von Windows 7 eine Sicherung erstellt haben, können Sie sie in Windows 10 verwenden.

[Zu Sichern und Wiederherstellen \(Windows 7\) wechseln](#)

Nur zu empfehlen, wenn ein externes Laufwerk ständig angeschlossen ist

Windows 10 benutzt das „alte“ Sicherungsprogramm von Windows 7

Ein Zeitplan ist nur für automatisches Sichern sinnvoll.
Bei den Einstellungen festlegen ob nur Daten gesichert
oder ein Systemabbild erstellt werden soll.

The screenshot shows the Windows 7 Backup and Restore control panel window. The title bar reads "Sichern und Wiederherstellen (Windows 7)". The breadcrumb navigation shows "Systemsteuerung > Alle Systemsteuerungselemente > Sichern und Wiederherstellen (Windows 7)". On the left, there are two main options: "Systemabbild erstellen" and "Systemreparaturdatenträger erstellen". The main content area is titled "Eigene Dateien sichern oder wiederherstellen" and contains a section "Dateien sichern" with the message "Die letzte Sicherung wurde abgebrochen." Below this, the "Sicherung" section shows the storage location as "Volume (E:)" with a progress bar and the text "188,89 GB frei von 976,56 GB". The size of the backup is listed as "Nicht verfügbar" and there is a link to "Speicherplatz verwalten". A "Jetzt sichern" button is visible. The backup schedule information is as follows:

Nächste Sicherung:	Nicht geplant
Letzte Sicherung:	04.08.2016 12:41
Inhalt:	Dateien in Bibliotheken und persönliche Ordner für alle Benutzer und Systemabbild
Zeitplan:	Keine. Wählen Sie "Jetzt sichern" aus, um die Sicherung manuell auszuführen.

At the bottom, there are two links: "Zeitplan aktivieren" and "Einstellungen ändern". A blue arrow points to the "Einstellungen ändern" link, which is highlighted in yellow.


„Auswahl durch Benutzer“
wählen.

Rainer Moseleswki hat ein Fehlverhalten bei dem gleichzeitigen Sichern der Bibliotheken und des Systemabbilds entdeckt und schon eine Lösung gefunden:

Ein Backup der Bibliotheken über "Sichern und Wiederherstellen (Windows 7)" funktioniert, wenn auf die nachfolgende Erstellung eines Systemabbildes verzichtet wird.

Wenn die Option "Auswahl durch Windows (empfohlen)" gewählt wird, gibt es eine Fehlermeldung beim Abschluss der Sicherung.

Das Systemabbild muß separat erstellt werden. Sehen Sie die folgenden Folien.

←  Sicherung einrichten

Welche Daten möchten Sie sichern?

Auswahl durch Windows (empfohlen)

In Bibliotheken, auf dem Desktop und in Windows-Standardordnern gespeicherte Datendateien werden gesichert. Zudem wird ein Systemimage erstellt, mit dessen Hilfe der Computer im Fall eines Defekts wiederhergestellt werden kann. Diese Elemente werden regelmäßig gesichert.

Auswahl durch Benutzer

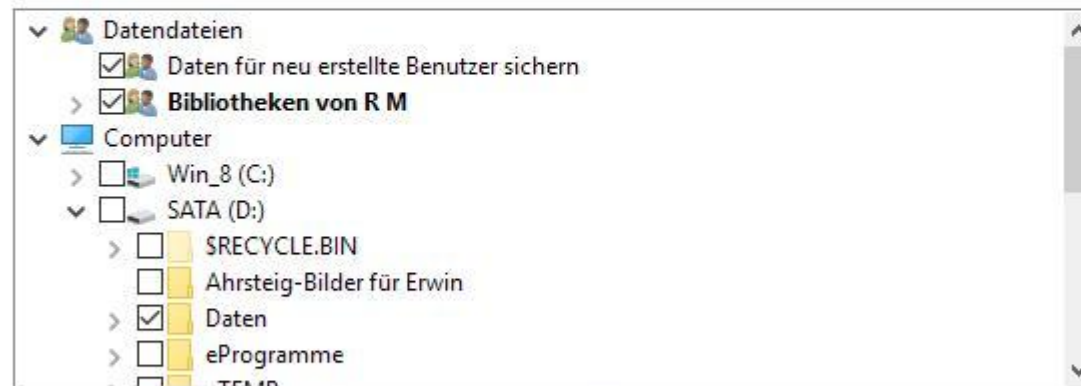
Sie können Bibliotheken und Ordner auswählen und festlegen, ob in die Sicherung ein Systemabbild eingeschlossen werden soll. Die ausgewählten Elemente werden regelmäßig gesichert.

