

# Inhaltsverzeichnis

1. Vorwort	10
2. Einleitung - Warum wir unsere Privatsphäre schützen müssen	12
3. Ich habe doch nichts zu verbergen	22
3.1 Privatsphäre, Post-Privacy und Transparenz	31
3.1.1 Praxis: Passwörter	33
4. Was passiert, wenn ich meine Privatsphäre schwäche?	38
4.1 Identitätsdiebstahl	39
4.1.1 Praxis: Keine biometrischen Daten	40
4.2 Erstellung von Profilen	41
4.2.1 Praxis: Wehr dich gegen Tracking	43
4.3 Dein Ruf kann Schaden nehmen	45
4.3.1 Praxis: Medienkompetenz aufbauen	47
4.4 Ausschluss aus dem öffentlichen Leben	48
4.4.1 Praxis: Bleib dir treu	50
4.5 Die Filterblase – Eingeschränkte Informationsfreiheit	51
4.5.1 Praxis: Nutze eine filterfreie Suchmaschine	54
4.5.2 Praxis: Verschleiere deine Suchaktivitäten	55
4.6 Wir werden überwacht	55
4.6.1 Praxis: Tor einsetzen	57
4.7 Appleisierung - Gefangen bei einem Anbieter	59
4.7.1 Praxis: Nutze mehrere Systeme	62

4.8 Wir verlieren die Möglichkeit zur freien Entscheidung	63
4.8.1 Praxis: Werde unberechenbar!	65
4.9 Wir bekommen einen schlechteren Score	66
4.9.1 Praxis: Selbstauskunft anfordern	67
4.10 Wir bekommen keinen Job	68
4.10.1 Praxis: Nicht alles veröffentlichen	69
4.11 Wir werden leichtes Opfer von Cyberkriminellen	70
4.11.1 Praxis: Datensparsamkeit & hinweisfreie Passwörter	72
5. Was habe ich davon, wenn ich meine Privatsphäre stärke?	73
5.1 Wir gewinnen mehr Freiheit	74
5.1.1 Praxis: Organisiere dich!	76
5.2 Unsere Kreativität kann sich frei entfalten	76
5.2.1 Praxis: Such dir ein kreatives Hobby	78
5.3 Mehr Ruhe	78
5.3.1 Praxis: Einfach mal abschalten	79
5.4 Mehr Gelassenheit	80
5.4.1 Praxis: Übe dich in Müßiggang	81
5.5 Mehr Individualität	81
5.5.1 Praxis: Stärke deine Individualität	83
5.6 Entwicklung	83
5.6.1 Praxis: Bilde dich weiter	84
5.7 Freier Wille	86
5.7.1 Praxis: Stärke deinen freien Willen	87
5.8 Schutz vor Manipulierbarkeit	88

5.8.1 Praxis: Setze Werkzeuge zum Schutz gegen Tracking ein	89
6. Permakultur der Privatsphäre - digitale Gärtnerei	90
6.1 Nutze und reagiere kreativ auf Wandel	93
6.1.1 Praxis: Nutze sichere Kommunikationswege	95
6.2 Nutze Grenzen, und lerne Grenzbereiche zu schätzen	98
6.2.1 Praxis: Geh deinen eigenen Weg & beweg dich an der Grenze	99
6.3 Lerne Vielseitigkeit schätzen und nutze sie	101
6.3.1 Praxis: Setze auf heterogene Lösungen	104
6.4 Nutze kleine und langsame Lösungen	105
6.4.1 Praxis: Protokolle statt proprietärer Lösungen	107
6.5 Lerne, wiederverwendbare Ressourcen und Dienste zu schätzen, und nutze diese	109
6.5.1 Praxis: Verschlüssle deine E-Mails	110
6.6 Erzeug keinen Müll	112
6.6.1 Praxis: Reduziere deinen Datenhort	114
6.7 Beobachte und interagierte	115
6.7.1 Praxis: Erweiterte dein Wissen	117
6.8 Übe dich in Selbstbegrenzung	117
6.8.1 Praxis: Beschränke dich	120
6.9 Ernte deinen Erfolg	121
6.9.1 Praxis: Feiere deinen Erfolg	123
7. Wie wir unsere Privatsphäre gefährden: Die sieben Todsünden	124
7.1 Gleichgültigkeit	129

7.2 Eitelkeit	135
7.3 Hochmut	136
7.4 Habgier	138
7.5 Unachtsamkeit	142
7.6 Völlerei	144
7.7 Herdentrieb	148
8. Wie wir unsere Privatsphäre schützen können: die sieben Kardinaltugenden	151
8.1 Mäßigung	152
8.2 Klugheit	154
8.3 Freiheit	156
8.4 Gerechtigkeit	159
8.5 Tapferkeit	161
8.6 Weisheit	164
8.7 Sparsamkeit	167
9. I'm Not Gonna Take It Anymore!	169
10. Dank	172
Literatur	174