Für ein „Backup“ Ihrer Bibliotheken:

←  Sicherung einrichten

Welche Daten möchten Sie sichern?

Aktivieren Sie das Kontrollkästchen der Elemente, die in die Sicherung eingeschlossen werden sollen.

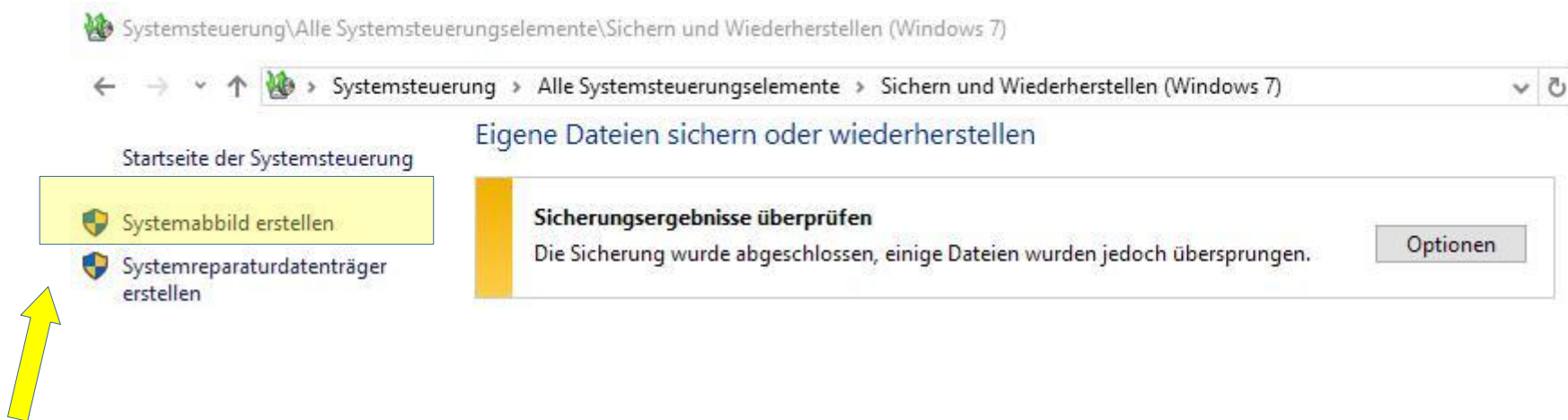


Systemabbild von Laufwerken einschließen: "SATA (D:), System-reserviert, Win_8 (C:), Windows-Wiederherstellungsumgebung"

Ein Systemabbild ist eine Kopie der für die Ausführung von Windows erforderlichen Laufwerke. Es kann verwendet werden, um den Computer im Fall eines Defekts wiederherzustellen.

 Hier NICHT anklicken!

Um ein Systemabbild zu erstellen wählen Sie:



Das Ziellaufwerk auswählen. (externe USB Festplatte)

Sicherung einrichten

Wählen Sie das Verzeichnis aus, in dem Sie die Sicherung speichern möchten.

Es empfiehlt sich, die Sicherung auf einer externen Festplatte zu speichern.

Sicherung speichern auf:

Sicherungsziel	Freier Spei...	Gesamtgrö...
DVD-RW-Laufwerk (D:)		
Volume (E:)	188,89 GB	976,56 GB
USB-Laufwerk (F:)	3,41 GB	3,73 GB
Volume (I:)	527,35 GB	976,56 GB
Volume (K:)	815,09 GB	841,27 GB

Aktualisieren

In Netzwerk speichern...

⚠ Dieses Laufwerk verfügt nicht über genügend Speicherplatz zum Speichern eines Systemabbilds. [Weitere Informationen](#)



Für die Sicherung wird eine externe Festplatte benötigt.

Der Vorgang kann je nach Datenmenge einige Stunden dauern.

The screenshot shows the Windows 7 Backup and Restore control panel window. The title bar reads "Sichern und Wiederherstellen (Windows 7)". The breadcrumb navigation shows the path: "Systemsteuerung > Alle Systemsteuerungselemente > Sichern und Wiederherstellen (Windows 7)".

On the left side, under "Startseite der Systemsteuerung", there are two links: "Systemabbild erstellen" and "Systemreparaturdatenträger erstellen".

The main content area is titled "Eigene Dateien sichern oder wiederherstellen". Under the "Sicherung" section, the following information is displayed:

- Speicherort:** Volume (E:). A progress bar shows the usage of the drive.
- Free Space:** 188,89 GB frei von 976,56 GB.
- Backup Size:** Größe der Sicherung: 785,97 GB.
- Link:** [Speicherplatz verwalten](#)

On the right side of the backup information, there is a button labeled "Jetzt sichern" which is highlighted with a yellow brush.

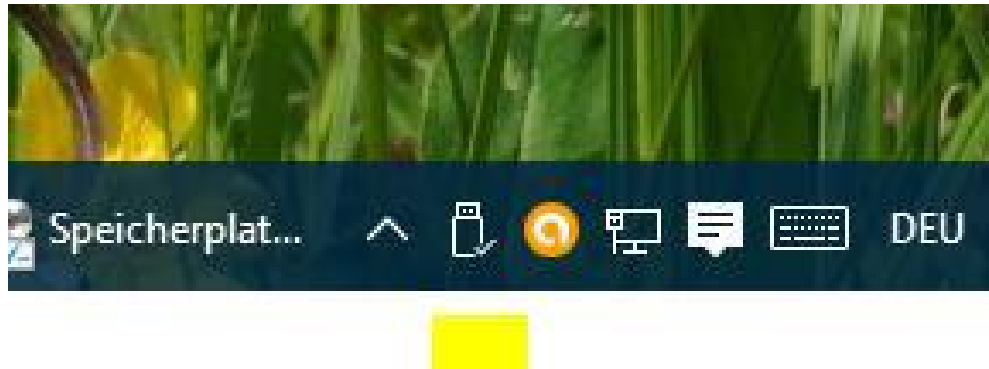
Below this, the backup schedule is shown:

- Nächste Sicherung:** Nicht geplant
- Letzte Sicherung:** 04.08.2016 12:41
- Inhalt:** Dateien in Bibliotheken und persönliche Ordner für alle Benutzer und Systemabbild
- Zeitplan:** Keine. Wählen Sie "Jetzt sichern" aus, um die Sicherung manuell auszuführen.

At the bottom, there are two links: [Zeitplan aktivieren](#) and [Einstellungen ändern](#).

Die Festplatte sicher entfernen

„Hardware sicher entfernen“ anwählen



und dort die Festplatte anklicken und bis zur Freigabe warten, dann erst den USB-Stecker ziehen.

Einen Aufkleber mit Datum und Sicherungsart – Systemabbild oder/und Backup - anbringen.

Wenn Sie die Vorschläge ausgeführt haben, sind Sie auf der sicheren Seite.

- Es ist empfehlenswert einen erfahrenen Benutzer für die Rückspeicherung von Dateien oder gar von einem Systemabbild hinzuzuziehen.
- **Größte Vorsicht ist geboten.**

PC oder Laptop usw. sichern mit Windows 10, ab Version 1809

- **Für „Normalanwender“ endet hier die Information.**
- Die folgenden Folien sind für erfahrene Anwender gedacht und zeigen die teilweise komplizierten Schritte.

Vorsicht beim Zurücksetzen des Rechners

- **Der Wiederherstellungspunkt** setzt alle Programme auf den Zeitpunkt der Erstellung zurück, aber die eigenen Daten, Fotos usw. bleiben erhalten. Das ist also ungefährlich.
- **Aber das zurückgespeicherte Systemabbild löscht komplett alle Dateien und Ordner.**
- Es wird nur der Zustand der Dateien, Ordner und Programme zum Sicherungszeitpunkt wiederhergestellt.
- **Alle zwischenzeitlichen Aktivitäten sind verloren!**
- Es sei denn, man hat noch ein Backup oder die sporadisch gesicherten Dateien.

Der Rücksicherung ist meist nicht so einfach, weil die Bootreihenfolge geändert werden muss.

Hier kommt evtl. wieder der erfahrene PC-Nutzer Ihres Vertrauens zum Einsatz.

- Der „Recovery-Stick“ und der „Systemreparaturdatenträger“ sind bootfähig.
- Im Startprogramm muss schnell die entsprechende Taste, oft F2 oder F8 gedrückt werden.
- (Leider lassen sich ältere Rechner nicht immer von der USB-Schnittstelle booten)
- Jetzt muss die Startreihenfolge geändert werden.
- Der Eintrag "Boot Sequence" oder "Boot Order" wird auf USB-Disk „hochgeschoben“ und gespeichert.
- Den Stick einstecken und starten.
- Nächste Folie: Verwenden des Systemreparaturdatenträgers

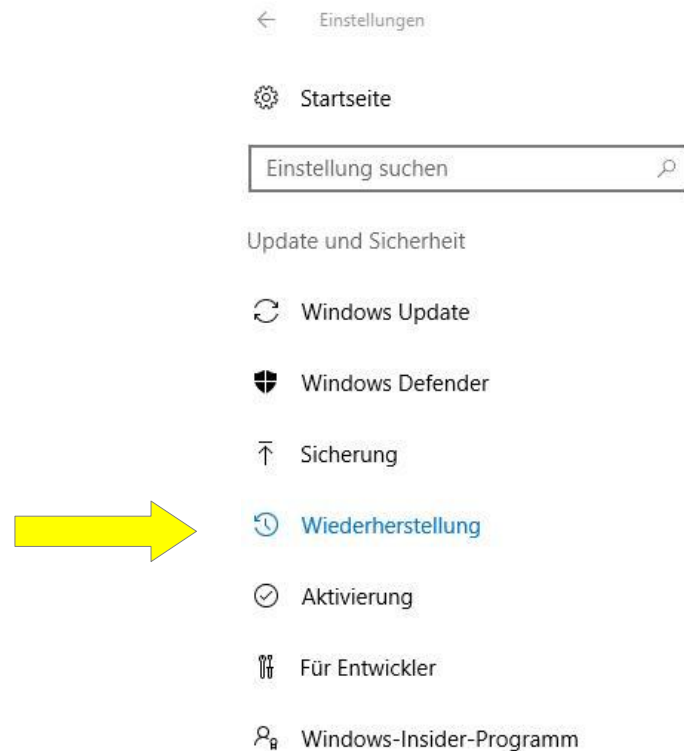
So verwenden Sie den Systemreparaturdatenträger

1. Legen Sie den Systemreparaturdatenträger in das CD- oder DVD-Laufwerk ein.
2. Starten Sie den Computer neu, indem Sie den Netzschalter des Computers drücken.
3. Drücken Sie bei Aufforderung eine beliebige Taste, um den Computer vom Systemreparaturdatenträger aus zu starten.
 - Wenn Ihr Computer nicht zum Starten von einer CD oder DVD konfiguriert wurde, überprüfen Sie die Begleitdokumentation zu dem Computer. Sie müssen möglicherweise die BIOS-Einstellungen des Computers ändern.
4. Wählen Sie Ihre Spracheinstellungen aus, und klicken Sie dann auf **Weiter**.
5. Wählen Sie eine Wiederherstellungsoption aus, und klicken Sie dann auf **Weiter**.

Tipp:

Drucken Sie diese Anweisungen aus, und bewahren Sie sie zusammen mit dem Systemreparaturdatenträger an einem sicheren Ort auf.

Mit „Erweiterter Start“ neu starten



← Einstellungen

Startseite

Einstellung suchen

Update und Sicherheit

Windows Update

Windows Defender

Sicherung

Wiederherstellung

Aktivierung

Für Entwickler

Windows-Insider-Programm

Diesen PC zurücksetzen

Sie können dieses Feature nicht verwenden, da die Benutzerkontensteuerung so konfiguriert ist, dass Sie über jede Systemänderung informiert werden.

Los geht's

Zu früherem Build zurückkehren

Sie können dieses Feature nicht verwenden, da die Benutzerkontensteuerung so konfiguriert ist, dass Sie über jede Systemänderung informiert werden.

Los geht's

Erweiterter Start

Starten Sie von einem Gerät oder Datenträger (beispielsweise von einem USB-Laufwerk oder einer DVD), ändern Sie die Firmwareeinstellungen Ihres PCs, ändern Sie die Windows-Starteinstellungen, oder stellen Sie Windows mithilfe eines Systemimage wieder her. Dadurch wird Ihr PC neu gestartet.

Jetzt neu starten

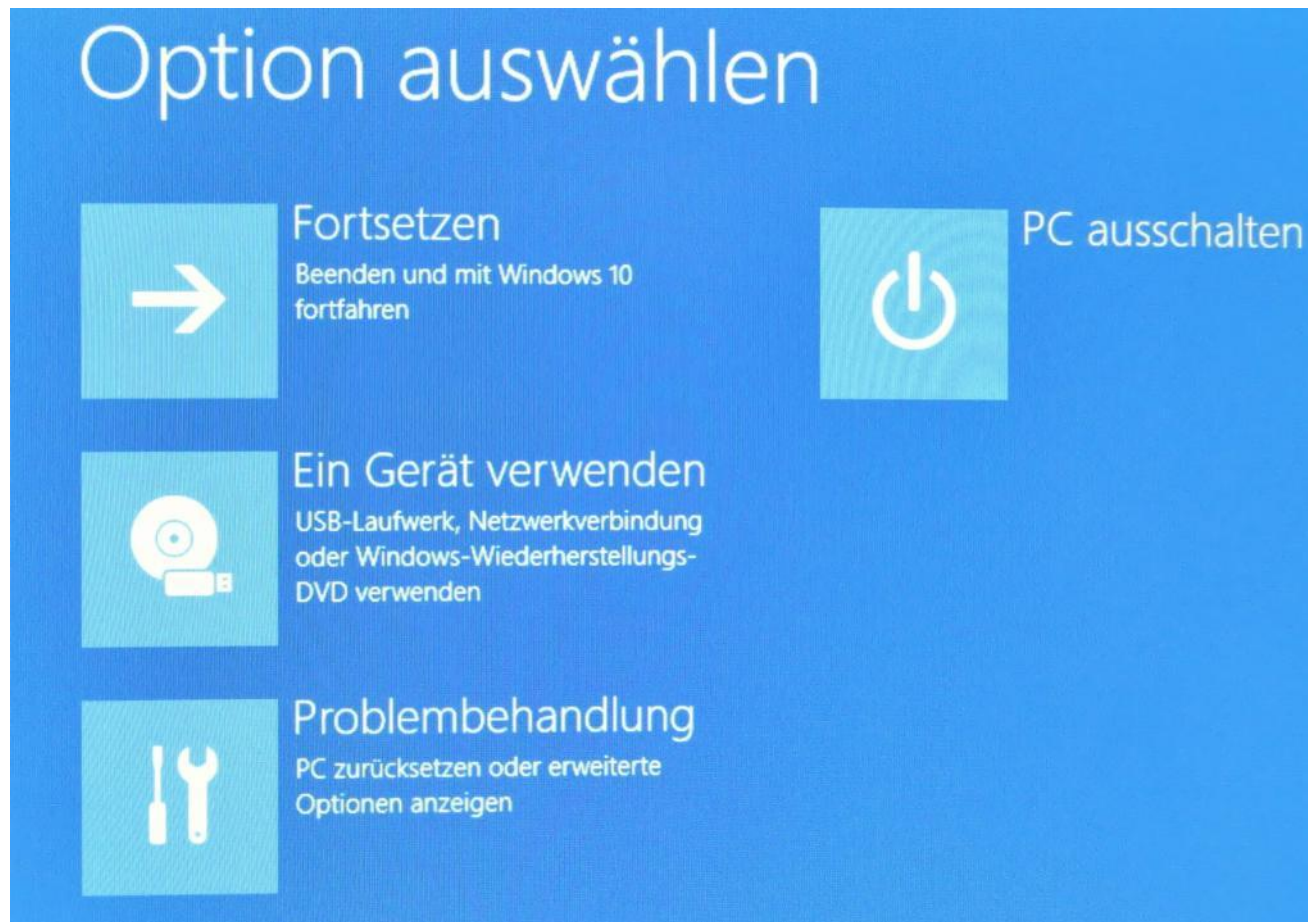
Weitere Wiederherstellungsoptionen

[Erfahren Sie, wie Sie mit einer Neuinstallation von Windows durchstarten.](#)

Zum Wechsel zur „Erweiterten Option“ ist eine „geheime“ Tastenkombination notwendig:

- Mit der Windows-Taste „Ein-Aus“ anklicken
- Die Shift-Taste (Großbuchstabe) festhalten und auf „Neu Starten“ klicken
- Einfach die entsprechende Auswahl treffen
- Sie sind unsicher?
- Lieber mit Windows fortfahren und den erfahrenen Anwender ansprechen

Mit „PC ausschalten“ oder „Fortsetzen“ kann nichts passieren



Nur der „abgesicherte Modus“ ist problemlos

⬅ Starteinstellungen

Neustarten, um Windows-Optionen zu ändern, z. B.:

- Videomodus mit niedriger Auflösung aktivieren
- Debugmodus aktivieren
- Startprotokollierung aktivieren
- Abgesicherten Modus aktivieren
- Erzwingen der Treibersignatur deaktivieren
- Schutz des Antischadsoftware-Frühstarts deaktivieren
- Automatischen Neustart bei Systemfehler deaktivieren

Neu starten

Nur die Wiederherstellung mit dem Wiederherstellungspunkt und der Starthilfe verändert Ihre Dateien nicht.

Nochmal die Warnung vor dem totalen Verlust Ihrer Daten!

The screenshot shows the 'Erweiterte Optionen' (Advanced Options) menu in the Windows Recovery Environment. It features six main options arranged in a grid:

- System wiederherstellen**: Windows anhand eines auf dem PC aufgezeichneten Wiederherstellungspunkts wiederherstellen. A red exclamation mark is positioned to its right.
- Systemimage-Wiederherstellung**: Windows mit einer bestimmten Systemimagedatei wiederherstellen. A red exclamation mark is positioned to its left.
- Starthilfe**: Probleme beheben, die das Laden von Windows verhindern. A mouse cursor is hovering over this option.
- Eingabeaufforderung**: Eingabeaufforderung für die erweiterte Problembehandlung verwenden. A red exclamation mark is positioned to its left.
- Zum vorherigen Build zurückkehren**: A red exclamation mark is positioned to its left.

A white callout box on the right side of the screen contains the text: 'Auf „ältere“ Windows 10-Version zurückgehen'.